

洛陽高級中學

軍訓簡報

2024/10/24/

星期四

第五期

班主任寄语

高一8班的同学们：

在这金秋送爽、硕果累累的季节里，你们迎来了人生中一次重要而难忘的经历——军训。作为你们的班主任，我满怀激动与期待，想借此机会，向即将踏上军训征程的每一位同学，送上我最诚挚的寄语与祝福。

军训，不仅仅是一次身体上的锻炼，更是一次心灵的洗礼和精神的磨砺。它像一座熔炉，将你们这群性格各异的少年熔铸成一支团结向上、纪律严明的队伍。在接下来的

日子里，你们将穿上整齐的军装，站成挺拔的军姿，学习严谨的军事技能，体验严格的军事生活。这些看似简单却充满挑战的项目，将考验你们的意志，锤炼你们的品格，让你们学会坚持与忍耐，懂得责任与担当。

同学们，军训的日子里，或许会有烈日的炙烤，或许会有汗水的浸湿，但请记住，这些艰辛与不易，正是成长路上不可或缺的营养。它们将让你们更加坚韧不拔，更加珍惜眼前的一切。当你们克服了一个又一个困难，完成了一项又一项任务时，那份由衷的喜悦和成就感，将是对你们最好的奖赏。

在军训中，你们还将学会合作与分享。一个人可以走得很快，但一群人可以走得很远。军训是一个集体项目，它要求你们相互支持、彼此信任，共同面对挑战。在这个过程中，你们将结识新朋友，建立深厚的友谊，学会倾听与表达，懂得尊重与包容。这些宝贵的品质，将伴随你们走过高中三年，乃至整个人生旅程。

同时，我也希望你们在军训中，能够保持一颗谦逊好学的心。向教官学习，向同学学习，从每一次失败中汲取教训，从每一次成功中总结经验。军训虽然短暂，但它留给你们的，将是受益终身的财富。

最后，我要强调的是，安全永远是第一位的。在军训过程中，请务必听从教官的指挥，严格遵守纪律，确保自己和他人的安全。遇到任何困难或不适，请及时向我或教官反映，我们会全力以赴为你们提供帮助和支持。

高一8班的同学们，让我们以饱满的热情、坚定的信念，迎接这次军训的挑战吧！相信经过这段时间的洗礼，你们将以更加自信、更加成熟的面貌，迎接未来的学习与生活。期待在军训结束时，看到一个更加优秀、更加出色的你们！

加油，高一8班！你们是最棒的！



洛陽高級中學

军训感言

军训让我深刻体会到了如何与队友紧密合作，以及在困难面前坚持不懈、不屈不挠的精神。每一个动作，都需要我们反复练习，不断磨合，直到达到整齐划一、符合标准的要求。这种对细节的极致追求，不仅锻炼了我们的体能和意志，更让我领悟到了什么是真正的精益求精。总之，军训不仅是一次身体上的锻炼，更是一次心灵上的洗礼。它让我学会了如何与队友合作，如何在困难面前坚持不懈，更让我领悟到了精益求精的真正含义。这些宝贵的经历和感悟，将伴随我走过未来的每一段旅程。

——高一8班尚乐婷



在今天一整天紧张而密集的军训中，我深刻体会到了军训所带来的枯燥、乏味与身体上的痛苦。一整天的时间，我都致力于将同一个动作做到极致，不断地训练，不断地重复，只为在最后一天能够展现出最佳的效果。军训期间，每一顿饭都需要我们亲自动手，从端菜、端饭到洗碗、收拾桌子，这些琐碎的工作让我深刻感受到了劳动的艰辛。同时，这也克服了我原有的惰性，在日复一日的劳动中，我收获了诸多知识，更加明白了劳动最光荣的道理。

离开父母的日子里，军训让我们无法再依赖他们处理任何事情，这促使我们学会了独立，学会了成长。这段经历无疑为我们将来步入社会打下了坚实的基础。

——高一8班邓立灵



军训感言



在那段难忘的军训时光里，我深刻体会到了集体荣誉的重要性。一个班级，就像一艘航行在海洋中的大船，只有全体成员齐心协力，才能破浪前行。每个人都应该摒弃自私自利的想法，学会为集体的利益着想，共同进退。这是我在营地学到的宝贵第一课。同时，军训还让我深刻理解了坚持的力量。在训练场上，坚持是那一动不动的军姿练习，是汗水浸透衣衫也绝不放弃的毅力。而在教室里，坚持则是日复一日、年复一年的努力学习，是面对困难也绝不退缩的决心。这种坚持，不仅塑造了我们的坚韧品质，更让我们在未来的道路上更加坚定。

我想，这就是军训的意义所在。它不仅仅是一次简单的训练，更是一次心灵的洗礼和成长的磨砺。通过这次军训，我学会了如何更好地融入集体，如何坚持不懈地追求自己的目标。这些宝贵的经历，将成为我人生旅途中最闪耀的星辰。

——高一8班吴雨鑫

军训生活虽充满艰辛与重重困难，但我们更要临危不惧，以整齐有序的步伐，展现面对挑战，我们要保持任何困难动摇我们的有诸多不足，但请相信我们要像钢铁一般坚直前，因为没有什么接下来的军训日子里，精益求精，不断超越道路上，我们绝不轻言放弃。我相信，经过这番磨砺，我们每个人都会蜕变成更加优秀的自己。



——高一8班陶晶晶

军训实况



军训实况



加油吧！少年



洛陽高級中學

家长寄语

刘思晨，军训是一种质的飞跃，希望你通过这次训练，能从毅力、生活、独立各方面都有所提高，激发潜能、超越自己！回来接受爸妈的检阅，加油！

——高一8班刘思晨家长



亲爱的宝贝，军训是你青春旅程中一次独特而宝贵的经历。它不仅仅是一场体力与意志的较量，更是你成长道路上的一块重要里程碑。军训虽然辛苦，但请相信，这一切的付出都是值得的。它将让你变得更加坚强、更加自信，为你的人生增添一抹亮丽的色彩。请珍惜这段难忘的时光，勇敢地去迎接每一个挑战吧！

——高一8班孙悦然家长

晶晶：妈妈想对你说，军训很苦但宝贵，既是学习也是历练更是收获，军训让你进步，历练让你成长，愿你不负青春，努力前进，加油宝贝☺

——高一8班王晶晶家长



朱瀚宇，我想对你说，山可移，海可填，日月既往，不可复追，老妈希望你能珍惜一生中这点黄金时间，珍惜军训中老师与教官的指导与帮助，希望你认真对待一生中这点黄金时间，在这次军训中希望你收获满满，军训结束，未来日子希望你昂扬斗志，奋发向上做一个全新的自我！再一次希望你珍惜与老师，同学相处的这段宝贵光阴

——高一8班朱瀚宇家长



家长寄语

孩子，军训很辛苦，但能让你学会很多东西，对你的身体也是一种锻炼，坚持就是胜利，加油吧！希望你军训之后，对自己的学习会有一个更好的目标。加油吧！

——高一8班徐忠殷家长



面对军训的挑战和困难，你要学会勇敢和坚持，相信自己的能力。爸爸妈妈会一直支持你，鼓励你，期待你在军训中成长和进步。军训期间，望你珍惜这段经历，努力锻炼，家长相信你定能变得更坚强、更勇敢。

——高一8班陆芷清家长

这几天军训很累吧！隔空给你一个拥抱，希望可以给你一丝力量。军训不仅仅是对我们身体的考验，更多的是对我们意志的磨炼，希望通过这次短暂的军训，能少点依赖，少点娇气，多点自律，成就更强的自我，加油！

——高一8班何梦霖家长



孩子，军训虽苦，却是成长的磨刀石。愿你以坚韧不拔之志，磨砺身心，收获友谊与纪律，归来时更加坚强自信！

——高一8班尚乐婷家长

家长寄语

亲爱的儿子:

军训，是一场青春的洗礼，是一次成长的磨砺。在这炽热的阳光下，你们身着整齐的军装，步伐坚定，口号嘹亮。

每一滴汗水，都是你们努力的见证；每一次坚持，都是你们意志的锤炼。军训的日子或许辛苦，但它会让你们学会团结，懂得纪律，培养坚韧不拔的品质。

当你们感到疲惫时，不要忘记心中的梦想和目标；当你们遇到困难时，要勇敢地面对，因为这是成长的机遇。

相信经过这次军训，你们将以更加自信、坚强的姿态迎接未来的挑战。加油吧，同学们！让军训成为你们青春中最璀璨的篇章！

——高一8班董长鑫家长

无军训，不青春，今天尝尽军训的累，明天才能应对得了学习上的苦，苦尽甘来时，你将是太阳下最耀眼的光芒……少女的定义，从来不是年轻漂亮，而是勇敢且自信！大闺女加油！比心！

——高一8班吴昕蕊家长



家长寄语

这是非常有意义的一次训练活动，锻炼了体魄，磨练了意志。希望这次军训为未来三年的学习打下良好的基础，任何经历都是一种成长，希望孩子们能体验人间的甜与苦，军训短暂，意义深远。军训虽苦但可贵，是学习也是历练，是收获。希望孩子们一生终有所遇，不负军训，不负师恩，希望孩子们在挑战中永往直前，永不放弃，加油！
——高一8班夏苏兰家长



家长寄语

闻晨砚：

你从小就有一个军人梦，你也参加过多次的军事夏令营活动，看到你每次的表现，我们能感觉你一次次的在进步，以前你参加的虽然是军事夏令营活动，但这次才是你真正最贴近军营的一次锻炼，你第一天的表现就得到了老师和教官的认可，爸妈看到老师发出的表扬，我们因你的优异表现感到非常高兴和自豪，在这一周的军训中我们希望你“不骄不躁，刻苦训练，遵守纪律，尊敬领导，团结同学，服从命令，听从指挥，”这是一名合格军人必备的标准，当你做到这几点你会发现所有困难在你面前都将不是问题，在你今后的学习和生活中所有困难

都会迎刃而解。通过这一周的军训，我们还希望你能改变一下办事拖拉和发言不自信的缺点，虽然你现在还是一名高一学生，但十八岁的成人礼也快到来，你也即将成为一名真正的男子汉，你要提前养成男子汉做事雷厉风行的习惯，勇于大胆和大声发言的底气魄力。爸爸在家等着你在军训中的喜讯，等着你的凯旋回来。我们相信你能做到的，儿子加油！

——高一8班闻晨砚家长



洛陽高級中學

軍訓簡報

2024/10/24/

星期四

第五期

班主任寄语

在金秋十月，你们满怀期待地迎接军训，这是高中生活的重要一课。军训不仅是体能训练，更是心灵的洗礼，有助于增强国防观念，培养竞争与合作意识，养成良好习惯。它将鞭策你们前进，规范行为，照亮前行道路。认真对待军训，全身心投入，将使你们无怨无悔，收获满满。全力以赴，将军训进行到底，你们将深刻体验军队生活，认识到国防的重要性，培养坚强意志和不屈不挠的精神。军训中，你们将学会团结协作，面对困难不退缩，这段经历将成为难忘记忆，激励未来进步。军训是体能和精神的双重锻炼，让你们学会服从命令，培养坚定意志和顽强毅力，学会团队协作，克服困难。这段经历将成为人生宝贵财富，让你们更加坚韧不拔，勇往直前。



高一7班 班主任 陶甫



军训感言



军训训后感

秋风萧瑟，阳光明媚，我们迈着轻快的步伐，踏上大巴，驶向那期待已久的太湖湾军训基地，路上，每个同学的脸上都流露着激动、兴奋的心情。来到营地，周围美丽的景色映入眼帘，令人眼前一亮。一棵棵茁壮的大树直冲天际，碧绿的小草在微风中摇曳，路边的桂花发出淡淡的清香，好似都在欢迎我们的到来。

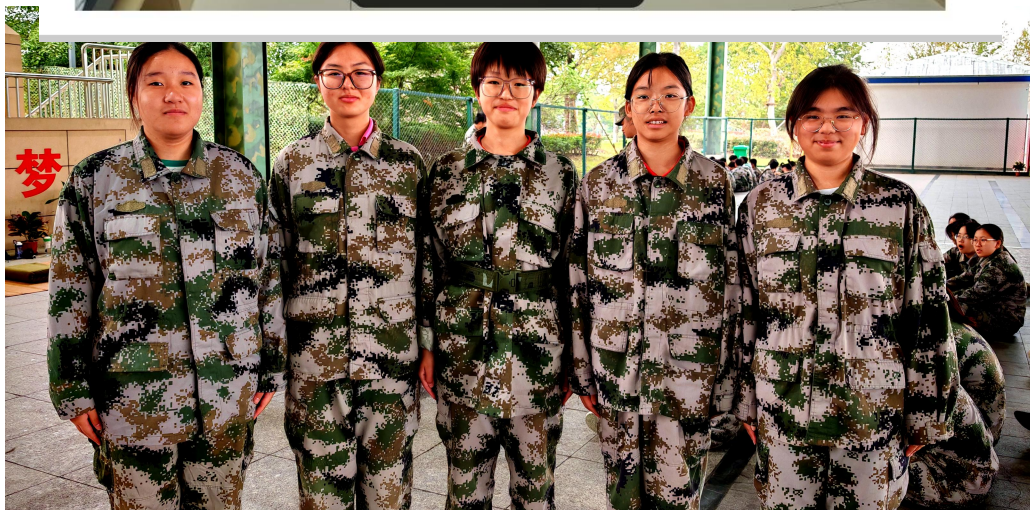
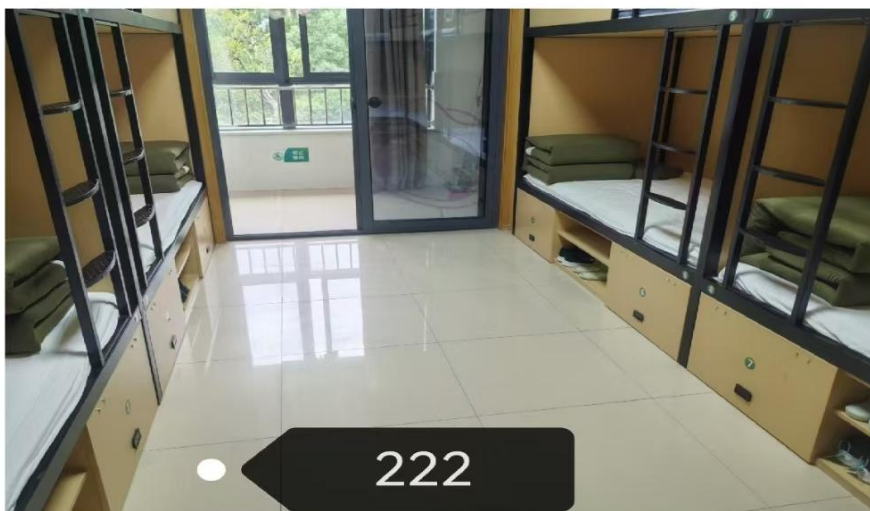
来到宿舍，干净整洁的环境让人对维持一周的军训生活更加充满了期盼。来到自己的床铺，一叠整齐的军装摆放在那，我们迫不及待地穿上军装，一般莫情的责任感随之涌上心头，不禁又幻想起电视中那些军人的模样，渴望自己有一天也能奔赴前线，守护边陲，为祖国的安全贡献属于自己的一份力。换好军训服后，我们相继前往训练场地，在教官和领导们一番振奋人心的演讲过后，我们的军训也算是正式开始了，首先我们学习的是徒手队列动作的一立正，同学们一个个挺拔了身姿，也像极了一棵棵松树，散发着蓬勃的生机，随后，我们学习了稍息和跨立，一个个整齐划一的动作令人赏心悦目。在吃完美味的午饭和甜甜的午睡后，又开始了另一的训练——敬礼，这是一个十分神圣的动作，斜转四十五度，举起右手，眼神中散发着坚毅的目光，好似在向天安门前向国旗敬礼一般。紧接着，我们开始训练摆臂和小跑步，整齐的步伐和踏声响啸在训练场上。

转眼，时间来到了晚上，我们开始军事体能训练，我们心中忐忑不安。伴随着教官的一令下，体能训练开始了。先是俯卧撑，随后又足深蹲，几组下来，早已是酣畅淋漓。吃完饭后，我们便上床，进入了梦乡，睡得比以往都要舒服。

高一7班孙子城

軍訓感言

“光荣榜”宿舍

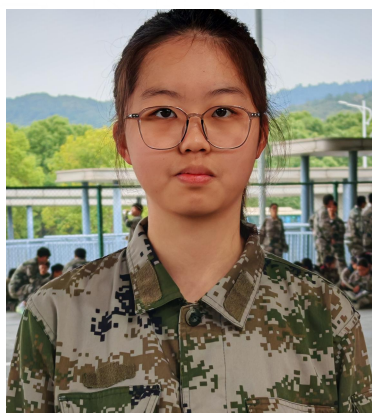


军训的这几天，我们宿舍都荣登内务光荣榜，但是我们还是有些许不足，例如：被子没有扯平。被子需竖折三折，两头对折再外折就是横折四折，中间不能有缝隙，折好后被高度是20厘米，长度是55—60厘米。宽度是45—50厘米，若不行，可以用手指丈量，具体步骤是首先把被子打开捋平，被子的四个角要铺平压实。把被子分成三等份，取三分之一宽度对折，同时两对齐，用手把被子的麂皮纹以一端抹到另一端或从中间捋到两侧，去掉被子里的空气并压实，被子叠完后四周压实，角要立直。另一方面，宿舍也有明确的规定：严格遵守作息时间规划，按时起床，按时熄灯就寝。卫生也是重头戏，地上不能放垃圾，也不能有个人物品。牙刷和牙膏统一放在一条线上。木栏杆不能放有东西，水池台面不能有水污，电卡需斜插于卡槽，否则会扣全分，卫生间的垃圾也需全倒干净，否则也会扣全分。

军训实况



家長寄語



军训不只是身体的训练、也是心灵的洗礼，希望你通过这次军训能够不畏困难，不惧挑战，相信自己，突破自己！爸爸妈妈相信和支持你，期待你的进步和成长，加油胡颖！



亲爱的宝贝：

军训是一个成长的阶梯、一段难忘的时光、一个崭新的课堂。通过军训，增强了你的体质，磨练了你的意志，提高了你的自理能力，培养了团结协作精神。这些优秀的品质将带你在三年的高中生涯中，踏实走好每一步。毕竟人生旅途中，没有等出来的辉煌，只有拼出来的精彩！请相信，现在你有多努力，以后就有多幸运！



今天尝尽军训的累，明天才能足以应对学习的苦。想想红军二万五，看看革命老前辈，学会：服从命令，听从指挥，团结一致，齐心协力！

家长寄语

落后不可怕，可怕的是没有了斗志，千什么都不能掉队，学习是你自己的事，要主动，要注意方法和策略，找准差距，争取每一次的提高，

人要勤，要学会反思，要珍惜学习的机会，平时多读点书！儿子爸希望你通过这次军训，能够增强你的意志力，不管是现在的学习还是将来走上社会，一个人都要有一颗坚定的心，爸爸相信你一定能改变的，加油！

高一（七）班王珂杰爸爸



孩子军训是高中一门功课，军训虽然很苦，但收益很大，能培养你的集体生活，团结并战能力。能培养你勇敢顽强不畏艰难的作风，能培养你独立生活，整齐划一的生活习惯，是人生不可缺少的一门课程，希望你认真对待，努力完成各项任务，力争取得好的成绩！