



江苏省武进高级中学

# 军训简报



省武高军训营主办 2020年8月26日 星期三 第五期

## 军训进入火热的第五天

军训进入第五天，同学们继续以极大的热情投入训练中。

25日下午，训练场成为了特殊的“风景区”，教官们向同学们教授了战伤救治技术。战伤救治技术不仅可以用在战场上，还可以用于一些突发事件和自然灾害的现场救治，这些基础的救治能为医生下一步抢救生命提供更好的支持。同学们主要进行了止血包扎的练习。

几名“战士”头部“受伤”，这时只见一旁的“医护人员”拿出三角巾，先将三角巾的底边折叠两层，然后放于前额齐眉以上，随后将顶角拉向后颅部，再将三角巾的两个底角经两耳上方，拉向枕后作一个半结压紧顶角，接着将顶角塞进结里，最后再把左右底角到前额打结。因此就有了一道道亮丽的“风景线”。

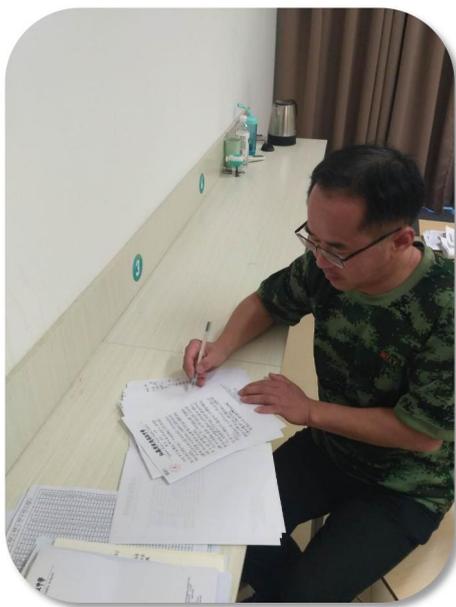
一位同学在日记中写道：“刚开始学的时候不熟练，教官说我们包扎得奇丑无比。”练习包扎手法时，同学们往往互相作为练习对象，有的同学的头被裹得像木乃伊一样。



26日晚间，大营地为同学们准备了一场非常适合高中生的文明礼仪讲座，专家教给同学们的礼仪覆盖生活的方方面面，更新了很多同学对文明礼仪的认知。

军训仍然在火热地进行，同学们学习的内容越来越丰富，祝愿同学们在接下来的日子里能够有更多的收获!

# 班主任寄语



进入高中的学习生涯，意味着人生迎来了一个重要转折。

军训生活对于步入高中的同学来说是陌生的同时也充满了好奇。在这段特殊的日子，望同学们能按照教官的要求，严格对待自己，培养自己独立生活的能力，锻炼自己的毅力，磨砺自己的意志，并将这种生活态度带到学习中，勇于进取，不断进步，成为一个全新的自己。就像一只雏鹰羽翼渐渐丰满，将继续通过重重考验，磨练一对坚硬的翅膀，在广阔的天空翱翔。希望同学们在新的集体里，努力学习，更加严格地要求自己，树立远大的理想，以崭新的姿态，勃勃的生机，面对未来的种种挑战，“自律者出众，不自律者出局”，期待所有孩子凯旋而归。

——高一（11）班 马文伟



22号早晨，我们整装待发，一张张稚嫩的脸庞面带微笑，我想你们一定是既期待，又害怕吧？我想跟你们说的是：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。

在革命战争时代，谁是最可爱的人？和平建设时期，谁又是最可爱的人？答案一定是我们的解放军战士以及各行各业的英雄模范。毫无疑问，解放军战士依然是我们新时代最可爱的人，我们应当向他们学习。向他们学习军人特别能奉献、特别能吃苦、特别能战斗的精神。在人生的道路上，谁都会遇到困难和挫折，就看你能不能去战胜它。战胜了，你就是自己的英雄，就是生活的强者！

同学们，军训已逐渐接近尾声，今天已经是第五天，看着你们日渐坚定的眼神，一双双磨破的脚，一张张挂满汗珠的红彤彤的脸蛋，我既有欣慰，也有心疼，更多的是感动。你们没有退缩，你们都是迎难而上的小英雄，当军训结束脱下军装的那一刻，希望你们能永远记住自己穿着军装时的样子，能在如此艰苦的环境中挺下来，你们也一定能顶住“骄阳似火”！你们是高一(12)班最棒的勇士！

——高一（12）班 汤菲菲



在这个世界上没有几个人会喜欢痛苦，因为人的本性就是追求快乐，逃避痛苦。军训是痛苦的，但是，我认为：痛苦是迫使自我蜕变，提升自我能力的一种动力。痛苦也是快乐的根源，精神的财富。没有痛苦也就没有快乐，能承受痛苦，才能越发的了解人生。使我痛苦者，必使我强大。我们要感谢那些让我们痛苦的人和事，是你们，让我们在自我否定和自我肯定中，找到了自己该“扬”该“弃”的部分；我们要感谢那些使我们痛苦的人和事，是你们，让我们在不断发展

的过程中，完成了由量变到质变的蜕变；我们要感谢那些使我们痛苦的人和事，是你们，让我准确找到自身的缺点和问题，积极去克服和面对，让我们不断成长和进步。所以我们要大声的说：使我痛苦者，必使我强大。

——高一（13）班 刘赫



伴着集结号吹响，踏着晨曦，一群青少年们满怀斗志地开启了他们的军训之旅。孩子们，军训是你们入学后面临的第一次考验，也是高中赋予你们的珍贵礼物，更是你们从稚嫩到成熟的蜕变。马克思曾经指出：“一个时代的精神，是青年代表的精神；一个时代的性格，是青年代表的性格。”青年，是整个社会力量中最积极最有生气的力量，你们的精神、你们的性格彰显着时代的风貌，而军训正是磨砺你们意志、见证你们风采的好机会。在艰辛的训练中，我相信你们定能锻造出肯学习，能吃苦，敢拼搏，勇担当，有作为的优良品质。

然而，军训只是高中生活的一段短暂的旅程，未来的路还很漫长，孩子们，你们的青春也才刚刚启航，希望你们迈好高中第一步的同时，把握青春，面向未来。“青春由磨砺而出彩，人生因奋斗而升华。”省武高的学子们冲吧！2020级高一14班的孩子们，奋斗吧！努力朝着前方奋力拼搏，做会发光的青年人。我期待着你们的蜕变绽放！

——高一（14）班 宋清华

# 家长寄语

酷暑难挡的八月，  
美丽的太湖畔，  
生机勃勃的军训基地。  
大地颤动，吼声震天。  
莘莘学子：须眉英姿焕发；巾帼铿锵玫瑰；  
令行禁止，井然有序；挥洒汗水，昂扬斗志。  
向着朝阳，顶着烈日，送走晚霞，迎接华光。  
以饱满的热情，充实着每一天。  
让热浪沐浴！  
让心灵涤荡！  
让青春如火！  
让秀发飞扬！  
来一次不一样的旅行。  
感受不一样的生活。  
敬畏一切！  
使灵魂升华；使身心蜕变；使人生丰满；使父母慰藉！  
万语千言，  
拳拳父母心！  
期盼！  
龙飞凤舞之时……  
预祝！学子们军训圆满归来！

——高一（4）班家长寄语

我最亲爱的女儿：

一晃，你从小小一婴儿长成了婷婷玉立的大姑娘，现在更是一名优秀的高中生。

今天是你军训的第三天，也是你离家去学校的第六天，每天我和你爸爸都在每一张照片中搜索你的身影，看到你专注而又认真的眼神，我相信，经过了军训的洗礼，你会比原来更加优秀，将是独立、自信、健康、阳光的，也不会害怕接下来的三年高中生涯。接下来妈妈还想对你的高中学习

和生活再说一段话。

女儿，每一个人都有一个辉煌的未来！但是隔着书山，站在汗水对面，只有跨越山河方可遇见，若你懈怠这个过程，你将永不可见。人生仅此一次，是苟活还是精彩，由努力程度而定，努力过才无悔！或许你更清楚，能让自己更优秀的不是妈妈的督促，不是老师的鞭策，是自己主动的迈开的步伐，用它去丈量前程，才能找到更优秀的自己。女儿，别把本应不凡的你轻易丢掉！

毕竟，你的人生你负责，你的人生你做主！

你已走过了懵懵懂懂的初中，接下来将走进目标明确的高中，愿你在高中洒下的每一滴汗水，都能收获丰厚的果实。不管任何时候，转身，爸爸妈妈永远站在你身后！

非常非常爱你的爸爸妈妈

——高一（5）班 季嫣然家长

九年苦读，金榜题名，终于进入省武高。匆匆背起行囊，我们踏上新的征程。穿上军装，手握钢枪，青春有我，军训我们来了。锤炼身体，锻炼意志，激情飞扬，心生豪迈，增长自信，还有什么是我们做不到？为了目标，我们奋发图强，为了理想，我们努力拼搏，为了能做祖国栋梁之材，我们不忘初心继续潜行……古云：吃得苦中苦，方为人上人，祖国有我，安能不放心？加油吧！少年！让我们时刻准备着!!!

——高一（6）班 龚翔煊家长

孩子你好！转眼间自己的孩子长大了，开始接受军队的洗礼了！做父母的有几条建议给你。

一是克服困难、严格训练，培养强健的身体和坚强的意志。战高温、练军姿，正是你“苦其心志，劳其筋骨”的开始，为你将来的学习、高考和工作，打下力扛大任的基础。

二是令行禁止、听从指挥，培养自律的习惯和力争上游的进取心。高中三年的学习，如果没有自律性，是无法取得好成绩的，甚至被淘汰！希望你从此刻起，就严格要求自己，力争上游！

三是积极实践、团结协作，培养自理的能力和沟通的技巧。你是一个独立性比较好的孩子，但独自离家这么久还是第一次，希望你在教官、老师和小伙伴们的帮助下，统筹安排好自已的军训生活，和同学们同吃同睡同出汗，并建立深厚的友谊。有想法和事情，要积极沟通，勇于表达自己的观点，这样才能在未来的社会上立足。

爸爸妈妈等待你胜利凯旋!!

——高一（7）班 家长寄语

# 军训感言

军旅第五天，训练场上。清晨的第一缕阳光冲破被云雾笼罩的山丘，心中略略忧虑与疲惫。高强度的训练，仓促的作息，孤单的起居，难免使人心生畏难。但无论何时何地，爱都会抵达。

训练中途休息，我回到训练场。班主任拿着一张纸递给我。我拆开一看：黄凡妈妈的家书！放在手上，一张普通的纸，却是沉甸甸的重量。我妈妈的一字一句、言语情绪，都展露无遗：有对我训练的关心，生活的提醒，以及对我的鼓励与支持。

如何能不感动呢？无论身处异地他乡，家书永远是在我快要撑不下去的时候，医我的良药。

军训中，有这一份简洁而有力的家书，前方的路，即使大雾遮挡、风雪交加，我也会坚持如一，砥砺前行。

——高一（8）班 黄凡 8.26

今天最感动的还是舍友的努力。

宿舍评分上有三块，两块满分，被子那一块却只得了18分，最好的宿舍有28分。舍员们在家里大都不做家务，平时也不大受委屈，我以为大家的信心会受挫，不愿意做内务这种繁重复杂的工作了。事实上大家都相互鼓励，虚心地向优秀的舍友请教我们叠被子。整个练习时长长达一个多小时。

昨天被子被扔出去还大哭一场想回家的“娇气包”们，今天就能接受短暂的失败并改进自己的短板，难过归难过，任务归任务，这一点非常让我感动。我想这是训练的本意，也是我们成长的体现吧。今后再面对困难，我想大家都有勇气去面对，而不是逃避了。

军训前无法理解“纯受虐，找罪受”的意义，而今我能明白了。

粮食不能浪费，一粒一粒来之不易；同学不能嘲笑，我们是一个集体，要团结一心；“病号”也得完成应该的、简单的、力所能及的军训任务，不能“颐养天年”，在部队里，甚至有伤员断了一条腿绑着绷带还要举沉重的枪瞄准练习。

很开心今天和商靓班长、丁鹏同学一起完成了“你折我猜”的小游戏，同学们的气氛都很高涨，我也觉得十分成功、圆满和幸福。

期待与更好的自己相遇在八月二十八日。



——高一（5）班 陈姝静 8.26

已经连续好几天认真打扫卫生了,照理说更加习惯、轻松了,可是我却感觉每天上午的练习愈加累了。上午班主任特意为我们写的日记来跟我们说。“你们写的日记已经一篇都挑不出来了,尤其是女生,写的比男生都少,有的只有3行。”我听后觉得很无奈,心想着每天中午就要交而且中午写的时候很困。更何况,有时还没有东西可写,就只能把字写大点,随意概括一下完事了。我希望在剩下来的一些时间里能够寻找到比以前的自己更严肃认真,谨慎细致的我。写作文就是要真情流露,来反思自己。

中午集合的时候,总教官说大家的内务卫生都做得不错,就是最关键的还是要加强被子的质量。我很气馁,明明每天将近5点就起床、叠被子,我跪在地上擦地,可是为什么总得不到表扬,其他宿舍是怎么做到的,他们是如何改进被子的,我们的被子为什么不能更上一层楼,如果一直止步始于此,那我们的分数就会被反超。最后沦为最后一名,这肯定是舍友不愿看到的。



原以为越努力越幸运,我才意识到有盲目努力,虽会有结果,但未必能达到预期。要用智慧去解决问题,被子太厚了,就用本子、硬板等去压,豆腐块的每层大小不一就用尺子、固定的标准去符合自己的风格。棱角不好,按照教官教的去弥补。事情总能解决,不能靠蛮力,要靠脑子。冷静下来,反思分析,就能洞察到自己的不足。

就像《乡土中国》中所说的:“学的方法是‘习’。”习是反复地做,靠时间中的磨练,使一个习惯于一种新的做法。因之,学习必须打破个人今夕之隔。

我想,成长也是如此。

——高一(13) 卢子怡

这是来到太湖湾教育大营地的第五天,因为脚上的旧伤复发还没有完全好起来,我就只能在一旁看着同学们训练。但即使是看着内心也是颇有感触的。

上午同学们第一次进行了会操,看着我们十一班上场,井然有序、训练有素地在教官的带领下一步一步地进行着。看着我们班由开始的杂乱无章到现在的整齐有序,我心中油然而生出了一股自豪感。

下午腿已经好些了,努力参加到了同学们的训练中去。“青春飞扬!拼搏自强!十一十一!永争第一!”的口号在训练基地里一遍又一遍地响起。“哒哒哒”的脚步声在耳畔回响。下午出了很多

汗，脚底又开始了从前的疼痛，但我心里是高兴的。因为训练使我感觉到我是班级的一员，我和同学们在一起，而不是作为病号孤零零地在一边休息。

晚上我们接着昨天的步伐，观看了电影《战狼》，仍旧是让人热血沸腾。

希望今晚可以在雨声中做个好梦。

——高一（11）班 范煜阳 8.26

## 军训掠影

