

班主任寄语

军训是你们大学生活的第一课，也是一次难得的锻炼机会。它不仅是对你们身体素质的考验，更是对你们意志品质的磨砺。在军训的日子里，你们将体验到纪律的严明、团队的协作和自我挑战的喜悦。

我希望你们能够珍惜这次军训的机会，以饱满的热情和积极的态度投入到训练中去。在烈日下，你们要学会坚持和忍耐；在困难面前，你们要学会勇敢和自信。每一次的正步走、每一次的军姿站立，都是对你们意志的锤炼，也是对你们团队精神的培养。



高一4班 班主任 史慧影

请记住，军训不仅仅是为了完成一项任务，更是为了培养你们面对未来挑战时的坚韧不拔和勇于担当。我希望你们在军训中能够相互帮助，共同成长，建立起深厚的友谊和团队精神。

在未来的日子里，无论你们遇到什么样的困难和挑战，都请回想起军训时的这段经历，它将成为你们宝贵的财富。愿你们在军训中收获成长，在未来的学习和生活中，展现出军训给予你们的坚强和勇敢。

最后，祝愿你们在军训中取得优异的成绩，也期待你们在大学生活中不断进步，成为更好的自己。

军训感言

军训这两天，带给我们除了肌肉的酸痛，更多的是对生活的认识，它让我们学会了太多平时生活中中学不到的东西，让我们的精神焕然一新，培养自己的精神。

人只有在经历过挫折之后才会变得更加成熟，在困难面前才会更加坚强。我们要带着虔诚的信念会和不移的决心，在大学中积极进取，在生活上，勇往直前。

——高一（4）班冯铃茜



军训教会了我们团队合作的重要性，在训练中，我们需要集体行动，步伐一致，整齐划一，如果一个人走错了，整个队伍都会被影响，这让我认识到，无论在学习还是生活中，团队合作的精神都是至关重要的，只有每个人都付出努力，才能让整个集体更好的运转。军训让我明白，真正的成长不是一时的爆发，而是不断地积累与进步，这将是面对未来每一个困难的力量源泉。

——高一（4）班王艾晶

军训感言

叶世强

No.
Date.

军训心得

进入高中生活，迎来了在开学一个月后的军训。我们坐着大巴来到了太湖湾教育基地。

军训，伴随着汗水和汗水，透着深呼吸，高度紧张的思想和敏捷有力的训练无一不构成一道亮丽的风景线。我们穿上迷彩服，由原来的懒散步伐到后来的整齐划一，由原来的娇生惯养到后来的坚强独立，今天军训，带给我除了肌肉的酸痛，更多的是对生活时认识它让我们学会太多平时在学习中学不到的东西。军训磨练了我们的意志，把我们的部分生活推到了极限，我们的精神面貌焕然一新。

我们来到学校开始军训，让我们在基本上适应了紧张的紧张环境，生活状况，讲究规范的生活习惯，严格的纪律。刚开始，教官就教我们怎样军训是苦的是能够磨炼毅力的……

太阳炙热地烘烤着大地，大地像早先一样裂，烤得人们像土地一样干瘪。人们顶着闷热的空气，呼吸着炙热的滚烫空气，虽然环境如此，我们还是一丝不苟地站军姿，迈着脚步，一遍又一遍，军训时是我们中间还可以休息一会。

人只有在经历过挫折之后才会变得更加成熟，在困难面前才会更加坚强。我们放下每一份焦虑，心无旁骛地拾起断线的梦，带着虔诚的信念与决心。

刘青雪

No.
Date.

军训心得

今天，我们踏着秋风，踏进了太湖湾训练基地，从一开始的满面愁容到后来的满面笑容。这一次军训让我成长了许多也领悟了许多。

我们正式告别了初中生活，以一个高中生的身份再次进入了太湖湾训练基地。在这两天中，我们会用努力和汗水洒满生活的地方。这两天的时间，也让我基本上适应了军营的生活，正所谓“没有规矩不成方圆”在这两天的军训中，磨练了我对纪律的重新认识与全新的态度。

然而军训不同于学校的生活，他并不是枯燥无味的，而是使体力与智力共同参与的活动。军训也让我体会到了军人的感觉，但他们远远比我们更苦，更累，他们是支撑国家重任的人民子弟兵，他们值得我们学习。军人的纪律是能够磨练一个人的意志和秉性，为以后的高中生活奠定基础，为人身之路奠定基石。虽然未来之路无人知晓，一片迷茫，无病而来，但只要我们秉承着军人的信念，面对困难和挫折绝不退缩，就会为自己的未来描绘出一幅蓝图。

军训当然是我们训练考核的一关，但却不是最艰难的一关，所以我们在训练下，不畏未来的困难，持之以恒。

高一(4)班
魏丽蓉

军训日记①

高中军训是我人生中一段难忘的经历，在这短暂而紧张的训练期间，我不仅学到了宝贵的军事知识和技能，也锻炼了自身的意志力和团队合作精神。

首先，高中军训让我深刻体会到了纪律的重要性。从昨天开始，我们就被教官严格要求遵守规章制度，比如说，按时起床洗漱，整齐列队，听从教官指挥等。一开始，这些规定对我来说是一种挑战，但随着时间的推移，两天的训练，让我逐渐适应并享受这种有序的生活。通过坚持遵守规则，我不仅提高了个人的纪律性，同时也意识到纪律对于集体合作的重要性。当太阳从地平线升起时，我们整装待发，准时集合集合。中队的训练课目考验着我们的毅力与耐力，但我们始终以平静的心态，坚定的步伐向前迈进。那是对纪律的向往与敬畏，让我深深明白，纪律是我们前进的动力！

其次，在军训中的欢笑和笑声，成为了我美好的回忆。在训练中，我们开玩笑，归开玩笑，可以缓解训练的紧张氛围，让训练也变得不那么枯燥。我们一起克服难度较高的训练项目时，我们会为此感到喜悦，教官也为我们感到欣慰。在这些时间训练中，培养了我们良好的团队合作精神。在集体行动中，我们需要默契配合，相互扶持。从开始的磨合到后来的协同作战，也见证了我们互相支持与信任。完成一项训练项目，我们都感受到了团队的凝聚力和集体荣誉感。

高中军训使我得到了很多，我会将这些宝贵的经验和收获继续发扬光大，并使其融入到我的未来生活中。

刘南鹏

军训

高中生活已经开始了，初中的生活也即将结束，回想初中，历历在目。

军训是青春最累，但也最难忘的训练。我们看到了训练后的整齐划一，就像一切重新开始。从早上的早操，到晚上的训练，我们感受到了军人的纪律严明，训练教官严格要求，声声的哨声，让我们体会到了军训的一切。军训让我们学到了许多书本上学不到的东西，它让我们磨炼自己的意志，同时也让我们更加精神抖擞。

在军训中，我们学会了团队合作，学会了互相帮助，学会了坚持。军训是军人的风采，也是军人最亮丽的风景线。这是军人的坚强也是坚强，他们不骄不躁，在训练场上，他们像钢铁战士一样向前进。军训就是无期徒刑，当我们站在训练场上，看到教官们严肃的表情，我们感受到了发自内心的自豪。我们体会到了军人的感觉，这是发自内心的自豪。如果青春是奋斗的岁月，那么军训就是最灿烂的时光。它让我们看到了我们军人的风采。

军训是青春最累，但他们却是最勇敢的人。我认为不仅仅有军人的风采，还有军人的精神。他们面对困难时会更加坚强，他们会更加努力，他们会更加努力，他们会更加努力。他们面对困难时会更加坚强，他们会更加努力，他们会更加努力，他们会更加努力。他们面对困难时会更加坚强，他们会更加努力，他们会更加努力，他们会更加努力。

今天的训练，我们要更加严格要求自己，要更加严格要求自己，要更加严格要求自己，要更加严格要求自己。今天的训练，我们要更加严格要求自己，要更加严格要求自己，要更加严格要求自己，要更加严格要求自己。

军训实况



家长寄语

军训是成长的阶梯，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高中生涯中，踏实走好每一步，毕竟人生旅途中，没有等出的辉煌只有拼出精彩，请你相信现在你有多努力，以后就会有多幸运，加油！

——高一（4）班张浩然爸爸



军训是一场青春的洗礼，汗水与坚持铸就坚强。在烈日下，你挺拔的身姿是最美的风景。每一次的立正、稍息，都是对自我的挑战。不要害怕疲惫，因为这是成长的磨砺。相信自己，你能战胜困难，成就更好的自己，让军训成为你青春的璀璨篇章。

——高一（4）班向可欣爸爸



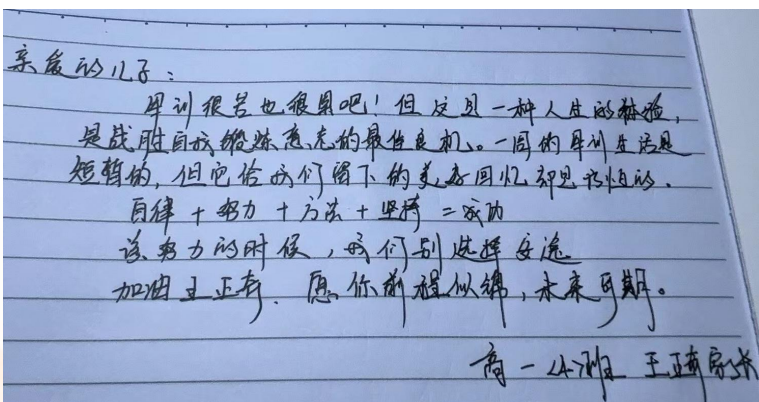
家长寄语

香香宝贝：

在你成长的旅途中，我们愿作你坚强的后盾，支持你勇敢表达，无畏前行，不断发掘和提升内在的潜能与魅力。

请铭记，你就是那片璀璨星空中最耀眼的星，你的每一次尝试、每一步成长，都是对自己价值的最好证明。继续前行，带着对自我的坚定与热爱，去创造一个只属于你的辉煌篇章。永远爱你的父母！

——高一（4）班顾思雅妈妈



洛陽高級中學

軍訓簡報

2024/10/22/
星期二
第三期

班主任寄语

军训不仅是一次对身体素质的锻炼，更是一次意志品质、团队协作与纪律观念的深刻洗礼。作为班主任，我满怀期待与信心，希望一周的军训能让同学们在以下几个方面有所收获：

一、勇于挑战，超越自我：军训中，每一项训练都将是对你们自律、体力与毅力的考验。请记住，最大的敌人往往是自己。站、蹲、走、跑；踏步、正步、摆臂、对齐。每一个动作看似简单，但要做好、做到位，就不简单了。面对困难与挑战，面对重复和枯燥，请勇敢地迈出那一步，不断突破自我极限，你会发现自已比想象中更加坚强。

二、团结协作，共克时艰：军训是集体生活的一部分，它教会你们如何与他人相处，如何在团队中发挥自己的力量。在完成好个人的训练要求的同时，更应该把“一排”“一列”“一个宿舍”“一个班级”“一个学校”的荣誉和利益放在更重要的位置。请记住，一个人的力量是有限的，但当我们心往一处想，劲往一处使时，就能创造出惊人的力量。希望你们能珍惜这段时光，与队友们建立起深厚的友谊，共同度过每一个难关。

三、严守纪律，锤炼作风：纪律是军队的生命线，也是我们日常生活中不可或缺的一部分。在军训期间，严格遵守各项规章制度，听从指挥，服从安排。这不仅是对军人的尊重，更是对自己成长的负责。通过军训的锤炼，希望你们能养成良好的行为习惯和严谨的作风。

四、珍惜机会，感恩遇见：军训是人生一段宝贵的经历，它将给你们留下难忘的回忆。请珍惜这段时光，用心去感受每一次训练带来的变化与成长。同时，也要感恩那些陪伴在你们身边的教官、老师和同学们。是他们，用汗水和智慧为你们铺就了成长的道路。

不忘初心，方得始终。无论军训多么艰苦，都请不要忘记自己的初心和目标。记住自己为何而来，又将去向何方。军训的磨砺，会成为你前进的动力源泉，不断激励你们在未来的学习和生活中勇往直前、追求卓越。



高一3班 班主任 赵瑜佳

家长寄语

军训是孩子们成长过程中一段重要的经历，它不仅能够锻炼孩子们的体魄，还能培养他们的团队合作精神和纪律意识。希望同学们能勇敢面对挑战，不怕困难，勇往直前；能团结协作，互相帮助，共同进步；能遵守纪律，听从指挥，做到令行禁止。

高一（3）班方宇家长



军训，是人生的一段独特而难忘的经历。它不仅是对体力的挑战，更是对意志和精神的磨砺，也为你们青春的道路添上了一道风景线。你们身着迷彩，英姿飒爽，神采飞扬，相信你们都是最棒的，同学们，加油！

高一（3）班廖想家长

亲爱的孩子，军训虽然艰难，但请相信这段经历会让你变得更加坚强。勇敢面对挑战，学会在困难中成长，你会收获宝贵的人生经验。加油！

高一（3）班王兴银家长



家長寄語

孩子們，軍訓是一個挑戰，但也是一個機會。相信你們能夠克服困難，成為更好的自己。祝你們順利完成軍訓任務！軍訓是一種磨練意志的過程，希望你們能夠堅持到底，不放棄自己的夢想和追求。為你們加油！

高一（3）班徐鑫雨家長



高一3班的同學們，軍訓是你們高中生活的第一堂課，也是一次磨礪意志、鍛煉體魄的寶貴機會。在這充滿挑戰的旅程中，我相信你們將展現出堅韌不拔的毅力和團結協作的精神。每一次的汗水都將澆灌成長的花朵，每一次的堅持都將鑄就堅強的自我。加油，三班的勇士們！你們是最棒的！

高一（3）班楊銘軒家長

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！相信通过军训的洗礼，你在学习和生活方面会有更好的目标。加油吧！

高一（3）班崔鑫岩家长

孩子，你迎来学习生涯的又一个挑战——军训，几天的训练不是嬉闹，而是严肃又富有意义的磨练之程。今天尝尽军训的累，明天才能应对学习的苦！妈妈希望通过这次军训能看到你更成熟更懂事更加努力学习。也希望你能与同学们并肩作战，并力同心你们将是太阳底下最耀眼的光芒，军训归来改变的不只是肤色更多的是意志.....



高一（3）班秦熠天家长

家长寄语

军训对于每个孩子来说都是一场历练，任何经历都是一种成长。无军训，不青春！孩子，愿你在最美好的年华中能体会“军人”的“英姿飒爽”和“百炼成钢”。加油吧，少年！



高一（3）班董依依家长



亲爱的同学们，高中军训是你们成长道路上的一次重要洗礼。在这段时光里，你们将面临严格的训练和挑战。但请相信，只要你们勇敢顽强、团结协作，必定能够克服一切困难，取得优异的成绩！青春无悔，砥砺前行！三班的同学们，加油！

高一（3）班庄雨桐家长



军训不只是体能的锻炼，更是心灵的洗礼，愿你收获一份难得的沉静与坚韧。

军训不仅是一次对身体素质的锻炼，更是一次意志品质、团队协作与纪律观念的深刻洗礼。作为班主任，我满怀期待与信心，希望一周的军训能让同学们在以下几个方面有所收获：

一、勇于挑战，超越自我：军训中，每一项训练都将是对你们自律、体力与毅力的考验。请记住，最大的敌人往往是自己。站、蹲、走、跑；踏步、正步、摆臂、对齐。每一个动作看似简单，但要做好、做到位，就不简单了。面对困难与挑战，面对重复和枯燥，请勇敢地迈出那一步，不断突破自我极限，你会发现自己比想象中更加坚强。

二、团结协作，共克时艰：军训是集体生活的一部分，它教会你们如何与他人相处，如何在团队中发挥自己的力量。在完成好个人的训练要求的同时，更应该把“一排”“一列”“一个宿舍”“一个班级”“一个学校”的荣誉和利益放在更重要的位置。请记住，一个人的力量是有限的，但当我们心往一处想，劲往一处使时，就能创造出惊人的力量。希望你们能珍惜这段时光，与队友们建立起深厚的友谊，共同度过每一个难关。

三、严守纪律，锤炼作风：纪律是军队的生命线，也是我们日常生活中不可或缺的一部分。在军训期间，严格遵守各项规章制度，听从指挥，服从安排。这不仅是对军人的尊重，更是对自己成长的负责。通过军训的锤炼，希望你们能养成良好的行为习惯和严谨的作风。

四、珍惜机会，感恩遇见：军训是人生一段宝贵的经历，它将给你们留下难忘的回忆。请珍惜这段时光，用心去感受每一次训练带来的变化与成长。同时，也要感恩那些陪伴在你们身边的教官、老师和同学们。是他们，用汗水和智慧为你们铺就了成长的道路。

不忘初心，方得始终。无论军训多么艰苦，都请不要忘记自己的初心和目标。记住自己为何而来，又将去向何方。军训的磨砺，会成为你前进的动力源泉，不断激励你们在未来的学习和生活中勇往直前、追求卓越。

