

最新军训日记第四天 军训第四天日记(优秀11篇)

奋斗是一种奋发向前的力量，它让我们充满动力地追求更好的未来。成功的关键在于怎样规划和执行自己的奋斗计划？奋斗始于梦想，以下是一些令人敬佩的奋斗者的故事，让我们一起来分享他们的梦想之旅。

军训日记第四天篇一

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！

军训日记第四天篇二

今天是我们军训的第四天，也是我们在军学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！

军训日记第四天篇三

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。

军训日记第四天篇四

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。

军训日记第四天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。军训日记第四天

“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’！

十营马燕妮

军训日记第四天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！

十一营方靖

军训日记第四天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。

军训日记第四天篇五

今天是军训的第四天了。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。

想到军训还有很长时间，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。每次训练结束，休息的时候，教官都会与我们开玩笑，陪我们聊天，让我们猜他的年龄。我们便逗他，在那胡乱地猜。

每一次军训，我们都要站很长时间军姿。每次脚都很酸痛。汗水顺着额头流下，流进眼里，嘴里。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。

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。

军训日记第四天篇六

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！

军训日记第四天篇七

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，我们有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点期待——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。

军训日记第四天篇八

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。

军训日记第四天篇九

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。

军训日记第四天篇十

“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！

军训日记第四天篇十一

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。