# 军训拓展活动的日记(大全11篇)

来源：网络 作者：九曲桥畔 更新时间：2025-07-13

*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？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。军训拓展活动的日记篇...*

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？接下来小编就给大家介绍一下优秀的范文该怎么写，我们一起来看一看吧。

**军训拓展活动的日记篇一**

不知道你留心观察过没有，在我们这座小城中，走几百米就能看到的不是垃圾桶，而是人们你一点儿，我一点儿地“建起”的“小丘”，在那些形形色色的“小山丘”旁还有到处乱蹿的老鼠与蟑螂。烈日炎炎的时候，“山丘”中还会溢出一股直泌肺腑的恶臭。

“隐身人”噪音也无处不在，无论白天还是晚上，街边的大排档总是那么喧嚣，噪音带着满身的臭味（大排档使用的地沟油的气味）挨个儿飞入千家万户。

还有就是化肥厂的“麻花大辫子”——那很难变蓝的天，不再白的云，以及那“厌恶”天空准备放弃飞的鸟儿，都是这些经济发展区带来的“丰厚礼品”。我们的白马河还有沂河也因为这些发展区带来的“精美礼物”变得污浊不堪。看看那些以水为生的鱼儿们啊，他们赖以生存的家即将成为他们的”集体墓地“，那是多么的恐怖啊！

这还只是次要的危害，而这些垃圾最主要的危害，就是侵占了大面积土地。中国人平均每人年产440公斤，北京的垃圾堆入处已有4500余处，占地超过1万多亩。垃圾在自然界中停留的时间也很长，果皮可存留2年；尼龙织物30～40年；皮革50年；塑料100～200余年；玻璃1000多年。并且，垃圾还会污染空气。在运输和露天堆放中，有机物分解产生恶臭，并向大气释放出大量的氨、硫化物等污染物，其中含有机挥发气体达100多种，这些释放物中含有许多致癌、致畸物。

综上所述，您是否正惊叹于垃圾的危害之大呢？如果要想阻止垃圾继续危胁着我们生存的空间，就必须让垃圾们通通变废为宝，这样，即“销毁”了垃圾，又节约了资源。

我觉得，我们应该整理出家中所有报纸，交给垃圾回收站，做一份举手之劳，因为1吨废纸就可以生产出800公斤好纸，可以少砍17棵树，而这17棵树又可以多为我们人类生产多少氧气啊！

而且，废塑料、废玻璃及果皮、蛋壳、菜叶、剩饭等垃圾也都能回收利用。如果您还想做些环保节能的好事，我觉得您可以，我们大家也可以主动将可回收垃圾扔进标有“可回收垃圾”标志的垃圾桶内，推动垃圾分类处理。

“勿以善小而不为，勿以恶小而为之”。从现在做起，从身边的小事做起，保护环境，让我们生存的空间充满光明与美丽吧！

**军训拓展活动的日记篇二**

又到大课间活动了，同学们像飞出笼子的小鸟。顿时，安静的操场沸腾起来了。这儿一群，那儿一伙，老师也加入了孩子们的行列，这时的老师是最漂亮的，因为他也跟个孩子似的。

跳大绳、踢毽子、转呼啦圈，已经成为我校同学们最热门、最时尚的阳光体育运动了。跳大绳的同学排成了长长的队伍，语文老师、数学老师是甩大绳的，老师用劲甩着绳，嘴里有节奏的喊着1、2、3、4……我们跟着老师的节奏跳着，没有一个空拍，跳得是那样的匀称、娴熟，我们从语文老师这而进，绳落地时跳起，从数学老师哪儿出，整个队伍像一个大s，又像一条大蟒蛇。

转呼啦圈的同学更威风。一个个信心十足，呼啦圈像生了风，有像使了魔法，同学们边跑，边转呼啦圈，你追我赶，失败的同学像泄了气的皮球，胜利的同学像小兔子活蹦乱跳。

踢毽子的同学更有意思。别以为毽子是女生的专利，我们班毽子踢得最好的是男生。毽子抛起，哥儿们尽能做到眼到、脚到。毽子时而飞起，时而落下，踢起的毽子多像天女撒向人间的花朵。

**军训拓展活动的日记篇三**

今天我们宿舍把实践调查题目确定啦，经过慎重斟酌，最终确定题目为“网络对大学生的影响”。这个题目我们觉得很有意义，首先，随着时代的进步，网络逐渐成为我们重要的组成部分，在社会生活中日益起到不可替代的作用；再者，网络确实是具有很大争议，频繁的受到人们的质疑，这在青少年中反应尤为强烈。所以我们一致觉得在大学生中调查网络的利弊很有必要。

题目确定下来后就该查找资料，来斟酌网络会怎样影响我们的大学生活，以及它的利弊的体现。关于这样的资料我们在网上很容易找到。比如：上网时间会给大学生健康产生极大的影响，甚至致人猝死；上网浏览的内容更会给大学生带来各方面的影响。资料多，我们必须商定出更好的调查问卷，使我们更好地了解网络对大学生的影响。

将本文的word文档下载到电脑，方便收藏和打印。

**军训拓展活动的日记篇四**

灿烂的阳光照耀着整个校园，使得学校显得更美了。学校为了庆祝元旦，专门举行了一个丰富多彩、趣味昂然的游园活动。

游园活动的项目有：心心相印、金蛋闪亮、一鼓作气……。其中，我觉得最有趣的项目要算心心相印了。这个项目的规则是：在小黑板上画上一个爱心，给你一个爱心，把你眼睛蒙上，让你把爱心贴在黑板上。

当我兴致勃勃地来到活动场地时，已经有20多人在那排队等候，所以，我只好排在队伍的最后面耐心等待。队伍象流水一般，缓缓向前流动，真希望眨个眼就能轮到我。此时，有一个同学已经上场，只见他东摸摸，西摸摸。差点贴到别人的衣服上了……我的心里既高兴又紧张，真担心自己也像他一样，要是那样，就太没意思了。

一会儿工夫，就轮到我上场了，我快步拿起爱心，走到线上，老师说了一声开始，我就走到黑板前，在靠右的地方贴上。“哇塞”，老师和同学们发出一声惊叹,，我摘下面具，一看，我贴爱心和黑板上的爱心就差一点了，我高兴得跳了起来。裁判老师奖给我8分，此时，身后的同学纷纷向我投来羡慕的目光。

后来，我还玩了许多项目，感觉都挺好。我真希望每天都是“六一”，每天都能拥有这么快乐的心情！

**军训拓展活动的日记篇五**

6月6日，一个风和日丽的上午，小记者们到青阳镇卫生院了解更多有关健康、卫生的知识。

生病的时候，爸爸、妈妈会带我们去医院，卫生院就是医院吗？卫生院和医院有什么不同呢？带着这个疑问，我们来到了青阳镇卫生院。

原来，青阳镇卫生院是一家以开展基本公共卫生服务工作为主的公立性医院。曾连续两年被评为宿迁十佳乡镇卫生院，共青团泗洪县委员会授予“青年文明号”称号。董院长也当起了老师，为我们讲了许多关于健康、卫生方面的知识。小记者们个个精神专注，有的还在认真地做着笔记。一个上午的参观学习，虽然觉得有点累，但使我明白了：只有养成良好的卫生习惯，才会有一个健康的身体。

**军训拓展活动的日记篇六**

今天，我和同学们一起去参观肯德基啦！

一进店，一个大哥哥就迎上来，让我们写下个人资料，就带我们进到工作区参观。先到了洗手的地方，大哥哥介绍了一下怎么洗手。我心想：哇！洗手也太严格了吧，还要一小时洗一次！大哥哥让我们没人都严格地洗净了手。

接着，参观冷冻间。的确很冷呀！我看了下温度表，哇哇！零下4度，好低呀！然后，我们来到了冰箱前，大哥哥给我们讲什么是七彩时间条，原来是写过期日期是星期几呀！

再接着参观洗盘子的地方，有三个水槽，第一个是洗面屑用的，第二个是用高压水枪把盘子冲干净。最后一个是消毒用的，里面的消毒水好臭啊！最后就是要做汉堡了，只见大哥哥把面包片一烤，再加上肉片、青菜……就好了，真快！最引人注目的是肯德基水加工的机器，做出来的水就可以直接喝了。还有测油机，一测，就知道油可不可以炸薯条。

肯德基的后堂真神秘呀！让我们打开眼界，也让我们对食品安全放心的.不少。

**军训拓展活动的日记篇七**

过节了！过节了！这可是我们孩子的节日！对呀！我们的六一节！

一进教室门，就听见了同学们的阵阵欢呼声。哇！那声音可真响啊，都快把我的耳朵震聋了！同学们个个欢天喜地，脸上洋溢着快乐的神情。大家互相问候着，嬉笑着，别提多么兴奋和激动了！

不光这些精彩的节目令大家兴奋不已，更让我们激动的是可亲可敬的老师还发给我们奖品呢！有吃的，还有学习用品。我得到不少奖品，心里美滋滋的，这个六一节过得真热闹！

每年的六一节都给我留下了难忘的印象。那一天，是我最快乐的一天，最幸福的一天。我期待着，下一个六一节快快来到！

**军训拓展活动的日记篇八**

5月19日，林屯中心校400多名师生要去园博园参观，早上五点钟，我就起床了，梳洗完毕后，吃了早饭就去林屯中心校集合了，在六点半到达了中心校，这时老师学生已经来的差不多了，大约七点钟七辆大巴车缓缓地驶进了林屯中心校，孩子们非常高兴，在校领导和导游的带领下学生们坐上了安排好的车，上车后导游清点了一下人数就出发了。

一路上，导游向我们说明了注意事项及景点介绍，孩子们听得很入神。甚至有的学生还把导游说的录了下来，大约过了90分钟，我们就到达了目的地，我们从4号门进入，首先引入眼帘的是月季花，那月季花真是花团锦簇，姹紫嫣红，让人目不暇接。

在导游的带领下我们参观了全国各地的园林景观，各地园林各有特色，建筑色彩江南园林一般以灰白为主色调，而北方园林则以红黄为主色调。给我印象最深的是北京园，它是北方园林的代表，更是皇家园林的代表。它气势磅礴，名园荟萃，那里有山有水，使园林建筑与山水地形完美结合，都能堪称世界奇观了。那里还有人们设计的各种造型，匠心独具，巧夺天工。北京园还突出了老北京的特色，整体造型是一个四合院。登上几级台阶，跨过30厘米高的门槛，推开朱红色的院门，就走进了院中。大门两边有曲折的长廊，长廊里画着各种美丽的图画。院子中间是一个四角亭，坐在亭子里可以看到院中一个精致的水池。池中各色的鲤鱼在莲花丛中嬉戏游玩。“鱼戏莲叶东，鱼戏莲叶西”池水映出各种树、花的影子，让人留连其间。

其中最难忘的是锦绣谷。它坐落在一个巨大的坑中.我们从园博大道的一个高坡上往下望，整个锦绣谷就尽收眼底了.。还能看到里面有许多的\'亭台，流水。沿着石阶走人谷底，这里是花的海洋。各种各样的花争奇斗艳，万紫千红。仿佛是在万花齐放的花海中漫步。转过一个弯，各种各样的花朵迎面涌来，我都叫不出名字来，整个锦绣谷好像是花拼成的巨大的画。

当然我们还去了许多地方，在这里我就不一一介绍了。这次参观让我深深地体会到了中国从古到今科技发展的神奇力量。也让我看到了南北园林文化的差异与不同，犹如身临其境，通过对各大展区的参观，更进一步的领略中国园林文化的魅力，使我受益匪浅。

**军训拓展活动的日记篇九**

今天，我们学校组织同学们到越秀公园上综合实践课------看地图寻找“五羊石像”、“北秀歌舞台”和“镇海楼”。

我约上汤宝仪早早地从越秀公园的南门来到了五羊石像，真巧，遇见了帅歆，我们就一起登上石阶来到石像下并盖完章就去看地图了。在看地图时，我们又看见了梁泷尹和李贤伟，于是我们准备去下一个景点-----北秀歌舞台。看，呀，真多路可以走，最后我们选择了一条比较少人走的小路走。我们蹦蹦跳跳，玩得可开心了。不一会儿，我们终于来到了北秀歌舞台。展现在眼前的是同学们在写字比赛时写的字。我看到了我的，于是妈妈给我照了一张相。我有秩序地排好队，给老师盖章。在去镇海楼之前，我们又看了地图。找到路后，我们便出发。我飞快地跑向盖章处，盖完后就到谭老师那里拿了礼物，十分高兴！我们就到金印游乐场玩了。

我觉得这次活动很有意义，让我懂得看地图。啊！今天我真高兴。

**军训拓展活动的日记篇十**

元旦的前一天，也就是十二月三十一日，我们学校为了庆祝元旦，举行了盛大的`有趣运动会。

上午八时四十分，操场上人山人海，人声鼎沸，各种讲话声、呼喊声不绝于耳，同学们怀着激动的心情，等待活动的开展。一会儿，迎面接力赛开始了，只听到“啪”的一声枪响，选手们像离弦之箭冲了出去。旁边的同学一边鼓掌，一边大声高呼，加油、加油，为选手助威呐喊。同学们有的拍红了手掌，有的喊哑了嗓子。选手们你来我往，最后一名同学终于冲过了终点，结果我们班得了第二名，二（2）班得了第一名，二（1）班得了第三名。第二个比赛项目是拍球，我是一名拍球选手，只听到一声哨响，我立即放下球，迅速地拍起球来，只听到同学们不停地数着数，一、二、……一百、二百……，\*同学不停地为我加油助威，过了一分钟，又是一声哨响，比赛结束了，结果二（1）班第一名，我们第二名，二(2)班第三名。

比赛结束了，大家意犹未尽。虽然这次我们没有得到第一名，但是我们并不灰心，我们只要加紧锻炼，不断努力，牢记胜不骄、败不馁这句话，下次我们一定可以得到第一名。

**军训拓展活动的日记篇十一**

新的学期开始了，我换了一所心的学校，我认识了新的同学，新的老师，也增添许多新的课目，其中有一个课目，是我最喜欢的课目，它就是大课间，我听老师说，广播体操以后就是大课间，大课间内容是自由活动—————跑步、跳绳、打球等各种各样的活动，我好开心，优良大课间，也给我们增添了快乐。

新的一天开始了，我盼呀盘盼呀终于到了大课间，也是我们快乐的时刻到了，我们排着整齐的队伍，到了操场，我们班的班主任杨老师把我们带到了后操场，老师说：今天，我们的课间是跑步，开始了跑步，我们就跑了起来，跑了一圈，又一圈，我们的队伍，依然是那么的整齐划一，这说明，我们的同学之间配合的多么默契，我们跑的满头大汗，这时老师说：你们都累了吧！去那边的草坪上休息一下，然后，同学们纷纷来到了草坪上，我躺在草地上，真舒服呀，读后感！

今天，我虽然跑的很辛苦，但是我很开心。啊！我爱大课间。

本文档由范文网【dddot.com】收集整理，更多优质范文文档请移步dddot.com站内查找