



武进区洛阳高级中学 军训简报

(2017 年第五期) 2017 年 10 月 13 日

主编：沈纯芳 副主编：邹国强 费云德



卷首语

一身绿装把我们从平日的温室带到了军令如山的训练场上，带走了我们的娇气与懒散，赋予了我们精神与力量，心中的自豪感油然而生，我们的朝气与活力在这里尽情地飞扬，我们的汗水与笑容在这里尽情的蒸发与绽放。

军训对我们来说是一个很好的锻炼机会，它会给我们带来很多我们从课本上根本就学不到的东西，同样也会带来更大的精神动力。军训有一种特别的滋味，那种滋味是苦的，是累的，也是人生中最值得回味的。

军训小知识

军训为什么要叠被子、搞内务、走列队？

为什么解放军的被子一定要叠成豆腐块儿？这是军人人格磨练的一种方法。实际上叠被子、搞内务、走队列都是在完成一个军人的“基础格式化”，用军队的术语叫“养成教育”。

通过日复一日的磨练和养成，就能培养出军人的服从感，它解决的是军人的心理问题。从生活角度来看或许有许多人觉着不以为然，但是天长日久就会把军人训练成军队所需要的以服从命令为天职的军人，这种行为和站军姿，走方队的道理一样，就是要培养出军人的纪律性。对于我们学生而言，就是学习军人那种一丝不苟的精神，养成严明

洛高 2017 级军训简报第五期 2 版

班主任寄语



军训——珍贵的礼物

高一 9 班班主任 费云德

时光飞逝，岁月如梭，不知不觉间，你们已经军训五天了。军训活动赋予你们最珍贵的礼物是加速你们从稚嫩到成熟的蜕变。当军训已经成为过去式时，你们将会拥有一颗能够经受磨难的强大内心，它会帮助克服困难，走出挫折。虽然军训过程是辛苦的，夹杂着泪水与汗水但当风雨过后，你们会迎来更加绚丽多姿的彩虹；化蝶的那一刻，你们是最美丽的风景。



领导看望



内务透视秀



宿舍是我家



军中掠影





军训感言

努力更好

高一 1 班 陈金辉

军训第四天，大家改变了许多原来不良的习惯。上午，教官跟我们总结了一下前几天的过失，我感觉真的十分羞愧。虽然站军姿站的时间很长，腿很酸，脚很疼，身体很难受，但想起以前我们做事的态度，明白这是我们应得的，我们必须做的更好，比别人更努力！

经过上午的总结，下午我们在练分列式的时候显得格外努力，而我在其中一次走的时候不小心动了一下，走完后教官就让我站到排头。我当时以为是我做的不够好被罚的，在接下来几次练分列式的时候就一直在后悔，后悔当初为什么不更加努力，为什么不控制自己。结果训练结束后，教官说我是标兵，我听到后心中有说不出的激动和喜悦，我想我的军训目标完成了！感谢军训，感谢教官，让我有了一次非凡的体验和经历。



方正

高一（7）班 徐晓静

军训期间的一项任务就是叠被子。很荣幸的被教官选去参加最后的内务竞赛训练，这对于我来说是一个难忘的经历。也许对于从前的我来说是一件简单轻松的事。试问，从前的自己五分钟可以叠成一床被子吗？我相信自己一定会说可以。但经过这次，我发现并不如此。每一个步骤，压，叠，整等，虽然这些步骤小但对最终成型都有十分重要的作用。每一个正确方正的被子都象征军队那种严格严肃的风格。军队秩序没有一丝容许不严谨的地方方方正正就如同做人一般。

相信经历过这一次难得的经历，我会在以后学习做事上沿袭这种风格与方法，不忘这次的收获并合理利用。



静心

高一（8）班 赵瑞雪

军训已经五天，问问自己改变了没有？我想这个答案毫无疑问是，有！一，我的态度更端正了！在过去，不管是学习还是生活，我都会有些浮躁，不能静心。经过五天的刻苦训练，我发现每当自己想松懈之时，竟能自觉咬紧牙关，提醒自己“我可以、我能行”。二，我的行动力加强了！军训使我更严于律己，按说的做，牢牢把教官的话语记心间，做事生活更理性，三思而后行。

教官做叠被子亲自示范

令人激动的友谊赛

高一（9）班 李 可

军训的第五天。今天一整天天空都是灰蒙蒙的，还飘着小雨，微微的寒冷代替了之前令人烦躁的炎热，真不知道是幸运还是不幸呢？同时，会操也在这风雨中举行。这次检测不仅是检测之前几天训练的成果，更是班级与班级之间的一次友谊赛。每个人都聚精会神，站的笔直，都想把每一次跨步，每一次敬礼，每一次走步都做得淋漓尽致。经过我们的努力，最终我们获得了第二名的好成绩，可我们严厉的教官只是轻轻一笑，接着开始提醒我们在比赛时所存在的不足，真是位一丝不苟的教官啊……

明天闭营世，即使像今天一样下着雨，我们也一定会努力。因为我们知道我们所收获的一切成功都是自己努力的硕果。



雨中会操

高一（3）班 严江川

洛阳高中里，艰苦的军训正如期进行.....

晨晓，伴随一阵嘹亮的军哨，破晓的晨昏线划破天际。宿舍内，“新兵”们都紧张急促的进行整理内务的工作。

天气阴沉沉的，宛如白色的幕布上淡淡勾勒着的油墨山水画。早饭后，天上飘起了绵绵细雨。雨丝在寒风的刮过后变本加厉成一道道雨针，一下下的，抽在我们的脸上。

雨丝渐渐湿透了脸庞。教官跟着我们一起矗立在雨下，竟是毫不动摇的。“全体都有，正步走！”在雨中，我们努力的踢着正步，向前踱去。“你们走的什么东西！”教官在我们走出两三步后厉声喝住了我们。“重走！”接下来几十遍，教官严把严控，丝毫没有一丝松懈，雨水浸透了他的衣衫，而他，却像雕塑一样，又如苍松一般，纹丝不动。在他身上，我领悟到了军人的血性，部队的铁律，职业的责任.....

下午的会操场上，依旧飘着小雨。轮到我们的了，脑海上还回荡着教官雄伟的身姿，耳畔依旧回响着教官的谆谆教诲。“三班，上！”“121, 121, 1-2-3-4”我们快速的跑到会操场。教官在前面指挥。立正，稍息，正步走，齐步走，敬礼.....这些动作我们都一一做了过去。全班团结一致，凝聚成了一股强大的力量。会操完毕，全班跑步下场。大家相视一笑。在雨雾中，在没有太阳的阴天，我们集体团结一心，头上仿佛有一轮冉冉升起的烈日，更高，更暖，更强.....

克服困难 勇往直前

高一（5）班 朱颖

早上的天，乌云密布，寒风吹来，使得我们不得不加衣了，军训时，阴晴不定的天一会儿下雨，一会儿不下，我们下雨时便只能到食堂去训练了。

在食堂训练时，我们练习分列式。看似简单的动作我们学起来却麻烦，一个动作训练了好几次才能成功一点，看到隔壁一班一直站在那儿练军姿，又听到楼上他们别的班嘹亮的口号和整齐的步伐与脚落地的声音感到庆幸又感到十分惭愧，庆幸是因为我们教官没有罚我们站军姿；惭愧的是，因为我们分列式一做的一点也不好，还没有楼上的一半好。也激起我们赶超上去的决心。下午时我们在教官的悉心教导下，继续练习了分列式，慢慢的，我们的动作越来越规范整齐，我们的信心也在一点点的集聚起来。

“长风破浪会有时，直挂云帆济沧海”，我们定能克服一切困难，勇往直前！

严格是为了集体的进步

高一（4）班 秦格格

军训这几天我知道了，作为一个军人，不论职务高低，都该服从命令，听指挥。无论是在炎炎烈日下，还是刮风下雨，不抱怨，听从教官指挥及命令。每一天都经受着考验，忍受着身体上的痛楚。原本对军训的期待与兴奋消了大半。刚开始会十分烦躁，烦教官为什么对我们那么严，自己明明做好了，为什么还要罚。但是，教官告诉我们，作为军人，要懂得团结，敢作敢当，对我们严也是为了集体的进步。一人错十人担，不仅减少了我们的犯错率，还教会我们团结一致。

专注力

高一（2）班 徐明杰

军训已经接近尾声，我逐渐适应了军人的生活，身体也逐渐跟上了，我觉得完成一个军训任务必须在集体中完成，因为我们是一个整体，任何一个人的不专注都会让之前的努力变得不完美。军训锻炼了我的专注力，我们只有精神高度集中才能基本符合教官的要求。军训时刻在提醒我要不断规范自身，不断严格要求自己。

感谢军训

高一（6）班 疏楠

军训已过去五天，这五天中我的感触很深。感觉到我比以前坚强多了，总觉得自己全身都是力量。叠被子是我在军训五天中觉得最难的，因为以前没有叠过被子，叠起来就头大，怎么也叠不好，尽管教官一而再的教，可我还是叠不好，使我都觉得我没有这方面的天赋，呵呵，经过不懈的努力，我最终还是会叠了，军训中还有很多很多的感慨，它们都会影响我的一生。感谢军训，它教会了我很多以前没学到的东西。



家长寄语

一是珍惜这次吃苦机会，努力做到教官和老师的要求。

二是少抱怨多自我激励，任何事情都有好坏两个方面，我希望你多看到对你有提高有帮助的一方面，少抱怨不好的方面。

三是和同学好好相处，争取多交到好朋友；你是独生子女，一个人习惯了，家里都是宠着你。妈妈希望你和同学相处时，多看别人的优点，宽以待人，严以律己。

四是要注意身体，讲卫生。军训很辛苦，每天在太阳下训练，汗如雨下，高强度的运动，你更要注意身体，每天尽量搞好个人卫生，如果有不舒服，一定要及时告诉老师。

最后妈妈相信你，我家优秀的娃儿一定会完成军训，胜利回家。高一（2）班 袁若婷家长

父母希望你在这次的军训中能锻炼自己积极向上的态度，磨练自己的意志力。在以后的学习生涯中有一个好的发展空间，使自己成为一个勇往直前，永不退缩，更坚强的孩子。

高一（5）班 郭雨欣家长

梅花自苦寒来，不经历风雨 怎么见彩虹？军训对你来说也许自小最苦的一件事！也是你一生当中最光荣的事！可以磨练你的意志、坚强、勇敢是你最最难忘的回忆！爸妈相信你是最棒的！为你自豪。儿子好样的！加油！祝一切顺利！高一（6）班 张 彤家长

儿子，你从小到大都没有吃过苦。这次军训希望你能学习到人民解放军顽强拼搏，吃苦耐劳，艰苦奋斗的精神，通过军训，让你在今后的学习生活中，勇敢的面对一切，严于律己，排除困难，坚持到底！

高一（7）班 王屹家长

孩子，你真棒！转眼间，你已步入高中了。今天看见老师发的照片，爸妈非常高兴。看见你们站在太阳直晒之下，能坚持教官的训练，而个个都像个军人一样，服从命令，爸妈老师为您点赞。希望在接下来的训练中，你能够得到教官和老师的好评，能和同学之间要和睦相处。父母是你的后盾，加油孩子，你一定会成功的。谢谢老师的关心。

高一（3）班 樊丽婷家长

孩子，当你和新同学们一起参加军训时，妈妈不知道你是一种怎样的感觉？第一次离开父母的怀抱去独自面对挑战，我知道你的辛苦，但我更知道这段路程将会成为你生命中精彩的一页，会让你常常回味，所以，好好享受这段艰苦的时光吧，爸爸妈妈相信你一定行，加油！

高一（5）班 马涵仪家长

丫头，这是军训的第五天，也是你第一次参加军训。妈妈知道军训是艰苦的，但也是锻炼一个人的意志和毅力！一个星期的时间很短，你已经坚持了五天了，不要放弃，咬咬牙就过去了！不经历风雨怎么见彩虹！我相信别人能做到的你也能做到！相信你自己，挑战自己！加油！加油！爸妈等你凯旋！

高一（8）班 王心雨家长

希望你在军训中能收获：什么是行动军事化，如何做到雷厉风行；什么是习惯标准化，如何做到有规有矩；什么是团队精神，如何做到精诚协作！摒弃惰性、不拘小节、怕苦畏难等等的小毛病，严格要求自己，用实际行动学以致用，做好班集体中好学上进的一员，三年后毫无遗憾地走出洛高的大门。孩子，努力吧！在学习生活中勇往直前，朝着自己的目标奋进！

高一（4）班 唐舒怡家长

—— 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

