



江苏省奔牛高级中学



军训简报

第7期 2020年9月6日 星期日
省奔中高一年级管理小组 主办 <http://www.bngz.xbedu.net>

会操验成果，篝火扬风采



9月5日下午，省奔中2020级新生军训队列动作会操比赛在溧阳青龙山训练基地训练场举行，700余名新生分成14连接受检阅。基地副营长李佩峰和省奔中4位老师担任了此次会操比赛的评委。在各教官的带领下，各连依次接受检阅，分别进行了立正、稍息、跨立、敬礼、停止间转法、齐步正步跑步等军训内容的会操比赛。同学们动作整齐划一，精神饱满，嘹亮的

口号划破长空，响彻云霄。

队列比赛结束后，两个优秀宿舍的同学为大家展示了“叠被子”。“豆腐块”多次出现在同学们的日记里，经过六天的内务整理训练，他们由开始的手足无措到现在的熟练操作，表现良好。展示的同学叠被子既快又好，赢得了大家的阵阵掌声。

星空如墨，凉风习习，在大家的期待中，高一年级分管校长纪晓平点燃篝火，熊熊燃烧的烈火渐渐朝天涌去，红色的火焰映照着整个训练场，照亮了大家那激动的、欣喜的、快乐的面庞。熊熊篝火燃起来，动感的音乐声响起来，大家秀歌技、口技、舞技。同学们多才多艺，相声、歌曲、舞蹈……充满力量，更有教师代表和教官代表献唱，现场掌声如潮，欢乐一片。

军训，是三年高中生涯的开始，经过六天紧张而又充实的军训生活，同学们都有丰富的精神收获。他们挑战自我，强化了国防意识，磨练了意志品质，培养了严明的组织纪律性和团结拼搏、勇于进取的精神。相信所有同学都能带着健康的体魄、坚强的意志以及乐观的心态踏上高中征途，并在人生旅途中走得更远更高。



春华秋实

高一(5)班 顾兴



种子是先播种才能开花，结果……最终落地。

训练了六天，今天是最后见证结果的时刻。这短短六天的经历大起大落，从对教官的疏离到熟稔，从懒散到酸胀，从无知到熟记，从无所谓到在乎，从涣散到团结。在不知不觉中我们好像变了很多，又好像什么都没变。

风吹得衣服飒飒作响，阳光照得脸庞隐隐

发黑，全年级都在广场上准备接受最后的验证。从校长发令开始以后，所有人都安静地等待着，我坐在位置上紧张的发抖。一连上台以后，三大行军步伐走的不是很理想，我颤抖着想着我们上台的模样，旁边的同学抓住了我的手，握得紧紧的，力量从手中传来，让混沌的大脑清醒了片刻。

身旁的连一个个离开又归来，终于到了我们。我身旁的一方天地，握成拳，撞了撞，小小声地说：“五班最棒！”上场后，当真的听到教官的命令，心里的紧张殆尽，只剩下教官的命令。一步步做好动作，直至结束，哪怕有少许的重心不稳，也很快挺住。当教官下完最后一个命令，全场掌声轰鸣，长叹一口气，无论结果如何，我们尽力了。

揣着一颗躁动的心，等到晚上所有班都对我们拉歌时，我们看向教官，他笑而不语，班主任在一旁笑着点头，我们知道，苍天不负有心人，我们赢了！

果实成熟，拉下树时，树一定是笑的。

阳光下，少年最好的模样

高一(1)班 阮秋迟

群山起伏，绿树挺拔，阳光炽热，红旗飘扬。

蓝天白云下，同学们紧张地准备着，心情激动又忐忑，等待会操比赛的到来。

“一班准备！”总教官一声令下，同学们注意力高度集中，准备起立。在还未站稳之时，脑海中突然浮现出了种种纷乱的回忆——烈日下的汗水，骄阳下的泪珠，狂风中疾走的脚步，暴雨中整齐的踏步声，还有教官的期盼，老师的教诲，或是自己单薄脊梁后的不屈风骨，稚嫩外表下的坚强与执拗。





那一刻，像是万物皆哑，世间烟火也忽然停下，眼中只剩下海报上的几个鲜红大字——热血青春，不负勇往。

“齐步走！”教官的指令短促而响亮，打乱了同学们纷飞的思绪。开始了！同学们抬右手，踢左腿，向前走去，像一支纪律严明的百万雄兵奔向沙场。目视前方，精神抖擞；脚步清脆，铿锵有力；动作快速，整齐划一。

整套动作完成的流畅而快速。正步踢完，尘土飞扬，同学们脸上带着自信的笑容，如同征战沙场的将士得胜归来，衣锦还乡。倏忽间，全场爆发出如雷鸣般的掌声……

阳光温柔地洒在身上，同学们仿佛闪着金光，踏破迷茫，踩碎虚妄，脱去昔日稚嫩的外衣，穿上无坚不摧的盔甲，以智慧为剑，以勇气为斧，不骄不躁，不喜不惧，绘出少年最好的模样。

致王教官的一封信

高一(11)班 高鑫雨

亲爱的王教官：

您好！

今天是军训的第六天，您陪伴了我们六天的时间，把我们从一个个幼稚的孩童，训练成了一个又一个有素质有担当的铮铮男儿。我们晒黑了，黝黑的面庞下是一个个艰苦奋斗的身影；您也晒黑了，嗓子嘶哑了，甚至连说话都变得困难无比，您辛苦了！

一直以为您很凶，特别是让我们走鸭子步时，我感觉您已经凶出宇宙了，但是仔细的看，会发现您对我们真的很用心。我做错了动作，您手把手教，休息时间又充满欢声笑语，您陪着我们，陪着我们站军姿，教我们齐步走、跑步走、正步走，矫正我们蹲下、起立、稍息、跨立、立正的姿势。因为有您，往日我们的懦弱、胆怯和幼稚，已通过这六天的训练变得吃苦、坚持、执着起来。您每一次的惩罚，表面上是为了罚我们的不守规矩，但实际上是为了锻炼我们勇于承担，不惧艰险的勇气和毅力。您的出现正验了那句：“横眉冷对千夫指，俯首甘为孺子牛。”

您知道，今天中午我们 306 宿舍的人都哭了，因为我们的不争气，我们的不用心导致您大发雷霆，最后连理都不理我们，枕头上沾满了悔恨的泪水，悔的是为什么没有像昨天晚上那样走的让您满意，恨的是为什么自己不争气，没有走得更好，踢得更齐。

回想这六天，痛并快乐着。曾经站五分钟军姿都站不住的我们，现在以高标准的姿势站 30 分钟都没问题；曾经深蹲连十个都做得费力的我们，现在连做 50 个，气都不带喘的；曾经鸭子步一步都





走不了的我们，现在连走 400 米，脸都不带红的；曾经连一公里都走不了我们，现在走了 15 公里，依然活蹦乱跳……

我们成长了，变得坚持，变得执着，有信念，有毅力。这所有的一切，都离不开您的辛勤付出。

篝火晚会上跟着您唱歌的时候我哭了，结束后听着您总结时我又哭了，是因为悔恨今天没有能取得好名次？不，更因为不舍。

谢谢您，王教官陪伴我们度过人生当中最必不可少的七天。

此致

敬礼

高鑫雨

2020 年 9 月 5 日

好哥们

高一(3)班 沙荣昊

光阴似箭，岁月如梭。军训已经接近尾声了。遥想少年当年，全员出发了，雄姿英发，羽扇纶巾，谈笑间向梦更进一步。

所有教官各有各的性格样貌，尽管他们或多或少有些严厉，有些幽默，有些热情，但我们会记住他们很长一段时间，毕竟这是一次令人难忘的经历，对以后的就业工作，学习交流都有一定帮助。

我们教官是一位外表严格，内心温情的人。在训练时，严格要求，一丝不苟。在生活中，则是如同我们兄弟一般。这种感觉是我们三连全员共同认定的。即使我们犯错误，不认真训练时，他也没有太多地训练我们，罚我们。

七天时间仅剩半天，面对之前的过错，我们承认，我们后悔，珍惜剩下时间，好好相处。当年身为天之骄子的我们，经过几天的训练，明白人要活在当下，学习也如逆水行舟，不进则退。

教官几天的陪伴让我们明白，分别在所难免，有缘自会相见，希望有缘再见！

自食其果

高一(1)班 贡欣怡

嬉笑声，闲聊声在宿舍楼内交织，糅杂，女同学们三三两两地从楼里悠悠走出，交头接耳，全然没有一个整齐的队伍的模样。





“女生趴下！俯卧撑预备！”教官严肃地吼道。原本嘈杂的集合点顿时鸦雀无声。大家见状便跌倒在地，做出准备姿势，但些许不解在女孩们的脸庞上浮现，似乎处于云里雾里，不知其故。

“这是你们自食其果！集合吵吵闹闹，排队松松散散像什么样！”教官怒气未消，补充道。语罢，我才恍然大悟，忽视队列纪律的确是我们自食其果，该受罚。可吵的人又不是我……此番想法在我脑海若隐若现。

“一、二、三……”做着看似无尽头的俯卧撑，疲惫感从四肢慢慢蔓延到全身，空气逐渐焦灼起来。忽地，拉练时同学们的歌声萦绕于我们耳畔，“团结就是力量！”往日的悠悠歌声化为了一只援手，把我拉出了抱怨、消极的深渊。

团结是一种强大的力量。小到宿舍，大到学校，都是一个团体。团体中有错误，唯有每一个人齐心协力，共担结果，才能运用好团结这把利剑，为我们披荆斩棘，战胜挫折，共同成长。

体能加训是教官赠予我们的果实，初尝之际虽苦涩难熬，细嚼之后却是无限甘甜，揣摩出团结的真谛。

这个教官我们喜欢

高一(3)班 霍金雨、秦雨乾

“我们班教官好好啊，明天就要走了，好舍不得！”

我们的教官像个大哥哥，“不抛弃，不放弃！”是他的口头禅。处于15 16岁叛逆阶段的我们总是犯各种各样的错误，但是我们的教官在训练时会严肃地教导我们，在休息时会笑容满面，用最简单朴实的语言讲社会现实中的道理，以防我们误入歧途，稍严重时会像大哥哥批评小朋友一样教训我们。但是我们真的真的很喜欢我们的教官。

我们的教官像个小孩儿，休息时它会与我们面对面坐下，听我们讲着有趣的事情。他总是咧着嘴，眼睛眯成一条微向下垂的线条，露出最天真的笑容。远远望去，阳光与树影共同打在它绿色的t恤上，波澜起伏，花纹变换，看上去就像一个乍添新衣的孩童一般愉悦。有时教官还会掐掐同学的脸，与我们打成一片，我们真的真的很喜欢我们的教官。

我们的教官像个长辈，他总是叮嘱着我们有困难一定要去找她，他也会时不时地主动去帮助学生，比如同学们买完水，他总会二话不说，将那一箱水往肩上一扛，大步走向学生宿舍，跟在他后面，看着他高大的背影，心中不觉涌出一股暖流，滋润了全身。一如拉练时，教官帮女生背书包帮学生提水。这些难以发觉的来自教官的关系，如雨水一般滋润了华年。我们真的真的很喜欢我们的教官。





你说：你是我们生活中的过客，生命的一部分。

我们想说：我们想用这篇文字留住你这位生命中的重要的过客。

这个教官我们真的很喜欢。

关于表彰江苏省奔牛高级中学 2020 级高一新生 军训优秀集体和个人的决定

我校 2020 级高一学生军训工作在学校领导和青龙山训练基地领导的高度重视和亲切关怀下，在参训教官、年级管理小组、全体班主任、宣传组老师和 2020 级全体同学的共同努力下，现已完成全部既定任务。在军训中，省奔中 2020 级全体学生不怕苦、不怕累，克服困难，挑战自我，强化了国防意识，磨练了意志品质，培养了严明的组织纪律性和团结拼搏、勇于进取的精神。

为表彰先进，树立榜样，经军训领导小组评审，决定授予：

1. “优秀连队”

5 连 一等奖

14 连、1 连 二等奖

2 连、12 连 三等奖

2. “优秀宿舍”

2 号楼：101 103 107 305

3 号楼：302 107

4 号楼：107 106 202 204

3. “优秀营员”

一连：杜文壮 许益 李昱 段顾妍 郭雨轩 贺欣彤

二连：张云豪 高阳 荆煜洲 夏楚明 朱雨函 钱怡卉

三连：夏彤 刘亦菲 汪海龙 王睿晖 吴玮 顾珂敏

四连：柴圣宇 牛聚才 王涵秋 刘玲 周超 叶雷

五连：阚涵滢 赵双 彭辰 姜可盈 张慧 朱嘉艳

六连：蒋聿 潘佳怡 胡娜 卢安琪 管梓成 袁雅菲

七连：孙宇飞 缪予新 殷小钰 方文丽 蒋璐欣 王晓雅

八连：黄奕雯 张恽洁 祁城轩 邱冰倩 金玲 包凌波

九连：周阳 高毅 潘梦雪 李鑫 王娱佳 管宸



十连：彭馨悦 雍缘缘 王蒙 彭天创 汪子腾 翟瑛琪

十一连：吴燕灵 张家栋 耿立恒 韦世椒 丁峥岩 顾羽彤

十二连：刘泽轩 袁琳 周思含 江渊 张伟豪 蒋可

十三连：朱粲 王曜源 芮志超 王素洁 吕青瑶 薛文静

十四连：颜文雪 俞景瀚 钱元旻 言怡宁 李奕颖 堵佳琦

4. “优秀通讯员”

1 连 阮秋迟

7 连 方文丽

11 连 高鑫雨

5 连 顾兴

9 连 潘梦雪

12 连 周秦潇

5. “爱我国防 青春报国”征文比赛 一等奖

1 班 一等奖 李冠辉

6 班 一等奖 袁雅菲

11 班 一等奖 蒋慧

2 班 一等奖 李欣怡

7 班 一等奖 王晓雅

12 班 一等奖 张云蕊

3 班 一等奖 林芳怡

8 班 一等奖 胡紫涵

13 班 一等奖 吴玲玉

4 班 一等奖 王涵秋

9 班 一等奖 郑羽

14 班 一等奖 徐熠

5 班 一等奖 罗妮

10 班 一等奖 李冰倩

6. “爱我国防 青春报国”征文比赛 二等奖

1 班 二等奖 朱家恺

6 班 二等奖 梅帅康

11 班 二等奖 许涵哲

2 班 二等奖 朱玉珍

7 班 二等奖 蒋欣凌

12 班 二等奖 杜爽

3 班 二等奖 陈炜文

8 班 二等奖 陈昊炜

13 班 二等奖 张坤

4 班 二等奖 刘卓昊

9 班 二等奖 吴晗

14 班 二等奖 张希睿

5 班 二等奖 夏扬

10 班 二等奖 潘稼佳

希望受到表彰的班级和个人珍惜荣誉，戒骄戒躁，再接再厉，把军训中学到的优良传统和养成的优良作风带到今后的学习、生活中去，为进一步促进我校校风、学风建设做出积极贡献。



江苏省奔牛高级中学
溧阳市青龙山训练基地军训科
2020 年 9 月 6 日



2020 年军训结营式发言稿



江苏省奔牛高级中学 副校长 纪晓平

尊敬的溧阳青龙山训练基地的全体官兵，亲爱的同学们、老师们：

大家上午好！

刚才，我们在这里举行了隆重的军训会操，同学们步伐整齐，精神昂扬，全面展示了我们奔中学子朝气蓬勃、奋发向上的精神风貌。

感谢同学们一周以来的出色表现。军训中，同学们顶着烈日冒着细雨站军姿、练齐步、踢正步，汗流浹背。一声声呐喊，迸发出同学们青春和热血的活力；一句句口号，汇聚着同学们克服困难的决心



和勇气。在军训中，你们敢打敢拼，敢闯敢为；你们互帮互助，不甘人后；你们豪气冲天、英姿飒爽！腿脚练酸了，你们没有叫苦；汗水湿透了衣服，你们没有喊累；站军姿晕倒了，休息一会儿再练；脚上磨出水泡了，你们咬牙坚持；15 公里的拉练，你们紧跟军旗不掉队。老师被你们这种不怕苦、不怕累的顽强意志而感动、为你们有这种吃苦耐劳的坚强品质而骄傲！所以，同学们，请把最自豪的掌声献给我们自己！

感谢我们这一群有技术有颜值的教官们。你们是严格的，向同学们展示着军人的风姿、军人的精神；你们是耐心的，为同学们一遍遍示范、一遍遍指导、一遍遍纠正，让同学们走起来更有神、喊起来更有劲；你们是细心的，关心同学们的身体，教会同学们叠出象艺术品一样的“豆腐干”；你们是坚强的，训练场上始终有你们挺拔的身姿、高亢的口令声。你们是充满激情的，拉歌的热情感染着同学们。所以，请把充满敬意的掌声献给为军训付出辛勤劳动的青龙山全体教官们！

感谢我们最可敬的老师。同学们：他们时时陪伴，只为在你辛苦难耐时转头就能看到他们默默守护的温柔身影；他们细细叮咛，只为在你身心疲惫时能感受到最强大的精神支持；他们举起手机，只为记录下你训练的精彩瞬间，以慰你们父母的相思之苦；他们批阅日记，只为发现你们最深切的军训



感悟。你们有过错，他们揪心、难过，但不能姑息，依然会宽容你们的成长；你们有进步，他们感动、骄傲，但不能放纵，依然会严格你们的点滴。所以，请把最感恩的掌声献给可敬的老师们！

感谢我们勤劳的军训宣传组。他们用一篇篇精彩的军训报道、一张张鲜活的军训照片记录下同学们难忘的军营生活，而同学们在军训中的随笔、感悟也被修饰之后变成了一期期丰富的军训简报，让更多的人了解我们的军训。军训宣传组传递的一封封情真意切的万金家书，更让我们艰苦的军训生活充满了温情。所以，请把最感激的掌声献给勤劳的军训宣传组！

感谢我们温柔的医生和生活老师。在整个军训期间，同学们身体有任何不适，她们都会耐心细致、不厌其烦地给大家最贴心的帮助，正是有她们的一路护航，才使得我们同学的军训任务完成的更加顺利。所以，请把最热烈的掌声献给我们的医生和生活老师！

当然，我们还要感谢自己的父母，那一声声叮嘱、一句句鼓励，凝聚了他们最深沉的爱意和牵挂！感谢学校领导为我们的军训提供强大的后勤保障！

同学们，今天我们在训练场上强健体魄。明天，我们将走进教室，遨游于知识的海洋，用丰富的知识充盈我们的头脑。训练场上的严格规范、一丝不苟、知难而上、勤学苦练、甘洒汗水的训练要诀，同样也是我们获取知识的法宝、取得成绩的武器。希望你们把军营中的团结友爱带回校园，把军营中养成的整洁干净的习惯带回校园，把军营中养成的文明礼貌带回校园，把军营中养成的顽强勇敢带回校园，在这个没有硝烟的学习战场上尽显自己的英雄本色。在今后的学习中，我们老师必将和你们一起，乘风破浪，不惧风雨！

最后，让我们再次向为军训付出艰辛劳动的全体教官表示最衷心的感谢！祝老师们工作顺利、万事如意！祝同学们生活愉快、学业有成！

