

军训简报

石大山能新能源学院军训五营

7月7日 | 第六期

本期内容

军营快报

正步展风采 棍法扬英气
钢枪现军魂 拉练显坚毅

训练有感

勿忘国耻 强国有我

军训掠影

军中骄子 校园精英
文武双全 意气风发

军营快报

正步展风采 棍法扬英气 钢枪现军魂 拉练显坚毅



应急棍术操练

2023年7月7日，是“七七事变”爆发86周年，值此之际，新能源学子在训练场上被骄阳炙烤，汗水飞扬，感受着军训艰苦的同时用展现出的坚持勇敢致敬先烈。军训进行到第六天，男生连队

已分为三部分，分别担任应急棍操练、队列演练和常规训练的任务，而女生连也仍然在进行着常规训练，包括齐步行进、正步臂练习和踢腿以及正步连贯动作训练，尽管是进行着不同的任务，但都是在为新能源军训营争取荣誉而努力，所以同学们都各司其职，听从教官的命令，认真训练，按要求尽力把每个动作做到位，展现新能源学子斗志昂扬的精神风貌，在有可能是人生最后一次的军训中，留下自己曾经坚毅无畏的身影。

下午，全营同学轮流进行轻武器射击据枪、瞄准训练，让每个同学都感受到钢枪的魅力，在记忆深处刻下自己持枪的英姿。



轻武器射击训练



行军拉练

活动预告：今晚夜间计划行军拉练——于石大校园步行6公里，此番拉练是历年军训的一项必备内容，也是对参训学生意志力的一大考验，且看新能源五营全体成员会有何精彩的表现。



中国石油大学

CHINA UNIVERSITY OF PETROLEUM

军训心得

这次的军训，如同一次特殊的旅行，让我感受到了坚持与团结的力量，也为我打开了人生新的篇章，在这段特殊的经历中，我深刻体会到了成长和改变。

军训的第一天，当紧张的鼓点响起，我怀着激动和期待的心情站在了操场上。初次接触军训的严谨训练，我不禁感叹于军人的纪律与素养。在接下来的几天中，我逐渐适应了这种节奏，也明白了纪律是团队合作的基石。听口令，听哨声，严格按照要求完成各项指令，“服从”，“绝对服从”是我学到的第一课。

军训期间，有闷热混着绵绵细雨的天气，也有炎热伴着骄阳的天气，但无论是细雨还是骄阳烈日，我们都会如期站在操场上，进行严密紧凑的训练，从站军姿到停止间转法，从蹲下跨立到敬礼与礼毕，从齐步、跑步到踢正步，我们按部就班，密密锣鼓的进行训练，闷热、汗水顺着脸颊流淌，“吃苦”是，“标准”是我学到的第二课。

太阳炙烤着大地，汗水浸湿了衣衫，但却没有一丝抱怨，反而笑声不断，在这个特殊的环境中，我们相互扶持、互相鼓励，建立了深厚的友谊和浓厚的战友情，每一次动作的整齐划一，都是一次心灵的碰撞，战友们的默契配合让我体会到了团结带来的力量，每一次响亮的口号都传达着独属于女兵十连，“乘风十连”的志气与态度！“乘风十连，绿装红颜，骄阳不惧，势必争先！”“团结”“集体荣誉”是我学到的第三课。



中国石油大学

CHINA UNIVERSITY OF PETROLEUM

在军训的日子里，我还结识了许多优秀的教官，他们用自己的言传身教，坚守与付出，让我明白了什么是真正的担当与奉献，他们教会我的不仅仅是训练中的各项动作，更多的是一份坚持，是不断的鼓励告诉我再坚持一下我可以做到，“坚毅”“责任”是我学到的第四课。

还有今天的定向越野，从合理分配任务计划路线，到实操过程中结合队员体力情况接力打卡，我们深刻体会到了团队合作的魅力，还有尽情奔跑的酣畅淋漓，“合作”“互助”是我学到的第五课。

军训让我收获了更多人生智慧和成长的勇气，培养了我的毅力和吃苦的精神品格，锤炼了意志品质，我相信，这些收获将伴随我的一生，推动我在未来的人生道路上不断超越自我。

五营十连

庄子怡



中国石油大学

CHINA UNIVERSITY OF PETROLEUM

军训心得

“山河八连!”“长空九连!”“乘风十连!”又是一日蝉鸣酷暑,我和我的同伴们绿装在身,伴着红旗飘飘,再一次整装待发回到了熟悉的训练场地。我们脚下迈着轻快敏捷;我们口中呼喊青春热血;我们脸上展露着生机希望。新的一天,新的训练,你不必再久等我们!

队列训练。同学们谨记各项动作要领。军姿时,大家在太阳下,坚持做到昂首挺胸、双臂自然下垂、拇指置于食指第二关节处并紧贴裤缝、身体前倾、双肩后张。军姿后,各动作的训练如约而至,经过几天的练习,我们已然做到整齐划一。

应急棍训练。教官细心指导大家学习应急棍。棍抗肩上,抡、扫,“喝!”;挥击长空,刺、劈,“哈!”在数十招棍法的挥舞中,教官以刚、稳、巧、柔并济而言传身教,“像划船一般转动手中的长棍……固定手肘……摔击、踢击……”同学们在脚踏更地的刻苦训练中,不仅增强了自身体魄,学会了一门抗敌防身新技能,还磨炼了自身意志。

训娱结合。在重复的训练之外,我们还在老师及教官的组织下开展了一系列活动。首先,于训练之前后,我们规范培训了正确的热身与拉伸动作并可运用到之后的一系列活动中;其次,在休息期间,各同学积极展示歌舞才艺,还有的同学身怀双截棍、魔术等“绝招”,大家得到了充分有效的放松;最后,陈却枯燥重复的训练,大家还了解学习了卧倒及卧倒持枪等对大家来说新鲜而珍贵的经历。



中国石油大学

CHINA UNIVERSITY OF PETROLEUM

大家个个精神饱满、满怀激情,积极参与其中!

经过又一日紧实而丰富的训练,我感到自身得到全方位的充盈与提升,在团队协作、集体荣誉、个人习惯方面不断精进。愿接下来的日子,大家共同进步,砥砺“千磨万韧还坚劲”,遥迢“长征万水千山路”!

五营九连 李泓锦



中国石油大学

CHINA UNIVERSITY OF PETROLEUM

军训心得

军训的目的是通过严格的军事训练提高学生的政治觉悟,激发爱国热情,发扬革命英雄主义精神,培养艰苦奋斗、刻苦耐劳的坚强毅力和集体主义精神,增强国防观念和组织纪律性,养成良好的学风和生活作风,掌握基本军事知识和技能。

因此,军训对于即将步入社会的大学生来说是至关重要且非常有益的。军训的第一天,我们练习站军姿。站军姿亦称“拔军姿”,是军人的第一课,是军训时必学的本领。站军姿,站的理想在蓝天上飞跃,站的信念在大地上升腾,站出军人的风采,站出军人的本色,站出军人的赤胆忠诚。

我们还一起学习了唱军歌:“听吧新征号角吹响,强军目标召唤在前方”……那铿锵有力的歌声,仿佛把我们带入真正的军旅之中,继承先辈荣光,吹响冲锋号角。军号对于军人,有着特殊的意义。战场上,军号阵阵鼓舞着冲锋陷阵的决心。

当少年遇上迷彩,军训就是最好的文案。

不负青春,不留遗憾;道阻且长,行犹将至。

五营八连

熊勃 2021 金相州

军训掠影



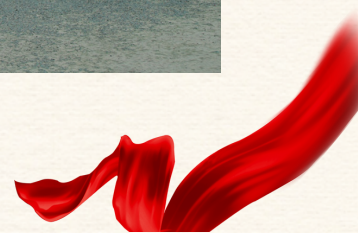
井然有序
朝气蓬勃



军训掠影



威风凛凛
矫若游龙



军训掠影



纹丝不动
弹无虚发



军训掠影



步履铿锵
从如自若



编辑 | 刘春耀
图片 | 王奕栋 王翔宇
邹晨宇
心得 | 庄子怡 李泓锦
金相州
审核 | 骆浩冉