



江苏省奔牛高级中学

军训简报

第3期 2021年9月17日 星期五

省奔中西藏班管理小组 主办

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

书写神勇

吴祥铭

五千年的历史铸就了中国龙，
五千公里的跋涉走来了高原红。
绿色军营正气阳刚崇尚英雄，
迷彩青春意气风发谁肯认怂？

猎猎战旗红色基因流淌心中，
高原少年自信豪迈摆脱懵懂。
肩负光荣使命继承革命传统，
严守铁军纪律捍卫集体光荣。

雄鹰就该勇敢展翅翱翔天空，
鲤鱼就该奋力跃起化鱼为龙。
草原上的格桑花将天涯染红，
西藏来的娃儿们定书写神勇。



即使太阳落山，也会东山再起；即使黑暗笼罩了世界，也会有光明冲破黑暗；即使我们远在他乡求学，也有陪伴我们的“第二父母”。当然，此次青龙山军训基地中也有了那几个暗中关爱我们的“父母”们的背影。

军训时光走过两天，从周三上车开始，老师们便已为我们的七天军训操碎了心。他们虽都年过四旬，但不怕辛苦陪同我们来到了这里。每天早晨六点多开始起床，来观察陪伴我们训练，从排头到排尾观察每一位学子的动作要领，并及时指出纠正。同时对我们的军训生活进行照相记录。



所谓“严师出高徒”记得刚来的第一天，教官说可以放松一点，不会对我们太严格。然而就在下午，老师建议教官严格要求我们。于是教官开始对我们进行严格训练，从行止间转法到蹲下与立正分解练习，一个个姿势都要保持十几分钟之多，平时短暂的课间十分钟在那时变得无比漫长。经过两个多小时的晚间训练，我们的队伍从无序变成了有序。也许就是因为老师们的要求，我们才有了如此巨大而又非同凡响的进步。

点滴不遣，始成沧海。微土不辞，终为泰山。没有老师们在暗中细致地为我们作铺垫，我们的军训生活也许将不会如此顺利。记得在第一天的开营仪式上，陪同我们一起来的三位老师亲切又庄严地向我们提出军训的各项要求。还记得昨天，由于 18 班的几名同学，未完成一天的军训日记，被我们班主任吴老师教育了一顿，最终吴老师向教官提议要严格要求。教官就惩罚他们做三十个俯卧撑，让他们长长记性。

下午，我们在寝室里写日记，黄副校长走了进来，问候了我们每一个同学，又亲切地询问我们对军训的感受。我们宿舍有个同学向他咨询高考政策，他立马面带微笑，耐心无比地答疑。这也许就是所谓的“课上师生，课下挚友”吧？

正是有了每一位老师在背后作出的无声付出，才会有我们的光辉岁月。负责军训宣传的翟老师在烈日下用相机收集我们军训生活的角角落落，记录每一段美好的时光。每个老师地背后克服了种种困难，临难而上，才会有我们美好的明天。也因他们在暗中的关爱，才有我们充实而难忘的军训生活。

如果说高中生活是一个
人觉醒的最佳时代，那么军
训就是觉醒的第一堂课；如
果说老师是你人生的领路
人，那教官将是我们高中生
涯的第一位引路人；如果说
军训后我们都是刚强的战
士，那教官就是训练我们的
铁血军士……

“嘟……嘟……”早晨
六点，教官准时吹响了起床
哨，同学们站好队列时，发
现教官早就在集合地点等着
我们了。虽然军训日子不
长，但我依然会清晰的记得
那个早晨，风和日丽，我们
意气风发，来到了军训基
地，我们立即被军训基地的
壮丽景观深深迷住了。但是
最令我难相忘的，还是一下



车时的那位身好魁梧的教官，远远看去，在我们下车前，教官站的如同一棵笔直的大树，我们刚下车，他就喊道：“全连立正！”我们一下子被他的如洪钟的声音震撼了。我们再走近一看，教官黑红的脸膛上，只露着白白的眼珠。他戴着军帽，穿着整套的迷彩服，显得高大威武，再看他的脸，被太阳晒的乌黑，简直就是一块行走的“煤炭”。于是我们跟着教官开始了“美好”的军训生活。

集合后，队伍整齐有序，教官微微一笑：“太慢！全营都有，二十个俯卧撑，开始！”有人开始小声抱怨起来。“嗯？嫌少是不是？那就三十个。”啊！这教官也太不讲理了吧！于是我们又暗地里叫他“黑老虎”。来到了训练场，教官开始指导我们训练。“立正要站如松，不能动，手紧贴裤缝，要干脆利落，这才像一个真正的兵！”

军训一生难忘，教官磨砺军魂！军训时虽严，但是严师出高徒。只有严格要求，我们才能领悟部队的军魂，我们才能受益终生；强健的体魄，坚强的意志，超强的动手能力，为我们今后的学习和生活打下坚实的基础。

教官，你像一个火把，为我们照亮前行的道路；教官是山，为我们挡着吹来的凛冽寒风，教官是笔，带我们描绘人生画卷上精彩的一笔！

“报告，教官！整理完毕！”嘹亮的声音回荡在整个 817 宿舍中。在舍长张栌月同学的带领下，817 宿舍出色地完成了军训期间的首次内务整理，并得到了教官的充分肯定。

军训，一个每学年开学季都会议论纷纷的话题，也许在某些人眼里，只是为了锻炼体能，吃点苦头，但实际上它是为了磨练顽强的斗志，培养吃苦的精神，培养坚强的意志，锤炼优秀的品质。我们江苏省奔牛高级中学西藏班的高一新生来到了青龙山训练营地，翻开了我们高中生活的新篇章。远大的抱负，辉煌的人生将从这里出发。高一 17 班的每一位同学都以饱满的热情对待这次军训。

汉藏混合，班级交插，817 宿舍有着独特的光芒。舍长张栌月同学成了本宿舍的凝聚剂。起初，作为军训萌娃的我们对内务整理不是很熟悉。我们手足无措，舍长便会带着笑盈盈的脸蛋，耐心地教宿舍里的每一位同学。纤细灵巧的双手抚过被子的条条角角，干练的动作让我们佩服。原本乱糟糟的被子，在她的抚弄下，变成了一个“豆腐块”。她弯下腰来仔细检查着我们的床铺，绝不放过任何一个细节。一滴滴豆大的汗珠从额头没到脸颊，她若无其事地笑了笑，继续帮我们整理床铺。

舍长清脆的话语，贴心的示范，让我们由衷佩服。风吹过她的头发，责任心就刻在了她的骨子里。我们正在整理摆放物品，舍长又拎起拖把，开始拖起地来。她轻轻地弯下腰去，双手用力地来回转动，脑袋一摇一摇的，还笑眯眯地对我们说：“快坐下休息吧。”地面上的灰尘渐渐散去，仿佛掀开了一层纱，地面上露出一道道银白色的线条，来回跳动在宿舍的边边角角。

打扫完不久，教官便来了。舍长扯起嗓门大喊一声：“起立！”教官顿时露出了满意的笑容，只是轻轻的一句表扬，让整个宿舍开心半天。

挥洒激情，释放青春，我们风雨同行。我们是雪域高原上的雄鹰，我们不畏困难，勇往直前。



今天，刚到 6:00，教官的哨声就吹响了。为了赶时间，我定了 5:30 的闹钟。闹钟的“鸡叫声”一响，我赶快起来叫了舍友们。我们立马起身。第一要务，当然是叠被子了。“你的努力没有白费。”集合后，我们 812 的全体成员都受到教官表扬了：“812 宿舍做得很好，被子叠得特整齐，基本上没有任何问题。这说明了什么？说明了一个集体的成败，要看每一个人的态度强或弱，对集体是否有责任心。”

是啊，一个集体的凝聚力，不在于人数多少，而在于这个集体中的每一个人对集体是否有责任感。我们要把每一件小事都做好，做事细节很重要，方法也很重要。只要把这两者结合起来，没什么事做不好。



军训的第二天如期而至，一早集合，我们便开始了今天的学习项目——军体拳。

穿戴整齐的我们在教官的带领下到了草坪上。此时的我精神抖擞，一听闻马上就要学习军人的武术，心想那一定很威风吧。正想着，高教官便叫我们全体坐下，开始了教学。

首先，是“稍息”“立正”。随即便是半面向左转，做好了打拳的准备工作。看着教官的一步一拳，我感受到了军人武术的强劲有力，马上就站起来“照葫芦画瓢”。可是，真正当我扎上马步挥起拳头时，却发现自己的动作并不如教官那般坚实，而像一团虚软无力的棉花。

军体拳的每一招动作做完后，都要大喊一声“哈！”同学们的呐喊声惊天动地，喊出了气势，每一声都会给我带来很多力量。在太阳的炙烤下，我的汗水早已打湿了后背，可我仿佛已失去了知觉，弯曲着腿，保持着动作。不一会儿，腿就开始不由自主地颤抖了起来。我告诉自己：“一定要坚持，千万不要松懈！”终于，教官下达了停止的命令，我才放松了下来。大腿的酸痛感油然而生，可我并没有在意。

作为一个平时没怎么吃过苦的娇气女生，我能够做到严格要求自己，培养一种坚强的意志力，是一种成长，一个进步。人们总说，当兵可以改掉许多坏毛病，培养人们吃苦的耐劳的精神，我也体会到了这一妙处。我相信我也会在这短短的七天训练中改头换面，成为一个更好的自己，来开始新的高中生活。





军训日记

高一18班 琮吉

今天下午，主要训练齐步走和跑步。还好，初中军训时教官教过，还包括正步走等等。

军训生活让我懂得了很多，虽然我们生活在和平年代，但是我们现在的生活是无数革命先烈用鲜血和汗水换来的。青年智，则国智；青年强，则国强。青年一代承担着实现中华民族伟大复兴的历史责任，所以要学会吃苦，要先苦后甜。

我们是祖国未来的建设者和接班人。我将以青春之我，创建青年之国家、青春之家庭。请党放心，强国有我。



军训日记

高一18班 卓玛措姆

今晚，我们看了部电影《血战湘江》。尽管学校曾经组织我们看过一遍，现在再看一遍时，仍感动得流泪。

我们现在生活在安逸的环境里，但也许这里正是先烈们战斗过的地方。在影片中，战壕里流淌着红军将士们的血。他们为中国革命流尽了最后一滴血，他们是人民的子弟，是我们永远铭记缅怀的英雄。

第五次后围剿失败后，中央红军被迫长征。在湘江战役中，红军人数从8万锐减到3万，实力大损。最让我感动的是陈树湘将军率领的红三十四师，他们实力远弱于敌人，但气势非凡。坦克推倒了城墙，却推不倒红军将士们心中的意志之墙；雨水浇灭了战场上的火把，却无法浇灭红军将士们心底的忠诚。

红军将士不仅英勇顽强，而且积极乐观。因此，我们要培养英勇顽强的意志，大概这也是军训的重要内容吧。

一家五人当红军，四人牺牲。这对我来说感触很深。当儿子和父亲同时躺在血泊中，儿子为父亲戴上了军帽，和亲人一起走最后一段路，这可能是他们最幸福的时刻了吧？很多红军战士坚持战斗到最后一刻，手被打伤了，仍然用肩膀抵着机枪。他们才是我们的英雄，我们的偶像。胜利不属于这样英勇的军队，还能属于谁？

陈树湘师长被敌人打穿了肠子，为了不做俘虏，竟亲手扯断自己的肠子！钢铁般的意志，他们拥有；为国牺牲的精神，他们拥有。这世界上应用什么样的词汇来形容才配得上他们呢？

看完这部电影，我更坚定了参军报国的决心，我要为国家贡献自己的一份力量，为建设新西藏献出我的热血。



致文启瑞的家书

亲爱的儿子：

转眼间，你已经是一名高中生了，在我们眼中你已经长成大人了。你离开父母到江苏开始你的高中生活，我们其实有些不舍，俗话说“儿行千里母担忧”，你在家是父母的宝贝，但在学校，你是学生，现在你在军营里参加军训，在军营里你就是小军人，对于你参加军训，我们都挺高兴，高兴的是你已经在外学习了三年，不会不适应外地的生活环境，而且通过军训你会更加的成熟起来。希望你珍惜这次军训的机会，努力做到几点：一要希望你按照教官的要求，严格要求自己，磨练自己的坚强意志。二要尊重老师、尊重教官，团结同学。三要爱护自己的身体，多喝开水，少吃凉食和垃圾食品。

儿子，今年你参加中考，你的中考成绩下来时，你知道爸爸妈妈的心里有多失落吗，不知道你内心怎么样，我们觉得你好像并不在意你的分数，还是整天玩游戏、刷抖音，再加上在我望子成龙的心理驱使下揍了你一顿，因为爸爸妈妈是世界上唯一希望你过得好的人。你静下心来想想，你考出这样的成绩，你觉得

你付出了吗、到底下没下功夫，你自己心里最清楚。你知不知道成绩和汗水是成正比的。我们希望你以这次中考失利为教训，在以后的日子里希望你能总结中考失利的教训，认识到自己的不足和短板，克服一切困难，努力学习。

爸爸妈妈希望你在高中三年的学习生活里付出努力，因为今天付出的苦才会换来今后的甜。高中三年转瞬即逝，希望你能养成自觉主动学习、勤学好问的好习惯，安排好学习计划，同时积极参加学校集体活动，多锻炼你的社交能力，我们相信，通过你的努力，不但能出色完成高中学业，而且会考上理想的大学，为你可爱的小妹妹树立一个良好的榜样。

最后，爸爸妈妈盼你平安、健康、开心。希望你能带着军训的收获，长成一个真正的男子汉！

爱你的爸爸妈妈和妹妹



致江白拉姆的家书

女儿：

昨天，看到你穿迷彩服戴着军帽在校园里，我和妈妈都很感慨，我家女儿英姿飒爽如同小木兰。

“儿行千里母担忧”，其实你离开的这几天我和妈妈就觉得空落落地，爸妈非常惦记你，不知道你晚上睡得好不好，是否记得刷牙洗脚，和同学们相处得怎么样。

其实爸妈都知道，你是一个独立能力很强的孩子，完全能够面对独自离家的困难，也可以应对军训的辛苦。和同学们同吃同睡同出汗也会很快乐，爸妈相信你能很好地做好军训的每项安排。

爸妈觉得，这次军训虽然辛苦，但肯定会成为你生命中特别鲜明的记忆，即是你经历的每一次苦难都会是你人生中最珍贵的财富，也会同你一起经历艰苦的人成为你真心的伙伴，随着时间的流逝，那些苦会慢慢在回味中变成甜，以后不会现这样的机会，军训是难得的机会，要珍惜哦。

7天的时候说长也不长说短也不短，这7天你会体验完全不同的生活、作息时间不同、每天做的事不同、很辛苦也会很快乐。爸妈很羡慕你啊。军训是孩子们成长必经的一段路啊，没走过会有遗憾。

爸妈对你有几个期望：

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，抱怨不但会让自己心情不好，而且爱抱怨的孩子不招人喜爱。

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。爸妈希望你和同学相处时，多看别人的优点、宽以待、严律己、交到好朋友。你这么优秀这么可爱的孩子，一定会交到很多好朋友的。

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，别倒下。

最后爸妈希望你能健康快乐的度过你美好的高中生活。

