

军训简报

第四期 2023 年 8 月 26 日 星期六

省奔中 2023 级高一新生军训第四天

——热情洋溢 步履弥坚

晨光熹微，哨声嘹亮，省奔中的小战士们在操场上列队整齐，满怀激情地迎来了军训的第四天。虽然天气并不凉快，但是同学们训练的热情丝毫未减。从清晨的跑操到上午的队列训练，同学们一丝不苟，认真对待，接受着教官们严格的动作审核与纠正。

训练场上，“一！二！三！四！”响亮的口号在空中飘荡，整齐的步伐，坚毅的脸庞，朝气在同学身上体现得淋漓尽致。训练场下，连队内的气氛不断升温，同学们纷纷褪去初遇时的羞涩，在教官的组织下，有趣的小游戏和才艺表演拉近了同学们之间的距离。“来一个，来一个”“好”训练场上欢呼阵阵，叫好声此起彼伏，现场气氛热烈，展现了青少年该有的青春风采，助力学子们以更加饱满的热情和昂扬的精神投入到接下来的训练中去。

当天下午，新北区教育局副局长蒋辉来到安能军训基地视察，校党委副书记、副校长、高一年级管理小组组长纪晓平带领高一年级管理小组成员全程陪同。蒋局长巡视了所有的军训场地，近距离观察学生们的训练情形，对坐到场边休息的伤病员们表示了亲切的关怀，对学生们顶着烈日，却能始终认真严谨地参加训练表示肯定，对国旗班同学挺拔的身姿、超群的精气神更是赞赏有加。他仔细询问了同学们每天训练的具体安排，包括住宿、饮食等方方面面的情况，纪校长一一给予了回答。



恰逢铁军十二连同学休息，蒋局长和同学们面对面进行了交流，同学们热情地回答着每一个问题，晒红的脸庞、黝黑的肤色遮不住他们真诚的笑容。同学们乐观、阳光的心态让蒋局长对军训成果充满期待。



夜幕降临，军训场上热度有增无减。同学们继续练习军歌《强军战歌》。在悠扬豪迈的歌声中，九百多名同学排成方阵，整齐有序，毅然挺立。“听吧新征程号角吹响 强军目标召唤在前方”“不惧强敌敢较量 为祖国决胜疆场”。歌曲振奋人心，教官现场领唱，同学们满怀豪情的跟唱，歌声震耳欲聋，振奋人心。一声声铿锵有力的歌声，给同学们带去了精神的洗礼、信念的传承，他们感受到了军人坚忍不拔的精神，领略到了歌曲中的毅力与决心。

军训生活有苦亦有甜，才艺表演、拉歌比赛，都是紧张忙碌的训练生活中一味快乐的调剂。希望每一位同学都能把握在军营中的每一分钟，在人生中留下一段难忘的回忆！

（撰稿、摄影：高一宣传组 审核：党政办）

盛夏的果实

铁军七连指导员 汤雪颜

七天，在人生漫长的岁月中不过沧海一粟，几乎不足一提，可在中国安能集团第二工程局常州基地度过的七天，却注定将成为我与七班五十四个孩子共同的珍贵回忆，成为我们人生中最难忘，最宝贵，也是最有意义的七天。

八月二十三日，我与孩子们抵达了安能基地。是日，烈日当空，万里无云，明媚的天气与孩子们青春洋溢的脸庞相得益彰。鲜红有力的标语，坚定刚毅的眼神，巍然挺立的军姿，响彻云霄的口号，整齐划一的步伐……无一不点燃孩子们心中的激情，点亮他们的信仰。



三天，我从日记的字里行间，从军训的行伍之间，见证了孩子们从青涩懵懂到坚毅成熟的飞速蜕变。艳阳炙烤着他们的身躯，却叫他们的灵魂更加火热；汗水打湿了他们的衣衫，却使他们的精神得到浇灌；酸痛折磨着他们的肌肉，却令他们的身姿愈发挺拔。军训无疑是艰苦的，条件艰苦，训练也艰苦，孩子们会热，会累，也会痛，可他们就在这苦中学会了坚持不懈，学会了团结协作，学会了自立自强。我想，军训的意义就在于此，当一个人卯足了劲向上、向善、向好，他固然可以走得很好，可当一群人都卯足了劲向上、向善、向好，他们可以走得更远。我欣喜于他们的成长，亦欣慰于他们的懂事。

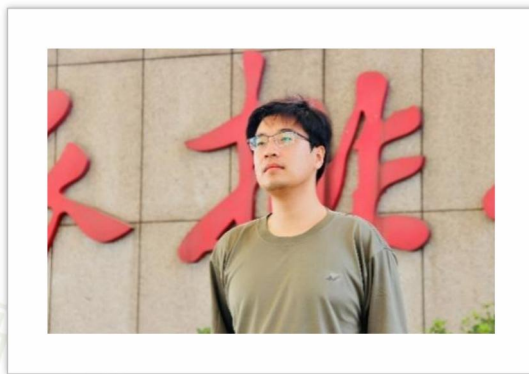
我会记得，孩子们第一次叠出“豆腐块”时兴奋自豪的模样，那一刻，劳动的魅力已然在他们的心田扎根，他们实现了自我的突破；我会记得，孩子们踢正步时坚毅的神情，那一刻，他们找到了自己的信仰与坚持；我会记得，孩子们收到家长来信时感动的热泪，那一刻，亲情给予他们无限的力量，支撑他们继续咬牙前行；我会记得，孩子们休息间隙的欢笑喧闹、互帮互助，那一刻，他们彻底融入集体，像一滴水融入海洋；我会记得，孩子们一声声亲切的问候，那一刻，我也寻到了自身的价值感与归属感。

写这篇文章时，孩子们已结束晚训。迎着朝阳而来，披星戴月而归，虽有疲倦的时候，但心总是充实的。于孩子们而言，我或许只是他们人生中的一介过客，但能陪他们一程，与他们共享哀乐，与他们共担风雨，想想便也欣然。

学军人风采 强自身素质

铁军八连指导员 路云贺

8月25日，这是我以班主任的身份带领高一（8）班同学们来到军训基地的第三天。我知道，为期一周的军训生活无论对于学生还是班主任来说，都是至关重要的考验与弥足珍贵的经历。作为班主任，我对于同学们的军训生活，既感到激动，也有些许紧张。激动的是，我相信在这次军训中能够亲眼见证同学们的成长与蜕变；紧张的是，我深知训练的艰苦与任务的严格，担心刚升高一、稚气未脱的同学们能否承受住这严格的训练。



正如我在军训动员会上向同学们传递的那样，我始终坚信，军训经历是同学们得以受益终身的人生财富。在军训过程中，同学们不仅能锻炼身体，增强体质，还能学习到军人的严谨作风和优良传统，培养他们的团队意识和集体荣誉感。更重要的是，军训将教会同学们如何面对困难，增强他们的心理素质和意志力，这对于即将展开高中集体生活，并在三年后面临高考大关的高中生们尤为重要。

军训开始，我们举行了隆重的开营仪式。同学们穿着崭新的军训服，昂首挺胸，精神抖擞。在庄严的国歌声中，同学们的眼神中闪烁着对祖国的热爱。军训教官强调了军训的重要性和纪律性，并对同学们提出了严格的要求。我知道，接下来的一周，同学们将面临前所未有的挑战。随后两天展开的军训印证了我的想法，本次军训课程安排得非常紧凑。每天早晨六点，同学们要起床晨练。白天，他们要进行列队训练、正步走、跑步等项目的训练；中午和晚上，还要学习内务整理和急救包扎等技能。尽管训练严格，但同学们的表现却让我感到欣慰。他们认真对待每一个训练项目，严格遵守纪律，不怕困难，敢于挑战。同学们在酷暑下站军姿，汗水湿透衣背，却依然咬牙坚持，作为老师我也时常为他们的坚持与努力感到自豪。

当然，军训中也有一些插曲，有的同学因为想家而偷偷落泪，有的同学因为训练艰苦而叫苦连天。作为班主任也需要耐心地开导同学们，鼓励他们要坚强，要勇敢面对困难。

随着军训的进行，我看到了同学们日渐整齐的列队，更加威武的军姿，是的，他们已经逐渐脱离了娇生惯养的状态，愈加像一群勇敢坚强的战士们。奔牛高中的学子们正用自己的汗水和努力，谱写一曲青春的赞歌。军训让他们懂得了什么是团结，什么是纪律，什么是担当。我相信，在今后的学习和生活中，他们一定会发扬军训精神，勇敢面对一切挑战，书写属于自己的精彩人生。

最后，作为班主任，我要对同学们说：你们在军训中的优秀表现让老师为你们感到骄傲！今后请继续保持这种顽强拼搏的精神，为实现自己的梦想而努力奋斗吧！

展军训风采 扬青春旗帜

铁军九连指导员 祁红菊

蝉鸣聒噪，叫嚷喧嚣声在踏入训练场的那一刻灰飞烟灭。小小的心脏扑通跳出山河万朵，充沛着无比的珍重。整齐划一脚步声与杳杳处的蝉鸣形成鲜明对比，骄阳下九班的少年的嘴角高高扬起。

阳光洒在少年肩头，给少年平添了几许英气。站军姿，腰杆笔挺，报数列，声音嘹亮。“一二三四！”微风吹来号角，口号声响彻云霄，豆大的汗珠似明亮的宝石，形成奋斗的结晶。“大家自信点，昂首挺胸！”教官的吼声如利刃，划开了自卑的天空，与名为自信的太阳一同闪耀。经过了三天训练，少年们眼角多了几分坚毅和自信，颊边少了几分稚嫩。“木铎起而千里应，席珍流而万世响，愿京师长振木铎声，青春自信不散场。”这或许才是青春最好的模样。



军训是一场洗礼，学生们由最初的自由散漫到体态矫健，由脆弱迷茫到坚毅独立。作为班主任，我见证了他们训练时站不稳，站不直，也目睹了他们稍作休息后立刻归队的责任与担当，他们骨子里的那份韧劲，着实让人敬佩。正如我们蔡铭昊同学在日记中写道：“既然踏上了军训这条艰苦又有意义的道路，那就应该继续走下去，坚持到底，直到触碰到真正军人的样子，褪去稚嫩，收获成长，或许这才是青春该有的样子，让我们高喊无军训，不青春！”

军训，是一首少年破茧成蝶的赞歌。或许六天的军训不能复现戎马军旅的苦累与荣光，但足以鞭策他们追风赶月，披云佩霞。平芜尽处，定是春意盎然。少年转身，必有意气风发。

作为班主任，真心希望我的少年们能认真参训、听从指挥、牢记要领、刻苦训练，通过军训，成为一个体魄强健、思想坚定、纪律严明、作风顽强的人，以全新的面貌和充分的准备投入到新的学习和生活中。

鲁迅先生说：“愿中国青年都摆脱冷气，只是向上走。不必听自暴自弃者流的话。能做事的做事，能发声的发声。有一分热，发一分光。就令萤火一般，也可以在黑暗里发一点光。不必等候炬火。”希望在接下来的高中学习中，我们师生同心，一起脚踏实地向前走，成为自己和身边人的光！

人生洗礼

铁军十连指导员 陆伟

谁是最可爱的人？中华儿女无不崇拜军人。因为军人似乎有着与生俱来的天性：特别能奉献、特别能吃苦、特别能战斗。同学们，你们刚刚步入高中，当下的军训是对即将到来的高中学习生活的一次考验，是对人生的自我洗礼。

退去浮尘，身着迷彩服的那一刻，你们当以军人的标准严格要求自己，当以学习军人品质为荣。

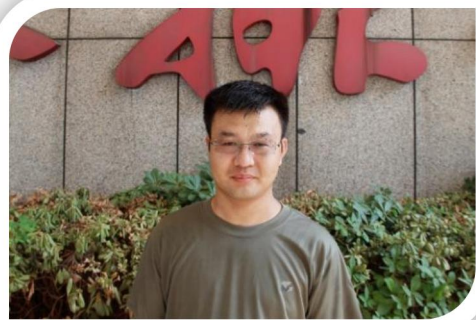
学习军人特别能奉献的精神。在抗洪救灾中，在大火危及群众生命财产时，我们的军人奋勇当先。有的战士甚至牺牲了自己年轻宝贵的生命。这种奉献精神的背后是他们的高尚人格以及视国家、集体、人民利益高于一切的伟大胸怀。

学习军人特别能吃苦的精神。在北国边疆、南海哨所，在风雨怒吼的深夜，在潮湿闷热的深海潜艇，都有我们战士的身影。这种吃苦精神的背后是他们坚强的意志。

学习军人特别能战斗的精神。在抗击外国侵略者的战斗中、在实兵演练、军事比赛、国际维和等活动中，我们战士都表现出了巨大的战斗力。这种战斗力靠的就是他们良好的体魄、铁的纪律，靠的是团结一致。

同学们要明白，训练场上滴落的每一滴汗水都是在浇灌未来的梦想之花，人生所走的每一步都是让不开的宝贵经历。要相信，星光不负赶路人，时光不负有心人，逐梦之路，没有“躺赢”的可能，也没有“躺平”的捷径。唯有踏实耕耘，才能铸造学习和生活意义的丰碑；唯有砥砺前行，方能待时而动，摘得理想的流星。

孟子说：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤”。军训对于每一位高中生而言，都是绕不开的必修课。通过军训，不仅可以锻炼我们的身体、磨砺我们的意志，还可以学习军人不怕苦、不怕累的优秀品质，学习军人纪律严明、令行禁止的工作作风；最重要的是可以培养我们保家卫国的爱国主义精神。同学们，经过一周短暂的军训，相信你们将不畏艰难、愈挫愈勇，实现完美蜕变。“洗礼”一词是军训生活再好不过的总结，愿你们学有所成、心有所悟、身有所练。



给高一（3）班谢非凡的一封信

亲爱的宝贝：

恭喜你进入了理想的高中，人生的第一步你迈得很漂亮！妈妈为你高兴。

还记入学教育的前一天，你嘟囔着说，又要去接受挑战了。是啊，人生不就是这样，翻越一座座山。接受一次次挑战。

入学教育第一天，53秒的通话，你带来的讯息很多，时间紧，老师很不错，同学也友善，食堂饭菜香，很想家，想走读……听到这些，妈妈既心疼又欣慰，第一次离开家，你和妈妈都需要适应。接下来的几天，你越来越适应，还掌握了很多生活小技巧。妈妈知道你一定能行！



如今，你又面临着新的挑战啦！为期7天的军训。这次你表现的既兴奋又紧张，还有一点小期待。宝贝，军训虽然很苦很累，但这是战胜自我、锻炼意志的最佳良机。古人云：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤。”高中三年同样有苦有累，妈妈希望你从军训中习得一种永不言弃的精神和一种面对挫折的力量，将军训期间的良好品德和作风带到今后的生活和学习中，刻苦学习，努力拼搏，不断完善自己，让自己更加优秀。妈妈看到了学校公众号上你们挺拔的身姿，绿色的身影在操练场上涌动，你们共聚骄阳，不妥协不放弃！我为你们骄傲，希望在为期七天的军训中，我们高一（3）班能在检阅中取得优异成绩！

高一（3）班 谢非凡家长

2023年8月23日

给高一(1)班陈嘉璐的一封信

亲爱的璐宝：

展信悦！与你分别已有两日，甚是想念，但又特别地放心，因为有王老师每日早中晚传群里的照片信息，也因为你具有独立的渴望和能力。

璐璐，一年前，我对你的希望是：慢慢长大、厚积薄发。可是后来，可能是由于外部大环境的卷，可能是你长得比我高了，我就无形中希望你：快快长大，成熟懂事。也许这种愿望过于急切，方式方法就显得不那么的充满爱与智慧。很多时候，我俩真是有点更年期撞上青春期。在这儿，我也请求你原谅我第一次当妈，缺乏经验！很多本该很有价值的、对你很有提升作用的话，说的不那么的漂亮，甚至让你产生厌烦。真是抱歉了！当然，你应该矢志不渝地坚信：世上最爱你的人永远是你的父母！如果你能理解到这程度，你的进步可真大了；如果暂时理解不了，那就再交给时间。

高中三年肯定是多彩的，同样也是艰辛的，我们要做好思想准备。但是，我们有敬爱的老师、有亲爱的同学、有永远陪伴你的父母做后盾，又有何惧？正如军训一样，经训，你们已具备军人一般的意志，不怕风吹日晒雨淋，不畏吃穿住条件艰苦！的确，人生来是要抗争的！与天斗，其乐无穷；与地斗，其乐无穷；与困难斗，其乐无穷。困难来了，用智慧、用方法、用毅力，去克服它！

在这儿，我也想送你三颗心：

一、虚心。谦虚是进步的开始，傲娇只会让我们坠入无知的深渊。虚心吧，向周围所有身上有着闪光点的同伴、师长去学习。去发现光、靠近光，成为光！当然，每个人都是优缺点并存的，我们的眼需要去发现美好，我们的行为需要成为美好。

二、专心。心无旁骛，专注于当下该做之事。这就需要我们有长期和短期的规划。你将来想成为一个怎样的人？想从事怎样的工作？想进哪一所大学？想读哪个专业？你这三年每年大致的目标是什么？你的优势学科和弱势学科，怎样扬长避短？你的暑期目标是否达成？除了学习，你是否在性格上也关注到需要纠偏？这些都需要我们一心一意去思考、落实的。而相反的，纷繁繁杂社会里各种乱七八糟的信息，我们就当个瞎子、聋子、哑巴。

三、恒心。立长志和常立志的故事你是知道的，但落实起来，对任何人来说，都挺难。所以，要想成为更优秀的自己，就必须执着追求，抵制外界各种诱惑，坚持到底。奔跑、奔跑、不停歇地奔跑！世界那么大、未来那么精彩，眼前的苟且都不算什么！勇敢追梦，是少年该有的风采！

如果你在军训期间有空闲，可以思考这几组关系：外在与内在、他人与自我、吃苦与享乐、现在与将来。愿你天天向上，独立自强！

爱你的妈妈

2023年8月23日

七连的荣耀

高一（7）班 李恬钰

8月25日早上，七连的同志们跟随省奔中大部队，第一次以跑操的方式开启一天的训练，我们喊着整齐的口号，向着美妙的一天进发。

军训之旅即将过半，同学们的纪律意识明显增强了不少。吃饭集合的时候，7点绝大部分同学就位后都能够安静地站好军姿。少部分同学忍不住想要窃窃私语，但看到周围人严肃的面容时，也会立马收敛。七连的同志们都是好样的！

晚训的时候，我们进行了体能训练，所有人都严格遵守会场秩序。大棚训练场内秩序井然。学完军歌后，照例是教官点评我们一天的表现，他的声音低沉而洪亮：“对于表现较好的连队，本来我心中已经有答案了，可是现在我想修改一下答案。”随后他转身向右，声音穿透了整个会场：“一连！”一连同学应声答“到！”。“二连！”“到！”从一连到十七连，每个连队在听到自己连队的名称后，都用最激情的声音回应着。最后教官喊道：“奔牛中学2023级新生！”九百多名朝气蓬勃的声音给了他热烈的回应“到！”那一刻，我的心中百感交集。

有一股热血在我心中汹涌翻腾，我也曾有过这样的感受，或感动，或骄傲，或热血沸腾。在看到7班同学汗流浹背却依然纹丝不动的时候，在听到七连用尽全力答到的时候，从没有哪个时刻，我的感情是如此强烈。在场的900多位同学，当初来到奔牛高中时，也许感到欣喜期待，也许带着遗憾和失落，但在这一刻我们真正成为了一个集体，因为我们每个人的努力都受到了认可，这份特殊的表扬属于每一位省奔中高一新生，属于青春里激情四溢的我们。



相信很多年以后，我们依然能够清晰地回忆起这一天，而明天又将是充满希望的新征程。

军训日记

骄阳下的一天，炽热的是少年们的身体更是少年们的心，大家怀揣着一颗赤子之心，坚定地完成了一天的训练，这是对体魄的进一步提升，更是对富有棱角的心的打磨，我仿佛在这炎热之日中沉淀了下来，心脏跳动得平稳而有力，与同学们整齐的步伐同频。教官似乎对我们更严厉了，多数时间在让我们站军姿。但我明白，站好军姿是一个军人的根本，也是一个阳刚的好少年所需要的一种品质——坚持、认真。

——高一（9）俞沁岑

今天晚上让我印象深刻，众人都在大声高唱《强军战歌》，句句歌词依旧徘徊在我的脑海之中。今天的我们意气风发，当最后喊出那声“杀”的时候，我仿佛看到了战场上舍生忘死的军人，看到军人们勇敢无畏地向前冲锋，坚决地完成自己的任务，听党指挥，坚决服从，绝不犹豫。我相信，通过这几天的军训，我也能够拥有像他们一样坚韧不拔的意志，如钢铁般的精神。

——高一（13）颜一楠

当然，在严苛的训练背后，同学们也有温柔的陪伴。昨日长久蹲姿使我脚趾麻木，久久难以恢复。我报告申请去医务室，班主任老师一路陪伴我，老师春风般的话语，暖阳般的笑容，将我这些天紧绷着的神经放松了下来，心中也觉得暖洋洋的。

——高一（12）刘志鹏

本以为已经被严苛的训练锻炼出了冰冷的心，但在收到妈妈来信的一刹那我有些无措与动摇。拆开信件，映入眼帘的是妈妈亲笔书写的字迹，一句想念就这么轻而易举地跳入眼帘，击垮了连日来的防线。从前少年不识愁滋味，而今却领略了乡愁，明白了“将军白发征夫泪”。在这封似乎余温尚存的信面前，委屈和思念决堤而出，但我明白眼前仍有挑战，仍需咬牙坚持下去。

——高一（5）董睿琳

军训日记

第一次离开家，也是第一次军训，每至夜晚才明白睹月怀人的思家情。坦白来说，军训以来不是没想过中途放弃，不是没想过家，而雏鹰总有展翅远飞的那一天，蒲公英的种子也将有飘向远方的那一天。我知道我总会离开家，不经历风雨怎能见彩虹，温室的花朵不知室外冷暖，自然也不知外面的世界有多么精彩。从面对自我，到挑战自我，再到超越自我，这是一步步走向成熟，一步步走向独立的过程。

——高一（17）孙晓梅

“听吧新征程号角吹响，强军目标召唤在前方”，在深蓝色和紫色相映的夜幕，强军战歌的旋律在空中回响，一声声“杀！”体现了我们对于祖国的热爱和保家卫国的决心；“决胜疆场”包含了无数中国人对于必胜的信心，正如那句“召之即来，来之能战，战之必胜”。一颗颗英勇无畏的心，在夜幕下闪闪发光。

——高一（14）朱雨辰

本以为已经被严苛的训练锻炼出了冰冷的心，但在收到妈妈来信的一刹那我有些无措与动摇。拆开信件，映入眼帘的是妈妈亲笔书写的字迹，一句想念就这么轻而易举地跳入眼帘，击垮了连日来的防线。从前少年不识愁滋味，而今却领略了乡愁，明白了“将军白发征夫泪”。在这封似乎余温尚存的信面前，委屈和思念决堤而出，但我明白眼前仍有挑战，仍需咬牙坚持下去。

——高一（5）董睿琳

整顿休息后，下午的训练又热火朝天地进行了起来。一个团体那就要有团体的规范和排面，不仅是走路，跑步亦是如此，双拳举于腰间，眼睛目不视前方，昂首挺胸，立正时跨四步而止……一个个严格的要求，不仅仅是对我们的约束，更多的是让我们体会军人的日常，感受军人的威风，把军人视为我们的榜样和目标。

——高一（10）许嘉奕

多彩军营

家书寄情



多彩军营

轻松一刻

