# 最新军训第三天日记(大全13篇)

来源：网络 作者：眉眼如画 更新时间：2025-06-09

*范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。军训第三天...*

范文为教学中作为模范的文章，也常常用来指写作的模板。常常用于文秘写作的参考，也可以作为演讲材料编写前的参考。写范文的时候需要注意什么呢？有哪些格式需要注意呢？下面我给大家整理了一些优秀范文，希望能够帮助到大家，我们一起来看一看吧。

**军训第三天日记篇一**

俗话说：“吃得苦中苦，方为人上人”，好不容易才等到了军训，军训不仅热也累，却很有价值，也让我们感受到了不一样的乐趣。

有的人从小娇生惯养，好似温室里的花朵，一吹就倒；而军人那钢一样的精神，铁一样的纪律，对他们来说真是天方夜谭了！我们是“少年军校”的学员，就是一个个小军人，我们不比解放军军人，但做到这一点也是应该的。

今天是军训的第三天了，经过这几天的训练，我从中感悟到了不少，其中原地踏步走的练习令我难忘：这动作我们可都练了六年了，我心想：这对咱们可不是小菜一碟吗？可并非我想，随着口号，我们踏着步子，口号依然响亮，但口号响也罢，关键是要走得好，但我们在这方面是欠缺的，一个个缺点冒了出来，步子不依，手臂不直，手没抬高，摇摇摆摆。一大串问题绕着我们打转！怎样才能抵御这些问题呢？只有刻苦练习。终于经过不懈努力，我们的步伐走得整齐且有力，犹如一个检阅方阵，这都是我们109班团结的结果！

训练之余，最有趣的，还是要数拉歌了，与我们拉歌的是十二班，又是一阵“团结就是力量”的歌声萦绕耳畔，大家席地而坐，拍着手喊着拉歌的口号“一二”“快快”“一二三”“快快快”“一二三四五”“我们等得好辛苦”。大家都用了九牛二虎之力喊了出去，有几个同学喊得脸都涨红了，可见他们多费力啊！我们109班用嘹亮的歌声和铿锵有力的拉歌口号，把对方的士气“压”了下去，而我们109班就愈来愈起劲，眼看十二班就要撑不住了，这时，我又想起了109班这个大家庭，的确，团结就是力量，我们就是用团结这股劲打败了对方；也是这股劲让我们默契配合，才使得我们步伐是那么整齐，那么有力，我想，这股劲不仅会用在拉歌上，学习、运动会。都是这样。相信我们109班只要团结起来一定不错的，一定会勇往直前，迎难而上的！

意志是磨出来的，本领是练出来的。的确，没有耕耘，哪来收获；不经历风雨，怎么见彩虹。军训就是来磨练我们意志的一次考验，让我们领略军人的作风和精神，懂得团结就是力量。我相信我们109班在“团结就是力量”这首歌的鼓舞下，一定会愈来愈优秀的\'！

**军训第三天日记篇二**

今天，第三天，我觉得自己班又进步了，从昨天的第四名到今天的第三名，果真，老班的“向日葵转法”很管用，衷心的感谢老班。

今天，是离开家的第五天，很想念家人，每当我看到家长来接送学生，心里的念家之情油然而生，但还是忍住泪水。我在外表上看似女汉子，其实，了解我的人太少，我总是想把自己最最坚强的一面展现给大家，只是夜黑星入梦时自己偷偷掉眼泪。

每天，我都有自己的收获，今天最大的收获则是每个老师脸上所流露出的笑容，他们的笑容是证明了我的努力是有价值的。

今天，教官为我们表演了一个节目，体委也为我们准备了精彩的节目，教官很热情，让我也表演一个，还好训练的哨声拯救了我，否则我肯定会出糗。

经过了一天的训练，嗓子很疼，体委很体贴，送了我三片金嗓子，很感激他，也很感谢王老师，他教给了我许多，感谢教官，感谢他相信我，感谢他信任我。

明天，我会更努力;明天，我会更出色;明天，我会更奋进。超越自我，铸就辉煌。

加油!加油!必胜!必胜!

**军训第三天日记篇三**

今天与以往不同，天空改了以往的湛蓝，而变成灰蒙蒙的，像被涂了一层灰色油漆。过了一会儿，绵绵细雨就下了起来，地上被弄得湿湿的，不注意抬下脚就可能溅到别的同学的裤子上。本来整整齐齐的头发，也被雨打湿，变成了被风雨蹂躏的杂草。

老天不作美，我们虽可以不用再做些艰苦无聊的训练，但去外面乘船就受到了一定的影响。

不要怪我抱怨，这军服虽穿着意气昂扬的，但事实给我带来了不少令人反感的问题。下了雨不干，裤子太长拖地，拉链太差拉不上去，总之是没找到什么好处，坏处倒是一大堆。所以，当我们奋力地一个接着一个上船时，衣服几乎全都湿透了，人人成了“落汤鸡”。

这船老颠簸个不停，一个劲地晃啊，摇啊，像是坐在了跳跳床上。我的心脏就像要马上弹出胸口似的，也随着船的波动而跳动，起起落落。感觉胸口闷得慌，就像有人死命勒住了我的脖子，难受到连呼口气都难。我刚刚一直在憋尿，现在越发的想上厕所了。

下午的时候，雨势还是不见小，因此我们课外的活动被取消了，将去另外一个目的地——田湾核电站。

从看记录片到听解说员的讲解，我们懂得了人类从发现核电到利用核电的整个过程，并了解了历史上因核电而发生的种种事故，懂得了该怎样保护自己不受辐射的`危害。总而言之，我们从以前对“核电”的一无所知，已经略微了解了不少，才知道核电站的建设对人类的进步与发展起到了多么大的一个作用。

晚上，我们又进行了队列队形的训练，与以往不同的是，这次的时间较长，所以没有一个人不是脚心发痛，脖子发酸的。令人欣慰的是，大家都咬牙撑了过去。

回到宿舍，睡意浓浓袭来时，我突然好想念家的温暖，不知道爸爸妈妈还好吗……

**军训第三天日记篇四**

今天是军训第三天，我们学习了正步、敬礼礼毕。

学正步的.时候特别累，既辛苦又乏味。我们得把脚抬起，离地25厘米。教官一排一排地检查，检查需要很长时间，我抬着脚，累得不时失去平衡，站不稳。有几次差点摔倒。总是抬脚放下，我一会儿就累得满头大汗。敬礼礼毕也不容易。手并拢，向外翻20°。不过，这个很快就学会了。

我们又学习了新的军歌，“严守纪律歌”。这首歌很好学，不长。我们唱得声音很大，唱完后自己为自己鼓掌。但是我记词记调记得不是很熟。

下午，教官对我们不是很满意，因为有些同学不太守纪律，队伍不整齐。但我们都相信，他们能改掉爱做小动作的毛病，做最好的自己。

听老师说，九月七日要举行阅兵。我要好好训练，给学校领导展示一个最好的八班！

**军训第三天日记篇五**

时间过得真快，转眼军训已过去三天了。回想这三天，我们流淌的汗水，站立的酸痛，怎一个\"苦\"字了得。正步走时手脚动作都要摆到一定高度。还要摆出定位感。有些吃力，但只要凭着我们吃苦的精神，凭着我们坚强的意志，我们都挺住了，酸痛自然就\"不治而愈\"了。

**军训第三天日记篇六**

时间过得真快，军训已经进行到了第三天，本以为自己会坚持不下来，但每次来到操场，看到老师在烈日炎炎中不离不弃的陪伴，听到教官声音沙哑的口号声和全体军训同学嘹亮的口号声，我总是心头一振，突然间身体里就迸发出一股战胜一切的力量，我想我已经适应这严格的军事化训练了。

今天主要训练齐步走、下蹲、敬礼，比起前两天训练的辛苦，今天我反而感觉不是那么累了。跟着教官的口号声，我们齐步走已经练得小有成绩了，同学们走的步伐一致，踏步掷地有声，但是每次立定的时候同学们却总也协调不好，教官幽默地说：“噼里啪啦像放鞭炮似得！”正所谓“细节决定成败!”经过教官的耐心教导和同学们坚持不懈的刻苦劲，总算让教官露出了难得一见的微笑。

一个下蹲动作教官不厌其烦的连续反复的让我们做，我的腿疼痛难忍，感觉膝盖骨快要崩溃的时候，终于迎来了队长的休息令，我像泄了气的大皮球吐了长长的一口气。

军训的第三天任务圆满完成！

累并进步着！

**军训第三天日记篇七**

上午的空气凉爽得像秋天,没有汗水的衣服跟军训这个字眼不太搭调。但说实话，闲坐在一旁的我也能感受到迷彩服下那一双双眼睛所透出的疲惫的神情。单调的步伐练了不下百次，但却没人退缩。接着又是半小时的站军姿，随着时间的推移，腿开始僵硬，手脚开始酸痛，但只能忍耐着，只有教官示意放松的时候才能舒展一下那紧张疲惫的四肢，这一切都看在我们旁人的眼里。作为后勤人员，我们无须参加队列训练，因此各中滋味并不能彻底体会，但我们知道军训真的很累很苦，不光从室友的抱怨声中可以明了，你们那汗水湿透的衣背更是有力的证据，我们帮不上什么忙，所以只能用微笑为你们鼓劲，用杯水为你们解暑。

下午天空又开始变的阴沉，蜻蜓低飞，果然不久以后天空就飘起了雨丝，雨丝渐渐演化成雨点。雨水混着汗水从发际流下，同学们依然忘我地训练，跨着整齐的步伐，这不免让在一旁躲雨的我们心生惭愧。此刻。平日里娇生惯养的同学们竟是如此的刚毅，如此可爱！雨中，迷彩与天际融成了一出绝美的画面！

**军训第三天日记篇八**

今天是军训的第三天，由于昨天军训到很晚，大家几乎是一回寝室洗完澡倒头就睡，睡得像一头大“死猪”，怎么喊也喊不醒。而一大早，口哨声响起时，大家都极不情愿的睁开朦胧的睡眼，下床洗漱穿戴。

今天我们比较庆幸的是没有多大的太阳，几乎没留什么汗，所以大家都没有平时那么辛苦了，并且教官今天心情较好，总让我们休息活动，还时不时的跟我们开开玩笑，逗得大家捧腹大笑。其实教官也是挺幽默的吗！

今天由于没太阳，所以我们学了许多动作，并且学的十分快。在这期间，没有一个同学叫过苦，喊过累，大家把一切的困难都扛了下来，大家都是一个个真正的军人！

这才第三天，我们都扛了过来，我相信剩下的几天我们一定会成功，一切的困难都会被我们瓦解的！虽然我们能知道在接下来的五天里，会有数不尽的艰辛与困难，可我们都不会害怕，不会退缩，因为我们是一个个军人！

**军训第三天日记篇九**

开学的第三天我们迎来了军训，之前接触过的军训，无非就是站战队、走走步，没有教官们的指导。但是在十三中，军训的动员仪式都是让人这么的心潮澎湃，让人迫不及待想立马投入其中，感受军训的苦与乐。

军训一天下来，虽然有些疲惫，但我们学会了站军姿、跨立和那带有部队气息的稍息，教官身姿挺拔，英姿飒爽，也使我们不由得想向他学习，向他一样，为祖国的安全、荣誉坚持训练，接下来的军训还有一周，就像老师们说的，如果军训都坚持不下来，那么还有什么资格去继续这三年的高中学习和生活呢？一个人只有逼自己一把，才能把自身的潜力激发出来，不然你永远不知道自己有多优秀，自己有多强大。每天早晨看到高二的学姐学长们整齐的步伐，响亮的口号，也不由得心生敬佩之意，想到也许军训完成后，我们也会像他们一样斗志昂扬吧。军训虽苦，但是我们要把它当成一种快乐来体会，就像学校门口字幕上写的：天空飘来八个字，军训这都不是事儿。

**军训第三天日记篇十**

今天是军训的第三天，教官对我们很严格，还是不停练习转身、正步走，休息时间也压缩了，中午教官还让我们加紧了训练。在炎炎烈日下，我们一遍一遍的重复着枯燥而乏味的动作，即使腰酸背痛，汗流浃背，也不能停止训练。

爸爸年轻时当过军人，还记得他以前经常自豪的对我说：“女儿，长大当一名军人吧，当军人是一件光荣的事情，虽然有时吃苦受，那也就是做个考验。”那时我听着爸爸这样说，心里想体验一下当军人是什么滋味。但是直到现在我才明白当一名军人绝不是简单的事情。

下午烈日炎炎，火热的阳光烤着我们，头上的汗水一滴一滴的往下淌，教官的眼光像闪电一样盯着我们，同学们的身子一动不动，眼睛也不敢斜。我们排了整齐的队形，在教官的教导下，我们站的有模有样。通过训练，让我感受到了“一切听行动指挥”，不怕苦不怕累的军人作风同学们通过训练也会养成首纪律听指挥的好习惯。

军训磨练了我们的意志，增强了我们的集体观念，更让我们知道了什么叫永不退缩。

**军训第三天日记篇十一**

今天是军训的第三天。时间已经过去一大半儿了，训练的.成果也明显提高了。

正步走，为了这个动作我们练了一天了。一开始，教官让两排，两排练习，后来四排，四排练习。再后来整个班级练习。真是功夫不负有心人。练习了一上午，进步非常大。可是我很累。小腿用手一按就很疼，左胳膊也很疼。不过，一想到为班级争光，再累再苦那都是值得的。

我希望在剩下的两天里，能坚持到底。

今天晚上我们看电影了。关于打仗的纪录片。好多架飞机从天上飞过，有事就扔下一颗炸弹！

我真盼望这是一个和平年代，重要的是永远！

**军训第三天日记篇十二**

今天第一课是练习前几天学的站姿。我不得不抬起头，挺胸，用手指夹住裤子，坚持不动。真的很难受。虽然有教官和我们站在一起，但我们还是坚持不住。而且这种天气就是喜欢和我们作对，好像打败我们就是它的目标。太阳想攻击敌人，猛烈而迅速地发射大炮，大炮灼伤了我们的身体。即便如此，我们也不会放弃，不会屈服。我们就像坚强不屈的杨树，在阳光下挺立，咬着牙齿坚持。

过了很久，张教官让我们停下来休息。休息的时候，我们坐下来喝了几口水，然后和教官张聊了起来。他告诉我们，军训的时候他们不能动，但是没有我们那么容易。站姿军姿时，只要一个人稍微动一下，全部都会再站30分钟。后来教官张给我们表演了一个抓敌人的动作。很多男生眼睛盯着，我们女生鼓掌喊教官。

今天，我真的很开心。冰棍不仅可以消暑，我最喜欢的哈密瓜也可以解渴。我们也知道军队在训练时的真实态度，这让我更坚强更努力！

**军训第三天日记篇十三**

今天，第三天，我觉得自己班又进步了，从昨天的第四名到今天的第三名，果真，老班的“向日葵转法”很管用，衷心的感谢老班。

今天，是离开家的第五天，很想念家人，每当我看到家长来接送学生，心里的念家之情油然而生，但还是忍住泪水。我在外表上看似女汉子，其实，了解我的人太少，我总是想把自己最最坚强的一面展现给大家，只是夜黑星入梦时自己偷偷掉眼泪。

每天，我都有自己的收获，今天最大的收获则是每个老师脸上所流露出的笑容，他们的笑容是证明了我的努力是有价值的。

今天，教官为我们表演了一个节目，体委也为我们准备了精彩的节目，教官很热情，让我也表演一个，还好训练的哨声拯救了我，否则我肯定会出糗。

经过了一天的训练，嗓子很疼，体委很体贴，送了我三片金嗓子，很感激他，也很感谢王老师，他教给了我许多，感谢教官，感谢他相信我，感谢他信任我。

明天，我会更努力；明天，我会更出色；明天，我会更奋进。超越自我，铸就辉煌。

加油！加油！必胜！必胜！

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