

上海杉达学院 军训工作

简报 (第 3 期)

上海杉达学院军训团

2017 年 6 月 29 日



卷首语

时光荏苒，转眼军训已经过半，天气也一天天好起来。在训练场上挥洒汗水的学员们继续加油，再过四天就是检验你们训练成果的时候，绝不能在这懈怠。

军训固然辛苦，但是其中也不免有许许多多愉快的经历：拉歌、学军歌、和教官互动。这些开心的时刻总是能让我们暂时忘却军训的艰辛。“轻松一刻”经过前几天的征集，今天已经新鲜出炉了！但是在欢笑之余，也不能忘记军训的主要目的。

除此之外，内务检查中依旧发现个别寝室存在违章电器，希望大家认真整理，保持优良作风。



校长慰问

6月28日下午,2017年军训进入了第五天,为了鼓舞军训学员“士气”,李进校长到校基础部慰问军训师生和承训部队教官。校军训工作领导小组副组长、常务副院长陈新中,副院长龚发志,科技处处长、综合办主任卜晓明,学生教育处处长陈春峰、党政办副主任俞刚、党总支书记、军训团政委刘婷婷等陪同。



李进校长在训练场激励学生说,同学们穿上了军装就要像真正的军人一样,要在军训中学习。军训时间已经过半,天气炎热,大家坚持下来很不容易,希望同学们通过军训活动,发扬刻苦拼搏的精神,要进一步锻炼意志和品质。



李校长补充道：同学们在家里都是乖宝宝，军训中你们回到宿舍会说“累死宝宝了”！但是，希望同学们记住，在家里可以是个乖宝宝，现在军训了，大家一定要牢记自己是一名战士；在家里大家可以“葛优躺”，在学校军训就要像个战士的样子！李校长希望每位军训的同学，严肃操练，认真体悟，在接下来的训练中继续努力，携手共进，以优异成绩向老师、向部队官兵、向家长汇报。

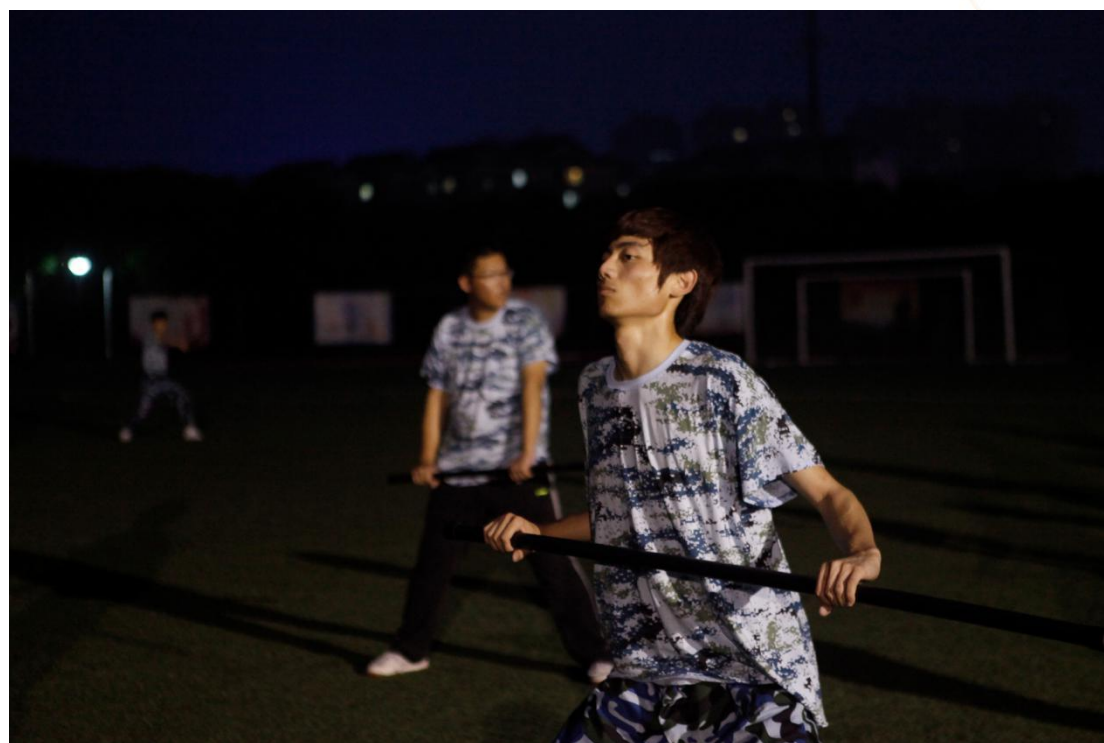
参训学员以“服从命令、听从指挥、团结互助、争创佳绩”来响应李校长的讲话。嘹亮的口号、整齐的步伐、高昂的激情展示了军训的阶段成果。



校领导还慰问了承训官兵和教职员工。各二级学院的院领导也到现场看望了军训学生。

II 夜训记录

相异于其他普通连队，学习擒拿拳和棍术的两支特色连队，在晚上 7 点至 8 点依旧集中在操场上进行夜训。



为了能够在最后一天的军训成果汇报表演上展现出最好的状态，呈现最精彩的演出，虽然白天训练很辛苦，但晚上依旧在操场上加训。



特色连队不仅有男生连，也有女生连。“谁说女子不如男”，十五连的女生在夜训中也丝毫不怠慢。她们认真巩固招式，珍惜每一次的训练时间，让我们一起期待他们最后的表演。





轻松一刻

军训虽然是严肃的，但也是充满乐趣的。大家虽然流着汗，但也可以畅快的笑。以下是各连在军训中的小插曲，兴许可以缓解大家军训中的烦恼。



教官：给你们想了个口号，叫做
一营五连，炼气修仙，
唯我不败，千秋万代，
是不是特别厉害？好了，
接下来实施！
学生：？？？
——张含 1 营5连6排

杉达2017年军训

学校天热军训，教官看着
学生都热的受不了了，就
让休息几分钟，哥们儿就
去超市买水解渴，然后迟
到了。教官问干什么去了，
本来买了瓶激活和脉动，
结果一激动说成：“老板，
来两瓶激动！”
——王辉 3营20连1排

教官在主席台上说，你
们再训不好我从台上跳
下来打死你们。

——贡子翼 3营20连2排



一要带什么东西么？
除了脑子和热忱的心。

一疲惫的身躯也带上。

——一营四连五排 朱雪涵



教官：“如果你的同学突然晕倒，你会立即采取什么措施？”

我：“先打他一巴掌，看他是不是装的！”

——郭长久3营20连3排

军训站军姿，某男生手机响了，教官正好走到他身旁，怒道：“再让我看见，我把你的脸从直板的打成翻盖的！”

——徐宏3营21连三排

杉达2017年军训



消防演习开始的时候，一楼负责的人喊了一句：着火了！！！恰好这个时候，xx正在睡觉，听到声音，突然从床上弹跳下来，打开门一看，满走廊的浓烟，xx一拍大腿，就往回走，跑到阳台，就要跳下去...

——肖文源 三营 29连 4排

教官去训练别的连了
我们：王太平，你回来
隔壁连：不准去
教官回来之后，
我们：你走开

——陈敏 2营13连4排



通讯报导

阳光明媚，已不再绵绵细雨，回荡在空旷操场上的喊声依旧清晰，整齐的步伐，响亮的口号，在军训的第四天，我们的训练逐渐步入正轨……

早晨聚集在操场上，叽叽喳喳的我们都在期待着今天的训练内容，当教官走来时，我们顿时鸦雀无声，等待着他讲解今天的训练。今天的任务主要是复习踏步与跑步，学习踢正步，上午教官先让我们每排组成小组，一同练习，每排由小组长来带领我们，教官一排排地检查，“齐步走！”，“立定！”耳边不断回荡着这两句句子，在一声一声铿锵有力的指挥命令之下，不输男兵的女兵服从命令，将命令执行到底。训练磨练的不仅是个人的意志，还有团队意识，在这个大集体里，我们是渺小但不可或缺的一个兵。

太阳露出云端，阳光撒下，身上早已汗流浹背，但是我们却依然坚持，丝毫不敢懈怠，当轮到我們时，教官赞许地点了点头，赞扬了我们的摆臂，得到肯定的我们，都仿佛忘掉了疲惫，脸上露出了喜悦。

休息过后，我们开始正式学习正步，左脚绷直抬起，右脚站立，不过一会儿，我们就小腿打颤，难以平衡，教官为我们耐心讲解着要领，来来回回地示范，从他挺拔的脊背和笔直的长腿，我看见了中国军人的绰约风姿。

中午开饭前，我们的训练以整齐的踏步与响亮的口号结束，看着别的连朝我们队伍投来敬佩的目光时，我再一次为自己身为十六连的女兵感到无比自豪！



今早，指导员对我们的内务进行了评比，发现我们连的内务还有很大的不足，她当即对我们提出了较为详细的要求，中午，在副连长的带领下，参观了优秀寝室，了解了一些整理要领，随后开始了较为细致的卫生打扫，很快，所有寝室都焕然一新，果然，态度决定高度。“进门看内务”想来，大家已经有了军训中的

这一意识。

不积跬步，无以至千里；不积小流，无以成江海。现在我们迈出小小的一步，是个人提升修养于精气神的有效途径，更是十六连点点滴滴进步的积累。在本次军训中不留遗憾，呐喊青春吧！

——二营十六连



久违的疲惫感在一天的曝晒下被同学们找回，今天我们没有迎来雨神的庇佑，太阳直挺挺的立在我们头顶直到军训结束，今天，我们重新找回了曾经军训的感觉，那种只属于铁血男儿的感觉。

正所谓兵来将挡水来土掩，二十九连无惧艳阳与暴雨，凡所能练者，无所不练。跟随者王教官的号令，我们放下了昨日的自

傲与侥幸，踏起了镇魂的步调，一步两步，一步两步，一步一步似抓牙。

汗水夹杂着阳光一片一片的趟过同学们的脸颊、脖颈，背脊。有酸痛带来的苦楚，有烈日带来的晕眩，有疲乏带来的晃晃悠悠。每个人都在坚持着，每个人都在忍受着。在完整的传授了我们阅兵的行进步调后，开始了今天的重头戏——大家来找茬。这个同学同手同脚，这个同学走路轻飘飘，这个同学乱带节奏……发现问题后便是解决问题，在今天的下午，教官协同排长对所有有问题的同学进行了额外教学，挑出了一批人，教育了一批人，夸奖了一批人。

王教官总能在适当的时候给予认可与夸奖，这也许就是我们二十九连无比和谐的关键所在吧，号令中夹带着洽谈与玩笑，每位同学无不拍手叫好之。

今天的训练已经到此为止，我们学习了队列方阵的行进，我们找出了毛病，我们更加的团结一致了，我们更加坚定了前行的脚步。阅兵式，我们准备好了！

——三营二十九连

军训日记

论军训军事素质的养成

康德有言：这个世界上惟有两样东西能让我们的心灵感到深深的震撼，一是我们头顶上的灿烂天可把，一是我们心中崇高的道德法则。而从军事训练的角度而言，我们应敬畏纪律的严谨性，服从的绝对性，做到一令一动。时间长度的跨越及训练的强度是在十天军训中对学员的一次严格考验。而坚决完成每日任务更是我们所应当保持不变的目标。

作为一名大一新生，我们除了要扎实自己的学业基础，更应提高自身的体能训练。吃苦耐劳的精神从其字面上来理解是一种克服困难，挑战极限的精神；

而从其诞生的精神上理解一种效用的发挥。在日常中，在学习生活中对其进行有利的贯彻。在我们的军事基础训练中除了讲究动作的规范性更应注重的是——一支队伍的团结和配合，没有一个人是被独立开的，人人都应参与其中。

所谓军事素质是指对军事理论方面的基本能力，而落实在大学生身上则应是学生素养及综合能力的深化。经过 26 号一天完整的训练我发现了我们连的优点，但同时也看到了其严重的错误。总结一天的训练成果我把其归为连队的军事素质极差，其学生素质脆弱，意识薄弱暴露了我们的缺点。在高温天气下的训练异常辛苦，然而这也是检测我们的耐力与毅力的一个机会。上善若水，静水流深，一支突出的军训队伍是由每位学员共同配合的，更是需要我们反复练习，纠正错误而成的。用简单的四个字来形容，我们应在军训中做到“独善其身”，更应“兼济天下”，这里是指个人应对队伍积极贡献。

距离军训结束还有 7 天时间，大家的训练也进一步地逐级加强，从难易度，



从动作的复杂性更是从整齐有律队伍的组织程度，慢慢的。当日光代替了雨水，我们便再也没有借口为自己的偷懒找理由了。

每当走进训练场地，总会有那些令人心动的喊声，对于我来说，可以喊出来总比憋着好。我们难忘的会是那些自己付出了汗水的成果展示，我们难忘的会是教官一遍一遍反复地训练我们，我们难忘的会是我们在操场上一遍一遍重来的场景。

你可以相信的是你不会后悔这十天的训练，因为每一天都真实地刻在了你的大学生涯里，刻在了你的人生里。

——3 营 26 连 4 排 王佳豪

军训日记
SANDAUI

货真价实的在室外军训了一天，骄阳之下，微风吹过都倍感清凉。

军训休息间隙，竟听到了连队同学悠悠的歌声，仔细一听，恩，没错，都是萧敬腾的歌。从《王妃》到改编版的《新不了情》。看来大家真的很希望可以雨神可以来嘉善，似乎每个人都用着不同新奇的方式来缓解军训的辛苦、调侃军训的生活，却没有同学真的怕苦怕累。教官也说“我们连只要想做好，就可以很好。”军训挺苦，但大家都拥有属于自己的片刻欢娱。

新作一曲，甚能表达心情。

改编《十年》：如果那两条腿没有颤抖/
我不会发现我难受/如果对于排面没有要求/齐
步走就像旅游/成千上万次正步走/总有一个人
会打手/军训之后/我们是朋友/还可以问候/只
是那种疲惫/再也找不到疲惫的理由/教官最后
会成为朋友。



——2 营 11 连 5 排 王妍

军训日记
SANDAUI

破阵子

艳阳晓风拂面，军姿踏步连连。二百壮士受君命，一朝换装惊破天。沙场终
点兵。

步法阳刚坚毅，身形硬朗激昂。了却修身齐家事，赢得师友众人评。可赞学
生军。

——3 营 29 连 6 排 季楠



军训日记
SANDAU

现在是北京时间 19:45. 今天的天气真是可恶的好，对于本次军训基本找不到槽点。各种的训练都完成得无比完美。教官如同找不到梦想的咸鱼，英雄无用武之地，在这里手动艾特并心疼一波十五连。

本以为教官说我们优秀只是安慰之辞，但后来吧对比其他连，我们确实优秀得无以复加。首先是意志，淘宝脚踝起大包，想的竟然不是找机会请假，而是各种找药找冰块，希望坚持训练，这种精神就是某连十分钟十来个装晕的比不了的。

最近看奇葩说，有一个有趣的论点：成长就是主观世界遇见客观世界，无数击碎你的东西，拾起来融入你的身体然后重建的过程，就是成长。本以为没有什么可以打败黄执中的我被这个观点击碎了。莱昂纳德·科恩说过：万物皆有裂痕，

裂痕，那是光照进来的地方。军训不会击碎我。这远没有到什么挑战意志力的程度，但我会被队友感动，为教官喝彩。

也许我一生都不会去当一个军人，但能管中窥豹，一眼一瞥也可以见证风姿，如同一个打渔人走过小径得见桃花源，终会离开，也许也后遂无问津者，但那个渔人，不会忘记。

——2 营 16 连 2 排 马静雯

杉达2017年军训

通报表扬寝室

在本次军训期间，我们对各寝室进行了全方位的检查，通过前两次的检查，共有 317 个寝室，两次得分都超过 90 分，现进行全团通报表扬。

(90 分以上)

6 月 27 日

二号楼 101、104、107、108、110、205、305、403、407、408、409、501、502、503、504、509、601、604、606、607、609；

三号楼 104、202、207、309、406、407；

四号楼 101、109、202、203、204、205、303、306、310、401、402、403、404、405、406、409、504、505、507、609；

五号楼 102、103、104、105、106、107、108、109、202、203、204、205、206、210、301、302、303、304、305、306、310、401、404、406、407、408、409、410、501、503、601、602、603、604、605、608、609、610；

六号楼 101、103、107、109、201、202、203、204、205、206、207、208、209、210、301、302、303、304、305、306、307、308、309、403；

七号楼 101、210、301、309、401、503、601、607；

八号楼 103、107、201、205、304、307、308、309、401、402、403、405、406、502、602；

九号楼 102、109、110；

十二号楼 102、104、107、108、109、110、202、205、206、207、208、209、210、301、302、303、304、306、307、308、309、310、401、403、404、405、406、407、409、501、503、504、506、507、508、509、510、601、602、603、604、606、607、608、610；

十三号楼 104、107、109、201、203、204、207、208、209、210、301、304、309、401、403、404、405、408、501、502、507、509、607、610；

十四号楼 101、103、104、107、108、110、202、203、204、205、206、207、208、209、210、301、303、304、306、307、308、309、310、401、402、403、404、405、407、408、409、501、502、503、504、505、506、508、509、510、601、603、604、605、606、608、609；

十五号楼 102、103、107、203、206、207、210、302、309、310、404、406、407、408、409、410、501、504、508、602、603、606、607、609、610;

十六号楼 103、107、108、109、110、201、203、204、205、206、207、210、301、302、304、305、306、308、309、310、401、402、403、404、405、407、409、501、502、503、504、505、506、507、508、509、602、603、604、606、607、608、609、610;

十七号楼 101、102、103、104、107、109、110、201、203、205、206、207、208、209、210、301、302、303、304、305、306、307、308、309、310、402、403、404、405、406、407、408、409、410、501、502、503、504、505、507、508、510、601、602、603、604、605、606、607、608、609、610;

十八号楼 101、103、104、108、109、110、201、202、203、204、205、206、207、209、301、305、306、307、308、309、402、403、404、406、408、409、410、501、502、503、504、505、506、507、508、509、510、601、603、605、606、607、608、609、610;

十九号楼 102、110、205;

二十号楼 101、103、107、108、109、110、201、202、203、204、205、206、207、208、209、210、301、302、303、304、305、306、307、308、309、310、401、402、403、404、405、406、407、408、409、501、503、504、505、506、507、508、509、510、601、603、604、605、606、607、608、609;

二十一号楼 101、102、103、104、108、110、201、202、203、204、205、206、207、208、209、210、301、302、303、304、305、306、307、308、309、310、401、402、404、405、406、408、409、410、501、504、505、507、508、509、510、601、602、603、604、605、608、609、610;

二十二号楼 102、110、201、202、203、204、206、208、209、302、305、310、406、409、410、502、503、506、507、508、509、510、602、603、605、608、610;

二十三号楼 109、302、306、307、310.

6 月 28 号

三号楼 104、303、309、406、501；

四号楼 101、109、110、202、204、205、303、406、504、507、609、610；

六号楼 107、109、201、202、203、204、205、206、207、208、209、210、301、302、303、304、305、306、307、308、309；

七号楼 101、102、103、104、110、207、210、301、304、309、401、403、405、410、502、503、507、601、606、607、608、609；

八号楼 101、104、201、205、303、304、307、309、401、402、403、405、406、602、605、606；

九号楼 102、110；

十二号楼 107、109、110、207、210、303、306、307、308、310、403、404、405、504、507、508、509、601、602、603、606、607；

十三号楼 101、102、103、104、107、108、109、110、201、202、203、204、205、206、207、208、209、210、301、302、303、304、305、306、307、308、309、310、401、402、403、404、405、406、407、408、410、501、502、503、504、505、506、507、508、509、601、605、606、607、608、609、610；

十四号楼 101、104、108、110、202、203、204、205、207、208、301、310、506、509、603、604、608；

十五号楼 102、104、108、109、110、206、207、210、306、308、309、310、401、404、406、408、409、501、502、503、504、506、508、602、603、609、610；

十六号楼 102、103、104、107、109、110、201、202、203、204、206、207、208、209、210、301、302、304、305、306、307、308、309、310、401、402、403、404、405、406、407、408、409、501、502、504、506、507、508、509、510、602、603、604、605、606、608、609、610；

十七号楼 101、102、103、104、109、110、201、202、203、204、205、206、209、210、301、302、303、304、306、307、309、310、401、402、403、406、407、410、502、503、504、507、601、604、605、607、608、610；

十八号楼 203、209、301、306、307、308、405、406、407、409、410、501、504、505、508、608；

十九号楼 104、107、108、109、110、606、607、610；

二十号楼 109、110、201、202、203、204、205、206、207、208、209、210、301、302、303、304、305、306、307、308、309、310、402、403、404、405、406、407、409、410、502、503、504、506、507、508、601；

二十一号楼 101、201、202、204、206、207、208、209、210、301、302、303、304、305、307、308、309、310、402、405、409、501、505、507、509、510、601、603、604、605、607、608、610；

二十二号楼 101、102、103、104、107、110、201、202、203、205、206、208、210、301、302、304、305、306、307、309、310、402、403、406、408、410、501、502、503、504、507、510、602、604、605、608、610；

二十三号楼 101、109、110、201、204、205、206、207、302、304、306、307、308、310。

杉达2017年军训

通报批评寝室

但在检查中，也发现部分寝室内务不合格，两次检查都在 60 分以下的寝室有两个，分别是 14-305，23-305，请以上寝室尽快进行整改。

(60 分以下)

6 月 27 日

二号楼 603;

三号楼 306、307、308、401、403、404、405、410、502、503、504、510、602、605、608、609;

八号楼 202、605;

十三号楼 102;

十四号楼 305;

十七号楼 401;

十八号楼 107、210;

十九号楼 104;

二十二号楼 404、609;

二十三号楼 202、210、305、309.

6 月 28 号

七号楼 107、201、203、308、504、505、506、509、510；

八号楼 209、407、408、505、510；

十三号楼 510；

十四号楼 201、305、307、403、406、407、409、410、507、508、607、609、610；

二十一号楼 107；

二十三号楼 305.

杉达2017年军训