# 军训第三天心得体会400字(14篇)

来源：网络 作者：心如止水 更新时间：2024-06-14

*当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。军训第三天心得体会400字篇一一直听长辈说：...*

当我们备受启迪时，常常可以将它们写成一篇心得体会，如此就可以提升我们写作能力了。大家想知道怎么样才能写得一篇好的心得体会吗？接下来我就给大家介绍一下如何才能写好一篇心得体会吧，我们一起来看一看吧。

**军训第三天心得体会400字篇一**

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!

**军训第三天心得体会400字篇二**

我们是雏鹰，却有雄鹰般的意志和毅力，我们渴望飞翔。

两个多月的军训，给了我终身难忘的记忆和体验。

在这之前，我经常在拥挤的马路上看到交警指挥车辆，可我做梦也没有想到，今年三月我竟然也被编入到了镇海少警大队，成了一名少警队员。

从三月开始，我的军训生活就开始了。军训的第一天，教官就严肃地对我们郑重其事地对我们说：“我们这支少警，将要进行两个月的艰苦训练，要为5月26日和5月31日的宁波少警大队比赛做好准备。”

第一阶段的训练其实是一轮淘汰赛，许多身高不够的同学被淘汰了，带眼镜的同学也被淘汰了，我的心砰砰直跳，但最后我是幸运的，我成了一名正式的队员。

在后来的训练中，我们的队员几乎是放弃了所有的活动时间，甚至连三休日也得留下来训练。其间我们也有过一些不情愿的情绪，但最终以大局为重，我们理解了学校的决定。

在风雨的洗刷下，在烈日的暴晒下，这支训练有素的队伍诞生了。

时间过得飞快，5月26日，我们与来自全市的其他十支队伍到宁波效实中学参加了交通手势比赛，第一次接受宁波市领导的检阅。当我们经过主席台高喊：“镇海少警，争创一流。万里学子，团结奋进。文明交通，从小做起……”的那一刻，我们情绪激昂，热血沸腾，深感自豪。

这次检阅，我们发挥得很好，受到了教官的表扬，让我真正感到辛勤付出必有回报，队友们两个月的血汗没有白流。

5月31日那天，我虽然因赴杭州开省第五届少代会而错过少警大检阅，但我的心仍然和队友们在一起，我为他们在检阅中获得第二名的好成绩而感到骄傲。

经过这次刻苦军训，我变得更加自律，更加自信，更加自强。

感谢少警训练带给我不一样的体验，不一样的收获。

**军训第三天心得体会400字篇三**

为期五天的军训终于结束，在汗水的洗礼下，在阳光的照耀下，我们站得笔直，走得挺拔，动作由原来的生疏变为整齐划一，日光之下，像是锋利的刀锋一闪而过。

这样的军事化管理生活渐渐磨去了我们在家里的娇气，军训是什么，是站军姿!是走起步!是走正步!每个动作，都要标准流畅，我们每个人最开始站的时候歪歪扭扭，似乎马上就要倒了一样，接下来的时间，我们每个人都投入到练习中，即使汗水划过脸颊，也无暇擦去，专注地听着的教官的指令，随时准备下一个动作。

这样的军训，必然是艰苦疲累的，但是我们也收获了很多欢笑，看着我们偶尔踏错的步伐，听着教官说的搞笑的话，我们哄堂大笑，把那些苦那些累都扔开了。

我们顶着烈日挥汗如雨。军训时很热、很累，但是我们没有听到一个同学埋怨，相反却能时时看到我们挂在脸上的笑容。当我们为一件事付出很多时，无论如何，我们都会快乐，因为我们付出了、努力了、尽力了。

回到家看着晒得黑黑的脸庞和手臂，不禁一声苦笑，既有结束军训的欢喜，也有对军训那几天的怀念。军训到底给我们带来了什么?后来我明白了，军训是在磨练我们的意识：一种坚持的意识、一种拼搏的意识、一种吃苦的意识、一种团结的意识太多太多，足够让我们用接下来的高中生活甚至是一生来体会。

军训五天，不仅磨练了我的意志，还让我锻炼了自己，有了敢于迎难而上的勇气。对待困难，我们要先定好目标，再凭借不怕苦不怕累的精神，脚踏实地，一步一步地坚持下去，只要坚持就会成功!

炎炎烈日下，我们挥洒着汗水，却无怨无悔。尽管酷暑难耐，但我们的脚步依然整齐，口号依然有力，歌声依然嘹亮。因为我们都明白自己的使命。

我终于体会到一名军人的辛苦，那威武挺拔的姿态不是一朝一夕才练成的，而是日日练，月月练，年年练，用汗水换来的。所以，军训是对我们心灵的一次鞭策和鼓励。

对于我，军训已经超过原来的意义，军训不只是强身健体，还是国家对我们寄托的希望、我们对未来积极的态度、我们对困难不是逃避而是迎头直上的坚定决心。

加油吧!迎着初升的太阳，前进!

**军训第三天心得体会400字篇四**

九月一日，我们学校决定组织一次为期5天的封闭军训活动，目的是让我们体验军人的生活，磨砺出坚强的意志。听到这个消息，有人很高兴，有人很沮丧。像我听到这个消息是高兴的，为什么呢?答案后面揭晓。

我们满怀期待地来到了军训基地。教官向我们介绍了自己：他姓胡，是我们此次军训的教官。胡教官对我们要求很严格，特别是在卫生和军姿两个方面，要求很高。

第一天训练站军姿、坐姿和停止间转法。站军姿时要抬头、收腹、挺胸，双手紧贴裤，非常累，一站就是半个时候，不能动。脚根在站军姿时火辣辣的，像是被烧烤一样。此时此刻我才体会到军人的艰辛，军人就是要不动如山，一切行动听指挥。

中午的太阳无情地炙烤着大地，气温接近40℃，但是就算是这样，大家依然在坚持，连我自己也很惊讶了。以前我可从来没有站这么长时间，但今天我做到了，我觉得非常不容易，因为只能拥有坚定的意志，才能通过考验。

接下来，我们又训练了很多项目，但最难的还是正步走。也许有人要问：正步走，怎么走呢?就是像国庆节阅兵一样，脚尖绷直，一只脚抬起，换腿速度要快，而且不能动。走的时候非常累，因为脚要抬上去30厘米，一抬上去腿就疼，特别是大腿那里，又酸又痛。走正步的时候，身体好像不是你自己的，完全控制不了，身体晃动得厉害。再加上中午毒辣辣的太阳，训练时就像在地狱里一样。走正步时，开始大家走得不整齐，于是教官让我们一次次走，走到最后一天才走整齐。这时，我才明白什么是军人，才明白军人是怎样练成的!

卫生整理也是军训的一个课目。我们住在房间每天都上榜，是卫生最好的。因为大家在一起互相帮助，一起打扫卫生，非常努力，相互尊重他人的劳动成果，从来不乱扔垃圾，每个人做完自己的清洁后，还主动帮助他人做清洁。

军训结束仪式过后，我们心里那颗不安的心，终于放下了。直到这时，我才真正感受到家的温暖，父母的关爱和呵护。这次军训，让我体验到了军人的艰辛和汗水，也让我感受到了父母之爱的伟大无私。

**军训第三天心得体会400字篇五**

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。

**军训第三天心得体会400字篇六**

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。

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?

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实的自我写照，决无半点虚假伪装之意。

**军训第三天心得体会400字篇七**

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。一个小时候，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，比赛的名字击叫“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、谭涵佾，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。

刚一开始报数，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。

**军训第三天心得体会400字篇八**

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。

一个人总会有精神上的支撑与寄托，一旦没有，这个人将会崩溃，一事无成。军训时，我心里有着要锻炼身体的目标，有不给班级拉后腿的信念，有坚持到底不服输的意念……

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。

或许由于渐渐适应了这军训生活，时间过得快多了，转眼一天又过去了。我期盼着明天的到来…

**军训第三天心得体会400字篇九**

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。

**军训第三天心得体会400字篇十**

与许多一起进入本所大学的同学不同，我以前初中高中时代并未参加过任何一次军训，所以对于大学新生的这次军训我是充满着好奇心的，为人生中第一次真正的军训而激动不已的我又感到一丝畏惧，我行吗?

军训已经开始三天了，才刚开始长官就给我们来了个下马威，先军姿三十分钟!标准的军姿要求身体挺直，抬头、挺胸、小腹微收，两眼正视前方。这个动作看似容易实则相当有难度，才刚过去五分钟我就感觉有些站不住了，但我却不能动，哪怕一下，否则就要因违反纪律被惩罚。时间一分一秒的过去，我的脚感到越来越沉，真想一屁股坐下去，可我不能。倒数几十秒了，长官告诉我们要坚持，坚持，再坚持;咬牙，咬牙，再咬牙。是啊，坚持下去，胜利就在眼前了!就在这时，长官发话了：

下面有人在动，在练三分钟! 最后，一共比原先加练了九分钟!真是累啊，我的腿都弯不起来了，感觉硬邦邦的。我想要抱怨，长官也太过苛刻了吧，可是仔细一想，如果没有平时的严格要求，艰苦训练，又怎么会有国庆六十周年阅兵典礼上震撼世界的健美军姿?正所谓 台上一分钟，台下十年功 ，说的就是这个道理。

下午军训就有人迟到，长官罚他们站军姿，并教育大家，身为一名军人，如果连严格遵守军队的纪律都这么做不到的话，又如何能称之为军人呢?是啊，作为一名军人，服从是天职，如果没有纪律，那么整个队伍便会烂成为一盘散沙，又何谈御敌?

当然，军训中也有欢乐的时刻，那就是唱军歌。在教官的带领下，同学们认真又激动的唱着一首首动听的军歌。军歌嘹亮，让人不经联想到军旅生活中的艰苦与欢乐。最有趣的莫过于拉歌了，在教官的带领下，我们大声的叫喊着，军训对身体带来的痛楚在这叫喊声中早已被抛到九霄云外去了。

这几天军训天气还是非常之凉爽的，即使这样我们还是感到疲惫不堪，试想军人们在酷热的天气下一次次重复着各项军事训练，虽大汗淋漓却不言苦不言累，默默坚持，这是何等的气魄与意志力!我不禁对我们的中国人民解放军肃然而起敬，请允许我用一个庄重的军礼来表达我的敬佩与钦佩之情!

**军训第三天心得体会400字篇十一**

九月一日，我们学校决定组织一次为期5天的封闭军训活动，目的是让我们体验军人的生活，磨砺出坚强的意志。听到这个消息，有人很高兴，有人很沮丧。像我听到这个消息是高兴的，为什么呢?答案后面揭晓。

我们满怀期待地来到了军训基地。教官向我们介绍了自己：他姓胡，是我们此次军训的教官。胡教官对我们要求很严格，特别是在卫生和军姿两个方面，要求很高。

第一天训练站军姿、坐姿和停止间转法。站军姿时要抬头、收腹、挺胸，双手紧贴裤，非常累，一站就是半个时候，不能动。脚根在站军姿

时火辣辣的，像是被烧烤一样。此时此刻我才体会到军人的艰辛，军人就是要不动如山，一切行动听指挥。

中午的太阳无情地炙烤着大地，气温接近40℃，但是就算是这样，大家依然在坚持，连我自己也很惊讶了。以前我可从来没有站这么长时间，但今天我做到了，我觉得非常不容易，因为只能拥有坚定的意志，才能通过考验。

接下来，我们又训练了很多项目，但最难的还是正步走。也许有人要问：正步走，怎么走呢?就是像国庆节阅兵一样，脚尖绷直，一只脚抬起，换腿速度要快，而且不能动。走的时候非常累，因为脚要抬上去30厘米，一抬上去腿就疼，特别是大腿那里，又酸又痛。走正步的时候，身体好像不是你自己的，完全控制不了，身体晃动得厉害。再加上中午毒辣辣的太阳，训练时就像在地狱里一样。走正步时，开始大家走得不整齐，于是教官让我们一次次走，走到最后一天才走整齐。这时，我才明白什么是军人，才明白军人是怎样练成的!

卫生整理也是军训的一个课目。我们住在房间每天都上榜，是卫生最好的。因为大家在一起互相帮助，一起打扫卫生，非常努力，相互尊重他人的劳动成果，从来不乱扔垃圾，每个人做完自己的清洁后，还主动帮助他人做清洁。

军训结束仪式过后，我们心里那颗不安的心，终于放下了。直到这时，我才真正感受到家的温暖，父母的关爱和呵护。这次军训，让我体验到了军人的艰辛和汗水，也让我感受到了父母之爱的伟大无私。

**军训第三天心得体会400字篇十二**

三天的军训让我品尝了酸甜苦辣的滋味，酸似柠檬，甜似蜂蜜，苦似良药，辣似朝天椒。

柠檬的晚上：我躺在硬木板的床铺上，枕着木枕头，一盏吊扇懒洋洋地头顶上转动。因为天气太热的缘故，我翻来覆去睡不着。忽然间，想起我那温暖的小窝，富于弹性的睡床，柔软的枕头，舒适的被子，可爱的公仔，还有凉爽的空调。与家里的环境相比较，这里显得多么寒酸啊!一股想家的感觉油然而生。

蜂蜜的下午：王教官右手拿着ak——47步枪，左手拿着“黑五”手枪。好激动啊!要知道我可是骨灰级的军事迷。之前一直听说ak——47是迄今世界上最完整，作战效能最好，全世界上生产最多的一种步枪。以前只在图片和游戏上瞧过它潇洒的身影，现实生活中还没有见过它耶!当前面的同学将两把枪小心翼翼端到我手上时，我贪婪的眼光将这两把枪端详得仔仔细细，不放过任何细节，紧紧握在手上过足瘾。在后面同学的不断催促，我只好依依不舍把两把枪传给下一位同学。这个下午真happy，接触到梦寐以求的两种枪，好幸福啊!

良药的夜晚：第一天来到部队，不知道部队铁的纪律，结果太贪玩，错过供水的时间，万般无奈之下只好到其他宿舍蹭水。没看不知道，一看吓一跳，我终于见识什么是人山人海，大伙们都挤在有水的宿舍，排队的水盆放在地上一大堆，有的同学为先后次序而大打出手，有的甚至直接泡在水盆里洗澡。看到这样的情形，我只好带着一身汗臭恹恹回到宿舍，耐心等到九点供水的时候，迅速洗澡，看着这些少得可怜的水，想起家中的水龙头一打开，水就哗啦啦地喷出来，军队的生活环境真苦啊!

朝天椒的中午：“立正”“向右转”“齐步走”……那是谁在练习队列?当然是我们这群可怜的倒霉蛋喽。顶着烈日，在35度恶劣的高温天气下练习队列，毒辣地阳光晒得大家满头大汗，显得无精打采，有气无力，都处在极度口渴的状态……唉!我终于体会军人的严格纪律，不管是严寒还是酷暑，都得训练有素，保家卫国!因为这是军人的责职。

每次qq音乐播放军训教的歌《让爱传出去》，我总会伴随着熟悉旋律不由自主轻轻哼唱，脑海时回闪着军训的日子，想念着严肃的教官和淘气的伙伴们。

**军训第三天心得体会400字篇十三**

三天的军训让我品尝了酸甜苦辣的滋味，酸似柠檬，甜似蜂蜜，苦似良药，辣似朝天椒。

柠檬的晚上：我躺在硬木板的床铺上，枕着木枕头，一盏吊扇懒洋洋地头顶上转动。因为天气太热的缘故，我翻来覆去睡不着。忽然间，想起我那温暖的小窝，富于弹性的睡床，柔软的枕头，舒适的被子，可爱的公仔，还有凉爽的空调。与家里的环境相比较，这里显得多么寒酸啊!一股想家的感觉油然而生。

蜂蜜的下午：王教官右手拿着ak——47步枪，左手拿着“黑五”手枪。好激动啊!要知道我可是骨灰级的军事迷。之前一直听说ak——47是迄今世界上最完整，作战效能最好，全世界上生产最多的一种步枪。以前只在图片和游戏上瞧过它潇洒的身影，现实生活中还没有见过它耶!当前面的同学将两把枪小心翼翼端到我手上时，我贪婪的眼光将这两把枪端详得仔仔细细，不放过任何细节，紧紧握在手上过足瘾。在后面同学的不断催促，我只好依依不舍把两把枪传给下一位同学。这个下午真happy，接触到梦寐以求的两种枪，好幸福啊!

良药的夜晚：第一天来到部队，不知道部队铁的纪律，结果太贪玩，错过供水的时间，万般无奈之下只好到其他宿舍蹭水。没看不知道，一看吓一跳，我终于见识什么是人山人海，大伙们都挤在有水的宿舍，排队的水盆放在地上一大堆，有的同学为先后次序而大打出手，有的甚至直接泡在水盆里洗澡。看到这样的情形，我只好带着一身汗臭恹恹回到宿舍，耐心等到九点供水的时候，迅速洗澡，看着这些少得可怜的水，想起家中的水龙头一打开，水就哗啦啦地喷出来，军队的生活环境真苦啊!

朝天椒的中午：“立正”“向右转”“齐步走”……那是谁在练习队列?当然是我们这群可怜的倒霉蛋喽。顶着烈日，在35度恶劣的高温天气下练习队列，毒辣地阳光晒得大家满头大汗，显得无精打采，有气无力，都处在极度口渴的状态……唉!我终于体会军人的严格纪律，不管是严寒还是酷暑，都得训练有素，保家卫国!因为这是军人的责职。

每次qq音乐播放军训教的歌《让爱传出去》，我总会伴随着熟悉旋律不由自主轻轻哼唱，脑海时回闪着军训的日子，想念着严肃的教官和淘气的伙伴们。

**军训第三天心得体会400字篇十四**

我想高一军训前三天是今天我的心情，可以用以下几个词来概括：累，自豪，紧张，还有一点小兴奋吧!

繁重的军训任务——累

今天的任务，使我感觉到自打军训开始以来，今天是最严厉，最 的一天，因为明天的出操和会操，同学们和教官们都使 了100%的劲!这也让我感受到了在华师大内，高素质同学们由心而生的那种上进感，同学们，一定要坚持住，我们要相信我们是最棒的!

被选入会操队——自豪

明天是二连的第一次会操。我能看出，教官比我们更心急，更希望我们成功，由于人数原因，所以要一遍遍的做动作，一个个的筛选，我是努力的，也是幸运的，被留了下来，成为了场之一中的一员。我希望，在未来的日子中，这种可以锻炼自己的机会将越来越少，以便自己的能力越来越高!

竞选副排长的过程——紧张

教官(排长)要选一个副排长。很荣幸，我在5名后选人中，是成，也是运气的一个，可结果可喜，往往过程艰辛。在我们不能得知结果的情况下，心情确实是相当的复杂与混乱。我们5个人只能用聊天来放松自己的心情。嗯，那时可是相当难受啊!

对未来的憧景——小兴奋

未来是不可预测，不能预知的，但我们可以幻想，幻想一下，在不久的未来，我们能有什么作为，什么成绩。比如，明天会操，我将是全场最棒的一个;考试成绩优异，将拿到自己第一份奖学金;在比赛中脱颖而出，让自己成为万众瞩目的焦点;……每每想到这些，总是有抑制不住的兴奋由内而外的选拔出来。我期待我自己! i expece my self!

最后想用一名伟人的名言作为结尾!

同志们仍需努力，因为革命尚未成功!

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