# 初一第一天军训日记500字5篇范文

来源：网络 作者：静谧旋律 更新时间：2024-07-02

*第一篇：初一第一天军训日记500字初一军训的第一天，不知道会有什么等待着军训的我们。今天，小编为大家带来了初一第一天军训日记500字，希望大家喜欢!初一第一天军训日记500字篇1不记得那位名人说过，人就是沙漠中的一棵小草，能否生存，就在于...*

**第一篇：初一第一天军训日记500字**

初一军训的第一天，不知道会有什么等待着军训的我们。今天，小编为大家带来了初一第一天军训日记500字，希望大家喜欢!

初一第一天军训日记500字篇1

不记得那位名人说过，人就是沙漠中的一棵小草，能否生存，就在于你的意志和坚强。

今天，军训在同学们的喧闹声中拉开了序幕。

从学校来的部队“咔”的一停车。还没等同学没仔细欣赏军营的景色，大家就要在简陋的营房找自己的床位。可是刚刚铺上不如收拾好东西，就听见外面传来短促的声音“紧急集合”慌乱个我们站好队，教官开始训话，教官姓“朱”。看着十分严肃我们知道“苦”日子即将来了。训完话后教官带我们去听讲座。下午，训练正式开始了。我们马上就在烈日下站起了军资，教官则一个一个同学纠正。不大一会，浑身汗湿湿透了，两眼冒金星。原本喜悦的心情变成一个字，累!好不容易熬到了吃晚饭的时间，大家十分期待，排好队来到了食堂。六个人一桌五个菜，油水真是少的可怕。不少同学都开始抱怨，当然我也不例外。到了军营的第一天，便体会到了军营生活的严肃和紧张的纪律。

晚上，我们都抢在熄灯前，记下了一天来的感受。一言，一行，一站，一座都有严格的规定。心想：日常生活散漫的我，的确需要锻炼自己，我一定要坚持下来。

初一第一天军训日记500字篇2

今天是我们来军校的第一天，对这里的一切都感到陌生，同时也感到好奇。

初入军校，首先入眼的是一面石旗，用星星火炬做旗杆，旗面上刻着六个鲜红的大字：西湖少年军校。

再进去，里面的宿舍、食堂、礼堂都是用一块块红砖或灰砖筑成的，有着一股浓郁的古典气息，让人仿佛回到了战士们浴血奋战的那个时代。

上午，我们换上了绿色的军服，一个个都神气活现的，好像一位位小军人。

沈校长还特地为我们办了一个开幕式，经过一番激情洋溢的致辞之后，沈校长要我们记住四个词：服从、吃苦、纪律、安全。服从是要我们听从老师、教官的命令与教导;吃苦是要我们从这里的衣、食、住、行中学会吃苦;纪律是要我们无时无刻保持安静，做到一个军人应有的风范;安全是要我们无论做什么事情都要时刻注意安全，休息时不做危险的游戏。

下午，教官对我们进行了初步的训练，“立正!”“稍息!”“跨立!”……教官虽然只训练了那么几个简单的动作，可对于平时娇生惯养，个个都被宠上天了的我们，这怎能只一个“苦”字了得?

晚上，我们集体看了一部名叫《冲出马亚逊》的片子。看完这部影片，我才发现我们所说的“太累了!好苦呀!”与里面的魔鬼式训练根本不能相提并论，我们觉得难的动作对他们来说简直是小菜一碟。

入夜了，由于我们都是第一次在同一寝室里睡觉，兴奋极了，不顾东南西北的聊了起来，直到老师来催了三次了，我们才乖乖的闭嘴睡觉。

今天是激动兴奋的一天，不知之后的四天中，会有什么趣事等着我!

初一第一天军训日记500字篇3

今天是我们参加军训的第一天,训练的地方就设在本校操场,训练我们的是一位十分严肃的武警教官,同学们都很怕他。一阵吵闹过后,我们终于把队伍排好了。只见教官扫视了我们一眼,严肃地告诉我们军规和如何站好军姿,才像一个军人。所谓的军规就是：不讲话,不乱动,要喊报告经过教官的允许,才可动,还必须目视前方;所谓的站好军姿,指的是：在队伍中长时间的保持立正的姿势。这看起来容易,可做起来可难了。按照教官的要求,五分钟内,大家必须一动不动的站在那里。许多同学都坚持不住了,教官一见,说：“才多久你们就坚持不住了,快,站起来,不能放弃。”由于教官的鼓励,接下来的几个动作都完成的很好,直到下午也没有一个同学放弃。虽然,一天下来大家浑身像散了架似的,个个都汗流浃背,但是却让我们懂得了作为一个军人所必须具备的最基本的条件。我想明天的军训大家会更加努力,做的更好!

由于有了前两天的基础,我们今天练起来并不那么累了。一大早,我们就来到操场上站好了队,教官一到,训练就开始了。第一个项目依然是站军姿,这一次就与昨天的训练截然不同了,教官要求更严了,站了一会儿,耳边就响起：“五指并拢,贴近裤缝,目视前方。腿夹紧,挺胸,抬头,收腹,做不好的出来继续站。”经过几分钟的煎熬,我终于没动一下,挺了过去。虽然军训很苦,但是只要我们有努力的去做,就一定会成功的。之后,我们继续练习了立正稍息,立正跨立等一系列的基本动作,但我的速度还是有些慢,看着教官做示范,我十分羡慕,心想：我一定会做好的。经过我的努力,终于成功了。随后的齐步走,个个同学更加精神抖擞了,“一二,一二”一声声口令震耳欲聋,划破了往日寂静的天空,冲击着我们活泼的心。

**第二篇：初中第一天军训日记500字**

其实军训也并非是常人心目中的魔鬼训练、灰色的咏叹调。下面是小编为大家收集的初中第一天军训日记500字，望大家喜欢。

初中第一天军训日记500字范文一

今天是军训的第一天，一下从假期生活投入到紧张的军训生活还有点不适应，不过能和老师、同学们在一起还是很高兴。

因为昨天一直在下雨，所以今天早上的天气还算凉爽。早上，我背着书包，心情愉快的来到学校，在举行完军训仪式后，我们就开始了真正的军训生活。在此之前，我一直对军训充满了好奇，不知到在这段日子中要干什么，同时我也认为军训很累，很枯燥。今天，我们练习了很多早就学会的动作，但教官的指导还是让我们的动作规范了很多。

最让我难忘的还是站军姿了。我们一动不动地站在操场上，教官告诉我们：“头要正，要目视前方，背不能弓，要挺胸收腹，身体微向前倾，手指并拢，脚跟靠拢，脚尖分开呈60度……”虽然只是一个站立动作，要想做得又漂亮又标准也不容易，幸好在国庆训练时练好了基础，因此我站得还十分轻松。但调皮的太阳公公好像在跟我们作对，凉爽的天气闷热起来，汗珠渐渐从我的脸颊上滑了下来，多想擦擦汗啊!但看到同学们还在坚持着，我就忍住了。等军训结束后，我早已大汗淋漓，但我很高兴我克服了困难，坚持到了最后。

初中第一天军训日记500字范文二

在这本是炎炎火热的八月，在这本是深爱最热的八月，太阳不再骄傲，蝉不再鸣叫，相反，凉风在大地上穿行，细雨在滋润着那接近枯萎的花草。

八月，我们来到了梦寐以求的邗中，八月我们来到了那绿草地上，八月我们踏了军训的旅程。

伴着初开的太阳走进了新建的教室，踏着欢快的步伐坐到了那一块属于自己的小天地。今天是军训的第一天，进入教室，同学们都穿着军服等待着教官的到来。时间一分一秒的过去了，就在我们等的快不耐烦时，一位迈着有力的步伐，穿着整齐军装的教官走进了教室，他走进来的第一句话就让我们感到到了军人的伟大和军人的威严，但我又想，这几天我也是一名小军人，我就感到很骄傲了。教官把我们领到了那属于我们训练的地方，上午教官对我们很和蔼，只是练了一会儿稍息、立正和跨立，很明显，休息的时间占了很多，愉快的上午就这样结束了。但是到了下午，虽然只练了向左转，向右转，但很明显，下午教官比上午教官严厉多了，直接判若两人，休息的时间也减少了许多，教官很严格，转不好重来，我也因为站的姿势不对，被教官点了两次名，结束后，大家都觉得苦不堪言，我也是两条腿很痛啊!里面的衣服全湿了，但我还是对以后的几天充满了信心，因为我要向教官们学习，他们一站就一个上午，有时一整天，这一点点苦对于我们又算得了什么呢!

第一天，我学到了很多，有跨立、稍息、立正……，同时我也学会了男子汉该表现的一面，男子汉该有的风度，男子汉该有的魄气……

初中第一天军训日记500字范文三

我盼了一个暑假的军训终于开始了!我为什么这样盼望军训呢?因为我们就在校园里军训，这样既不像在军营里军训那么苦，那么累，又起到了锻炼自己的作用，真是太好了!可是刚上午我就不行了。

上午整理完自己的东西，我们初一14个班的全体同学都到操场去听老师讲话。天气可真热呀!虽然已经是秋天，可气温还是那么高，一点也没有降下来的意思。14个班的学生挨挨挤挤地站在一起，我们被挤在中间，一点风都吹不到。

刚开始，我还精神饱满地昂首挺胸站立着。过了一会，因为氧气少，我困的直打哈欠，昏昏欲睡地立在那里。又过了一会，我的头昏昏的，眼前花花绿绿的一片，就是看不出人影儿。我使劲儿摇了摇脑袋，晃来晃去的颜色让我感到一阵阵恶心，只想吐。在坚持一下，我对自己说，一边低下头避开刺眼的阳光。可是我越来越感到浑身无力，想吐，我紧紧捂住嘴，生怕坚持不住吐出来。还有几秒钟我就要吐出来了，这时人群散开了，一丝凉风吹过来了，我看见程老师，就急忙过去。老师让我在树荫下歇会儿，还递过来一瓶水让我喝。我缓过劲儿来回到了队伍里，程老师关切地问我是否好些了。老师真是像妈妈一样，在我最无助时给我关怀和帮助。谢谢程老师。

**第三篇：军训日记精选军训第一天**

今天，是特别的一天，也是难忘的一天。因为今天，是我迈入初中生活迎接的第一个挑战——军训。这个陌生的名词使我兴奋，但同时也令我感到恐惧。

昨天晚上，我十点多就上床了，但一直睡不着，在床上转来转去，心里总是惦着明天就要军训了，怎么办呢?我会不会熬不住呢?……

今天一大早，我背着书包，提着桶，带着一种既兴奋又害怕的心情回到学校。八点多，我们开始出发了，一路上，从窗外吹来的风使人心旷神怡，但这风怎么也吹不散我的紧张……

终于到达了目的地，长达两个小时的车程虽然使我疲倦不堪，但是我心底里那一丝兴奋依然。

虽然烈日当空，但看见教官叔叔们那认真严肃的样子，我在暴晒中抬起头来了。我们先欣赏了军人的军事演习，然后由教官分别对我们进行军训。

这是我第一次接触军人，我发觉他们是天底下最可爱可敬的人。他们为祖国贡献了自己所以的学识，不知疲倦地为人民服务。这让我肯定了，这次军训是十分有意义，十分有益的。我们的教官姓李，他先教我们军人的训练的几个基本动作。这才让我茅塞顿开，原来这些基本动作是那么难做，活了这么多年，到今天才知道这些基本动作的正确做法。此时此刻，我似乎明白了许多许多……

好不容易才熬到吃饭时间，大家仿佛是在黑暗中找到了曙光，眼睛里充满了欣喜。我们好像三天没吃过饭一样，都狼吞虎咽。因为我们实在太累了，连续几个钟头的军训使我们筋疲力尽，甚至连说一句话的力气都没有了。

到了晚上，本想舒舒服服地洗个澡，谁知，今晚居然没水，我想：唉，惟有下去提水了!可是天公不作美，这时候却下起倾盆大雨来。我只好冒着雨去提水。真是祸不单行，当我辛辛苦苦地提了水上来洗澡的时候，教官突然吹起了口哨，同室的同学催我，“快点呀!集合了!“我急得像热锅上的蚂蚁，连忙抹干身子，穿好衣服，衣扣还没有扣就马上冲下去了。教官嘱咐了几句，我们又赶着上楼整理衣物……

今天我初次了解到军人的生活，虽然很辛苦，很累，但却受益匪浅。我在这短短的不到十个小时的军训中，深深地体会到：我们要有吃苦耐劳，坚毅不屈，顽强拼搏的良好品质，并且从小就要树立勤俭自强的精神。

今天是我人生当中最难忘的一天，我将会把这段美好的回忆深深地刻在心底里。

**第四篇：军训日记第一天**

早上：

5点40分被老爹叫醒，好吧，我起床。洗洗刷刷洗洗刷刷。吃完早饭，6点。火速换好军训的服装（有点大），穿好鞋（忘穿袜子），冲向楼下公交车站。

惊！

竟然有4、5个和我一样的孩子在等车了，大家真积极。我等了一会儿车就到了，上车，挥手与老爹作别。

此刻，我知道了，我是笨蛋。我、我、我……忘记带水了！！

我的果珍呀~昨天晚上泡好放在冰箱里的饮料呀，难道我要渴3个小时？

去死！

怀着必死的心态，我释怀了。

立正、稍息、跨步、左转、右转、向后转。

我说教官您老到底姓胡还是吴？普通话说准点行不？

咱又没和您一样，穿皮鞋，碎步有声音、靠脚有声音。

不过有一点挺好，都是在树荫或者楼影里，稍微凉快一点。关键是教官您老想休息吧。小九九早被我看穿了。

哼~

喂喂喂，10点多了，还不解散！？

转眼，10：30，我恨你！

出校门，红灯，于是狂奔，奔到刚好绿灯，接着狂奔，奔到公交车站，把自己埋在唯一的电线杆的阴影里。等车，等了大概10几分钟，我觉得汗都流完了。在我望眼欲穿之时，终于来了，哦，可爱的有空调的自动售票的203！我爱你！

开始发呆，到家都11点半了，楼下耀达超市空调打得欢呀，进去凉快凉快。

以上。

中午：

睡不着呀睡不着。在空调房这么优越的地方我竟然睡不着，作孽呀。

以上

下午：

2点钟，开始下楼等车，很好，我等了7分钟，车内很闲，有位置坐，不错不错。

训练齐步走，我……靠……

你可以想象一下将手举45°不动10分钟的场景。所以，我手臂乳酸剧增，现在还没有转化成水和二氧化碳……

下了一场雨，5分钟，还不如不下，真是的，照样撑太阳，军服上都是汗渍。

训练完以后大概是5：36分，我狂奔！奔到车站，靠……这么多人……

牌子上写着：末班车17：50，喂喂喂，不是吧，难道没车了？？？

正当我很绝望坐在地上仰望天空发呆时，203君来了！一个激灵冲在最前方，可惜，车内已经没有空位了，站着呗……

一路上个个都不下车，203君上的人越来越多，于是超载，我就这样站了大概20分钟，终于，逮着机会有一个空位，马上将屁股黏在上面，9头牛都拉不走，顺便和旁边的2班的某女搭个讪呀。回到家，6：30，好吧，开始洗澡，这衣服穿身上太难受了，就跟包了层膜一样不能出气，老妈说她的衣服收到了，可惜……不够大一点点，于是出门减肥去了。祝你好运！

以上。

总结：

我浑身上下都是乳酸，真痛苦。

没有音乐，我懒了

**第五篇：军训日记第一天**

篇一：军训日记第一天

章欣婷

星期天的上午，我依依不舍的告别了妈妈那温暖的怀抱，来到了北师大，准备开始为期5天的军训生活。虽然知道军训会很累，会很苦，但是我会咬紧牙关挺过去，我可不想做一个娇气的女孩子哟，所以我要好好珍惜这次军训生活，让自己变得更更独立，更坚强。

我们的涂教官虽然从外表上看很凶，但其实她很温柔。但是她的原则性很强，我们在训练中如果没有按照要求来，就会立马受到批评和相应的惩罚。我们每次在操场上站军姿，一站就是好久，每次快受不了的时候就好想爸爸妈妈，哎，好想哭呀，真想时间快点过去。

情绪总是难免的，军训还得继续。虽然苦，虽然累，但是，我也由此变得更坚强了，因为我一次又一次的熬了过来。我相信，今天的军训，一定能让我们明天的学习更顺利。

篇二：军训日记第一天

李舒络

炎热的酷暑都还没有消退，快乐舒适的暑假生活还没有结束，我们就背起行囊，奔向了北师大——这个梦想开始的地方，准备接受为期5天的军训生活。有点紧张，有些忐忑，还有些期待。但是，我们已经准备好了。

军训，相信大家并不陌生，就是接受军人的训练。要知道保护我们家园的人是军人，教我们强身健体的是军人。身为军人，就必须经过样的训练。而我们这些长期呆在温室里的花朵，更有必要接受这样的挑战。白天，即使再酷热难熬，也要以最完美最标准的军姿站着，一动都不能动。坐姿，双手放在膝盖上，腰板要挺得笔直，眼睛要盯着一个点，不可东张西望。这些，我都已经从我的表姐那里事先打听好了哟。

在一阵紧促的哨声中，我们美丽的女教官进场了，看起来很严肃，但是我一点都不怕她，感觉她其实挺温柔。17号号上，就拉开了军训的序幕，一开始就是站军姿，虽然我好累，腿好麻，但是我一点也不畏惧，我独自暗暗咬紧牙关，给自己打气，一定要坚持下去。都说“身体是革命的本钱”,没有本钱，哪有资格去革命。有一些同学在陆陆续续的倒下，我独自庆幸，也为我的身体素质赶到骄傲，是的，后面的时间里，我要更加坚强的努力的完成这次难得的军训，为梦想的实现打好基础。

李舒络，加油！

篇三：军训日记第一天

妈妈把我送来的第一天下午，在我还没有弄明白台上领导的开幕训语，在一声紧促的哨声中，我们拉开了军训的序幕。不一会，就陆陆续续的有人倒下。好可怜呀，看来这以后的军训会很累。

果然，晚自习的时候，我们的教官来了，她首先进行了自我介绍，让我们喊她涂教官。她教我们最基本的礼仪，见到老师喊老师好，见到教官要喊教官好。一声哨响划破了宁静的夜空，我们一帮人马匆匆忙忙的在楼下集合，因为是第一次，所以好多人都摸不着东西南北，找不到自己的位置，在教官和老师的指导下，我们终于站好了。一开始，我以为就是站站而已，这有何难？不以为意。()5分钟过去了，没有人动；10分钟过去了，没有人动；但是好景不长，开始有人喊报告了，又过了一会儿，越来越多的人打报告了，甚至开始前仆后继的有人倒下了。这时，我也有些受不了，就动了一下，一下子被教官抓住了。她大吼一声，“动什么动，谁让你动的，不知道动要打报告吗”?不由自主我的眼泪就下来了，“我不舒服，刚刚旁边没有人”,教官说：“不要哭了，去休息，记得以后打报告”.从教官的语气和眼神中，我觉得教官还是挺关心我们的。我也暗暗告诉自己，一定要坚持，风雨中，这点痛，这点苦算什么呢。

篇四：军训日记第一天

201\*年8月2\*日 星期日 天气：晴

今天，是我在初中第一天军训。我在这认识了一些新同学，也见到了小学的同学，熟悉了一下这里的环境。

早晨，我六点起床七点半到了学校，到处是和我一般大的同学。集合起来我才发现这里人山人海了，我才是这其中的千分之一。这是台上站上了三位老师和一名军人，分别是嚣张，副校长，教导主任和一个教官。他们分别讲了军训的需求和安全，还有训话。

给各个班安排了教官后班主任把我们领到了军训的的地方，我们也认识了我们的教官；张教官。张教官身穿一身白色海军服，头顶一个白帽子，显得干净整洁，没有一点污渍。

开始军训！先练站军姿。两脚分开60度，腿伸直，小腹微微收起，挺胸抬头眼睛平视。手贴裤缝。这是军姿。然后，是向右看齐。转头要快，脚下要有小碎步，肩与肩之间十公分。我们简单的报了一下数。转向是比较严格，脚的动作必须整齐，而且赚的要快，并脚要响亮才行。

这一天，我们收获了许多，也吃了不少的苦头，也体验了教官们的辛苦了。

篇五：痛苦并快乐着——军训日记第一天

这是我第一次参加军训。在踏出家门的那一刻，我脑海中浮现出军训时的种种情景，这些奇妙的想法既让我害怕，又让我激动。我害怕，怕教官凶巴巴的眼神，怕他对我大声的斥责„„可为了给新的老师和同学们一个好印象，只能“忍受” 了！

“怕什么？孙一鸣，你行，你一定能行！”我暗自给自己加油。

来到军训的地点——海洋大学田径场。班主任王老师组织我们排好队后学做新一套的广播体操，开始我做得比较认真，半个小时过去了还是做操。难道一个上午都是做操吗？

正当我在疑惑时，几个穿着白色海军制服的教官出现了！

主管我们12班训练的是全教官，他个子不高，长着一张娃娃脸，眼睛不大但很有神。他对我们和蔼可亲又不失威严，我不怕他了。

全教官教我们站军姿。军姿，说起来简单做起来难。手贴裤线，两脚呈丁字步60度角，挺胸收腹„„这么一个简单的动作竟然有这么多的要求！我不再散漫，一遍又一遍的按照要求去做。我们从一分钟站到两分钟，又从两分钟加到十分钟，甚至是二十分钟。我一直保持着姿势，脚跟像踩到火一样烫得很疼，就这样站了大半个上午。我不能动也不敢动，因为班主任王老师和教官一直在观察着我们每一个人。我要做好，做得最好，这才不辜负我“一一”的名字呢！

接着我们又练习了跨立，向右转和向左转。下午又学习了正步，这个最难，因为我们的步伐要团结一致，这是在考验我们的团队，考验我们团队的团结协作精神。

最后教官给我们做了点评——基本满意！

嘻嘻，终于放学了！

虽然这一天我都是在痛苦中度过的，但我也感觉到了快乐。我就像是一个女兵——飒爽英姿，威风凛凛，找到了巾帼英雄的感觉。我骄傲！一种从未有过的成就感涌上了心头。

本文档由站牛网zhann.net收集整理，更多优质范文文档请移步zhann.net站内查找