

军训简报

第四期 2024 年 8 月 21 日 星期三

2024 级高一新生军训第四天 ——汗水铸就坚持，家书传递温情

转眼间，省奔中学子为期数日的集体军训已悄然步入第四天。晨曦朝露，一抹抹迷彩绿在“军营”中更显耀眼。

晨跑的少年们，朝气蓬勃，脚步轻快。随着教官的哨声响起，学生们迅速调整呼吸，加速前进，每一步都充满了力量与决心。汗水在他们的额头上汇聚成珠，却丝毫没有减缓他们前进的步伐。坚持晨跑，不仅增强学生的体魄，为接下来的训练做准备，还能够磨练学生的意志，培养顽强拼搏的信念。

“一，一，一二一”训练场上，口号声此起彼伏，是各连无形中的较量。经过三天的锤炼，学生们的军姿已有模有样了。他们牢记站军姿，需要胸膛挺起，下巴抬高，小腹收起，肌肉绷紧；行进间，务必摆臂到位，抬腿标准，步伐一致，路径笔直。较之训练之初，同学们的身姿更加挺拔，行进间更加整齐划一；较之来营的那日，同学们的脸蛋与手臂晒黑了不少，眼神变得坚毅了很多。



1933



下午，新北区教育局基教处顾晓春处长来到军训基地，看望参训的师生。在副校长苏近娣及学生发展处主任沈国英的陪同下，顾处长参观了训练场地，观看了学生们们的队列训练、体能训练以及军事理论学习等项目，对学生们展现出的高昂士气和良好的训练效果给予了高度评价。



离家多日，营中的同学想念父母，家中的父母亦牵挂同学。短短三日，宣传组的老师们已陆续收到了八百余篇家书，有爸爸妈妈写给孩子的，有舅舅写给外甥的，也有哥哥姐姐写给弟弟妹妹的……家长们别出心裁，他们有的手绘可爱“加油鸭”，有的为信纸插入漂亮的背景，有的在文字间附上学生的生活照，更有的全英文书信，他们用自己的方式表达着对学生的爱与鼓励。

班主任老师将家书叠成爱心和千纸鹤的形状分发给班级同学，收到来信的学生迫不及待地打开阅读，“亲爱的小韬韬”、“丫头”、“Dear Zai”……见字如面，亲切的称呼如在耳畔响起，纸短而情深。一字一句是道不尽的叮咛与鼓励，一言一语是藏不住的思念与牵挂。相信在家人爱的鼓励下，同学们能够不负嘱托，坚定向前，无惧挑战。

军营训练展风采，家书传递寄温情。夕阳下，青春的身影更加挺拔，每一步都踏着成长的节拍，向着更加辉煌的明天迈进。



做一个勇敢的人

高一（8）班班主任 艾佳欣

今天是2024级高一新生军训第三天，我想谈谈关于勇气的问题。这个问题从何而来呢？军训第一天，我班男生对于成为旗手并不积极，是一名女生勇敢地站了上去。男生是怕苦怕累吗？应该不是，我能看到他们眼神中的欲望，但是他们不敢，缺乏表现自己的勇气。那他们想要拥有勇气吗？我想答案应该是的。今天批阅学生的军训日记，发现他们会佩服当众唱歌或主动参加合唱的同学。这就是同学们矛盾纠结的地方，作为青少年的他们，想要成为闪闪发光、万众瞩目的人，但无法勇敢的迈出第一步。

很多同学之所以没有勇气去做自己想做的事情，是因为害怕他人异样的目光。但是一个残酷的现实是：我们的生活中没有那么多观众。你以为很多人在盯着你，等着看你的笑话，等着批判你的与众不同。可大家都在忙于自己的学习生活，没有时间一直记着你的囧事。所以，奉劝同学们不要纠结，不必扭扭捏捏，果断点、勇敢点，去追逐你想要的东西，去做自己一直想做又不敢做的事，做了之后就会发现，原来没有想象的那么难，没有想象中的那么可怕。

骏马面前无沟壑，怂人面前全是坎。希望同学们可以克服人性的弱点，克服内心的恐惧和不安，敢于尝试新事物，把握机会，挑战自我，不怕失败，敢于面对困难和挑战，勇敢地面对生活，接受各种可能的结果，享受世界的美好和多彩。最后，祝你铮铮祝你昂扬，挣脱枷锁站在天花板上，梦想的翅膀不再被束缚，飞向那片属于你的光芒。



1933

练成一双抚平虚布的手

高一（4）班班主任 沈芙蓉

学生在日记里写道“被套里的棉被一定不能左一团右一团，确保四个角都有棉被，并且被子整体要细细地抚平、压实，看着教官的演示，我们浮躁的心也被那双抚平虚布的手抚回到平静”，看到这里，我想，抚平烦躁、抚平虚浮、抚平焦虑就是高一军训的意义。

他们经历了中考来到了这里，经历了漫长的暑假来到了这里，带着不安和期待来到了这里，他们会想：我们的军训会是什么样的？我们的高中会是怎么样的？三年后的我们又会是什么样的？浮躁与焦虑在所难免，幸好，这场军训，这场亲身实践，一遍一遍抚平、压实虚布的手，教会他们保持规范意识，明白坚持的意义，自觉自律地进入高中生的学习生活。

今天是军训的第二天，清晨的第一缕阳光还未完全驱散夜色，我便已悄然起身，心中满是对新一天的期许与信心。6:00 的钟声准时响起，学生们也纷纷从梦乡中醒来，他们的眼神中少了些初来乍到的懵懂，多了份坚定与期待。队列训练主要围绕停止间转法、行进与停止等科目展开。学生们在教官的指导下，认真练习每一个动作，力求做到精准到位。我穿梭在队列之间，仔细观察着每一位学生的表现。相比昨天，他们的进步是显而易见的，动作更加协调，队列更加整齐。昨天的喧闹今天已然不见；与昨天相比，整理内务时，他们的动作更加迅速，内务也更加整洁。

我深感欣慰，同时也意识到，军训不仅仅是对身体的锻炼，更是对学生们的意志力的考验。

训练结束后，我回到宿舍，安抚那些因劳累而稍显疲惫的学生，鼓励他们要相信自己的能力，坚持到底。

随着宿舍灯光的熄灭，军训的第二天也画上了圆满的句号。我站在窗前，望着那片宁静的夜空，心中充满了对这群少年的期待与祝福。我相信，在未来的日子里，他们定能像今天一样，用那双抚平虚布的手写出属于自己的青春篇章。



磨砺与成长的交响曲

高一（7）班班主任 孙瑜

在这个金秋送爽的季节里，同学们一改往日里书声琅琅的宁静模样，而是被一股不同寻常的气息所充盈——那是军训的号角，是青春与汗水交织的旋律。作为教师，我有幸以指导员的身份，更深切地感受到了这份独特的教育意义，心中涌动的是难以言喻的感动与骄傲。

清晨的第一缕阳光穿透薄雾，照在了那些年轻而坚毅的脸庞上。学生们身着迷彩服，站得笔直，仿佛一夜之间从稚嫩的孩子蜕变成了英姿飒爽的战士。他们的眼神中，既有对未知挑战的忐忑，也有对自我超越的渴望。这份勇气，让我看到了青春最动人的模样。

军训的日子里，汗水成了最真挚的伙伴。无论是烈日下的军姿站立，还是重复无数次的队列训练，学生们没有退缩，没有抱怨。他们的衣服湿了又干，干了又湿，但那份坚持和毅力却如同磐石般不可动摇。每当看到有学生因身体的酸痛感而摇摇晃晃，却又在同伴的鼓励和教官的严厉目光中重新站稳脚跟时，我的眼眶总会不自觉地湿润。这是成长的代价，也是青春最美的注脚。

更令我感动的是，军训不仅锻炼了学生们的体魄，更磨砺了他们的意志，教会了他们团结协作的重要性，那份默契与凝聚力让人动容；在夜晚的拉歌活动中，学生们用歌声传递着友谊与欢乐，展现了青春的多彩与活力。这些瞬间，让我深刻体会到，军训不仅仅是一场身体的锻炼，更是一次心灵的洗礼。

作为教师，我深知自己不仅是知识的传播者，更是学生成长的引路人。看着学生们在军训中的点点滴滴变化，我深感欣慰与自豪。他们学会了坚持与忍耐，学会了责任与担当，更学会了在困难面前不轻言放弃。这些宝贵的品质，将成为他们未来人生道路上最坚实的基石。

此刻，我愿化作一缕清风，轻轻拂过每一位学生的心田，带去我的祝福与期待。愿你们在未来的日子里，能够带着军训中收获的一切，勇往直前，无惧风雨，书写属于你们自己的精彩篇章。而我，也将继续站在这里，见证你们的成长与辉煌。

教师军训随笔，不仅记录了一段时光，更承载了无数感动与收获。它让我看到了青春的力量，感受到了成长的喜悦。愿这些年轻的心灵，在未来的日子里，能够带着军训中学到的坚韧与团结，勇往直前，在各自的领域里绽放光彩，成为那个让自己、让家人、让社会都为之骄傲的人。



给孩子的一封信

给高一（18）班孙健淞的一封信

亲爱的儿子：

你好！

见字如面，展信欢喜！记得第一次给你写信还是在你 10 岁成长礼的时候，转眼你已进入高中，你比我想象中做的更好，相信你背后一定努力不少，真的很为你感到骄傲。

随着军训的展开，拉开你高中生活的新篇章，军训很苦也很累，今天看见周老师发了你的照片，戴上了眼镜，随之而来是我的不安，昨天太辛苦了，没有来得及带眼镜，能不能看见？要不要发信息问问班主任，你是否有不适应？理智告诉我：淞哥是可以的，所有的困难和经历都是他成长的见证，是战胜自我、锻炼意志的最佳良机。古人云：“天将降大任于斯人也，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤。”军训正是如此，其中有酸楚的泪水，有若咸的汗水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声。

但是坚持就是胜利，当你自己觉得自己不能时，撑不下去的时候。往往再咬咬牙坚持一下，你就突破了。往后的生活、学习亦是一场艰难的战斗，首次的校园集体生活适应，同学之间的小摩擦，学习上知识的积累掌握，方法的运用，热爱的运动和学习的平衡等等。这个也是需要你以积极乐观的心态，坚定的信念，耐心探索，去认识自我，塑造自我，成就自我。当然你从来不是孤军奋战，你进入有一个优秀的集体，会交到三观契合的新朋友，有优秀的老师们为你们引航，有最爱你的爸爸妈妈和弟弟，我们都是你最坚强的后盾，我依然也是你的成长伙伴，我们会一直与你同在，共同成长。当你需要我们的时候，请给我们给机会，为你提供一些不同视角的观念、信息，给你一些参考意见。正所谓，三个臭皮匠，顶个诸葛亮。

骄阳下的那一抹军绿，是青春最绚丽的颜色。相信自己，胜不骄，败不馁，踏踏实实走好每一步，继续努力，你就是最棒的。

最后，祝你渡过一个充实精彩的高中生活，未来可期！

爱你的爸爸妈妈

2024 年 8 月 19 日

给高一（5）班秦佳莹的一封信

亲爱的媛媛宝贝：

当你读到这封信时，你已经踏上了军训的旅程。爸爸想通过这封信，向你表达我们的骄傲和对你的爱。

军训是一段特殊的经历，它将考验你的身体和意志，但请相信，你拥有克服一切困难的力量。我们每天都在想你，为你加油。

以下是我们想要和你分享的一些想法：

保持乐观：军训可能会有挑战，但请记得，每一个挑战都是成长的机会。用乐观的心态去面对，你会发现不一样的自己。

听从指挥：教官的指导是为了帮助你更好地成长。请认真听从他们的指挥，这不仅是对他们的尊重，也是对自己的负责。

注意安全：在训练中，安全永远是最重要的。如果感到不适，不要勉强自己，及时向教官报告。

珍惜友谊：军训是结交新朋友的好机会。与同学们一起训练，一起笑，一起哭，这些都会是你宝贵的回忆。

自我反思：每天训练结束后，花些时间回顾一下，思考自己的表现，以及如何可以做得更好。

我们知道，你是一个坚强、独立的女孩，初中阶段你能有明确的目标，并努力的去达到。现在到了高中，军训会让你更加了解自己，也会帮助你培养更多优秀的品质。确立好你的目标并努力的为你制定的目标奋斗吧，爸爸妈妈相信你可以的。我们期待着你带着新的故事和经历回家。

无论你在哪里，我们的心都和你在一起。请记得，无论遇到什么困难，你都不是孤单的，我们永远支持你。

加油，宝贝！我们为你感到骄傲！

永远爱你的爸爸妈妈

给高一（3）班陆彦晓的一封信

亲爱的宝贝：

首先要恭喜你进入高中生活，虽然说没有考上你心目中的学校，但相信只要你坚持梦想，努力拼搏，相信以后你的路一定会越来越好。人之所以要努力，是为了尽可能的把命运拽在自己手里，拥有人生选择权。

晓晓，人生是一场旅行，有时候会有崎岖不平的道路，但请相信，每一次跌倒都会让你成长。学习和生活中不要害怕失败，因为失败才是成功的基石，只有经历过失败，才能更好的品味成功的喜悦！

爸爸妈妈希望你，保持对知识的热爱，让学习成为你的一种习惯，不断的充实壮大自己，拓展视野，增长见识，让你的人生更加丰富多彩！记住，无论你身在何处，始终都要不停地学习。

晓晓，这次军训你独自离开爸妈去到一个艰苦陌生地环境，妈妈晚上也会担心你是否能适应新的环境，担心你吃的好吗？和同学们相处好吗？但同时，我又相信你一定能很快很好的融入到环境中去，因为你是一个有责任感且善良的孩子，你能时刻关心他人，力所能及的做出自己的贡献，尽己所能去帮助需要的人。相信这次军训之旅一定会带给你意想不到的收获，让你的人生更加美满。所以大胆勇敢地往前走，爸爸妈妈永远都会支持你。

最后，请记住，无论你成为何种种子，无论你取得何种成就，爸爸妈妈永远都陪伴你，爱护你，请保持与我们沟通，让我们一起分享你的喜怒哀乐，一起面对人生中的挑战与困难。愿你前行的路上充满阳光和希望，愿你永远保持自信和勇气，勇敢的追求自己的梦想。

现在有多努力，未来就有多幸运！

加油，我的宝贝，你是最棒的！

1933

永远爱你的爸爸妈妈

军训日记

清晨的微风轻拂着脸庞，我们迅速集合，开始了一天的训练。站军姿，是对意志的最初考验。我们的双脚如同扎根在大地，无论阳光如何炽热，无论汗水如何流淌，我们都纹丝不动，眼睛直视前方，仿佛能看到未来那个坚强且勇敢的自己。在那漫长的时间里，我们学会了忍耐，学会了在困境中坚守自己的初心。

——高一（18）班钮贊冉

军训是成长的磨砺，是青春的洗礼。我会珍惜这次机会，努力超越，锻炼自己，让自己成为一个更坚强，更有担当的人。正如习近平总书记所说：文明其精神、野蛮其体魄。在未来的时光里，望与同学们一起成长，携手度过山高水长，共赴远方的川流不息和星海汪洋，去追逐远方的星火，寻找属于自己的星辰大海。山河回望是璀璨之光，一瞬一刹，皆为光亮，前方的路漫长却坦荡！我将以全新的姿态迎接未来挑战，就像运动员们在奥运赛场中为国争光创造辉煌一样。

——高一（11）班干雯佩

汗水从帽沿边流下，让我对“汗如雨下”这一词有了更深刻的理解，这种感觉绝不是凭空捏造的。从前脚掌到后脚掌，从小腿到大腿根，久站之后向前走，就像是腿部抽筋一般。假如一个人肉体是痛苦，那么精神力量在此刻就显得十分重要。

——高一（13）班叶佳悦

感夏的蝉鸣，震耳欲聋，坚毅的少年意气风发。烈日平等地对待着每个人，汗水从大家的脸颊滑下，反射出金灿灿的光，教官的谆谆教诲也回荡在耳畔，只有站过一次方阵，喊过一次口号，唱过一次军歌，在经历过人生中许多个第一次后，才算真正地体验过军训。军训是不轻松的，是苦热累的名词，可亲身体验后，却会受益匪浅，终生难忘。

——高一（4）班钱俊析

归去，也无风雨也无晴

高一（8）班侍依诺

一千年前，一场大雨浇灌了一个诗人的梦，我曾不解，一生都在贬谪的苏轼为何会产“雨具先去，同行皆狼狈，余独不觉”的豁达，为何被朝廷排斥还能写下“莫听穿林打叶声”的诗句。

星月轮转，水升雨下，千年前的雨淅淅沥沥地落在眼前，可是我却不觉惬意，只觉郁闷难耐，这苦闷的雨何时停止、这操劳的日子何时为尽？

“竹杖芒鞋轻胜马，谁怕，一蓑烟雨任平生。”饥饿的晌午，筋疲力尽却被帘幕挡下，雨具先去，带伞的同学纷纷协助落单的同学，不管是水坑大雨还是拥挤燥热，皆不能抑制善意的传递。我打伞在人群中，雨伞微微地倾斜，我看着同学悄悄的被我保护着，即使是不被发现的细节，也消散了心中的阴沉。被雨打湿的帆布鞋也在那时与苏轼的“竹杖芒鞋”缓缓重合，“轻胜马”，不怕，只为侧面。阴天下那张笑脸，只为那句“谢谢你，你真好。”

“莫听穿林打叶声，何妨吟啸且徐行。”

大棚的人海，细细的雨使宿舍的路水泄不通，同学们着急地在近处的后门堵塞。我看着旁边通常的大道。不禁突发奇想，与身边朋友说：“这里太挤了，我们走大路绕远到去宿舍正门进吧！”宽阔的大道，虽然路有些许的绕远，但途中有清凉的徐风，微风拂过储雨的青叶，散下点水帘，激起新翻的泥，带来了清新的气息，是绵雨的温情，也有人烟稀少好走的得意，我自得道：“看我聪明不聪明，这么轻松的到了宿舍，正确往往是掌握在少数人手里的。”朋友轻松一说：“是啊，成功的道路其实并不拥挤。”我一愣，是啊，成功的道路其实并不拥挤，或许路上有些坎坷，有些绕路，没有人走，即使不被支持，即使总被贬谪，还要“何妨吟啸且徐行。”慢慢走吧！大胆走吧！正如史铁生所说：“且视他人目光如盏盏鬼火，大胆去走你的夜路！”

“回首向来萧瑟处，归去，也无风雨也无晴。”

我常常思考生命的意义是什么，为什么而活，直到我看到了昏暗阴天中的一抹彩虹，我再也按捺不住内心的激动，看到一抹淡彩渐渐扩大，变成一架长虹，连着天的那边，小雨打不破它，阴天遮挡不住它，它肆意生长着，突破着，跨过天际。远处，是阴天后的青蓝，藏匿着的是挣扎的光的余晖，像鲲的吐息。天空群群黑鸟划过，纷纷找回家的归途。彩虹如巨大龙门，这时我才明白“海阔凭鱼跃，天高任鸟飞”的涵义。看着广场上洒汗训练的同学，回头看，轻舟已过万重山。雨过天晴，彩虹过际，“回首向来萧瑟处”，天高海阔，“归去，也无风雨也无晴。”生命的意义不妨为这美好的世间的点点滴滴。

“昨夜的雨淋不湿今天的我，明日的太阳终将照耀于我”！

一千年以后，一群意气风发的少年热血燃烧。我明白了，纷纷雨下浇不灭梦想，我的枕边种下片片芥麦种子，砸进去的眼泪会在这个春天发芽！

“归去，也无风雨也无晴。”

多彩军营



多彩军营



33