

热血铸军魂

青春正勃发

第四期

2023 年 9 月 15 日 星期五

总 编：蒋红卫 主 编：管泽峰

副 主 编：戈玉燕 吴超

编 委：金立亚 徐德友 夏 彬 韩斯宇 陈良康 马鹏程
丛银平 钱梦颖 洪 欣 周 钦 陆灵毓

国防教育是青少年教育的刚需

新时代的中国，需要天才少年，需要健壮青年，但更需要有理想、有道德、有文化、有纪律的“四有”新人。当前，部分青少年中存在任性自我、阴柔脆弱的现象，一定程度上折射出教育的偏差。从这个意义上讲，国防教育理当成为新时代青少年的刚需。



国防教育作为一种实践性很强的培育形式，在加强青少年爱国主义精神、心理品质培养、作风纪律养成、身体素质锻炼等方面，发挥着无法替代的作用。事实证明，开展军事训练，能让青少年感受令行禁止的严明纪律，培养雷厉风行的顽强作风，历练不畏艰难的吃苦精神。

国防教育成为青少年的刚需，教育本身还必须过硬。法国著名教育学家涂尔干认为：“只有让心智直接面对事物，面对事物的现况，面对事物实际运作的状况，才能使心智养成这些态度。”要注重青少年国防教育实践体验，让青少年主动接受实践磨砺，特别是要把参加军训作为国防教育的重要实践平台，让崇军尚武、刚强勇毅、惕厉奋发等优秀品质在新一代青年人身上根植光大。

只有真正让国防教育成为青少年的刚需，切实把坚定信仰信念、增强素质本领、强化国防观念贯穿青少年成长成才全过程，青少年才能更好地担负起社会主义建设者、保卫者、传承者的神圣使命。



猛虎突击



班主任寄语

军训如同一本生命的教科书，一页一页地展现着坚韧的故事。烈日下的绿茵场仿佛一片热浪汹涌的海洋。我们是那些执着的航行着，奋力驾驶着内心的船只。每次呼吸都如同一曲坚韧之歌，每次流汗都是为了自己的梦想努力而流。在这里，我们学会了在逆境中坚守，因为只有挑战中，我们才能更好地认识自己，拥有更坚不可摧的内心。

军训的过程不仅是对体魄的考验，更是对内心的深刻反思。在挑战的背后，我们领悟到团队合作的价值，学会了尊重和互助。每一位教官都是我们的导师，我们不仅学会了听从命令，还学会了如何在团队中发挥最大的作用，培养了坚韧的性格和高效的领导能力。这些品质将伴随我们的一生，成为我们不断前行的动力，塑造我们为梦想而奋斗的梦想！

班主任：马鹏程



军训是一场关于纪律和自律的独特体验。在繁重的训练中，我们学会了每一秒都要紧绷神经。保持最佳状态的重要性。军训不仅锤炼了我们的体魄，还培养了我们的细致观察和严格执行能力。每一次的操练都是一次对自己的严格要求，每一次军事演练都是一次对纪律的庄严承诺。这种自律的精神将伴随我们一生，成为在面对未来挑战时的有力武器。

军训是一次超越自我的历程。每一次的突破，每一次的奋斗，都是对自己不断挑战的体现。我们克服了身体的极限，也克服了内心的犹豫。无论未来的路有多崎岖，我们都会带着军训赋予的勇气和决心，勇往直前，创造更多的辉煌。

班主任：周钦



应急救援



学生感悟



军训的这三天，让我体会到了艰苦，但想想军训不就是这样的吗？军训好比人生，没有人一生一帆风顺水，人生也是起起落落，每个人都要尝遍酸甜苦辣的。所以军训遇到的困难，挺一挺，咬咬牙就过去了。

今天下午学习了军体拳，也是一招一式练起来的，就像礼中老师讲的：“一步一个脚印”，这与军训完美契合。

最后我期待着七天后，同学们与我的蜕变！愿大家都像蝴蝶一样绚丽夺目，翩翩起舞！

——高一（7）班张紫妍

微微细雨，伴随着一丝凉意，也伴随着我们躁动的心。昨日教官对我们的表扬，我们竹报平安，像一只斗胜的公鸡，但是望着永远整齐的队伍和队伍传来的脚步声，就像风吹过树叶发出的沙沙声，‘沙沙’声而风不止”随着一声‘下’，顿时鸦雀无声，随着传来的脚步声，衣襟，以及巨大的汗珠，在发生雪崩之前，每一朵花都不是不幸的。

太阳悄悄地移动，而雨越下越大，我们的心也犹如这雨一般。

教官教我们军体拳，但是我们好容易去学，到集体表演之时，我们班动作整齐划一，而我们班的动作却是参差不齐，能完整做完动作的更是没有，真是那句‘下’再次响起，可以听见的。

没有规矩不成方圆，所以我们每一个‘下’都是对于自己的坚持，明日复明日，明日何其多，珍惜当下，努力做好每一件事，机会难得。



高一7班纪欣冉

军训的意义是什么？是为了团结班级，增强体魄，发扬爱国情怀。

每个人作为班级中的一员都有着不一样的想法，我们都要团结一心，一视同仁，要有正确的三观以及良好的人品！人自信是好事，但自信过头就是自傲。犯错就要主动承认，自我反思，敢于担当，敢于改变，做好自己！我们要争做胸怀大志，心胸宽广之人，为国奉献才能成大才！

——高一（7）班赵笑妍

学生感悟

金秋九月，我们怀着激动的心情来到了太湖湾教育基地开展了为期七天的军训生活。

“站军姿”是我们的军旅第一课，抬头挺胸收腹，五指紧贴裤缝，大家起初都站得很标准，时间长了，有些人就坚持不住了，这是对我们意志力的考验，在军训前，我们又怎么想过自己可以十分钟站得笔直，这一动不动呢？这对于我们每个人来说，每一天都在突破自己的极限。

训练场上，一声比一声洪亮的“报告”此起彼伏，这是教官教我们的第二课。喊响了才能起立，不然就一直蹲着。直到喊响为止，身体的酸麻逼迫我们发出自己最大的音量，有些平常声音很小，很害羞腼腆的同学也突破了自我，发出了令所有人惊喜的音量、看！我们又突破了自我。

整齐的步伐，是我们用团结的心和辛苦的汗水凝聚起来的，虽然才开学半个月，大家对彼此还不是很了解，但我们在集体活动中，自然而然地就将心凝聚在了一起，悄无声息的拉近了我们之间的距离，正如我们每天所唱得“团结就是力量”小草破土前都要经历磨难，凤凰涅槃前都要重生，雄鹰展翅前都要先低空盘旋。今天吃的苦，都将在未来以双倍的甜回报你。所以，同学们，不断地突破自我吧！成为更好的自己！

——高一（11）班李紫梦



在紧张有序的学习生活中，我们迎来了为期七天的军训之旅。生机勃勃稚气未灭的我们进入了前所未有的挑战。

在这四天中，我们不仅仅锻炼了意志，也了解到了许多关于“中国共产党党史”、“中国人民解放军军史”、“战地医疗”、“疾病预防”等方面的相关知识，使我受益匪浅。我们不仅仅是利用了耳朵去聆听，还亲自动手操作。教官们组织了包扎的演练，由教官先亲自向我们示范一遍，然后分发到每个人手中自己操作，看到大家一个个都包得有模有样。我心中不免体会到在部队中军医的职责也是不简单的。今天，我们还进行了低姿匍匐前进比赛，让我印象深刻的是一位同学竟然赢了教官，同时大家都努力的为班级同学助威，遵循“友谊第一，比赛第二”的原则，输了的班级也不气馁，一齐恭喜胜利的赢家。

大家同样一起拍了合照，当快门按下的一瞬间，定格的不仅仅是那一张照片，更是十六岁风华正茂青春，此刻会不会在以后的某年某天成为一个珍贵的难忘的回忆，或许三年后的我们是否还会记起这样的疯狂与热烈。不知不觉，七天的军训生活步入的尾声，我们心中还不免得意犹未尽，或许是不想回到那浩如烟海的题库中去，又或许是习惯了这里的生活，现在我们不觉得军训是苦的，而是把军训当成一种考验，此次军训生活让我们受益匪浅，在心底埋下了一颗奋发向上种子。

——高一（11）班胡晨

家长寄语

亲爱的宋佳同学：

看到你军训时的照片，虽然还显得有些稚嫩，但看到你认真的小脸蛋，仿佛一夜之间长大许多。军训很苦，但也是骄傲的印记。作为高中生，要想过上有理想的生活。只有勤学路，在高中生活中，望你不断完善自己的价值体系，人生观，形成健全的人格。望你身心健康，快乐成长，成为一个品型端正，有理想的年轻人。加油吧，年轻人。愿你在校园和老师同学一起快乐学习成长。

爱你的爸爸妈妈！

——高一（7）班宋佳家长

加油吧少年！现在的磨炼是将来成功的最大资本。愿你在以后的日子里，全面发展，学有所长。

——高一（7）班徐佳良家长

女儿，爸爸对你说，这次军训虽然有点苦和累，但是也很值得。这是人生的一次考验，通过次锻炼能磨炼出人的意志，也是收获。在以后高中三年里希望能做一位坚强、独立、健康、向上的孩子而努力前行。加油，孩子！

——高一（7）班陈可心家长

儿子，军训是一次成长，是人生一次难得的历练。不但能培养吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志，提高综合素质；军训可以改变懒散无规矩无规律的生活陋习，培养勇敢、节制与合作的美德。没有付出的辛劳，就没有收获的甘甜。妈妈希望你通过这次宝贵的军训，能够收获多多，在将来的学习与生活中不怕困难、勇于挑战自己，加油！

——高一（7）班吴文杨家长

希望通过这次军训加强身体素质，能够锻炼自己的执行力，加强团队合作，协作的精神，并在以后的学习中能够以一种军人的精神风貌对待学习，一丝不苟，认真真。

——高一（7）班郑锦钰家长

勇于拼搏，吃苦耐劳，积极主动，挑战自我，坚持不懈，力争实现自己的愿望。我相信，你能行！

——高一（7）班汪林家长



家长寄语

程粤浦，通过这次军训，你让爸爸妈妈看到了希望，看到了你坚强努力和独立自主的一面。在此次军训中希望你能发挥不怕吃苦，克服困难的精神，主动帮助同学，协助老师圆满完成此次军训任务。一定要发扬我们军人世家的革命优良传统，你的外曾祖父是一名抗美援朝的老兵，你爷爷也是一名解放军老兵，还有你的伯伯和堂哥，他们很多都是解放军战士。我们希望你向他们一样，在此次军训中努力锻炼，提高技能，在学校好好学习，将来报考军校，成为一名合格的解放军战士，报效祖国。

——高一（7）班程粤浦家长

致孩子的一封信：

孩子，世界上唯一可以不劳而获的就是贫穷，唯一可以无中生有的就是梦想，没有哪件事不动手就可以实现的，没有奇迹，只有努力的轨迹，没有运气只有坚持的勇气，每一个奋斗的孩子都值得掌声。

孩子，每个人都有一个辉煌的自己，跨过书山，站在汗水河的对岸，只有越过山河，方可遇见，若你懈怠未来精英的自己，将不可见。

孩子，人来世上一世，平庸与精彩是要努力才有结果，努力过的人生才无悔，或许你更清楚能改变自己的不是爸妈的督促和唠叨，不是老师的敦敦教诲，而是自己主动迈向奋进的步伐，用它去丈量未来的前程才能成就那个优秀的自己。

孩子，别把本应不平凡的你轻易丢掉，毕竟你的人生需要你自己去谱写美丽的华章。希望你未来可期，不负韶华！

——高一（7）班郭杨家长

亲爱的李嘉乐，你已慢慢成长，变成大小伙子了，每次和你聊天妈妈都要抬起头和你说话我都觉得很开心，从小学到初中再高中我们知道你也很辛苦，妈妈有你这样的懂事听话的孩子感觉到欣慰，这是第一次离开我们这么久时间，爸爸妈妈爷爷奶奶都舍不得你，非常的想念你，当然我们也知道你也想我们，爸爸妈妈祝福你快快乐乐健健康康，我们也知道通过这次军训你也吃了好多苦，流了好多汗水，相信自己你是可以的，因为以后会有各种各样事情和生活方式都不一样的，我们要学会跟着走，努力就会有收获，加油，要相信自己，妈妈相信通过这次军训回来你一定有很多的收获，也希望你有不一样的变化，等你回来和我一起分享。

——高一（11）班李嘉乐家长



家长寄语

梦梦，军训是高中三年的必修之课，军训能培养你良好的习惯，磨练顽强的意志，能让你更加自信、自立。军训虽然辛苦，但我相信，你经历的每一次苦难都会是你人生中最宝贵的财富，随着时间的流逝，那些苦会慢慢在回味中变成甜。未来的社会需要的不仅仅是读书好的人，同时需要内心强大且对社会有担当的人，爸爸希望你能成就这样的自己，女儿，为了你的梦想，为了你的未来，做一个自尊自强自立的快乐的普通人，加油！你一定能行，无敌！

——高一（11）班李紫梦家长

张奥佳亲启：

军训的每一次挑战为你的人生增加历练，收获经验值。军训不仅检验你的身体素质，更考验你的意志和培养时间观念。这样更能全身心投入后面的紧张学习中。为了美好的明天，为了自己的理想的目标加油吧！同时，预祝你圆满完成训练，收获精彩的回忆。爱你的爸妈！

——高一（11）班张奥佳家长

非常感谢礼嘉高级中学为孩子们提供了这么一次宝贵的人生体验，感谢敬业、细心又非常有爱心的周钦老师，这么多天日夜全程地陪伴孩子们，给与他们辛勤的教育和极大的关爱；感谢认真的教官们，酷暑下对孩子们进行严格训练，你们辛苦啦！学校组织军训，对孩子们来说是一种磨练意志，培养自理能力的好机会。希望你们能得到锻炼，加强体质，同时注意休息！11 班的孩子们，坚持就是胜利，加油喔！希望你们在接下来的训练中，勇敢坚强，超越自我，百炼成钢！你们是最棒的！加油！加油！

——高一（11）班张怡茜家长

涛涛宝贝，通过这次军训，希望你能锤炼成能吃苦耐劳、遵守纪律、自律、自强、意志坚强的中国军人风范，做一个真正的男子汉，为下阶段的学习打下坚实的基础。我们期待着这次难得的军训机会，让孩子们在烈日下接受严格的军事训练，培养孩子讲文明、懂礼貌、有纪律感、有担当的好品质。最后希望高一（11）班所有的孩子军训圆满成功，取得好成绩，加油加油！

——高一（11）班赵任涛家长

亲爱的孩子，军训结束后，你展现出了更大的成长和进步。我为你感到骄傲，也为你鼓掌。这段经历会成为你人生中宝贵的财富，帮助你塑造坚韧的性格，提升自信和勇气。愿你在未来的日子里继续保持，勇往直前，去实现你的求学梦吧！

——高一（11）班王烨蓉家长

