# 夏令营军训第三天心得体会报告 夏令营军训第三天心得体会(精选10篇)

来源：网络 作者：独坐青楼 更新时间：2025-05-15

*夏令营军训第三天心得体会报告一夏令营军训第三天，我们依然在烈日炎炎中坚持着训练和训话，虽然疲惫感沉重，但我的体会在这一天变得更加深刻。军训不仅是一种体力的锻炼，更是一种意志力和纪律的培养。在这一天的训练中，我深深地体会到了集体的力量和自我超...*

**夏令营军训第三天心得体会报告一**

夏令营军训第三天，我们依然在烈日炎炎中坚持着训练和训话，虽然疲惫感沉重，但我的体会在这一天变得更加深刻。军训不仅是一种体力的锻炼，更是一种意志力和纪律的培养。在这一天的训练中，我深深地体会到了集体的力量和自我超越的力量。通过不断的挑战和克服，我逐渐明白了坚持的重要性，也对自己有了更多的认识和要求。

第一段，烈日下的挑战

夏令营军训第三天，我们早早地起床，迎接着火辣的太阳，但并没有被高温所击败。正像军官所说，夏天的炎热没有任何退让的余地，面对这样的天气，我们只能调整好自己的心态，勇往直前。今天的训练内容更加丰富和紧凑，跑步、爬绳、卧推、射击等等，每个环节都需要我们付出更多的努力。在高温下，我们的确感到痛苦和疲惫，但是我们不放弃，能尽力就尽力，这是我们的使命，也是我们对自己的要求。军训锻造的不仅仅是我们的体能，更是我们的意志力和毅力，只有面对困难时能坚守信念，才能跨越自己的极限。

第二段，团队的力量

在夏令营军训的第三天，我深刻地感受到了团队的力量。在烈日下，我们相互鼓励、相互扶持，互相传递着能量和动力。当我感到疲惫时，队友会给予我鼓励的眼神和赞美的话语；当我有困难时，队友会毫不犹豫地伸出援手来帮助我。在每一个训练环节中，我们都学会了彼此协作和配合，团结一心，迎接挑战。只有团队的力量，我们才能共同面对困难，战胜困难。这种团队的力量不仅让我感到温暖，也让我意识到共同努力的重要性。

第三段，自我超越

在夏令营军训的第三天，我明白了自我超越的重要。训练过程中，教官们给了我们很多的鼓励和赞赏，这让我觉得非常满足和开心。然而，我也明白这并不是最终目标，我们应该不断超越自己。每一天的训练，我们都在不断地挑战和突破自己的极限，这是一种对自己的要求和对自己的信任。只有不断地超越自己，我们才能发现自己的潜力和能力，不断地成长和进步。

第四段，坚持的力量

夏令营军训的第三天，我深深地体会到了坚持的力量。面对炎热的天气和疲惫的身体，我曾经想过放弃。可是，当我看到队友们坚持不懈的努力，听到教官们严肃的嘱托时，我意识到坚持才是我们唯一的选择。坚持不仅是一种态度，更是一种信念。在军训中，每一次的坚持都是对自己的一种挑战，也是对队友的一种鼓励。只有坚持下去，我们才能尽力而为，实现自己的目标。

第五段，收获与启示

夏令营军训的第三天，我不仅学到了许多军事知识和技能，更重要的是坚韧和顽强的精神。军训让我明白了团队的力量以及自我超越的意义，也让我深刻地感受到了坚持的重要性。通过每一天的努力和奋斗，我懂得了不放弃，勇往直前的坚强心态。我相信，无论是面对学业还是未来职业的挑战，只要保持对团队、对自我的信任，保持坚持的态度，我们都能战胜困难，迎接成功的未来。

总结：

夏令营军训第三天，充满了挑战和考验。通过这一天的训练，我明确了团队合作的重要性，体会到了自我超越的力量，也坚信了坚持不懈的价值。这次军训不仅是对我们体力和纪律的锻炼，更是对我们人格和意志力的磨砺，这将使我们更加坚强和自信，迎接未来的挑战。无论何时何地，只要我们牢记团队的力量，不断超越自己，坚持到底，就一定能够成就更加辉煌的未来。

**夏令营军训第三天心得体会报告二**

每初到一个新的环境我们总有些不适应，而军训生活却可以让我们很快的融入这个集体。军训总是很辛苦，但这辛苦背后更有许多充实的感受。

我在进入大学的时候就经历了军训，但那时的军训和现在的不一样，第一次军训更多的是新鲜感，而这有一次的军训则完全是磨练意志的过程，磨练后我变得更坚强。

生活和工作中中总会有许多困难出现，而我们的进步也往往发生在克服困难之后的总结，倘若我们拜倒于困难面前，我们将一无所获，并开始胆怯和懦弱。

军训的锻炼，让我们有更大的胆子来面对以后工作中遇到的问题，当我们经历过了艰难困苦，就会更加执着更加坚强。

感谢军训，感谢这次锻炼的绝佳良机。从今我定会越是艰险越向前。

**夏令营军训第三天心得体会报告三**

众所周知，在军队中最能磨炼人的意志力，只有提高自己的意志才能在更多的事情中挺身而出，无所畏惧。不少学校都会通过军训的模式来提高学生们的综合素质，军训中半夜拉练是常有的事情，下面为大家推荐军训夏令营越野跑步心得体会，朋友们可以学习了解。

其实军训也并非是常人心目中的魔鬼训练，紧张忙碌的军训之余，我们一同感受军歌的嘹亮，尤其是其恢弘豪迈的气势，拉歌时大家围坐一团的亲热劲儿以及互相争论的不服输劲儿，饭后一起嬉戏打闹的和谐画面。而这些都是我们平日中未曾感受到的。大家齐声喊出了当兵人的心声。所有这些都是我们人生道路中难得一次的奇遇，定会铭刻于心。

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。

十天的军训中，包含着我们的酸甜苦辣。站军姿，起步走，跑步，正步走，蹲坐。我们一遍又一遍地重复着枯燥的动作；唱歌喊口令，我们用全身的力气吼叫，虽然会累会痛，但更多的是所有人团结一致的力量与激情。

回想起这十天军训日子，我感慨良多。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，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！

军训结束了，我知道那不是解脱，而是不舍……军训结束了，而过程的点滴却成为永恒的记忆。我会将这些珍藏，因为它们是我人生中的财富。

**夏令营军训第三天心得体会报告四**

第一天的军训，带给我们紧张和兴奋；第二天的军训，让我们感受到了汗水和疲惫，而第三天的军训则成了我们坚持和奋斗的象征。在这个十分艰苦的过程中，我学到了许多宝贵的东西，培养了自己的毅力和坚韧性格。在这篇文章中，我将分享我的心得体会，描述这三天来的变化和成长。

第一天的军训，我们首次迈入了严肃的军事训练场，感受到了严肃与规矩。那天的阳光火辣，空气中弥漫着紧张的氛围。教官严肃的眼神让我们肃然起敬，军训服的贴身裹着让我们感到压抑。在操场上，教官用铁血手段教会我们如何站立、行走和敬礼。我们需要对指令严格遵循，姿势端正地静立直到指令解散。整个过程，我们要求自己做到最好，却也时常摔倒，摔倒后我们含泪站立起来，再次执拗地对海天发誓。

第二天的军训，是一场属于汗水和疲倦的考验。站军姿的时间加长，行进的速度加快，每一次动作都要保持一致。渐渐地，我们习惯了这种强度，习惯了流汗和疲惫。虽然体力上存在疲惫，但我们依然坚持不懈地练习，不断地纠正自己的动作。每当一次操练结束，我们有一种难以言喻的满足感。我们从汗水中体会到了付出的价值，这给我带来了巨大的满足感和成就感。

第三天的军训，我们变得更加坚定和自信。通过前两天的训练，我们对于一些基本动作已经娴熟起来，并在队伍中找到了自己的位置。我们互相鼓励，有意无意地给队友们传递一份力量。我们用笑容面对训练，用坚韧面对身体的疲惫。军训让我们收获了一种团结协作的精神，我们明白了团队胜过个人，我们用行动彰显着这种精神。在这一天的军训中，我们感到了成长和进步，这份成长让我们在寂寞中找到了力量。

这三天的夏令营军训经历让我深深地明白了一个道理——坚持和奋斗才是成长和进步的关键。如果当初放弃，我将无法收获现在的成长和变化。通过这三天的军训，我深刻领悟到了很多东西，懂得了不放弃就有希望的道理。军训让我学会了坚持和奋斗，不论遇到多大的困难，只要坚持下去，一定能够战胜它们。

夏令营军训的第三天，是我们接受严格训练的一个关键时刻，它带给了我们辛苦和痛苦，也带给了我们成长和变化。我们从第一天的拘谨到第三天的坚定，经历了许多的心境和体验。通过与队友们的互动，与教官的交流，我们不仅学到了军事技能，而且也获得了珍贵的人生经验。夏令营军训的第三天，我们收获了坚持和奋斗的力量，也成长为更好的自己。

**夏令营军训第三天心得体会报告五**

前几天，我们参加了黄埔军校夏令营，虽说是“夏令营”，但其实是真真正正的“魔鬼式军训”。这次军训完全颠覆了我对黄埔军校夏令营的看法，原来军训就是“军事化训练”。

第一天下午军训，我们在太阳底下训练了几个小时，我感觉自己进入了一种晕眩的状态，吃完晚饭才缓过气来。但这还不是最辛苦的，教官罚我们蹲下起立时才是最辛苦的。教官虽说是两下，但他是这样数的：“一，一，负一，负三……”此时大家最期待的就是教官的口令：“解散!”然后各自举起手臂，向自己的右下方一挥，嘴里喊着：“杀!”这个场景让我想起就想笑。

军训期间站在我前面的同学现在成了我的好朋友，但他曾一度让我很头疼。因为他总是跟不上队伍，我被他挡着，导致我后面的那个人也跟不上队伍。终于有一次，我小声地说了他一句：“你都掉队了，快跟上啊。”这招果然奏效，他真的听了我的劝告，跟上队伍了。第二天，我尝试着向站在我前面的同学伸出手，说：“我们做个朋友吧!”没想到他真的就此和我成为了十分要好的朋友。惊喜之余，我也明白了一个受用终生的道理：在遇到“敌人”时，最好的办法就是化“敌”为友，既少了一个麻烦，也多了一个朋友。

我还明白了一个道理：“天无绝人之路”。在军训刚开始时，我几乎绝望了，无法想象当时的心理压力有多大。直到后来我才明白：有些考验可以走捷径，有些只能挺过去，就算多么困难也要挺过去。

这次军训，我激励自己的方法很简单但又很实用：“黄比我小，他都没哭，这点小事就让我趴下了?如果我哭了，那得多丢人啊!”这个方法真的很有用，可以让我熬过这些磨练。

去了黄埔军校夏令营以后，我受益匪浅，因为我懂得了什么事都要靠自己，而且我也认识了很多朋友!

虽然这次黄埔军校夏令营非常辛苦，但通过这次夏令营，我的意志得到了磨练，也我懂得了遇到困难不能轻易退缩，而是要努力地去克服它、去战胜它。

**夏令营军训第三天心得体会报告六**

“金色的沙滩，可爱的海豚，银色的军舰，神奇的导弹……”哇，真令人赞不绝口。夏令营活动虽然结束了，可激动人心的欢笑声仍在耳边回荡，那令人心动的情景时常在我的眼前浮现。

7月8日，我们一路欢歌，乘着车直奔美丽的海滨城市——青岛。

经过一天的颠簸，第二天上午，我终于看到了向往已久的大海。它比我想象的还要美：湛蓝的海水，明净的天空；海天相接，无边无际；碧波相连，涛声阵阵。“好美呀！”我不禁赞叹道。许多同学还来不及脱去鞋袜，就随着人流涌向沙滩。一阵海风吹来，清爽、新鲜，身上的疲劳和燥热一下子消失得无影无踪。

开始踏浪了！我们迫不及待地来到海里，一个浪花打来，凉凉的，痒痒的，好舒服呀！可是一不小心，裤子全湿了。又一个浪花打来，我们迎着浪花轻轻一跨，“哈哈，成功了！”原来，这就叫踏浪呀！我们跳啊，笑啊，叫啊，心里有一种说不出的高兴。

“哎，快来看看呀！我捡到一个漂亮的贝壳！”“我也捡到一个！”……海边那五彩的贝壳，让我们这些第一次看海的孩子感到无比惊奇与兴奋。我捡起一个贝壳放进兜里，我要把它当成记念品。

最后一天，我们先去了海洋博物馆，在那里我们看见了许多叫不上名的贝类和鱼类，然后参观了海军博物馆，我们看见了真正的军舰、导弹……我抚摸着军舰，不禁为祖国有那么强大的海军而自豪！

**夏令营军训第三天心得体会报告七**

第一天，我跟着老师来到营地。那里，空气极其新鲜，风景也很优美，那就是――荆州市，八岭山的橘子红山庄。

吃完早餐后，我们来到山后的一家别墅开始训练。首先学习内务的整理。将牙缸的手柄统一向右，牙刷向前，毛巾折成“豆腐块”后，放在牙缸上面才算完成任务。

晚上，老师带我们来到一处小山丘玩，可突然下起倾盆大雨，大家乱成一团的跑回山庄。

第二天，老师带我们到别墅去学“抓蚊子舞”，这种舞可好跳了，也很搞笑，所以，我很快就学会了。

晚上，营员们来到二楼会议室集合看短片。故事里讲一个失去双脚的男人――约翰！他凭坚强的意志坚强的活着，拒绝死亡。还有一位女士，她失去了双手，却用脚来生活。他们的精神实在是让人佩服不已，但我们也不能输给他们！

第五天，我们来到荆州市博物馆。

在那里，我看见了千年古尸，他的样子令人想呕吐，全身瘦干，吓死人了。不仅参观了古尸，还参观了以前古代人的衣服、文字、武器。

这几天，第十天算是最好的了，因为这一天是我和朋友、老师和同学们道别的日子，大家都热泪盈眶的分散了。

这十天，让我明白：做每一件事，都离不开默契的配合。

**夏令营军训第三天心得体会报告八**

当我走进中学校园后，迎接我的第一件事便是军训了。五天的军训生活给我留下了难忘的印象。7月23日下午2：30，我和同学以及老师们一起来到了军训地点。

当我们跨入这个地方时就应该把自己当成一名军人，严格要求自己。来到军训地点之后，教官给我们安排了宿舍，我与另外十一位女同学共同住在403宿舍。从明天开始我们就要进入到艰苦的军训中了。

第二天早上我5：40起床整理床铺，6：10在宿舍楼前的大操场上集合。大家一起来到饭堂吃早餐，吃过早餐后一天的训练就开始了。大家先在太阳底下站几个钟头，然后教官再教我一些基本的动作。到了晚上，洗澡。洗衣服都要排队。今天，我终于体验到那军训那艰苦的生活。在这个地方，时刻都遵守着纪律，还要担心被教官责骂。

在宿舍里，什么东西都要自理自立，而且我也要学习洗衣服，整理床铺，因为这些都是没有父母帮助的。尽管着一切如此的辛苦，但我也非常开心。在生活中，我从同学们的身上都学到了许多东西，我有不懂的地方，同学门也热情帮助我。心里感觉到了真正的友谊。

军训了几天后，辛苦的生活让我得到了很大的体验。在家中的“衣来伸手，饭来张口”的生活习惯在这里是行不通的。军训中最重要的是速度和纪律，一切事情都需要自己完成。例如在起床的时候就必须快速整理床铺，衣服要自己洗。在这短短的五天军训之中我学会坚强。独立。奥斯特洛夫斯基说过，\"人的生命似洪水奔流，不遇着岛屿和暗礁就难以激起美丽的浪花\"是啊，这军训就好似那岛屿和暗礁，让我们的生命多了一点美好的回忆。我们只要咬咬牙，挺一挺，这困难就会成为我们生命中的浪花。

**夏令营军训第三天心得体会报告九**

晴朗的夜空中无数的星星眨着眼睛，同学们坐在地上唱着歌曲，哼着小调……这是军训中的一幕。烈日当头，同学们个个汗流浃背，却还举着双臂，挺着双腿，在绳前苦练正步的姿势……这也是军训中的一幕，军训中有苦有甜，有玩笑也有冲突，我们班的军训生活就在12天的训练和玩笑中结束了。

军训告一段落，这12天让我们恋恋不舍，舍不得团体的生活，舍不得叁位严厉而又和蔼的教官，还有那湖边内看不到的美丽星空……令人念念不忘的东西实在是太多了，数都数不清，所有我们经历过的都让人回味无穷。

在那里不得不提叁位教官，他们训练时对我们要求严格，态度一丝不苟，不容我们犯重复的错误。可平时休息的时候，他们又成了我们的伙伴，我们的知心朋友。在生活上，叁位教官和管教师就像我们的父母，对我们既关心又体贴，记得每一天晚上管教师和教官轮流查房，督促我们准时熄灯，关心我们的冷暖。还记得最终一天，一排教官在寝室之间来回奔波，为的是帮我们叠好不规范的被子。还有在星光灿烂的夜晚，大家围坐成一圈，看教官跳着柔美的蒙古舞，还有的……我们也都记在心里，教官的一句话使我们深深地震撼，“我没有名字，我的名字叫武警。”他让我们明白了一位军人舍小家为大家的无私精神，了解到作为军人的一种自豪。那种神情，那种精神是让我们所深深折服的。最终离开的时候教官替我们提着行李送大家上车，那时心里的感动不是能够用语言所能够表达的。也许这次与教官的分别将成为永别，但他们的精神将会在我们心底扎根，生长，成为我们上进的动力，这大概就是教官给予我们最为宝贵的东西吧!

军训的12天中，我们一次次地晒着太阳，一把把地流着汗，一遍遍地在寝室里喊着腰酸背痛，可在训练场上，没有抱怨，仅有坚持。大家都被互相感动着，这种感动转化成了动力，激励着我们坚持到最终。虽然最终的名次不怎样梦想，但我们已经尽力了，没有留下遗憾，有这样的经历就足够了。

在锦绣园，我们天天唠叨着：还有三天，还有两天，还有一天，可当我们将要离开的时候，却又有一股不想离开的念头，我们期盼那最终的几个小时过得慢一点，再慢一点。也许这正应证了“拥有时不懂得珍惜，失去时才后悔莫及。”这句话。人生就是如此，由一次次短促的经历拼凑而成，亲身体会时觉得如此漫长，回味起来却觉得那么短促。

这就是军训，带给我们一丝苦涩，一份甘甜，还有一次成长。

军训夏令营心得体会500字范文5

军训是艰苦的，但我们是欢乐的

黑白蓝相交融的迷彩服，服朴素而庄严.多少曾娇的女孩穿着它昂首立足于训练场上，勾勒出一道美丽的风景.我骄傲我是其中的一员.

炎炎烈日下，汗水渗出我们的额头;跌倒在训练场上，血液涌出我们的肌肤.我们没有流泪，军训中我们学会了承受，我们劳记”流汗流血不流泪”.

蚊虫叮咬，我们不曾理会，即使在疼痛中默默忍受，也不愿害团体受罚.军训中我们懂得团结，我们铭记”团结就是力量”.

暴雨中，任凭雨水渗透我们的军服，模糊我们的视线，在教官的带领下，我们仍在拼搏.军训中我们学会坚持，我们深信”坚持就是胜利”.

”寒风飘飘落叶，军营是咱温暖的家……”同学们长着军歌，在嘹亮的歌声中我们想家，却不因想念家人而逃离军训.军训中，我们正在长大.

军训是艰苦的，我们是欢乐的。

军训夏令营心得体会500字

**夏令营军训第三天心得体会报告篇十**

只见水弹在战壕上空飞过，大家有的突击，有的绕到敌人后侧，有的原地射击，大家都打起十二分精神。

这是我参加军事夏令营的第五天，前几天的培训已经使我们有了一定的基础，今天早上六点三十分，我们集合后的第一个项目就是水弹枪对抗。我们来到一个战壕，分为两个营，一部分在左，而剩下的则在右。

我们在左侧，刚开局我就做了分工，李刚直接站起来开枪吸引火力，小骏从右侧，也是战壕的最边上绕到“敌人”身后，刘林与林冲从中间冲至最近的掩体，中间的掩体很少，他们打打躲躲。我从左边迂回，准备绕道背后偷袭。很快我就暴露了，只能从左侧进攻，与右侧队友形成夹击，“敌人”慌乱中冲进了中间，在无掩体的中间冲向对面，我们乘胜追击，成功围歼敌人，拿下一分。

第二局，我们继续使用上局战法，敌人好像早有所料，我刚到左侧就被击中，只能缩头，右侧的小骏走至一半就被群殴，中间两人冲锋也被击退，我们惨败。

第三局，我们改变战术，一开局我们五人率先开枪，敌人很快就被压制住了。这时，只见敌人派了一人前来探路，我们集中火力攻其一点，“探子”很快被消灭了。少一人作战，敌人采用了“拼命”打法，集体从右侧突击，我们则避其锋芒，从左侧前进至中间再右拐成功绕道他们背后，集中优势兵力，一阵扫射，敌人全军覆没，取得决定性的胜利。

三比二战胜对手，我们非常自豪、开心的跳出战壕，迎接掌声！这次军事夏令营太好玩了，太有趣了！

本DOCX文档由 www.zciku.com/中词库网 生成，海量范文文档任你选，，为你的工作锦上添花,祝你一臂之力！