

2023年军训第四天的日记 军训第四天日记 (大全11篇)

公司宣传语要简洁明了，能够在瞬间吸引人们的注意力，激发他们的兴趣。创作宣传语时，可以利用一些饶舌、口号等音韵效果，增加宣传语的节奏感和吸引力，提高受众的记忆度和关注度。创意无限，与我们一同共创行业新辉煌。

军训第四天的日记篇一

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。

军训第四天的日记篇二

“倒功准备，开始！”几乎整整一个早上，操场上都回荡着马教官洪亮有力的命令声。大家在教官的指导下，做了一系列动作：右拳击左掌，蹲马步，左右出拳。接着，马教官大喝一声“倒！”全班44人都倒下了，只有一个女生还坐着。

然后，大家进行了第二次卧倒，虽然每个人都趴在了地上，可动作有前有后，趴在地上也参差不齐。没办法，第三次！第四次……我快速调整好位置，在教官一阵短促有力的命令后，我毅然倒下。太阳像火一样烤着大家的脸颊，但没有教官的命令，我们都得像稻草人一样一动不动。即使再热再痛，我们也要坚持住！

是呀，咬咬牙，什么都会过去的。为了最后的成功，坚持一下，吃点苦，受点累，又算的了什么呢？加油！胜利就在眼前！

军训第四天的日记篇三

军训小结

今天是我们军训的第四天，也是我们在军校里最后一次写日记了。

我们今天下午在操场上举行了大会操比赛。我们一排的同学是第一个上场比赛的。教官对我们说：“站正！今天我们学校来了几名领导，你们给我好好表现，不要不给我面子！”我们有模有样地走到前面，开始表演。我要感谢我的教官教了我们这么多的知识，练军姿、跨立、向左（右、后）转和下蹲。这样我们才会做的这么好。我们做完后，都感到我们表现都不错，可是看了后面几排的表演后，我们开始后悔起来。

吃好晚饭后，我们在寝室里休息和吃东西，我们寝室里的一个人觉得无聊，就跑到教官面前问：“教官，我们今天晚上看什么电影啊？”教官说：“恐怖片！”“好啊！太好了！”后来这个消息全校都知道要看恐怖片了！

今天真是快乐的一天，希望明天也一样精彩，期待明天的到来！

军训第四天的日记篇四

军训第四天。

今天早上起床的时候感觉腰酸背痛，想着自己到训练基地又要开始军训，顿时头大了起来。

在操场上，放眼望去——火辣辣的阳光，一个个咬紧牙关而汗流浹背的学生，构成了一道坚持和毅力的风景线。阳光在一点一点把我们吞噬，教官严厉的呵斥，一个个腰酸腿疼的初中新生想放弃却又不能放弃。这并不重要，重要的是我们从中学到的是什麼，领悟到自己应该怎么做。吃苦不是难事，而在意的是用汗水毅力和坚持去交换，懂得这种道理。

其实军训也不像我们想象中那么枯燥。下午，我们六个班进行会操比赛彩排。紧张忙碌的军训之余，我们围在一起观看同学们英姿飒爽的身影，拉歌时大家面对面的热闹以及声音一浪接一浪的不服输劲儿，这些都是我们在军训时从未感受过的。

军训是一种考验，不坚持到最后不知道谁输谁赢。五天的军训时间既漫长又短暂，明天即将告别军训，让我们铭记在心，只有努力，才会换来美好的成果。

军训第四天的日记篇五

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。

军训第四天的日记篇六

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。。

军训第四天的日记篇七

军训第四天日记

这天，是军训的第四天。

天公不做美下午骄阳高挂，毒辣的太阳一次又一次从云层探出他那炙热的脸庞。炙烤着我们年少坚毅的脸庞，淡淡的白光透过迷彩服碎碎的洒在地上。

这天的训练令我印象深的就是：“累”。

在骄阳下站军姿：挺胸、抬头、提臀、两肩后张，听上去几个简简单单的动作要求，真正做到却十分艰难。顶着骄阳我们如同一片青翠的小树林深深地扎在地面上，碎碎的阳光在地上熠熠生辉。

这天的训练资料是回顾强化之前的队列动作，尽管我们做好了充足的准备但经过反复的训练回顾还是感觉很累。才练习队列步伐不久，我们的脚、脖子、腰就都感到酸痛，却在心里暗示自己军训很苦，点点磨练、苦并快乐、继续坚持！

正步是我们的重要练习资料。正步走，“步伐练习，就应简单~”虽然一开始这么想，但是刚练了一会，我就打消了这个想法。首先是手臂动作练习，我们谨记教官提示的动作要领，持续着端臂动作。

“把后臂抬高站直了，在军姿的基础上做不要低头，眼睛看前方！”教官一边帮忙我们纠正动作，一边大声叮嘱动作要领。此时的我们已经手臂酸痛，心里苦盼着停下休息，但教官仍然一排排的细心纠正动作，检查排面，丝毫没有要停下休息的意思。

紧之后，我们又开始了正步踢腿练习，一排排的踢腿纠正，轮到我们‘’一排时，我很紧张，所有同学都在看着我们。当我们迈出步子“tatata...”的整齐脚步声让我有了自信，迈开大步走了过去...

一天天的军训带来的是满身的酸痛，但是我依旧期望能够坚持下去，守住本心，不忘初衷！最后愿我们连在会操时成为“万花丛中一点绿，不逊花中第一流”，留下最为动人心魄的阵容。

军训第四天的日记篇八

8月20日星期一天气晴

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。

8月18日星期五天气晴

“立正！向右看齐！”“向右转”……(军训已经第四天了……)

被称为“魔鬼教练”的教官们又在发号施令了，我们这些“小兔子们”只得乖乖照做，不然就gameover了。“又在动！再动我就要惩罚你！至于是什么惩罚，你再动之后就知道了！”教官炸雷般地吼道。我听了不仅抖了几下，虽然不是在我说话，但我也被这怒吼声吓坏了，连眼睛都不敢眨一下。

不知不觉我们已经在烈日下站了2个小时了，我感到有些累，有些头晕。可是教官还没下达休息的指令，所以我咬紧了牙关，一直坚持着，绝不轻言放弃。记得军训前，妈妈曾经叮嘱过我：“孩子，你一定要坚持住！坚持到最后，胜利的就是你！”想起妈妈的话，我更加坚定了，似乎有了一种无法估量和形容的力气。我暗暗给自己打气，挺过了这个艰辛的上午。

经过中午两个小时的休息，我似乎又有了一些力气。

“诶哟，诶哟”晚上我躺在床上痛苦地呻吟着。脊背，手和脚都是又疼又酸。但是再酸，再疼，我也没流半滴泪，我可是一个男子汉呢！

相信我，我会努力，再努力。坚持，再坚持，胜利是我的！

8月19日星期日天气晴

今天是军训的第四天，同学们都已进入了状态……

“倒功准备，开始！”几乎整整一个早上，操场上都回荡着马教官洪亮有力的命令声。大家在教官的指导下，做了一系

列动作：右拳击左掌，蹲马步，左右出拳。接着，马教官大喝一声“倒！”全班44人都倒下了，只有一个女生还坐着。

然后，大家进行了第二次卧倒，虽然每个人都趴在了地上，可动作有前有后，趴在地上也参差不齐。没办法，第三次！第四次……我快速调整好位置，在教官一阵短促有力的命令后，我毅然倒下。太阳像火一样烤着大家的脸颊，但没有教官的命令，我们都得像稻草人一样一动不动。即使再热再痛，我们也要坚持住！

是呀，咬咬牙，什么都会过去的。为了最后的成功，坚持一下，吃点苦，受点累，又算的了什么呢？加油！胜利就在眼前！

8月19日星期日天气晴

四天，转眼间悄然而过。是谁，能染发这时光匆匆流逝，是时间。是谁，让我们亲同手足，相重如兄弟？是友情的力量。今天是军训的第四天，我定要更加努力，勇往直前！

清晨，那迷雾若隐若现，想顽皮的小孩子一样，在与我们我们玩捉迷藏，但是，穿着军装的我们各个都是小军士，应该正确摆正军姿，一动不动地站在训练场上听从教官的安排。总教官不厌其烦地告诉我们道理，我应刻骨铭心，不辜负他们对我们的希望。不知什么时候，那顽皮的汗珠又从我头上蹦了出来，滑过我的脸，但是再痒也必须学会“接受与忍受”。

不知何时，那炎热如火的太阳有升在天空中了，如此照耀并燃烧着我们，顿时我们就大汗淋漓，有如刚出水的河狸一般。我们反反复复的训练着啊踏步与方向转动，好累啊。由于还有一些小错误，所以我们又在训练。“嗖”的一声，我们又来到了“新练”学习。这次学习叫“跑步踏步”。双手应正侧放在腰旁，脸正挺胸，体现出军人应有的“风华正茂”。

还有，须迈着大步伐向前进，停止时应双手贴着裤缝立正。

转眼间又到了下午，有了中午睡觉的基础上，我们更好地去训练了。没有了赤日炎炎的威胁与肆虐，秋风气爽的我们气宇轩昂的站立着。因为我们是中华民族未来的花朵！我一定要为祖国作出应有的一份力量。教官、家长们，你们放心吧！

军训第四天的日记篇九

不知不觉军训已经进行到第四天了，丰富多彩的军训生活马上就要结束了。火辣辣的太阳挂在天边，上午，我们学习了广播体操最后的两节，感觉分解动作挺简单的，但是，连贯起来我觉得还有些难度。最后，我们还把第三套中学生广播体操舞动青春做了一遍，自己感到挺失落的，因为我做的乱七八糟的。我们还学习了正步走的摆臂，教官讲了要领，手要摆到胸前10公分，另一只手要向后拉直，我总是顾前不顾尾的，出的步子很小，排面不齐，但最后调整过来了。吃饭后，我匆匆忙忙的回到了学校。

下午，我们训练了喊口号、齐步走。教官说，当他说1234的时候都是踏左脚，他还说……我们训练的很好，声音很洪亮，我们听着心里都亮堂了。我一定好好练习，珍惜军训剩下的这几天，珍惜这次锻炼意志、增强体魄的好机会。

军训第四天的日记篇十

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。

军训第四天的日记篇十一

今天是军训的第四天，同学们都已进入了状态……

“倒功准备，开始！”几乎整整一个早上，操场上都回荡着马教官洪亮有力的命令声。大家在教官的指导下，做了一系列动作：右拳击左掌，蹲马步，左右出拳。接着，马教官大喝一声“倒！”全班44人都倒下了，只有一个女生还坐着。

教官看着她，向她走来。女生神色慌张，努力地躲着教官的目光。她扭扭捏捏的看了看教官，豆大的汗珠划过她的脸颊。“报……报告教官，地上有水，我，我趴不下来……”她支支吾吾地说道。的确，昨天的一场大雨使坑坑洼洼的地方积了很多水。在平时，我们连踩都不会踩一下，更何况是趴呢？但教官说的对，来到这儿就是吃苦的，我们要收敛收敛在家里的公主少爷的脾气。在教官的喝斥后，女生咬了咬牙，慢慢地趴下来，与其他同学对齐。

然后，大家进行了第二次卧倒，虽然每个人都趴在了地上，可动作有前有后，趴在地上也参差不齐。没办法，第三次！第四次……我快速调整好位置，在教官一阵短促有力的命令后，我毅然倒下。太阳像火一样烤着大家的脸颊，但没有教官的

命令，我们都得像稻草人一样一动不动。即使再热再痛，我们也要坚持住！

是呀，咬咬牙，什么都会过去的。为了最后的成功，坚持一下，吃点苦，受点累，又算的了什么呢？加油！胜利就在眼前！