

军训快报

第 6 期

主办：四川省苍溪中学校新生军训办公室

2019 年 9 月 1 日

我校举行 2019 年秋季开学典礼暨高一新生军训汇报表演

9 月 1 日上午 8 时，我校全体师生齐聚新校区运动场，隆重举行 2019 年秋季开学典礼暨高一新生军训汇报表演。学校全体行政领导与新分新调教师于主席台观礼。大会由学校党委副书记、副校长邓国伟主持。

在庄严的升国旗仪式之后，高一新生军训汇报表演正式开始。在军训方队分列式表演中，同学们踏着铿锵的步伐、呼着响亮的口号，威武雄壮地走过主席台，不时赢得观众阵阵掌声。

汇报表演结束后，学校党委委员、副校长、新校区负责人曹仕辉宣读了新生军训表彰决定。接着，举行了隆重的颁奖仪式。

高二学生代表黄宇彤发言。她热烈欢迎朝气蓬勃的学弟学妹加入苍中拼搏的队伍，勉励他们奋发向上，勇争一流，祝福他们梦圆苍中，顺利抵达成功彼岸。同时和高二同学共勉：怀抱高考梦想，坚守奋斗目标，砥砺奋进，再接再厉，力争变得更加优秀，更加卓越。

新教师代表白洋发言。作为曾经的苍中学子，回母校任教，她万分激动又倍感自豪。她说，作为新教师，青春是我们的资本，自信是我们的个性，拼搏是我们的誓言。选择教育，是我们青春路上无悔的决定，我们将用智慧和热情去实现一生的承诺，用青春和爱心诠释教育的真谛，履行教师的神圣职责！

最后，党委书记、校长金昌福作了热情洋溢的总结讲话。他首先对高一新生表示热烈欢迎，并向思想进步、学习努力的全体同学致以亲切的问候和良好的祝愿，向恪尽职守、辛勤耕耘、无私奉献，为学校教育教学做出巨大贡献的广大教职工致以崇高的敬意。随后，他回顾了我校悠久的办学历史和厚重的文化底蕴，向大家通报了学校 2019 年高考取得的辉煌成绩。



同时，金校长对全校学生提出了殷切希望。他勉励高一的同学们：希望你们好好把握三年的青春时光，努力成长，积极磨炼，未来飞得更高，走得更远；今天，你们因为跨入苍中而自豪，明天，苍中会因为你们的成功而骄傲！

他寄语高二的同学们：希望你们带着誓夺桂冠

的梦想，带着决胜高考的志向，扎实学习，努力冲刺，为高三积极备战，为高考胜利蓄积力量；祝福你们，一步一个脚印，稳步走向高考，走向人生新的辉煌！

金校长还嘱托全体教职员工：希望大家在传授知识的过程中，始终把育人放在重要的位置，大力实施赏识教育、爱心教育，努力培育出品学兼优的高素质人才。他说，请相信，苍中的今天忘不了大家的辛劳，苍中的明天将铭记大家的奉献！

新学年，新气象，全体苍中人将秉承“诚勤勇爱”的苍中精神，爱校如家，奋发图强，齐心协力谱写苍中新的辉煌篇章！



【军训风采】

论起军训，很多人都是叫苦不迭的。即使已经进入了秋天，太阳却还是像夏日一样毒辣，不时微风拂面轻抚脸颊，已是上天最大的馈赠，但我们作为九点钟的太阳，却是不怕苦，不怕累的，凭借顽强的毅力击倒了一次又一次火辣的烈日。

苦瓜味的军训

军训，顾名思义，就是如军人一样的训练，对自己严格要求，磨砺意志，弘扬不怕苦不怕累的精神。当我们双手紧贴裤缝，像松一般站在操场练军姿的时候，起初，我认为这没什么困难。不就是站在那里嘛，一会儿也就挺过去了，可是头顶烈日，要保证纹丝不动，汗水顺着脸颊浸透蓝白相间的校服，真的特别担心自己有一刻会倒下，给班级丢脸，所以想坚持下来。站军姿过程中，老师、教官和校领导一直在纠正和规范我们的动作并且加油打气。我有在想，有那么多的同学都未倒下，还有班主任，教官陪我们一起晒，我为什么

不可以？十分钟，二十分钟，半个小时，终于，我坚持下来了。太阳更烈了，我却更坚强了。苦，我们苦中坚持，我们苦中作乐。

西瓜味的军训

一天中最轻松的时候应数晚上。烈日隐没了形体，取而代之的是夕阳，晚风和寥寥可数的星星。美景相伴，微风习习，站军姿都是轻松愉悦的。我们围坐一团，跟着教官学唱军歌。因为我们教官嗓子痛，我们只能跟着另一个班的教官唱。人多真的力量大，三个班洪亮的歌声响彻云霄，吓得蜻蜓乱了阵脚，引得其他班震撼的目光纷纷投来，我们乐极了。一天的训练接近尾声时，校方安排将一天的训练成果进行汇报表演。我们班很幸运的被抽到第一个，我们迈着较完整的步伐来到操场正前方，这一刻，我感觉我真的像一个军人一样严肃穆。就这样，我们又坚持下来

了，并且是伴着甜味结束的。

军训前，我很怕，现在，我却已完成了一半的军训。虽然过程是艰辛的，但毅力却一天比一天强了，也改善了含胸驼背的状态。哦，原来军训的意义便是如此，我相信我以后会像蝴蝶破茧一样完全的蜕变。



苍中
2019
秋季
开学典礼
暨
高一
新生
军训
汇报
表演



军训的酸甜苦辣

高2019级1班

军训，是磨练我们意志的一场严格训练，我们将在军训中挥洒激情，释放青春，我们风雨同行。

从军训的第四天开始，我们进行了分列式训练，从踏步到齐步，从齐步到正步，从正步到齐步，再从齐步到跑步，到最后结束立定。一天下来，我们腰酸背痛，腿更是软弱无力。这是军训中的一种滋味——酸。

所有军训学员都希望最累的时候，主席台出现一个魁梧的身影吹哨说：“各班教官组织休息十分钟。”这大概是每个军训学员的心声。在一天训练完时教官主任对我们的赞美，这也是一种发自内心的高兴。这是军训中的一种滋味——甜。

第一天站军姿时，我们感到身体不适，许多学员纷纷倒下。在烈日的暴晒下，大家东倒西歪，汗流浹背，教官一直在纠正我们学员的错误动作，我们终于还是坚持了下来。我们站在烈日之下坚持，我们战胜了困难，战胜了自我，这是军训中的一种滋味——苦。

第五天的阳光格外的耀眼，我们感受到了高温正在向我们袭来。学员们“面目狰狞”的喝下了味道不佳，气味辣喉的藿香正气水，这是军训中的一种滋味——苦。

军训中的酸甜苦辣，终有一天，会变成我们最美好的回忆。

以渺小起程，以胜利而归

高2019级28班 黄艳

青春的本质就是用来追忆的，当我怀揣着它时，它一文不值，只有将它耗尽后，再回头看，一切才有了意义。

军训则是在我青春的赞歌中新加的音符。军训已过了大半，天气也不似往日的炎热，周围抱怨的声音似乎也缓了下来。大家似乎都懂得了军训的重要性和必要性。操场上，挥洒着我们的汗水，流淌着我们的眼泪，飘扬着我们的呐喊。军训不就是这样，像一个真正的军人一样生活，训练？现在，身体上的酸痛却比不上心智的磨砺。同时，我们的毅力，耐力，生活能力都得到了锻炼。终有一天，会有人感谢军训带来的益处。更甚者，是否会悔恨如今的自己为何没有再认真一些，再努力一些。人生若无悔，那该多无趣呀。但人生也就是如此，一收获的结果不会辜负其中的过程。

军训的苦乐我们都已经历过。而那些苦，最终成为来日可期的甜。我们的身体，我们的心理，我们的灵魂，一切的一切，似一样却又不一样。愿我们以渺小起程，以胜利而归！



【军训感悟】

拿破仑希尔说过：“一个人能够想到一件事并抱有信心，那么他就能实现它。”这就告诉我们，必须立下目标，一个可行的目标：努力训练，坚持训练，做好训练。

军训感悟

高2019级28班 牛翔云

军训这门必修课一生中很少。如果不做军人，那么就只有两三次。两三次对我们来说屈指可数，这就是我们必须坚持，必须珍惜的重要原因。分班训练前的军人姿态训练就是在磨练我们的意志力和毅力。下午，烈日正当空，四十至六十分钟的军姿训练，始终是一项很大的挑战。但我们始终坚持不懈，决不放弃。先前八天的训练，对我们的身心都是一种考验。我们在锻炼中学到的，必会终生受益。八天的时间，我们撒过汗水，流过泪水，它们混杂在脸上，交织在心里，苦和乐都凝聚成那个军训期的目标。

目标，是赛跑的终点线，是跳高的最高点，是篮圈，是球门，是一个人要去做一件事所要达成的自己，是奋斗的方向。军训告诉我：没有目标，你终会因碌碌无为而悔恨；没有目标，你就很难与成功相见！

带着伤痕上路，也带着星云抵达

高2019级28班 牛翔云

【军训札记】

须知少年凌云志，曾许人间第一流。——题记

想要做一棵树，在深蓝色的天空里接受一束光的照射，站成永恒。火热的烈日，整齐的步伐，飞扬的尘土，这一系列代名词都标志着军训的快节奏。

军训带给我们的有快乐，也有悲伤。快乐的是能与新交的朋友迅速熟络起来，能锻炼班集体团结一致，齐心协力的好品质。所以我们是幸运的，能从此变得志向坚定，毅力顽强，为三年后的理想目标打下坚实的基础。

也有糟糕的一部分。我们的班主任说：“忍，忍住了。”我们的教官说：“加油，你是最棒的。”我们的朋友说：“当你无路可退的时候，一定要坚持。”汗流浹背，大汗淋漓，这时，我们是不幸的，迈开步伐用力地走，只想让所有人都认可自己。

然而，军训的恐怖与温柔，不管好坏，我们都要带着上路，既带着军训给我们的伤痕去找创可贴，也带着我们内心的小火苗去互相拥抱彼此内心的漏洞。时至今日，军训已经过去了一半。让我不断回味的，并非军训的汗水，而是和老师、同学们走在烈日炎炎的天空下，共同分享坚持的喜悦。

时间向来慷慨温柔，擅长把所有好的坏的都带走，最终，我们在漫长十日军训中积攒的所有情绪，也终会消融在人生里。

太阳会在明天出现，更美的风景还在下一个拐角，不管太阳如何火辣，也休想再伤我们分毫，那些打不死我们的痛苦，最后都会变成我们骄傲的资本！

【光荣榜】

一、军训综合考核先进班集体：

第一名：27班 第二名：17班 第三名：28班 第四名：6班 第五名：11班 第六名：1班 第七名：15班 第八名：10班 第九名：12班 第十名：26班 第十一名：20班 第十二名：24班 第十三名：23班 第十四名：4班

二、队列会操比赛先进班集体：

第一名：6班 第二名：14班 第三名：16班 第四名：27班 第五名：21班 第六名：23班 第七名：7班 第八名：28班 第九名：9班 第十名：20班 第十一名：5班 第十二名：25班 第十三名：8班 第十四名：17班

三、内务卫生考核先进班集体：

第一名：17班 第二名：6班 第三名：4班 第四名：1班 第五名：28班 第六名：11班 第七名：15班 第八名：12班 第九名：23班 第十名：10班 第十一名：20班 第十二名：19班 第十三名：26班 第十四名：18班

四、军训先进个人：

1班：郑康伟 袁金成 2班：何亮 罗铃君 3班：李雨轩 蒲标标 4班：杨悦 徐嘉欣 5班：王宝霖 张宏杰 6班：赵雷凤 陶清山 7班：周羽昊 冯韵枝 8班：牛湘 曹彬彬 9班：李艾玲 沈豪 10班：殷洋洋 李鑫鑫 11班：谢雨静 何昌鸿 12班：徐铭青 姚梓涵 13班：侯思宇 冉佳灵 14班：夏晚漫 王瑞 15班：罗钦云 张煜 16班：李奉川 张钰雷 17班：赵海瑞 李奕 18班：刘永月 郭海 19班：李岩 李星月 20班：刘代豪 辜小芳 21班：车辉 李文雷 22班：张瑞 王瑾秋 23班：杨玲垚 邓明均 24班：徐萌 马语悦 25班：刘美玲 王淦 26班：孙馨心 谭瑞阳 27班：刘艺雯 王笛 28班：李睿 李金瑶

五、军训内务大比武优胜个人：

男生组：第一名：10班 赵其斌 第二名：22班 王瑾秋 第三名：11班 汤垚 第四名：25班 周顺航 第五名：28班 王亮 第六名：1班 赛博云 第七名：14班 赵鑫 第八名：6班 罗小泉

女生组：第一名：2班 杨淑菲 第二名：1班 徐丽 第三名：20班 赛琳 第四名：17班 权淑坤 第五名：18班 王金玉 第六名：28班 王清青 第七名：3班 陈嘉俊 第八名：25班 刘美玲

