# 2025年军训第三天日记(优秀14篇)

来源：网络 作者：红叶飘零 更新时间：2025-06-09

*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。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...*

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。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**

今天是高中军训的第三天，下午两点半，我们准时的排着整齐的队伍来到操场，在操场中间笔直的站着一位空军，他就是我们的教官。

我们站成了四排，教官首先教了我们站军姿，“上身挺直，两腿绷直，身体向前倾斜，眼睛看着前方，肩要平。”耳边又传来教官的命令，我按照教官的命令做好，可是老是站不直，东倒西歪的。后来终于可以站住了，看来站军姿也不是多难啊，多简单，就在我暗暗自喜时，随着时间的流逝，我的腿开始有点酸痛，挺直的肩膀也酸起来，这时已经有人请示休息了。

红彤彤的太阳爬上了天空，每个人的脸上都渗出了晶莹的汗珠，太阳晒的我都快睁不开眼了，只有一滴滴汗水在往下流，我快站不住了，双手已经有些不听指挥了，后来，已经有三四个人坚持不住了，我心里默默祈求快点结束吧，我可不能坚持不住啊，那样我就是一个怕困难的人了。最后我终于坚持了下来。真是腰酸背痛啊。

通过了这次站军姿使我明白了一个道理：一定要做一个坚持不懈不怕困难的人，只有那样才可以成为＂成功者”。俗话说困难像弹簧，你强它就弱，你弱他就强。再想想那些教官们，难道他们就不累吗？他也要在烈日炎炎下大声指挥着。他们是军队出来的，我们才站10分钟军姿就累得要命了，他们的训练项目可要比我们多得多，他们依然坚持下来了，而在那么多磨练中脱颖而出的就是那些坚持下来的人啊。

我一定做一个坚持不懈不怕困难的人，这样就已经迈出成功的第一步，相信我的明天会更加美好更加辉煌。

**军训第三天日记篇二**

今天我的心情，可以用以下几个词来概括：累，自豪，紧张，还有一点小兴奋吧。

繁重的军训任务——累

今天的任务，使我感觉到自打军训开始以来，今天是最严厉，最的一天，因为明天的出操和会操，同学们和教官们都使了100%的劲。这也让我感受到了在华师大内，高素质同学们由心而生的那种上进感，同学们，一定要坚持住，我们要相信我们是最棒的。

被选入会操队——自豪。

明天是二连的第一次会操。我能看出，教官比我们更心急，更希望我们成功，由于人数原因，所以要一遍遍的做动作，一个个的筛选，我是努力的，也是幸运的，被留了下来，成为了场之一中的一员。我希望，在未来的日子中，这种可以锻炼自己的机会将越来越少，以便自己的能力越来越高。

竞选副排长的过程——紧张

教官(排长)要选一个副排长。很荣幸，我在5名后选人中，是成，也是运气的一个，可结果可喜，往往过程艰辛。在我们不能得知结果的情况下，心情确实是相当的复杂与混乱。我们5个人只能用聊天来放松自己的心情。嗯，那时可是相当难受啊。

对未来的憧景——小兴奋

未来是不可预测，不能预知的，但我们可以幻想，幻想一下，在不久的未来，我们能有什么作为，什么成绩。比如，明天会操，我将是全场最棒的一个；考试成绩优异，将拿到自己第一份奖学金；在比赛中脱颖而出，让自己成为万众瞩目的焦点；……每每想到这些，总是有抑制不住的兴奋由内而外的选拔出来。我期待我自己。iexpecemyself。

最后想用一名伟人的名言作为结尾。

同志们仍需努力，因为革命尚未成功。

**军训第三天日记篇三**

今天是军训的第三天，令我感受最深的是拉练途中苹果的诱惑。

正午，太阳当头照。我们站好队列，整好队，便向着凤凰山出发了。这次行军要求是走十二公里的路，不能休息，不能喝水，口袋里放着一个苹果，你忍不住了可以吃。

我一步一步慢慢走，尽量不说话，保存体力，不去想那衣服口袋里诱人的苹果。

又过了半小时，我们来到了将军楼，参观武警训练，此时此刻的我，比之前更增添了几分倦意，苹果好似又在对我说：“你累了，把我吃了吧!想想，我那甜美可口的果汁，你喝下去后，会变得精力十足，浑身轻松……”那个反对我吃苹果的声音又在说：“千万忍住!不能吃……”

最后一段路程：万松岭路。我已是精疲力尽快要倒下了，口袋里，苹果似乎又在对我说：“求你啦，把我吃了吧，这样你会舒服百倍的!”“最后一段路了，忍住就能正大光明地吃了!”

二十分钟后，我们回到了出发地，我成功了!我保全了那个苹果。

**军训第三天日记篇四**

今天是军训的第三天。经过前几天的军训，大家都有了经验了，知道在军训之前应该涂抹防晒霜，知道如何去“应付”教官，知道如何在军训的时候如何去“偷懒”了。

早上，我们6：30就赶到了xx楼前集合，这是早操时间。早操其实并不是同学们想象的做操，只是教官会把前一天学的几个动作复习一遍。剩下便是站军姿了，这也是我们最害怕的了，因为不能动的滋味真的很痛苦，何况是站在烈日下呢。

今天的军训还比较有意思，因为在休息的时间段里我们x连和x连进行了唱歌比赛，那样的场面是我们在平时很难见到的，它显示出了我们团结的力量，让我们明白了只用自己的力量是远远不够的，而需要大家团结一致的力量。在中途我们还一致要求教官给我们来一首，可是没想到我们认为很威武的教官竟然害羞起来，留下了小小的遗憾。

今天军训，教官运用了与昨天不同的方式。昨天当我们做不好动作的时候，教官的批评收到的成效似乎不大。而今天教官采取的激励和鼓励，使得我们很有信心，军训的时候也更加认真了，因为我们觉得自己在进步。

军训只是进行了三天，我相信这后几天的军训生活会更加的有意思，同时也会更加的辛苦。但是只要我们坚持，一定能够愉快的度过这军训生活的。

**军训第三天日记篇五**

经过这两天的刻苦训练，我感到自己成长了许多。

第一，意志力：当我们站军姿时，星期一我不太熟悉，所以连5分钟都站不下去，而且非常疲劳。星期二，适应了一些，5、6分钟能站好，可是长时间会东倒西歪，歪歪扭扭，还累得满头大汗。今天，我能坚持住了，能20分钟站着，像个木头人似的一动不动。即使汗流浃背，也能基本不动了。我还常常在心里念叨着：我不能动，我要坚持！。。。。。。

第二，我变坚强了。前两天晚上，我经常默默地想起妈妈、爸爸和家。但是现在，我能够忍住了。我会自我安慰说:“没事的，还有一天了，再忍一忍把，没事的，其实也挺好的。”我认为我乐观了。还有是在站军姿时，我会想：“要和真正的军人靠拢！不能泄气哦！”只要这么一想，我便轻松多了。

第三，我学会了洗衣服。昨晚，我就洗了我的短裤，我很开心。。。。。

我知道了，

军训

虽然很苦，但能教给我们许多道理。

**军训第三天日记篇六**

今天是军训的第三天了，军训的日子很苦，就像老班说的那样，为了胜利，需要持之以恒。

今天练习步的转换，希望尽可能的整齐，于是尽量用余光扫着旁边的同学，心里默数着121。当然至少自我认为是努力了，至于成效吧，教官应当是看在眼里吧。

一致认为，教官很有搞笑的天分。我们暗地里叫他“葛优二代”，不知道他知道以后会是怎样的表情呢?当我们在下面偷笑被他发现时，一句“笑什么笑，咧着嘴好看啊”，反而逗得大家笑得更猛。最后只能在一声大吼“抖什么抖”中终止我们的笑影。

我也曾偷偷地往地上瞧，阳光下的影子很长，很挺，很好看。或许是因为我们深处青春的季节，注定了我们的朝气蓬勃与敢于吃苦。这种精神让我信服，这种风景值得我将它深深印刻。因为它清新自然，没有任何矫揉做作，有的只是那份淳朴的真和毅力的美。那是我们内心最深最真的感受。我想短短的\'军训应该可以给我们带来不可估量的价值，甚至可能是一生的财富。

今天真的很累，不过只有几天的训练了。坚持，希望就在前方!

**军训第三天日记篇七**

今天是军训的第三天，太阳比昨天更加猛烈。我们所惧怕的队长教官亲自指导我们动作，对每一个细节要求都十分严格，一个动作甚至做了五六遍来培养我们之间的默契，队长可真是严格加细致入微啊!本班的刘教官还和我们打赌，如果我们做的好他就会唱歌，必然的，他唱了，而且还跑调了。最激动人心的`莫过于下午的拔河比赛了，教官和老师在一旁激动地呐喊，同学们也都为我们加油助威，之间铁块在两线之间来回晃动，它决定着一个班的输赢，最终我们班获得了第二名，参赛的同学是真心厉害!

期待着明天的军训!

**军训第三天日记篇八**

今天是军训的第三天，与第一天军训不同的是天气。早晨一走出寝室，便能感觉到夏日炎炎，酷暑下的我们虽然都感到十分疲惫，脚也疼了，腿也酸了，手也快抬不起来了，但大家都还是坚持了下来，毕竟大家都不想做一个软弱的人。

早晨依旧是训练正步和队列操。其实这两个项目是大家最不想训练的，枯燥乏味，在烈日下，来回不停的踏步在精神上一点一点地折磨我们。衣服也湿透了，口也渴了，大家的意志力都已到达了崩溃的边缘，但此时心中仍然想着不放弃，不服输。此时的我们已经从军训中学会了永不放弃的精神，正如俗话所说：“先苦后甜”，只有先经历了苦的磨练，才能感受到甜的滋味。

下午训练的项目是擒拿术。大部分人之前都没有接触过擒拿术，在教官示范时大家都目不转睛地看着，训练时也在反复练习教官所教的动作，虽然很辛苦，但大家却乐在其中，休息是唱唱军歌，轻松一下。

三天下来，教官的嗓子变得沙哑，这让大家都很感动，虽然教官平时不苟言笑，但却是个十分认真的人，在训练时一丝不苟，纵然嗓子变得沙哑，依旧坚持用响亮的声音带着我们训练。

住宿生活对于我来说很新鲜，虽然住宿环境和家里不能相提并论，但是大家住在一起有说有笑，依旧让我们很开心，虽然有时会想家，但是这是我们必须经历的一个过程，是我们成长过程中的一部分。我相信在未来的.9天军训中我们会做得更好。

**军训第三天日记篇九**

今天是我们军训的第三天。和昨天一样，从午餐开始就进行军事化管理。

吃完午餐，教官教大家唱军歌《团结就是力量》，歌词虽然只有短短几句，但要唱好可不容易，尤其是最后两句，大家唱了好几遍才马马虎虎地过关了。原来唱军歌也有技巧和难度啊！唱完军歌，大家喊着整齐的口号到了训练场地。

首先我们把前几天的学习内容重新练习了一下，可是我们对以前的内容有些淡忘了，练习了好久才过关。然后我们练习坐姿，哎呦！还不如站着呢！搞得大家腰酸背痛，叫苦连天！还有一个新内容：敬军礼，这个礼可和我们平时敬的礼大有不同，手与眉毛高度相差不多，微贴帽沿、太阳穴。我们敬了好长时间，手真酸啊！大家又叫苦不迭！

最后，我们又唱军歌，可是我们把歌词有些淡忘了，又学了几遍，才勉勉强强地唱好了。我们还是喊着响亮的口号解散回到了教室。

就这样，今天的军训又结束了！今天的.军训让我真正体会到了军人的苦和累，希望明天大家能表现得更出色！

**军训第三天日记篇十**

“我要军训！”是我们班的同学杨金武说的。

火辣辣的太阳下，我们犹如蒸笼的\'包子，热的发胀。“立正、稍息，齐步走……”正在认真训练时，我看见前面有一个黑黑瘦瘦的同学奇奇怪怪的，他汗如雨下，好像每走一步都很困难的样子。

中午，他回到寝室脱下了鞋子。天啦，他的脚上出现了一个大水泡，快要化脓了！这一幕，正好被检查寝室的程老师看到了，程老师急忙跑过去问：“你的脚怎么这样了？”

“没什么事，可能是鞋磨的一个水泡。”程老师看了看那个足有蚕豆大小而又充满血的水泡。“你叫什么名字？以后就别参加军训了吧！……”程老师关切地说。

“嗯，我叫杨健武。”他低声说，显得很失落。

中午，杨健武躺在床上，翻来覆去睡不着。去？还是不去呢？去！我得锻炼自己，本来就瘦，一定要去军训，不能让自己弱不禁风！

下午，他走到程老师身旁，声音响亮地说：“我要军训！”程老师犹豫了一下，拍了拍他的肩膀。晚上，程老师把这件事讲给了我们全班听，全班响起了一阵雷鸣般的掌声！

“我要军训！”这真是一位军人的表白。我为有这样一个同学而骄傲，他不怕苦，不怕痛，值得我们每一个人学习。

**军训第三天日记篇十一**

和昨天一样，我们依然进行了那几个动作。早晨我们迎着朝阳开始了军训，天空上的太阳好奇的向我们靠近，我们虽通铺顶烈日，但依然挺拔在操场上，没有一个人放弃。我咬紧牙，虽然心中有说不完的累，但依然坚持着。

在今天，我已经完全适应了校园环境，在这里，我需要更加努力的学习。我见识了高二学哥学姐们跑操的整齐，他们一听到指令就神速来到操场，站好队后就开始操前读，跑步时他们整齐的队伍，每个班都喊着最响亮的口号，每个班都举着班旗在操场上跑着，跑完后，高二的学哥学姐开始宣誓，每个班在操场上喊着不同的誓言，随后他们飞跑回教室，继续了学习状态。

一开始我认为十三中并不是很严，但他军事化教育的严格程度远远超过了初中，让我有了更大的动力！

**军训第三天日记篇十二**

今天是军训的第三天，今天主要复习以往的动作和学习走正步。还是腿软脚疼，还是烈日炙烤，还是反复训练。或许由于渐渐适应了这军训生活，时间过得快多了，转眼一天又过去了。我期盼着明天的到来。

今天的军训我似乎明白了一条生活哲理：人应该而且能够适应环境。如此繁重的任务，如此紧张辛苦的日子，如此一个新环境，如此一种全新的生活。我适应了，证明我有极强的适应能力。我自信这一点会让我受用终生。

以前我对“服从命令是军人的天职”这句话不是很理解，直到今日，我终有所悟。我们军训时一切听教官指挥，竟没有谁敢违抗命令。这是为什么？也许是如此一个环境吧，或许是怕受惩罚，或许是我们纪律观念强。总之，我能理解服从命令的重要，我也学会了服从命令。

一个人总会有精神上的支撑与寄托，一旦没有，这个人将会崩溃，一事无成。军训时，我心里有着要锻炼身体、减轻体重的目标，有不给班级拉后腿的信念，有坚持到底不服输的意念，还有远方亲人的嘱咐与期望。

**军训第三天日记篇十三**

“纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行”，生命的意义在于不断体验。若李煜没有亡国破家的体验，便没有“问君能有几多愁，恰似一江春水向东流”的哀叹;若杜甫没有安史之乱的体验，便没有“安得广厦千万间，大庇天下寒士俱欢颜”的胸襟;若我们没有今天的体验，便没有“我们渴望的光荣，是昂首征服每个巅峰”的奋进超越。

军训的第三天，上午为了会操两个班级给我们做了演示。坐在“观众席”看着他们，方队的每一列都是一条直线，身影也如行道般笔直挺拔，口号从七十多不同的口中喊出却如同一个人一样。

左转、右转、向后转，同样的靠脚，整齐划一的响声，都是我们学习的榜样。齐步走时，虽有不足，但突出就必有所长!而我们虽然每天都在进步，但始终需要超越。

世界上无绝对的完美，但每个人都在追求卓越。没有压力就没有动力。带着向上的心，明天继续前进，青春无畏，逐梦扬威!

我们不怕风和雨，我们期待笑和痛。风轻拂脸庞，明天会更好!

**军训第三天日记篇十四**

前两天过得很好。我在军营生活的第三天，我们会有实弹射击和紧急集合。

上午十一点，我们来到射击场，准备射击。不一会儿，轮到我了。我的心非常激动。我拿着枪。瞄了半天，扣动扳机，只听到砰的一声。我向目标射击我的孩子。老师把第二颗子弹放在我身上的时候，我瞄准了很久，手一直在抖。然后我拉了一下扳手，扳机没动。我看了看。原来是我搞错了，太紧张了，我把它放回了正确的位置，把子弹射了出去。射完五发子弹后，我兴奋地拿到了我打中的目标。我打了四发子弹，两个七环，一个六环，一个四环。老师来登记我们的成绩，我通过了。何致远真的是神枪手。一枪打到了九环，他只打了两圈，不合格。可惜了。

我们吃完晚饭后，徐教导员对我们说：“今晚有个紧急聚会，不要卧床休息！”听了之后，我想我一定是在最前面。

关灯后，关和我约好了，决定一起熬夜起床。但是前两天晚上我熬夜了，也就是迷迷糊糊9点就睡着了。做梦的时候头被撞了。当我看到教官挥舞着帽子说“紧急集合，快起床”的时候，我就知道紧急了，于是赶紧穿上凌乱的衣服和裤子，没穿袜子就跑出去集合。外面真的很冷。好像才13左右，牙齿在打架。幸好教官叫我们回去睡觉，我才没感冒。

这一天我很开心，因为第一次遇到枪打中目标，体验到了紧急集合的乐趣，让我刻骨铭心。

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