

# 军训简报



2020年1月14日 第四期

主办：数学与统计学院

主编：团总支学生会编辑部

指导老师：普粉丽

## 辛苦与欢乐，

## 心安与感慨

今天的早上很冷，站军姿的时候感觉自己瑟瑟发抖，虽然自己也不是很想动，可是控制不住那个冷意，太阳感觉很是调皮，早上很希望被它暖阳阳的晒着，中午却又希望它躲进云层里，可能太阳也很无奈吧，早上踢正步的时候感觉自己有点站不稳，姿势也不是特别到位，这让我觉得如果想要踢的更好，那就要平时更加努力，上午站军姿的时候，每当站不稳的一瞬间，我心里总会默念，再坚持10秒，再坚



持10秒，站军姿的时间就这样被我用许多个10秒坚持下去，在军姿结束的时候，感觉很不错，因为又一次成功挑战了自己，感觉很有成就感，也很开心与快乐。下午的太阳很大，很晒，让我感觉有点不适，所以，去了一下医务室，因为自己已经不能独自去了，找了一个朋友，在路上我感觉在你难受的时候可以有朋友陪在身边，还是很幸福的，在我回来时教官还询问我，我感觉那一刻，自己心里一股暖流涌上心间，虽然在以后的军训里，我很大可能不能再和小伙伴一起训练了，可我感觉我仿佛就在他们身边，自己感觉也十分可惜，也很羡慕他们虽然辛苦可是辛苦中伴随着欢乐，每天下午训练后教官都会有很多好玩的，有趣的方式让我们去放松，去欢乐，去感受天空，以前的我似乎从来没想到，会有一片天空那么美，那么蓝，那个时候，我感觉自己进入了别样的世界，天空离我们是那么的近，仿佛伸手就可以碰到，那个天空我们是那么的远，似乎没有一样交通工具可以让我抵达，每当躺在草坪上，我总会幻想，会不会在另一



片草地上，我的伙伴们也和我一样，在思念着我，在我身体不舒服给我妈妈发了消息后，我妈妈给我了一些安慰，当我接到妈妈电话的时刻，我突然有一种想哭的感觉，可能真的是离家很长时间了吧，在外读书的人或许都一样的感觉，平时嘻嘻哈哈，可是到自己遇到问题还是会想如果父母在身边就好了，却还是特别倔强的报喜不报忧，却未曾想每个家长都知道自己的孩子什么样，我们报喜不报忧或许也不是很正确吧，因为父母想要听到的是我们自己所经历的，父母在家那边也会想吧，没想到一个军训让我十分想家，军训带给我的不止是身体的历练，还有心里的磨练，有时候可能不是你这个动作做不出来，而是你自己内心里没有那个坚定了，你在心里告诉自己，你不可以了，可是有想过么，如果你在心里告诉自己，你可以，你会不会就可以做到了呢。

每天的生活似乎一成不变，从早上起床到晚上睡觉，可其中却让我觉得变幻无穷，每天的军姿是必修课，可是每天自己却坚持的时间不一样，从最开始站3分钟都觉得仿佛半个小时，到现在10分钟觉得有些累，我感觉是进步也是成长，军姿磨练了心智，齐步磨练了默契，正步教会我们认真，世上可能不会有一种



感情像军训一样，学姐和我说，感觉自己军训仿佛刚刚过去一般，教官虽然只与我们相处15天，可我们的感情可以维持很久很久，我们同学之间也更默契，也更加团结，军训的意义可能就是这般吧！

(19级数学班(本) 孙琳)

## 军训注意事项

1、军训期间第一要注意的就是防晒，涂抹防晒霜，如果在阳光下暴晒，紫外线指数较高，一定要做好防晒工作，避免晒伤，建议选择防晒指数30以上的防晒霜。

2、防蚊防暑用品，比如花露水、风油精等；冬季也会有蚊虫，所以大家要注意蚊虫叮

咬，发现要及时处理。

3、同时大家要备好自己常用的药，比如胃疼的带好胃药，还有防中暑的药以及创可贴。

4、鞋垫和吸汗的棉袜子，军训时鞋子磨损大，而且军鞋底较薄，所以用鞋垫和棉袜作为“缓冲”，可以有效预防脚底磨破、起疱哦。

5、军训期间也可以多吃点水果，大家要爱护自己的身体，保证充足的睡眠。

6、多吃含维生素C的水果、蔬菜，但是不能用水果代替正餐，否则无法提供足够的能量。

(19级信计班(本) 郝晨晨)

## 留言板

军训时光已经接近尾声，也渐渐习惯了军训的生活，习惯了充实的生活。军训时光是短暂的，但是目的都是培养长久的生活习惯。毕



竟军训之后的四年，大学的生活需要我们的努力去创造不一样的自己，军训虽苦虽累，却体验到了不一样的生活方式，一种累于苦都是正常的生活方式，一种不急军旅生活十分之一却是充实难忘的一种方式，会吵之后一直在踢正步的练习，从每一个动作开始反复练习，再一次见证自己的摇摇晃晃，很失落，仿佛又回到了那个原点，也不相信自己不可以，所以更加努力，加倍认真，做每一件事都是这样，从一开始的摇晃到熟悉的过程，在这个过程中，我们在成长，我们在努力，我们也一直在一起，一个整体，互相见证这每个时刻，共同组成一段美好的回忆，以后得我们会怀念的吧。

——19级数学班(本) 余子琦

## 风雨后会见彩虹

不经受磨砺，何日能成长？不经历风雨，何时能飞翔？顶着烈日，我们开始了为期十天大学军训。

我们是初入大学的学子，就意味着必须接受军训考验。对我们这些一直生活在父母羽翼下的人来说，无疑是一种挑战，一种对自己的挑战。这十天，我们都是离开温室的花朵，要学会自力更生，独自面对生活。要做到这一切，我们必须改掉平日娇气的习性，从原本懒懒散散的暑期生活中脱离出来接受阳光的洗礼，面对种种的考验，学会吃苦！





军训不但培养人有吃苦耐劳的精神，而且能磨练人的坚强意志。苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”这句话意思是成功的大门从来都是向意志坚强的人敞开的。教官说，不严格的军训是锻炼，而严格的则是磨练。

在军训中，的确很苦很累，苦在脚上磨出的泡，苦在踢正步而麻木的腿，苦在站军姿时



酸疼的背，苦在烈日下黑黝黝的脸颊……军训如此的苦，我当然也有退缩的时候。但每当我当我的脑海中响起“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”的铿锵口号，意志都让我坚持了下来。都说人的意志是可以战胜肉体的，的确。军训就是一种人生体验，是一个磨练意志的良机，是一个战胜自我的过程。半途而废，意志薄弱对于我们来说都是一种耻辱。现在回想起来，当初的忍耐与坚持何尝不是一种快乐，一种更好地朝人生目标前进的勇气，更增添了一份完善自我的信心吗？

其实军训也并非是人人心目中的魔鬼训练、灰色的咏叹调。紧张忙碌的军训之余，我们一同感受军歌的嘹亮，倾听演讲的激昂，享受同学们表演的乐趣，分享室友们的生活小事……军训给我最美好的印象就是是同学之间纯洁的充满人情味的关系，这十天让我们充分了解彼此，互帮互助，相互关心，让我们了解到各种各样的同学的多才多艺。与室友的十天朝夕相处也让我们学会自立，自理，懂得怎样与他人磨合，懂得欣赏他人的优点……十天



的军训，对于每个人都有不一样的滋味。而对于我，军训已经超越了其本身的单纯上的意义，它已经成为一种宝贵的难得的一种经历，扎根在我的记忆中，而成为不可抹杀的一部分，它

已经成为一种力量，支撑着人生旅途的各种风雨中动摇的心灵。这一切，才是综合实践活动的真正



意义所在！

人生道路上，应该印满自己的脚步，即使那路到处布满了荆棘，即使那路每一步都是那样的泥泞、那样的坎坷，也得自己去踩、去踏、去摸索、去行进！我想那样的路才是真正的自我写照，决无半点虚假伪装之意。感谢军训，在我的成长之路上刻下一个永不会磨灭的深刻的脚印，它正指向勇敢与坚强！

(19级数据班(本) 徐微开)

## 军训心得体会

在这炎热的一天里让我感受到了不一样的军训。前几天的天气都是凉风习习，没有大太阳，或许会让我们感觉到军训也就是累点，反正也没有大太阳也不是很炎热，所以对于军训大家可能都没有太深的感受。但今天，却让我们感受到了军训真正残酷的地方——那就是在烈日炎炎下站军姿、走正步……

今天对于我以至于班级里的同学都是不同的，顶着大太阳那一个个站着军姿挺立的身影让我感受到了大家的坚持，大家通过几天的磨练都变得不一样了，大家都慢慢开始有了吃苦耐劳的精神和坚持不懈的信念，这无疑便是军训的意义所在，军训本就是训练我们的意志品质，让我们在今后的学习与生活中更加有毅



力，有坚持不懈的精神。俗话说：“少年强则国强。”故今日之责任，不在他人，而全在我少年。少年智则国智，少年富则国富，少年强则国强，少年独立则国独立，少年自由则国自由，少年进步则国进步，少年胜于欧洲，则国胜于欧洲，少年雄于地球，则国雄于地球。少年是国家的栋梁也是国家未来的希望。

军训中，炎热的天气下，任何事情都是不容易的。特别是站军姿时，我们的双肩酸痛，双腿麻木，让我们真正地体会到苦和累。但我们不需抱怨它的苦难，它的辛苦和劳累，是在磨练我们像树一样坚挺向上，不屈不挠的意志，它带给了我们一个尊严，一种力量，一种不向任何权势卑躬的品质。正所谓人生苦短，年轻时吃点苦，受点累算什么。俗语说：不经历风雨，何以见彩虹；没有一份寒彻骨，哪来梅花扑鼻香。它教会了我们怎样去面对今后的挫折。

休息时，大家一起组织玩游戏，虽然时间很短暂，但却让我们感受到了别样的欢乐，也让我们在辛苦的军训后得到一丝放松与欢乐。军训虽然是辛苦的，但同时也是十分磨练人的，他虽说不可能使一个人彻头彻尾的改变，但或多或少都会对每个人有不同的影响，给每个人带来或多或少的收获与欢乐。之前就听学长学

姐们说过，军训是非常辛苦的，但也是最快乐的，在大学如果没有经历过军训，那么大学生生活将是不完美的，军训给人带来的很多，也会让人成长，也可以让大家获得更深的友谊。所以说，军训才是大学中必不可少的，也是我们最需要去体验的。

经过几天的军训，每个人都有了不同的变化，从之前的懒散变的严谨，从之前的不独立慢慢变得独立，也慢慢的大家更能。漫长而艰辛的远航，既有乘风破浪的征帆，也有逆境不



屈的脊梁，关键看你怎样驾驶自己的生活，故天将降大任于斯人野，必先苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身……军训亦是如此，有酸楚的泪水，有苦咸的泪水，有飘扬的歌声，有欢乐的笑声，在教官的指导下，我们力求动作规范，严谨、有序，单单这些就足够让我们真正体会到了酸、苦和累，但我们并没有抱怨，人生的道路总是从坎坷到美景，已是人生苦短，吃这点点苦，受这点累算什么，抬起头，挺起胸，勇敢的迈向成功的彼岸，不经历风雨不能见彩虹，不经历风雨，长不成大树，不受百炼，难以成钢，强者就是永不被挫折压垮。

(19级数学班(本) 陈雅妮)

今天是军训的第六天，今天的天气格外的炎热。每个同学站在操场上的时候，都是汗流浹背的。因此，有几名同学中暑被送到了医务室，同时我也感受到了这个大家庭互相的关心与爱护，而教官看到我们太热还为我们买了雪糕。

我们的教官是个可爱的、平易近人的教官。我相信在今后的这些天，我会度过一个愉快的军训生活。

(19级数学班(本) 王跃)

## 拉歌常用歌曲

《打靶归来》《团结就是力量》《咱当兵的人》《不松铁拳头》《一二三四歌》《当祖国召唤的时候》《战士就该上战场》

1. 东风吹，战鼓擂，要拉歌，谁怕谁！
2. 某班拉歌土，实在太落伍，不如打背包，回家卖红薯。真土，真土，地球人都知道，土
3. 让我唱，我就唱，我的面子往哪放！要我唱，偏不唱。你能把我怎么样？怎么样！