

热血青春 新生军训

2020年11月26日 常州市高级职业技术学校

勇于拼搏 挑战自我 ENERGY SAVING AND EMISSION REDUCTION OF THE GREEN LINE



建筑、信息、汽车学院

2020年11月26日

星期四

第5期

平静的湖面练不出精悍的水手，安逸的生活造不出时代的英雄。20132班的全体同学们，相信你们能吃得苦中苦，誓为人上人。20132班，加油！你们是最棒的！

——20132 崔丽娜

同学们，到今天为止，我们的军训已经过了一大半！回想我们所走过的这几天，可以说有苦有甜！也正因为有了“苦”，我们才有了“乐”！20141班的将士们都是好样的！更大的辉煌在等待我们去谱写！更多的快乐在等待我们去体验！20141班的将士们，坚持！坚持！！坚持！！坚持就是胜利！

——20141 吴燕飞

军训生活会给你们带来欢笑和感动，也会带给你们紧张和沉重。老师希望你们去感受过程，无论多艰苦，要学着去适应、去尽自己最大的努力做到最好。收起自己张扬的个性，去体会一次命令的服从。这种机会在现今的环境里是不多的，生活中需要有这样一种经历。

——20121 任顺利



班主任感悟

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”虽然是短短的几天时间，我却从你们身上看到了巨大的变化，你们开始变得守纪律了，更加热爱集体了，行为习惯也好了，你们用实际行动奏响了一曲青春的赞歌！20111班的同学们，军训是你们必须上的一课，用心去感受，用意志去支撑，加油我的小勇士们！我为你们感到骄傲！

——20111 俞洁

宝剑锋从磨砺出，梅花香出苦寒来”是军训的体会。“千磨万击还坚劲，任尔东南西风”是军训的结果。军训的感悟是需要用心去体的，它教会了我们对别人的关爱，它加深了我们理解保卫祖国的责任，它告诉了我们面对困难应有的态度。

——20151 朱芬

播种一个信念，收获一种行动；播下一个行动，收获一种习惯；播下一个习惯，收获一种性格；播下一个性格，收获一种命运。同学们，人生的田地需要自己耕耘，让我们用拼搏的汗水去浇灌，用爱心的阳光去照耀，用执着的信念去期待。军训必胜！

——20131 王燕玲



学会坚持

今天主要复习以往的动作和学习走正步。还是腿软脚疼，还是寒风刺骨，还是反复训练...或许由于渐渐适应了这军训生活，时间过得快多了，转眼一天又过去了。我期盼着明天的到来....

几天军训我似乎明白了一条生活哲理:人应该而且能够适应环境。如此繁重的任务，如此紧张辛苦的日子，如此一个新环境，如此一种全新的生活...我适应了，证明我有极强的适应能力。我自信这一点会让我受用终生。

以前我对“服从命令是军人的天职”这句话不是很理解，直到今日，我终有所悟。我们军训时一切听教官指挥，竟没有谁敢违抗命令。这是为什么?也许是如此一个环境吧，或许是怕受惩罚，或许是我们纪律观念强。总之，我能理解服从命令的重要，我也学会了服从命令。

一个人总会有精神上的支撑与寄托，一旦没有，这个人将会崩溃，一事无成。军训时，我心里有着要锻炼身体、减轻体重的目标，有不给班级拉后腿的信念，有坚持到底不服输的意念，还有远方亲人的嘱咐与期望...我坚持下来了。

团结就是力量



太湖湾军训基地，这是我们此次军训的目的地。远远望去，与嬉戏谷相邻，主体是由几幢宿舍楼。此外，还有一个露天营地和一个封闭营地，我们几乎每天都是去封闭营地里。训练我们的教官姓杨，与其他教官相比，我们的教官也算是十分温柔。我们每节课 50 分钟左右，下课休息 20 分钟，在上课中我们教官总会让我们休息 3、4 次，其他教官只有 1 次甚没有。在我舍长的询问下，我们知道他的岁数与我们班主任同岁。他的脸仅

仅是被岁月轻轻抚过，却也是风霜满地。谁能想到，看起来如此老成的一个教官，竟然与我们刚入职几年的班兰任同岁！可见，真正军队里的训练量，又岂是我们现在可比的！而最让我们最苦不堪言的，就要数“纪整”了，就是让我们保持非常消耗体力的军姿站比较长的时间，而产生它们的元凶想必是吃完饭上楼后，在 503 宿舍以左就如同闹市一般，人声鼎沸，好不热闹；而往右，就如同极寒之地一般，只有偶尔的几缕寒风能带出一丝的声音。



“军歌嘹亮歌舞青春”

如果说青春是一篇动人的乐章，那么象征青春的这首歌，更不是嘈杂夸张的摇滚乐，而应是军歌——亮的军歌才可以奏响青春那华丽的乐章。

青春是“大江东去浪淘尽”的豪破楼兰终不还”的决绝，青春是“千的坚定。青春就像一块烤红的铁，以淬火而出，锻造成铮铮的宝剑。得以

张扬，我们的激情熊熊燃歌声中焕发出朝气，它已融入

人们常说：“人们最美好着活力和激情”。军歌荡漾在情，青春的我们在舞动着。一美的文章，拨动了我们大家的心洗礼，一曲曲脍炙人口的军歌，震气势恢宏，我们的青春，将在军歌中变嘹亮，我们的心随着军歌在尽情歌唱，我们的

首歌不是低沉悠扬的民歌，不是婉转哀伤的情一支支昂扬向上的军歌。因为，只有嘹



迈，青春是“黄沙百战穿金甲，不磨万砺还坚韧，任尔东西南北风”只有深入军歌的冷水中，才可在嘹亮的军歌中，我们的青春

烧。舞动的青春，战斗的青春，我心中。

的时代便是青春时期，它充满这里，更增添了几分力量和豪首首昂扬的军歌，正如一篇篇优弦，也让我们感受到一次心灵的撼着我们每一个人的心灵。军歌依旧，得多姿多彩。军训还在继续，军歌依然青春随着军歌在尽情欢舞。 军歌嘹亮，青春飞扬！

20151 杨赛文

坚持就是胜利

军训的生活使我们变得坚定，言谈举止都有良好的规范。军训的日子就像风雨过后的泥土，经过了无数次的洗刷，最终会沉淀下去，直至融入我生命的最底层。

军训，一个多姿多彩的训练方式，这将会是我们以后在回忆职教生活中最难忘也最怀念的一段精彩时光，我们回忆最真诚的态度去完成这一次的考验，用它去点缀我们的职高生活。

军营，绿的故土赋予绿色特殊的内涵，沉淀中透着刚毅与坚忍。“走进训练营，就是一名军人；穿上绿军装，就要有绿色的军魂！”那一袭绿色随着目光的游离开始蔓延，将心灵染色。

当同学们身着绿军装排成方阵时，我的心情开始跌宕，这个绿芜照眼的画面牵引我。一抹青绿，一点红彩，葱葱郁郁地属于我们。

20151 陈振

我们同样很努力 磨练自己

军训简报

“质”的变化

怀着无比期待的心情来到军训基地，但是来到这不久我们的心情就产生了“质”的变化。随着期待到紧张的心路历程的展开，我们开始了第一天的军训任务。首先练习站军姿，它是军人的基本姿势，是列队动作的基础。它的主要要领是两脚跟靠拢并起，两脚尖向外分开约六十度，两腿挺直，小腹微收，自然挺胸，上体正直微向前倾，两肩要平，稍向后舒张，两臂自然下垂伸直，手指并拢自然微屈，拇指指尖贴于食指第二节，中指贴于裤缝，头要正、颈要直、口要闭，下颌微收，两眼向前平视。

听听这些似乎很容易，可这些基础要做好也是很难的，一次次，一遍遍，我们用最坚强的毅力坚持着当初的宣言，决不轻言放弃。



青春，从这儿开始

青春，从这儿开始……

今天是军训第一天，一到达基地我就见识到了军人铁的纪律、严谨的训练态度和一丝不苟的作风。

我一直以为这里的教官应该是不苟言笑的。但大大出乎我的意料，有的教官有孩童般的天性，喜欢用开玩笑的方式来放松我们的神经。不过在我心里，我认为越是爱开玩笑的教官越是深藏不露哦！

“你们是去军训的，不是去旅游的”，临走时老师的谆谆教诲，让我早早做好来吃苦的准备。换上心中憧憬已久的迷彩服，心中油然而生的是军人的荣誉感。虽然在第一天军训中，我们在卫生、集合等各项活动中表现得不是太好，但我相信经过教官的严格训练，我们会像他们一样把被子叠成方正的豆腐块，把地面抹得干净澄亮，把步伐练得整齐划一……军训第一天，我已经感受到了使命的压迫，我期待即将到来的更严格的训练，我会在军训中绽放最亮的青春！

珍贵的记忆

时间如白驹过隙，不知不觉我们踏进了西太湖国防教育基地。虽然之前我们满怀期待，但总以为只是“走走过场”。可一踏进基地大门，严肃的氛围使我们感到，此次军训并不是“摆架子，走龙门”，尤其是第一天的军训生活让我记忆犹新。

到了吃饭时间，许多人在食堂里大声议论喧闹，遭到了教官们的呵斥。随后教官让大家放凳子，有的人因不服从教官的指令而发出了声音，教官便让大家重放。一次又一次，直到大家习惯为止。虽然有人有怨言，但是对于我来说，这恰是一种耐心的考验，是为了培养我们良好的就餐习惯。

薄暮将至，教官教我们唱军歌。刚开始歌词不熟练，所以声音不大。但经过教官的多次呵斥以及我们的反复练习，终于使我们的歌声响彻了云霄。

军训不仅能强健我们的体魄，还能陶冶我们的情操，尽管军训很苦，但我们还要珍惜这次军训的机会，因为这将是我们人生中最珍贵的记忆之一。



军训新体验

练军体拳，看起来容易，做起来难呀！

你看！教官又开始第二遍给我们示范，并开始教我们。练第一招式要定几分钟，但是还没有一分钟，有的人就开始抓耳挠腮，有的人甚至央求教官：学习下一招，累死了。教官严肃的要求大家认真定，看着不错了，教官一声令下“立正！”我们迅速站立。

然后，教官教我们第二招。当我们做第二招时，教官认真纠正每个人的动作。可是又有个人嘴里叽里咕噜的好像在跟谁说悄悄话，有的脚摇摇摆摆乱动，好像在跳舞。这时教官神情严肃的说：“个别同学打出去的拳有气无力像软骨头似的；还有的同学动作不规范，方向也不对。不过总体上还算不错。”

这就是我们的军体拳训练，苦中有乐。它还是“治”歹徒的“良药”。有机会你们也练一练吧！



20141 季秦川

是！教官！



今天的训练没有前两天那么累了，主要还是练正步走。因为教官说要把我们的练成果展示给大家看，所以我们训练的格外认真，卖力。教官更是喊口号喊的嗓子都哑了。

军训我似乎明白了一条生活哲理，人应该而且能够适应环境和如此繁重的任务，如此紧张辛苦的日子，如此一个新环境。如此一种全新的生活我适应了，证明我有极强的适应能力。我自信这一点会让我受用终生。以前我对服从命令是军人的天职这句话不是很理解，直到今日，我终有所悟，我们军训时一切听教官指挥、竟没有谁敢违抗命令，这是为什么？也许是如此一个环境吧，或许是怕受惩罚，或许是我们纪律观念强。总之，我能理解服从命令的重要，我也学会了服从命令。军训时，我心里有着要锻炼身体的目标，有不给班级拉后腿的信念，有坚持到底不服输的意念我们要像白居易写得一首诗“野火烧不尽，春风吹又生”我们就是一棵小草，任凭寒风凛冽，都压不垮了我们。



20141 汤雨婕



钢铁般的意志

军训是人生的最重要的一堂课，在这课堂上有严明的纪律，有紧张的欢笑.....寒冷的风吹着我们身躯，今天是军训的第二天，我颇有感受。第一次离开家，让我不习惯，有点难受，今天下午的训练我一直不能集中注意力，教官连续教了很久的动作，做了很多次，我还是一直错。但是教官很有耐心地教了一次又一次，指出了我的错误，刚开始内心还有点责怪教官，但听到教官用嘶哑的声音一次又一次的重复，开始自责起来没有好好学认真听。

这也让我明白了，人是在不断的磨练中成长的，就像一棵小树一样，经历风雨后才能成为参天大树。军人的气质如钢铁般坚强，给我很深刻的印象。正如军歌中“比铁还硬比钢还强”，希望明天的我能像钢铁一般无惧困难。



20132 张一鸣



服从军令



叠被子三分叠，七分整，做到任何步骤和细节都不能掉链子。

经过七天这样的训练，相信自己能养成良好的习惯。积极投入练习，以合格军人的标准要求自己，展现出最精神的面貌。

来到太湖湾教育大营地，第一次感受军训，内心起初充满热情，满怀期待，但训练了一天下来，热情散去，被并没有想象中的军训那么好。教官严格对待一切，不放过一切不遵守纪律的行为，教官的严格执教让我体验到了军训的严格，感受到了军人的威严。在军队中，必须服从一切，命令就是命令，体验到了什么是军令如山。在队列中纹丝不动，不得东倒西歪，不能摇头晃脑，必须立正，两腿直视前方，手臂自然下垂，紧靠大腿。唱歌声音洪亮，

20132 吴何凌

站军姿

站军姿，军训中的必修课，双手贴于裤缝线，挺胸收腹，脖颈靠后衣领，45度向上斜视前方，身体前倾。我们的军姿从姿势百态到渐渐标准，我们有付出，有收获，也有长时间站立带来的酸痛。也许最痛苦的便是踢正步时的训练了吧。手臂摆动的定位让大家苦不堪言，踢腿的定位更是让大家东倒西歪双腿发颤。只是，付出的汗水与辛酸总有回报，从不会到整齐的正步便是我们付出的最好见证。

意志



宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”。如果梅花没有傲立霜雪的勇气，就不会成为残酷冬日里的一道靓丽风景;如果人没有经历挫折磨难就不会拥有坚强。能经历磨练才证明坚韧，能经得起挑战才说明勇敢，能跨过挫折才展示成功。在每一个军训的日子里“一二三四，一二三四像首歌”，“一个个整齐的方队像一首诗”;在每一个军训的日子里，我们严格要求自己，积极改善自己，彻底反省自己。

