# 大学新生军训总结700字 大一学生军训总结(十七篇)

来源：网络 作者：玄霄绝艳 更新时间：2024-06-28

*工作学习中一定要善始善终，只有总结才标志工作阶段性完成或者彻底的终止。通过总结对工作学习进行回顾和分析，从中找出经验和教训，引出规律性认识，以指导今后工作和实践活动。什么样的总结才是有效的呢？那么下面我就给大家讲一讲总结怎么写才比较好，我们...*

工作学习中一定要善始善终，只有总结才标志工作阶段性完成或者彻底的终止。通过总结对工作学习进行回顾和分析，从中找出经验和教训，引出规律性认识，以指导今后工作和实践活动。什么样的总结才是有效的呢？那么下面我就给大家讲一讲总结怎么写才比较好，我们一起来看一看吧。

**大学新生军训总结700字 大一学生军训总结篇一**

在这次军训活动中，时刻洋溢着“先教”的气息，“先教”的种子经过教官、指导员以及学生党员的辛勤播撒已在同学们中根生发芽，同学们对“先教”的认识已经迈上了一个新的台阶。同时，虽然很多同学还不是共产党员，但他们时刻高标准，严要求，努力完成教官下达的各项任务，而且他们发扬理论联系实际的党的优良传统，一股“先教”的清新之风已深入军营，深入每个人的心中。

共产党员保持先进性教育活动是每个党员应积极参加的活动，同时它也为同学们树立了模范，值得认真学习。要系统了解“先教”，要让“先教”指导我们的实际，必须先了解一些中国共产党的基本知识。

中国共产党是中国工人阶级的先锋队，同时也是中国人民和中华民族的先锋队，是中国特色社会主义事业的领导核心。党的最高理想和奋斗目标只是实现共产主义。党坚持“三个代表”重要思想，坚持全心全意为人民服务。

了解“先教”活动，实践“先教”的精神，以便在这次军训活动中作指导。首先要了解其重要性和必要性。它是新历史条件下关系党的执政地位、执政能力的重大问题，也是关系国家、人民命运的重大问题，它是解决当前部分突出问题的法宝。

开展“先教”活动，要以邓小&平理论和“三个代表”为指导，以实践学习“三个代表”为主要内容，以提高党员素质、服务群众、促进各项工作为目标要求。

党员先进性教育活动在军训中已取得初步成果。在这次军训中，教官无微不至的关怀感染了每一个同学，同学们也以高标准严格要求自己。叠被子、理床单、摆鞋子，原本壤土人费神的事，被同学们办得井井有条;站军姿，对很多人意味着困难的事，一下子变的简单，同学们都纹丝不动。

党的先进性要通过党员的先锋模范作用来体现。我们这些党员、预备党员在很多方面都还做的不够，做的不好，我们应发扬党员先进性，虚心学习，开展自我批评，争取认识、实践能力都有较大的提高，在同学们中起带头示范作用。

**大学新生军训总结700字 大一学生军训总结篇二**

古人说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋苦，饿其体肤”。入学军训也算是最大的体会吧。每天的立正、稍息、下蹲、摆臂、踏步这些基本动作要我们反复地做着，在这短短的16天里，我们晒的很黑,尝到了酸甜苦辣,我们那套军装每天都有一层白色的盐粉，但非常有意义。我不但学到了军人的一些技能，站军姿，学会了好多首军歌。如果说我军训最大的体会我想有除了以上的难忘的故事之外就是非常想家。接着就是融入的部队的生活。可以说是我读书以来最有规律的生活作息。同时却又那么的充实。每天都有任务要完成。

军训有苦。每天早上六点半起床;从七点一直训练到十一点;烈日当空，热量逼人，挺胸收腹，我们在站军姿。汗流下来了，在身上流淌，痒痒的，但不能擦;喉咙干了，火在心中燃烧，很难受，但不能喝水;脚麻了，血在脚下集中，脑缺氧，但不能休息。一二一，向右看，踢正步，脚肿了。很多人都叫苦，但是人生何时没有苦，苦并不可怕，关键是坚持，坚持才能去克服。

军训有乐。休息时，雄壮军歌为疲倦的身体增添了力量;幽默小品为枯燥军训增添力量。有人说，辛苦后的收获是加倍的快乐，现在我有了更深的体会。一种从未体验过的快节奏的生活，没有半点儿抱怨的机会。一切都是最基本的，任何事情都要自己一手解决。虽然我们不必为衣食担忧，也不会被经济条件所束缚。但我们发现，单调乏味的队列训练和繁琐的内务对我们来说异常辛苦，在训练中，看似简单的站立动作原来那么的累人;在宿舍，原本父母两三下功夫搞定的衣服在自己手里却永远洗不干净。我想，我们将做的一切事情都不会是表象上的那么简单，在未来的工作岗位中更是如此。同时不能只注重别人的成就，而不管他们取得成就的过程。不要以为踩在巨人的肩上就成了巨人，毕竟脚下的高度永远不可能是自己的。人只有脚踏实地才能有所作为，一味的坐享其成只会让人堕落。军训的目的不是为了学习如何洗衣服，而是告诉我们脚踏实地吃苦耐劳是一个人不可缺少的精神。

令我印象最深刻的就是临走前一夜的文艺汇演，虽然有些人说很俗气，但这都是我们国家的传统艺术的精华，作为一个中国人就应该热爱自己拥有璀璨文明的中国。宣传爱国主义，想必也是军训的目的之一。如今，我们的艺术，大部分已经被剽窃，当所有人都在崇洋媚外的时候，我们博大精深的中国文化还需要国人来继承。

伴随着洪亮、严厉的哨音，迈着年轻而有力的步伐，我们开始了大学的军训。不容置疑，在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我、锻炼意志的最佳良机。心里虽有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变成黑黝黝的，但这何尝不是一种快乐、一种更好地朝人生目标前进的勇气，更增添了一份完善自我的信心吗?

经过这次短暂、艰苦而又难忘的军训，我们少了份娇气，多了份坚强;少了份依赖，多了份自强;少了份怨天尤人，多了份勇往直前;同时也懂得了自制、自爱、自理和自强。

“向前、向前、向前”，我们的军训还没有结束，这只是我们漫长人生的第一步，我们脚下的路还很长。同志们，继续努力吧!

**大学新生军训总结700字 大一学生军训总结篇三**

暑期如约而至，当骄阳再一次东升，我们便迎来了令人期待又担忧的军训生活。

离开舒适温暖的房间，离开了父母的叮咛耳语，少了份炎炎夏日的凉爽与呵护，我们便独自背上行装，来到军训基地。

整理内务兴许是军旅生活的一大难题，不知不觉中我们习惯了严格的内务条规。床上的布置，床下的摆放，衣物的整洁等诸如此类。就连耳熟能详却难度系数高的叠豆腐也被我们欣然接受了。

当白昼临近，我们有序地做好军训的准备。暖风微醺，清晨温润的水汽迎风扑面而来。

倏忽间，一个高大的身影映入了眼帘。抬眸望去：一身整洁干净的军装，黝黑的皮肤在阳光下熠熠生辉，多了一份严肃与庄重，我们心中便激起了崇敬与澎湃之情。一声短促，响彻天际的号令震慑我们的心灵，我们的心情如“晴天霹雳”一般。看来，眼前这抹绿色身影并不是位和颜悦色的茶客。蓦地，精神紧张起来，随着教官声声令下，我们蹩脚而行，显得生疏。当骄阳缓缓东升，心中那一片炽热的情感油然而生，动作变得整齐起来。我们自豪着，使出了浑身解数地挥舞着手臂，踢着铿锵有力的步伐。在烈日下，散发着青春活力的气息。

一个个绿色的身影给这方土地增添了亮色，使其迸溅出一股股的年轻与热血。当骄阳再一次东升，我们定会再一次立足于这儿——让我们终生难忘的地方。

**大学新生军训总结700字 大一学生军训总结篇四**

九月的艳阳天，火热热的太阳炙烤着大地，地面蒸起一团团热气，和着干燥的秋风，无情地扑向我们。就是在这样的九月，我们开始了维持十天的军训生活，这也是我们大学生活伊始的第一堂必修课。

我们每天都要按时作息，集合，进行紧张，有序的训练，时间表里排得满满的。教官们认真的教给我们每一个规范而严谨的动作，我们也非常虚心认真地学习。紧张严肃的训练，常使我们累得气喘吁吁，汗流浃背。但此时的我们却也是幸福的，我们能感觉得到体内那股新生的力量正在强大，我们在不断的收获，收获人生那份坚忍不屈，团结向上的美好品德。军训生活，苦中有甜。成功，总需要付出。冰心不是说过吗，“成功的花儿，人们总惊羡它现时的明艳，然而当初它的芽儿浸透了奋斗的泪水，洒遍了牺牲的血雨。”我们用汗水，浇灌成功的希望只花，教官们用自己的一言一行影响和教导我们，让我们深刻感受到部队顽强严谨，不怕吃苦，全心全意为人民服务的良好作风，我们以军人为荣，并立志要做一位勤勉，坚忍不屈，积极进取的好学生，好公民。

逝者如斯。八天，整整过去了八天，军训生活已接近尾声，我们在这段时间里也取得了很大进步，这样有意义的一课，也将会影响到我们以后的学习和生活。所以，我们要用心去对待，对待我们现在拥有的每一刻幸福时光，有始有终的将军训进行到底，为多姿多彩的军训生活画上完美的句号。

还是同一个九月，可是此时，却是不一样的心情，我们已经坚强的长大，我们学会了顽强，学会了吃苦，学会了团结，学会了律己……被晒得黝黑的面庞上，绽放的是丰收后喜悦而甜美的笑容!

明天的会操，我们会全力以赴，不管结果如何，最重要的是我们曾经努力过，拼搏过，所以，我们不后悔，也没有遗憾。展望未来，看：明天又是一个艳阳天!

虽然和教官们相处的时日不多，但那种亦师亦友的情感，却让我们难以割舍，我们对教官的感言无从说起，千言万语，化做一句：“亲爱的教官们，你们辛苦了，我们永远感谢您，想念您!愿你们永远健康平安!”

**大学新生军训总结700字 大一学生军训总结篇五**

进大学，就意味着必须接受军训考验。对我们这些一直生活在父母羽翼下的人来说，无疑是一种挑战------一种自我挑战。在这短短的军训期间，做到互帮互助，团结一致，我们要从原本懒懒散散的暑期生活中脱离出来，参加严格训练，接受阳光的洗礼，面对种种的考验。

给我们训练的教官和我们一样大，他身材不高，在他那稚气未脱的脸上写满了严肃和认真。他还很爱笑，而且笑的时候原本就不大的眼睛变得很可爱，他的睫毛很翘。但是，教官在军训的时候对我们的要求还是很高的。只要大家不努力，他就会批评我们;只要大家动作不规范，他就会一而再，再而三地示范给我们看。这可是我第一次与军人接触。

军训一开始，同学们个个神采飞扬，对军训充满了好奇。可是到了第二天、第三天、第四天，问题来了。有的同学开始发牢骚，抱怨声便连声四起，一些同学向教官提出意见、有的甚至想逃避训练。这些都体现了我们平时的生活太顺畅，几乎是衣来伸手，饭来张口，缺少了那份同龄人应有的能力。这正是我们必须提高的自身素质。而我们的教官却因为我们自由散漫的各种坏习惯，经常受到惩罚。24日这天教官因为我们，被罚连续五次正面卧倒在水泥地上，整条手臂都肿了，还流血了。那一刻，几乎所有的同学都哭了。但是哭又什么用我们总是在教官受罚之后跟他说对不起，为什么不一开始就做好自己呢?

你是那么一丝不苟。抱着在军训中混的我，今天，才认识到严谨的时间意识和坚忍不拔的意志。哪怕是一个最简单的动作，在训练场上，我们无数次地重复着，用自己的心去真真切切的体会军人的英伟。军姿的纹丝不动，跨步的整齐有力，使我们真正体会到军人的一丝不苟。

军训快要结束，看着晒黑的脖子、脸和手臂，就能记起烈日下的汗水。但是汗水不能淹没我所有的记忆，因为有更多的东西充实着我。记得军训刚开始的时候，似乎是那样的无声无息，它没流下太多的时间让我做好心理准备去应付它。就这样的几天里，一点一滴的收获渐渐地烙在我的记忆深处。

军训的内容或许是单调的。每天都做着一样的动作，心中抱怨着自己的汗水白流了好几尺。在教官的标准指导下，慢慢地发现自己和同学平时的习惯如此的便扭。纠正错误永远是困难的，炙热的太阳似乎为了惩罚我们这群有坏习惯的孩子，燃烧了自己每一寸的肌肤。不过努力的力量是巨大的，错误也不会永恒不灭。虽然离教官还有差距，但进步欣喜地摆在了每个人的眼前。

军训也不总是枯燥的，每天的拉歌都是单调的军训中的调节剂。在拉歌中听到的除了“原始的吼声”，那就是欢笑声。每一丝的欢笑声都能将要崩溃的身体唤醒。我们抱着娱乐第一的心态，度过最轻松的十几分钟。

军训不仅仅是对行为上的操练，更是对精神和思想上的深化。迎着刺眼的阳光，每天就这样开始了。一天下来的疲惫让我发觉在凉爽的空调间外头还有另一种生活;让我发觉平时充满责备声的家是多么的温馨;让我发觉其实自己还很稚嫩。汗水的浸泡需要忍耐，烈日的烘烤需要忍耐，时有时无的饥饿也需要忍耐，似乎一切都要不停地忍。就在这不知不觉的强忍中，潜藏的坚强逐步被挖掘了出来。到了最后几天，几乎每个人都能以微笑的脸庞来结束当天的训练。

军训中让我们要感谢的人有很多。我们要感谢教官，我们流汗，教官比我们流更多的汗。我们辛苦，教官比我们更加辛苦。是他们让我们看到了一个真正军人的样子，我能清晰地记得教官在我么们耳边的口令声。最后一天，或许是时间的催促，我们没能和教官们说一声再见。在这里我要让风替我们传送我们的感谢，我相信感谢声会像蒲公英一样飞到他们身边。

大学的第一堂课—军训，就快要结束了。回想起这些日子，我感慨慨很多。“宝剑锋从磨砺出，梅花香出苦寒来”是军训的体会。“千磨万击还坚劲，任尔东南西北风”是军训的结果。军训的感悟是需要用心去体会的，它教会了我们对别人的关爱，它加深了我们理解保卫祖国的责任，它告诉了我们面对困难应有的态度。我们至少是我不再是娇滴滴的孩子，不再是好哭的小姑娘，我知道面对高峰，我们须自己去搭造阶梯;遇到山崖，我们要自己去连结绳索。我们的命运在自己的手中，只是看是否去把握!

“水滴石穿，绳锯木断”微小的力量一旦积攒起来，产生的威力可是无比的呀!当别人享受锲而不舍的喜悦时，你千万不要成为功亏一篑的典型。谁笑到最后，谁是最终的胜利者;谁坚持到最后，谁才是真正的英雄，谁才是战胜了自我的强者。

**大学新生军训总结700字 大一学生军训总结篇六**

“裂开的房子是站不住的”。我想，在此次军训任务中这句话是极其正确的。初与同学见面时，我带着羞涩，携着胆怯，将那看似自我保护实则是封闭自我的社交大衣裹得紧了又紧，塑茧自缚。接连几天，相互的了解，我开始融入这个集体，沉默寡言也渐渐变成了谈笑风生。这也使我的集体意识不断增强。反反复复的正步练习，使我更深刻的感悟：单独的好永远比不上集体的好，只有一个团结的集体，放下心中的羞怯，去拥有一个共同的目标，并付出真正的行动，培养出共同的意识和精神，才能真正的收获团结，收获成功!

这短短的几天里，我们接受过雨水的洗礼，我们接受着骄阳的威逼，我分明能感受到颗颗汗珠浸润我的发梢，滚过我的脸颊，引来了一阵不适与瘙痒，但我只能直直地伫立着，像雕塑一般，“坚持”二字浮上心间，一次又一次的大声重复着“此时此刻你就是个军人!”直至稍作休息，我才发现同学们的脸上何尝不是金光闪闪，透出的除了疲惫，更多的就是坚韧。我虔诚的瞻仰这样的精神，使我终身受益，都是一段耐人寻味珍贵记忆，值得我永远铭记，永远珍藏!

感谢军训，为这暑假生活添上了一笔与众不同的缤纷，让我得以在艰辛困苦中不断坚持，勇往直前，更高要求的规范自我，成长进步。

感谢军训，叩开了我求学生涯新的大门，开启又一个崭新的篇章，让我得以重整士气，重树方向，为着理想更坚定的努力奋斗!

感谢军训，让我重返集体，感受着团结的宏伟力量，让我得以将个人的行为表现与集体相连，明白了何为大局，何为小我。

如此意义非凡的军训活动怎么不值得我总结深思，牢牢铭记呢?

**大学新生军训总结700字 大一学生军训总结篇七**

有泪，有欢，有苦真乃五味具全了.军训让我们洗涤去许多的酸甜苦辣，我愿意记得这些军训中的生活将是我生命中的美好回忆。

军训的日子就把自己当部队的军人看待了，在这里有中命令是绝对的服从，在这里有种纪律叫：绝对严明。虽然条条框框，却把人训练的堂堂正正，犹如中国的汉字，横平竖直，坦荡有力，在这里没有个人的魅力，只有团结的力量，在这里没有婉转的歌喉，却有高歌荡气的回肠。

军训的日子虽苦，却像咖啡一样可以品尝出浓浓的滋味。我原先认为不行的，它却考验了我并告诉我要坚持到底，胜利终将属于有信念的人。每天的军姿站立，我知觉的时间已不在是时间，纵然两腿发酸却换得一身挺直。每次的坚持到底都会让我超越自己的感受。有过斜风细雨的洗淋却没有潮湿我火红的心，有过炎炎夏日的直射，却没有像晒黑皮肤一样，晒着我的执著。如果没有这种训练，我都不止到片刻的休息都会成为一种施舍，与平时休闲时间相比，那叫做真正的“奢侈”。

军姿展现的是军人的风采，也展现出的义愤从容之美，坚定之心，硬骨傲苍穹，笑傲风霜雪，你会觉得有股浩然正气贯长虹。如果青春是精品，那么军姿就是美丽。

也是军训让我体会到了军人的感受，当身边响起“说句心里话”时，我的眼中蓄满了泪水，我想当兵的人多少个日日夜夜听到这首歌也会黯然落泪吧。他们放弃了家的温暖，亲人的怀抱。这不能不说是伟大的业绩，他们是和祖国的星星一起，熠熠闪耀在我们上空的云层之上。我已经没有理由抱怨生活的枯燥与乏味。每天要过得充实有意义，有益于别人，有益于自己。因为有这样一个群体肩负着比我重十万倍的责任。因为有种生活比我艰苦十万倍。我也应该以军人的姿态展现在诗人面前。

军训只是逝去了我青春年华的一点点，但逐渐长达成熟的我更加渴望保有持久身的军训体验。军训磨练了我的意志，把我们的部分生活推到了极限，是我的精神随之焕然一新。它将会延伸到我人生的每个春夏与秋冬。军装最美丽，军歌最嘹亮，做军人最自豪，而军训的日子就像风雨过后的泥土，先辈洗刷，然后拙见沉淀直至溶入我生命的最底层。

**大学新生军训总结700字 大一学生军训总结篇八**

焚一炉百年老檀，岁月的花香弥漫了整个书房，而我似乎可以顺着厌恶的方向寻到那执手约定的过往

云层疏松，阳光笼罩，腾腾热气扑面袭来，掸去一身慵懒，让青春在此绽放。让青春之味泛滥于此。

苦以坚忍

“一二三四……。”操场上呼喊口号的声音此起彼伏，像极风儿撩拨秋日麦浪，涌动翻滚。众多训练当中难度最高的是踢正步。右手平放胸前，手握羊拳形，右脚直立，左脚踢出。所有看似简单的步骤勾勒一幅幅英姿飒爽的少年雄姿。而踢出气势之磅礴必定要有稳定之基础。初学，保持左脚踢起离地30厘米，双手抱腹。而这动作一保持便是5分钟。压在帽檐前的刘海不再飘逸，汇聚着辛苦努力的汗水，背脊间汗水滴滴滚落至腰部。是苦，是热，是累，可是苦以坚忍则必有所得。

盼以喜乐

世态之味必先苦之而后甜。浮生若梦，一梦千寻。我们班的教官不缺风流倜傥，也不失风趣之味。他教我们拉歌，他教我们学会做人。朗朗上口的语句唱响了激情飞扬，唱响了热血澎湃。一个个少年的梦想顺着空气流动飞出大厅，飞向天际，而这是对乌云的挑衅。乌云褪去，阳光藏在云层中，云层的边沿便光彩熠熠。而我们成长了。

祷以恒切，盼以喜乐，苦以坚忍，必有所成。人间有味，哀喜悲欢皆是清淡的欢愉。

天高云淡，而我们都以高翔!

**大学新生军训总结700字 大一学生军训总结篇九**

一直以来，我对“军训”二字都是心满畏惧的。对大学的“军训”，更是厌恶至极了，在军训之前，人人都说大学的军训是个地狱式的训练，很辛苦，很痛苦!而教官，对于我来说，是恐怖的!但在大学维持12天的军训告诉我，事实并非如此!

从小学到高中，我没进行过一次正正式式的军训，即使有军过训，也是站站军姿，转下-体，蹲下，做做俯卧撑之类的，所以对“军训”二字认识不深入。但当我上大学第一次领取迷彩服，到穿上它，觉得神圣且压力甚大!

当第一天军训时，我们等升完过期后被人领去西校区，当我第一次见教官时，觉得有点害怕，军训，要开始了吗?军训，很辛苦吗?军训，我害怕了吗?

第二天军训，军姿，教官有好几次都帮我调整姿势，当时我再想，天呀，虽然身体不舒服，但我连站个军姿都站不好，有没有搞错!

由于我们站军姿站不好，身体总是往后倒，教官就想出一个办法，那就是要我们站在马路牙上站军姿，第一次站时，站没多久腿就抖啊抖啊，看到一个伙伴请假休息，我顿时也想请假休息，可是教官对我们说“已经有个人倒下啦，我不希望出现第二个人”，我就下定了决心，死就死吧，撑就撑到底吧，相信我可以的。当教官叫我们去休息时，我的腿都麻啦，左脚的脚筋抽着抽着的，疼死我啦!该放弃吗?该请假吗?不!这是我心中所想的!

当我正抱怨过中秋节还要军训之际，我的朋友对我说“中秋节快乐”，家人也打电话过来，问我军训辛苦不?过得好不?收到他们的信息，顿时觉得，在异地过中秋也不孤单，中秋军训也不辛苦!

在军训之前，我给“教官”的定义是，凶的，扑克脸的，粗鲁的。可我，错了!

我们的教官脸上有两个深深的酒窝。刚开始军训，教官会给我们找个凉快的地方训练，尽量让我们少晒太阳。他会叫我们多喝水，蛙跳蹲下完后，晚上互相拍拍腿，然后早点睡觉!

当军训到一半时，排里要选方块，我和我的一个朋友被选中，但我们都不想去，于是，教官就跟我们没去的和没被选中的人说，我们应该学会推销自己，抓住任何的机会来证明自己，人应学会自荐!教官也教育我们要待人有礼 貌，曾有几次我们没向师兄师姐或老师问好，教官就罚我们，让我们记得要有礼貌。

当然，在我们休息期间，教官也会跟我们聊聊天，开开玩笑，当我们见到教官脸红时，我们会笑他，他也会笑笑;当我们说他是高富帅时，他会回答我们哪里高?哪里帅?我是个穷小子;当我们知道他快要走时，我们都会舍不得他，对他说明年去他的老家找他。。。

教官，其实真的不是扑克脸，不是粗鲁的，不是恐怖的。真的不是!

12天的大学军训结束了，其实我们实际上训练的时间，并不够10天，中秋节到来，遇上了台风，碰到下雨，要不就不集合训练，要不就在室内站站军姿。而只有两晚时被拉去唱军歌的，第一次，我觉得老套的“团结就是力量”原来是很好听，“军中绿花”也让我感受到军人们为保家卫国而牺牲个人情感。。。原来，以前觉得老套军歌，经过大学军训后，让我觉得都挺好听的!

大学军训就这样子结束了，说真，真的怀念那些日子，虽辛苦，但也有快乐!军训是我踏入大学后的第一门课程，我很庆幸我当时选择坚持，要不明年补军训时就遇不上这么好的教官与伙伴们了。

大学军训并没有我们想象中的辛苦，教官也没想象中的恐怖!反而，我觉得教官们都很可爱，他们教会我很多东西。当我最后一次穿上那套迷彩服时，觉得很伟大很神圣，而不是畏惧，有种不舍得感觉。而教官们那套制服的重量，不是谁都可以承担的!

我的大学军训生活，结束啦!我会把这段日子牢牢地记在我的脑里，这12天，我们在烈日下，挥洒着汗水，用坚持与毅力诠释着我们的青春!大学军训生活，再见啦!是再也不见啦!

伴随着似箭的光阴，我迈入了渴望已久的大学世界。这是一个花鸟交织，才华横溢的地方，这也是一个我背井离乡，毫无亲人的地方。

陌生是我头晚最深的感受，陌生的书桌，陌生的床，陌生的天花板，陌生的明天，把我深深困住了。

勇气是我对自己讲得最多的一个词。拿出勇气面对新生活，拿出勇气面对新同学，拿出勇气面对新学业。

兴奋是我最激动的事。兴奋地闻学校的花香，兴奋地眺望远处的高山，兴奋地结识那来自五湖四海的新同学。

回头一想，这样的生活还是令我有点失望的。失望的是真的郁闷、迷失，失望的是那种似曾相识。之所以用似曾相识是因为太像高中刚开始的感觉：头天的兴奋，军训的劳累，盲目的期盼。

问问自己大学到底是应该怎样?自己也无法回答自己，答案也许已经被现实所打沉了。

难道人生的每一次变化，答案都一样吗?初中如此，高中如此，大学如此吗?

四天的新生活感受真的很多，但也可以说十分的简单。

第一天的报到，体检是盲目的，后面那几天的军训是劳累的。军训是必不可少的，那也许是人生中最后一次军训，但在这样的烈日下真的没有必要，我们要锻炼的只是精神面貌，走出个大学生模样。但是在这样的天气下，只会让脑子里时刻想着休息，少了那军训应有的也是最重要的意义。

提起那酸痛的手，握紧生硬的笔，含着泪，写着体会。眼皮已经千斤重，床是最好的港湾。

母亲的一声声的问候已经是世界上最好美的天籁，父亲的一句句指导把眼中的泪水不由自主的催化出来，同学、舍友的支持是必须继续的理由。

**大学新生军训总结700字 大一学生军训总结篇十**

雄鹰搏击长空，须受折翼之痛;射雕翱翔万里，须受断喙之苦。钢铁是怎样炼成的?在烈焰般的石庄高校，严格的训练下，一批批燃烧着热血的战狼油然而生。同学们的呼声响起来了……

天，晴。

阳光猛烈地洒在同学们的迷彩服上，映射出闪耀的光辉，班号响彻云霄，掀起阵阵波澜，在天边回荡。树林阴翳，空气中弥漫着刺鼻的汗臭味，一切都显得那么不同寻常。

我班的教官胖胖的，想必是经历了不少“挫折”，但却很可爱，很幽默。犹记得那天在小树林的相遇与了解。一声命令：“坐——”剪断了我们悬在胸口的绳子，瞬间放松了许多。“我们来玩个游戏，规则是这样的：每个同学在教官喊开始的时候将教官的帽子依次传递，喊停的时候在谁手上，谁就献上一首歌。”话音未落，同学们都异口同声的回答道：“好!”

游戏开始便悄然无声的开始了，此时的帽子仿佛是一个烫手的红薯，被无情的抛弃着，寻找着自己的幸运儿，“停!”真的是一鸣惊人，我是摆脱了帽子的魔咒，成功躲过。两位幸运儿扭扭捏捏的从队伍里站出来，低着头往后中间走，当众唱歌，让我我也不好意思。

阳光透着树叶的缝隙在地上斑驳，阵阵清风徐来，享受着“天籁之音”，沐浴着阳光的安抚，迫使军训的枯乏烟消云散，带着欢歌笑语走完征程。

岁月静好，尘世浮华，安若瑾陈。日微沉，亦微陈，陈旧的落日记录着点滴。军训的目的，正是让我们磨砺钢铁般的意志与规律的生活方式。回眸间，我收获了喜悦，收获了汗水，教官们与班主任的陪伴与关怀早已深深烙印在我心中。

我思故我在!

**大学新生军训总结700字 大一学生军训总结篇十一**

军训不仅可以锻炼体格，强健身体/而且还可以磨砺意志，增强理想理念，促进团结互助，树立集体主义观念，培养爱国主义和爱党精神，从这次军训中让我学到了很多东西。

在这次军训活动中，时刻洋溢着“先教”的气息，“先教”的种子经过教官、指导员以及学生党员的辛勤播撒已在同学们中根生发芽，同学们对“先教”的认识已经迈上了一个新的台阶。同时，虽然很多同学还不是共产党员，但他们时刻高标准，严要求，努力完成教官下达的各项任务，而且他们发扬理论联系实际的党的优良传统，一股“先教”的清新之风已深入军营，深入每个人的心中。

共产党员保持先进性教育活动是每个党员应积极参加的活动，同时它也为同学们树立了模范，值得认真学习。要系统了解“先教”，要让“先教”指导我们的实际，必须先了解一些中国共产党的基本知识。

中国共产党是中国工人阶级的先锋队，同时也是中国人民和中华民族的先锋队，是中国特色社会主义事业的领导核心。党的最高理想和奋斗目标只是实现共产主义。党坚持“三个代表”重要思想，坚持全心全意为人民服务。

了解“先教”活动，实践“先教”的精神，以便在这次军训活动中作指导。首先要了解其重要性和必要性。它是新历史条件下关系党的执政地位、执政能力的重大问题，也是关系国家、人民命运的重大问题，它是解决当前部分突出问题的法宝。

开展“先教”活动，要以邓小&平理论和“三个代表”为指导，以实践学习“三个代表”为主要内容，以提高党员素质、服务群众、促进各项工作为目标要求。

党员先进性教育活动在军训中已取得初步成果。在这次军训中，教官无微不至的关怀感染了每一个同学，同学们也以高标准严格要求自己。叠被子、理床单、摆鞋子，原本壤土人费神的事，被同学们办得井井有条;站军姿，对很多人意味着困难的事，一下子变的简单，同学们都纹丝不动。

党的先进性要通过党员的先锋模范作用来体现。我们这些党员、预备党员在很多方面都还做的不够，做的不好，我们应发扬党员先进性，虚心学习，开展自我批评，争取认识、实践能力都有较大的提高，在同学们中起带头示范作用。

**大学新生军训总结700字 大一学生军训总结篇十二**

军训是中华人民共和国公民履行服兵役义务的一种体现。所以，军训对我们来说是必要的。另外，当下很多大学生的身体都出于亚健康状态，军训对于我们的身体健康大有裨益。

虽然目前军训只进行了四天，但是心里已是五味陈杂。

首先，不可否认的是军训真的很累。早晨，五点多就要起床，这对于平时有赖床习惯的我们来说是有点困难，可是大家还是准时起床来到训练场，说明大家对于军训的态度是很严肃很端正的。其实军训的安排还是很人性化的，避过了太阳光最强烈的时间。中午的午睡时间也很充足。晚上拉歌和学唱歌，能让我们放松心情。可以说是苦中有乐。

第一天的上午，站军姿时我晕了。主要原因是到快结束时，我晃了一下后仰，一瞬间就感觉头晕了。那天我们排有四个晕倒的，大概第一天军训大家还都不太适应。第二天直至现在我们排都没有人再晕过。

古人云：天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤。军训真的是一个“苦其心志，劳其筋骨”的好机会。站军姿时，即使前脚掌已经很痛，没有教官的命令，我们丝毫都不能动。定姿势时，胳膊很酸，不自主的颤抖，但是当教官说“后摆高一点”时，我们还是尽力将颤抖的胳膊向上抬起。坚定的毅志力就是这样一点一点培养起来的。我相信经过这次军训的磨砺，我们将一改以往懒散的作风，真正像早上八，九点钟的太阳一样朝气蓬勃，活力四射。

军训以来，脚一直是痛的。站完军姿，腿都抬不起来，这时我们才体会到一分钟到底有多长，平时上课时走神远不止一分钟。现在想来当时的行为是多么的不对!我深刻认识到以后的日子里我要更加珍惜时间，光阴似箭，不会回头，有效的利用时间势在必行。

军训苦在肉体的疼痛与疲惫，乐的就在精神上了。

我们的唐教官是个好同志。他很有耐心，待人和蔼，宽容，深得大家的喜爱。在训练时，他对我们严格要求，同时又很有耐心，不会对我们发火。而且他善于发现我们训练时做得好的地方，让我们对训练更有信心。休息时，他组织我们拉歌，或者聊天，训练场不时响起我们的欢笑声。唐教官只比我们大了二三岁，所以我们之间可以很好的交流沟通。他跟我们讲他站军姿可以睡着，军中绿花是他唯一唱着可以哭出来的歌，对我们来说他并不只是一个教官，我们对他有更多方面的认识。

嘹亮的军歌也是训练场上吸引人的一道风景。团结就是力量，打靶归来，爱警习武歌，无一不体现出了战士们昂扬的精神风貌。我相信在唱这些歌时每个人的心里都会有一种激情，一种作为炎黄子孙的自豪!

军训现在对于我们来说是一种生活，虽然只有十几天，它将带给我们值得回忆一生的东西。我将努力克服一切困难，将军训进行到底!

**大学新生军训总结700字 大一学生军训总结篇十三**

进大学，就意味着必须接受军训考验。对我们这些一直生活在父母羽翼下的人来说，无疑是一种挑战------一种自我挑战。在这短短的军训期间，做到互帮互助，团结一致，我们要从原本懒懒散散的暑期生活中脱离出来，参加严格训练，接受阳光的洗礼，面对种种的考验。

给我们训练的教官和我们一样大，他身材不高，在他那稚气未脱的脸上写满了严肃和认真。他还很爱笑，而且笑的时候原本就不大的眼睛变得很可爱，他的睫毛很翘。但是，教官在军训的时候对我们的要求还是很高的。只要大家不努力，他就会批评我们;只要大家动作不规范，他就会一而再，再而三地示范给我们看。这可是我第一次与军人接触。

军训一开始，同学们个个神采飞扬，对军训充满了好奇。可是到了第二天、第三天、第四天，问题来了。有的同学开始发牢骚，抱怨声便连声四起，一些同学向教官提出意见、有的甚至想逃避训练。这些都体现了我们平时的生活太顺畅，几乎是衣来伸手，饭来张口，缺少了那份同龄人应有的能力。这正是我们必须提高的自身素质。而我们的教官却因为我们自由散漫的各种坏习惯，经常受到惩罚。24日这天教官因为我们，被罚连续五次正面卧倒在水泥地上，整条手臂都肿了，还流血了;。。。那一刻，几乎所有的同学都哭了。但是哭又什么用我们总是在教官受罚之后跟他说对不起，为什么不一开始就做好自己呢?

你是那么一丝不苟。抱着在军训中混的我，今天，才认识到严谨的时间意识和坚忍不拔的意志。哪怕是一个最简单的动作，在训练场上，我们无数次地重复着，用自己的心去真真切切的体会军人的英伟。军姿的纹丝不动，跨步的整齐有力，使我们真正体会到军人的一丝不苟。

军训快要结束，看着晒黑的脖子、脸和手臂，就能记起烈日下的汗水。但是汗水不能淹没我所有的记忆，因为有更多的东西充实着我。记得军训刚开始的时候，似乎是那样的无声无息，它没流下太多的时间让我做好心理准备去应付它。就这样的几天里，一点一滴的收获渐渐地烙在我的记忆深处。

军训的内容或许是单调的。每天都做着一样的动作，心中抱怨着自己的汗水白流了好几尺。在教官的标准指导下，慢慢地发现自己和同学平时的习惯如此的便扭。纠正错误永远是困难的，炙热的太阳似乎为了惩罚我们这群有坏习惯的孩子，燃烧了自己每一寸的肌肤。不过努力的力量是巨大的，错误也不会永恒不灭。虽然离教官还有差距，但进步欣喜地摆在了每个人的眼前。

军训也不总是枯燥的，每天的拉歌都是单调的军训中的调节剂。在拉歌中听到的除了“原始的吼声”，那就是欢笑声。每一丝的欢笑声都能将要崩溃的身体唤醒。我们抱着娱乐第一的心态，度过最轻松的十几分钟。

军训不仅仅是对行为上的操练，更是对精神和思想上的深化。迎着刺眼的阳光，每天就这样开始了。一天下来的疲惫让我发觉在凉爽的空调间外头还有另一种生活;让我发觉平时充满责备声的家是多么的温馨;让我发觉其实自己还很稚嫩。汗水的浸泡需要忍耐，烈日的烘烤需要忍耐，时有时无的饥饿也需要忍耐，似乎一切都要不停地忍。就在这不知不觉的强忍中，潜藏的坚强逐步被挖掘了出来。到了最后几天，几乎每个人都能以微笑的脸庞来结束当天的训练。

军训中让我们要感谢的人有很多。我们要感谢教官，我们流汗，教官比我们流更多的汗。我们辛苦，教官比我们更加辛苦。是他们让我们看到了一个真正军人的样子，我能清晰地记得教官在我么们耳边的口令声。最后一天，或许是时间的催促，我们没能和教官们说一声再见。在这里我要让风替我们传送我们的感谢，我相信感谢声会像蒲公英一样飞到他们身边。

大学的第一堂课—军训，就快要结束了。回想起这些日子，我感慨慨很多。“宝剑锋从磨砺出，梅花香出苦寒来”是军训的体会。“千磨万击还坚劲，任尔东南西北风”是军训的结果。军训的感悟是需要用心去体会的，它教会了我们对别人的关爱，它加深了我们理解保卫祖国的责任，它告诉了我们面对困难应有的态度。我们至少是我不再是娇滴滴的孩子，不再是好哭的小姑娘，我知道面对高峰，我们须自己去搭造阶梯;遇到山崖，我们要自己去连结绳索。我们的命运在自己的手中，只是看是否去把握!

“水滴石穿，绳锯木断”微小的力量一旦积攒起来，产生的威力可是无比的呀!当别人享受锲而不舍的喜悦时，你千万不要成为功亏一篑的典型。谁笑到最后，谁是最终的胜利者;谁坚持到最后，谁才是真正的英雄，谁才是战胜了自我的强者。

**大学新生军训总结700字 大一学生军训总结篇十四**

古人说“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋苦，饿其体肤”。入学军训也算是最大的体会吧。每天的立正、稍息、下蹲、摆臂、踏步这些基本动作要我们反复地做着，在这短短的16天里，我们晒的很黑,尝到了酸甜苦辣,我们那套军装每天都有一层白色的盐粉，但非常有意义。我不但学到了军人的一些技能，站军姿，学会了好多首军歌。如果说我军训最大的体会我想有除了以上的难忘的故事之外就是非常想家。接着就是融入的部队的生活。可以说是我读书以来最有规律的生活作息。同时却又那么的充实。每天都有任务要完成。

军训有苦。每天早上六点半起床;从七点一直训练到十一点;烈日当空，热量逼人，挺胸收腹，我们在站军姿。汗流下来了，在身上流淌，痒痒的，但不能擦;喉咙干了，火在心中燃烧，很难受，但不能喝水;脚麻了，血在脚下集中，脑缺氧，但不能休息。一二一，向右看，踢正步，脚肿了。很多人都叫苦，但是人生何时没有苦，苦并不可怕，关键是坚持，坚持才能去克服。

军训有乐。休息时，雄壮军歌为疲倦的身体增添了力量;幽默小品为枯燥军训增添力量。有人说，辛苦后的收获是加倍的快乐，现在我有了更深的体会。一种从未体验过的快节奏的生活，没有半点儿抱怨的机会。一切都是最基本的，任何事情都要自己一手解决。虽然我们不必为衣食担忧，也不会被经济条件所束缚。但我们发现，单调乏味的队列训练和繁琐的内务对我们来说异常辛苦，在训练中，看似简单的站立动作原来那么的累人;在宿舍，原本父母两三下功夫搞定的衣服在自己手里却永远洗不干净。我想，我们将做的一切事情都不会是表象上的那么简单，在未来的工作岗位中更是如此。同时不能只注重别人的成就，而不管他们取得成就的过程。不要以为踩在巨人的肩上就成了巨人，毕竟脚下的高度永远不可能是自己的。人只有脚踏实地才能有所作为，一味的坐享其成只会让人堕落。军训的目的不是为了学习如何洗衣服，而是告诉我们脚踏实地吃苦耐劳是一个人不可缺少的精神。

令我印象最深刻的就是临走前一夜的文艺汇演，虽然有些人说很俗气，但这都是我们国家的传统艺术的精华，作为一个中国人就应该热爱自己拥有璀璨文明的中国。宣传爱国主义，想必也是军训的目的之一。如今，我们的艺术，大部分已经被剽窃，当所有人都在崇洋媚外的时候，我们博大精深的中国文化还需要国人来继承。

伴随着洪亮、严厉的哨音，迈着年轻而有力的步伐，我们开始了大学的军训。不容置疑，在军训中，很苦很累，但这是一种人生体验，战胜自我、锻炼意志的最佳良机。心里虽有说不出的酸甜苦辣，在烈日酷暑下的曝晒，皮肤变成黑黝黝的，但这何尝不是一种快乐、一种更好地朝人生目标前进的勇气，更增添了一份完善自我的信心吗?

经过这次短暂、艰苦而又难忘的军训，我们少了份娇气，多了份坚强;少了份依赖，多了份自强;少了份怨天尤人，多了份勇往直前;同时也懂得了自制、自爱、自理和自强。

“向前、向前、向前”，我们的军训还没有结束，这只是我们漫长人生的第一步，我们脚下的路还很长。同志们，继续努力吧!

**大学新生军训总结700字 大一学生军训总结篇十五**

军训才刚刚开始，我似乎还没有做好从高中生转变为大学生的转变的准备。

军训对我来说是一件快乐的事情，因为我终于可以从高考过后的空虚寂寞冷中挣脱出来，可以不用被无缘无故地惆怅把玩，可以将离愁别绪慢慢驱散。

军训场上，我们可以做到，站有样，坐有资，声有势，可脱下这身军装。跟随我们多年的坏毛病又会一一浮出水面，依然会懒散，依然会克制不住，那是军训的第二天，也就是今天，王教官告诉我们：“穿上军装是军人，脱下军装也是。”虽然我们只是学生，但我们可以学习军人身上的优良品质，在日常生活中潜移默化，养成整齐干净的习惯，保持抖擞的精神面貌。也感谢这次军训会带给我们的团结精神，记在心里，付诸行动。

看过不少的军旅小说，军旅电视剧，这些作品带给我们更多的是对军人的崇拜，因为他们有刚毅的面孔，潇洒的动作，平淡真切纯洁的爱情，对于训练场上他们吃的苦，我们无法真切感受。我一直坚信这一句话：“看过的我们能知道，写过的我们能记住，唯有真真正正做过的，才能真正懂得。”军人经历过的那份辛苦，我可能永远也不会明白。军训相对于军人的强化训练差距很大，但我仍可以感受到那份气息，一定会好好珍惜。

今天的军训内容是内务整理，为了让我们的体会更加深刻，特意安排了这个项目，王教官说：“只要脑子不后退，办法总比问题多。”他认真地指导我们压，整，折这松松软软的被子，一会儿方方正正的豆腐块就新鲜出炉了，欢快的氛围让我们忘记了不快。笑容从心底升起，脸上浮起了笑颜。

还有十几天军训，精彩即将上映。

军训是大学的第一堂课，在这堂课上有严明的纪律，有紧张，有欢笑……军训一天对我来说就像是一个世纪的煎熬，好想为自己找一个逃避的理由。教官教诲我们：“想尽一切办法，克服一切困难，完成一切任务，争取一切荣誉。”我思想开始转变，考入大学并不意味着一劳永逸，人生中有好多的关口要过，有好多的责任等我们去扛，又有好多的义务等我们去尽。大学只是万里长征中的第一步，那种“船到码头车到站，兵器入库马放南山”的思想对当代大学生的成长都是不健康的。

军训不仅仅是对我们的身体的考验，更多的是对我们的意志的磨练。同时提高我们的思想水平和团队精神，“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”人是在不断地磨练中长大的，就像一颗小树一样经历风雨后才能变成参天大树，军人的气质和钢铁般的意志给我很深刻的印象，正如一首军歌歌词描写的一样：“比钢还硬比铁还强。”

在我们军训中我们军人、学生一家亲，了解不少的军中生活，体会到军人的艰辛，感受到了军人的豪迈气概，他们肩负着保卫国家的重任。军人的奉献精神和大公无私深深的打动我们每个人。辅导员教师像大哥哥一样照看着我们。

在这里有酸楚的泪水，有苦咸的泪水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声，这些就像不灭的音符跳动不已，我们是充实的，我们是快乐的，军训——我们不后悔。

由于突然变大的雨，我们提前结束了今天的军训。

今天的训练是在绵绵细雨中度过的，这情境竟给刚硬的军训染上了几分浪漫柔情的气息。第三天的军训节奏要比前两天更加紧凑。每次训练，教官都会以站军姿开始，这也是我自己觉得最艰难的部分之一。保持一个动作，做到纹丝不动，这对缺乏耐心的我来说就是挑战，更何况这个动作需要我们全身上下都使劲儿，不过这也是一个很好的锻炼，是我们更有耐心和毅力，更能专注地去做一件事。

今天训练最多的是齐步走和停止间转法，要单独做好这些动作也许并不是很难，要做到全体一致一个动作一个声音，就需要极高的团队精神了，在教官带领同学们一遍遍锲而不舍的练习后，终于取得了较大的进步，同学之间的生疏感也在一点一点消散，正渐渐融为一个和谐的集体。

虽然军训很苦很累，但这苦中也有甜，那便是我们通过努力取得一点一滴的进步。相信通过这次军训，我们会被军人气质感染，逐渐成长为一个个刚毅不屈，执着追求的中国青年。

**大学新生军训总结700字 大一学生军训总结篇十六**

马上就要开学了，各位新生都准备好了吗?疯玩了一个长长的暑假，是不是都特别期盼大学的生活呢?答案肯定是啦。大学的第一课就是军训，这对好多新生来说都是一种考验，那下面就由我来给大家谈谈大学军训三两事儿，帮助大家愉快高兴的度过难忘的军训时光。

先从个人方面说起吧。按照从上到下，由头至脚顺序一一道来。

先谈一下服装。一般大学都会购买统一的军训服装，这里就不必多讲，但是需要注意一点：服装发下来一定及时试穿，检查。尤其是鞋子是否合脚，腰带是否完好。衣服扣子等都要检查清楚，发现有问题的一定及时更换，这些学校在发衣服的时候也会提到。

头:有的学校会要求头发。男生平头，女生短发。但是这都是要求，在我看来男生两边后面不长，女生把头发盘到帽子里就行。

上衣下衣:上衣下衣没什么好说的，穿好军训服装就行。如果短袖没有规定，尽量穿可以吸汗的，如果规定的话就按规定的来。当然，衣服要勤换洗，尽量一天一洗吧，要不会有味道。

鞋子:不得不吐槽军训的鞋子，简直是不忍直视。里面垫上软软的鞋垫就对了。也可以里面垫一层卫生巾，固定好然后再垫上鞋垫。大多数为第一种，少数为第二种，第二种的好。

从军训的一日制度来说。

1，起床起床不需要多说。起床后，我们学校是不整理内务的，有的学校会要求洗漱完，整理完内务。洗漱：就是刷牙，洗脸，洗头。洗头的话一定不要用凉水，尤其是男生，更不能在水管处冲冲完事，这样容易感冒。整理内务：按照学校教官的要求整理好自己宿舍的内务卫生。标准学校会给，一般比较苛刻。被子肯定是豆腐块儿了。这个教官也会教，不再过多讲解。需要注意的是：打扫宿舍卫生的时候，一定注意安全，尤其是坏掉的电源插口什么的，一定及时上报处理。

2，早操早操一般会进行简单的体育训练。大学里的早操，教官们基本都会带着大家在玩的时候锻炼一下体能。像小时候玩的老鹰抓小鸡这些游戏都会出现，高高兴兴的跟着教官的节奏就是了。

3，早饭吃早饭前教官会带着队伍去食堂，在去食堂的路上或者到了食堂前会唱一首歌，基本都是军歌，需要大家大声去唱。有的时候，唱的不想的话，可是会再来的，这可就耽误大家吃饭喽。军训有一句话：吃饭不积极，脑子有问题。大家可要认真起来哦。

4，上午操课。吃过早饭简单休息一下后，就要进行上午操课了。大学军训主要进行队列训练，每天的正常操课会按照训练计划来实施。一般是这么个顺序：军姿，稍息立正跨立，停止间转法，蹲下起立，坐下起立，敬礼礼毕，三大步伐(齐步，跑步，正步)。有的学校会编方阵，就和国庆阅兵一样，过主席台。这些教官都会仔细讲解。

5，午饭。和早饭没多大区别，不再多说。

6，午休(睡)。午休的时候要好好揉揉自己的腿，不需要多厉害的手法，每个腿五分钟就行。这样可以保证双腿处在一个良好的状态，便于下午和以后训练。中午干什么事都要快，保证一个充分的睡眠，也有助于下午认真训练。

7，下午训练和上午差不多，不再多述。

8，晚饭。不再多述。

9，自由活动。说是自由活动，也不算是。晚上学学歌，学校开开会，学生会纳纳新，这就是自由活动。最不能忍受的是，可能晚上要加练。

注意事项

1，军训天气炎热，要备好防晒霜之类的护肤品，不要晒伤了。

2，训练安全是大事，时刻记心里。如果不舒服，一定及时打报告出来休息，不要硬坚持，生病不是坚持的事儿。

3，训练时不要带过多的物品，水杯，防晒霜之类的就行，钱包，手机等贵重物品就不要带了，带些儿零花钱就行。

4，训练时带多少东西，走的时候就要带走多少，不要拉下东西，大学操场没有想象中的安全

简单先这几点，以后想起来接着补充。

关于军训的点点滴滴

一，偷懒就这么说吧，每一个参加军训的大学生没有不想偷懒的，但是在教官能杀死人的眼神下，大多数也只好藏在心底了。当然，如果想“混”，这个也好办，没有一个老师教官会难为一个想“混”的学生。但是，军训毕竟是自己大学的第一印象，大家都想好好表现，但是怎么才能稍微节省一下力气呢?分清时间和地点。比如开会，各个单位比拼的时候，你做的松松散散就不行了。如果就自己教官带着，放松一些也无可厚非。在训练的时候，教官们也不会不让休息，坚持就是胜利，总会过去的。老想着偷懒，过的就越慢。

二，想家问题。大多数学生都是初中，高中就住校，上了大学感觉不强烈。但有一部分学生没有住校经历，再加上军训比较累，容易想家。想家的时候怎么半呢?可以和家里打个电话，视频聊聊天什么的，也可以和老师，教官，同学诉说诉说，不要自己憋在心里难受。这里想说一句：给家里打电话的时候，尽量报喜不报忧，有的学生离家很远，你不高兴家里也不好过来看你，这样家长也担心。

就想到这些，就到这里吧，以后想到了再补充。祝愿每一个新生可以开心的度过军训时光。

**大学新生军训总结700字 大一学生军训总结篇十七**

顶着\_月的骄阳，我怀着激动向往的心情，早早地踏上了来上海的列车，返校参加\_\_月13日开始的军训。要知道，为了能尽早适应大学期间的一次军训，我整个暑假没有一次在空调房间里睡过。尽管在初中和高中都参加过学校组织的军训，也听取了许多大学军训过来人传授的经验，自己的身体素质又相对较好，可仍不能掉以轻心。

到校后的第一个早上，六点还没到，已被窗外小班长集训整齐划一的踏步声唤醒。透过窗户，望着小班长们黝黑而矫健的身影，在惋惜自己当初没有被选为小班长的同时也暗暗下定决心：一定在军训中严格要求自己，以小班长为榜样，争当优秀学员。

军训如期开始。我所在的连队被安排在遮蔽物相对较少的光明体育场进行训练。日晒过，皮肤火辣辣的疼，我只是在休息时抹一抹额头上的汗珠;雨淋过，衣服贴在身上阴冷冷的，我只是在回寝室后默默地把湿衣服挂上衣架;腿酸过，脚痛过，每走一步都很难受，我还是努力将每一个动作做到位说实话，不是没想过松懈，可在训练场上一看到教官在偌大操场上的队列间来回奔波指点的身影，在点评时一细细品味起指导员语重心长的谆谆教诲，在行进的队列中一听到小班长们沙哑却底气十足的口令，心中便又燃起了动力，抬起头，抖擞起精神：人生中能有多少个这样的十四天呢?

当然，自己的投入也有了一定的回报：被选为小班的副班长，协助班长进行一些组织、训练工作;被挑选为连队阅兵方队的排头兵，将在队列第一排向首长展示五连的精神面貌。

在刻苦训练的同时，我也不忘积极参加军训团组织的各类活动。我放弃了一次午休写成的一篇描写送水师傅的题为《阳光下的三轮车》的通讯稿被张贴在一营的网站上;参加了军训团的拔河比赛并协助一营夺冠。

对我而言意义的是在所在连队的升旗日。我主动请缨担任旗手，手擎国旗正步走过菁菁广场，在朝阳的光辉中与另两位旗手亲手将国旗升起，并在下午大雨到来前及时赶到旗杆下将国旗降下收回。尽管自己后来被雨水淋透，但那一刻，我感到自己尽了一名旗手的责任，感到无比的光荣和自豪。

转眼，短暂的两周即将过去。在这两周军训生活中，我体会到了责任与使命，磨炼了意志，掌握了不少军事与民防知识，感受到了团结的力量，增强了时间观念与团队意识，体验了忍耐与坚持感到自己无论是从身体上还是思想上都得到了一次锻炼与升华。相信这次短暂的军训会给我留下永恒的回忆，使我受益终身!

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找