



# 武进区洛阳高级中学 军训简报

第一期



主编：吴立忠 副主编：王宏亮 黄包罗 陶甫 韩平  
摄影：赵瑜佳及各班主任主



卷首语

脱去时尚亮丽的夏装，换上一身新绿，走进阳光，走进军训，开始一段高中生活。

这里虽然没有硝烟，也没有灼人的烈火，但除却阳光的曝晒，我们依然能感受到另外一些东西的存在。

生活在和平年代里的高中生啊，骨子里依然少不了那份热血豪情。

其实，人生最大的敌人就是自己。

整好装，穿好鞋，我们集合在迷彩服的海洋里，愿每一位可爱的“战士”都有不菲的收获。

## 常州市武进区洛阳高级中学 举行 2021 级高一新生军训开营仪式

雨洗青山妩媚，风卷红旗猎猎。2021 年 10 月 11 日上午，武进区洛阳高级中学 2021 级高一学生军训开营仪式在太湖湾教育大营地举行。武进区洛阳高级中学吴立忠校长，高一年级分管领导王宏亮副校长，高一年级管理小组全体成员、班主任，以及太湖湾教育营地万载平副营长参加了本次开营仪式。仪式由校团委书记谈菁主持。



万载平副营长作军训动员报告。他希望同学们能端正思想、认真对待，服从命令、听从指挥，不怕困难、刻苦训练，注意人身安全、加强自我保护，以饱满的精神和昂扬的意志完成思想品质、意志能力方面的蜕变，能够学有所获。



高一（3）班王灿同学代表全体高一学生发言。为期一周的军训，她承诺，她和全体同学们将坚决服从命令、执行命令；对自己严格要求，不抱怨，不懈怠；认真学习各项军事知识和本领，发扬军人的优秀品质。



吳立忠校長向全體同學闡釋了“軍訓”的意義和價值，明確了軍訓的要求和使命，勉勵同學們統一思想，端正態度；刻苦訓練，錘煉意志；嚴守紀律，培養作風；關心自己，牢記安全。吳校長期望七天的蛻變，同學們能學有所成，進步滿滿！



王宏亮副校长宣读了武进区洛阳高级中学 2021 级高一学生军训营编制人员名单。



太湖灣教育營地的帶隊教官們現場為同學們展示了分列式動作和軍體拳表演。整齊的動作，響亮的口號，威武的氣勢贏得了同學們的陣陣掌聲。





最后，开营仪式在嘹亮的军歌声中结束。为期一周的军训正式拉开帷幕。



强健其体魄，文明其精神。相信通过此次军训，每一位洛高高一新生定能挑战自我、超越自我，继承并发扬优秀的军人传统，牢固树立纪律和服从观念，锤炼意志品质，培塑尚武精神，砥砺血性胆气，为迎接未来人生的每一次艰难考验打下坚实的基础。



## 家长寄语

高一（1）班赵俊杰妈妈：

军训很辛苦，但能让你学会很多东西，对你的身体也是一种锻炼，坚持就是胜利，希望你军训之后，对自己的学习能有一个更好的目标，高一（1）班的同学们，你们是最棒的，相信自己，加油，加油，加油！

高一（1）班杨义鑫爸爸：

军训不仅是锻炼体魄，更是锤炼意志，遇到难事不低头，方法总比困难多，越挫越勇，朝着梦想的地方，迈步向前。相信总有一天，同学们会看到属于自己的那道彩虹，加油！

高一 5 班梁浩浩妈妈：

希望通过这次军训激发孩子吃苦耐劳，互帮互助，团结友爱的精神。军训虽苦，但是丰富多彩的军训生活也是高中三年不可磨灭的记忆。通过这次军训，希望你在以后的学习和生活中遇到困难时，注入军人坚强的意志，让自己不断进步，为你以后的学习打下坚实的基础，期待你的蜕变，加油加油加油！！！！



## 家长寄语

高一 6 班姜倪睿妈妈：

孩子，爸爸妈妈都知道，你的独立能力很强，完全能够面对军训的辛苦，相信你能安排好自己所有的事务，努力做到教官和老师的要求，通过这次军训，你会更懂得成功需要付出辛苦和汗水，这将为你的高中学习生活留下一笔宝贵的财富！加油！！



## 家長寄語

高一 6 班潘欣怡媽媽：

軍訓，不只是一種形式，更是一種磨練，不僅鍛煉個人的身體體質、培養你素質及人品，同時教會每個人遵守紀律、讓每個人懂得集體更加有力量。在軍訓期間，希望你認真聽取老師和教官的指導，不怕苦，不怕累，爭做優秀的學員。把軍訓中的不畏艱險、堅韌不拔、艱苦奮鬥的精神帶到你以後學習當中。孩子，加油

高一 1 班張晨翔爸爸：

培養良好意志品質，軍訓中取得令人滿意得成績，不怕吃苦，只要不停得努力不放棄，總會實現自己的目標，軍訓是鍛煉自己的好機會，軍訓不光能鍛煉身體，更能鍛煉人的堅強意志，希望你能有更好的成績，加油！加油！



## 班主任寄語

高一 2 班韓平：

金秋十月，你們在期待中迎來了屬於自己的軍訓。軍訓是你們邁入高中的重要一課，它能幫助你們增強國防觀念、競爭與合作意識，幫助你們養成良好的衛生習慣和積極的生活方式，上好這特殊的一課，會使你們終生受益。軍訓就像條鞭子，時刻鞭策你；軍訓又像把尺子，時刻規範你；軍訓更像捧火炬，時刻照耀你。只要你們認真過，努力過，體驗過，實實在在付出過，那就無怨無悔。所以你們要全力以赴，將軍訓進行到底！通過軍訓，你們還可以深刻地感受到軍隊生活的歡樂與艱辛，認識到國防力量對國家安全和社会穩定的重要，意識到作為一名高中生也應該有和軍人一樣的堅強意志。鳳凰涅槃，浴火重生，經歷軍訓的磨煉，你們定會有全新的人生！



### 軍訓小常識

1. 軍訓期間，盡量喝溫開水，不喝冷飲，以免胃腸道不適。
2. 秋季溫差較大，注意衣物添加，謹防感冒。
3. 軍訓期間，做到不挑食，以免活動能量不夠導致低血糖暈倒，影響身體健康。
4. 運動時注意意外傷害。

(1) 當心崴腳，一旦腳崴了切忌按摩熱敷而是冷水沖冰敷 15 分鐘，然後找校醫處理。

(2) 小心燙傷，如遇燙傷應該第一時間用冷水沖，減輕燙傷深度和疼痛，然後找校醫初步處理。

(3) 在訓練過程中，如有頭暈症狀，要及時喊報告並且原地坐下，避免直挺挺地摔倒受傷。

5. 注意休息，保證足夠的睡眠，以免影響第二天的訓練。



快樂而辛苦的軍訓生活，有汗水，也有歡笑和感動，更有堅韌的性格和樂觀向上的心。在軍訓中令你最感動的是什麼、留在你記憶深處的又是什麼呢？你在軍訓中有沒有自我審視，對於今後的高中學習生活會有什麼影響？徵文稿內容應緊貼學生軍訓主題，既可暢談參加軍訓的收穫和體會，抒發熱愛國防、熱愛軍旅生活的情懷；也可分析學生軍訓與高中學習生活、自我成長、理想的實現。

**來稿要求：**文章體裁、字數均不限。

**投稿方式：**以宿舍為單位，舍長收齊後統一投稿。為了方便考核，請大家在投稿的時候註明班級、姓名。每天截稿時間為當日晚上 9 點 30 分。

徵稿啟  
徵稿啟  
事

——洛陽高中《軍訓簡報》編委會

