

# 军训感悟日记(优秀8篇)

求职过程中的收获和教训，都可以通过写一篇求职总结来进行梳理和总结。在新工作的初期，我们要尽量保持积极乐观的态度，面对挑战和困难。在就职后的一段时间里，我通过与同事的交流和合作，加深了对公司文化和业务流程的理解，更好地适应了工作。

## 军训感悟日记篇一

昨天要求同学们写成长日记，早晨收上来，我利用午休的时间仔细地阅读了每一篇日记。我发现，通过这种方式了解孩子们的思想，发现教育的契机是非常有效的。

于同学昨天就给我留下了深刻的印象，因为他的行为习惯比较散漫。在我再三的要求和强调下，仍然有坐姿不端正，爱向窗外看等不好的习惯。刚到新的环境，多数同学都想给老师留下一个好印象，显然他是形成了一种坏习惯，不是一两天就能改正的。他在日记中提到昨天与教官的第一次见面给他留下了震撼的感觉，教官威武挺拔的形象，高亢有力的声音令他折服，并油然而生一种想做一个像他那样的人的愿望。并且在今天的军训和学操的过程中，我观察到他确实做得非常用心，站军姿的过程中体现出一种很好的自律能力。我感觉到这是一个很好的思想苗头，是教育他的有利时机。于是我让他在全班同学面前读了他的日记，是为了让他当着全体同学的面，宣布他要做一个优秀的人。这样，就给他树立了一个标准，同时把他置于大家的监督之下。今后，我可以依据他的标准引导他努力向上。没想到，放学后我去开会，不到五分钟的时间里，他就又犯了一个错误——乱说话。我体会到纠正学生的坏习惯真是需要有足够的耐心的。于是罚他站了5分钟军姿，并要求他在今天的日记里要反思自己的行为。我说，相信他会具有自我管理的能力。

一位同学在日记中提到了老师送给他们的礼物：“让人们因你的存在而感到幸福。”很多同学已经忘了这句话，更难说落实到每日的生活中去了。于是，我借这篇日记来提醒他们。我首先问他们，今天是否做了让别人感到幸福的事。没有人举手。于是我说，我今天因为两个同学做的事感到幸福了。一个是苏同学，在上午第一节军训间休时，他买了三瓶水，先送给教官和老师，剩下的一瓶留给自己。从这个行为中我了解到他对老师和教官有着尊敬和感恩之心，这让我感到温暖和幸福。另一个同学是在中午就餐时，看到老师在为同学们服务，就为老师打了一份饭菜，然后又给为大家服务的同学打了一份。这说明他能够主动地关心他人，为他人服务，这也是让我感到幸福的。通过这两件小事，我教给同学们怎样使别人感到幸福。并且告诉他们，如果你到现在还没有做让别人幸福的事，就把这个机会留到回家，为爸爸妈妈去做。我想，或许在明天的日记里，就会出现更多让别人感到幸福的事。“赠人玫瑰，手有余香”，当你让别人因你而幸福时，你自己也一定是快乐的。

肖同学在军训、学操和值日等几个方面都对自己要求非常严格，是大家学习的榜样。我觉得她的日记也是很有教育意义的。她写了这样的几句话：“都说初中苦，初中累。只要有这坚强乐观的精神，就不觉得苦和累了。”在今天与高教官的交流中，他也提到了教育学生要有“以苦为乐”的精神。这个二十岁的年轻小伙子，思想境界是非常高尚的，让我很敬佩。他时时以优秀的标准严格要求自己，对学生训练时也一丝不苟，并且注重对学生的思想教育。他以部队的教育为例，谈到思想是行动的先导，要重视思想工作。并且，他能从尊重学生的角度出发，理解他们，他不止一次地说道他很喜欢孩子们。有爱才有教育，他朴素真诚的情感中正是蕴含着深刻的教育理念。他还提到，三年的学习生活其实是一次比毅力的长跑，没有肯于吃苦的精神是很难坚持下来的。不能坚持，也就谈不上成功。更为重要的是，学生应该在学习中获得快乐。为什么一定要“苦学”呢？“乐学”才是真正意义上的学习，是自觉的行为。只有把艰苦的训练或学习

变成了自我的追求，在追求中能够获得快乐，才会走向成功。比如训练，在经过了艰苦的努力，比别人更多的付出之后，当达到目标时那种成功的喜悦将所有的苦都化为自豪的. 甜蜜。

他的话给了我一种思考和灵感，教育，或者说学习，都要让学生感到快乐。快乐的学习才是真正的学习。

李镇西老师曾经带过一个全年段选出来的后进生班级，他却还说自己“占便宜了”，把这么多后进生集中到他的班里好让他能进行教育研究，这就是真正的以苦为乐。感谢后进生，他们为老师的成长提供了机会。以这样的态度，我要感谢，班里那些习惯不好的同学。他们将给我提供机会，让我们共同成长。

## 军训感悟日记篇二

“嘟——”只听教官在楼下吹起了哨子。原来是要集合了，我们一切准备就序后，飞快跑到楼下集合。

到了楼下，首先是军姿练习。我站了一会儿就觉得脚又酸又疼，这让我感受到了解放军的辛苦。随后，在青山环抱的校园中，我们举行了升旗仪式。只见三位教官昂首挺胸、有次序地走上了旗台。耳边响起国歌声，同学们左手紧贴裤缝，右手高举头顶向国旗敬礼，眼睛深情地望着国旗缓缓上升。这时，我心潮澎湃，心想：这五星红旗是多少先烈用鲜血染成的呀！又是多么值得我们骄傲呀！

仪式之后，我们整齐的踏步声和铿锵有力的“一二三四”声回荡在校园中。接下来，我们还跟教官学习匍匐前进和扔手榴弹。在扔手榴弹时，我脚呈弓步，身子微向后斜，一只手伸直在前，另一只手弯曲在后，把手榴弹扔进轮胎中。最后我们参观了武器馆，认识了各种枪，还看了关于子弹的介绍，增长了许多课外知识。

下午，我们观看了战争电影。从影片中，我看到了中国人不屈不挠、勇于拼搏、临危不惧的精神，这精神是多么值得我们学习与敬佩啊！同时，我也体会到了团结就是力量。

晚上，在灯火辉煌的'大厅中，我们举行了军训联欢会。我津津有味地吃着巧克力，喝着牛奶，目不转睛地看着台上精彩的表演，屏息凝神地听着美妙的歌声，享受着紧张了一天后的休闲时光。

回到宿舍，洗漱完毕后，我卧床而睡，回想着今天的军训生活，心中久久不能平息……

### 军训感悟日记篇三

告别了寒假的放纵与自由，新学期将我们领进知识的殿堂。一切将要展开新的一页，我们一起来阅读二年级军训前一天日记，忘了痛苦，忘了喜悦，冲吧！

今天，早上所有事无出啥前所未有的.新鲜事，到第一节课后严厉的体训拉开了序幕。

“起立、稍息，起立、稍息……”一阵强而有力、有些字音不对、熟悉的命令声从教口中脱口而出，这一声声命令把我们累得双腿发麻，可是一想到班级是一个团队，我就想一定是有人故意捣乱。不过几个重跑后，我就大致找到了“犯罪嫌疑人”——宋昱德，我一定要找出证据制他的罪。我又观察了几次罚站。终于能制他罪了，我们也不必罚站了，可是我想这样让他跑这么多圈也太惨了，还是让教官教训他吧！我考虑再三还是明人不做暗事，不暗箭伤人吧。又是一段时间的罚站，宋昱德终于暴露本性，他仍死性不改，发出了声音，做各种小动作，这一动威力不同凡响，全班蹲马步。

我顶着大太阳，吃力地蹲着，而前面的宋昱德一点也不闲着，时而做鬼脸，时而咧开嘴笨蛋似的笑着，时而把头钻到胯下

做出一些怪异的表情来斗我笑，你斗，我偏不笑，我来气气你这个讨厌的宋昱德。我不管宋昱德做出怎么令人捧腹大笑的动作我都面无表情，我把笑化作吐气，随着宋昱德一次次小动作，我的腮帮也像气球一样一次次鼓了起来，我就是不给他想要的笑，我边做边看林展翔的手表，来分散注意力。

我忍住了教官的罚蹲和宋昱德的小动作，时间飞逝，到了晚上。这该又是宋昱德大显身手的时候了，趁葛老师不在，宋昱德学猫王用杯子打起了重金属，弄得声音响彻教室，在一旁的葛沁岩誓要把宋昱德的噪音压制住，便来了个狮子吼，还真把宋昱德震得没声响。

宋昱德人很好，就是不能克制自己。我多么希望能过这次军训，我们都能向军人一样严于律己，并以此为戒。

## 军训感悟日记篇四

首先，我们坐大巴来到军训的地点。我们在大巴上看到这个地方很壮观，并认为很好玩，所以非常开心。可是一下大巴我们变得很不开心，因为我们发现教官很凶。

我们军训先开始做一些动作。这些动作我觉得很容易，可是一整套动作做下来并没有我们想的那么容易。每个动作我做得哪里都疼，脚疼，腿酸等等。

上午军训完了，我们玩了个游戏，类似于萝卜蹲，只不过变成了“x萝卜拍□x萝卜拍□x萝卜拍完□x萝卜拍”。如果“小萝卜”和“大萝卜”说的不一样，“大萝卜”就要做五个俯卧撑。

我们上午的任务已经结束了，到了骄阳似火的中午。有同学问：“现在是秋天，不是夏天，太阳会很猛吗？”我答：“的确很热！”我们开始吃饭，饭不香，因为严厉的教官对我们太凶了。饭后我们开始下午的军训，还玩了一个游

戏，考验我们的合作能力，还有默契。

下午三点半，军训结束了。我们拍完集体照，准备坐上大巴回家。我很开心，因为我很累，不想再做活动了。

## 军训感悟日记篇五

这是军训的第一天。8点30分我们从学校出发，20分钟后就抵达了军训基地。随后，军训就正式开始了。一天下来，我感觉不是很累，因为是阴天，没怎么流汗，而且练习的也只是一般的动作。今天让我感受最深的是那一次“全体受罚”，因为有个同学某个动作没做好，教官罚我们蹲下、起立、再蹲下、再起立……一共50下。这次惩罚让我体会到了集体荣誉感的重要性一个人做不好，就会连累整个班级，乃至整个连队，所以我一定要做好，绝不能给我们高一（1）班丢脸。每个同学都是集体中的一分子，我们要给我们的连队、给我们的班级争光，争取拿到“优秀连队”的称号。

### 军训第二天

今天我第一次体会到了军营生活的特点：纪律严明。现在的我们就像一群自由自在地在天空飞翔的小鸟被猎人抓住关在了铁笼子里。习惯了自由自在的小鸟，根本受不了猎人那严格甚至残酷的训练方式，有的还会流泪，可是猎人连看都不看。有一只小鸟知道，它必须坚持，一定要坚持，还得常常用“我一定行！”之类的话激励着自己，不哭出来。它一直在想：考验我的时候到了，我要学会坚强、学会独立自主。那只小鸟就是我。我想，只要我努力认真地坚持下来，在这短短6天的军训里，我就能跨越自己、改变自己，让自己改掉从前懒散、粗心的毛病，变成一个全新的自我！我一定能行的，我一定能做到，再加把劲，努力，坚持！

### 军训第三天

今天，是军训的第三天了！在这3天里，我们这些“温室里长大的花朵”完全体会到了军队纪律的严格。一回到宿舍，我们就流泪的流泪，叫苦的叫苦，甚至还有人想做逃兵，打电话给家长让他们来接自己出去……当然也包括我在内。可是，最终我们还是坚持下来了，因为我们的教官给我们讲了电影《冲出亚马孙》中的故事情节。通过他的讲解，我们恍然大悟：电影里的“魔鬼训练”不是要比我们现在的训练更加苦、更加累吗？可是影片中中国兵7号和5号却都坚持了下来。不仅如此，他们还成为整个兵营中最最优秀的战士！与他们比起来，我们的苦又算得了什么？只要我们坚持下去就一定能做得更好！

#### 军训第四天

不知道为什么，我觉得这两天已经不比前几天苦了，虽然每天都要5点半就起床，早上起来得赶紧穿衣服、叠被子、写日志，白天仍旧是严格的训练，晚上10点才能就寝一·…但是我总觉得有一种精神在激励着我，让我坚持下去，再坚持下去！夜里，我梦见自己成了一名真正的军人。

#### 军训第五天

亮，步伐走得最整齐。即使头有点晕晕的，我们还是拼命地喊。今天，也是我最紧张的时候，因为为了保证最后的阅兵效果，动作不标准的同学要被淘汰，我心里真为自己捏着一把汗，力争把动作做得最标准。我们连队有一名女生自动放弃了，我认为她很不应该：为什么坚持了这么久，却在最后一刻放弃呢？我可不想放弃，因为那样就如同在战场上把自己的生命抛弃了一样人生的机会并不多，如果不认真抓住这次机会，将来我们一定会后悔的。

#### 军训第六天

今天，我真的非常高兴，并非因为我们今天要回家了，而是

因为我们今天拿到了我们梦寐以求的东西——“优秀连队”的荣誉称号。“优秀连队”这4个字对我们连队的每一个人来说意义都非比寻常：这是我们从踏进军营里的那一刻起就一直努力追求的目标，正是这个目标在一直激励着我们前进。

## 军训感悟日记篇六

军训前一天，晴

今天是个晴天，东西都买齐了，我很兴奋地打开电脑看了看明天的天气，“多云”那就不用被暴晒了。我很乐观的想。

自从的知二十六号军训的消息后，直到军训的当天我一直很兴奋。

军训第一天，多云

本以为四个人一个宿舍的我看到一个不大的屋子里铺着不下十张床而且大小只能睡下三年级的小朋友时，心就像是被不透气的玻璃被罩住了一样，喘不过气来。但又想着可以和一群同龄人住在一起也就罢了，因为更多的是兴奋。

铺完了床，我是抱着一颗激动的心下楼，教管似乎很和蔼，完全不想象中的那么严厉。但两个小时后，我后悔了，后脚跟火辣辣的疼，即使没有太阳也如同身处一个巨大的烤箱，汗浸湿了我的衣襟，我不知道从后面看是不是如同洗过了一般，看到前面的同学已经站得摇摇晃晃，自己的脚也终于坚守不住阵地了，我的身体也开始摇晃起来，胸口处酸酸的迫使我蹲下，感觉再站着就要吐了，就在这时，教官发出了天使般的声音“原地休息”。

下午是由学校请来的心理辅导师给我们上课，说是上课其实就是做游戏，玩了各种各样的游戏，但这都不是重点，重点



是我在游戏的过程中摔伤了胳膊，身上也有很多擦伤，但老师说什么也不让回宿舍，很委屈也很生气，但我没有想过回家，因为我知道军训是为了考验磨练我们的身和心，如果我现在回家了，就等于认输了，所以我没有哭，也没有想回家。

### 军训第二天，多云

昨天因为是第一次离家和一群同龄人在一个屋子里睡觉所以规定睡觉时间根本睡不着，熄灯后，宿舍里有人讲鬼故事，有人不敢听开始唱歌，有人和临床的人窃窃私语，有人问有没有谁想吃东西，不过因为这里的食堂比想象中的要好吃得多而且管饱所以没什么人回应，整个宿舍好不热闹，斜对面的教师宿舍里不知道有老师说过我们多少次，直到十一点半点我们才睡着。

凌晨五点，公鸡还没起床打鸣时我们宿舍就陆续有人醒了，本来是要在晨练后再上楼洗脸的，可我们怕到时候人太多，于是先洗漱好了，结果发现并不只是我们宿舍这样。接下来就是训练，上楼洗漱，排队打早饭，继续训练，排队打午饭，回宿舍午休，下午上课，上完课排队打晚饭，吃完饭回宿舍拿洗澡用具，排队洗澡，洗澡时由于人太多的关系早来的我们都要四五个人用一个淋浴头，洗完澡回宿舍放东西，下楼排队去操场开始组织拉歌“日落西山红霞飞，展翅打靶把营归把营归。胸前的红花映彩霞，愉快的歌声满天飞……”

### 军训第三天，天气晴

今天我们把教官气走了，看着教官失落的背影，心里酸酸的，很不好受。新来的教官很严厉，他的严厉也让我们想念我们的卓教官（被我们气走了）。

在今天的饭中发现了一根头发，我的食欲立刻就消失了。又是在同一天，我盛好的酸梅汤被人打翻在饭中，心情一下就要爆发，我忍住了。真是糟糕的一天。

军训第四天，天气晴

新来的教官因为要教六年级的关系走了，我们的卓教官又回来了，很开心。

军训第五天，天气晴

今天家长要来阅兵，终于可以回家了，我很激动，看到妈妈很欣喜，还没来得及与教官道别，教官就已不见踪影，不知道为什么有种想哭的冲动。

被妈妈接走之后去吃了烤肉，回家就开使睡觉直到晚上，才细细品味起我的军训生活。

## 军训感悟日记篇七

今天是军训的第三天，经过前几天的磨合，我们也逐渐适应了军训的生活。可即使如此，我依然觉得今天是这几天以来最辛苦，最劳累的一天。前几天教官只是教我们一些最简单、最基本的姿势和步伐，而今天，教官似乎就开始和我们“动真格”了。

早上一起床，看到外面的天灰蒙蒙的，加上我的双腿比昨天还要酸痛，我竟有了一丝不想军训，在家休息的冲动。可是，不到10秒钟，这个想法就被我扼杀了。因为在那么艰苦的条件下，我们都坚持下来了，难道今天的一点点小雨还能难倒我们吗？下楼一看，外面还下起了雨。这雨虽然不大，不像昨天的倾盆大雨，可它却淅淅沥沥地下个不停。没办法，我和妈妈依然马不停蹄地坐车到了学校。还没踏进教室门，我就听到了老师洪钟一般的声音：“接下来到的都算迟到了！”我不禁心中暗自窃喜：幸好我跑得快！

一会功夫，我们就被教官带到了操场上，今天漫长的军训开

始了。首先，当仁不让的当然是站军姿了。由于外面的雨还没停，我们便站到走廊上军训。虽然地方换了，但是我们的要求没换。今天奇迹的是，我们竟然只站了二三十分钟的时间。正当我以为我听错了时，我才知道，我们今天有两项十分艰巨的任务——练习“分列式”和“擎敌拳”。

看过教官的演示，我勉强记住了“分列式”的步伐：先往前走，然后原地踏步并且前后左右对齐，然后接着往前走，带到教官喊“向右看齐”时，我们向前走两步，接着转为正步并向右敬礼。走几步后，教官喊“向前看”，我们继续正步走两步，最后再转为普通步伐再向前走，等着教官喊立定。这一系列的动作看教官做的时候，行云流水般的连贯，我们也跃跃欲试。这时，教官让我们第一排先走，我们个个摩拳擦掌，信心满满。可当我们自己走时，却是错误百出：有的人左脚在前，有的人右脚在前，不仅是脚，手也是如此，甚至有人同手同脚。在教官教了我们十几遍后，我们的情况才略有好转。接着，教官又孜孜不倦、锲而不舍地叫我。可惜好景不长，在我们休息了几分钟后，我们又是接二连三地犯错误。教官忍无可忍，将我们痛骂一顿，并且让我们归队，又找了一批同学训练。光是练习“分列式”，我们就练习了一个上午，可是，即使是这样，依然有将近一半的同学还没学。于是，教官又交给我们训练过的同学一个责任重大的任务：让我们一对一，类似于同伴互助，一个师友教一个学友一样，一个会的同学叫一个不会的同学“分列式”吃完饭后，我们毫不懈怠，一丝不苟地、向老师一样教起了别人。就在教授他人的同时，我们自己也得到了训练，我终于明白每个班级墙上贴的“学习金字塔”中，为什么最后一项“向他人教授”的学习效率最高了。

下午，我们又练起了“擎敌拳”。只要我们做的不好，就要罚跑，有时是一人跑，有时是几个人跑，有时甚至是一个班级一起跑。我们虽然很气愤，很累，很想回家，但是，我们也知道教官是为我们好，所以，我们毫无怨言。

无论如何，军训还得继续，明天，我们又精神饱满地来到学校，开始军训。

## 军训感悟日记篇八

瓦蓝瓦蓝的天空没有一丝云彩，太阳把地面烤得滚烫滚烫，一阵风刮过，地上便卷起一股热浪，扑面而来；小鸟们早已经不住炎炎烈日的淫威的逼吓，不知躲匿到什么地方去了；而可怜的草木，更是耷拉着脑袋，奄奄待毙。只有那较为耐热的知鸟，扯着破锣烂鼓般的喉咙，知了——，知了——的哀嚎，倾诉着高温的残酷。可就在这样的日子里，我们一群娇嫩的学生娃娃，却在向太阳公公挑战——进行军训。

“集体练军姿，有事打‘报告’，没有我的命令谁也不许动。否则被我发现了，一律罚绕着操场跑5圈”，教官铁着脸下达了这条命令。同学们开始还觉得挺容易，不就是站着不动吗？这有啥！可没过多久，脸上便被太阳晒得火辣辣的，那汗水就像玩滑滑梯一样，溜到眼睛里，刺痛刺痛的；溜到嘴巴里，咸咸的；两只脚就像踩在烧红的铁板上，烫烫的。唉！这滋味可真不好受。

用余光瞟了下别的班，咦？怎么都在树荫下呢？

“动，动，我叫你动！出来！跑圈去！”又不知是哪个耐不住的小伙伴偷偷动时被发现了，受到了惩罚。你们看，这教官可真说话算话，一点也不含糊。“小心点，一定要坚持住！”我暗暗的告诫自己。

终于熬到了仅有的十分钟休息时间，其它班都一哄而散，而我们却依旧顶着烈日，可怜巴巴地望着教官，希望他尽快吐出简简单单但却对我们十分重要的两个字：“解散”。时间在一分一分的流逝，望着别人享受清凉的惬意，心里酸楚楚的真不是滋味，简直恨透了这个教官——你为什么就金口难开呢？“现在给你们两分钟休息时间”，教官终于发慈悲了。

“万岁”！早已受尽“折磨”的我们，有气无力的欢呼到。

虽然只有短暂的两分钟，可刚刚还在担心能否休息的我们，已经知足了。

“晒盐鱼”的三天终于过去了，在团长的“关照”下，女同学个个都由“白雪公主”摇身变成了“黑美人”，而那些“白马王子”，则通通变成了“黑李逵”。往那一站，整个一班非洲留学生。

三天的军训虽然很短，但确实为即将开始的崭新的学生生涯打下了良好的基础。它使我明白了这样一个道理：凡事要学会忍耐，有苦才会有甜。“不知苦中苦，那知甜中甜”。

教官的严要求对我们来说也是十分必要的。因为灿烂柔嫩，备受呵护，娇生惯养，未经风雪是我们这一代青少年的特征。从小到大根本就没吃过苦，气温稍高点就躲在空调房里，无法想象没有空调的日子，也无法感受到整天在炎炎烈日下辛勤耕种的农民和忘我劳动的建筑工人的艰苦，更别说像解放军战士那样，在极其恶劣的环境条件下日日夜夜保卫着祖国。想想我们自己，仅仅是在太阳下晒了三天就叫苦不迭，多么渺小啊！

我毕竟只有13岁，未来的路还很长很长，依然要赤着脚，在荆棘中一步步走去。走吧，往事夹进日记，不在乎是否有玫瑰的芬芳，果实的甜蜜，踏着凋零的花朵，踩着斑斑的血迹，走吧，向着美好的未来！祝自己好运！