

戎装展英姿

铁骨迎蜕变

第三期

2023 年 9 月 14 日 星期四

总 编：蒋红卫 主 编：管泽峰

副 主 编：戈玉燕 吴超

编 委：金立亚 徐德友 夏 彬 韩斯宇 陈良康 马鹏程
丛银平 钱梦颖 洪欣 周钦 陆灵毓

感谢军训，感谢自己

人的潜力有多大呢？如果不尝试、不坚持怕是永远也不知道。

人的耐力有多大呢？如果不训练、不挑战怕是永远也不知道。

人的内心有多坚强呢？如果不经历这次军训，我怕是永远也不知道。

每当教官嘶声力竭地吼道“再来一遍！”时，心里的酸楚便往上冒，可紧接着一个接一个连贯的口令不得不逼迫自己将不甘吞进肚子，重新抖擞精神，迎接下一轮的训练。起初，为了应付训，我一遍一遍认真完成着动作，再有艰辛，再有不服气，也只能将它们丢向天涯海角。我的头顶是无情的烈日，我的脚下是滚烫的土地，我的身边是同我一起挥汗如雨的同窗，还有我们认真负责的教官……想到这些，那股劲儿又上来了，那股不服输的劲儿又推着我继续前行那个声音似乎在为自己鼓掌，即使只有我一个人听见。

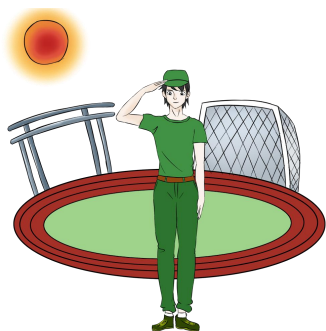
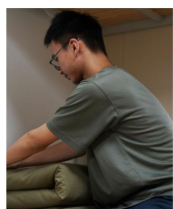
我感谢军训，必须感激我的内心那个明亮的声音，那个声音是另一个我，深埋于我胆小的内心里的，另一个火热积极的我。是军训让

我知道人的潜力和耐力仿佛一架无止境的梯，只有内心一直坚持的人才能一步步向上攀登！



军训剪辑

无悔军旅 无悔青春



战地救护



格斗准备——**军体拳**开始啦！



班主任寄语



一个新的起点已被标下，一段新的征程已经开始。接下来的三年高中生活我想对大家说，梦想的花朵，唯有以劳动浇灌才能绚丽绽放；幸福的阶梯，必须用奋斗搭建才能登上顶峰。相信有家长、老师和同学的陪伴，有顽强拼搏的坚韧品质，你一定会孕育出远大的理想，为生命奠定辉煌的基础。今日里，你为礼中而自豪；三年后，礼中因你增荣光！老师等待着你们的好消息！

——班主任：吴超



温室的安逸已不再存在，你们面对的是刺眼的阳光。可是，再苦，你们都不能哭，或许你哭了，但我希望那绝不是因为军训的苦累与疲惫。每个人都是带着希望和梦想来到礼中的，而现在不放弃的做法就是坚持，让自己在孤单中变得坚强。那么，你的未来就不是梦

因为平静的湖面练不出精悍的水手，安逸的生活造不出时代的英雄。高一（5）班的全体同学们，相信你们能吃得苦中苦，誓为人上人。

加油！你们是最棒的！

——班主任：陈良康



家长寄语

亲水外心。

前几天你上一期回信我们的刚一见面，让我感到惊喜。感觉你好像变了一个人似的，虽然也和往常一样主动地打招呼，语气温和，热情有了灵魂。上半年你一起备战中考，我知道你对现在满怀怨气，感觉爸爸在逼你，太过的压力，现在应该能理解当时爸爸苦心吧。终于我们的努力没有白费，一起共同见证了属于我们的奇迹。

非常高兴在高中短短几天就有如此大的改变。高中三年转瞬即逝，这也是人生最重要时光。要格外珍惜，感谢老师们的谆谆教诲和三年朝夕相处的同学友谊。那将是一生难忘的回忆。军训期间和同学们教官们共吃苦，休戚与共，磨炼出坚强意志，能把一个从孱弱的稚嫩少年变成一位独立自主自信有理想有抱负的青年。

作为父亲能够见证你从成长成热成才过程，是一生中最值得的荣耀与幸福。愿你有个拼搏而精彩的高中，精彩纷呈，加油！

大东 王富斌
2023.9.19.

女儿，爸爸想对你说！在军训中虽然很苦也很累，但是你是一名军人，更是对人生的一种体验，去战胜自我，锻炼励志，既是磨练，更是收获，新的征程，新的起点，你要学会坚强、独立，愿你不负青春，再接再厉，努力向前，丫头，你是最棒的……高一是一个新的起点，希望你挥动梦想的翅膀，勇敢地朝目标飞翔！

——羊裕欢爸爸

军训很苦也很累，但这是一种人生的体验，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。”军训之中正是如此，其中有酸楚的泪水有苦心的汗水，有飘扬的歌声有欢乐的笑声。七天的军训生活是短暂的，但它给我们留下了美好回忆却是永恒的。经过这次短暂、艰苦而又难忘的军训，我们少了份娇气，多了份坚强；少了份依赖，多了份自强；少了份怨天尤人，多了份勇往直前。同时，也懂得了自制、自爱、自理和自强。

——田亮家长


女儿，希望通过这次军训，让你在今后的学习中，遇到困难和挫折时，能以毅力为动力，只有辛勤的付出，才能有好的回报，我相信，这次军训生活定能让你收获多多，收获多多，为你的高中学习生活留下一笔宝贵的精神财富。

2023.9.13.

无军训，不青春，为期一周的军训生活，不仅是对你身体的锻炼，更是对意志的考验和磨砺，虽然你一直没离开过父母的身边，我们相信你高中三年自己会越来越独立、自律。希望你军训之后，对自己的学习也会有一个更好的目标。儿子，加油吧！你是最棒的。

——徐一帆家长

今天的付出，一定能在明天得到回报，你是花季的蓓蕾，你是展翅的雄鹰，明天是你们的世界，一切因你们而光辉



丁一琳同学加油
2023.9.13

儿子，你好！这几天在军训，肯定很辛苦吧？吴老师在班级群里分享一些照片，妈妈都仔细的翻阅一遍，放大百倍寻找你的身影，看到高大笔直的身姿，好像部队里执行任务的军人一样。爸爸妈妈心里暗自欢喜，情不自禁的感叹：“曾经那个小小的人儿如今也长成大人的模样”。

爸爸让我捎句话“掉皮掉肉不掉队，流血流汗不流泪”简单粗暴一句话确实充满力量感，希望高中三年里认真学习坚持不懈，克服一切困难，最终考上自己理想的大学！

——蒋艺含妈妈

军训感悟



昨天，我校组织为期七天的军训征程。我怀着兴奋、激动的心情来到了太湖湾国防教育基地。不得不说，这里的住宿环境，饭食都还不错。

每个人都穿着统一发的体能服到营地广场集合，准备进行军训开营仪式。这主要是为了让我们明确军训的目的，重要性以及鼓舞我们的积极性。大约过去了半小时，各个班被教官带领着来到指定场地开展宿舍内务整理。教官都非常认真仔细地讲解如何叠被子并进行演示，我们听后都十分期待，想要大显身手。接着，我们整队向宿舍出发进行实际操作。宿舍里充斥着活跃激动的气氛。

吃过午餐，我们才正式开启了军训的第一天。我们精神饱满地按照教官的指令进行训练。这位教官让我感觉军训也不是那么可怕，我们只要心中有坚定的信念，持之以恒就能取得良好的成绩。晚饭后，我们组织进行知识讲座“人民军队”让我们知道军队对国家人民的重要。第二天我们按部就班地进行军训——停止间转法，行进与停止等。

经过这两天的军训，让我们纠正了之前的坏习惯，我也意识到之前的我到底有多么懒散，不过现在改正也为时不晚。在接下来的五天里，我希望能越来越好，尽情地挥散汗水，不负青春。
——5 班刘毓

在这次军训中，我深刻地了解了军训生活的艰难和军人的伟大。知道了战士的痛苦与艰辛，知道了军人的军纪严明和敢于奉献、敢于较量的伟大精神。在这几天，我体会到了军人吃苦耐劳的品质，同时也锻炼了自己的意志，让我更加坚强勇敢和自信，也养成了我敢于拼搏的精神。我相信在未来的高中生活中，我会改变自己并提升自己，且取得令我自己和老师满意的成就。军训生活改变了我很多，让我知道“团结就是力量”，以班级集体为中心，养成集体意识，更加奋发向上，勇攀高峰。

——高一 6 邓欣怡





9.12-14小结
 今天，是迎来为期7天的军训的第一天。我们都是怀着激动而又忐忑的心情来到太湖湾军训基地。可以说，这是一次军训，就记是难忘，也是难以忘怀的。军训，不仅是对我们身体素质的考验，更是对我们能否在生活中学习，不断自我完善，不断进步的考验。我们从最基础的整理内务，站军姿，再以后军体拳，这些不仅是对我们自身的严格要求，与部队集体荣誉感，更是对我们自身素质的考验。而这些的背后，都是我们自身素质的考验。这不仅是对我们自身的考验，也是对我们自身素质的考验。我们不应该抱怨，我们感谢这一切，我们引以为豪！
 也许，军训过后，我们会说：“军训，让我成长，让我更爱自己。这是应该的，可当兵后悔三年，不当兵后悔一辈子！”

——高一 6 班吉彦光

今天是军训的第3天，整体下来感觉非常累，两大腿是明天会半身不遂的那种痛。今天学了跑步，这个姿势很奇怪，我们坐起来像僵尸跑，腿是不会打直的那样，很僵硬、机械。接下来的下午我们学了军体拳，这套拳打起来很帅，非常有气势，但也很考验下盘的稳定，里面有不少需要蹲马步的姿势，有些同学会蹲得东倒西歪。转身别臂是先练的八招中最大的一个大招，这个姿势做起来需要行云流水，这样才能把敌人打倒，不然敌人先把你击败。在这训练的三天中，我感觉今天是最累的一天。成功需要苦难和磨砺，梅花香自苦寒来。

——高一 3 周思焯

