# 2024年军训心得第三天(优秀11篇)

来源：网络 作者：梦回江南 更新时间：2024-06-19

*范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。军训心得第三天篇...*

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

**军训心得第三天篇一**

军训，是大学生活必不可少的经历。第三天的军训，对我们来说已经步入正式的训练状态。身上的汗水、酸痛的肌肉，昨天的疲惫还没有结束，今天的收获却在持续。让我们一起感受这些日子军训的收获和心得体会。

第二段：身体素质提升

在军训的过程中，每一天都是充实的，我们的身体素质得到了非常大的提升。在跑操、跑步、做俯卧撑、仰卧起坐、拉伸体育等各种训练项目中，我们的身体得到了全面的锻炼，达到了一个新的高度。不仅仅是身体素质，我们的精神头也非常足，每一次艰苦的训练都能够让我们体验到挑战自己的乐趣。

第三段：团队精神提高

在军训过程中，集体的力量得到了发挥。我们每个人都有自己的能力、自己的性格、自己的生活习惯，但是在军训中，我们用我们的团队氛围和荣誉感将我们凝聚在一起。队伍里的每个人都有自己的重要作用，大家对于队友的支持、协同、配合，都让我们在一个集体中协作起来。

第四段：体会到了角色转换

军训的过程中，我们将自己的身份从普通的学生转变成了战士，在一定程度上，我们通过这个转变，让我们明白了自己的身份和责任。在这个角色转换之后，我们不仅要关心自己的生活和学习，还要关心身边的同学，关心集体之间的情况和协作。在这个过程中，我们不仅发现了自己的好领导和好团队，还让我们成长了许多。

第五段：总结

总之，军训的过程是我们大学珍贵的经历。这个经历，不仅仅能让我们锻炼身体，还能够让我们提高自己的组织能力、领导能力和团队意识，真正练就了一种坚韧的意志和优秀的团队协作意识。这不仅是我们年轻人必须具备的品质，更是我们人生道路中必须坚守的信仰。

**军训心得第三天篇二**

军训第三天心得要怎么写，才更标准规范？根据多年的文秘写作经验，参考优秀的军训第三天心得样本能让你事半功倍，下面分享【军训第三天心得通用4篇】，供你选择借鉴。

今天是军训第三天，也是最苦、最累、最可怕的一天。

上午，太阳高照，天气炎热，我们在这样的环境下站军姿、齐步走，结果可想而知。在别的连有很多人晕了、吐了、倒了，在我们七连有一名女同学吐了，我也快晕了。

别看上午那么累，下午更累!下午要齐步走、正步走。正步要把手放在腰带上，把脚向前踢出，然后用力往地上踢，要踢出响声，要\"出脚如射箭\".可我们男生出脚、步伐、速度总不一样，结果罚跑两圈。老师、教官们总是偏向女生，只让我们男生抬腿、跑步，女生练时教官就不让她们抬腿，即使走快了也不让她们跑步，太偏心了。

由于太累和跑圈的压力，所以男生没有做好。因为男生没有做好导致全连放学时间很晚，我们以后会努力的。不过也不能因为女生弱小而总让我们跑圈，不是说\"女子能顶半边天\"嘛，干吗把什么都往我们这\"半边天\"上推嘛。

回到教室，老师又偏心地把打扫卫生的担子放在了男生这\"半边天\"上来了。可怜我们更是惨上加惨，雪上加霜，往伤口上撒盐啊，累死了!

希望教官以后不要偏向女生，谢谢了，各位教官。

\_\_月\_\_日，是我开始走进新集体的第三天，也是我军训的第三天，这我体会到了在外面生活的辛苦。

一直听长辈说：部队是一个纪律严格的地方，军营非常艰苦，在他们那个时候，光站军姿就要练七、八天，真正要做到站如松、坐如钟的境界。说实话，虽然我的军训时间比较短，我还是觉得像是魔鬼训练营一样，让我不知不觉开始想家，开始哭了，也开始明白什么叫做\"身在福中不知福\"了。不过，我也觉得虽然军训很苦，但是苦中有乐，自己也得到了锻炼。像不会洗衣服、睡懒觉等等，都在这里有所改正，一向比较懒、有喜欢拖时间的我在这里得到了极大的锻炼。这次军训真的让我变了一个人，改正了很多缺点，更重要的是让我知道互相帮助、团结友爱的重要性，从不认识到认识，短短的时间让我结识了许多的朋友，我很开心。

教官对我们很严格，但也很关心我们。立正稍息我们练了很长时间，但也在无形中改掉了我喜欢驼背的毛病。我开始相信姐姐的话。当兵的看似很威风，但他们付出的汗水是我们根本无法想象的。当他们有成就时都会很怀念过去，也会珍惜现有的成果。所以当我觉得很苦很累时，当教官对我严格要求时，我振作起来，因为我知道教官也是由当兵开始苦出来的，他们付出更多的汗水，我们这些小小的苦又算得了什么呢?我觉得自己应该做得更好，虽然我常会因为没有做好被批评，但只要是我努力做了，无论被批评还是被表扬都是值得的。

俗话说：十年寒窗苦。读书尽管辛苦，可当兵的比我们更累、更苦，所以这些苦也就算不了什么了。不是说失败是成功之母么?不是说先苦后甜么?不是说没有最好只有更好的么?所以我会尽量做到最好。我也深深的知道教官的辛苦。通过这次军训我知道自己长大了、懂事了、让我知道自己不再是一个小孩子，不应该向家长撒娇了。

有人说：人生下来第一件事就是哭，没有笑的。上帝也许是不公平的，但他给了我们公平的时间和大脑;他注定人必须从苦到乐，不付出哪来的收获?正如农民种田一样，春天播种，然后要施肥、治虫等等，经过一系列苦活、累活之后，秋天才会有收获。所以，我们一定要不怕苦不怕累，只要能过去就能让自己受益一辈子。你努力了，你收获了，别人不能沾什么光，但你没有收获，别人就不会看得起你，你就会苦一辈子，所以我们一定要努力付出，付出越多就会有越多的收获。所以军训虽苦，但收获是不可估量的，也能为我们在人生道路上打下良好的基础。

这次的军训让我学会了独立，改正了许多的缺点。我感谢这次的军训!

军训已经进行到第三天了，我也开始渐渐适应这严格的军事化训练了。

今天的训练没有前两天那么累了，主要还是练齐步走。因为教官说要把我们的训练成果展示给大家看，所以我们训练的格外认真，卖力，教官更是喊口号喊的嗓子都哑了。

几天军训我似乎明白了一条生活哲理：人应该而且能够适应环境。如此繁重的任务，如此紧张辛苦的日子，如此一个新环境，如此一种全新的生活……我适应了，证明我有极强的适应能力。我自信这一点会让我受用终生。

以前我对\"服从命令是军人的天职\"这句话不是很理解，直到今日，我终有所悟。我们军训时一切听教官指挥，竟没有谁敢违抗命令。这是为什么?也许是如此一个环境吧，或许是怕受惩罚，或许是我们纪律观念强。总之，我能理解服从命令的重要，我也学会了服从命令。

我们要像白居易写得一首诗：\"野火烧不尽，春风吹又生。\"我们就是一棵棵小草，任凭烈日骄阳，都压不垮了我们。

环境越是艰难，就越需要坚强，毅力和信心。

俗话说：\"吃得苦中苦，方为人上人\",好不容易才等到了军训，军训不仅热也累，却很有价值，也让我们感受到了不一样的乐趣。

有的人从小娇生惯养，好似温室里的花朵，一吹就倒;而军人那钢一样的精神，铁一样的纪律，对他们来说真是天方夜谭了!我们是\"少年军校\"的学员，就是一个个小军人，我们不比解放军军人，但做到这一点也是应该的。

今天是军训的第三天了，经过这几天的训练，我从中感悟到了不少，其中原地踏步走的练习令我难忘：这动作我们可都练了六年了，我心想：这对咱们可不是小菜一碟吗?可并非我想，随着口号，我们踏着步子，口号依然响亮，但口号响也罢，关键是要走得好，但我们在这方面是欠缺的，一个个缺点冒了出来，步子不依，手臂不直，手没抬高，摇摇摆摆……一大串问题绕着我们打转!怎样才能 抵御这些问题呢?只有刻苦练习……终于经过不懈努力，我们的步伐走得整齐且有力，犹如一个检阅方阵，这都是我们109班团结的结果!

训练之余，最有趣的，还是要数拉歌了，与我们拉歌的是十二班，又是一阵\"团结就是力量\"的歌声萦绕耳畔，大家席地而坐，拍着手喊着拉歌的口号\"一二\"\"快快\"\"一二三\"\"快快快\"\"一二三四五\"\"我们等得好辛苦\"……大家都用了九牛二虎之力喊了出去，有几个同学喊得脸都涨红了，可见他们多费力啊!我们109班用嘹亮的歌声和铿锵有力的拉歌口号，把对方的士气\"压\"了下去，而我们109班就愈来愈起劲，眼看十二班就要撑不住了，这时，我又想起了109班这个大家庭，的确，团结就是力量，我们就是用团结这股劲打败了对方;也是这股劲让我们默契配合，才使得我们步伐是那么整齐，那么有力，我想，这股劲不仅会用在拉歌上，学习、运动会……都是这样。相信我们109班只要团结起来一定不错的，一定会勇往直前，迎难而上的!

意志是磨出来的，本领是练出来的。的确，没有耕耘，哪来收获;不经历风雨，怎么见彩虹。军训就是来磨练我们意志的一次考验，让我们领略军人的作风和精神，懂得团结就是力量。我相信我们109班在\"团结就是力量\"这首歌的鼓舞下，一定会愈来愈优秀的!

**军训心得第三天篇三**

早上，我们早早的起了床，刷完牙洗完脸整好内务后就下去集合了。接着，教官开始清点人数。清点完后，就带我们去吃早饭了。

我们来到饭堂，站在自己座位前。当我们听到哨声是，在零点零一秒的时间快速坐下。当我们听到第二声哨音时，就狼吞虎咽的猛吃起来，我们都吃的津津有味。

吃完饭后，休息了一会儿就开始训练了。

今天，我们学习了五个内容。一、是立正式旋转，对我们五年级来说，这筒直是小菜一碟。二、是蹲下与起立，每次蹲下与起立时都要大声喊一二。三、挎立与立正，同样，要也要喊一二。四、升国旗唱国歌敬礼，把头抬来就行了。最后一个内容就是抬手礼，做完这五项内容，我们就休息了。下午，我们上了工能课，就是在图书馆里看书，晚上，我们还看了一好看的电影。就这样，我们度过了愉快的第三天。

**军训心得第三天篇四**

在军训的第三天，大家的状态明显有了不同的变化。起初还有些懵懂的新生们已经开始适应严格的军事训练，行动更加统一，纪律更加严格。不仅如此，之前的疲惫也在今天得以缓解，部分身体素质较好的同学开始逐渐融入军训的节奏，表现出更加积极的态度和充沛的精力。而且，经历过艰辛的前两天后，大家的信心也得到了极大的提升，心理更加健康，意志更加坚定。

第二段：军训的体能训练

军训的体能训练是非常考验个人耐力和意志的环节。今天，教官们设置了一系列的体能课目，如俯卧撑、仰卧起坐、引体向上等，让我们进行了多次的操练。在这过程中，我们不断地挑战自己的极限、调整呼吸以及控制身体的力量。经过不断反复地练习和坚持，我们逐渐发现自己的极限得以在逐渐扩大，身体的各项素质得到提高。军训的体能训练没有一定的时间和要求，我们学会了自我调整和管理，这将成为我们日后人生路上的一项宝贵的财富。

第三段：军训的军事课目

军事课目是军训课程中不可或缺的环节，今天我们将要学习的是如何如何合理地打包行装并进行正规装备穿着。对于我们大多数人来说，军旅是一个陌生而神秘的世界，但是通过今天的学习我们才逐渐明白，身为青年大学生，学习如何正确穿戴装备、打包行装是重中之重。在练习过程中，教官们不仅强调了动作的技巧和步骤，而且还讲解道了许多军事术语和细节，让我们清楚地了解了军人职业的设计和实施。

第四段：个人能力的提升

一份份辛勤的汗水，一次次的挫折，一次次地挑战自己，我们不断地提升个人的战斗力。每天的军训课程，始终以提高个人的军事素质为主线，我们通过合理训练，逐渐提高了自身的各项素质，更加健康，更加坚强。此外，军训还是培养团队合作精神和人际交流技巧的重要机会，我们与同学互相帮助，共同解决问题，相信这些日子的磨练将使我们变得更加成熟和进步。

第五段：结语

总的来说，军训的前三天，每位同学不仅得到了实际的锻炼，也积累了宝贵的人生经历和知识技能。我们更加明确地认识到身为中国的大学生，我们的身体素质和军事素质应该得到相应的提升，甚至在某些时候，可能直接关系到我们个人和国家的利益。我们作为11届的优秀学子，认真完成每一次军训的任务，加上的锻炼和成长，我们一定能在未来的学习中、事业中、和生活中，更加成熟、坚强、有力量、有担当。

**军训心得第三天篇五**

第一天的军训，仿佛才刚刚开始，而如今已经到了第三天。在这短暂而又充实的三天里，我收获了许多，不仅锻炼了身体，提升了军事素养，还体会到了团队的力量和个人的成长。以下是我对一中军训第三天的心得体会。

第一段，一开始参加军训时，我内心充满了紧张和不安。站在操场上，听着教官的一声令下，感受到操场上的整齐行进和口号声，我深刻地感受到了军人的纪律和气势。第一天的军训对于我们来说是具有挑战性的，动作的标准不断地被教官提醒，一次次的纠正，我有时甚至开始怀疑自己是否能够完成整个军训课程。然而，随着天天的训练，我逐渐找到了自己节奏，稳步提高了训练时的动作标准，对自己的自信也逐渐增加。

第二段，第三天是军训中最艰苦的一天。早上天刚亮，我们就开始了紧张的晨跑。一阵疲惫后，我们又进行了体能训练，包括拔河和爬绳等项目。面对这些艰巨的训练内容，我一度感到身体力量消耗殆尽，内心也产生了放弃的想法。但是，在教官的鼓励和同学们的支持下，我坚持了下来。通过这些艰苦的训练，我深刻体会到了团队的力量，只有和大家一起努力，才能在困难面前战胜自己。

第三段，除了身体上的训练，今天我们也进行了军事理论的学习。军事知识的讲解对于我们来说是全新的体验，但是我发觉这些知识并非只是为了应付军训，它们背后蕴藏着对国家和军队的尊重、敬意和追求。通过学习，我明白了军训不仅是一种体能训练，更是一种观念的培养，让我们树立起对国家的热爱和对社会的责任感。通过训练中的军事理论学习，我明白了军人应该具有的品质和追求，这对于我的成长无疑具有重要的意义。

第四段，军训还让我体会到了战友之间的深情厚谊。在这几天里，我们同吃同住，一起训练，一起克服困难。在训练中，我遇到了许多困难，但是每当我遇到困难时，总有同学伸出援手，给予我鼓励和帮助。每天晚上蓝天之下，我们还一起唱军歌、跳军舞，我感受到了大家之间的和睦与互助。这种团结友爱的氛围让我倍感温暖，也使我更加明白了珍惜朋友和团队之间的感情的重要性。

第五段，通过一中军训的三天，我体会到了军训的种种意义。不仅是丰富自己的军事知识，提升身体素质，更重要的是在这里，我们锻炼了坚强的意志和顽强的毅力，培养了严谨细致的工作态度。我们从这三天的军训中汲取的力量将伴随我们走过新的路程，迎接新的挑战。军训的每一天都是一次挑战，而这些挑战让我们变得更加坚强和勇敢，为未来的学习和生活奠定了坚实的基础。

总之，一中军训第三天给予我们了许多珍贵的体验和感悟。通过这三天的训练，我不仅学到了军事理论知识，提升了自身的身体素质，更重要的是懂得了团队的力量和个人的成长。这些经历将成为我人生中宝贵的财富，让我更加坚定地迈向未来的旅程。

**军训心得第三天篇六**

军训已经进行到第三天了，我也开始渐渐适应这严格的军事化训练了。

今天的训练没有前两天那么累了，主要还是练齐步走。因为教官说要把我们的训练成果展示给大家看，所以我们训练的格外认真，卖力，教官更是喊口号喊的嗓子都哑了。

几天军训我似乎明白了一条生活哲理：人应该而且能够适应环境。如此繁重的任务，如此紧张辛苦的日子，如此一个新环境，如此一种全新的生活……我适应了，证明我有极强的适应能力。我自信这一点会让我受用终生。

以前我对\"服从命令是军人的天职\"这句话不是很理解，直到今日，我终有所悟。我们军训时一切听教官指挥，竟没有谁敢违抗命令。这是为什么?也许是如此一个环境吧，或许是怕受惩罚，或许是我们纪律观念强。总之，我能理解服从命令的重要，我也学会了服从命令。

我们要像白居易写得一首诗：\"野火烧不尽，春风吹又生。\"我们就是一棵棵小草，任凭烈日骄阳，都压不垮了我们。

环境越是艰难，就越需要坚强，毅力和信心。

军训第三天心得3

**军训心得第三天篇七**

俗话说：\"吃得苦中苦，方为人上人\",好不容易才等到了军训，军训不仅热也累，却很有价值，也让我们感受到了不一样的乐趣。

有的人从小娇生惯养，好似温室里的花朵，一吹就倒;而军人那钢一样的精神，铁一样的纪律，对他们来说真是天方夜谭了!我们是\"少年军校\"的学员，就是一个个小军人，我们不比解放军军人，但做到这一点也是应该的。

今天是军训的第三天了，经过这几天的训练，我从中感悟到了不少，其中原地踏步走的练习令我难忘：这动作我们可都练了六年了，我心想：这对咱们可不是小菜一碟吗?可并非我想，随着口号，我们踏着步子，口号依然响亮，但口号响也罢，关键是要走得好，但我们在这方面是欠缺的，一个个缺点冒了出来，步子不依，手臂不直，手没抬高，摇摇摆摆……一大串问题绕着我们打转!怎样才能 抵御这些问题呢?只有刻苦练习……终于经过不懈努力，我们的步伐走得整齐且有力，犹如一个检阅方阵，这都是我们109班团结的结果!

训练之余，最有趣的，还是要数拉歌了，与我们拉歌的是十二班，又是一阵\"团结就是力量\"的歌声萦绕耳畔，大家席地而坐，拍着手喊着拉歌的口号\"一二\"\"快快\"\"一二三\"\"快快快\"\"一二三四五\"\"我们等得好辛苦\"……大家都用了九牛二虎之力喊了出去，有几个同学喊得脸都涨红了，可见他们多费力啊!我们109班用嘹亮的歌声和铿锵有力的拉歌口号，把对方的士气\"压\"了下去，而我们109班就愈来愈起劲，眼看十二班就要撑不住了，这时，我又想起了109班这个大家庭，的确，团结就是力量，我们就是用团结这股劲打败了对方;也是这股劲让我们默契配合，才使得我们步伐是那么整齐，那么有力，我想，这股劲不仅会用在拉歌上，学习、运动会……都是这样。相信我们109班只要团结起来一定不错的，一定会勇往直前，迎难而上的!

意志是磨出来的，本领是练出来的。的确，没有耕耘，哪来收获;不经历风雨，怎么见彩虹。军训就是来磨练我们意志的一次考验，让我们领略军人的作风和精神，懂得团结就是力量。我相信我们109班在\"团结就是力量\"这首歌的鼓舞下，一定会愈来愈优秀的!

军训心得第三天3

**军训心得第三天篇八**

军训初中第三天，我们依然迎来了清晨的号角声。随着时间的推移，我们已经逐渐适应了军训的生活，开始感受到其中蕴含的挑战和拼搏。在训练场上，我们辛苦地挥汗如雨，使劲地用力，不停地迈着坚定的步伐。尽管面临日益加大的压力，但我们对自己充满信心，怀揣着必胜的决心，为了完成军训的目标，我们乐观向前地拼搏着。

第二段：纪律和团结

军训初中第三天，我们越来越感受到军队的纪律和团结精神的重要性。在军训的过程中，所有队员必须遵守统一的规章制度，严格按照教官的指示行动，处处遵从指挥。这种规范的行为让我们在保持队列整齐的同时也培养了自己严谨的纪律意识。而且，我们意识到团结的重要性，无论是在队列训练还是集体活动中，只有团结一致才能完成任务，达到预定的目标。

第三段：磨砺和坚韧

军训初中第三天，我们感受到了军训对我们的磨砺和坚韧的考验。军事训练的目的是通过困难和挑战来培养我们的意志品质。比如，每天的体能训练让我们感到肌肉酸痛，但是我们依然坚持下去，意志力得到了锻炼。而且，面对有时候力量不足以解决的问题，我们培养了坚韧不拔的毅力，勇于面对困难，克服困难，不屈不挠地追求目标。

第四段：奋发和自律

军训初中第三天，我们懂得了奋发和自律的重要性。我们目睹了教官们为了我们的军训付出的艰辛和努力。于是，我们不再抱怨，坚定了决心，奋发进取。同时，在军训过程中，我们激发了自律的意识。我们积极自觉地完成每一项任务，自己要求自己，在完成任务的同时，严于律己，纠正自己的不足之处，以便在不断的实践中提高自己的军事技能和素质。

第五段：成长和收获

军训初中第三天，我们在挑战与拼搏、纪律与团结、磨砺与坚韧、奋发与自律中不断成长，取得了丰硕的收获。从第一天的懵懂无知到第三天的专注而坚定，我们的训练和表现越来越有章法，越来越有条理。我们明白了纪律的重要性，懂得了团结的力量，培养了自己的自信与毅力。在这个过程中，我们和教官之间的交流与互动不仅仅是教与学者，更多的是相互理解与认同，这也使我们在军训中不断地成长和进步。

总结：

通过军训初中第三天的经历，我们体验了挑战和拼搏、纪律和团结、磨砺和坚韧、奋发和自律，取得了成长和收获。无论是对我们个人来说，还是对整个集体来说，这段经历都是一段宝贵的财富。正是这一切，让我们更加明白自己的不足和努力的方向，更加坚定了我们的人生态度和追求。我们相信，军训初中第三天的心得体会将会成为我们未来成长的基石，引领我们走向更加美好的人生。

**军训心得第三天篇九**

俗话说：\"吃得苦中苦，方为人上人\",好不容易才等到了军训，军训不仅热也累，却很有价值，也让我们感受到了不一样的乐趣。

有的人从小娇生惯养，好似温室里的花朵，一吹就倒;而军人那钢一样的精神，铁一样的纪律，对他们来说真是天方夜谭了!我们是\"少年军校\"的学员，就是一个个小军人，我们不比解放军军人，但做到这一点也是应该的。

今天是军训的第三天了，经过这几天的训练，我从中感悟到了不少，其中原地踏步走的练习令我难忘：这动作我们可都练了六年了，我心想：这对咱们可不是小菜一碟吗?可并非我想，随着口号，我们踏着步子，口号依然响亮，但口号响也罢，关键是要走得好，但我们在这方面是欠缺的，一个个缺点冒了出来，步子不依，手臂不直，手没抬高，摇摇摆摆……一大串问题绕着我们打转!怎样才能 抵御这些问题呢?只有刻苦练习……终于经过不懈努力，我们的步伐走得整齐且有力，犹如一个检阅方阵，这都是我们109班团结的结果!

训练之余，最有趣的，还是要数拉歌了，与我们拉歌的是十二班，又是一阵\"团结就是力量\"的歌声萦绕耳畔，大家席地而坐，拍着手喊着拉歌的口号\"一二\"\"快快\"\"一二三\"\"快快快\"\"一二三四五\"\"我们等得好辛苦\"……大家都用了九牛二虎之力喊了出去，有几个同学喊得脸都涨红了，可见他们多费力啊!我们109班用嘹亮的歌声和铿锵有力的拉歌口号，把对方的士气\"压\"了下去，而我们109班就愈来愈起劲，眼看十二班就要撑不住了，这时，我又想起了109班这个大家庭，的确，团结就是力量，我们就是用团结这股劲打败了对方;也是这股劲让我们默契配合，才使得我们步伐是那么整齐，那么有力，我想，这股劲不仅会用在拉歌上，学习、运动会……都是这样。相信我们109班只要团结起来一定不错的，一定会勇往直前，迎难而上的!

意志是磨出来的，本领是练出来的。的确，没有耕耘，哪来收获;不经历风雨，怎么见彩虹。军训就是来磨练我们意志的一次考验，让我们领略军人的作风和精神，懂得团结就是力量。我相信我们109班在\"团结就是力量\"这首歌的鼓舞下，一定会愈来愈优秀的!

军训第三天心得2

**军训心得第三天篇十**

在一中军训的第三天，我们迎来了紧张而充满期待的训练日程。准备工作经过两天的磨合，我们已经逐渐适应了军事化管理的节奏。为了充分发挥个人的潜力，我们要在每天的军训前做好充足的准备。每天早晨，我们要保持良好的作息，早早起床并进行简单的热身运动，以保持身体的活跃度。同时，我们还要认真阅读军训教材，学习领会军事纪律，了解自己在军事训练中的角色和任务。只有全面准备，我们才能更好地应对军训中的各种挑战。

第二段：勇敢迎接挑战，超越自我

军训的第三天，我们面对着一系列的训练课目，包括队列操练、军姿训练、拔河比赛等。每一个课目都是对我们团队意识、纪律要求以及个人能力的考验。在队列操练中，我们通过精确的步伐配合和功能分工，展现了我们团队的紧密合作和纪律性。在军姿训练中，我们通过严格的身体要求和动作规范，磨砺了我们的毅力和耐力。在拔河比赛中，我们则锻炼了力量和团队协作的能力。面对这些挑战，我们要敢于迎接，超越自我，只有这样才能在军训中不断成长。

第三段：培养团队精神，互相扶持

在一中军训中，我们不仅仅是个人，更是一个团队的一部分。团队精神的培养是军训的一个重要目标。在训练中，我们相互鼓励、互相帮助，形成了团结一致、互信互助的氛围。当一个人感到疲惫时，总有其他队友的肯定和鼓励；当一个人遇到困难时，总有其他队员伸出援手。这种团队精神在不断的锻炼中变得愈加坚定，使我们能够共同战胜困难，更好地完成训练任务。

第四段：发现自己的潜力，树立自信心

军训期间，我们被暴露在许多新的环境和挑战中。这个过程让我们有机会发现自己的潜力，并树立起自信心。在每一次训练中，我们都能够不断突破自己的极限，完成看似不可能的任务。这样的经历让我们意识到，只要肯努力，我们是可以战胜一切困难的。同时，我们也从中学会了认识自己的优点和不足，明白了在哪些方面可以做得更好。这种自我认知和自我提高的过程，使我们既有自信心，又保持了一颗谦逊的心。

第五段：加强团结合作, 共同成长

一中军训的第三天不仅是我们个人的成长，也是团队共同的成长。通过相互鼓励和支持，我们建立起了深厚的团队关系，维系了全体队员之间的紧密联系。面对训练中的困难和挑战，我们不再孤单无助，而是有了一个强大的团队作为后盾。只有相信并依靠彼此，我们才能够共同克服困难，共同进步。在共同成长的过程中，我们不仅学会了团队合作的重要性，也培养了我们的责任感和使命感。

总结：

一中军训第三天的心得体会，不仅是对个人成长、团队精神的体验，更是对自强、拼搏精神的感悟。只有在积极准备、勇敢面对、相互扶持的前提下，我们才能发现自己的潜力，超越自我，并在共同的奋斗中不断成长。通过这三天的军训，我们不仅锻炼了身体，更锻炼了意志和品质。这些经历将成为我们宝贵的财富，在未来的成长和发展中起到积极的推动作用。

**军训心得第三天篇十一**

\_\_月\_\_日，是我开始走进新集体的第三天，也是我军训的第三天，这我体会到了在外面生活的辛苦。

一直听长辈说：部队是一个纪律严格的地方，军营非常艰苦，在他们那个时候，光站军姿就要练七、八天，真正要做到站如松、坐如钟的境界。说实话，虽然我的军训时间比较短，我还是觉得像是魔鬼训练营一样，让我不知不觉开始想家，开始哭了，也开始明白什么叫做\"身在福中不知福\"了。不过，我也觉得虽然军训很苦，但是苦中有乐，自己也得到了锻炼。像不会洗衣服、睡懒觉等等，都在这里有所改正，一向比较懒、有喜欢拖时间的我在这里得到了极大的锻炼。这次军训真的让我变了一个人，改正了很多缺点，更重要的是让我知道互相帮助、团结友爱的重要性，从不认识到认识，短短的时间让我结识了许多的朋友，我很开心。

教官对我们很严格，但也很关心我们。立正稍息我们练了很长时间，但也在无形中改掉了我喜欢驼背的毛病。我开始相信姐姐的话。当兵的看似很威风，但他们付出的汗水是我们根本无法想象的。当他们有成就时都会很怀念过去，也会珍惜现有的成果。所以当我觉得很苦很累时，当教官对我严格要求时，我振作起来，因为我知道教官也是由当兵开始苦出来的，他们付出更多的汗水，我们这些小小的苦又算得了什么呢?我觉得自己应该做得更好，虽然我常会因为没有做好被批评，但只要是我努力做了，无论被批评还是被表扬都是值得的。

俗话说：十年寒窗苦。读书尽管辛苦，可当兵的比我们更累、更苦，所以这些苦也就算不了什么了。不是说失败是成功之母么?不是说先苦后甜么?不是说没有最好只有更好的么?所以我会尽量做到最好。我也深深的知道教官的辛苦。通过这次军训我知道自己长大了、懂事了、让我知道自己不再是一个小孩子，不应该向家长撒娇了。

有人说：人生下来第一件事就是哭，没有笑的。上帝也许是不公平的，但他给了我们公平的时间和大脑;他注定人必须从苦到乐，不付出哪来的收获?正如农民种田一样，春天播种，然后要施肥、治虫等等，经过一系列苦活、累活之后，秋天才会有收获。所以，我们一定要不怕苦不怕累，只要能过去就能让自己受益一辈子。你努力了，你收获了，别人不能沾什么光，但你没有收获，别人就不会看得起你，你就会苦一辈子，所以我们一定要努力付出，付出越多就会有越多的收获。所以军训虽苦，但收获是不可估量的，也能为我们在人生道路上打下良好的基础。

这次的军训让我学会了独立，改正了许多的缺点。我感谢这次的军训!

军训第三天心得（精选篇3）

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn