# 军训的周记(汇总12篇)

来源：网络 作者：雨雪飘飘 更新时间：2024-06-17

*人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。军训的周记篇一今天是军训的第四天。两...*

人的记忆力会随着岁月的流逝而衰退，写作可以弥补记忆的不足，将曾经的人生经历和感悟记录下来，也便于保存一份美好的回忆。那么我们该如何写一篇较为完美的范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

**军训的周记篇一**

今天是军训的第四天。两天后，家长们就要来观看我们的表演了。我们也都像绷紧了的.弓似的，愈发紧张。

早上，天气晴朗。照理，人在紧张的情况下，动作就会很不自然，但我们今天都克制住了，军姿站得愈发好，错误也明显较前几天少，教官对我们的表现很满意，甚至露出了难得一见的微笑。

我心中暗想，在教官的精心指导和严格要求下，通过几天艰苦的训练，我们培养了吃苦耐劳的精神和勇敢顽强的作风，身体素质、行为习惯和意志品质等方面都有了很大的提高。现在，我们已能够像真正的战士一样站、坐、跑、走了。是时候将我们这几天的“累”全部转化成力量，展现在大家的面前了。

后天就要表演了，我们一定要以最好的状态来面对明天和后天的训练。我想，只要我们认真，就一定可以达到军训的最初目的。

想到这儿，我又觉得下午的绿豆汤是如此香甜。

**军训的周记篇二**

昼锦的容颜，依旧是往日庄重的面孔。小五，却不再是徘徊在铁栏外的过路人，而是昼锦中学的又一个征服者。

——题记

军装，仍旧是往日的军装，落着薄薄灰尘却不显刻板，我的战袍，将随我征战昼锦，征战进入初中的第一堂课。

一楼的角落里，我们是备受关注而又略被嫉妒的豪华阵容，一班。在这个五十六口人的大家庭里，我，作为班长带领家族，在昼锦驰骋奔腾。教官，依旧是冷峻的脸庞，训练，却不再枯燥。一声声稍息立正，是我们初中的使命，更是会操的希望。

宿舍里，我的`无数好兄弟，张恒宿舍长，刘少奇同志，罗贯中老先生，我们，曾经来自不同的学校，有着不同的身世，虽然我们在之前仍互不相识，命运，却将我们安排在了一个寝室，我们从此就是一家人，我们从此就是好兄弟。

军训生活无疑是苦的，我们却是乐的。虽然我的腕子上磨出了一个口子，虽然脚上的水泡疼的不能走路，可我终究是挺下来了，因为，我有我的朋友，我有我的兄弟。他们，像兄弟姐妹一样照顾我，虽然我是班里年龄最小的。

曾经的，已经成为了曾经，今后的路，还有很长，望兄弟姐妹们伴我度过初中的生活。

**军训的周记篇三**

九月一日，当我踏入启黄中学第一步时，迎接我的是连续五天的军训，自然也开始了我人生中的第一次军训，第一次离开家参加军训，让我体会到了在军训生活的苦与乐。

9月3日 星期一

我曾听爸妈说过，部队是一个纪律严格的地方，在他们那个时候，光站军姿就要练七、八天，真正要做到坐如钟、站如松的境界。说实话，虽然我的军训时间比较短，我还是觉得这军训就像是魔鬼训练营一样。

教官对我们很严格，但也很关心我们。立正稍息我们练了很长时间，但也在不知不觉中改掉了我喜欢驼背的坏毛病。当兵的看似很威风，但他们的付出和努力是我们根本无法想象的。

9月4日 星期二

军训，的却使人感到非常疲累，第一天训练完后，我回到家就趴在沙发上睡着了。这军训什么都好，就是有一点：不可以乱动。身上哪儿痒，都得忍着，哪儿不舒服，要经过报告才能休息。

还记得很清楚，这一天，我们的教官嫌我们太调皮，便与10班的教官换了过来，让10班教官代我们的课。10班的教官对他们班很宽松，可对我们像发了狂的老虎一样厉害。当时有一只小虫扒在我的脸上，我痒得是在受不了，便用手赶走了小虫。谁知那教官看在眼里，当着大家面上骂道：“那么痒是吧?信不信我把你的脸揪下来!”这话听得我心里特别难受，可这是军训，没办法，有气也只能憋在心里，要是说出来，就又会挨教官骂。

9月5日 星期三

因为疲劳过度，我患上了扁桃体炎，发烧，感冒，未能来训练。

9月6日 星期四

住院打针，后在家休息。

9月7日 星期五

因为今天是最后一天，要比赛。军训过程要载入档案册，所以病再严重，也得等比完赛再说。

看完了别的班的军训后，我们班要上场比赛了。可我非常紧张，老担心因训练时间不够而出差错，害怕给班拖后腿。

进行的一些基本动作，我都配合着大家完成了，之后，我们班的比赛结束了。结果不出所料，我在比赛中出现了一个小小的失误，从中我体会到，一份耕耘一分收获，我比别人训练的少，自然没有同学们做得好。

在军训中，我感到又艰苦又疲累，但这是一次战胜自我，磨练意志，团结协助的人生体验。将伴随此次的经历载入我人生的史册。

**军训的周记篇四**

如果说初中是一本书，那么军训生活便是书中美丽的彩页;如果说初中是一副画，那么军训生活便是画中夺目的颜色;如果说初中是一片蔚蓝的天空，那么军训生活便是点缀蓝天的白云。

军训生活固然是苦的，但这一天下来，磨练了我们很多，军训不仅仅是对我们身体的考验，更是对我们意志的磨炼。

今天的军训内容很简单—不过只是转法、正步、立定、齐步走这些基本动作，但这些动作看起来很简单，然而要把这些动作做得很标准，就没有那么容易了。一天下来，我们就累得腰酸腿疼，但大家没有一个人退缩，都坚持到了最后，让我们深深感受到了坚持就是胜利!

“宝剑锋冲磨砺出，梅花香自苦寒来。”不经历风雨，怎能见彩虹。人是在不断的磨炼中成长的，就像一棵小树苗，只有经历过风雨的洗礼才能长成参天大树。

**军训的周记篇五**

在9月12日，我迎来了人生中的第二次军训。

我们是六连的，教官姓赵，他是一个比较幽默的人，但对我们很严厉，稍有动作，就全体练蹲姿。

军训很累，我们不怕；军训很苦，我们不怕；无论如何，在训练场上我们总是英姿飒爽！在军训过程中，教官对我们宿舍的内务卫生进行检查，在我们宿舍与六连全体同学的努力下，我们宿舍的内务卫生得到了教官的良好评价.

教官为了了解我们的训练情况，组织了几次会操，，我们连依然以良好的成绩上了光荣榜.谁料，就在我暗自庆幸时，却突然难受起来，又发烧，又感冒，要多难受就有多难受，打了三天吊针才好些，这时，魏老师不仅陪伴在我的身边，还帮我付了医药费。魏老师给予我了无数无私的爱，她就是我的‘良药’。

在晚上的时候，我们就聚在一起讲鬼故事，每次都会把我们吓坏，却还要听。终于，我们‘熬’到了周四，为什么这么说呢？因为，我们的床铺上写满了周四晚上会有鬼。那天，我们又紧张又期待，既害怕又兴奋，想见见鬼，可是，到了半夜，我们一个接一个的睡着了，谁也没看见鬼，第二天早上，我们一起嘻嘻哈哈的说这件事，互相取笑对方睡的真香。

可惜，幸福时光总是过得很快，转眼间，六天晃过，我们将要离开教官、基地，我们都很舍不得，可却无可奈何。第七天早上的收营仪式上,我们格外认真,背挺得笔直,每一个动作一丝不苟。

分别之时，泪充满我们的眼颊，那一刻，教官变得多可爱啊！饭菜也特别鲜美；在那一刻，我们多希望时间能静止，可惜，时间过得真快啊，或许，军训就是来时不想来，走时不想走。

**军训的周记篇六**

短暂而又紧张的`军训生活已经结束了,回顾其中的点点滴滴,让我感到精彩而充实.此时此刻,当我执笔写下这5天的军训感触时,深知自己不仅仅是健壮了体魄、增强了国防意识、提高了政治素质,更加是受到了一次心灵上的深刻洗礼,磨练了自己坚强的意志,培养了健康向上的心态,增强了团队意识和组织纪律观念.这也是我在军训中所获得的最宝贵的财富.

在5天的军训中,我们体会了人生的酸甜苦辣.站军姿、齐步走、跑步、正步走……我们一次又一次地重复着枯燥的动作,用尽全身力气喊叫.不管是流汗还是流泪,我们不能停止步伐,铁一样的纪律无时无刻不在约束着我们.在严格的要求下,有我们疲惫的身躯挺立.有我们酸痛的手脚重复的动作.烈日下,细雨中,我们坚强的身躯仍挺立在操场上.本来我以为这5天的军训会很有趣,可我错了,全程下来,像是过了几个世纪.军训生活是那么枯燥与乏味,可我仔细想想我又觉得很庆幸,因为我又一次磨练了自己,使自己变得坚强起来.

它教会我什么是坚强的意志.那笔直的腰身,挺起的胸膛,昂扬的势气,告诉我们那是军人的飒爽英姿；那骄阳下伫立的身影,那汗水中神采奕奕的双眼,那支撑着沉重身躯却依旧丝毫未动的双腿,让我们为之震撼.教官们,将他们铁的纪律带到我们面前,教会我们什么是军人的风范,什么是钢铁般坚强的意志.

它教会我什么是团结的力量.团结就是力量,再不是简简单单的一句话,它授予我们人生的哲理,告诫我们为人的理念,更在军训的训练中,铸起了一座不倒的城墙,集体的荣誉感让我们将它演绎得淋漓尽致.不是吗?一天又一天,同学之间的关系更进一步,我们互相关心,互相帮助.训练时,更能体现出集体主义精神.在最后的军训会操中,我们班得了两个最有意义的奖.这使我们感悟到：有种力量叫团结.

幼苗不经历风霜洗礼,怎能长成参天大树；雏鹰不经历狂风骤雨,怎能飞上万里苍穹；溪流不经历颠簸流离,怎能交汇于浩瀚大海.而年少的我们,不经历艰苦磨炼,又怎能成为国家栋梁之材.

的确,军训是苦的,是累的,但它更是新鲜的、快乐的、充实的,它让我们学会了自立与自律,使我们自觉养成良好的行为习惯,让我们接触并了解了保卫祖国的战士们,也亲身体验了军队铁一般的纪律.我们也应向军人们学习,为祖国各方面的建设贡献自己的才智和力量.

军训结束了,它留给我们的不仅仅是永久的回忆,更重要的是它让我们学会自立、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,勇敢地站出来接受风雨挑战.

蓝天白云又变得精彩起来!让我们记住军训的日子吧,仔细想想——它是金色的!

同学们,21世纪的曙光已在前方闪亮了,美好的未来在向我们招手.展开那羽翼渐丰的翅膀,拨开那遮掩的云烟,勇往直前吧!

**军训的周记篇七**

今天可是一个好天气，阳光明媚，可我们要军训，就无法享受这“大好时光”。哎！悲惨啊！

早上8点，先依照以往的惯例，站了十几分钟的军姿。此时的我们，十分不吝啬自己的汗水，让它直往下“淌”。这滋味，难受啊！军姿站完了，脚后跟已经完全“麻痹”了。可是对了，你猜对了。继续训练。

今天我们学习的是行进的两大步伐之一的跑步的行进与立定。

这可不简单哦！它不是要一个人完成，而是要一排的人共同完成。其排面要如同一条水平线，直直的。

听完教官说的注意事项，我们的“跑步进行曲”开始了。

刚开始，情况不容乐观。排面，四步立定都不是很齐。不过经过我们的努力努力再努力，教官脸上浮现出了满意的笑容！不过还是要继续comeon！

一天的训练下来，被累得腰都直不起来。真是不敢想象啊，教官们在比这还“恶劣”的情况下是怎样“生存”下来的！

到了晚上，应该好受一点了吧。哎！也不爽，要学习军体拳。这可真让我头痛啊。我本来就对这种东东不感冒，可还要学它，倒啊！

**军训的周记篇八**

我是初一的\'新生，每一个初中生都要军训，我们也不例外。我们于20xx年10月11日，出发到军训基地。

我怀着高兴的心情来到了学校，准备出发到军训基地。同学们都带了很多吃的，和钱，我也不例外，好像去旅游一样。我们上了车，出发了，我们看着风景，都兴致勃勃的，满怀着希望去的。

到了基地老师带我们去教官那里。我们的教官的很斯文，很帅，大概有22至23岁。我们站好了，教官介绍自己，由于教官声音小所以很多人没听清，有人认为姓尹，还有人认为姓郑，而我认为姓严。教官介绍完自己，带我们回宿舍。我们看到宿舍有很多的不满。很脏很乱。

集合号响起，我们立马下去站排。教官带我们去吃饭，我们刚走进食堂，饭菜的香味就扑鼻迎来，我们很高兴，终于有饭吃了。快要吃饭了，老师给我们讲了很多吃饭守则，知道饭菜都凉了，我吃完就胃疼了。以后我只但一点点，因为不让剩饭，而且吃饭时间只有15分钟。

从下午开始到第五天上午一直是训练，不过中午休息2个小时。训练很苦，尤其是站军姿，更累了，站30分钟，能把腿累折了。我们每次晚饭前都要站军姿，有一次我差一点就哭出来。我现在和自然的站军姿。我们这几天练了稍息立正与跨立，停止间转发，行进与立定，唱军歌，别看只有这么少，练起来可累了。

通过这次军训，我学到了，军人的风采，并且学会了，努力克服困难，同学之间友好相处。

我永远也不会忘了这次军训，和教我们的教官还有同学之间友谊。

**军训的周记篇九**

这几天我一直在进行入学前火热的军训生活，这种训练对于我们这些家中的贵公子、娇小姐们来说是既辛苦又兴奋的.，是值得回味的一段日子。

每天训练下来，累得腰酸腿疼。我的教官是个严格要求的人，动作做的不标准就一遍又一遍的操练，直到符合要求为止。其实教官也是心疼我们的，但是他更希望能把我们的坚强、毅力练出来。军训生活的甜是一种“苦尽甘来”的甜，是训练场上教官表示肯定的一句话或一个眼神。这种甜是师生之间建立起来的一种深厚的友谊，就像一块朱古力糖，还会有丝丝苦味。真是让人回味无穷。

军训的确很辛苦，但我相信往后我们一定会怀念这一段既苦又甜的军训生活。在炎炎烈日下，我们踢正步，排方队;在激昂的训练场上，我们欢呼，呐喊。就是这样一段生活，使每个人在滚爬摔打中慢慢成长;就是这样一段经历，使每个人在汗水中变得坚强。

首先，特殊的军训生活培养了我们的集体观念和纪律观念。在队列中教官非常强调纪律，每当有人在队伍中不打报告便随意乱动时，都会受到教官严厉的批评和惩罚，以增强我们的集体观念。而队列整齐的要求也增强了我们的集体观念，要求我们时刻要想到集体，而不光只是考虑自己。

其次，军训也培养了我们的身体素质。一开始训练，只要站上5分钟的军姿，就会有人体力不支。现在即使让我们站上15分钟，还是能个个都站如松。可见，军训对于我们身体素质的培养多么明显。

通过这次军训，军训给了我这样的机会，虽然军训有点儿苦、有点儿累，但是我知道更苦更累还在以后的学习、生活之路。我更加体会到在学习上也要有毅力，也要有吃苦耐劳的精神。人生充满艰辛，生活充满坎坷;和此相比，军训的日子又算得了什么呢。军训代表着什么，代表着磨练意志，代表着学会面对挫折的本领，代表着迎难而上的毅力。军训的日子只有短短的五天，和人生相比，只不过是沧海一粟，也许这段日子在几年后会在记忆中消逝，但是它留下的绿色诗韵，永远是人生中最亮丽的风景。

其实，军训生活还带给我们很多，相信这次军训生活定会成为我们人生中一段美好的回忆。

**军训的周记篇十**

在这秋高气爽、硕果累累的秋季里，我们经历了一个周的军训。虽然在军训期间，有酸、有甜；有苦、有辣。但是这一周的军训让我们懂得了太多太多……让我们收获了太多太多……当我们经历完了军训的时候，当我们手捧着自己在这一周所得到的刻着坚强、勇敢、毅力的硕果时，心中无不感到骄傲，感到自豪！在军训的最后一天的会演中，我们都带着胜过以往10倍的热情参加会演！

会演非常成功！我们口号声音震如雷，踏步声音齐不乱，六连士气涨如股。在会演结束的时候，我们都觉得非常好。

我感觉这一周的军训让我学到了许多。在初一的第一次军训中，我经历了第一次的10分钟军姿和一些简单的队列中的口令。让我懂得了只要去认真地对待自己所练习的每一个动作，就能把它做得尽善尽美。

在第二天的军训中，我经历了比赛军歌和刻苦的训练。这一天让我懂得了父母对我们的期望和培养，我是不会辜负我的父母的。

到了第三天，我在训练休息的时候，了解到了教官的辛苦。这一天，我的心里满载着对教官的敬佩与赞叹！不由得在心里说一句：“教官，您辛苦了。”

第四天还是一如既往的军训，但是这是我军训的7天之中最痛苦的一天，因为剧烈的活动让我右大腿的伤口裂开了。但是我却在这一天收获到了顽强不息的毅力！

第五天，军训接近尾声。因为在第六天我们在彩排，没有写日记。所以在第五天的下午我们所沐浴到了军魂！炎热的天气让我们汗流浃背、气喘吁吁，但是我们却坚持住了。这一天我们收获了坚强！

最后一天，结局好，及一切好！会演十分成功，我们告别了教官，准备开始初中的学习生活。

**军训的周记篇十一**

军训结束了，可我还深深地陷在其中，无法自拔，总觉得明天早上还需要5点起来，穿上迷彩整队跑操。可事实是，这样的日子已经过去了。我想，如果没有这段艰苦的日子，我是不是还会像以前一样经不起一点风浪。

我想是的。在这之前，我是一个内心十分脆弱的人。每当有人批评我的时候，我就不知不觉红了眼眶，却不知道好好反省一下自己到底做错了什么；每当做一件事情遇到一点挫折的时候，我就考虑要不要放弃，却从来都没想过坚持下去会有多棒。我感谢军训，感谢这四天的艰苦。

在这短短四天的军训里，我改变了许多，我变得坚强了，变得懂事了，变得大胆了，变得勤劳了，变得活泼了，变得……尽管当时又苦又累，但是却是让我们学到很多，让我们磨练出了顽强的意志，训练出了坚毅的耐力，锻炼出了强壮的体格。

很快我们就要在新的环境下学习与生活了，这次的军训给我们在中学的学习打下了一个良好的基础。随着初中科目的增加与难度的加大，我们所面对的疑难杂点也会越来越多，这无疑会给我们增添许多压力，然而要怎样克服这些困难就是我们这次入学培训的关键之一。面对学习上的种种困难与压力，我们要用军人那种顽强的意志和勇气去面对、去解决，不被困难所吓倒。

军训不但培养了我们吃苦耐劳的精神，更磨练出了我们坚强的意志。这次军训教会了我许多书本上根本学不到的知识，相信它一定会让我终生受益。

**军训的周记篇十二**

军训前，我曾是满腔热血，迫不及待地想亲身体验军队的生活。军训后，我仍是满腔热血：军训——有苦也有乐，是我一生中最宝贵的财富。

有时候教官会教我们唱军歌，然后又跟别的分队去拉歌。那惊天动地的叫声，其实也是一曲美妙的歌声，洋溢着我们兴奋、喜悦的心情。这种情景平常不容易遇到，大家都十分珍惜，拼命地叫喊着。这时的教官也一改往日严肃的表情，神采飞扬、笑容可掬，其实他们也是同样的青春、可爱。

最疯狂的就数那最后一晚了。我们分队的女生真是厉害，竟把三位教官请到了我们教室，缠着他们唱歌。平时我们听教官，这会教官可不得不听我们的。我们还不准他们唱军歌。教官们都一个个求饶，叶教官哭笑不得地骂我们：“你们这帮女生！真是太不像话了！”但他还是逃不出去，正像一位同学说的，“他可栽在我们手里了。”

看大家一起无拘无束，闹得多开心。与教官平时的表情比较起来，简直就是两个人。教官们都把唱歌的优先权让给别人，看他们“你推我让”的样子，是那样的孩子气，我常常忍不住大笑出来。

这样的军队生活好开心，太令人难忘了！

本文档由028GTXX.CN范文网提供，海量范文请访问 https://www.028gtxx.cn