

2023年初中第四天军训日记(优质18篇)

一个好的企业标语能够激发员工的工作热情和荣誉感，让他们为企业共同努力。如何打造一个令人印象深刻的企业标语？这需要我们深入了解企业的核心价值观和市场定位，找准传达的重点和方式。精选了一些成功企业的标语，希望能够给大家一些灵感和启发。

初中第四天军训日记篇一

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就没有气势。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！

初中第四天军训日记篇二

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！

初中第四天军训日记篇三

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，这需要我们自己去激发。

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！

初中第四天军训日记篇四

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！

初中第四天军训日记篇五

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！

初中第四天军训日记篇六

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，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，我怎么可能错过呢，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！

初中第四天军训日记篇七

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，我们就继续进行了军事训练。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

搜索文档

初中第四天军训日记篇八

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。

初中第四天军训日记篇九

昨天在完成了白天的队列训练后，我们全体同学迎来了夜间的拉练，正值长征胜利80周年，此举无疑是纪念这一壮举的最好方式。在七公里的行军拉练中，我们也体验了革命先烈当年所面对的残酷环境和未知情况。刚行军了一会儿，我们便迎来了第一个挑战：匍匐前进，一个个同学以飞快的速度从入口鱼贯而入，全身紧贴地面，双手向前推着，通过这次考验。接着，我们又要通过铁索桥，只见十几座大小不一的桥架在一条河上，显得岌岌可危，但是我们无所畏惧，很快便顺利通过了铁索桥，接着我们的行军路程便一马平川，大家也士气高涨，高喊着口号，在夜色的掩护下完美地完成

了夜间拉练任务。

今天上午，尽管经过了昨天的拉练和长时间的队列练习，但大家的精神却丝毫没有受到影响。我们将前往国防园参观航空母舰，刚走了没几步，便被国防园内数不胜数的武器装备吸引了，进入航空母舰内，各式军械出现在我们面前，紧接着，教官向我们展示了五六式步枪的使用方法，然后我们便亲自上阵，体验了轻武器射击。教官再带我们了解了国防安全的重要性，让我们深刻地将团结爱国四字刻在了心中，今天的参观使我们对祖国的军事力量感到骄傲和自豪，并衷心地希望能为祖国贡献一份力量。

初中第四天军训日记篇十

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。

初中第四天军训日记篇十一

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，向所以人展示你们这几天的学习成果，让所以人知道，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……看完着部影片，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。我希望我的人生的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充分的信心迎接挑战，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，臂膀上也是一颗星。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，距离桂中大概一个多小时的路程，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。

初中第四天军训日记篇十二

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。自觉在炎阳中练习，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。

初中第四天军训日记篇十三

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。

初中第四天军训日记篇十四

今天是军训的第四天，在过去几天的军训中伴随我们的永远是火辣辣的太阳、教官的口令、我们嘹亮的口号声。

每天早操、午操、晚上的教育，在“团结就是力量”的旋律中结束了我们一天的操练。整齐、坚定的步伐伴随着响亮的口号声，在教官的悉心教导下我们又出色的完成一天的训练项目。站军姿、座军姿、向左向右向前看、向左向右向后转、半面向左向右向后转、齐步走等基本动作都练习了，尤其是站军姿每天早、中操都必备的项目，也是最痛苦的项目。

相对于前几天的训练再相对于学齐步走今天下午的正步走也是先练姿势后练走，这回觉得手臂的姿势可比上午的轻松多了，举了半天我也没有放下手偷懒。

正当我暗暗高兴的时候，教官让我们加上腿的动作再练。这下可累了！大家金鸡独立的站着，两腿绷得直直的，没有一点弯儿，悬空的那条腿还得往上抬高。我一直觉得自己的平

衡感不错，可笔直的单腿站立那么长时间，我也是摇摇晃晃、东倒西歪。教官告诉我们，他们都把沙袋绑在腿上练习，我真是惭愧呀！才站了一会就不行了。

我一定要向教官学习，严格地要求自己，努力做的更好！

文档为doc格式

初中第四天军训日记篇十五

今天是军训第四天，同学们在经历了3天的艰苦训练之后，依旧保持着良好的精神状态。

今天清晨的凉爽让出操的我们感受到一丝惬意，但始料未及的是之后依旧炎热的天气，但在太阳的照射下，同学们依旧保持着笔直的军姿，踏着整齐的步伐，抬腿如风、落地砸坑，吼声如雷。经过昨天一天的高强度训练，今天的我们力求精益求精。

下午的时候，连内的两个排进行了拉歌比赛，两个排都情绪高涨，气势冲冲，拉歌在我们的声嘶力竭中僵持不下，每个同学都高喊着各自的口号。接踵而至的是最后一轮的军事训练成果展示，虽然早已手足无力的我们，却依旧强咬牙根做好每一个动作直至下午的训练结束。

今天的晚课没有进行室外训练，而是由校长为我们新生做了专业讲座。讲座详细的讲述了我们学习生活中的规划。全体同学都认真的听讲，记笔记，在入学初期就为自己的未来的学习做好准备。

今天上午，我们可真是惨了。本来好好的。教官还捡了二十七块钱呢！我们看着他，把钱还给了丢钱的人。然后他就去别的班转了转，在他走后一会儿，我们就又不安分了，大家都看别的班练习齐步走，那个班走的不太好，我们班有几个女

生就笑他们，结果被一个女教官看到了，她就说我们。本来我们也没太在意，过了一会一个教官来教我们向右看齐，我们教官没教我们这个，我们会了后，教官正好回来了，他又给我们练了一遍。然后休息了一下，休息时我和几个人去上厕所了，回来后，教官就让我们站军姿，然后问我们知道为什么让我们站吗，同学们说知道，因为笑别的班，教官又问，谁笑了，没人承认，他又问男生：“男生笑没笑？”男生集体说没笑，又问女生：“女生，谁笑了？”没人承认，他又接着说：“我再问一遍，谁笑了，如果还是没有人承认，那么女生全体都受罚。”他凶巴巴地说：“谁笑了？”终于有两个女生承认了。他又问了一遍，没人承认了。然后说：“全体女生趴下，我让你们尝尝不敢承认的后果！”然后我们都被迫趴在地上勉强地做了八十个俯卧撑，做俯卧撑的过程太辛酸了，现在想起来都有点后怕，那时生怕自己会坚持不住，说真的我这辈子也不会忘了！做完后我都差点起不来了，是于明馨把我扶起来的，起来后只觉得腰都快直不起来了，全身很痛，心里恨极了教官。一边恨着一边哭着，都哭得稀里哗啦的，过了好一会儿，我们才好不容易停住了哭声，教官又讲起了一些事，我们才转移了注意力。然后又开始训练了，休息时，教官让我们女生喝水，可是我们怎样也不喝，教官逼我们去喝水。我们更不去了，又哭了起来。他就在哪里说，让我们别不喝水，是不是中午还打算不吃饭呀，想让警察把他抓去是不是。我们被他逗笑了。可是一笑肚子就疼了起来。有点难受。然后我们学了跑步走。

中午放学后，教官要我们把他领到我们自己的教室，我们想走快点，把教官扔后面。可他还是跟上我们了。他先是在教室里坐着，然后就翻东西看，一边看一边给我们讲。

过了一会，我们才发现别的班都下去吃饭了，才急急忙忙的下去了。下去后发现，餐厅外面排着那么长的一条队。好不容易才买上了饭。

下午，教官让我们跑步走到了操场。停下后，绕着操场跑了

两圈，就坐在台阶上休息了。期间，送来三瓶水，两瓶女生喝了，一瓶被男生抢去了。在抢水的时候，差点把孙静从台阶上摔下去。接着教官就教育我们要团结，还说“吃亏是福”……回去后教官给我们讲了他自己的一些故事，什么自己小时候洗澡被吸了血……让我们受益良多。懂得了安全的重要性。

今天发生了许多事啊！

今天是军训的第四天，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，不过大家都很努力，没有用多长时间就做完了，甚至比放学时间还要早。

明天就是最后一天了，真期待明天会是怎样的！

初中第四天军训日记篇十六

在参加初中军训的这一刻，我们都能够感到自己是如此的豪迈，仿佛自己就是一名真正的中国人民解放军，在此分享心得第四天。下面是本站小编为大家收集整理初中军训心得

第四天，欢迎大家阅读。

在几天的军训里面，我们学到了许多东西。记得我们在军训中做的最多的一个姿势就是站立。在烈日炙烤的塑胶篮球场上，我们抬着头，挺着胸，一动不动地站立着。热气不断地从地里面往上透，脚底又酸又痛，豆大的汗珠不断地顺着我们的脸颊流下来，我们都不敢去擦，坚持站立着。有好几次我都差点坚持不住，想打“退堂鼓”，但是我知道，这是在锻炼着我们的意志，所以每次都会在心里拼命对自己说：“坚持一会儿，再坚持一会儿就可以的了，一定要坚持住。”在站立结束后，我的心情总是很高兴的，因为我能靠着自己的毅力坚持到了最后。

正步是我们学的众多姿势中最难，最累的。教官让我们把脚踢到半空停止，然后一一过去检查，发现有谁做的不对时会立即纠正。正步要走整齐是件不容易的事情，因此我们在训练时教官的要求特别严格，每个动作都必须做到位，否则就会影响到整个队伍的整齐。所以每次训练完正步后，我们全身都是湿透的了。

军训在辛苦训练之余，也有许多有趣的活动。例如拔河比赛、拉歌比赛等。在拔河比赛上，我们班虽然输了，但输赢并不重要，过程才是关键。在拔河中我们学会了团结，学会了互相鼓励加油，学会了尽全力去做一件事情，这才是拔河比赛的真谛。

时间如流水般流去，五天的军训转眼就成了回忆。回想着这次军训，一种潜藏在心中已久的感受便油然而生。的确，军训是很辛苦，但却辛苦得有收获，辛苦得有意义，辛苦得让人难忘。难忘我们军训时的挥汗如雨，难忘平时训练时严肃的教官和我们开玩笑时的样子，难忘在最后一天会操时我们的卖力表演，大家都精神饱满地等待着汗水换来的成果，尽管最后并没有拿到第一名，但我们仍是胜利者，因为我们战胜了自己！

军训已是固化的记忆，但军训留下的共振余音仍在回响，要牢记军人作风，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，我们才对得起每天在一旁陪我们的老师，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！

军训终于在我的期盼中拉开序幕，带着几分兴奋，几分渴望，外加几分担忧，终于进入这个特别的军营。

虽然还只经历了五天的军训，但仍给自己留下了很深的印象！记得军训第一天，学长就和我们讲到，他曾在军训时想了许多，为什么要让一个简单的动作反复地练习，为什么要搞军训等等，他说他当时利用那十几天的时间想了很多，也想了一些深刻的东西，也许是他那些或许不经意的话让自己有意识地想了很多东西。

我所处的一连有一百来号人，大家相处了好几天，多少有些了解了，每当同一个动作被教官无穷地反复，每当看到身边的他们挥汗如雨，我的神经总会莫名地紧张，也许军训真是训练人的极好的途径。动作被反复，是因为全连做得不够整齐，不够力度，不够要求。而大强度的训练可以极好地搞定这些问题。同时，也反映了一个团队的合作精神，它让每个人明白自己并不独立，一个动作都牵连到整个团队的动态。因而，它在无形中让人紧张，让人集中精力，让人尽力尽善尽美地去做，充分地培养了大家的集体主义精神。

而另一方面，我觉得军训也挺像一种社会生活，而咱们的连队则是这个生活中的主体，军训中，奖罚分明，有其固定的生活方式与作息时间，如今的社会，竞争如此激烈，我们大学生，四年后，不是选择继续深造，就是涉足社会，现实残酷，但它珍惜汗水，而军训中恰也有类似的情况，努力了，认真了，洒过汗水了，自然得到奖励，而敷衍了事的，也会得到不同种的处罚，事小，但反映的东西却不小。我认为我们该从军训中体味到，坚定的信念，不懈的努力，辛劳的汗

水必将创造自己的辉煌!

初中军训心得体会800字6篇初中军训心得体会800字6篇教官，是大家讨论最多的人。相对来讲，我们连的教官挺严的，许多人心里明白他用心良苦，但仍嘀咕他，而关于他，我却没太多看法，只是见惯了他的严肃面孔，忽地见他边打节拍边哼歌的表情，我刹那间想到，原来教官的轮廓也可以如此柔和，其实他挺好的，真的!

总觉得以上的文学并不是什么军训感言，我倒是更愿意视之为一篇日记，军训还有十天，只是每日想法不同，现在写的只代表前一刻，而下秒将如何发展，如何被想，就是另一回事了。

多的以后写吧，这是今天以及今天以前的!

更多的事在等我呢!更多的想法也正在蓄势待发吧!写在明天以前的感言，代表思想日渐成熟，代表明天会更好!

八月二十三日至二十七日，在我们的初中生活即将开始之时，我们这群从小学生变为初中生的同学们，在龙潭寺某教育基地进行了五天的全军事训练。

每天我们会练习阅兵式和分列式，对于我们这些从来不会吃苦的孩子们来说，的确很辛苦，但我们都坚持了下来。我们用毅力战胜了辛苦，我们用汗水铸就了成功。在训练期间，我们十中队从无一人缺席，就算有人身体出了点小状况也都坚持下来了。站在热辣辣的阳光下，当每个人都汗如雨下时，只要没有教官的命令，谁都纹丝不动地站着，那怕汗都滴进了眼睛里也没有人去擦汗。能做到这样，我觉得我们十中队真的很棒。

在闭营仪式这种最关键而又是大家最疲惫的时候，我们全中队七十名队员，都用毅力和信念支撑着自己。为了在一个新

阶段的开始就走在别人前面，我们始终没有松懈，我们喊口号的声音始终保持着自己的最高分贝，让全场都能感受到那种惊天动地：“一!二!严格训练!严格要求!齐心协力!永创第一!一!二!”这一刻，我们都能够感到自己是如此的豪迈，仿佛自己就是一名真正的中国人民解放军。

正是这样的团结，这样的坚持，使我们十中队最终被评为了“优秀中队”。这是本次军训活动中，团体的最高荣誉，它意味着成功，意味着优秀。得到这样荣誉的我们，自然是笑着的，那种笑是一种幸福，体现出我们集体团结一致的力量；那种笑好快乐，它是胜利的喜悦；那种笑是相互之间的赞扬，那是付出后的一种肯定。

在这喜悦之后的离别，却是每个人心里都如同吉它那样断了弦变了音。虽然我们和教官只有五天的朝夕相处，感情却浓于五年，在即将离别之际，我们都期望着这场宴席不散，回头一看，只是一场空想，正所谓天下没有不散宴席。想想下雨时我们躲雨，教官却要淋雨，为了训练我们，教官把嗓子叫哑了……不过不要紧，只要我们把教官教给我们的精神带回去就行了。在以后的学习生活中我们要发扬遵守纪律，团结拼搏的精神。

在这次军训中高兴和难过，都表现得那么鲜明，也都那么刻骨铭心，感觉大家似乎都变得更成熟了，再不像从前那个懵懂的小孩，怕苦、怕累、怕难过，至少我们不轻易掉眼泪，那怕再苦、再累、再委屈，这就是我们学到的坚强吧。

经过这五天的军训，我克服了许多在家里克服不了的困难，尽管这个过程是辛苦的。新一阶段的学习生活就要开始了，我们都将会面对许多困难，我一定要学习人民子弟兵的优良作风，努力学习，学好知识，长大后做一个对国家有用的人。

初中第四天军训日记篇十七

当我们夹杂着兴奋与疲惫走出海信学校大门时，六天的军训生活在欢呼、感叹、不舍声中缓缓落下帷幕！

回首六天之前那个清晨，当我们怀揣好奇之心跨进海信学校大门，怀着炽热之心去认识老师和同学，按捺不住内心的激动讨论着军训到底是什么样的时候，随着军训开营仪式的到来，让军训生活骤然拉开了序幕。

第一天的训练中，烈日当空，有些同学慢慢体力不支。看着同学在阴凉地休息，我心里可矛盾了。心里两个声音在打架，一个声音说：“天太热啦，继续下去太遭罪了。你看，同学们在阴凉的休息区休息多好啊！别练了，赶紧打报告说自己也坚持不住了吧！”另一个声音说：“别听它的，你需要坚持。成为初中生了，这就是磨练自己、超越自己的时机。你只有坚持住，才能成为更好的自己！”我反复地在这两个声音中徘徊，最终让我坚持下去的声音占了上风，我暗自下定决心，必须坚持，再苦再累我也不怕，军训的我们 just 是一名小战士。我们站这一会儿就叫苦连天，那些不分酷暑严寒守卫在边关的战士们呢？那些维护和平时代的英雄们呢？如果不是他们超越自我，坚定信念，我们又如何会有现在的幸福时光呢？就这样，我坚持了下来。

后来，敌不过阳光的暴晒，我的皮肤出现了日光性荨麻疹，厉害的时候我的脸肿得像一个小猪头！我心里有些着急，这可怎么办，啦啦操和军姿训练的集体活动我参加不了了。爸爸妈妈商议了一下，结合医生的建议，让我在家休息了一天，其余时间还是要到学校里坚持！祸之福所依，身体的不适，让我每天到校后额外收获了许多温暖。老师对我悉心照料，关怀备至；同学们没有一个笑话我肿了的脸，都来安慰我，还手把手地教我啦啦操的动作！我深受感动，我太爱这个班集体了！没有什么比身在一个团结向上，阳光温暖的团队更让人幸运的了！王老师鼓励我们任何一个同学都不要掉队。如果我参

与了最后的汇报检阅，至少不会有遗憾！

操千曲而后晓声，观千剑而后识器！就这样在老师和同学们的帮助下，我参加了最后的汇报检阅。虽然我的动作还不是特别熟练，但我小心翼翼地不让自己做错。

当检阅结束，我和同学们站在操场上，听到我们七年级三班得到了一个又一个的奖项，心里开心地像一只小海豚飞跃出水面。心里欢呼着，眼睛一湿，六天来的滋味涌上心头。老师的叮咛，教官的严厉，同学们的努力，一幕幕在眼前闪现。同样的动作无数次地反复训练，身体极度疲惫后咬牙冲破身体极限，汗流浹背一动不动的军姿，拉歌时大家开心的笑颜……太多的回忆，太多的珍惜，太多的不舍！

我们如同一粒粒小沙粒，包裹在蚌里，和着血肉，经过磨砺，最终成了耀眼夺目的珍珠！

不经一番寒彻骨，哪得梅花扑鼻香！

海信学校，让我们成为更好的自己！

初中第四天军训日记篇十八

今天是军训的第四天，在过去几天的军训中伴随我们的永远是火辣辣的太阳、教官的口令、我们嘹亮的口号声。

每天早操、午操、晚上的教育，在“团结就是力量”的旋律中结束了我们一天的操练。整齐、坚定的步伐伴随着响亮的口号声，在教官的悉心教导下我们又出色的完成一天的训练项目。站军姿、座军姿、向左向右向前看、向左向右向后转、半面向左向右向后转、齐步走等基本动作都练习了，尤其是站军姿每天早、中操都必备的项目，也是最痛苦的项目。

相对于前几天的训练再相对于学齐步走今天下午的正步走也

是先练姿势后练走，这回觉得手臂的姿势可比上午的轻松多了，举了半天我也没有放下手偷懒。

正当我暗暗高兴的时候，教官让我们加上腿的动作再练。这下可累了！大家金鸡独立的站着，两腿绷得直直的，没有一点弯儿，悬空的那条腿还得往上抬高。我一直觉得自己的平衡感不错，可笔直的单腿站立那么长时间，我也是摇摇晃晃、东倒西歪。教官告诉我们，他们都把沙袋绑在腿上练习，我真是惭愧呀！才站了一会就不行了。

我一定要向教官学习，严格地要求自己，努力做的更好！

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](#)

[搜索文档](#)