

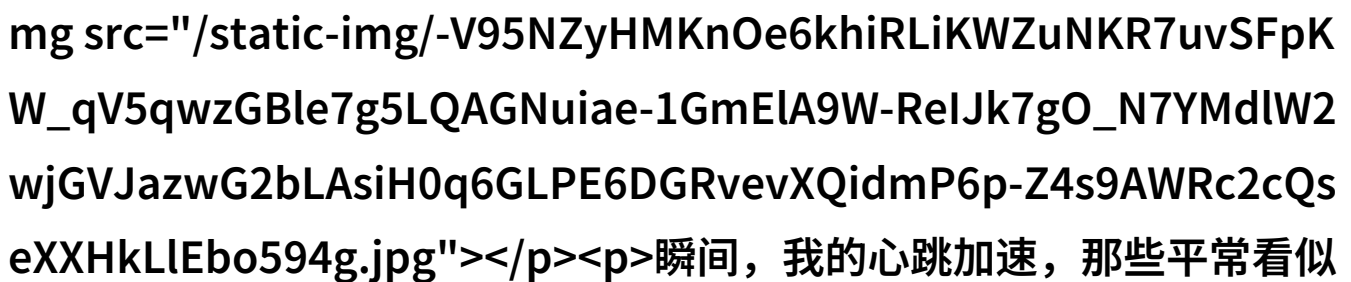
# 尿一滴就再罚一瓶水我的夏令营日记

夏令营的日子里，我体会到了“尿一滴就再罚一瓶水”的真实含义。每当夜晚，星光下我们躺在帐篷里，一有微小动静，就会被大哥叫起来检查卫生。我记得那天夜里，我不小心做了个噩梦，轻轻地打了个寒颤。



第二天早晨，我们集合进行了体育锻炼。大哥站在台上，他的声音清晰而坚定：“你们是用来学习的，不是来享受的！”说着，他举起一个装满水的大瓶子，“如果有人不能按时完成任务，就要喝这瓶水！”我心里想，这可真是让人紧张极了。

午后，我们开始学习新技能。在老师讲解的时候，我因为太专注于笔记本上写字，忘记了一直保持姿势。我突然感到腰部有些酸痛，所以轻轻地调整了一下坐姿。没想到，大哥已经注意到了我的动作。他走过来，用严厉的声音对我说：“你以为这样小动作就能逃脱责任吗？尿一滴就再罚一瓶水！”



瞬间，我的心跳加速，那些平常看似无关紧要的小事情，在这里 suddenly 变成了严重违规行为。大哥拿出那个充满威胁的大瓶子，对着我吓唬道：“你知道现在的环境保护意识多么重要吗？任何时候都不能松懈。”

从此以后，每次看到那个大瓶子的形象，都让我提醒自己，无论是在何种情况下，只要稍有放松，都可能面临不必要的惩罚。这段经历教会我，无论是在生活中还是在训练中，都应该始终保持警觉和自律，因为只有这样，我们才能更好地为我们的家园贡献力量。







><a href = "/pdf/401301-尿一滴就再罚一瓶水我的夏令营日记.pdf" rel="alternate" download="401301-尿一滴就再罚一瓶水我的夏令营日记.pdf" target="\_blank">下载本文pdf文件</a></p>