

# 军训生活感悟日记(汇总10篇)

环保宣传语旨在向公众传达环保知识和信息，提高他们的环保素养。借助幽默、夸张或激励的手法可以使环保宣传语更具吸引力。请欣赏以下一些经典的环保宣传语，或许对你的创作会有所帮助。

## 军训生活感悟日记篇一

军训，就如梦一样，匆匆地来，在我还没有细细品味那份感觉的同时发现，已经过去一半了，灯光打在挂在衣架上的军装上，几天军训的记忆一股脑全涌现了出来，我在呆呆地想着，想着教官干脆有力的口号声，想着那整齐或凌乱的踏步声，以及同学们的窃笑声。

有人说这是非人的日子，是人生最黑暗的日子。但它留给我的是一种流血，流汗，却不流泪的意志磨炼，是一种脚踏实地的真实感。军训，在某种程度上，已经超越了其本身的单纯上的意义，它已经成为一种宝贵的难得经历，写进我的记忆中，而成为不可抹杀的一部分，它已经成为一种力量，一种在困难时给我的动力，一种生命的支持力，支撑着人生旅途的各种风雨中动摇的心灵。

## 军训生活感悟日记篇二

9月9日，正式军训的第一天。天气很好，不见一丝烈阳，偶尔有掺杂着松针清香的风刮过，悄悄钻进少年的迷彩服袖口。

临近傍晚，天空中红紫一片，似是诉说着青春的伊始，我呆板地站着，迟钝地用大脑反应着教官的所言所语，那中气十足的低音调，却在我心里惊不起半分波澜。我的状态，与这个“青春恰似火，正是扬帆时”的环境，似乎格格不入。

过差的体质让我对军训产生了恐惧，迷茫、怠懒的情绪在心中蔓延，肢体却还在麻木运动，形成不协调的奏曲。我站着站得笔直的教官，映衬着天边的红云，突然之间对正气凛然的军人气质油然而生敬意。

晚上六点整，刚吃完晚饭的饱腹感使我愉悦舒适，几滴晶莹钻入口中，普通的纯净水如佳酿般清醇可口，“我有一壶酒，可以慰风尘”的满足感，令我沉迷。可肌肉是有记忆的，一颗心总会在暗处沉静，时光的齿轮便生了锈，“嘎吱嘎吱”在心中反复。脚底的疼痛感犹在，走一下便要扶一下墙，大理石的冰冷质感从黏腻汗湿的手心中传开。

我想喟叹，却又得忍受大腿内部传来的肌肉酸痛，索性咬紧牙关，甚至连氧气也杜绝了，那种窒息感或许可以与它两相抵消。我抬起眼帘，气喘吁吁，对于体质过差的羞耻感又升腾起来。前方一片乌黑，不见一丝灯火，鼻头开始发酸，陌生环境的孤独，往日朋友的熟稔不复，几种可笑的情绪在细胞内湮变。前方的路越来越长，我似乎迷路了。

一只蚊子，张牙舞爪地在我身边叫嚣。蚊子对我们造成的伤害，常常是微不足道的，面对这些困扰，抑或是更大的困难，我们也要以临危不乱、淡定自如的心态去面对，与命运签下不败的条约。

这就是军训于我的意义。

“啪”，走廊的灯突然全开了，照亮了前方，原来，我的路，就在前方。

少年啊，这些磨砺，也许正是未来的你，回望来路时的骄傲和念想。

## 军训生活感悟日记篇三

在我们的期待下，军训的日子终于如期而至。今天早上，大家个个都像打了鸡血一样，十分激动。我们带着大包小包的行李，脸上挂着喜悦的笑容，兴奋地上了车。

一路伴随着嬉笑声，我们很快到达了目的地。下了车，拿了行李，我们一边打闹，一边慢吞吞地向操场挪去。过了许久，才排好了队。大家似乎都还没有意识到危机降临。

终于，教官一来就给了我们一个“下马威”，迎接我们的，不是想象中温柔的包容，而是大声的训斥。大家明显被这个“待遇”给吓住了，很快就安静下来，一个个站得笔直，像一棵青松。大家再也不敢任性所为，都乖乖地推着行李箱进了宿舍。迅速整理好后，换上了那神圣的迷彩军装，飞奔到操场上。

训练就此拉开了帷幕。第一课——站军姿。教官一丝不苟地向我们做了示范。我们竭尽所能地去模仿教官的动作，却发现总是会有距离。一遍又一遍，我们一刻不停地训练，教官稍有不满意，就会罚我们深蹲。突然好怀念老师温柔的批评和爸妈慈爱的唠叨。

直到我们的动作标准得像个小小军人，教官终于宣布“休息”！这两个字，对于此时的我们来说，真的感觉悦耳动听。我捶着酸软的腿，心中满是苦涩，也明白了：那挺拔的身姿不是一朝一夕就能练就的。以前看着电视上的穿着迷彩的军人们，迎来晨曦，送走晚霞。那挺拔的身影，让我对军人这个职业充满了敬畏与憧憬。真正体验过了，才知道凡事不都如此吗？“不经一番寒彻骨，哪得梅花扑鼻？”

不过，第一天的军训中我也发现，严厉的教官也有可爱的一面。瞧，休息时间，教官带着我们一起唱军歌呢？之前的痛苦磨练似乎已被我们抛到九霄云外，大家尽情地享受着这一

刻欢愉的时光。

时间悄悄流逝，第一天的军训虽然没有想象中的幸福，但小小的心中早已写下：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤。”，是的，只有忍受了苦楚，才能尝到甜蜜的味道。

## 军训生活感悟日记篇四

### 一、那也是一道风景

翠竹之美丽，青松之壮美，杨柳之潇洒，兰草之温柔，自然赋予各异风情，都在各自的一片土地上展示生命的辉煌。我们在感叹这些自然之美的同时，是否注意到校园操场上那辛苦训练的教官和同学呢？仔细观察，认真审视，你会发现那也是一道极美的风景线。

烈日炎炎，教官们和同学们丝毫不惧怕，同学们无论大小高矮胖瘦，大家齐心协力，团结一致，训练着一个又一个动作，此时的集体就是一个家，我们共同的家。

朋友们，这一道独特的风景线你可曾注意过？

### 二、在锻炼中成长

人都是在慢慢的学着长大，由高中步入大学，又历经一个成长的过程，军训活动就是一个崭新的开端。

在宿舍里听到一个室友给身在远方的母亲打电话，电话刚接通，她还没说话就先流眼泪了（事后才知她听到母亲那一声亲切的问候，眼泪忍不住就流了出来），她含着泪哽咽地告诉母亲军训生活的辛苦，孤身一人的寂寞以及对家乡的思念，有多少句心里话要告诉他们，那时的情景真的特别让人伤感和心疼！原本以为她就会这样一直诉苦下去，却没想到她擦

干了眼泪，微笑着告诉母亲说：“妈，您别担心，我已经长大了，我能够照顾好自己的身体，况且我还有许多好同学，您就放心吧！您的女儿一直都是好样的”！听到这些，我才真正领悟到“在磨炼中更容易长大”这句话的真正内涵！

在这一段军训生活中，我们真的在渐渐长大，渐渐成熟！

### 三、友谊之花永绽放

“——举杯痛饮，同声歌颂，友谊万岁”随着歌声的荡漾，我又不禁想到了这几天军训生活中的桩桩小事。每天军训结束，同伴们都已经筋疲力尽了，但还是坚持你帮我打水，我帮你打饭的互助互爱原则。宿舍的同学生病了，另一个同学热心地帮忙提热水，打稀饭，倒开水，照顾得周到，训练场上，同伴不小心摔倒了，同学忙伸出友谊之手，扶她起来，关切地问：“摔痛了吗？下次走路记得小心点哟”！多么温暖的话语，虽然只是简短的两句话，但让我们大一新生听了多么感动啊！

常言道：“在家靠父母，在外靠朋友”，我们在学校就得靠同学。同学们，让我们热情地奉送我们的爱心，我相信友谊之花在我们周围永远开放，因为友谊是一种克服困难的巨大力量！

### 四、结果并不意味着一切

辛苦劳累的军训生活，令同学们很头痛。有人曾这样抱怨道：“这里军训又不是真正的部队训练，教官们又何必那么辛苦认真呢？不就是在最后一天‘表演’一下吗？我们不就是为了不扣学分才无可奈何地来参加的吗？还用得着早出晚归、头顶烈日吗？类似的话语我也不只听到一次，但仔细想想，有这样想法的同学似乎还未意识到军训的真正内含吧！

军训正是学校在考验我们的毅力和吃苦精神。每一个动作，

每一天，都是一个个简单而必要的过程。只有认真地把握了这些过程，结局才会更加完美。当我们再回首这些“难受”的日子时，脑海中往往会浮现那一个个不起眼但很卖力的动作，而不是一张张成绩表了。我认为，过程并不是不重要，结果也并不意味着一切，经历了便是成功！只有经历风雨，方能见彩虹！

## 军训生活感悟日记篇五

为期一周的军训生活一眨眼就过去了。回忆起来，军训的生活可真是多姿多彩。说起军训的滋味，苦、甜、酸，样样都有，真令人难以忘怀！

苦：艰苦训练

我们的教官姓陈，他长得高高瘦瘦的。刚见到他时，同学们都以为他训练时一定十分轻松。可是，大家都猜错了，别看陈教官下课时那么亲切，但是他训练我们的时候特别严肃。瞧，军训还没开始的时候，陈教官坐在我们旁边和我们说说笑笑，就像我们的好朋友一样。可是，过了一会儿，军训开始了。陈教官就像换了一个人似的，马上板起了脸，刚开始就让我们站军姿。我们不敢抱怨，只好服从命令，乖乖地站在太阳底下操练。太阳炙烤着大地，毒辣辣的，好像在配合教官，给我们制造一种军训的“最佳”天气，让我们更苦、更累。

我们一个个都站得笔直笔直的，才站了一会儿，汗水就顺着我们的脸颊缓缓往下流。唉，我真想伸手去擦一擦，可在陈教官的“监视”下，我连眼珠子都不敢转一下。哎，这样的滋味可真不好受，我不禁皱起了眉头。刚练了一会儿，我们当中就有三个人受不了了。站军姿可真辛苦啊！

甜：取得成绩

虽然训练那么辛苦，但是我觉得，我们的努力没有白费，这么多天的苦和累都是值得的。因为，在星期五会操比赛的时候，我们取得了好成绩。经过一周的辛苦练习后，我们在会操比赛中表现出色，发挥出了自己最优秀的水平，最终取得了一等奖第二名的好成绩。这时，我的心里像吃了蜜一样甜。

酸：告别军校

苦，让我们体会到了解放军们的艰辛；甜，让我们感受到了取得成绩的欢乐；酸，让我们懂得了要感激老师和教官。军训的各种滋味都让我记忆犹新，令我受益匪浅！

## 军训生活感悟日记篇六

8月16日，我和新同学们一起来到了金山少年军校进行时长3天的军训。

经过一路的颠簸，我们终于踏进了军校的大门，怀揣着一份兴奋，一丝激动。

换上军装后，整个人都显得精神焕发，朝气蓬勃，真有一份“小军人”的气质。

能够忍受苦难，驾驭苦难的人，才有机会走向成功。心中有梦想，行动就有激情。军训让我学会了要有“钢一样的意志，铁一样的纪律，山一样的威严，风一样的行动。”

也许，这短暂的三天是微不足道的，然而它给我们留下了印象却是无比深刻的。它让我们学会自立、自强、自尊、自爱，让我们稚嫩的心灵变得充盈成熟，让我们走出他人精心编织的暖巢，勇敢地站出来同风雨挑战。军训磨练了我们的意志，增强了我们的耐力，让我们学会吃苦耐劳，争做21世纪优秀小少年。

## 军训生活感悟日记篇七

尊敬的各位领导、老师，亲爱的同学们：

大家好！

我是\*\*年级\*\*班的\*\*，今天我演讲的题目是《体会军训，感悟生活》。

带着新奇、幻想与迷茫，初中生活拉开了序幕，迎接我们的是军训。我们深知，军训不仅仅是对身体的锻炼、行为的操守，更是对精神、意志和思想的考验和磨砺。迎着刺眼的阳光，每天都是相同的开始。一天下来的疲惫让我想起在凉爽的空调室外还有另外一种生活；让我想起平时充满责备声的家是多么的温馨；让我想起其实自己还很稚嫩。看着两条晒黑了的手臂，就能记起烈日下的汗水。汗水带着我的全部记忆，汗水挥散在空中，记忆永留在心底。有太多，太多的东西充实着我。在这几天里，一点一滴的收获渐渐地烙在我的记忆深处。军训的内容或许是枯燥的，每天反反复复做着一样的动作，心中抱怨着自己的汗水白流了好几天。在教官的标准指导下，慢慢地发现自己平时的习惯如此的别扭，纠正错误，永远是困难的，炽热的太阳似乎为了惩罚我们这些有坏习惯的孩子，燃烧着我们每一寸肌肤，不过努力的力量是巨大的，错误也不会永恒不灭。虽然还有差距，但进步欣喜地摆在了每个人的眼前。

军训也不总是枯燥的，每天的军歌都是单调训练中的调节剂。在军歌中听到的除了“原始的吼声”外，就是欢笑声。每一片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。军训中我们要感谢教官，我们流汗，教官比我们流更多的汗；我们辛苦，教官比我们更辛苦，是他们让我们看到了真正军人所具有的素质。当然，最不能忘记的是我们的老师，军训的日子里，无论是烈日下，还是风雨中，老师都如影随形地陪伴着我们，鼓励着我们。

军训生活转眼就成了回忆。回想着这次军训，心中像打翻了五味瓶。的确，军训是苦的，但我们苦中作乐。难忘我们军训时的挥汗如雨，难忘训练时严厉的教官；难忘拉歌时幽默的教官；难忘老师的陪伴与鼓励。

军训已是固化的记忆，但军训留下的余音仍在回响，我们要牢记军人的作风，以铁的纪律来约束自己，以钢的意志来支配自己。只有懂得这样做，我们才对得起每天陪伴我们的老师，才对得起教官的尽心尽力的训练，才对得起我们自己挥洒的汗水！谢谢大家，我的演讲结束。

## 军训生活感悟日记篇八

在长达五天的军训生活之中，一定有让自己难忘或开心的事。而在我的五天时光里，也有着许许多多快乐的事。还有一件事给了我很大的`感触。

军训的第一天，大家都非常兴奋，可是当我们到达目的地时，瞬间凌乱了：这里竟然没有小卖部！我们带的所有零用钱没有了销路。但手里拿着几十元钱也不是个办法呀，于是老师要为我们暂时保管我们的钱，接下来，老师“挨家挨户”的搜查。

老师还没来我们这里，身为“现金大亨”的侯东君同学开始清点自己的钞票。就在这时，我起了歪脑筋。

侯东君数着他的钞票，我用眼睛死死地盯住他，当他数到最后一张的时候，我拿起了他的钞票。说时迟，那时快，我眼疾手快，手部来了个托马斯全旋，紧接着，我依靠腕力与离心力，把手中的钞票嗖的送上了天。霎时间天花飞舞，蓝色、绿色、紫色犹如疏而不漏的天网，铺天盖地地飘落下来。然后，一宿舍十个人，除我和侯东君之外，其他人开始了紧张刺激的“抢钱风波”。

而此时，侯东君看呆了。他的下巴好像脱落了，张得特别大，两个眼珠子本来就炯炯有神，现在又瞪得滴溜圆，简直是“圆到无限大”。

刚才的动作是多么的潇洒，而我何时才能像现在这般潇洒。我究竟要怎样做心中才会坦荡，才会有底气的做刚才的动作？我陷入了沉思。

紧接着，老师来了，大家排队将钱交给了老师，我也得到了答案。

## 军训生活感悟日记篇九

开学了，我不再是一个小学生了，更上一层楼，我是中学生了。入学后的第一项任务就是军训，我可是一个不爱运动的人，真是担心自己坚持不下来。

随着“一二一”的声音，老师把我们带到了操场上，交给了教官。我们的教官很精神，一米七五的个子，瘦瘦的，皮肤晒得很黑，像被刷了一层黑油漆似的，你别看他不是那么魁梧，可嗓音很大，刚开始训练的时候我还有些小兴奋，小激动。

教官把我们带到最热的地方，命令：“现在开始站军姿，挺胸、抬头、两腿加紧，立正站好。”过了一会儿，有人说：“教官，我腿疼。”教官只是不紧不慢地回应了一句：“刚开始是有点疼，过会儿就没事了！”那个同学只是无可奈何的站在那里。看来教官很严厉。

站了大概有半个多小时，教官说：“来，大家解散，去喝水，两分钟站队集合。”听到这里，我整个人都慌了，拔腿就跑到水杯那里去，很快两分钟过去了，我听到教官的哨声，立马从地上站了起来，跑到教官那里，好紧张的节奏呀。

第二天，班主任说：“我们班要选出两个班长，一男一女，有谁要自荐或推荐的吗？”我犹豫了一会儿，心里有两个声音在斗争，一个说——试试吧，给自己一个机会！一个说——别举了，免得给自己找麻烦。最终我还是选择了给自己一个机会试试，于是我便举起了手。老师微笑着说：“很好，上来做个自我介绍吧！”

当了班长，我心里多了一份责任，肩上多了一份重担，我现在不仅要考虑自己，还要顾全大局考虑全班。

下课后一群人拥过来说：“你好勇敢呀！”我笑了笑说：“那请你们以后多多配合我，支持我，不然我就成光杆司令了！”过了会儿教官说：“班长选好了，我们下楼训练吧！”

中午吃饭的时候人很多，吃完饭时间不多了，教官让我们抓紧时间回宿舍休息一会儿，一点五十下楼集合。回去后，我坐在床上感觉脚疼得像断了一样，刚睡觉就听到哨声，立刻跳下床换了鞋跑了下去。这时我看到许多人找不到队伍，身为班长，我有责任去召集他们。

通过这几天的训练，我明白了，当班长有责任，有义务去帮助别人，只有这样我们的班级才会更优秀，更强大！

## 军训生活感悟日记篇十

初中毕业之后，最担心的就是军训了。我天生不爱运动，身体也不好，生怕军训时身体吃不消而晕倒。可是好奇心在作怪，想知道部队生活是怎样的。所以怀着纠结而矛盾的心情，随着班级来到军营，开始我的军训七天之旅。

把行李放到宿舍，我不禁开始抱怨，六十人住一个宿舍，三个人两张床，怎么会是这样呢？还未抱怨完，便被舍友催着换军装，第一次穿军装，未免有些激动，可是肥肥大大的军装

穿在我身上确实别扭许多。穿好军装就迅速跑下楼集合了，看到全年级的同学穿着绿色军装，忽然觉得好看极了，就像一片绿色的海洋，再看看自己这身肥大的军装，也觉得很好看，一下子自豪起来。

可是没想到一集合就站军姿，这可难倒我了。教官说站军姿是最基本的也是最消耗体力的，他开始教给我们正确的站军姿。我这时候才开始观察教官，他是个看上去憨厚和蔼的大哥哥，给我们纠正姿势的时候表情严肃极了。我不禁猜测：表面和蔼的教官会不会很凶？以前听说教官还打人的，我们教官是不是也这样？才站了一会儿，我就双腿发软，全身都痛。看着同学们有的坚持不住去后面休息，我也忍不住想要去休息休息喝口水，可是我还在坚持，不能打退堂鼓。汗从脸上流下来，燥热的天气，站一会儿是很难受。可是我告诉自己，一定要坚持下去。时间就快到了，如果我现在放弃，那我前面做的不就全白费了嘛！终于，教官说让我们活动活动，刚动了下腿，就觉得疼，这才是第一天，以后可怎么办？军训就是这样吗？我想回家了。

第二天一大早就被宿舍的女生说话声吵醒，可是一看到表才五点，教官不是说六点半集合嘛，她们怎么这么有精神。我头痛的爬起来，拿盆水去打水洗脸，下楼集合过后训练一会儿便打饭了，在这里吃饭好麻烦，不仅吃饭前要唱歌，还要站着吃。开始想念家里妈妈做的饭，第二天还是想回家。

来军训前听别人说开始的三天很累，特别想回家，后来的几天便舍不得教官，舍不得走了，我不信，我觉得我才不会舍不得。可是到了第四天，我真的体会到他们说的不舍了。是的，我舍不得了，舍不得训练严肃的教官，舍不得休息时与我们打成一片的可爱的教官，舍不得幽默体贴的教官，真的舍不得离开，这规矩多却精彩的军营！

离开的那天，会操表演。那片绿海又重新涌成一片，壮观而美丽，看着当初站个队都站不齐的我们，把队伍走的整齐有

精神，便觉得这是值得的，想家，可是舍不得教官，舍不得离开，舍不得脱掉这身军装！

那片绿海，永远珍藏的记忆！