



标准的军礼,灿烂的笑容

郑州外国语中学的同学们这样说:

◆军训:贵在坚持,难在坚持,成在坚持

王洪樟:我认为,军训就是要“苦其心志,劳其筋骨,饿其体肤”,在如此的军训中,我懂得了何为团结,何为感恩,何为坚持,何为劳苦。我在此次的军训中,真正地得到了蜕变。贵在坚持,难在坚持,成在坚持。

刁浩宇:军训就像一首交响曲,酸甜苦辣成了曲子的主旋律。我们在军训中,笑了,也哭了。笑,是开心的笑,泪,是坚持的泪!我们常说贵在坚持,可不仅贵在坚持,也难在坚持,更成在坚持。

任乐怡:毛毛虫经历了蜕变的痛苦才能变成美丽的蝴蝶,就像我们经历了军训的磨炼才能真正的成长。这宝贵的历程如一盏明亮的指路灯,指引我朝着美好光明同时又困难重重的前方坚强勇敢地迈进!

史尚霓:回到家里,还觉得是梦一场。早上5点就醒了,问的第一句话就是:“吹哨了没?”军训对我来说是艰苦的,讨人厌的。但是结束后,我发现,我坚强了,独立了,懂得遇到困难不退到爸妈后面,应该咬牙坚持。军训的5天里,一瞬间,成长了。

王安祺:在军训的5天前,我们还在舒服的家里过着衣来伸手饭来张口的生活,但在军训的5天中,我逐渐明白我已经长大了,我不再是之前的小孩子了,我要比之前的自己更加自立自强,不再是以前那个遇到困难就哭哭啼啼的小孩子了。

◆军训:众人拾柴火焰高

石卓玉:在军训中,同学们知道了什么是坚持就是胜利,什么是团结就是力量。更加让我们了解到我们老师说的:“我们是一个战壕里的战友。”没错,我们是一个集体,在这个集体里,有着浓浓的友情。我想告诉所有人,We are winner!

胡若臻:军训是一个学生的必经之路,军训有时很苦,但只要以积极的心态去面对,就会发现军训的闪光点。军训让我意识到团结就是力量,它让我体会到了团队的温暖。军训让我走向了勤奋、自立,改掉了懒散的坏习惯。军训,一个让我成长的转折点,它让我奋进!

赵家仪:短短5天的军训却令我受益匪浅,如教官所说:“我们的团队,就是一个铁拳!”没错,不能有一个松懈,它让我学会坚持坚强,头顶骄阳,大汗淋漓,但眼眶里依然没有涌出那份懦弱,军姿依旧是那样飒爽。军训,让我学会了知足,父母给予我们的生活是多么富足,美好。

朱天翔:军训,是少年与童年的分水岭,是锻炼我们的兵营。在军训中,虽然苦了累了,但这比起在军训的收获,太微不足道了。在军训中,我收获了一颗坚强的心,一份团结的情。在由衷感谢教官与老师之余,我还要感谢我的舍友,是它们给予了我鼓励。忘不了军训,忘不了这颗灵与身体的洗礼。

◆建议:增加一些训练内容

杨若冰:我对学校组织军训的建议是可以多增加实践体验,起床时间可以考虑延长一些。

陈泓霖:我建议学校组织军训时多提供几种训练课程,使我们受到正规的军事化管理,更能磨砺心智,让人学会更多。

石卓玉:建议训练余下的时间组织些小队活动,锻炼同学们的集体团结意识,希望能让军训更加有趣。

常旭辉:可以进行一些拓展训练,比如说野外生存的基本技能之类的。



本版图片均由校方提供

告别童年,步入少年

在军训中,他们懂得了:贵在坚持,难在坚持,成在坚持

1000多名12岁的孩子明白了“坚持”的可贵

核心提示:

12岁,告别童年,步入少年;12岁,挥手小学,迈入中学。对于青春,这些00后的孩子需要通过很多经历来感悟,享受成长的体验,在尊重与关爱的环境中,他们将进一步体会到青春成长的美好。本报一直关注着郑州外国语中学和郑州实验外国语中学的新生军训活动,关注小小的一次军训带来的大变化、大感悟。虽然军训已经结束,但是带给同学们的收获却依然铭记于心。
郑州晚报记者 张勤 实习生 闫虹丽



郑州实验外国语中学的同学们如是说:

◆军训:坚持就是胜利

牛馨雨:军训是改变的第一步,要成功就必须经过困难的洗礼。军训给了我们机会,我们把握住了,长大了,成功了。坚持就是胜利,就好像毛毛虫成为蝴蝶,必须经过破茧的痛苦。累是难免的,但是只要坚持下去了,挺下去了,前方必定是胜利的曙光!

王治凡:最开始,我认为军训是一个非人能承受的训练,没想到在军训过程中我明白最多的是一条条道理。我感谢这次军训,感谢我们学校给了我这次成长的机会。

冯京京:第一次参加军训,就像是在过青春生活的第一道坎,有磨难,有泪水,也有欢笑。军训5天,在初中三年的时间是微不足道的,让我明白了深刻的人生道理,就算不是一名军人,也应有军人的精神和气魄,要吃得起苦,懂得坚持就是胜利。

马琳欣:这次军训,使我们受到了准军事化的集训,使我深刻体会到了军人的伟大人格和精神。它们团结友爱,互帮互助。还有,这次军训使我们知道为集体荣誉而奋斗,

像《冲出亚马逊》中主人公说的:“记在这里,你和我,就是中国!”我们虽然没有代表国家做什么,但我们走出了学校,就代表着学校。我们应该努力做好每一件事,认真学习,行为规范,为荣誉感奋斗!

乐子琴:在这次的军训中,每天的必修课站军姿30分钟,让我懂得了坚持就是胜利;内务的打理收拾让我明白了细节决定一切;我虽然没有参加拔河,可我依然明白了团结就是力量这个道理。

◆军训:成长的催化剂

李想:头一次军训我觉得很新鲜,第一天也特别的兴奋,晚上在寝室里翻来覆去睡不着。越往后,军训越辛苦,在烈日下一站就是半个多小时。那几天我真的觉得好累,每天天不黑我就犯困。即使这样苦,这样累,我知道我还是要坚持下去。

徐来涵:如果我们曾是一只羽翼未丰的雏鹰,那军训便是让我可以搏击风雨的硬羽;如果我们曾是一棵小草,那军训便是苦在口中,甜在心中,那军训便是苦在口中,甜在心中的养料。在闭营仪式中走上台前领

奖状的一刹那,在主席台前站姿笔直的一刹那,看到家长的一刹那,我觉得自己长大了。军训的圆满结束,是自己的圆满,也是集体的圆满,是一个良好的开端,我们要微笑着沿着这条路走下去。

陶昂然:成长不是说有就有的,成长需要人一步步地慢慢实践,但如今的我们拥有着优美的生活环境和条件,这正是阻碍我们实践社会的一大现实问题。军训不仅严格要求了身体素质,而且渐渐使我们变

得吃苦耐劳,懂得付出才有果实。

孙颢玮:它带给我的是一种历练,我每天要面对的是双倍的煎熬,同时也是双重的考验。我知道什么叫做毅力与信念,我知道跌倒该如何爬起,我知道今天的痛苦只为明天的高飞。在一次次的困难面前,我需要站起,站得比它更高,在一次次的考验中,开始我畏惧,后来我清醒,我以一种浴火烈鸟的态度接受考验。因为,我知晓,我是谁,我可以飞得更高更远!

YES WE CAN

◆老师寄语

郑州实验外国语中学7(8)班班主任毛超老师对军训的感悟也很深。

如果人生是一本书,那么军训就是里面最美丽的彩页;

如果人生是一次旅行,那么军训就是旅途中最迷人的风景。

军训是学生走进中学的第一课,是孩子迈向青春的第一步。它是一种磨炼。磨炼出孩子坚强意识、团结意识、遵守纪律的意识。它是一种教育。教会孩子吃苦,让他们珍惜生活;教会孩子感恩,让他们对别人的付出心存感激;教会孩子习惯养成,让他们终身受益。更重要的是一种经历。无论时光怎样流逝,这美

丽的彩页,迷人的风景,都将铭刻在孩子们的记忆中,成为一份回忆,成为一种力量,一种战胜困难的动力,一种对生命执著的支撑力,支撑人生旅途中各种风雨中动摇的心灵。对于这群在父母腋下、手掌中,甚至口中长大的孩子来说,太需要这样的磨炼了!军训可以让孩子尽快甩掉翅膀上那厚重的脂肪,以轻盈、矫健的雄姿翱翔于理想的蓝天之上!

行为学家研究表明14至21天就能养成一种习惯,如果有可能,希望这场洗礼,时间再长一些,过程再慢一些。使每个孩子都能让优秀成为一种习惯。



深夜一位男老师还在给学生修补衣服

◆建议:增加团队合作项目

胡琦霖:以后军训中的活动希望能再丰富一点,军训最后可以再进行一次情感教育,让大家学会感恩社会,感恩家人。

王嘉宇:我对学校组织军训的建议是希望多弄一些团队合作的项目,增强同学之间的友谊。

江自明:1.站军姿时,会出现脚疼、腿酸等现象,这时就要不断鼓励自己要坚持下去,这样收获最多。2.齐步

走,左右转弯时,要把口号喊响亮,整齐,这样就可以与团队更好地配合。

常路:我建议军训最好能延长3天,因为养成习惯不是几天就能完成的,军训强度可以适当减小,避免有学生出现不舒服的情况。

王怡婕:我希望在军训最后一天晚上举行个晚会,让同学们放松身心,展示自己,做到劳逸结合。