



# 江苏省奔牛高级中学

# 军训简报

第 1 期

2018 年 10 月 24 日星期三

<http://www.bngz.xbedu.net/html/node25722.html>

江苏省奔牛高级中学高一年级管理小组 主办

## 省奔中 2018 级新生军训开营仪式隆重举行



10 月 24 日上午，庄严雄壮的《中华人民共和国国歌》响彻整个花山国训中心训练场，江苏省奔牛高级中学和常州市田家炳高级中学 2018 级高一新生军训营开营仪式在此隆重举行，一千三百多名高一新生戎装整齐、英姿英发，满怀着激情和对军营生活的向往，参加了开营仪式。开营式由省奔中苏近娣副校长主持。

首先，常州市金坛中小学综合实践基地书记韩云飞同志对同学们的到来表示了热烈的欢迎。他先明确了军训的重要意义，军训是我们传承红色基因，接受国防教育、组织纪律教育、集体主义教育、军队优良传统教育的必修课程；通过军训可以增强我们的体质，强化纪律观念，培养优良作风，锻炼意志品质。韩云飞书记希望全体同学在严格要求自己、服从教官命令、认真训练、遵章守纪圆满完成军训任务的同时增强安全意识，牢固树立安全第一的思想。韩云飞书记鼓励全体学生在军训中团结友爱，争创优先，为班集体赢得荣誉，最后预祝本次军训活动取得圆满成功。

省奔中王奕飞校长进一步明确了军训的目标并对同学们寄予了殷切的期望。他首先向承担军训任务的花山国训中心训练场的所有的教官表示了崇高的敬意，向参加系列工作的领导、老师们表达了衷心的感谢，希望同学们端正态度，明确军训目的；刻苦训练，学习军人作风，学习不怕苦不怕累的精神；遵守纪律，严格自我要求；持之以



恒，巩固军训成果。王奕飞校长表示今年省奔中和田家炳高中一起参训，是缘分也是机会，希望两所学校互帮互助，取长补短，友好竞争，刻苦训练，铸就军魂。一周的军训将为高中三年的刻苦学习和健康生活奠定基础，为一生的发展提供强大的动力。

之后，营员代表高一（7）班窦馨同学发言。她向全体营员提出倡议，作为学生，要增强自己的组织纪律观念，服从命令，遵从教官；要培养自己吃苦耐劳的顽强的意志品质，认真进行队列操练；要认真学习国防知识，加强自己的思想认识，最后代表全体营员保证：待军训归来，成为一个更加优秀的自己。

军训营指导员代表陆晨老师向全体营员分享了自己的军训感悟，“所有的磨难，都是为了以后的成长。”希望全体营员珍惜这次军训机会，磨练自己的意志品质，珍惜同学间的友谊，身边的同学是我们的战友。身处和平时代的我们不会扛枪上战场，却也是在无硝烟的战场上拼搏，是在为高中三年的学习生活打下基础。

接下来，省奔中行政办主任顾晓春老师宣布了军训营编制人员名单，营员将以连、排进行划分，井然有序进行队列操练。

最后，常州市金坛中小学生综合实践基地军训科科长王水华同志宣布开训命令。

军训已经开始，考验等待着营员们！一年好景君须记，最是橙黄橘绿时。相信省奔中 2018 级的高一同学一定会用最火热的青春、最蓬勃的朝气、立志成才的豪情和战胜困难的决心圆满完成军训任务，在这里完善自我，丰富自我。向未来的人生，向关切我们的师长交上一份优异的答卷。

随着慷慨激昂的《中国人民解放军军歌》，军训动员大会圆满落幕。



## 在 2018 级高一学生军训开营式上的讲话

省奔中 王奕飞校长

同学们：

大家期盼已久的军训终于如期而至，今天，我们江苏省奔牛高级中学和常州市田家炳高级中学的全体高一同学齐聚金坛花山，开展为期一周的军训活动，首先我代表两所学校，向全体教官表示崇高的敬意！向参加军训系列工作的领导、老师们表示衷心的感谢！



军训，是同学们进入高中的必修课程，是我校国防教育的重要组成部分。无论是从国家







安全战略层面，还是从学校培养目标、个人进步成长层面，都有着特别的意义，都是一个挑战自我、提升自我的重要过程。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，军训就是锤炼我们的大熔炉。在此，我对大家提几点希望：

### 1. 端正态度，明确军训目的

军训这一必修课，能够增强国防意识与集体主义观念，深刻领悟纪律的含义、规范的意义，军训教同学们怎样做人，怎样吃苦耐劳，怎样迎接挑战，怎样把握自由和纪律的尺度，怎样从平凡走向优秀。军训是增长才干的机会，也是培养团队精神和集体意识，锻炼意志品质，使同学们在思想认识和行为方式上都有质的提升的机会。希望全体受训同学都要珍惜此次机会，以饱满的热情全身心的投入到训练中，真正从本次军训中有所收获。

### 2. 刻苦训练，学习军人作风

我们的训练教官有一套成熟的训练方法和多年的训练经验，多年来深受好评。今天开始，同学们将近距离感受军人的魅力，亲身体验军人的生活。希望大家通过严格自觉的训练，去细心体验军人的甘苦。学习他们吃苦耐劳，团结协作，顽强奋斗的精神；学习他们令行禁止，遵纪守法，步调一致，雷厉风行的作风。军训虽然不是在前方打仗，但是严格的列队操练可能会令人感到既劳累又枯燥，对每一位参训同学都是不小的考验。希望同学们通过军训培养勇敢顽强、吃苦耐劳的作风，不折不扣地完成操练任务。训练中既要形成争优创先的良好氛围，又要有团队精神和集体荣誉感，遇到困难要相互帮助，共同克服。

### 3. 遵守纪律，严格自我要求

军训就是懂军纪，明军规，严纪律。我们就是想通过军训来培养大家顾全大局、服从命令、听从指挥的品质。铁的纪律，是成功的保障，军训纪律的第一要务，在于一切行动听指挥。学校在此以前已经明确地告诉同学，在军训中哪些是能做的事，要做的事，哪些是不能做的，是禁止的事，同学们要牢记在心，认真遵守。同学们在军训期间要用严格的纪律约束自己，遵守训练规定，严格操作流程，遵章守纪，令行禁止。通过军训在增强纪律观念，为高中三年的刻苦学习和健康生活奠定基础。

### 4. 持之以恒，巩固军训成果

没有人能随随便便成功，桂冠从来都是用荆棘编织而成的。想要真正培养顽强奋斗的精神，就要在今后的学习和生活中发挥军人的优良传统。时时处处用军训的规则严格要求自己，这样才能将之转化成内在的素养，成为享用终身的财富。只要同学们用心去学习，去锻炼，去磨砺，就一定可以培养出团结互助的作风，增强集体凝聚力和战斗力，提高生活自理能力，培养思想上的自立和独立，养成严格自律的良好习惯。

同学们，今年省奔中和田家炳高中一起参训，这是缘分，也是机会。希望两所学校的同学一起互帮互助，取长补短，友好竞争。也希望在军训期间，老师、教官、同学们都要把安全放在首位，加强防范意识和自我保护意识。温室里长不出参天大树，健康的体魄首先从军训开始。请抬起你的头，挺直你的腰，坚毅你的目光，让军训丰富你们青春的色彩，用严明的纪律、坚强的意志、强健的体魄去迎接高中三年的风雨洗礼。总之，千言万语汇成八个字：刻苦训练，铸就军魂！最后预祝我们 2018 年军训取得圆满成功！谢谢大家！





# 在省奔中 2018 级军训动员大会上的讲话

常州市金坛中小学综合实践基地 韩云飞书记

各位领导、老师、亲爱的同学们：上午好！

金秋十月，丹桂飘香，孕育着希望，凝聚着收获。在这美好的季节里，今天，我们江苏省奔牛高级中学、常州市田家炳高级中学 1300 余名莘莘学子心怀炽热和向往，来到我们花山基地开展为期一周的军事训练活动。首先请允许我代表基地的全体员工对各位领导、老师和所有参训学员的到来表示最热烈的欢迎！

同学们，军训是我们传承红色基因，接受国防教育、组织纪律教育、集体主义教育、军队优良传统教育的一门必修课程；通过军训可以增强我们的体质，强化纪律观念，培养优良作风，锻炼意志品质；同时也是贯彻教育方针，发扬爱国主义精神，全面实施素质教育的一项重要举措。我们学生是祖国的未来，是社会主义事业未来的建设者和保卫者，所以对我们学生来说，积极参加军事训练和国防教育，即是义务，也是责任。

在这一周的时间里，同学们将要完成单兵队列、内务整理、野外拉练、战伤救护等训练课目，最后还要举行军训成果汇报表演，接受领导的检阅。这些课目的训练可以锻炼我们的意志，提高我们的能力，教会我们如何战胜挫折和困难，从而提升我们的全面素质，让我们在今后的学习、工作中健康成长。

为了完成好本次训练任务，我衷心希望你们能够做到：

1、明确本次军训的目的，服从命令，听从指挥，全身心地投入到本次军训中。

2、要遵章守纪，做到不迟到、不早退，操课时间更不得擅自留守宿舍，严格遵守请销假制度。

3、要充分树立和发扬“不怕苦、不怕累”和我们中国人民解放军“特别能战斗、特别能吃苦、特别能忍耐”的优良作风，但必须注意身体力行，遇有身体不适应及时向教官或老师报告。

4、要增强安全意识，牢固树立安全第一的思想，特别要注意以下几个方面的事项：

①积极配合校医和教官做好病史调查工作，主动汇报个人身体状况，不回避、不隐瞒。

②由于训练体能消耗较大，请同学们用餐要吃饱饭，用完菜，多喝汤，多喝水，确保有足够的体能支撑训练。

③由于我们训练中心地处山区，受地势影响，上下坡比较多，请同学们走路时要小心，上下楼梯靠右行，严禁攀爬跳跃栏杆，不要你追我赶。避免跌倒摔伤。

④要保管好自己的物品，以防丢失，贵重物品要上缴老师统一保管。

⑤听到中午的休息号和夜间的熄灯号响后，要关好门窗，及时就寝，不得互窜





宿舍和私自乱跑。

5、要高标准地整理好内务卫生，被子要叠方正，物品要摆放整齐，门窗要擦干净，不乱扔果皮、矿泉水瓶等杂物。养成良好的卫生习惯，争创内务卫生先进宿舍。

6、同学们要爱护基地的一草一木，严禁在宿舍墙壁、礼堂课桌等地方乱涂乱画，故意损坏公物要赔偿，要厉行节约，离开宿舍时要随手关灯，提倡节约用水。

7、要讲文明，懂礼貌，见到老师和教官要问好，养成良好的礼节礼貌习惯。

8、我们基地实行全天候值班制度，如果同学们在晚间遇有突发情况，请及时和我们的值班员或安保人员取得联系。他们的值班地点分别在宿舍楼大门北侧的第一个值班室和宿舍楼院内的值班岗亭。

在此我也提请全体师生在活动过程中，对基地的训练教学、后勤保障、安全保卫等各项服务工作加强监督，提出宝贵建议和意见。

同学们，军事训练活动即将拉开序幕，短暂的几天时间，你们将要走过一段军人之路，接受一次新兵生活的考验，让我们用汗水去耕耘，用辛勤去收获，在自己成长的道路上谱写人生新篇章！

最后预祝本次军训活动取得圆满成功！



## 2018 年军训指导员代表发言

高一（4）班班主任 陆晨

尊敬的各位领导、教官，亲爱的同学们：

大家上午好！

今天我们来到金坛花山国防教育基地，参加为期一周的军训活动。这里将成为同学们生命中不可磨灭、不能忘怀的一段旅程。借此机会，我代表高一全体军训指导员，对各位同学的到来表示热烈欢迎！

军训是学校教育的一种特殊教育形式，高中生涯的必修课，在全面推进素质教育、促进学生健康成长方面，具有不可替代的作用。

同学们，你们经历了短暂而难忘的入学教育，度过了将近两个月的校园生活，接下来，要尽快适应军训生活。







这一次来到金坛花山国防教育基地，让我回想起十二年前的我，也是与你们一样，接受训练，只不过是在横山桥国防园，只不过天气要冷些，那时候的我穿着毛衣，外面套着军训服。不同于现在这个季节，那时昼更短，夜更长，晨练的时候天还是昏暗的，我和同学们冻得瑟瑟发抖。训练项目是下蹲起立、停止间转法、齐步走、正步走……还有 10 公里拉练、打靶、模拟伤口包扎等等。虽然教官严厉，我们却在最后临走时，依依不舍，因为我们在最后才懂得，之前所有经历的磨难，都是为了以后的成长，也许，临别时有些同学留下的眼泪是他们成长过程中最好的印记。

不知道你们有没有看过一部美国电视长片《兄弟连》，它讲述了二战期间，美国 101 空降师 506 团 E 连艰苦训练后浴血奋战的故事，虽然主旋律是歌颂美军战友间的友谊，却也无时不刻在揭露战争的残酷。让我印象最深的是最后一集中德国军官在投降前对自己士兵说的那段话：“这是一场漫长的战争，也是一场艰苦的战争。你们英勇并且骄傲地为祖国作战，你们是不平凡的一群人，彼此紧密相连，这样的情谊存在也只存在于战斗中。像兄弟一样，共同使用散兵坑，在最需要的时刻彼此互相扶持，你们共同面对死亡，一同接受磨难。最后我想说的是，我为能够与你们每个人共同服役而感到骄傲。你们有权享受永远快乐而和平的生活”

谁都不愿意承受痛苦与磨难，幸福与和平才是我们的追求，而生活中的磨难却在时刻伴随着我们，经历过痛苦，快乐才弥足珍贵。我们要珍惜这次经历，珍惜同学间的友谊。身处和平时代的我们不会扛枪上战场，却也在无硝烟的战场上拼搏，身边的同学是你们的战友，三年后高考便是最后一站。

同学们，军训活动就要开始了，军训时间虽然只有七天，但是内容充实，形式多样，这将是锻炼自身体魄和毅力，展现同学们精神面貌的绝佳机会。因此，我想借此机会向同学们提以下几点要求：

- 1、尊敬教官、服从命令，严格要求自己，真正做到令行禁止。
- 2、希望同学们端正思想，认真对待，充分认识到军训的重要意义，用高标准衡量自己，用严要求规范自己，决不能存在拖沓懒散、凑付应对的思想。
- 3、希望同学们学习和发扬士兵的顽强拼搏精神和毅力，要不怕艰苦，客服困难，善始善终地完成军训任务，树立纪律观念，严格按照军训作息时间训练，有事请假，不迟到，不早退。
- 4、在军训期间要做到团结友爱，互帮互助，相互督促，共同提高。不对同学的困难漠不关心，不因琐碎小事而产生矛盾。同时我也代表全体指导员在此向各位表态：我们做到按时到位，全程陪同，帮同学之所需，解同学之所难，想同学之所想，为同学们的军训提供一切有利条件。最后，预祝我们的军训取得圆满成功！

谢谢大家！





# 省奔中 2017 级军训营学员代表的发言

高一（7）班 窦馨

尊敬的各位领导、教官、老师们，亲爱的同学们：

大家好！我是来自江苏省奔牛高级中学高一（7）班的窦馨，非常荣幸能够在此发言。

自古逢秋悲寂寥，我言秋日胜春朝。在这金风送爽、丹桂飘香的时节，省奔中与田家炳中学的同学们来到了常州市花山国防教育训练中心，虽然天气转凉，但仍抵挡不住同学们的热情。

军训工作是国家人才培养和国防后备力量建设的重要措施，也是学校综合实践课程的重要组成部分，2018 年 10 月 24 日——30 日为期 7 天的军训应是大部分同学们第一次正式地接受军训，心中的期待与激动不言而喻，但对教官与训练的忐忑也许更多。

军训有利于增强我们的国防观念，提高军事素质和才能。作为千禧一代的我们，即将经历中国发展历史上的两个百年。2018 年也是决胜全面建成小康社会的关键一年。我们应当为实现中华民族的伟大复兴贡献自己的一份力量，为实现中国梦添砖加瓦。作为常州人，也应为建设强富美高新常州，为自己的家乡出一份力。展望 2035 年，我们也许已成为社会的中流砥柱，成为了我们曾经不理解的“大人”，我们是否会庆幸于今日的启蒙，是否会庆幸在青少年时期就养成了解国家大事的习惯。只有了解国防、军事，才能感受到国家的发展，才更能体会到国家给予国民高度的安全感，才能在将来骄傲地告慰伟人：“今日之中国，山河犹在，国泰民安”。


身体上的痛苦或许将在 7 天里伴随着同学们，但我们应下决心：用痛苦作砝码，我们应有信心；以人生作天平，我们要称出一个人生命的价值，要有向命运挑战的个性，屡经挫败，绝不轻从。

你是否愿意跳出舒适圈，去迎接新的挑战，去探索自己的极限，唯有这样，意志力才能悄然增长。军训后，我们都会成为一个坚强、积极向上、无所畏惧的青少年，以迎接十几天后的期中考试，我们要将军训精神迁移到学习之上。

或许有不少同学抱怨过省奔中的宿舍管理制度过于严格。军训当然是有过之而无不及。然而，没有规矩，不成方圆。良好的生活习惯是人生的跳板。高尚的人格修养更是有利于我们一生的存在。

军训时，希望我们每位同学都能做到以下几点：（1）服从命令，尊重教官。（2）严守军训纪律。铁一般的纪律造就了我军今日的辉煌。我们也应向他们学习，严格要求自己。（3）吃苦耐劳。极限值上都是渐变色，不试着逼迫自己一下，你又怎知自己真正的实力。（4）团结友爱，相互鼓励。一个班便是一个集体，一个学校便是一个集体，我们应秉持友爱互助的原则，在同学有困难时相互帮助，杜绝取笑、袖手旁观的现象。（5）集体荣誉感。作为班级的一份子，我们时刻代表着班级的形象，应将集体荣誉与个人系于一身。（6）安全。身体是革命的本钱。各位同学的安全是教官、老师及其他同学最关心的一点。





我不去想是否能够成功，既然选择了远方，便只顾风雨兼程。我不去想身后会不会袭来寒风冷雨，既然目标是地平线，留给世界的便只能是背影。立志欲坚不欲锐，成功在久不再速。在此祝愿各位同学度过一个安全、有意义的军训。祝愿各位教官与老师阖家欢乐、万事如意！我的发言到此结束，谢谢各位的聆听，谢谢！



## 省奔中举行 2018 级军训通讯员培训活动

省奔中 2018 级新生军训即将拉开序幕。为了加强军训宣传，更好地展示省奔中的新形象，新生们的新风采，省奔中军训营未雨绸缪，10 月 23 日中午，沈芙蓉老师为各班通讯员作了军训通讯报道培训。

首先，沈芙蓉老师阐述了军训宣传的重要性，并向通讯员们提出了写作要求和交稿任务，要求通讯员们认真、细心地关注每天发生在自己身边的事，充分利用休息时间，见缝插针地构思写作，文章篇幅不用太长，但一定要生动形象，能够吸引人。

最后，沈芙蓉老师还为通讯员们详细讲解了通讯稿件的格式。第一，标题要吸引人的。第二，以叙述为主，详略得当、点面结合，要真实、具体、形象，特别是注重细节描写，把人物写活。第三，议论要精当，画龙点睛。第四，要弘扬正气。

这次培训活动，使各班通讯员明确了自己的身份、人物和要求，为整个军训期间的连队通讯工作做出了充分的准备。





# 军营风采

