

军训心得三天总结初一 军训三天心得体会 (模板9篇)

知识点总结可以帮助我们将零散的知识点整合成系统性的知识体系。接下来，我们将分享一些教师总结的范文，希望能够给大家提供一些借鉴和参考。

军训心得三天总结初一篇一

按照市委的安排，20xx年xx月xx日至xx月xx日，我在x省预备役步兵师炮兵团进行了军事训练。这期间，我认真按照市委的要求，端正态度，转换角色，遵守纪律，勤学苦练，认真锤炼自己的思想和作风，较好地完成了军训任务。

一端正态度，摆正位置，当好普通一兵

这次军训，是市委为了加强后备干部的国防教育、增强国防观念，对我们锤炼作风、磨练意志、增强体质、提高综合素质、培养大局意识、团队精神、提高办事效率而进行的一次训练。在整个训练期间，我按照任务要求，始终把自己当作一名普通战士，严格要求，进行了认真的学习和刻苦的训练。

在纪律方面，严格执行了军训纪律和部队训练条例。做到了不缺席、不迟到、不早退，坚持上好每一天的训练课，完成好每一堂的训练任务。

在训练中，始终端正态度，坚持刻苦训练。在站姿的训练中，严格按照动作要领，做到痒了不挠，汗流不揩，纹丝不动；在动作训练上，从一个迈步、一个转身、一个臂弯、一个踢腿开始，认真体会动作要领，反复训练规范每一个动作。军体拳打了一遍不行，就再打一遍，直到自己满意为止，最终进入了64人军体拳汇报表演方阵的行列；在轻武器的训练上，认真按照射击要求，反复体会动作要领，在实弹射击中，取

得了5发子弹全部命中总环数37环的好成绩。

在内务方面，按照内务要求和标准，规范物品的规整和摆放。被子背包打了一次不行，就再叠再打，有时间就练，直到自己满意。

军训，一个能给人无形的压力的字眼，一个能影响人一生的字眼，一个很多人都向往的字眼。看，一个个英姿飒爽，昂首挺胸的站在操场上，是青松，是大海，是寒梅...当然，军训也是辛苦的，看那严明的纪律，那雷令风行的作风，还有那铁一般的体魄，刚一般的意志，无不给人以一种肃然起敬的威严。苏轼曰：立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚韧不拔之志。

赤日炎炎，没有一丝风，树叶也无精打采的，可训练场上的同学们个个精神焕发，队伍整整齐齐。军姿一站就是一个小时，虽然每个人的衣服都被汗湿了，但是同学们都坚持了下来，坚决服从军令。几个小时下来，许多同学站得都麻木了，手脚不再听使唤，有的同学干脆就席地而坐。军训累不累累！军训苦不苦苦！军训甜不甜甜！因为军训让我们看到了军人的风采，体会到了军人的气质，同时军训也磨练了我们的意志。

通过军训，我学会了如何去面对挫折，如何在以后的人生路上披荆斩棘，如何去踏平坎坷，做到自制、自爱、自理、自强，走出自己的阳光大道，开创一片自己的天空来。我会将这段军训生活永久地珍藏，当作是人生的瑰宝，让它的精神贯穿我的整个一生。

军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”这句话意思是成功的大门从来都是向意志坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。

心目中的军训充满教官的训斥；心目中的军训是紧张与艰苦的合奏；心目中的军训更是无常地响起那集合手哨音，还有那瓢泼大雨下的大集合、严训练；心目中的军训生活成百上千次地浮现在我的脑海，闪现在我的眼前。但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱我向往已久的军训。

我满怀信心地开始了真正的训练。教官一遍遍耐心地指导代替了严厉的训斥。训练场上不但有我们整齐的步伐，也有我们阵阵洪亮的口号声，更有我们那嘹亮的军营歌曲。

站军姿，给了你炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了你龙之传人无穷的毅力。练转身，体现了人类活跃敏捷的思维，更体现了集体主义的伟大。不积滴水，无以成江海。没有我们每个人的努力，就不可能有一个完整的，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要，我相信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。

其实在自己的人生路上，也应该印满一条自己脚步的路，即使那路到处布满了荆棘，即使那路每一步都是那样的泥泞、那样的坎坷，也得让自己去踩、去踏、去摸索、去行进！我想那样的路才是真正的自我写照，决无半点虚假伪装之意。

军训心得三天总结初一篇二

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。

军训心得三天总结初一篇三

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。

第三天的军训心得4

军训心得三天总结初一篇四

天是我们军训的第三天，也是军训中最激动人心的时候————因为我们要进行打靶训练。

一大清早，太阳刚刚升起，我们就赶到后山靶场集合。这是个宽广但是很荒凉的大操场，山坡上竖着一排靶子，肃穆而庄严。耳边已有此起彼伏的枪声，我心里在叫：“真枪，那可是真的枪啊，乖乖！”看着正在打靶的人，真有一种想冲过去把他们的枪抢过来的冲动。教官们强调了射击要领后，漫长的等待，终于轮到我了。“趴下！”教官一声令下，我都来不及想什么，就势趴了下去。手一碰到枪，心突然就一颤，一种前所未有的恐惧袭上来，我慌忙把刚才拿下的纸团又塞进耳朵。

近视，没有戴眼镜，前面的靶看得并不是很清楚，我费了好大的力气才把枪抬起来，教官一个劲儿地叫我用右锁骨抵紧枪，我却一个劲地跟他说：“我好紧张”。然后我抠动了扳机，一声巨响，我眼一闭，只感觉枪在右肩处猛地一弹，打在锁骨上，都不知道疼，心在巨震了一下之后，突突得跳个不停，吓得我都不敢再动。教官在旁边催促，停了十几秒后，我便只好闭着眼，连连抠动扳机，3枪就在我的不知不觉中全部发完了。我站起来，突然觉得刚才的枪声是那样地爽快又动人心魄，真后悔，自己因胆怯而没有好好体会，好想能够再打

一次呀，真的，好想好想。出来后就觉得听力下降了好多分贝，顺便捡到弹壳一枚作为留念。9点才回来，太阳毒辣辣地烤着我们，走得人差点要虚脱，但这是我生平第一次，或许也是唯一一次接触真枪实弹，再苦再累也值得！握枪的时间只有一分来钟，但这一刻将成为我永远的记忆。

虽然天气烈日当空，但军训仍就井然有序地进行着。操练队列，向左转，向右转，让我们感觉到军训虽然苦与累，却生活得丰富多彩，它不仅强健了我们的体魄，还让我们学到了一些军事知识，陶冶了我们的情操。

军训才三天，现在右肩胛肉多的地方，血印了，是那步枪反作用力的杰作！！深刻感觉军训还是不够的，但对军训的感觉还是有了一些。腿脚是酸、麻、疼，但心里倒未必，毕竟军训是用苦来换甜的最直接的体现。种种感觉，都道出了军训的内涵与本质，用最佳也是最直接的苦，换回一份迎难而上，挫折不退，失败不倒的傲气与精神的甜蜜。军训是无字的书，它教给了我们什么是解放军的钢铁纪律，它传接了我们解放军的优良传统，它告诉我们任何时候都要居安思危，有忧患意识，不能偷安，不能马放南山，它还教给了我们认识苦、看清累，不要让苦累挡住了去路、军训的感觉是很苦的，但如一杯咖啡，仍有着诱人的清香和苦后丝丝甜意。军训的感觉更多的是甜，是一种对累征服后的快感 and 对自己精神的喜悦，军训是心田的一杯龙井，淡苦中始终留恋着悠悠余香。

军训本身并不只是一种训练，它更是对我们体力与意志的考验，只有顽强的毅力才能面对它对我们的体力与意志的挑战，才能战胜自我，圆满地完成任务。当然，完成任务并不是军训的最终目的，而是在人生旅行中勇敢地面对更大的困难并战胜它。

军训是一件严肃的事情，它有严明的纪律，这有利于锻炼我们遵纪守法的自觉性；军训的单位是一个集体，个人表现的

好坏直接关系到集体的荣誉，所以它有利于锻炼我们的团队精神，增强我们的集体荣誉感，另外，军训是一种国防教育形式，它有利于增强我们的国防意识，激发我们的爱国热情，并树立为社会主义的现代化建设的伟大理想。

雄关漫道真如铁，相信迈步从头越的我们一定会满怀一腔热血，豪情似海地为祖国和人民贡献自己的力量。

军训心得三天总结初一篇五

今天，我们怀着兴奋的心情来到宝安国防教育训练基地。可我们却不知道，这只是噩梦的开始。

来到这里，我们安排了宿舍，太不爽了！她们女生睡高楼，我们男生睡车库，还有一点火药味。更不爽的是，我们男生个个做的很好，集合的很快，女生来的很慢，边来边说话，来了以后竟然有女生蹲下。害我们男生全体罚双手抱头蹲下起立两百八十个。

我记得最清楚的是有一次。我半夜起来上厕所，这时月亮又大又圆。因为车库里面太黑，我随便穿上鞋子，走了出去。感觉脚很痛，来到电灯旁才发现鞋子穿错了，左脚穿到右脚的鞋，右脚穿到左脚的鞋。而且一只鞋是红色，一只是黑色。于是跑回去换鞋。换完鞋后跑回厕所发现厕所没开灯，走进去差一点没摔跤，幸好工程师有人性，做了一面墙。回到宿舍上床躺下，觉得旁边的人不像是苏钰杰。走近一看才发现是三年级的人。我吓了一跳，跳下床寻找我的床。看到陈伟鹏才知道我的床在哪。呜.....我想回家。

军训心得三天总结初一篇六

我最难忘的一天是星期三，我早上按照平常的时间到校。到了学校，我们正在吃早餐，吃着吃着，传来了一声大喊声！我们急忙跑过去看发生了什么事情，后来才得知，原来几名同

学看到了教官。

吃完饭，赵老师让我们静静等着我们班的教官。我心情非常激动。不一会，教官到了教室，讲了几条要求，我们就排着队伍出发了。

上了车，教官叫我们对别人尊敬的鼓掌方式，还有口号。一个小时，我们到了军训营地，教官先安排好我们的四列队形怎样站，然后把书包放下开始练习。

上午，我们举行了四年级比赛，比赛的名字叫“闪电报数训练”。教官选了20名声音比较大的几名同学，再让其余的同学做啦啦队，教官训练好那20名同学后，在啦啦队里面挑选两名小队长。那两名小队长分别是杨铃、谭涵侑，教官让两个小队长叫我们创一个口号并教动作。

会了口号和动作后就开始了。第一局就是要比声音大，教官刚一叫，就从四一班开始喊。轮着轮着，教官喊了一声四六班，我们就开始报数了。

刚开始报数，轮到张迪郎就卡了一下，后来又接上了，场面非常激烈。第一局过后，第二局又开始了，第二句是比快。当轮到我们班的时候，非常顺利！最后宣布结果，我们是第一名，全班都欢呼起来。

第二个活动是软吸管建高塔，教官先教我们用三根吸管折三角形，再一横排小组合起来合成一个高塔在拿去比赛。我们组正在折三角形，别的组就已经拼好了，教官在帮他们。

开始比赛了，我们班的已经好了，别的班级也已经好了。教官说：“比赛是由投票选择的，每当说投某某班的时候，那个班全班要低着头，等到最后再宣布结果”。

经过一番投票，我们班是第二名，不过也很高兴，因为教官

说不管得了第几名都要高兴。到了晚上，我们举行了野炊，教官选了几名会炒菜、切菜、烧柴、洗菜的人，然后开始工作。

炒菜的人是王一祚还有教官。王一祚炒了七道菜，教官炒了八道菜。香喷喷的菜一端上桌，就迫不及待的等着教官发开始吃的口令。

这次军训，虽然艰苦但是也有很大的收获。

第三天军训心得10

相比前两天我们的身体开始进入到了疲劳期，前两天军训的后遗症已经在我们的身上发作，但是在军训的时候从来没有人喊错来过，也从来没有人屈服过，娇弱的女生坚持着，勇敢的男生傲立着，虽然苦，虽然累，但是却不能够击败我们，只会让我们愈战愈强，越挫越勇。

军训是一次洗礼，意思在一次教育，他在教导我们在任何时候都不好被表面的困难所压倒，不要被意思的失败所击溃，更不要就此颓废不前，前进，前进，人生的道路我们才开始迈步，精彩的人生，只有经历过磨砺，才能够感受到彩虹，才能够获得成功。我们来到了高中，步入到了高一生活，想象我们的学长学姐们，他们都是这么走过来的，我们又有什么好害怕的呢，疲劳只是暂时的，一到训练我们充满了力量。

军训的苦和累是我们生活中的点缀，有了军训的生活我们感到了前所未有的充实，感到自己在体验生活，这让我想起了那永不屈服的雪松，面对积雪的压迫也从不认输，总是挺立在山巅，我们就如同那雪松，接受着军训的考验，不断的磨砺只会让我们褪去脆弱，迎来坚强，强大都是内在的，我们的毅力我们的勇气，在一次次的努力中不断的变强，在一次次的锻炼中蜕变。

能够吃苦是一种福，因为苦中的乐，只有经历了苦难才能够体会到这其中的滋味，我感到我还可以继续，我感到我的力量在一点点的被激发。军训的快乐我感到了，因为军训不只是痛苦，当我们每一次学会一个动作我们都会发自内心的感到自豪，感到我们的付出没有就此白费，汗水没有白流，感到了自己越来越想一个正规的军人，觉得自己有了军人的顽强与毅力。没有付出不会有收获的喜悦，没有经历就不会有这样的体验。军训不但锻炼了我们的体魄，更是磨砺了我们的一直让我们在一次次努力下不断的成长，这只是这三天带给我的改变，军训还会继续，我将收获更多。

第三天军训心得11

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。

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。

第三天军训心得12

x月x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。

第三天军训心得13

孩子们的军训面貌，训练时的认真等等已经不需要我太担心，孩子们很好。但是有些地方我觉得还是值得我和家长需要注意和思考的，比如说在休息的间隙时间，孩子们喝水或者吃一些东西，往往有些学生就会出现随地乱丢垃圾的行为，当然我也集中的和学生交流了，安排组长进行提醒。

作为班主任，工作多年，我越发的感觉，学生的学业成绩当然是重要的，尤其是学习的过程，学习的行为方式等等这些都非常重要，但是除了学业之外的，比如社会实践的能力，公共意识，个人生活习惯等等也是值得我们关注的。

有的时候，单纯关注学业，而不给我们孩子多元化得体验的话，可能在较短时间内，会出现及时效应，成绩不错，但越往后走，个人的发展往往就要收到多种因素的干扰。在我往届学生中，有的都已经上班，有的快大学毕业了，我发现那些走的好的学生，不单单是会学习，在其他方面的综合能力也相当不错，这个是他们从中学阶段老师、家长和自己已经开始重视起来的。

所以，在今后的班级规划中，包括家长在对孩子的培养中，我们可能都需要考虑的是除了学业之外，还需要我们学生掌握哪些能力、养成哪些良好的习惯？有感而发，随便说说。以上只是个人想法。呵呵。

第三天军训心得14

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，但口号响也罢了，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xx班团结的结果！

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xx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xx班就愈来愈起劲，眼看xx班就要撑不住了，这时，我又想起了xx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xx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xx班在“团结就是力量”这首歌的鼓舞下，一定会愈来愈优秀的！

第三天军训心得15

上午7：20到了三中，看到了我的班级，是五班。那以后我就是初一5班的学生了。到了教室，马上和旁边的女生打成了一片。

现在才知道小学是多么多么的幸福，比如：发新书。小学的最多不到10本书，今天我才知道什么叫做书海了。语、数、英、历史、地理、生物、信息技术、心理健康教育、体育与健康、美术、思想品德、音乐这些课本各一本。还有：《初中学生理科实验操作规程》、《历史填充图册》、《地理填充图册》、《历史同步训练与测评》、《地理地图册》、《思想品德同步训练》……这些我已经忍了，可是当发下军服那一刻，我傻眼了。三中也军训？军服很大，但我觉得我穿不了，可是中午回到家一试，嗯？很合身，还大许多。

老师说下午就军训。中午1：10我穿着军服，骑着车子就去学校了，在大街上只要看到穿迷彩服的学生，都是我们学校的。因为我还不知道我们班的车子停在哪里，所以我就停在校外了。到教室放下书包就去操场集合，在老师的带领下我们一个班一个班的徒步去休闲广场军训。我们过马路时那才叫好玩呢，一共十三个班，绿灯亮了，我们就赶紧往前跑，十三个班一起走，害的司机们等了两回红绿灯。

到了休闲广场，我们先练习原地踏步走，每个男生喊一边，选出临时的体育委员。选出来的体育委员比我还高，他喊

的“一二一”太快了，我们跟不上，我们总说“慢点慢点”。

接下来是练军姿，脚后跟并拢，脚尖打开60度，挺胸抬头，双手并拢自然地放在两腿侧。军姿站了大约不到一个小时，一个女同学差一点晕倒了，听别的同学说还有人吐了。第一次原地休息时我还不累，还是站着活动活动身体，可还没到第二次休息时我就觉得眼前一片漆黑，看不清人了，觉得身体也有点晃，我想闭上眼睛歇会，等我睁开眼，看见旁边的男同学惊奇的看着我，还说“你不行了？去上旁边休息吧。”我谢绝了。

向右看齐很好玩，可是练完向右看齐又得站军姿。

下午4点下雨了，我们老高兴了。旁边的男同学还说“下大点，大点。教练还不让休息，缺德。”可是一会就不下了。全年级的班都走了，就剩下我们班，老师还在为大小个排队伤脑筋。最后还是我最后一个，因为女生中我最高，因为我是最后一个，所以走的时候我和其他五位男同学领队。到了学校，老师还不让我们回教室，继续练习，别的班也一样。开始报数，我是最后一个，我应该喊“13”可我不知道是脑子怎么了，喊了句“12”我声音小，也是最后一个喊，老师不满意，说“最后一个怎么声音这么小啊？”你知道后面的男同学怎么说吗？“变声期嘛！”

明天上午7：20还得整队军训，下午上课。后天也是上午军训，下午上课。星期六就是上午上课，下午1：20整队军训。地点一样，休闲广场。今天刚刚完了军训，我的肩周炎脊椎病腰椎间盘突出都要成为我的了，这么说有点夸张。可是真的很累。

第三天军训

在磨练与坚持中成长——20xx级五年一贯制新生军训系列报道之三20xx年10月10日，军训已进入第三天，天气也跟着热了起来，武进学院20xx级五年一贯制的全体新生在教官们的

带领下在训.....

军训日记第三天

经过这两天的刻苦训练，我感到自己成长了许多。第一，意志力：当我们站军姿时，星期一我不太熟悉，所以连5分钟都站不下去，而且非常疲劳。星期二，适应了一些，5、6分钟能站好，可是长时间会.....

军训日记第三天

经过这两天的刻苦训练，我感到自己成长了许多。第一，意志力：当我们站军姿时，星期一我不太熟悉，所以连5分钟都站不下去，而且非常疲劳。星期二，适应了一些，5、6分钟能站好，可是长时间会.....

军训日记第三天

军训日记第三天今天是军训的第三天。时间已经过去一大半儿了，训练的成果也明显提高了。正步走，为了这个动作我们练了一天了。一开始，教官让两排，两排练习，后来四排，四排练习。再.....

日记军训第三天

在军训的这些日子以来，时间似乎过得特别慢，今天才是军训的第三天，但是我们班已被学校领导批评了很多次，身为三班的一份子，我为此而感到惭愧，同时，我也为自己敲响了警钟，时刻提醒自己.....

军训心得三天总结初一篇七

军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。苏轼有句话：‘古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有

坚忍不拔之志。’这句话意思是成功的大门从来都是向意志坚强的人敞开的，甚至可以说是只向意志坚强的人敞开。心目中的军训充满教官的训斥；心目中的军训是紧张与艰苦的合奏；心目中的军训更是无常地响起那集合手哨音，还有那瓢泼大雨下的大集合、严训练；心目中的军训生活成百上千次地浮现在我的脑海，闪现在我的眼前。但我还是满怀欣喜与信心地去拥抱我向往已久的军训。

我满怀信心地开始了真正的训练。教官一遍遍耐心地指导代替了严厉的训斥。训练场上不但有我们整齐的步伐，也有我们阵阵洪亮的口号声，更有我们那嘹亮的军营歌曲。站军姿，给了你炎黄子孙不屈脊梁的身体，也给了你龙之传人无穷的毅力。练转身，体现了人类活跃敏捷的思维，更体现了集体主义的伟大。不积滴水，无以成江海。没有我们每个人的努力，就不可能有一个完整的，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要，我相信，它将使我终身受益，无论在哪个岗位上。

其实在自己的人生路上，也应该印满一条自己脚步的路，即使那路到处布满了荆棘，即使那路每一步都是那样的泥泞、那样的坎坷，也得让自己去踩、去踏、去摸索、去行进！我想那样的路才是真正的自我写照，决无半点虚假伪装之意。

军训心得三天总结初一篇八

在我们的初中生活即将开始之时，我们这群从小学生变为初中生的同学们，在龙潭寺某教育基地进行了五天的全军事训练。

每天我们会练习阅兵式和分列式，对于我们这些从来不会吃苦的孩子们来说，的确很辛苦，但我们都坚持了下来。我们用毅力战胜了辛苦，我们用汗水铸就了成功。在训练期间，我们十中队从无一人缺席，就算有人身体出了点小状况也都

坚持下来了。站在热辣辣的阳光下，当每个人都汗如雨下时，只要没有教官的命令，谁都纹丝不动地站着，那怕汗都滴进了眼睛里也没有人去擦汗。能做到这样，我觉得我们十中队真的很棒。

在闭营仪式这种最关键而又是大家最疲惫的时候，我们全中队七十个队员，都用毅力和信念支撑着自己。为了在一个新阶段的开始就走在别人前面，我们始终没有松懈，我们喊口号的声音始终保持着自己的最高分贝，让全场都能感受到那种惊天动地：“一!二!严格训练!严格要求!齐心协力!永创第一!一!二!”这一刻，我们都能够感到自己是如此的豪迈，仿佛自己就是一名真正的中国人民解放军。

正是这样的团结，这样的坚持，使我们十中队最终被评为“优秀中队”。这是本次军训活动中，团体的最高荣誉，它意味着成功，意味着优秀。得到这样荣誉的我们，自然是笑着的，那种笑是一种幸福，体现出我们集体团结一致的力量；那种笑好快乐，它是胜利的喜悦；那种笑是相互之间的赞扬，那是付出后的一种肯定。

在这次军训中高兴和难过，都表现得那么鲜明，也都那么刻骨铭心，感觉大家似乎都变得更成熟了，再不像从前那个懵懂的小孩，怕苦、怕累、怕难过，至少我们不轻易掉眼泪，那怕再苦、再累、再委屈，这就是我们学到的坚强吧。

经过这五天的军训，我克服了许多在家里克服不了的困难，尽管这个过程是辛苦的。新一阶段的'学习生活就要开始了，我们都将会面对许多困难，我一定要学习人民子弟兵的优良作风，努力学习，学好知识，长大后做一个对国家有用的人。

军训心得三天总结初一篇九

宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，人是在不断的磨练中长大的，就像一棵小树一样，只有经历过风雨的洗礼才能长

成参天大树。

军训很苦也很累，但这是一种人生的体验，是战胜自我、锻炼意志的最佳良机。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。”军训之中，正是如此，其中有酸楚的泪水，有苦咸的汗水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声。

如果说大学是一本书，那么军训的生活便是书中美丽的彩页；如果说大学是一台戏，那么军训便是戏中精彩的一幕；如果说大学是一幅画，那么军训生活便是画中夺目的颜色。

半个月的军训生活是短暂的，但它给我们留下的美好回忆却是永恒的。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。

军训是我们人生中一次难得的考验和磨练，军训不但培养了我们吃苦耐劳的精神，而且磨练出了我们坚强的意志。

有位哲人曾经说过：“无法回味的感觉才是最美妙的感觉。”对于军训，有些感受不能言传，只能在淙淙的意会中回味。那味道就如同品味一杯很浓郁的香茶，只有尝过的人才知道其中的韵味，然后才能和有同样经历的人相对一笑，让美妙的感觉在彼此间传递。军训，对于我们每一个人，都别有一番滋味在心头。军训，已经成为一种宝贵的难得的一种经历，写进了我们的记忆中，成为了我们记忆中不可磨灭的一部分。它已经成为一种力量，已在能在困难时给予我们动力的力量。

军训使我们以坚强为信念，努力成为生活的强者。昨天，我们一起欢笑，流泪。今天，我们一起历经风雨，承受磨练。明天，我们一起迎接绚丽的彩虹。苦，让我们一起珍惜现在

的甜。累，让我们体验到超出体力极限的快感。严，让我们更加严格要求自己。天空愈晴，星辰愈灿烂，谓之辛苦的军训后，我们的灵魂也将得到升华。