



武进区洛阳高级中学 军训简报

(2017 年第二期) 2017 年 10 月 10 日

主编：沈纯芳 副主编：邹国强 费云德



军训伴着烈日、激情、汗水与欢乐。一切才从这点刚刚起步，自我挑战、独自担当，我们带着坚毅的心迎难而上。

军训属于青春，它使拥有青春活力的我们增添了军人的英姿飒爽，一次刻骨铭心的亲身体会使原本平静的生活更加充实、丰富。一段烈日下的军旅生活，使原本宁静的心灵热血沸腾，当我们将烈日下的一次磨练存储青春时，我们的年华已留下丰硕的果实，我们斗志昂扬，意气风发，因为我们的青春烙下了军人的痕迹！

年轻的战场中，军训的赞歌，永远嘹亮！



致我最敬爱的教官

看着教官们为我们演示军事动作，不禁感叹他们军姿刚正、整齐，想到了他们历经怎样残酷的训练才能有今天如此完美的动作，想着他们可能在炎阳下中暑，在寒冷下冻伤，我不禁心微微一颤。台上一分钟，台下十年功，这一分钟又是花费了多少的血与泪、汗与水而换来的。这一周军训，对我们来说，其实只是一个体验，我们只是适度体验一下军人的辛苦，却并不能达到军人的标准。因为教官们总有顾虑，顾虑我们的身体素质；顾虑我们的心理承受能力。他们如果按部队军人的标准来要求我们，日常的训练难度和强度会上升到难以完成的地步。军训让我懂得了军人，让我学会了珍惜来之不易的幸福生活。

磨练、学习、收获

军训是洛高
是加强爱国主
教育的重要途

的必修课程，也
义教育和国防
径。军训是一次

特殊的考试，同学们能经受住军训的考验，你们就迈出了成功的第一步。因为，军训不仅是一次严峻的体力考验，更是一次严峻的毅力考验；军训是对每个同学意志的磨练，也是对每个同学学习习惯的考验。通过军训，我们不仅要训思想、训纪律、训作风、训精神，为我们的人生打底，更要增强国防观念和团结意识，为民族复兴、国家强盛贡献自己的青春和智慧。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，同学们，高中生活是充实美好的，同时又是无比艰辛的；高中有着更为丰富的学习内容，有着更加严格的纪律要求；这里的学习强度更高，竞争也更加激烈。所以，要想适应高中生活，就必须拥有健康的体魄、坚定的毅力、执着的追求、迎难而上的勇气和永不言败的斗志。所以我希望同学们都能够很好的把握这次军训的机会，学会克服困难，养成良好习惯，培养坚强意志。



洛阳高级中学副校长 邹国强

军训是磨练，军训是学习，军训更是收获，希望大家珍惜军训生活，敢于吃苦，奋勇当先，争当标兵，展现我们洛高学生良好的精神风貌，从而以昂扬的斗志投入到紧张而又充实的高中生活。



班主任寄语

高一 3 班班主任 谢文珠

10 月的阳光依然灿烂，初秋的温度仍旧火热，我们开始军训啦！太阳把皮肤晒黑了，可身体更健康；汗水把衣服湿透了，可筋骨更强壮；一招一式的训练，把胳膊腿累酸了，可我们的精神更顽强。同学们，如果我们是雄鹰，我们的翅膀正一点点充满力量；如果我们是帆船，我们的心永远向往远方；如果我们是大树，我们的梦想就是成为栋梁。军训是阳光、是熔炉，是磨练，让我们一点点成长。老师愿意同你们一起记录军训生活的点点滴滴，共同见证你们向着同一个目标迈进的深深足迹！



高一 4 班班主任 樊耀平

今天是军训的第二天，没有了第一天的新鲜和憧憬，更多的是一种适应，是的，你们正在地适应着着时间和纪律观念尤强的军营生活，尽管这个过程充满了艰辛。

而我目睹着军训中一个个动人场景的发生，不禁感慨万千：烈日之下依然有整齐的军容军姿；依然有倒下去又站起来的钢铁小战士；依然有绝对服从的钢铁纪律；有的同学第一天脚上就起了水泡，却在上完药之后悄悄的回到队伍里；有的同学实在无法坚持军训的也依然站在旁边专心致志的听着、学着；有的同学想家了，有的同学在天熄灯之后会偷偷的哭泣，却不会在第二天的军训里表现出昨天夜里的脆弱……是什么力量支撑着你们坚持坚持再坚持？是什么精神鼓舞着你们努力努力再努力？我想那一定是一种信念，一种拼搏向上的信念

支撑着你们！因为你们知道父母在期待着你们，老师在关注着你们！



铁打的纪律

高一(2)班 王 飞

军训是一段神奇的旅途,它能使我们的才智更加成熟,内心更加强大,磨砺我们的意志,锻炼我们的身体,使我们更加强壮。今天是军训的第二天,我们的新鲜感全无,伴随而生的是尊敬感、神圣感。万事开头难,经过两天的训练,我们学习了中国人的硬气,更加明白了什么是铁打的纪律。我想,我们会收获越来越多,我们也会越来越成熟。



努力做得更好

高一(1)班 裴昕文

2017年10月9日,人生中第一次军训,就在洛阳高中,内心挺激动、兴奋的。前一晚的军训大会让我对这次军训充满期待,今天的天气格外的炎热,感觉就像夏天再次光临。

穿着迷彩服,脚踏解放鞋,站着帅气的军姿,威风凛凛地站在滚烫的操场上,那时的我已经汗流浹背了,身边每个人脸上都显露出疲惫。当时真的有种不想军训的冲动了,但我抑制住了,心想:为什么别人能坚持,我不行?加油!挺住!其实今天真的挺苦的!蹲姿蹲的脚麻,站军姿站的脚酸,摆臂摆的手酸,基本上就没怎么休息。

通过今天的军训,我们也暴露了许多问题:队列不齐,废话太多。

希望在接下来的日子里,我们能顺利完成军训任务,并且改正我们的缺点,一起加油吧!



军训是一道必须经过的坎

高一(3)班 常嫣如

烈日当空,骄阳似火,树叶无精打采,垂头丧气的耷拉着脑袋。我们顶着烈日,开始了第二天的军训。十月的太阳虽然没有七八月的毒辣,但是似乎要把大地烧焦才方可罢休。训练场上形成了我们嘹亮的口号声,仿佛要与高挂于头顶的骄阳相抗衡。迎着阵阵热浪,我们汗流干了,衣衫也湿了,舌头干的发苦。

那铁的纪律,严格的训练就是我们的军训。我们不断的进行着单调的训练,比如在太阳底下站军姿,站的脚软头晕,眼冒白光。但每一次训练都是汗水的洗礼,每一天生活都在进行意志力的磨练。即使军训再苦再累,我们也要挺过去,这样钢铁般的意志遍布了整个训练场,也在我们心中落地生根。

学会适应

高一(7)班 白骊楠

今天是军训生活的第二天,我们还没有适应,还处在自由散漫的状态里,还没有融入军训生活。

我们的问题也很多。比如上下楼梯时讲话;集合队伍时,动作太慢,声音叽叽喳喳;吃饭时讲话;教官给我们的任务没有做到位。脑海里被累字洗脑了,整个人提不起劲,身上的汗越出越多,漫住了双眼。我开始怀念上课的日子。比起军训上课可以说是幸福的了。

但是,我们仍然选择坚持并学着去适应这样的生活。我相信第二天我们会做的更好,不管是纪律还是各个规范要领都要达到教官的要求。我们军训的生活反映出的是我们的认真与否。将来,我们会以这次军训作为经验的积累,来改善我们的缺点,提高我们吃苦耐劳的精神与对待事物不屈不挠,艰苦奋斗的精神。

军训感言

人间历练

高一（9）班 王悦

5:30 的闹铃打响，穿上军训服，175 的大号服映衬的是我满满的不适应，5:30 天空显露出好看的微醺，伴着些许紧张和激动，我们列队齐入操场，开始时，迟到学生的 5 个俯卧撑无疑在预示着这几天的辛苦。下午 2:00，正当烈日当空，我们站军姿 5 分钟，空气中灼热的汗水的气息。午饭，晚餐从未有过的安静，空气中的燥热分子，我早已无法用语言表达。一日高强度的训练伴随着教官 get 不到点的乐趣，我不仅仅一次想摆脱艰苦的磨练，明天我又会拉上我这早已全身酸痛的身体，以怎样的状态，心态去面对这我自己都无法下的定论，只希望明天这时的我会以饱满的话语写下这“军队日记”。

军训体悟

高一（6）班 戴慧娴

期盼已久的军训似乎并没有原来想象的那么有趣，比起电视剧中的来说，这现实军训真的是索然无味。心疼教官发自内心的。但却也是意料之中，长时间的军姿真的让人生不如死，不舒服的衣服，不舒服的鞋，使原本扁平足的我更是深受摧残。

炎炎烈日，经过一天的努力，现在的我想睡觉至极，真的是比学习还累的军训，但也衷心感谢心疼各位教官，这一天下来嗓子不好受吧！同时对于我们这些“新兵”来说是个难忘的一天，加油吧！

痛苦中的期待

高一（6）班 沈琦楚

高一军训如约而至，军训是对体力和毅志的强大挑战；军训是很好的契机来增强爱国精神和团队凝聚力。

第一天，军训生活就显得极其艰难，各种对于环境的不适应，对于身体的强烈反应让对军训的期待变成了痛苦。军姿站了很久，会腿酸，脚底板痛，但无论如何只要还能坚持 1 分钟，就没有权利去选择打报告。各种练习，一再挑战着每个人的极限。晚上的打拳，很有意思，但是也充满很多困扰，步骤记不住，拳打的无力度等，下面学习令人期待。

第一天的军训虽然有很多不足，但在未来几天能有所改变。

军训掠影



军训掠影



家长寄语

宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。军训生活会让你得到更好的锻炼，体验，收获更多的东西，是你高中学习生活中的一笔宝贵的精神财富。军训能培养你团结协作的精神，永不服输的拼劲，顽强拼搏的意志，希望你认真对待，努力完成各项任务，争取优异的成绩。坚持就是胜利，加油！

高一（4）班 沈仁杰家长

当你穿上军装，就是一个军人了。军人不但肩负着保家卫国的职责，更是一个有着担当的好男儿！我希望你现在就成长起来，做个男子汉。儿子加油！

高一（6）班 疏楠家长

军训生活虽苦，虽累，但它会磨炼了你的意志，让你知道坚持不懈。这是你进入高中的第一课，我希望你能好好完成。把军训中学到的精神带到学习中，生活中，爸爸妈妈和姐姐都会在心里默默给你加油，我也相信你能战胜军训中所有的艰难困苦。因为你是我们家的小男子汉，你一定能咬牙坚持下来。我希望你能通过这一课，学会了如何去面对挫折，如何在以后的人生路上披荆斩棘，走出一条自己的阳光大道，开创一片自己的天空！加油！

高一（3）班 张歆钰家长

亲爱的女儿，军训是你们进入高中的必修课，是实现从初中生到高中生角色的转变，是增强团队意识，养成良好卫生习惯和文明生活的重要一课，参与军训的历练将是你终生难忘的记忆。爸妈相信你一定能克服困难，在教官和老师的帮助下成长为优秀的女孩。加油！

高一（5）班 陈鑫珣家长

宝贝！今天是你军训第二天，虽然是金秋 10 月，但是这两天突然好热，妈妈担心你了！担心你不够坚强，担心你是否适应军训中的纪律！宝贝！加油哦！你是最棒的！一定要适应团队精神！要有吃苦耐劳的精神！加强自我约束！自我控制力！做一名优秀的好队员！在此非常感谢各位老师给孩子锻炼自我意志力的机会！你们辛苦了！

高一（8）班 殷宇慧家长

—— 洛阳高中《军训简报》编委会

编委会成员：费云德 周源泉 谈晓旻 许光英 谢文珠
樊耀平 姜卫坚 虞赛玉 徐莹