



江苏省奔牛高级中学

军训简报

第6期

2019年9月6日星期五

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

江苏省奔牛高级中学高一年级管理小组 主办

与你同行，我是幸福的！

高一（9）班班主任 姚冬青

收拾行囊，怀着憧憬，装着期待，赶往花山。花山，一个漂亮和诗意的名字，给人以诸多的想象，想着可以在这里相伴孩子一程，心是温暖的，滋味是幸福的。

孩子们新奇又好奇，窥探着一个个脑袋，四处张望着神秘的园子，所有的期待都化为当下的存在，憧憬就在这里！磨砺就在这里！这里终将是他们抛洒汗水，抒写青春的起点。

号角就是命令，号角就是催促，一声令下，奔忙的人儿向一处汇聚，三五成群尽情地说笑，忘却了军队应有的严明，应有的纪律。然而，教官的几声训斥，一下子鸦雀无声，队伍迅速地朝着该有的方向成型、规整！军训的生活就是这样默无声息地开始了。



教官，是位和蔼的小伙子，严厉却不失温和，端庄却不失活泼，耿直的性格，淳朴的性情，逐步地被这群灵秀、阳光的孩子们亲近着，认可着，接纳着，也喜爱着。

凌乱的宿舍，慢慢地整齐有序了；踩脏的地面，渐渐地洁净透亮了；软绵绵的被褥，神奇地在教官的指导下，叠得方方正正，有棱有角，一块块豆腐似

的，被小心翼翼地、整齐划一地安放在床头一角。欣赏着自己的杰作，许多孩子都欣慰地笑了。晚上，有几床被教官夸赞的被子，几个孩子都不忍心打开，生怕毁了自己精心制作的艺术品。

训练场上，除了教官“齐步走、正步走、跑步走”的口令之外，就是孩子们震天的呐喊，怒吼声不绝于耳，此起彼伏，高墙之内，不断回响。凌乱的脚步，逐渐地踏出了节奏，统一取代了杂乱，规则代替了散漫，一排排，一列列，一个个，有模有样的小军人就这样诞生了。

每个人特别珍爱自己的团队，内务必须是最好的，口号必须是最响的，队伍必须是最整齐的，训练必须是最勤奋的。每个人都憋足了劲，扬起自己的斗志，坚持着。这里没有懦弱，只有坚强；这里没有泪水，只有汗水；这里没有退却，只有一往无前。

汗水无情地从脸庞挂下、滴落，干透的迷彩服，渐渐地被浸润了，但没有一个人顾得上擦一滴汗，放松就是对自己的妥协，松懈就是显现自己的懦弱，放弃就是军人的耻辱。

与孩子们相伴，感动着他们的感动，欢喜着他们的欢喜，收获着一位老师独有的幸福。

军训随笔

高一（11）班班主任 王龙明

8月31日，省奔中2019级高一新生在学校的组织下踏上了军训的旅程。同学们对军训期盼已久，激动中又带着些忐忑。刚刚踏入高中校园，学生们面临着由初中生角色向高中生角色的转变，心理上和生理上都面临着种种不适。军训作为这个过渡阶段的重要活动，对学生的发展有着重要的影响。



首先，军训可以提升学生的国防意识。国防教育是国民教育的重要组成部分，也是我国中学教学的内容之一。中学生军训可以提高学生们的思想政治觉悟，激发爱国热情，增强国防观念和国家安全意识，培养学生良好的组织纪律观念和艰苦奋斗的作风。同时，军训也可以让同学们全面地了解中国过去有国无防，任人欺凌的历史，激发学生的爱国热情，使同学们树立起有国必有防，有国才有家的国防意识。

其次，军训可以磨练学生的意志，锻炼他们的抗挫折能力。现在的中学生，大多是独生子女，一向被家里宠为“小皇帝”、“小公主”、“小太阳”，客观上都有吃苦能力差、自护自理能力弱、依赖心理强的特点。要解决这些问题，对学生进行军训是最有效的手段。严格集中的军训生活，能显著激发学生们的主动发展意识，提高环境适应能力、抗挫折能力和吃苦耐劳精神，形成受益终身的良好生活习惯与工作作风，促使他们健康成长。

第三，军训可以培养学生的组织纪律性和集体主义观念。军训中规律的生活、紧张的训练、严格的纪律约束，可以有效地增强同学们的组织纪律性，培养同学们的团结协作精神和集体荣誉感，使学生们懂得只有齐心协力，才会取得成功；要团结友爱互助，要有竞争意识、团队意识和集体主义精神，才能把自己磨练成一个有用的人。

同学们，不经历风雨，怎能见彩虹？希望军训期间你们能以教官为榜样，对每一个军姿都认真训练，做到队伍行列整齐，步调一致。辛苦是一定的，你们会晒黑，会流汗，会消瘦，会把苦、累、酸、痛的滋味都品尝一遍。但是我衷心地希望你们不要退缩，坚持到底，并且能把军人的精神、军人的纪律观念带到今后的学习生活中去，勤奋学习，文明守纪，树立远大理想，走得更高更远！

团结一心 捍卫荣誉

高一（14）班班主任 刘高峰

充实而艰苦的军训在不知不觉间已近尾声。我们的学生不是军人，却已将军人的精神深埋心底。在这里，孩子们学会了服从命令听从指挥，懂得了团结一心众志成城，也拥有了强烈的集体的荣誉感。

“团结就是力量，团结就是力量，这力量是铁，这力量的钢，比铁还硬，比钢还强……”这嘹亮的歌声日日响起，在训练场上在同学们的心底飞扬。这是一首不老的军歌，它揭示着永恒的道理：“齐心合力，其利断金。”可见，团结是一个集体走向成功的重要保障。

训练场上，一排排，一列列，是正值花季雨季的少年在训练着，齐步走，正步走，跑步立定……任何动作，都要做到整齐划一，节奏一致，摆臂高度一致，踢腿高度一致，而这所有的“一”都凝聚着四十多颗火热的心，同学们踏着共同的节拍，朝着同一个目标前进。“一二一，一二一……”响亮的口号再一次响起在他们的耳畔，他们双脚铿锵有力，踏在训练场上，释放无悔青春，豆大的汗珠从他们的脸颊划过，如泉水般流之不竭，可他们任由它们流淌。为什么？他们难道不痛吗？不痒吗？不，都不是，是他们的心中装着整个连队。他们知道，不应该因为自己一个人的懈怠而影响整个连的荣誉！我们要捍卫荣誉！

内务评比，“优秀宿舍”的背后是全舍人共同的努力。内务检查，只要有一条被子不合格，所有人的努力都将付之东流。为此，宿舍里有了一个个细心叠被的身影，不行就重来，一遍又一遍，精益求精，我帮你，你帮我，团结，让愿望成真。在高一（14）班，荣誉，比任何事情都重要！我们要捍卫荣誉！

作为班主任，孩子成长的点滴就是我最幸福的给养。眼看着孩子们一点点熟悉，一步步成长，一个集体在慢慢成型与凝聚。我为14班全体孩子的表现感到骄傲，为拥有这样一群坚强、可爱的孩子而欣慰。



立定……任何动作，都要做到整齐划一，节奏一致，摆臂高度一致，踢腿高度一致，而这所有的“一”都凝聚着四十多颗火热的心，同学们踏着共同的节拍，朝着同一个目标前进。“一二一，一二一……”响亮的口号再一次响起在他们的耳畔，他们双脚铿锵有力，踏在训练场上，释放无悔青春，豆大的汗珠从他们的脸颊划过，如泉水般流之不竭，可

军营故事：今天我们走过的那些路

高一（2）班 黄欣纯

时间如沙漏，不间断地流逝着，军训的第五天开始了。伴着一声声响彻云霄的喊声“1——2——3——4”，我们期待已久的拉练便开始了。

阳光从树叶的缝隙中透过，洒在地上，洒在每个莘莘学子的身上，朝气蓬勃的我们站在训练场上，一手一个水杯，准备向六公里进军。

踏着整齐的步伐，口中喊着响亮的口号，我们向着河口小镇走去。没走多久，三班便向我们发起了拉歌挑战，刘教官便即兴发挥，编了一个顺口溜把我们逗得前仰后翻，气氛顿时活跃了许多。

拉歌，拉的是团结，是友谊，二班和三班的高声互动，让我们周围的空气迅速升温，豆大的汗珠沿着鬓间流下。我用手抹了一下，顿时双手湿透，但心中的喜悦丝毫没有减退。路边的野花在秋风中绽放，紫色的花瓣包含着淡黄的内芯，一声声称赞从同学们口中迸出，它们将美丽的姿容转向太阳，散发出勃勃生机，给有些疲惫的我们无声鼓励，让我们坚定不移地向着目标前进，完成六公里的拉练目标。

汗水冲刷走了我们的劳累，即使脚底有些疼痛，但这并不妨碍我们的拉练热情，“不积跬步，无以至千里，不积小流，无以成江海。”我们踏下的每一步都为我们的六公里拉练打下一个坚实的基础。终于，在我们的努力下，用毅力走完了全程，获得了最终胜利。

今天，我们走完了六公里的全程，见证了奔中学子意志如刚、勇挑重担、力创一流的顽强品质。

“团结就是力量……”，即使拉练走完了，但军歌的声音一直回荡在空中，久久不能散去。

挥动激情，放飞梦想

高一（5）班 卢璐

军号响起，公鸡啼鸣，睁开双眼，又是新的一天。

早上微风徐徐，透着一丝凉气，耳边的蝉鸣预示着夏日的结束，秋日的来袭，我们迈着整齐的步伐来到操场，开始了一天的训练。

上午是我们班独有的军体拳的练习，昨晚复习过一遍的我们今日信心满满。“军体拳准备！杀！”我们一招一招，整齐划一，气势庞大。虽然有一两个同学，还有一些动作不熟悉，但我们练得还可以。接着我们连贯起来，“杀！杀！杀！”响彻全场，一串串连贯的动作彰显着同学们的英勇和无畏，更显示着同学们的阳光向上，最后，同学们都累了，休息时也都在慢慢练着。同学们，加油吧！

下午时开始了我们期待已久的拉练训练。我们挥动着旗子，迈着步子向着山路里进发。

路上，同学们都高兴不已，欢乐地唱起了军歌，有的班级还唱起了其他歌曲，一声一声的欢响传遍了整个队伍，整个队伍都十分的轻快欢乐。同学们笑着走着，累了也不怕，走不动了，众人扶他一把，团结在一起，一起挥动激情，放飞梦想！不知不觉中我们走完了全程，最后的我们，虽然很累但也毫无怨言，拉练给予了我们团队的力量，给予了我们坚强的意志。

晴天中也会有小雨滴答，我们的训练也出现了一些小差错，有些同学们为了看打篮球而耽误了集合时间，被罚了深蹲。深蹲中的同学们都后悔不已，十分懊恼。这件事情告诉我们，队伍中有纪律，请遵守纪律！这是一个军人的天职，也是学生的责任，。国有国规，家有家规，所谓道没有规矩，不成方圆，这些深蹲使同学们谨记铭记规则，并严格遵守规则。

练军体拳中的我们，英姿飒爽，十分威武；

拉练中的我们，互相搀扶，团结协作；

受罚的我们，后悔不已，铭记教训；

军训中的我们，以至以后的我们，挥动激情，放飞梦想。

拉练征程

高一（10）班 徐钰婷

天空不再淫雨绵绵，却也阴云密布。随着旗手举起飘扬的旗帜，我们迈开步伐，开始了今天下午的拉练征程。

曲径通幽处，大自然就似一枝神奇的毛笔，一点一染，渲染出深浅不一的绿，或中间点缀些浅黄，紫罗兰，让原本幽曲的道路增添了几分生趣与活力。

沙沙蝉鸣，低低虫语，亦或是远处的遥遥犬吠，啾啾鸟啼，都让我们枯燥的拉练变得生动鲜活起来，大自然上演了一场现场的自然合奏会，每一个音符都让我们心旷神怡。

同学们的步伐在行进时并不算很整齐，却没有一个人掉队，他们的口号声是那样的响亮，连同脚步声一起，似在给所有人加油鼓劲。

我们的班级在整个队伍的后方，不时的从前面传来悠扬的军歌声，“团结就是力量”“学习雷锋好榜样”，此起彼伏，连绵不绝，好似在空无一人的丛林中，来自大山深处的声音。就在我们亮出大嗓门，喊口号、唱军歌的时候，竟出现了些不和谐的声音，“葫芦娃葫芦娃，一根藤上七朵花”，这突然“杀”出来的欢脱歌声听得我们那是一个猝不及防，都哄然大笑起来，可谓拉练途中最大一个笑点，没有之一。

路面时而平坦时而泥泞，我们都小心翼翼。同学们一个动作的帮助，一个眼神的扶持，都似乎更加增进了班级的团结。有人说拉练不就是走走路吗？我想说拉练不只是长时间的走路，更是同学间心与心更靠近、更团结的过程，在这未来的学习生活乃至社会中都有不可磨灭的巨大意义。

我们墨绿色的军服在越走越远时，渐渐和远方的山林融为一体，但班级前方飘扬的鲜红的旗帜却是那样显眼。我们就是一条在林间前行的游龙，旗帜上的标语是班主任对我们的殷切希望，随着风的舞动，带着我们的梦想飞上天去。

我们的征程从未结束……

学生日记：少年当磨砺，青春正飞扬

高一（6）班 潘嘉瑜

到今天为止，军训已经进入了白热化状态。一声声口号，一阵阵踏步声，一句句鼓励的话语奏出了属于军人的气质。一双双军鞋，一件件军衣，一条条军裤，穿出了军人的灵魂。而我们也正如“木受绳则直，金就砺则利”，用汗水熔铸，用努力浇灌，变成更好的自己。

今天我和吴雯被挑选出来练习阅兵仪式时领队的动作。从正步来看，我们俩踢得还不错，但是手头上动作一多就乱了。“动作快点！”我们便正步、摆手、摆头、正身，尽力一气呵成，动作敏捷，但动作却不优美，身子老会跟着头一起向右转。“身子摆直！”我们的身子真的朝正面，右手敬了一个好看的礼。但是左手不敬礼就一直在胸前徘徊，无论步子踏左脚还是右脚，手都没有放下。“左手放下，来都顺拐了你们！”我们又跟随步子把左手放下、拿起、放下、拿起。“走那么快干什么，赶着去投胎啊！”有时候我们没有把步子放慢……我们一个一个地把错误改过来，耐着性子，没有“水光潋滟”的雨，只有“山色空蒙”的我们。一次又一次，我们走得越来越好，敬的礼也越来越有军人的模样。

下午我和吴雯又在陆老师的监督和建议下改了几个动作，又进步了不少。经过几次训练，教官让我们跟上班级一起走，用我们的步伐再配合6班的步伐，这是一个极大的挑战。站在班级面前，有期待、有荣誉感、有紧张、有信心。“预备，齐步走！”“一二一！”我全身绷紧，紧得像一根琴弦一样，“一二一”我脑海里快速闪过一个一个紧要的过程，到底怎么样做可以做出最优美的军姿，到底怎么样可以配合全班，使全班成为军训中最耀眼的一颗明星。

即使教官对我们再凶，班主任对我们再严厉，我们都会默默按照他们说的去改正，努力闪耀自己的光芒，让我们的青春在军营中大放异彩。少年当磨砺，青春正飞扬……

第一个生日

高一（7）班 韦雨馨

开始的前一个中午，每一个人都在休养生息，为拉练做准备，但是我们都知道下午有一件重要的事在等着我们。

下午2:30左右，我们开始了拉练，其实一开始我忘记了这件事，我在路上唱着歌，看看沿途的绿植，这是刚刚下过雨的下午，空气湿漉漉的，微风吹拂过河堤岸旁的树叶，吹起河面涟漪片片，现在的风使燥热之中夹杂着一丝凉意。

到了路的半程，同学点点我，对我说：“可以开始了，快起个头。”我突然醒过神了，想起来今天中午女生们商量的大事，用一段时间为同学季嘉烨唱首歌，庆祝一下他的生日。突然间空气似乎变得稀薄，我渐渐加重了呼吸声，额头也滴下了汗水，我咽了咽口水，大喊道：“一、二、三！唱，祝你生日快乐……”逐渐地，所有的同学都唱了起来，此刻的我们都凝聚在了一起，我们有了共同的目的，这是我们第一个在高中度过的生日，是第一个我们聚在一起，真心实意地为一个同学庆祝。

虽然我没有回头，不知道他具体的表情和此刻的心情是怎样的，但是我觉得很开心，可能是因为是我策划的吧，不过更多的是因为我们第一次真正意义上的成为了一个集体。在军训期间，我们体验了人生的酸甜苦辣，尝尽了军营里的人生百味。在这里，我们完成了人生的第一个挑战，也度过了高中生涯的第一个共同的生日。

人之一世，酸甜苦辣，五味俱全，谁也逃不开命运的安排。因为命运，我们聚在了一起，因为命运，我们成为了7班这一个整体。我们在未来会走过一程又一程，翻过一座又一座大山，终于明白，有一些路，只有团结在一起，才能发挥出最大的力量，才能领悟生命的真谛。

希望未来，与你们同在。高一7班，第一个生日不是开始，而是新的挑战，未来，请我们一起携手走过。

千里之行，始于足下

高一（11）班 蔡伊洁

一滴雨悄然落在手背上，清凉入心，会操的日子如此悄然逼近。

坐在下面，看着前面变换的方阵，一个个陌生的脸，但做着熟悉的动作。第一个连的教官看着第一个连的队伍不齐，便一再整理他们的队伍，这是教官对他的学生们的负责之心。我坐在下面看着上面的队伍变换，转身靠脚声响亮统一回响在大棚内，心里生起敬佩和丝丝紧张。

轮到我们时，心里只有教官的指令，记性似乎已经失效了，身体不住的旋转抬腿，只看见自己的腿向上抬，和右侧对齐是唯一的目标。一转眼，大脑还在空白期，耳边已在回响鼓掌声，心里涌起自豪感。

中午每个人都专心致志的吃饭，《锄禾》不仅是诗，更是一种精神。不仅为大爱，更为自己充足精神，为下午的拉练充电，周围只剩下碗与筷的交相演奏。

红旗在前方飘扬，身边的同学们大声喊着口号，震耳欲聋，士气已振，蓄势待发，一声令下，面前一条条整齐的队列走过去，整齐的脚步踏在大地上。

君不见，千里之行，少年意气风发，百舸争流。

我处于整条队列的最末端，抬眼看前面大路十八弯，人群黑压压的，这条队伍也是那般蜿蜒曲折，最醒目的，还是队列前方一面面红旗迎风飘扬，风吹来少年洪亮的歌唱。

旗手自是与普通学生不同的存在，他们身上肩负着整个班级的象征物，使命使得他不得不比普通人要更困难地完成这个拉练。但他时时刻刻注意着保护旗子，右前方有枝头，他将红旗向左面一偏，抬手将那枝头往前一压，而旗手也会有失意的地方，他在途中也有过鞋带散了的经历，他将旗帜托付给身后的女生，女生也没有怨言，暂时承担了守护旗子的责任。

路上也会有来往的三轮车，因为学生队伍的前行而被堵在路口，但那些居民只是默默地等待着，观望着，没有抱怨，没有催促，而我们行走的速度也似乎渐渐加快。

这一天，饱含着汗水与艰辛。

古之成大事者，不惟有超世之才，必有坚忍不拔之志。

这就是我们，这就是军人精神。

五星红旗我为你骄傲

高一（12）班 汤颖

雨，断断续续下了五天，期待的拉练一推再推，终于在今天拉开了帷幕。

“激情澎湃，勇往直前”，响亮的口号声中，我们从军训基地出发了，一路上有清风徐徐，有鸟语花香。道路崎岖不平，一开始同学们好奇路边的风景，然后是抱怨、吐槽。

班主任也一路跟随，耳边一直响着荡气回肠的军歌，为我们加油、打气，最终在坚持中到达目的地。6公里拉练最终也被我们征服，没有想象中的艰辛，却有强烈的自豪感。

同样，满满自豪感的是在昨晚看开学第一课。罗广斌奋不顾身，即使身在监狱，也要做出一面红旗。曾经多少战士的流血牺牲，就为了等待新中国的成立，就是为了五星红旗能够重新飘扬。视频中红旗飘飘，我心中充满自豪，为祖国而骄傲。

不仅是战士们在为祖国的荣誉而不懈奋斗。1960年，当中国登山队成为第一个从北风登上珠穆朗玛峰的团队，他们就为五星红旗又添上了浓墨重彩的一笔。红旗在8848的顶峰高高飘扬，更代表了中国在世界舞台上的屹立不倒。几十年来，华夏子孙们也一直谱写延续着这份荣耀，他们有人用生命在北峰搭建“中国桥”，有人用64年征服珠峰。五星红旗信仰永不褪色，它需要人们去守护，也是人们心中的骄傲。

如今，我们也需要守护五星红旗，我们也在守护它。军训场上每个班都在积极训练，为了取得更好的效果，为班争光，为校争光。大会堂里，视频中国旗缓缓升起，我们起立唱国歌表达对国旗的敬意。香港事件，国旗被肆意践踏，而在其中也有一面面国旗被人们捡起，身边出现了一个个红旗手，为了捍卫国人的尊严。

五星红旗代表了我们的国家，我们虽渺小却用自己的行动去守护它，因为它承担了太多的艰辛与荣誉，因为五星红旗我们为你自豪！

军营风采

