



新能源学院
COLLEGE OF NEW ENERGY



火传媒中心

军训简报

新能源学院军训团

7月2日 | 第七期

本期内容

军营快报

正步走训练

卫生与救护讲解

训练有感

百折不挠见证成长，勇于突破迎接蜕变

军训掠影

当青春邂逅迷彩，碰撞出荣耀火花

正步走训练

7月2日，新能源六团军训内容主要为正步走摆臂、腿部以及臂腿结合练习。“右臂端平”“左臂后甩”“脚尖要向下”“身子要正，不要后仰”在训练场上，到处响着教官这样的指挥声。训练过程中，六团成员经过教官教学后由教官下令进行动作矫正，在一次次指导与纠正后，全体成员臂膀趋于水平，动作有了较大的提升。在此之后，教官更新口令，分别进行了一令一动与一令三动的练习，使得连队整体的整齐度有了更加显著的提升。教官严格要求队伍的每一名成员的动作，使各成员动作规范，养成肌肉记忆，使正步走的更加整齐、规范。其中，逐风十三连成员官闰璟说到：“今天正步走训练过程中，我与同学之间相互协作，尽力做到每一步整齐划一，每一脚铿锵有力，我们将以坚定的信念面对每一次的磨练。”

卫生与救护讲解

各连队教官为成员们讲解战场上卫生与救护的方法。此次讲解的内容以战场上救治伤员为主，针对不同部位受伤的情况，教官向成员们讲解了头部受伤、眼部受伤以及手臂受伤等情况下三角巾的使用方法并进行示范。随后，教官们对成员的动作进行了规范，成员们经过此次亲身实践，更加深刻地掌握了战场救护知识。





中国石油大学

CHINA UNIVERSITY OF PETROLEUM

步履坚定，百人同心

——军训第七天所感

毛泽东主席曾言：“单丝不成线，独团结一致，同心同德，任何强盛的敌人，任何艰苦的环境，都会向咱们投降。”转眼间，军训已经进行了七天，完成了一半的训练进度，经历了这几天的训练，同学们的自由散漫已经几乎不再出现，取而代之的是训练场上的坚持与拼搏，一滴滴勤奋的汗水自脸颊滑落，我们迎着灼热的太阳，脸上的表情更加坚毅顽强。

今天早晨我们进行了正步训练，在记忆中，最令我印象深刻的就是我国的军人战士们在天安门前展现出的整齐划一的步伐。我多次以不同的途径观看了他们正步前进时的英姿飒爽，如今能够亲身体验到这一过程，心中自然充满了期待。由于我们大多数同学都是第一次进行正步走的训练，因此教官对我们进行了手部动作和腿部动作的分解练习，在一开始的手部动作练习时，教官对每一名同学都逐个进行了动作纠正与标准示范，训练效果十分明显，稍加调整后大部分同学便掌握了动作要领，然而在进行脚步练习时，大多数同学都因不习惯走正步时的姿态而频频出现重心不稳的情况，但这些阻碍并没有影响同学们刻苦认真的态度，“冷抱冰，至于毫末；九层之台，起于累土。”随着训练的进行，同学们逐渐做到了百人同心，效果十分显著。

能动2102 郑书衡

2022年7月2日



中国石油大学

CHINA UNIVERSITY OF PETROLEUM

迷彩青春 阳光前行

——军训心得体会

屠格涅夫说过“你想成为幸福的人吗？但愿你能首先学会吃苦。”军训，教我们怎样做人，怎样吃苦耐劳，怎样迎接挑战，怎样把握自由与纪律的尺度。军训，教我们增长才干的机遇，也是对我们的挑战。

这要求我们用心融入去学习，去锻炼，去磨砺，其目的是：增强国防意识与集体主义观念，深刻领悟“立德、~~崇德~~、尚武”军人真正含义。培养团结互助的作风，增强集体的凝聚力与战斗力；提高学生的生活自理能力，培养思想上的自立和独立，养成良好自律的习惯。

列夫托尔斯泰曾经说过“幸福并不在于外在的原因态度而转移，一个吃苦耐劳惯了的人就不可能不幸。”军训是令人坚强的。是的，困难并不可怕，敢咬咬牙克服困难的才是真正的英雄，只有面对任何痛苦才能一笑置之的心，才是真正的快乐的人。

军训让人严正，一向懒散惯了的我们秉持着“懒”的人生信条已经习惯了凡事慢半拍的我们怎能为国家添砖加瓦？军训陶冶了我们使我们明白了“口号就是命令，听到命令必须当机立断果敢的采取行动除了服从命令我们别无选择！军训，渗着泪水和汗水，透着呼吸，高度紧张思想和敏捷有力的动作无不构成一道道风景线！这种风景线散发着青春的亮丽，迷彩的颜色最美丽！

六团十一连

电气2105李新悦



中国石油大学

军训日志(七)

今天是军训的第九天,过完了今天,我们的军训就已经完成了一半了。今天早上由于下雨,我们的早操取消了。上午集合的时候出现了一些意外,我们连很多人并不知道雨停了,还在等集合的通知,没有及时去集合。上午军训的主要内容是齐步走、跑步走和正步走。前两项对我来说还可以接受,但正步走对我来说有点难,主要表现是踢腿的时候总是有些重心不稳。下午军训的主要内容是正步走和头部伤口包扎。正步走在练完了摆臂和踢腿的动作后,将两者结合起来对我来说有点难,动作不协调,最后在练习了几次后还是能掌握。晚间活动我们被分成了好几波,有一部分人去练习合唱,还有一部分人去走方队,最后剩下的我们在操场上唱起了军歌,在歌声中我们结束了一天的训练。

军训进行到这个时候,身体多多少少都会有了一些疲劳感。可能是由于鞋的原因,我的脚底非常酸痛,还有就是经历了昨天的战术基础训练后,胳膊也很是酸痛。我想军训应该就是这样,是对身体和意志的双重考验,在忍受身体酸痛的时候不断提升自己,只有这样才是有意义的。后面的几天军训,我也要加油挺住,争取圆满完成这次的军训。

十三连 能动2102 黄吉安



教官演示战场
救护方法



六团成员相互包扎



每次踢腿铿锵有力
每个细节精益求精
正步走训练

