# 最新初一军训日记(大全12篇)

来源：网络 作者：清风徐来 更新时间：2025-05-14

*在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。初一军训日记篇一大家都...*

在日常学习、工作或生活中，大家总少不了接触作文或者范文吧，通过文章可以把我们那些零零散散的思想，聚集在一块。范文怎么写才能发挥它最大的作用呢？下面是小编为大家收集的优秀范文，供大家参考借鉴，希望可以帮助到有需要的朋友。

**初一军训日记篇一**

大家都要从小学六年级升到初一了，那大家都会想到一件事情，就是“军训”。

每一个升初一的同学们都会有一次小升初的军训，想知道军训是干什么的吗，当我进入校门时来到自己的班级时的第一件事情就是换上校服，换好以后拿着各班的旗子到操场上，等教官来上课，教官来了后叫我们两个班两个班的站在一起，站好后我们就开始上课了，上去就是站军姿，每人前后一米远，站好不许动，动了必须打报告才可以动，一共有五个教官，没两个班问一组，一组一个教官正好四个教官还有一个教官是从每个班里挑出几名同学单独训练，每一天都是站军姿跑步等。

到了第五天学校查看这死天训练的结果，每一个班一个班来，我们是第五个，每个班的同学都整齐的站着军姿站在操场上，到我们班了，我们班被教官带做完了全部，回到了个班的位子上站好，做完后我们分别像教官道别。

最后我想说的是在学校军训的这五天是我永远忘不掉的五天，让我知道了父母的辛苦。

**初一军训日记篇二**

大家都要从小学六年级升到初一了，那大家都会想到一件事情，就是“军训”。

每一个升初一的同学们都会有一次小升初的军训，想知道军训是干什么的吗，当我进入校门时来到自己的班级时的第一件事情就是换上校服，换好以后拿着各班的旗子到操场上，等教官来上课，教官来了后叫我们两个班两个班的站在一起，站好后我们就开始上课了，上去就是站军姿，每人前后一米远，站好不许动，动了必须打报告才可以动，一共有五个教官，没两个班问一组，一组一个教官正好四个教官还有一个教官是从每个班里挑出几名同学单独训练，每一天都是站军姿跑步等。

到了第五天学校查看这死天训练的结果，每一个班一个班来，我们是第五个，每个班的同学都整齐的站着军姿站在操场上，到我们班了，我们班被教官带做完了全部，回到了个班的位子上站好，做完后我们分别像教官道别。

最后我想说的`是在学校军训的这五天是我永远忘不掉的五天，让我知道了父母的辛苦。

**初一军训日记篇三**

烈日炎炎，就似火炉焚烤着皮肤，滚烫而灼热。汗流浃背的我们，站在这片光景之中，也许在强忍着痛苦，也许在挑战着极限。但请相信，这并不是受罪。坚强并微笑着，执着并快乐着，在同一片蓝天下人有汗水挥洒——这，是一种精神的升华;这，就是军训。

9月5日 星期一 晴

今天是军训开始的第一天。说实话，这并不是第一次军训了，但是一看到这两个字，就会产生一些微妙的情绪，没有人喜欢吃苦，我也不例外。但正是开始了训练，才会深刻明白“苦中作乐”的含义。

风不大，但足以带走一部分炎热。也许正因为处于高温，这一丝一缕的风显得弥足珍贵。教官在我们之间来回踱步，我隐约看见他额上细密的汗珠。他并不比我们好受，我也要坚持下去。

9月7日 星期三 微风

天气不错。

两日的训练，我们已习惯军事化的作息。大家看上去肤色黝黑了许多。我浑身也疼得厉害。两天来，我们已渐渐能做到步伐整齐划一，动作也慢慢熟练了。每次做起立蹲我的腿就开始酸痛，站军姿也能站得背脊发软。我并不是在抱怨，或者说简单些，来点更残酷的训练我也会坚持住。因为我不是一个人在战斗，大家都一样，先放弃的就是认输了。

9月8日 星期四 晴

几乎没有风，在训练的最后一天。

最后一天，我们都背水一战。明天就要会操，会有很多人来观摩。努力的结果终于要让众人看到了吗?我有些紧张不安，同时也加深了觉悟。其实我们有很多地方都已酸疼麻木，可是我们都深知——这根本不算什么。那些在消防部队的教官们，每天为了救灾赴汤蹈火，这是更加残酷的肌肤拷问和肉体考验。

“一个人如果不逼自己一把，就永远都不知道自己有多优秀。”这句好话是我的信念。我在逼自己，我们都在提高自己。不但是军训，往后亦是如此。永不言弃，永不后退。

因为时不时回头看看，在你的身后，还有一地阳光。

**初一军训日记篇四**

今天军训，因为晚上下了一点雨，所以天气比较冷。

上午的军训十分顺利，站军姿时，我们站着都很认真，都没有人打报告。站完后也没什么事儿，十分轻松。下午站时也比较容易，关节也不怎么疼了，全身上下都好多啦！

今天我们除了主练齐步走，还练了练敬礼。敬礼时老师要把每个人的手往上抬一遍。练习齐步走，可我练的怎么都不齐，后手总是甩不高，让教官是欲哭无泪。

今天下午是我被打得最多的一回，我总因为各种原因被揍：吵架，说话，玩的时候我没听见教练喊停，偷懒等等。但只要我知道错在哪，就一定会改。

虽然军训很苦，但并未结束，只要你有这个责任，你答应了，就一定要坚持做完，做好。我一定要让军训结束的美满！

**初一军训日记篇五**

“调整军姿，小碎步动起来，一、二、三、四……”随着教官的一声令下，我们全体成员随着节拍踏着整齐的步伐向前走，我们班正在集体训练呢!没错，我们都在——军训。

军训，军训，顾名思义就是军事化的训练，严格、整齐、统一的标准。介绍一下我们的又萌又q的杨教官，不要被他可爱的外表所蒙蔽，他军训我们时十分严格。由于我们班的队伍庞大，同学们都穿着统一的军训迷彩服，远远望去像一个个训练有素的陆战队。下面就来说说我们训练的科目吧。

站军姿是军训中的一门基本的科目，但是一天几个小时下来，脚跟中了风一样疼痛。站军姿中的规矩十分多，要收腹、挺胸、手呈半拳状、双脚呈60度分开，身体稍微向前倾。唉，站立都怎么这么难?军训时站军姿正是磨炼我们的意志。

跨立就是指迅速将左脚跨出，左手握住右手手腕，双手放与腰上。跨立是一种即考速度又考注意力的`站立方式，在军训中十分常见。

蹲下觉得最痛苦的，蹲下时双腿下的关节都要活动，蹲下就是先把右脚往后移，再下蹲，右脚脚尖着地，身体坐在右脚跟上，双手顺势放在膝盖上，蹲下时还要喊：“1、2”

敬礼也是一门难学的东西，敬礼时手要成钭面，中指微贴太阳穴，小臂与肩同高，教官经常让我们训练敬礼，却迟迟不喊“礼毕”，想放下却不敢，手都快要罢工了。

军训，既是国防训练，也是锻炼人的意志。虽然军训时天公不做美，下起了太阳雨，可是阻挡不了我们坚定的意志，让暴风雨来得更猛烈些吧!

**初一军训日记篇六**

当我告别小学时光跨进初中大门的第二天，就听说要军训了。

军训对我来说无非就是练练齐步走，摆摆军姿，踏踏步而已，但是，军训生活并不像我想象的那样轻松自在，而是需要付出艰辛的汗水，需要有坚强的意志品格，需要严守钢铁般的纪律。

在军训这五天里我们每天都要早睡早起，轮流刷碗碟，而且还自己叠被，还要站在火辣辣的太阳底下训练，如果做不好还要被罚做深蹲，白天，我们努力的训练，每一个动作都很小心的做，每一天都训练几个小时左右，虽然有些累，但这几个小时就是要磨练我们的意志，让我们克服困难，变成强者。终于，第五天来了，我们八个班开始了教官考核，看到前七个班做得那么齐我们有些担心，但是这几天我们学到了最不可战胜的精神力量，那就是团结的力量，因为这种力量，使我们勇气可嘉，使我们做的.最好！

军训的苦,军训的累,将永远铭刻在我心中.我要以军人们为榜。初一:好少年

**初一军训日记篇七**

8月27日，我来到江南实验学校报到，一进学校只见人山人海，许多人在那里报到。

报到结束，新生要参加“新生教育训练营”，我顿时感到十分高兴。因为我在家里除了睡觉就是吃饭，一直没有时间好好锻炼一下，有这样的机会正好让自己得到锻炼。来到寝室铺完床后同学们的家长都渐渐离开了。

28日，训练营开始了，我认识了我们班的教官，我们在教官的带领下顶着烈日在操场上怜惜着排队、列队等军人的常用动作。我们在操场上练习看似很简单的站立，炎热的太阳放射着它那火辣辣的光线，我们班的几位身体比较弱的同学因为受不了长时间的站立而离开了操场休息。我站着站着头也觉得犯晕，可这时我想到了邱少云这一英雄人物，他连烈火烧身都一动不动，我还怕坚持不了吗？所以我坚定信念熬过了这一天。

吃过晚饭，我回到寝室躺在床上想着：今天熬过了，明天的训练会比今天更加艰难，我是否能熬过呢？但是想了想，只要我坚持，一定能行的！

我本以为军训不太苦，没想到还真不是一般的辛苦，我一定要要紧牙关度过剩下的几天。

**初一军训日记篇八**

今天是军训的第一天，我们都穿着整齐的校服，于7：20分之前准时到达了学校。我的心里塞了许多疑问：教官严不严厉？同学们的表现如何？还会发生什么样的事呢？激动与好奇使我精神抖擞，迫不及待地想马上就开始训练。

吃完早餐后，我们班的同学都戴好帽子，兴奋地讨论着心目中的军训。就在这时，教官进来了。他先向我们行了一个军礼，就开始讲军训的流程、注意事项。我仔细打量了他：个子不高，眼睛炯炯有神、笑起来就眯成了一条缝，嘴角不时掠过一丝笑容。紧接着，我们排队下到操场上开始军训。

到了吃午饭的时间，我们排着整齐的队伍进入了饭堂。我们都对着饭菜一顿猛攻，将它们全部赶尽杀绝。吃饭的15分钟很快就过去了，我们将桌子收拾干净，将垃圾扔到垃圾桶，有秩序地离开了饭堂。

中午回到教室里午休，我趴在课桌上回忆一上午的课程，想：“军训真是个训练人毅力，行动力，意志力等多种品质于一身的活动啊！”

我希望明天的军训更加精彩！

**初一军训日记篇九**

“站在最后的同学出来演示。”教官的话让我惊讶不已。我不相信的指着自己的鼻子说：“我？”“对，就是你。”教官肯定的回答犹如晴天霹雳，我只好忐忑不安地小步向前……深呼吸，深呼吸，在教官哨音的指挥下我抬手迈腿，尽可能做到教官的要求，做到我能做的最好。

回到原位，脑海里只有教官的话：“大家按照这位同学所做的，再看看自己哪里做错了。”那时我知道，我做到了，做到了最棒。

回忆起昨天第一天军训的情景，在太阳地下站到不到半小时就昏倒的事，已经不再发生在我身上了。我可以自信而自豪地夸言：“我已经接受了军训的挑战，收下了战贴，相信自己能顺利通过军训的考验。”

军训使我的身体素质更好了，同时也磨练了我的毅力，这对于我未来三年的高中生活是非常有用的。我仿佛联想到，在那个昏暗的电筒下毅然精力充沛、刻苦学习的我。

“流血流汗不流泪，掉皮掉肉不掉队。”——我铭记着这句口号。它将成为我未来三年高中生活中的座右铭。在剩余两天的军训生活中，我会更加努力地训练，带着强壮的体魄踏进高中。

**初一军训日记篇十**

军训目的：

严格的军体训练，一丝不苟的军营内务训练，提高学生自理、自立、自律、自护能力，促进学生身心健康全面发展。 军训时间：20xx年08月20日~24日 军训地点：龙华部队 军训收费：经核算，每生收费350元，于8月20日上午带好钱到达军训基地时交付。 偶的军训之好坏（乾乾制表）：

好 处 坏 处 可锻炼身体 差点累垮了 可增强毅力和抵抗力 部队宿舍条件不好，床是双层硬板铁床 学习的东西也有用（如军体拳） 早上伙食还可以，中、晚餐不咋好吃 会让人变得坚强 28男生挤在一个房间，时间论分计 养成良好习惯军装布料不好，扣子锈、有霉点 另附：没做好的准备工作（失算的）：

**初一军训日记篇十一**

当我告别小学时光跨进初中大门的第二天，就听说要军训了。

军训对我来说无非就是练练齐步走，摆摆军姿，踏踏步而已，但是，军训生活并不像我想象的那样轻松自在，而是需要付出艰辛的汗水，需要有坚强的意志品格，需要严守钢铁般的纪律。

在军训这五天里我们每天都要早睡早起，轮流刷碗碟，而且还自己叠被，还要站在火辣辣的太阳底下训练，如果做不好还要被罚做深蹲，白天，我们努力的训练，每一个动作都很小心的做，每一天都训练几个小时左右，虽然有些累，但这几个小时就是要磨练我们的意志，让我们克服困难，变成强者。终于，第五天来了，我们八个班开始了教官考核，看到前七个班做得那么齐我们有些担心，但是这几天我们学到了最不可战胜的精神力量，那就是团结的力量，因为这种力量，使我们勇气可嘉，使我们做的最好！

军训的苦,军训的累,将永远铭刻在我心中.我要以军人们为榜。初一:好少年

**初一军训日记篇十二**

友情，就如冬日中的一个火炉，就如沙漠中的一汪清泉;就如夏日中的一台空调，在我的军训生活中，友情，让我充满力量，如同迷路的人，找到一轮明月。

窗外十分宁静，一束淡淡的月光缓缓地撒下来，月亮恬静地在夜空中舞蹈，蝉儿在树上为月亮伴奏。我坐在床上，回忆着今天的美好，缓缓地，静静地写下了这篇日记。

\"咝，好痛，肚……肚子痛，好……好痛\"我捂着肚子，颤抖着坐在冷冷冰冰的地板上，嘴中微微念叨着。\"江桂慧，你没事吧。怎么了?\"坐在一旁的\"宝宝姐\"急切地问到，\"要不要我送你去医院呐?\"\"没……没事，就是，就是肚子有……有点痛……\"我无力地安慰道，冷汗一直顺着脸颊流下。\"那怎么行，走，我们去医院。\"

冷汗一直流下来，一个瘦弱的小女孩坐在椅子上，不停的颤抖着。突然，一条毛巾递在她手上，一只胖乎乎的小手轻轻拍了拍她的背，一句轻轻的问好，如春风沐浴般降临在她的`身上。

友情，一个感动的字眼，让人心中流出一道小溪，清洗心灵。谢谢你，朋友;谢谢你，友情。

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