

# 2023年大学军训日记第四天(汇总20篇)

诚信是一种宝贵的品质，可以赢得他人的尊重和信任。诚信是一种责任，需要每个个体都积极践行和传承。以下是一些成功人士分享的诚信故事，让我们感悟到诚信的力量。

## 大学军训日记第四天篇一

今天是军训的第四天，我的精神和身体都渐渐适应了稍快的生活节奏，炎热的天气，我已能将它当成对我毅力的考验；身体的酸痛我也全当它是我刻苦训练的结果。而今天，我们又更深入了解学校特色练习锣鼓。

今天进行的是全校同学的合练，大家对此都很兴奋，站在操场上精神焕发地准备。我所负责的是敲大鼓，从鼓房推出大鼓后我就站在了敲盘鼓同学的前面。别看大鼓不用吊在肩上，它并不比其他的更轻松。敲大鼓，担负着引领其他同学节奏的责任，少一不注意敲错了或者是赶了节拍，整个队伍就都会乱套。所以，我的眼睛一直注意着指挥的老师，把老师手中挥动的旗子与自己的动作同步。

到了后半时间，我的视界中出了红白旗子舞动的轨迹都有些模糊了。要是不敲大鼓，你就不会懂它带来的乐趣。大鼓带给我的，不只是手掌和膝盖的疼痛，还有浓浓的`自豪感。虽然在用力对鼓面击下时虎口会震得发麻，但当它发出振动空气的音波时，我不由得热血沸腾，似乎连天地都被震撼了，顿时我感受到了青春的蓬勃力量！从这巨大的声响中我也体会到了自己的责任，这都使我非常地自豪。

军训的特色，使我感到纪律性和责任感，我为自己是这样学校的一员而骄傲。

## 大学军训日记第四天篇二

经过四天的训练，使我学到了一些部队正规动作要领，同时对部队的纪律也有一定了解。

在军训时，偶尔一个动作，一个人没有做好，教官就接二连三的强化训练，直到我们动作协调一致，并符合标准。这需要我们树立一种团队精神，如果你一人做得不好，就是整个班没有做好。在上午一节静立课时，我确实有支持不住的感觉，我咬咬牙还是坚持到最后。同学们腰酸脚痛，豆大的汗珠不断地从脸上滑落。然而，只要教官的命令，就没有人会擅自休息，即使脚下磨出了水泡。这一站，就是半个小时。教官不发话，整个班级就是一支整齐的队伍，没有一死一毫的动摇。

通过军训，我们学会了服从命令，体会到军训不光是对体能的训练，更是对人意志的锻炼。一个人只要有坚韧不拔的毅力、坚强的意志，在学习和生活中，遇到挫折时，你才会勇敢地站起来，去迎接更大的挑战。

## 大学军训日记第四天篇三

今天是军训第四天，在留下军训营的主席台前，12支队伍正井然有序地开展着军训课程。看似简单的训练动作，实际操作起来却并不是那么容易的。教官认真分析着动作要领，而不是要我们单纯的模仿。在一遍又一遍地指导与训练后，动作基本已经掌握了。可是要想达到军人的标准，我们要做的还有许多。在短暂的训练过后，我们进行了第一次会操评比。12个排齐上阵，展开了激烈的角逐。站立、行走、敬礼，一系列最基本的军队动作凝结的是我们辛勤训练的成果。一句句响亮的口号，一道道坚毅的目光，一排排笔直的队列，一个个认真的队员，一滴滴幸福的汗水.....

我们努力着，我们坚持着，克服着生理和心理的疼痛，勇敢

地抬起头，用坚定的目光注视前方，自我暗示：即使累了，痛了，咬着牙，坚持下去。正是因为有了这个心理，我们才有了好的回报。希望第二名的成绩能保持，28号见分晓！

## 大学军训日记第四天篇四

今天是军训第四天，班里每个人都斗志昂扬，我们在拼搏，在阳光下释放。但是我们犯了错误，让教官十分着急。想到这里，我觉得心里满满愧疚，想道一声对不起。

繁重的军训是扛在肩上的一杆枪，它听力在我们身前，时刻警醒我们，不要妄自菲薄，也不要骄傲自大，我们是班级的一分子，一切都要齐心。雨中是我们挺立的身姿，就像狂风下不倒的雨林，任它狂肆，无人在意，我们既然改变不了天意，那我们只能改变自己，既然选择了努力，那么就要永不言弃，既然我们无畏风雨，那么就要一直奔向胜利。

我们会接受失败，同样会坚持信仰，相信自己，有勇气上场，就是最棒。我们会跌的遍体鳞伤，无妨，站起来，同样活得漂亮。我们会目视前方，因为前方是希望，所以才能慷慨激昂。

人非圣贤孰能无过？错了就是错了，再多的解释也是苍白的，我们一定要改好，心齐团结□xx班同心，一荣俱荣，一损俱损，不可以独断专行，我们只是xx班的一分子，不能代表所有人。所以要成为一个整体，一个团队。

## 大学军训日记第四天篇五

教官在一夜之间完全变了一个人似的。他变得格外仁慈。每个同学都直呼反常！

10、之后的时间里，我们放松休息的时间变长了，频率变快了。大家都很开心。也终于见到教官开心的笑了。

11、看齐。“向前看齐，向前看”“向前看齐，向前看齐，向前看……”教官开始逗我们玩。喊得超快超搞笑。结果很多同学都出错了。教官就很开心。因为那口音实在太逗了，我忍不住，笑喷了。可是教官没骂我，他笑着说：“怎么了啊，牙都笑掉了啊。”

第四天，走正步也越来越齐，口号也越喊越响。也已经有人能大胆大声的喊报告了。第四天的一切都变得美好，和谐！

下午下起大雨。可是我们依然在雨中训练。其实觉得也没有什么的。第一次淋这么大的雨，而且和大家和教官一起。感觉和棒！大家训练的很认真。教官会在喊完向右看齐，向前看后，就突然喊：“小屁孩！”大家都被逗乐了。还和教官学着大喊：“一——二——小屁孩”很开心呢。

感谢教官！

## 大学军训日记第四天篇六

今天，严酷的军训终于拉开序幕了，一切事物仿佛是那么的新鲜，那么的兴奋。

走在路上，我心里老想“军训的那地方会是什么样呢，这八天生活会像生活在家里、在学校那么轻松吗，有地方偷偷买零食吗？军营，我恨不得马上飞到这充满神秘的地方。”

到了，到了，经过了一个多小时的跋涉，终于到了，神秘的面纱终于擦开了……一进门，就看到教官们严肃的神情，使我也不禁正色起来。可心想“我们是来军训的，又不是真正的当兵，应该不会很严格吧。”

今天，是军训的第四天，转眼间过得真快呀。

可是，今天的训练丝毫没有放松，因为明天要会操比赛。可

是跑步立定时，真是乱七八糟，这可难办，所以一上午基本没休息，看着别的班的同学坐地下说说笑笑，我们真实羡慕不已，同时也非常恨教官，偶尔也埋怨教官。但是，下午的一次表演让我改变了看法。

下午训练将要结束时，教官神秘地告诉我们说是有一个很有意思的游戏。我们来到操场中央，每个教官都互相用手势把我们安排成一个似正方形的队形，把教师队伍包围了，然后让我们齐喊：“老师，来一个”。一下子，就热闹了，谁知，事与愿违，经老师的启发引导，我们又让教官来一个，他们也不愿意，经同学们推呀，拉呀，他们就不好推辞了，在场中央表演了一番，真使我大开眼界，动作真难，这要付出多大的代价呀，但我想这只是一小部分。表演完后，赢得了我们热烈的掌声。也乐的我们直鼓掌。

今天，我很快乐，所以今天的气氛可以说书“乐”。让我懂得了，有付出才会有收获。

军训第四天，我们怀着向解放军学习的激动心情，迈着整齐的步伐走进了“嘉兴市武装警察第五支队”的大门。

首先，我们参观了武警战士的宿舍。先来到了一班的卧室。只见十一张床上整整齐齐地铺着像火柴盒似的被子，在那整齐的被子旁边还放着一顶崭新的军帽，每个军帽上都嵌着一个国徽。整个房间看上去就给人一个感觉：整齐！接着，我们又观看了武警战士的操练。只见他们齐步走的时候，有力地摆着手臂，踏着整齐的步伐，简直就像机器人；然后武警战士给我们表演了武术操！“哈!!!哈!!!哈……”随着几阵铿锵有力的武术加劲声，打出了一套漂亮的武术动作。我觉得他们这些熟练的动作是跟他们平时刻苦地训练是分不开的。

这使我联想起平时我叠被子时只贪快不求质量；做早操有气无力，好像前天晚上没睡觉一样；走路也驼着背……与他们这种朝气蓬勃比较起来感到很惭愧，今后，我要以武警战士为榜

样，严格要求自己，做好祖国的接班人。

天是军训的第四天，因为我们昨天口号没喊好，所以今天上午便开始了残酷的体能训练，首先是50个抱头起立蹲下，然后再做了30个青蛙跳，之后又做了……总之说不清楚，一休息大家就吵起来了，教官怒道：“你们还吵，起立，给我做60个抱头起立蹲下。”没办法，又不能顶撞教官，只好照做，刚做完大家就上气不接下气。教官叫道：“如果再吵就别怪我不客气了，坐下！”我们一听，在一秒内就坐下了，每当有一个人想讲话时，大家就会做出一个“嘘”的动作，毕竟大家不想再站了，上午总算是过完了，我一回家就趴在床上睡着了，我想我应该破了世界纪录吧！

下午到了，我们主要在练习迎接领导的动作，比如手语操，表演等内容。只要没做好就要接着做，不过大家都很有努力，没有用多长时间就做完了，甚至比放学时间还要早。

[]

## 大学军训日记第四天篇七

一天的军训生活结束，这一天虽然过程很快乐，但是结果并不是很好。或许，这次的失败对于我们每一个人都可能是一个很大的打击，是一个很好的教训，这让我明白了，只有经过拼搏，经过努力，才能会得到属于自己的荣誉。

今天一天的汗水与拼搏可以说算是白流了，但是我认为或许这一次的失利会使我们的军训变得更苦、更累，或许这一次的失之交臂会让同学们更加努力，更加奋斗，为了争回属于八班的荣誉，也更为了我们的教官、班主任及其他老师。

其实，最要对他们说感谢了，教官的嗓子变得沙哑却仍在喊，班主任不管怎样都陪伴我们训练，其他老师在我们训练时为我们接好水，陪我们训练，谢谢你们。

我相信，八班的同学们会接受这次教训，继续刻苦的训练，去争回属于八班的荣誉，加油吧，同学们！加油！努力！拼搏！只有经过拼搏努力才能获取荣誉。

## 大学军训日记第四天篇八

星期四天气：晴

今天算是军训第四天也是的最后一天了，我们班也要开始选几个优秀学员了，我把名单拿在手里认认真真地看了一遍，咦，怎么没有我的名字？我想：我这几天表现一直不错，学习时很认真，练习就不用说了，尤其是今天：

下午上课时，郑教官没有来，我就站在那里。等郑教官来了，我站得更加认真。下课的时候，大家都在休息、玩，我却还在那里练习正步。这时我想：我一定要评上优秀学员。傍晚时分，叶老师来了，我又想：叶老师来了，我要做得更好一些。于是我做得更认真了。

但是我又想：我今天是做得挺好的，可是前几天呢？也做得这么好吗？不！前几天，我做动作时经常做得不到位，甚至有时还和旁边的同学说话影响了同学。

我想这就是我为什么不能评上优秀学员，叶老师您说对吗？

今天是军训的第四天，今天的训练比平时要轻松一点点，虽说有那么一点点区别，但是区别并不大。我们今天练正步。

教官先让我们把一只腿伸直，用一只腿支撑着身体。这个看

似容易的动作，一开始竟没人坚持到5秒以上，但大家仍在坚持。看，那个学生汗都滴在眼睛里了，他动都不动；再看他，不管多累身体都是直的。也许是大家的精神感动了教官，教官竟破例让我们休息了一分钟。

休息完了，训练仍得继续，还是练正步。我把腿尽量抬高，可不到5秒就落下了。左腿累的直发抖，右腿落了再抬，抬了再落。豆大的汗珠不停的从头到脸，聚集到我的下巴，再摔落在地，那炎炎的烈日差点把我给晒晕了。随着太阳越来越大，我越来越想借上厕所之名去休息一下。可教官的话却一直在我耳边回荡：“苦什么苦，咬咬牙就过去了。”对呀，别人是人，我也是人。别人能坚持，我也可以的！汗还在流，可我们不能动，直到结束。

“苦不苦，想想红军二万五。”这点苦都受不了，还怎么做一名出色的树人学子呢？愿我们明天能更加努力，圆满完成军训。

离军训结束仅仅只剩下一天了，明天星期五，也就是结束的那一天，结束的那一天初一年级要军训表演比赛，我们班级是第五个军训表演的。

今天也跟前三天一样，重复着一样的动作：立正、向右看齐、向前看、向右转、向后转……每个动作必须整齐、到位，不能有一点儿差错，教官无非是想让我们把动作做的熟练、整齐吧！毕竟不认真是要被打的！

教官的“大哥大”说明天要军训表演，我们班找了三个代表去抽签决定我们第几个表演。初一有十四个班级，我们第五个表演，不算太后，也不算太前，谢天谢地！

希望明天的军训表演可以顺利通过！

清晨六点，我们的朦胧睡意被生活老师给打破，谢老师要求



我们必须提前五分钟到操场站军姿，想起我们要利用二十五分钟来起床打扫宿舍就感到十分的紧迫。

早上的时间显然不够用，但是我们团结一致，有着明确的分工。我尽量的节约时间，寝室长卢雅积极的带动我们打扫卫生，真是一位尽职尽责的寝室长。同学们累得满头大汗，但还是坚持把寝室打扫干净。当我们疾步如飞地赶到操场，已经超过了老师规定的时间，我们很不好意思让谢老师生气，但我第二天一定要准时到操场。

今天我们在汪教官的指导下，重温了最开始的稍息立正，唱军歌，但在训练中最开心的还是练习踏步走。我们目不转睛的盯着汪教官得一举一动，学习着汪教官的指定动作。

不知是哪位仁兄把汪教官谈吐不清的“一二一”听成了巧克力，让我们每一个人都笑破了肚皮，真是层层出糗。

[]

## 大学军训日记第四天篇九

军训的第四天开始了。

我们进行了紧急集合的训练。

早上，天还每亮的时候，一声尖锐的哨声传进了我们的宿舍，飞入了我们的耳朵：“嘟嘟嘟嘟……”听见这哨声，我立刻从床上蹦起来。起初，我以为是起床哨，正准备去开灯，却突然听见宿舍外一片骚乱，没有一丝光线。这时，我们才意识到：这不是起床哨，而是紧急集合的信号！

说时迟，那时快。我们立刻以迅雷不及掩耳之速穿戴整齐，

裹好被子，抱着被子飞快地奔向集合地点。在黑夜中的我们，犹如一匹又一匹脱缰的野马，以闪电般的速度集合。

大约6分钟左右，我们集合完毕。而后，营长发出了命令——接到上级通知，有一个连要用炮弹偷袭我们，命令我们马上撤离。我们开始了撤离行动。

我们按照规定的路线撤离。大约绕着茶桑果站跑了6圈，行军了20多分钟后，我们又回到了一开始的集合地点。这时候，营长说大家已经转移到了安全地带。然后营长对我们的这次紧急集合训练作出了评价。

这一次突然的紧急集合训练就这么结束了。我们从天黑跑到了天亮，每个人都从中受益匪浅。我们都有了良好的纪律性。

这一次军训有了这样的突发情况——紧急集合训练，我想，这次军训的教官，同学，训练，连同这个美丽的地方，会使我难忘的。

## 大学军训日记第四天篇十

今天天气真好啊！心情也不错。今天学的课程是我最爱的课程就是跑步。

教官教我们动作的要领：两肩在动的时候要锁住，抬头挺胸，两拳要放在腰部，两臂在动的时候最重要的就是前推后拉要有力。如果动作很轻看起来没有气势。懂了要领同学们也都纷纷体验了一个，之后就是横排四个人练习着跑了，同学们也都按照要领去做得很好了。教官为了让我们每个同学都看见听见要领很卖力气，嗓子都哑了。这时天突然就哗哗的下起了大雨，我们都回到了班级本来想背些题的。可是没想到教官突然来到班级，说要教我们学军歌，大家都热烈的鼓掌，然后教官把词写在黑板上了，歌名叫做《过硬的连队》。教官先唱了一遍，可是我听着教官那沙哑的嗓子唱出

的军歌，我的泪水就在眼圈中晃动，我也不知道为什么。我想应该是这几天和教官感情深的原因吧！感觉教官非常非常辛苦还给我们唱歌，真的很难受！所以我们更应该努力了！听从教官的指挥！

## 大学军训日记第四天篇十一

时间过得真快，今天已经是我们精灵班军训的第四天了。经过这么多天的训练，孩子们渐渐融入了这严格、艰苦的军训生活。现在走起路来个个昂首挺胸，可神气啦！

清晨，活动场地刚刚披上了暖暖的阳光，我们的训练又开始了。上午我们主要进行军体操的练习。教官先给孩子们讲解并示范动作要领。教官话音刚落，孩子们都举起手，跃跃欲试了。在阳光下，孩子们不怕辛苦，一遍又一遍的喊着：呵、呵、呵、呵……汗水慢慢地从额头渗了出来，但是，大家的动作越来越标准了，俨然像一个个小军人，英姿飒爽。中午伴着清凉的小雨，孩子们美美的进入了梦乡。

下午，我们继续进行齐步走的训练。早上的艰苦训练并没有让孩子们露出疲劳的神态，大家依旧精神抖擞。

军训的第四天，对于小朋友来说，身体上已经是很辛苦的了，但是大家都没有放弃，“军训”这是个被汗水浸透的词，却被“坚毅”诠释着！相信经过这么多天的训练，孩子们不但身体强壮、充满活力，意志也得到强化，个个有着钢一般的毅力。在以后的学习和生活中会展现自己更加美好的一面。

今天天气真好啊！心情也不错。今天学的课程是我最爱的课程就是跑步。

教官教我们动作的要领：两肩在动的时候要锁住，抬头挺胸，两拳要放在腰部，两臂在动的时候最重要的就是前推后拉要

有力。如果动作很轻就看起来没有气势。懂了要领同学们也都纷纷体验了一个，之后就是横排四个人练习着跑了，同学们也都按照要领去做得很好了。教官为了让我们每个同学都看见听见要领很卖力气，嗓子都哑了。这时天突然就哗哗的下起了大雨，我们都回到了班级本来想背些题的。可是没想到教官突然来到班级，说要教我们学军歌，大家都热烈的鼓掌，，然后教官把词写在黑板上了，歌名叫做《过硬的连队》。教官先唱了一遍，可是我听着教官那沙哑的嗓子唱出的军歌，我的泪水就在眼圈中晃动，我也不知道为什么。我想应该是这几天和教官感情深的原因吧！感觉教官非常非常辛苦还给我们唱歌，真的很难受！所以我们更应该努力了！听从教官的指挥！

每个人军训的最后一天都要给教官留下一个好印象！！

今天是军训生活的第四天了。

教官教我们动作的要领：两肩在动的时候要锁住，抬头挺胸，两拳要放在腰部，两臂在动的时候最重要的就是前推后拉要有力。如果动作很轻就看起来没有气势。懂了要领同学们也都纷纷体验了一个，之后就是横排四个人练习着跑了，同学们也都按照要领去做得很好了。教官为了让我们每个同学都看见听见要领很卖力气，嗓子都哑了。

这时天突然就哗哗的下起了大雨，我们都回到了班级本来想背些题的。可是没想到教官突然来到班级，说要教我们学军歌，大家都热烈的鼓掌，，然后教官把词写在黑板上了，歌名叫做《过硬的连队》。教官先唱了一遍，可是我听着教官那沙哑的嗓子唱出的军歌，我的泪水就在眼圈中晃动，我也不知道为什么。我想应该是这几天和教官感情深的原因吧！感觉教官非常非常辛苦还给我们唱歌，真的很难受！所以我们更应该努力了！听从教官的指挥！

## 大学军训日记第四天篇十二

今天，军训的第四天，今天早上真的是太不幸了，我们站了半个小时军姿后就各自去练习了。我们连队练习的还是原地踏步还有起步与立定。先开始的是原地踏步。最不幸的就是我前面站的那个孩是个错误。他老是抬左臂，同时迈左脚，而且老是不按教官的口令踏步。我站在他后面，刚开始我的步子还是对的，可是过不了一分钟，我看着他的步子就踏错了，而且看着他踏步我老想笑。最后导致一个结果，教官把我叫了出来单独训练，唉…真的是把人给丢了！早上还是由于我们的动作不合格，教官几乎没有让我们休息，一早上下来把我们累得不行，教官还是很生气。最后中午我们解散的又很迟，教官让我们喊十声“杀”，把我们累的都没气了，教官直接来了句：“滚，老子下午再收拾你们。”我们真的是出力不讨好啊。到了下午，可恶的太阳又窜出来了。刚开始站的半个小时军姿，衣服就已经湿透了，然后带开训练。骄阳似火啊，不过好的是，下午同学们都突然开了窍。我们的动作比上午好了很多。教官没那么生气了，让我们休息的次数多了，时间长了。不过虽然是这样，不到一会儿我的衣服还是湿透了。但总归是没有上午那么累了，轻松了一些。到了晚上，我们的动作还是比较好的，不到半个小时我们就休息了两次。我们在休息时，趁教官高兴，我们就趁机向教官申请拉歌，教官爽快的答应了。我们选择了十八连，就开始拉歌了。我们大声的喊，让十八连唱歌。他们刚开始唱了一首，然后他们拉，让我们连唱，我们连队放声唱了两首。然后我们再让十八连唱时，他们把尾巴夹紧，一首也不敢唱了。我们把嗓子都快喊破了，他们也没唱一首。最后就在我们的拉歌声中，结束了今天的训练。

今天是我的军训生活的第四天，这时候，可以说，我们早已经适应了军训生活，虽然真的很苦很累，我们任然会有很多口头上的抱怨，但是，可以看得出来，大家现在的状态早已经不再是单纯的抱怨，夹杂了许多的喜悦，当然我也是一样，

现在虽然还是口头上有抱怨，但是事实上我很享受与大家共同进步，共同努力的生活，现在的我们似乎因为军训生活的一致性，无商量性，变得团结，变得似乎早已经是一体了，虽然大家任然都是不同的，但是却因为军训而有了共同点，真的很开心。

刚开始的时候，我们就进行了正步的训练，不得不说，我的脚踝真的是很痛，因为这受伤的脚让我这两周几乎放弃了所有的体育运动，之前的我一周至少有4天都拥有很大的运动量，每次都累得要死，但是我真的很开心，很享受这样的生活，忙碌但是很充实，我下决心很多次，要去休息，但是我发现竟然做不到，我不想自己一个人坐在那边，我很享受和大家在一起的感觉，我很珍惜这一次与大家共同努力的过程，我愿意和大家一起流汗，我愿意和大家在苦中作乐的开心，我想这是一切都无法取代的，何况这是最后一次了，我怎么可以错过呢，所以，我让自己忘记脚的疼痛，和大家一起努力到最后，虽然，我知道也许自己这样做会让脚伤加重，身边的人也总是很担心我，但是我就是这样倔强的顺着自己的性子，所以也会位置及所做出的选择负责，加油。

今天的教官可以说彻底的从当初的严肃释放出来了，虽然大家都看得出来，他真的是很腼腆，很害羞，但是总算，我们做出成绩的时候，他露出了笑容，我想这就是一切都向好的方向在发展吧，我们喜欢他的笑容，喜欢他对我们的表扬，因为真的会觉得大家的努力都值得，很欣慰，所以大家拿出了更多的干劲来训练，这样的感觉真好，虽然我们也明白，他不会一下变得很外向的和我们聊天，和我们一起欢笑，但是我觉得每当看到他对我们满意的笑容，这就很足够了！我很喜欢他的笑容，真的希望最后我们连可以表现的很好，大家一起加油吧！

虽然大家会说才过去4天，因为我们总是睡不醒，抱怨是难免的，但是从今天开始，我已经觉得，教官，军训，似乎都已经在渐渐的远离我们了，心中为了大家做的越来越好而感到

开心，但是却也让我觉得不舍，我想是对教官的不舍，同时也是对于这种大家一起同心协力的为了一个目标做事的不舍，不舍得人，也不舍得这份心情，但是我也明白好聚好散，加油吧！

今天，是军训的第四天。

相比前三天的军训而言，训练强度有明显的增强。一早到校，天空下起了牛毛细雨，湿润了校内每个角落，而我们便在整理着装后，被带到指定地点开始了第一项目“站军姿”。

雨水如成线的珠子斜洒在我稚嫩的脸上，痒痒的，浸湿了原本干暖的军衣裤，我们犹如石像般纹丝不动的站在教学楼下，我感到一丝丝的凉气正侵蚀着原本温暖的心，不过每个人心田仍充满着阳光。

接下来，我们便围绕着操场练习走军步，“一二三四”，我们喊着口号，脚步声是那么规整，嘹亮的口号声在操场上回荡着，震颤着每个同学的心。一开始，我们走的十分起劲，而渐渐地，腰、肩、腿脚便开始发酸了，我们首先练习摆臂，这要讲究齐整，摆一个动作要等上好长时间，“换臂”，教官一声令下，刷的一声，我微微斜扫了一眼，那一瞬间的齐整似乎使我内心深处有所触动。我迷茫而又清醒的放眼向前，雨中的树木是那样的充满生机，它们轻摆着，我似乎可以闻得到每一片绿叶的清香，每一片绿叶都在努力做着光合作用，并且吸收着水分，它们每一片都是那么规整的生长着，都是那么努力的生活着，为了整棵树的繁荣！使那棵原本处于苦雨中的树变得如此葱郁，如此的茂密，如此的充满着盎然生机！我难耐的羞愧与惶恐出于人性的本色，大自然尚且如此的努力，每一片绿叶尚且如此的齐整，那我们处于集体之中的个体们呢？不都应如那一片片的绿叶一样，为了集体的气势献出自己的一份力！想到这里，胳膊似乎不怎么酸了，雨后微晴下的每一片“绿叶”，也都重焕了光彩！所以，集体中的每一个我们都应该为了集体的荣耀而努力，让我们每一个人都点亮

自己心中火把，将集体的火焰燃烧的更明亮，更猛烈些吧！

## 大学军训日记第四天篇十三

四天的军训转眼即逝，今天秋高气爽，训练时还有阵阵清风作伴，鸟儿也在尽情高歌，总的来说今天军训还是很轻松的。

早晨，我们吃好早饭，在操场上迎接教官给我们再次训练“队列会操”里正步走和齐步走等的內容，因为马上就要比赛了。在此之前，首先就是要站军姿，不过今天不太一样，原来都是站3分钟、5分钟的，今天教官一次性就让我们站10分钟，而且站不好还不能休息。说实话，就直直的站在那里确实很累，不一会儿我的脚就开始有些麻木和疼痛，我好想坐下来休息一下啊。功夫不负有心人，我终于等到教官让我休息了，“总算能稍微动一下了”我心里想着，可身体就是不听我使唤，要抬脚都有点困难。“通过这次军训，我一定要好好磨练自己的意志，提高身体素质。”我心里暗暗的下决心。

紧接着，我们便练习正步走和齐步走。人们都说“一分耕耘，一分收获。”这句话在我们身上得到了很好的体现。“这次走的还不错”教官难得的表扬，让全班同学都有了一丝丝的骄傲和自豪。短暂的休息过后，我们又开始训练了。这一次是将正步走和齐步走交叉在一起，看似很简单，同学们也没把这个放在心上，都认为很快就能通过，可我们一经“实战”以后，各种问题就都显露出来了：本来长方形的队伍现在已经变成了不规则的图形；原先整齐的步调变得杂乱无章——有快有慢；就连大家的手臂也会老是碰来碰去……见此情景，教官并没有生气，而是有些调侃的对大家说：“我就知道会这样。”大家都有些不好意思的低下了头，教官问我们能不能走好，大家都铿锵有力的回答：“能！能！能！”教官满意的点点头。经过一番训练之后，大家明显长进了很多，我们又一次赢得了教官的认可。



吃完中饭，接下来训练的便是我们最弄不清楚的向左、向右和向后转的训练。教官先把我们分成前后两个区域，哪个区域转的好，哪个区域就先休息，我是后面一个区域的。“向右转”这是教官喊给前面一个区域的第一声口令，这一声口令下去，大家都一齐向右转去，但跺脚声实在太轻。于是教官便叫我们后面一个区域“向左转”，这一声口令下去，我们后面区域的人都乱套了。有的向后转了，有的向右转了，总之方向五花八门。这时，教官生气了，便骂了一句：“驴，都是驴，连方向都转不好，还有什么用！”我听的出，教官真的很生气。后来，前面的区域休息了，只剩下我们后面的区域继续被教官强化训练了。“向右转”“向后转”“向左转”……教官的口令声一直徘徊在我的耳际，我也不禁被这给恼怒了，我心里想着一定要早点得到教官的认同，于是我更加认真的训练。没想到，不一会儿教官便叫我们可以休息了，这真是一个意外中的惊喜啊！

辛苦而又充实的一天军训在哨声中结束了。本周五就要进行会操比赛了，不过我很期待那天的到来，期待那个可以向老师同学展示我们班风采的时刻，我相信我们这个越来越勇的班级，一定会在那天摘取属于我们的胜利的桂冠！

## 大学军训日记第四天篇十四

今天已竟是在军校的第四天了，也是在军校的倒数第二天，今天的天气不是特别好，上午时下大雨的，只有下午的雨才会小下来，但是在昨天晚上，只听见哨声一响，王老师冲进来大喊：“紧急集合了！大家快点给我起床！”因为晚上吴宇涵在不停的吵，我们都睡不着，所以对哨声非常紧张，我们一听到哨声就睡前放在床头的军服穿上，把鞋子给穿上，一下子冲到门口集合，也因为天公不作美，晚上在下大雨，但对我们是件好事，因为我们可以不到操场上集合，只用在楼道上排队就可以了教官看我们站的不错，也因为下雨不能到操场上练习，所以没有什么好练的，所以就放了我们一把，让我们回去睡觉了，我们可真是太幸运了。

今天白天我们看到了我国的各种军兵种和我国的各种军衔，而我也非常骄傲，因为我的爸爸也是一个兵，而且是个团长，所以我也特别的骄傲，我在学校里是以这个为傲的。我们今天就听了杭十四中的老师讲朝鲜战争，说了关于朝鲜战争的很多很多的事，又上岗岭之战“震响牛皮糖”的故事等等。他们还着重讲了“全国人民模范胡忠林”的故事。而今天晚上还开了联欢晚会，今天可是真丰富多彩啊！

## 大学军训日记第四天篇十五

几天是军训的第四天，不知不觉中，军训走过一半了。我和教官，同学，老师的感情渐渐浓了起来。今天，因为我们没有好好训练，教官被排长批评了，我们心里很不是滋味。听着教官那为我们越来越嘶哑的声音，感觉很对不起教官。我们能做的只有好好训练，听教官指挥，做好自己的动作。

休息时，我们飞快的跑向自己的水杯。老师们早早给我们凉好了白开水，喝的正好。满满一大杯凉白开水，我们仰头灌下，那个感觉怎一个爽字了得。老师们辛苦了！看着同学们喝水时的笑脸，看着周围守着我们的老师，有了家的感觉。老师们向父母一样关心着我们，同学们像兄弟姐妹一样温暖着我们，感觉真好！

中考失利，来到十三中，感觉不是很好。但是，经历了这几天的军训，慢慢感受着这所学校的精神，这里的学习氛围，这里老师的敬业奉献，我开始慢慢接受这里。也渐渐明白：尽管会遇到许多困难和挫折，只要坚持努力，高考时，我必胜利！

## 大学军训日记第四天篇十六

## 军训第四天日记范文【篇一】

辛苦的时间过得最快，这句话我可算是真正的体验到了，想到今天已经是军训的第四天了，我立马就有了精神起床军训了。

清晨，活动场地刚刚披上了暖暖的阳光，我们的训练又开始了。上午我们主要进行军体操的练习。教官先给孩子们讲解并示范动作要领。教官话音刚落，孩子们都举起手，跃跃欲试了。在阳光下，孩子们不怕辛苦，一遍又一遍的喊着：呵、呵、呵、呵……汗水慢慢地从额头渗了出来，但是，大家的动作越来越标准了，俨然像一个个小军人，英姿飒爽。中午伴着清凉的小雨，孩子们美美的进入了梦乡。

下午，我们继续进行齐步走的训练。早上的艰苦训练并没有让孩子们露出疲劳的神态，大家依旧精神抖擞。

军训的第四天，我们慢慢的习惯了军训的这种生活习惯，也喜欢上了这种军队的感觉，而我，在前几天的锻炼中，明显感觉自己的吃苦精神更加的强大了。

## 军训第四天日记范文【篇二】

四天的军训转眼即逝，今天秋高气爽，训练时还有阵阵清风作伴，鸟儿也在尽情高歌，总的来说今天军训还是很轻松的。

早晨，我们吃好早饭，在操场上迎接教官给我们再次训练“队列会操”里正步走和齐步走等的内容，因为马上就要比赛了。在此之前，首先就是要站军姿，不过今天不太一样，原来都是站3分钟、5分钟的，今天教官一次性就让我们站10分钟，而且站不好还不能休息。说实话，就直直的站在那里确实很累，不一会儿我的脚就开始有些麻木和疼痛，我好想坐下来休息一下啊。功夫不负有心人，我终于等到教官让我休息了，“总算能稍微动一下了”我心里想着，可身体就是

不听我使唤，要抬脚都有点困难。“通过这次军训，我一定要好好磨练自己的意志，提高身体素质。”我心里暗暗的下决心。

紧接着，我们便练习正步走和齐步走。人们都说“一分耕耘，一分收获。”这句话在我们身上得到了很好的体现。“这次走的还不错”教官难得的表扬，让全班同学都有了一丝丝的骄傲和自豪。短暂的休息过后，我们又开始训练了。这一次是将正步走和齐步走交叉在一起，看似很简单，同学们也没把这个放在心上，都认为很快就能通过，可我们一经“实战”以后，各种问题就都显露出来了：本来长方形的队伍现在已经变成了不规则的图形；原先整齐的步调变得杂乱无章——有快有慢；就连大家的手臂也会老是碰来碰去……见此情景，教官并没有生气，而是有些调侃的对大家说：“我就知道会这样。”大家都有些不好意思的低下了头，教官问我们能不能走好，大家都铿锵有力的回答：“能！能！能！”教官满意的点点头。经过一番训练之后，大家明显长进了很多，我们又一次赢得了教官的认可。

吃完中饭，接下来训练的便是我们最弄不清楚的向左、向右和向后转的训练。教官先把我们分成前后两个区域，哪个区域转的好，哪个区域就先休息，我是后面一个区域的。“向右转”这是教官喊给前面一个区域的第一声口令，这一声口令下去，大家都一齐向右转去，但跺脚声实在太轻。于是教官便叫我们后面一个区域“向左转”，这一声口令下去，我们后面区域的人都乱套了。有的向后转了，有的向右转了，总之方向五花八门。这时，教官生气了，便骂了一句：“驴，都是驴，连方向都转不好，还有什么用！”我听的出，教官真的很生气。后来，前面的区域休息了，只剩下我们后面的区域继续被教官强化训练了。“向右转”“向后转”“向左转”……教官的口令声一直徘徊在我的耳际，我也不禁被这给恼怒了，我心里想着一定要早点得到教官的认同，于是我更加认真的训练。没想到，不一会儿教官便叫我们可以休息了，这真是一个意外中的惊喜啊！

辛苦而又充实的一天军训在哨声中结束了。本周五就要进行会操比赛了，不过我很期待那天的到来，期待那个可以向老师同学展示我们班风采的时刻，我相信我们这个越战越勇的班级，一定会在那天摘取属于我们的胜利的桂冠！

### 军训第四天日记范文【篇三】

时间过得真快，今天已经是我们精灵班军训的第四天了。经过这么多天的训练，孩子们渐渐融入了这严格、艰苦的军训生活。现在走起路来个个昂首挺胸，可神气啦！

清晨，活动场地刚刚披上了暖暖的阳光，我们的训练又开始了。上午我们主要进行军体操的练习。教官先给孩子们讲解并示范动作要领。教官话音刚落，孩子们都举起手，跃跃欲试了。在阳光下，孩子们不怕辛苦，一遍又一遍的喊着：呵、呵、呵、呵……汗水慢慢地从额头渗了出来，但是，大家的动作越来越标准了，俨然像一个个小军人，英姿飒爽。中午伴着清凉的小雨，孩子们美美的进入了梦乡。

下午，我们继续进行齐步走的训练。早上的艰苦训练并没有让孩子们露出疲劳的神态，大家依旧精神抖擞。

军训的第四天，对于小朋友来说，身体上已经是很辛苦的了，但是大家都没有放弃，“军训”这是个被汗水浸透的词，却被“坚毅”诠释着！相信经过这么多天的训练，孩子们不但身体强壮、充满活力，意志也得到强化，个个有着钢一般的毅力。在以后的学习和生活中会展现自己更加美好的一面。

## 大学军训日记第四天篇十七

一：军训日记第四天

xx年xx月xx日 星期日 晴

时间如白驹过隙，转瞬即逝，不知不觉已来到了军训的第四天。

已有四天。5:30起床，之后是紧张而紧促的训练。我们戏言，连洗澡都像是在打仗似的。不知什么时候，一开始的娇气，会晕倒，到现在的各个雄赳赳，气昂昂；不知什么时候，一开始的偶尔顶撞变成现在的绝对服从；不知什么时候，对饭菜的抱怨变成了现在的习惯性的吃完所有的菜；不知什么时候，每天早上对着没有干的衣服早已没了惊讶，而是微笑的接受。不知什么时候，身边的一切事都变得自然而然，没有任何的突兀。

曾听说一个习惯的养成要17天，可是我们只是五天，便成就了现在的习惯。而且，因为习惯，让我们终于明白，我们可以适应，我们可以习惯，军训，我们可以做的更好。

高中军训日记第四天二：军训日记第四天

xx年xx月xx日 星期日 晴

今天是军训的第四天，明天，军训就要结束了，有的同学兴奋极了，但我却有点留恋，因为过了明天，我就离开了这两位敬爱的教官，就要离开了这可爱的七五七九五基地，可能永远都不会再会到这儿了。

今天上午，下了一场大雨，但我们还没有操练好。教官本来都想让我们避雨休息，但大家充满着奋进向上的欲望，请求教官让我们继续操练，因为我们每一个人都深知：明天就要比赛了，我们一定不能输给别的班，一定要在走之前做出成绩，这次比赛我们只可胜，不可败！教官被我们的精神打动了，答应了我们。

吃完午饭后，李教官把我们集合起来，他对我们说：“明天我们就要比赛了，我相信你们能行。给点信心自己吧，拿点实力出来，向所有人展示你们这几天的学习成果，让所有人知道，三班是行的！”听了这番振奋人心的话，大家士气大振，整齐而有力地回答：“是！”着雄亮的声音更加显得我们万众一心。

今天时间似乎过得特别快，转眼间又到了吃晚饭的时间。长时间的训练使大家累得筋疲力尽，连肚子也在闹“空城计”。大家大口大口地吃，从他们吃的样子来看，这次是他们吃得最痛快的一次！

到了晚上，教官组织我们去看影片。这部影片拍摄了通信兵、侦察兵、雷达兵、装甲兵的生活和工作。他们不畏艰难困苦，一心为国家贡献自己的一切，为人民默默地奉献着，奋斗着……看完这部影片，我们深受感受，那些英勇的军兵不怕困难，不怕挫折的精神感染了我们，我同时也被他们那无私奉献的精神所感动着。

今天，是我们班最团结的一天，是使我们难忘、骄傲的一天。我希望我的人生每一天都能像今天一样精彩，那我的人生将是一曲辉煌的篇章！

高中军训日记第四天三：军训日记第四天

xx年xx月xx日 星期日 晴

今天是军训第四天，在留下军训营的主席台前，12支队伍正井然有序地开展着军训课程。看似简单的训练动作，实际操作起来却并不是那么容易的。教官认真分析着动作要领，而不是要我们单纯的模仿。在一遍又一遍地指导与训练后，动作基本已经掌握了。可是要想达到军人的标准，我们要做的还有许多。在短暂的训练过后，我们进行了第一次会操评比。12个排齐上阵，展开了激烈的角逐。站立、行走、敬礼，一

系列最基本的军队动作凝结的是我们辛勤训练的成果。一句句响亮的口号，一道道坚毅的目光，一排排笔直的队列，一个个认真的队员，一滴滴幸福的汗水.....

我们努力着，我们坚持着，克服着生理和心理的疼痛，勇敢地抬起头，用坚定的目光注视前方，自我暗示：即使累了，痛了，咬着牙，坚持下去。正是因为有了这个心理，我们才有了好的回报。希望第二名的成绩能保持，28号见分晓！

高中军训日记第四天四：军训日记第四天

xx年xx月xx日 星期日 雨转晴

天空为雨水洗礼，晨曦不再稀微，崭新的军训第四天开始了。一天一个新的征程，在为期一周的军训中，第四天显得尤为重要，起着承前启后的作用。

第四天，需要我们以专致的态度来回顾前三天的所学的内容，又需要我们以虚心认真的态度来学习新的知识。

293班的第四天，也正是这样度过的。

前三天，我们班学得不太认真，但那稚气未脱的教官因爱怜而没有骂我们。今早的会操上，我们最后一个登场，按理说我们班应该要压轴，但事实并非如此。看到其他班的精彩表演后，我们班的“士气”就被“杀”了一截，等到正式登场时，现实也在不言而喻之中。齐步走时不整齐，简单的转体动作有人做错。教官惋惜的表情写在脸上，我们失望的心情吟咏在声声叹息之中。

不抛弃，不放弃，早上的失利磨灭不了我们班同学奋勇争先的士气。下午的训练中，293班的同学表现得十分“敬业”。

艳阳高照，温度直升，同学们的脸被晒得通红，但同学们上



进的思想未被扭曲。自觉在骄阳中练习，反反复复齐步、正步、跑步，不断改进，在练习中查漏补缺，在练习中增强默契，在练习中进步、成长。

时光飞逝，一天从步步行进中流过。同学们都清楚地了解了自身的不足，“有则改之，无则加勉”。对即将来临的会操，同学们的信心大大增强。

我们自信，相信我们会赢！

今天天气真好啊！心情也不错。今天学的课程是我最爱的课程就是跑步。

教官教我们动作的要领：两肩在动的时候要锁住，抬头挺胸，两拳要放在腰部，两臂在动的时候最重要的就是前推后拉要有力。如果动作很轻就看起来没有气势。懂了要领同学们也都纷纷体验了一个，之后就是横排四个人练习着跑了，同学们也都按照要领去做得很好了。教官为了让我们每个同学都看见听见要领很卖力气，嗓子都哑了。这时天突然就哗哗的下起了大雨，我们都回到了班级本来想背些题的。可是没想到教官突然来到班级，说要教我们学军歌，大家都热烈的鼓掌，然后教官把词写在黑板上了，歌名叫做《过硬的连队》。教官先唱了一遍，可是我听着教官那沙哑的嗓子唱出的军歌，我的泪水就在眼圈中晃动，我也不知道为什么。我想应该是这几天和教官感情深的原因吧！感觉教官非常非常辛苦还给我们唱歌，真的很难受！所以我们更应该努力了！听从教官的指挥！

每个人军训的最后一天都要给教官留下一个好印象！！

今天是军训第四天，在留下军训营的主席台前，12支队伍正井然有序地开展着军训课程。看似简单的训练动作，实际操作起来却并不是那么容易的。教官认真分析着动作要领，而不是要我们单纯的模仿。在一遍又一遍地指导与训练后，动

作基本已经掌握了。可是要想达到军人的标准，我们要做的还有许多。在短暂的训练过后，我们进行了第一次会操评比。12个排齐上阵，展开了激烈的角逐。站立、行走、敬礼，一系列最基本的军队动作凝结的是我们辛勤训练的成果。一句句响亮的口号，一道道坚毅的目光，一排排笔直的队列，一个个认真的队员，一滴滴幸福的汗水。。。。。

我们努力着，我们坚持着，克服着生理和心理的疼痛，勇敢地抬起头，用坚定的目光注视前方，自我暗示：即使累了，痛了，咬着牙，坚持下去。正是因为有了这个心理，我们才有了好的回报。希望第二名的成绩能保持，28号见分晓！

今天下午，我又回到了学校。我和室友们顶着一头短短的头发来到教室，请老师检查是否合格，老师看了我的头发，说后面的头发有点长。这时，爸爸妈妈都已经走了，我只好打电话请他们回来带我去剪头发。很快，爸爸妈妈带我找到了一个美发店，急急忙忙的理完发以后，我又回到了学校。同学们都已经集合了，我只能祈祷教官别让我围着操场跑圈了。

还好，我还不算太晚，正好赶上了训练。队列方队的训练还真是严格，一上来教官就让大家拔了10分钟的军姿。我原来在自己班训练的时候，都是拔两分钟的军姿，现在要站这么久，还真有点不习惯。时间一分一秒地过去了，我感觉站立的时间已经远远不止10分钟了。教官让我们踏步走的时候，我的双腿和双脚已经站的又酸又痛了。后来，教官又从我们班挑来了两位同学，我们一定要为初一(11)班争光添彩。

晚上，我在上自习课时，一位同学问我某个字怎么写。本来自习课不能随便说话，可是我却说话了，结果被罚站5分钟军姿。我下次再也不这样了，不仅自己违反了纪律还影响了别的同学。

作文军训日记, 军训日记第四天作文, 军训日记作文300字, 高中军训日记400字#e#

大家都拖着昨天的疲惫来到今天的训练课堂。经过昨天的训练,我们拣到了个大便宜,教官是所有的军官当中最温柔,最好说话的一个,当然我也很喜欢这个教官.我很期待着今天教官的发号施令跟昨天一样,可以让我们多休息一会儿。

教官今天比较严肃,眼睛里含着一种无奈。他说因为昨天对我们管的太松,而且练的也不好,总教官让教官对我们狠一点儿。没办法,我也知道,教官就在我们眼前被上司指着骂。虽然昨天只是开始,可教官就被骂了5次,他对我们说以前一个月最多只被批评过2次。我倒是觉得像练这种东西,不能图太快,关键就是我们想不想练的问题,大家一定都抱着“烦死了”的心情,谁还会练的好呢?解决这个问题,只有对我们施加压力——练好了就休息,练不好,继续练。教官很心疼我们,他也做过学生,知道我们也是很辛苦的,但是领导命令不能违啊!他也是没办法改变局面.我是个很讲情义的人。我喜欢教官.第一因为他性格好,第二因为他长的像我的哥哥.虽然第二个原因比较私人化,但不管怎样我一定会挺教官到底的,这么好的教官上哪找啊!

下午气温升高,光是站着就能汗如雨下.下午主要是学习踏步。别小看这踏步,连摆个臂都会严格要求。前臂抬高25cm,后臂抬高30cm□听教官一声令下,大家抬起了左右臂。那个叫累人啊。男女生共站了3排,每排的手臂都要摆的一样高,一定就是10分钟,正常人哪能吃得消呢!狠的是动一下就得多定几分钟,这弄的大家是两臂酸痛,吊在半空中都能发抖。像我这样的体质跑几步都能气喘吁吁的,早就支撑不住了。

虽然军训是枯燥乏味的,但是苦中有乐。大家都能坚持,没有特别不耐烦.我的身体每个部位都很痛,很疲劳,但我过的很快乐,因为生活变的充实而具有教育意义。

## 第二篇：高中军训日记

“格斗准备”教官一声令下,我们刚劲有力的摆出了格斗动

作。

六月二十九日下午，我们一团一营一连开始学习格斗动作，格斗动作共有二十招。据教官介绍，在大一所有军训的新生中，有数百人将在最后的军训汇演中打格斗动作，我们一连幸运的成为其中的一部分。

较前几天学习的站军姿，转体，齐步走等动作，格斗的难度比较大。首先，所有招式我们从未见过，必须一丝不苟的从头开始学习。其次，招式多，而且动作复杂。再加上时间紧，要在短期内完全学会并且打的熟练，打的有气势，对我们来说的确是一个挑战。但是，我们一连所有同学有足够的信心迎接挑战，因为我们将代表水院，因为我们要打出水院新生的风采与气质。

为了把动作掌握正确与熟练，我们一连采取了各种灵活的训练方式。比如，同学分组练习，相互指出错误的地方，同时彼此学习共同进步；针对有错误的同学，教官进行一对一的指导，力争使每位同学都尽快掌握基本动作；在宿舍内部，各舍友间切磋学习。

“嗨，嗨……”一声声口号铿锵有力，一个拳，一个踢腿，动作刚劲勇武。

### 第三篇：高中军训日记

今天是军训的第二天，经历一上午的磨练，我深深感受到了军训所带来的痛苦。的确，军训是枯燥而又乏味的，整整一个上午，我们只是在教官的带领下，练习了稍息、立正、跨列和原地转弯等基本要领，但军训又是快乐的，它会在酷暑、骄阳之中，让你感受到清风般的慰藉。

先来说说军训的苦吧。烈日炎炎，汗流浹背，一次又一次的练习，一声一声的呐喊，渐渐嘶哑的嗓音，慢慢消弱的体

力……这便是此时此刻阳光下的我们所感受到的，如果用一个词来形容，那真可谓是“筋疲力尽”。不过再艰苦也要挺着，看看身旁的同学们个个都是“站如松”，总不能就我一人喊声报告，到一旁休息吧。时光在训练中悄悄流逝，一上午最温暖的一股热浪终于向我们逼近了，不知不觉中我的额头上已挂满了汗珠，这一粒粒汗珠，还好像是调皮的故意捉弄我一般，在我的脸颊上缓缓流下，弄得我直痒痒，好像是在考验我的毅力，害得我只得咬着牙，继续保持着站姿。此时的我早已是腰酸背痛，脚底火辣辣的，但是，我现在是一个高中生，这点儿苦算什么，再看我们整个班级依旧是一支整齐的队伍，没有一死一毫的动摇。此刻，心中一个声音不时的回荡“打不倒、击不跨是我们高中生的意志。”

其次说说军训之乐。本来教官在我心中是一个很严厉的形象，经过今天的相处，我又发现了他和蔼可亲的一面。“累不累？”“还支持得住吗？”“怎么样？”多么温暖的问候啊！他还不时让我们去休息，叫同学们唱歌来缓解我们疲惫的身躯……这一系列的举动仿佛是炎热夏季里的一泓清泉，缓缓地流入我们的心田，滋润着一颗颗干涸的心。即使再热，但我们的心是凉爽的。

总而言之，军训就是苦与乐的交响曲，有苦必有乐，有乐必有苦。这其实与我们今后的学习生活是很相似的，我们既要做好为学习而吃苦的准备，又要在紧张的学习生活中去寻找属于自己的快乐。综上所述，军训给我带来最大的感受就是五个字：苦并快乐着！

#### 第四篇：高中军训日记

今天上午，教官另有任务，出去了。来带我们训练的是隔壁班的教官。他个子比我们的教官要矮，臂膀上也有一颗星。他说话的时候很严厉，同时严厉中也带点搞笑。但是对于我们还是挺和蔼的。大概是因为不是我们本来的教官吧。他一个上午只让我们训练了一小会儿，很长时间都是休息。这对

我们来说很爽，很舒服。但我想：这绝对不是军训时应该有的事情。军训就是应该吃苦受累，这样才能更加锻炼我们的毅力，使我们在以后生活中经得住风吹雨打。只有经历过战争的士兵才是好士兵。

下午，我们的教官回来了。虽然我们在面嘘声一片，直叹可惜。但是，我还是看出来，大家都是发自内心的开心，同时，我也看出大家训练起来都比平时认真多了。大概是因为失去了才知道珍惜吧！我相信经过这次的事件不但对我们没有害处，反而对我们有所帮助，使我们更加正视、尊重教官对我们的训练。

所谓“磨刀不误砍材功”，刀磨快了，自然就事半功倍了。训练也是这样。首先把心态摆正了，知道用功、努力训练其实并不难。只要大家努力又何愁训练不好呢？我想：这又是教官要教我们的道理，有机会的时候就要抓住，不放手。有的失去了可以再找回来，但有的失去的可能永远与之分别了。

## 第五篇：高中军训日记

刚刚从初中进入高中，必不可少军训随之而来。这回我们是在xx中学进行军训，教我们则是xx武警支队的教官。

这已是我们第二次军训，然而我们对于军训则依然是十分好奇。我本以为这次的军训和初一时一样只是一些简单的队列训练，然而殊不知这是对我们的一次巨大的考验。第一天我们只是进行了简单而“温柔”的训练，而接下来的几天里训练却不是那么轻松——6:20开始集队，每次训练前15分钟的军姿，大强度的训练……但在我看来夜行军才是最辛苦的。为了不睡过头我们把闹钟定在了2:30。然而也许是太过紧张我们在两点就起床了，做好一切准备后大家都坐在床上等待那一声清脆的哨声。终于集合的哨声响起了，我们争先恐后地冲出宿舍，并迅速拍成整齐的队列——夜行军开始了！这回我们的目的地是芦笛岩，距离桂中大概一个小时的路程，

这不禁让我想起了前一次夜行军，那一次也是去芦笛岩，但那一次十分轻松，回程还有车，这让我倍感轻松。夜行军一开始，大概是心情好了，我精神抖擞。眼看着马上到芦笛岩了我看了看表才4:30，不禁高兴了起来。不过当我们到达芦笛岩时，我们并不是进去休息，而是径直往下走。也不知走了多远，我们来到了一所职高的门前，路变得越来越难走，我们则早已累得上气不接下气。走着走着我们走上了忐忑泥泞的田埂，环视四周都被黑暗笼罩，只有月亮不时探出头来洒下一片皎洁的月光，细细倾听只能听见青蛙的叫。大家一个个腰酸背痛，但却没有一个人不想到达终点，在大家心里也许都念着同一句话“坚持！一定要坚持！马上就到了！”慢慢的我们走出了田地，回到了大路，我们来的时候的大路，但没有一个人抱怨，也许是因为我们知道这并不是毫无用处，它让我们懂得了坚持。不久，我们停了下来，坐在地上为最后的回程做准备。休息终究是短暂的，迎着初升的太阳，我们开始了我们的归途。这回我们并没有车坐，只能周回去，但大家没有怨言因为这也是对我们的一种锻炼。归途同样漫长，虽然双腿如同灌了铅，但是大家都对这次夜行军很满意，因为我们做到了我们以前认为不可能的事！

军训转瞬即逝，但我们却收获颇丰，我们不仅锻炼了自己的身体素质，而且让我们在精神上得到了极大的提升，让我们懂得了坚持的力量，为高中三年的奋斗打下了坚实的基础。

## 第六篇：高中军训日记

我们的训练场地是一个挺大的足球场，地上铺满了人造草皮，当太阳抚摸我们的后背和脸颊时，那些无法进行光合作用的草皮便开始慢慢升温，蒸腾的热气渐渐由脚贯穿我们全身。教官很心疼我们，当训练到一定程度时便会下达休息的口令。每当这时我便会平躺在草坪上，仰望蔚蓝的天空，看白云追风的足迹，肆意地变幻着模样，我的思绪就又飘到很远很远的地方。草地上偶尔会有一两只蝴蝶飞过，这些舞动着翅膀的精灵翩翩地追逐嬉戏，演绎着一幕幕的梁山伯与祝英台。

使得炎热的军训添加了几分姿色。

每天都有候鸟成群结队的从我们头飞过，排着所谓的“一”或“人”的字形，唱着快乐的歌曲。秋已经很深了，但这个城市的炎热却没有丝毫的衰减，太阳依旧灿烂如夏。

军中的训练很苦，真的很苦，时常会有人坚持不住而倒下。在站军姿以及练习升蹲起立时左腿便会隐隐作痛，应该是开学前的那次骨折留下的后遗症吧！医院开的证明被我摊开又折叠，如今已是破烂不堪，我始终都不想用这张牌，我要证明我的坚强。再过一个星期便要结束训练了，心中竟涌出一股淡淡的惆怅，就像高三的那次离别。一直盼望着离别，逃避，可真的将要离开了却有万分的不舍，好象生命中最重要的东西将要离去。我想我已经喜欢上这种训练了。

也许，你会认为我神经错乱，但我是真的喜欢上这次的军训了，不光是这次，还有初中高中的军训，我都很怀恋。军训的日子虽然很苦，但我知道，这样的磨练使得我的意志一天比一天坚强，那些脆弱的东西正在逐渐离我而去，而我也渐渐淡忘了那些曾经让我极度悲伤的过往。

晚上6：30照例集合，像往常一样训练到7点以后，我们便开始教军歌以及游戏。天上星光点点，地上笑声一片，笑声冲上云霄吵醒了月亮也吵醒了白云，于是深蓝色的帷幕下便只剩不知所云的星星以及云后淡淡的月光。教官依旧是那么的顽皮，和我们一起做游戏，输了却有赖皮不肯受罚，结果往往是打一整套的军体拳给我们看。

真的好希望就这样一直下去，可我知道，天下没有不散的宴席，完美总有一天会破坏，美梦总有一天会醒来，但我不会悲伤，因为我有回忆。



## 大学军训日记第四天篇十八

今天是军训的第四天的。总的来说，今天是军训以来最累的一天。

上午，在练习完武术操以后，没有任何的休息，我们就继续进行军事训练。由于擒体拳的动作早已学完，所以一个上午我们都在训练打拳的队形，反反复复的训练让大家都觉得枯燥无聊，所以休息时大家个性的自我介绍变成了缓解气氛的一剂良药。训练，休息，再训练，再休息。水瓶里的水越来越少，上午也就这么过去了。

下午，在进行完消防安全演练后，我们进行了队列会操的排练，由于班级较多，在排练完后，就已经接近晚饭时间了。晚饭过后，我们开始马不停蹄地进行了跑操训练，而身为拳术连一员的我们，则在进行拳术训练。此时的我们，较之几天前已经取得了大大的进步。晚上的两个小时就在各班的口号声和拳术连的“杀”声度过了。

虽然说的简单，但这一天却过得十分艰苦，而心中却始终有着一丝期待——那就是明天的队列会操比赛，虽然我不会亲自参与，但是，我还是衷心地希望4班能够取得一个好成绩。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印

推荐度：

[点击下载文档](#)

## 大学军训日记第四天篇十九

日夜交替，不知不觉已经四天了。这四天，我的感触很多。四天，很短的一段时间，但每一天都过得很充实，很满足。在这四天里，我们学会了很多人生道理。我们学会了坚持就是胜利，学会了忍耐，吃苦……这些道理将会让我们受益终生。

这四天的经历，可以用酸甜苦辣咸来形容。

酸：想到将要离开这里，心中莫名地涌出一股淡淡的酸涩。这些教官虽然对我们很严厉，但是，他们也会展现出温柔可爱的一面。在宿舍时，他们还会陪我们猜脑筋急转弯呢。现在就要离开了，真有些舍不得。

辣：在我们站军姿的时候，如果我们营中有一个人动了，那么全营都要罚做五十个深蹲。如果有人偷懒的话，那么所有的人再做20个。我们就像吃了辣椒一样，眼泪在眼眶中打转。

咸：因为在室外，教官喊口号的声音要很大我们才能够听到。听着教官那嘶哑但洪亮的声音，看着教官那在太阳下黝黑黝黑的年轻面孔。我的心里酸酸的，咸咸的。

## 大学军训日记第四天篇二十

今天上午，我们练习了以前学过的东西，当然首先是站军姿，贵在坚持嘛，但是相比刚军训时已经做得好多了。在最后，我们高一十个班举行了一次小型的会操表演，用来检验同学们训练的成果。

下午，我们开始练习跑步和立定，虽然一开始做得不太好，

但是我相信我班肯定会越做越好的!晚上，我们看了一个大电影《南极大冒险》，讲的是团队和情的故事。因为我们是一个团队，所以要有集体荣誉感，落后的同学使劲向前跑。靠前的同学帮助后面的同学，一起齐头并进，走出我班的气势。使我班同学全体一条心，共同建设美好的15-17班。情之一字，自古以来便有很多的解释，而在这部电影中则是将的是同伴之情。因此在学习过程中，我们也应该相互关爱，相互理解，相互协作，构成一个团结的班集体。

电影过后，老师讲我们班的宿舍卫生不好，但我相信，每天进步一点点，长久之后呢?大家想想，当然在这过程中也需要我们的坚持和毅力。大家请相信自己吧!每个人都是独一无二的，身体中也蕴藏着无穷的潜力，这需要我们去激发。

因此，我要为了自己，为了爱我的人，我会努力度过这高中三年，争取赢得一个美好的未来。努力、自信能创造自信。

父母请相信我吧!我一定能不愧于你们的期望!