



常州市高级职业技术学院

Changzhou Vocational College of Technology

本科部、经贸管理学院

军训简报

2020年11月20日 星期五 第六期

扬军人精神 炼钢铁意志 展军人风采 ——军训闭营仪式

11月20日上午，我校本科部、经贸管理学院在太湖湾国防教育基地举行2020级学生军训闭营式。学校学工处主任陈志锋和副主任姚成金、经贸学院院长汤泽民、本科部副主任王妍出席了此次闭营仪式。闭营式由学工处副主任姚成金主持，汤泽民主任等检阅了受训学员。

9时整，军训汇报总结大会在庄严的国歌声中拉开了帷幕。本科部和经贸管理学院677名参训学员，军容严整、士气高昂，在雄壮的军乐声中，汤泽民主任、王妍副主任在总教官的陪同下，依次检阅各个方阵，接着标兵就位，分列式正式开始。参训方队喊着响亮的口号，迈着坚定的步伐，昂首阔步走过主席台，同学们高昂的士气、嘹亮的口号和威武的军姿，弘扬了军人精神，展现了英姿勃发的军人风采。

在接下来的汇报表演中，学员们展示了整齐划一的队列训练，表演了气势如虹、刚健威猛的军体拳，挑选出的内务标兵们通过“豆腐块”似的被子，呈现了七天勤劳、刻苦的结果和一丝不苟的态度，最后通过“感恩的心”的手语操向七天来辛勤付出的所有教官和班主任表达了感激之情。紧接着一连和二连“你一言，我一句”的拉歌把汇报表演推向了高潮，你来我往，歌声嘹亮，响彻云霄，充分展示了同学们的斗志。



汇报表演结束后，经贸学院院长汤泽民宣布了军训先进集体、优秀队列名单，本科部王妍副主任宣布了军训优秀学员名单，并为获奖的集体和个人颁发了荣誉证书。

颁奖结束后，陈志锋主任代表参训系部作了总结讲话。他首先对太湖湾国防教育基地的所有指战员和后勤人员以及带队的班主任和医护人员表示衷心的感谢，肯定了同学们取得的骄人训练成果。他强调，通过军训，同学们磨砺了钢铁般的意志，培养了团结协作的意识，强化了纪律观念，形成了一种积极向上的风气和向心力。他希望同学们把军训艰苦奋斗、顽强拼搏的精神运用到学习和生活中，认真落实学校“厚德精技、修身立业”的校训，认真学习专业文化知识、刻苦提升技能本领，真正做到知行合一，实现自己的职业梦想。并且时刻保持军训中练就的坚忍不拔的意志、坚不可摧的作风、勇往直前的气概和团结互助的精神，树立立志报国远大理想，为建设祖国、保家卫国，为中华民族的伟大复兴贡献力量。

万营长代表军训基地也发表了讲话，他肯定了同学们七天的辛勤训练和丰硕的成果，他希望同学们发扬军训中学到的坚忍不拔的意志、勇往直前的英雄气概和团结互助的精神。

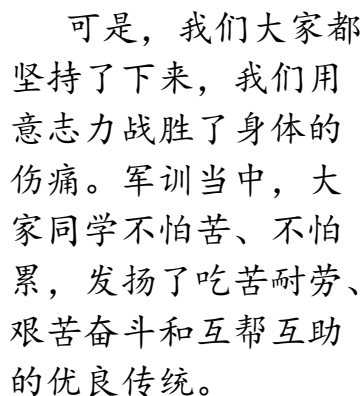
最后，姚主任隆重宣布军训圆满结束，本科部和经贸管理学院为期七天的军训落下帷幕，军训的结束是另一个的开始，同学们新的旅程即将开启。



7天，短暂而富有意义的7天，已赶着匆匆的脚步，即将结束了。这段军训的日子，是我们这一生都难以忘怀的日子，我们一起吃苦，一起欢笑，一起歌唱，我们从茫然到熟悉，再到整齐划一，同时我们在学习生活上的提高，在思想道德上的进步，也都是军训赋予我们的。



我们的军训之所以收获那么多，我们的教官功不可没，从他身上，我们看到了更多的是军人的坚韧，军人的伟大。



军训，我们除了在体格和意志上得到锻炼，在生活上，我们还学会了整理内务，有的同学是第一次自己独立生活，这不仅是一次对生活的体验，更是对自己意志力的考验。在生活上也严格要求自己，使我们养成了良好的生活习惯，更有利于我们学习效率的提高。



军训 你好!

2020年11月14日,我们异常兴奋,按捺不住心中对七天军训生活的憧憬,手中的行李箱似乎也有了心情。一路上的紧张与不安中夹杂着对未知的种种兴奋。◀

大巴到达了训练营后,我立刻被环境所吸引,被气氛所震撼,因为这是我第一次近距离接触到军人。◀

在听了校领导和教官的发言后,周围松散的气

氛一下子就紧张了起来,肃静的感觉从天而降,我心期待着军训生活的开始……◀



军训掠影



虽然我们都想过放弃,但最后都坚持了下来。经常在训练时会想到庄老师的那句寄语:优秀是一种气质,优秀是一种习惯。每次在训练之前,抬头挺胸,抬平手臂,刚开始会有酸痛感,让人难以坚持,但我深知自己作为班级的一员不能轻易放弃。



为期七天的军训即将画上句号,很高兴能够来到太湖湾教育大营地。从刚开始穿着超大码的军训服到现在整齐划一的做着各种动作,我感觉自己成长了不少。第一天便是小值日的我十分茫然,但做的十分卖力,到第六天再当小值日时已经相当熟练了。这几天的训练让我学会了稍息、立正、跨立、敬礼、礼毕、蹲下起立以及行进与停止。反复的训练让我形成了肌肉记忆。当然训练很苦很累,连续不断的肌肉反应加大了训练的难度。但作为排头,我必须做的更好。在队列里做任何动作都要打报告,这加强了我们的纪律意识;食堂吃饭教会了我光盘行动,人人有责,即使分到了很多饭菜,都要尽量吃完。军训还教会了我要有团队意识和集体意识,学会与同学协作。宿舍的集体生活更体现了这一点。内务卫生是军训很重要的一块内容,大家叠军被,反复练习,用胶带纸粘地上的头发丝,将卫生打扫干净。大家一起分工合作,发现这也并不是一件难事。教官对我们很严厉,但却很有耐心,也是真心为我们好,教会了我们好多。我们还学会了三首军歌。忙碌疲惫的生活也有很多乐趣,有三个晚上我们看了电影,这种上百人坐在一起看电影的感觉还挺不错。

军训即将告一段落,我们也即将离开这里,这将是一段难忘的经历,给我的一生留下了一块印记。它教会我成长,是人生必须经历的一课!

军训收获

军训 再会!

军训回顾



营地
报到

整理
床铺



真人
CS

正步
训练



教官，你好

壮教官好，你是一位严肃认真、态度端正，吃苦精神强，军容风纪严整又和蔼可亲的教官。你一遍又一遍不辞辛苦指导我们，立正时，要两腿挺直；跨立时，上体要保持正直，动作要协调；跑步时，上体要端正，提臂迅速，两肘里合，精神要振奋。虽然训练的时候很辛苦，但是我很享受这一段过程，转眼间，这一周就要过去了，感谢教官的辛苦付出和对我们的日夜守候与关怀。

——张茹

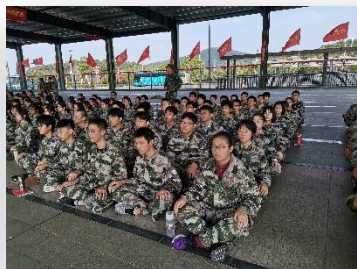


军训随想

七天的军训生活让我发生了很大的变化，报告时的声音变大了，人多的时候不会怯场了，吃饭也不磨叽了，整个人更精神挺拔了。军训还让我变得更加坚强而有耐性，腿抬酸了，我不再流眼泪了；叠被子更加细心了，在以后的生活和学习中我一定传承和弘扬军人吃苦耐劳精神和钢铁意志。

——周静雯

军训前章



军训对于我们这些平日里养尊处优的“小皇帝”，“小公主”而言，是既苦又累，就连腿脚也站不住了。可不这正是磨炼我们的意志，锻炼我们的身体吗？

凌乱的脚步变成了整齐，铿锵有力的步伐，低沉的口号声变成了响亮有序的音乐，埋头弯腰的我们变成了昂首挺胸的小军人。军训正在改变我们，将我们的精神面貌焕然一新。

每天一早，早早地起床，折好“方块被”，草草地用了早餐，没休息一会儿便集合了。虽然阳光明媚，但是依然感觉到秋风凛冽，凉意阵阵。立正之后，便如一尊雕塑般，一动不动，酸麻的感觉立刻占据了全身，一整天总是几十遍重复着那几个固定的动作，好累，好苦。此时全靠意志力坚持着。寒风吹乱了头发，却没有机会去整理。军训，这便是军训，它是苦与累的代名词。多少次渴望回家，多少次想要放弃，然而，看着同学们努力的样子，我不甘心啊，我一定要坚持！

军训历程



很快，军训接近尾声了，在这短暂的几天里，我深深体会到了纪律和团结的重要性。曾记得那个刚踏入军训基地的我们，懵懵懂懂，有些幼稚和无知。但在教官严厉的训练和教导下，我们渐渐地褪去那一层幼稚，取而代之的是懂事与成熟。从早晨的晨练、中午的叠被子到夜晚的军体拳训练，我们整齐的军姿永不变样，自信的脚步永不停止，这就是我们青春的激情澎湃。即使面对重重困难，也乐观豁达，即使跌倒了，也勇敢站起来，我们一定能做得更好，我们的生活一定会更精彩。



军训尾声

适应



刚开始军训的时候，对这里的一切都不习惯，不习惯严格的管理制度，不习惯高强度的训练，不习惯15分钟洗澡的时间……但是，军训到第二天，我也开始渐渐适应这严格的军事化训练了，原本想象的不可能都成了可能，人的潜能是无穷的！

——闫语涵

坚持



每天的训练都让我都觉得累。尤其是原本有时会酸痛的膝盖，由于长期间的站立操练，酸痛加剧了。但我没有退却，也没有请假休息。是军训磨炼了我的意志，让我坚强，永不言弃！班中还有同学也是如此。圆梦本科路上将会荆棘遍布，我们必须坚强面对。

——郑

慧琳

磨练



这次军训真真切切让我感受到了“坚持”的重要性。小时候，军人爸爸一直对我严格要求，不能随便哭，做事情要坚持，不可以半途而废。以前觉得这些要求有些过分，但现在我才明白，坚持是一种重要的品质，坚持是一种积极向上的生活态度。

——赵静怡

收获



军训使我生活更加自律了，起床、叠被、打扫卫生，一切都井井有条。军训使我快乐，使我精神丰富，军训锻炼了我的身体，虽然晒黑了，但肌肉也多了。军训更使我学会了坚持、坚强、团结、友爱、分享、勇敢、智慧……

——常颖

成长



每天的整理内务，小值日收拾碗筷、打扫卫生，训练累得腰酸背疼，这一切都使我真正体会到父母的不易，生活的不易，以前的我太任性，不懂父母的辛劳，但如今我明白了，我要学会体谅父母，回家帮父母分担一些家务。我会将军训精神保持下去。

——陈泯润

感恩



感恩军训培养了我吃苦耐劳的精神，不畏惧，不退缩，迎难而上。感恩自己坚强挺过了七天的军训，为军训划上了一个圆满的句号；感恩教官辛苦、耐心的教导，使我们学会了很多，幽默风趣的话语缓解了我们军训的劳累。感恩老师辛苦的付出和真切的关爱。懂得感恩，让我们更幸福、更快乐！

——朱梦萍

怀着期待而又激动的心情迎来了今天的会操。上场前，训练教官对我们千叮咛万嘱咐：“正步走慢一点；停住时保持原位；起步时手要摆到位……”每个人都神情严肃，回想这两天的训练，感慨万千，其实每个人都是有潜力的。上午定腿时，教官计时，陆陆续续有人坚持不住了。5分钟过去了，10分钟过去了，20分钟过去了，我努力地把腿抬高，想放弃时，看到后面还有几个仍在坚持，我咬着手背，继续保持平衡。

实践证明坚持就一定会成功。会操轮到我们时，我发现每个人都很认真，这个时候的我们，是一个集体，一个团队，我们共进退。



初露锋芒

一睹风采



这是军训的第五天，一切似乎开始逐渐朝对的方向走，经过教官严厉批评后，同学们都学会了遵守纪律，虽然偶有窃窃私语，但总体我们又向前迈了一大步。不仅在宿舍，在食堂也更能严格遵守纪律。军训我们也正确站军姿、跨立、正步走、齐步走、跑步等。虽然一次比一次辛苦，腿也有点吃不消，但教官总以一副笑呵呵的样子，氛围也活跃了起来，疼痛也烟消云散了。

不舍告别



随着时间的流逝，军训已经接近尾声，犹记得军训的第一天我们满怀激情地踏入这里，在艰苦的煎熬和欢声笑语中我们度过了6天。军训虽然累，但我们咬咬牙坚持着，一遍遍的重复练习直至汗水浸湿了我的军装，我们没有抱怨，没有退缩，功夫不负有心人，在预演中我们看到了成果。

不经历风雨怎能见到彩虹，不经过结茧怎能破茧成蝶！我相信经历了风风雨雨，我们会变得更加多彩。