

小白杨

首都师大附中
军训团主办



【编委】 卢青青 王文鹏 冯春艳 张萌黎

2015年8月28日

第一期

校长寄语

首师大附中校长 沈杰

首师大附中教育集团又一次张开双臂，迎接2015级首师大附中和二附中的新同学。首先我代表首师大附中教育集团，对你们的加入表示热烈的欢迎！

今天我们来坐到坐落在长城脚下自然环境优美的中国人民解放军装备学院，开始我们高中的军训生活。中国人民解放军装备学院的领导对今年我们两校的军训工作高度重视，参加军训的教官军事过硬，作风优良，训练有方，关爱同学，在军事训练方面有极高的声望。这里的教官个个英姿勃发，技艺高强，耐心细致，受人尊敬，相信在他们的指导和带领下，同学们的军营生活一定大有收获。在此，我建议同学们以热烈掌声向教官们表示崇高的敬意和衷心的感谢！

首师大附中有着厚重的历史积淀，从1914年由当时北洋政府陆军部次长、西北边防军总司令徐树铮将军创办“正志中学”，随后众多有识之士不畏艰险，于炮火连天的岁月中相继参与办学，从教育总长蔡元培到北大教授周作人，从新青年编委沈尹默到美学大家朱光潜，真可谓大师担纲，名流任教，贤达汇聚，名噪京城。北平首任市长何其巩和当时的大总统徐世昌都为正志中学题赠匾额：“成德达才”，之后正志中学由教育部接手改为京师私立成达中学，从此，“正志笃行、成德达才”成为学校百年不变的教育理念。随着历史沿革学校先后更名为北京市第三十八中学，北京市第四十二中学，北京师范学院附属中学，首都师范大学附属中学。一批批教育先行者，求真务实，恪尽职守，自强不息，创造了附中的一个又一个辉煌。一百年来，附中源源不断地为国家培养了德才兼备、具有高度社会责任意识的社会中坚，如今更是众多优秀学子向往加入的学府圣地。弦歌长奏的附中发展成北京市首批重点中学、北京市首批示范性高中校，获得国家最高荣誉即被人事部、教育部授予全国教育系统先进集体光荣称号！

首师大附中教育集团目前分布在五个区县、由八所学校组成并已初具规模，让优质教育惠及各方，展示了附中开拓者、引领者的风范。2014年3月25日首师大二附中与百年首师大附中深度融合，两校在“资源共享、集中优势、保留特色、科学整合、协同创新、优质发展”六条原则的基础上，实现了“统一管理、统一招生、统一课程、统一培养、统一教研、统一培训”六统一的深度合作。首师大附中在壮大自身力量的同时，还带动了二附中的跨越式发展，二附中的高中录取分数线两年中提高了近40分，因此两校的高一同学才有了今天的共同军训。军训期间希望两校同学既要相互帮助，共同进步，又要彼此激励，奋勇争先。

首师大附中是铸就光荣与梦想的地方，首师大附中教育集团的学生应该具有坚强的意志品质，严格的组织纪律，良好的精神风貌和高度的文明素养，为此我们把军训设置为你们高中学习生活的第一课。同学们，富有激情、充满挑战而又意义重大的军训即将开始，你们将在这里近距离感受军人的魅力和亲身体验军人的生活，希望同学们尊敬教官，刻苦训练，同时细心体验军人的甘苦，真正学到军人的作风和军人的精神，使同学们在训练中锻



炼身体、磨练意志、锤炼毅力，为今后的学习和生活打下一个坚实的基础。我相信有各位教官、老师的关心指导，有全体同学的共同努力，短暂的军训生活一定会取得丰硕成果。两校师生也都期待着在开学典礼上看到一群目标远大，正气凛然，坚定自信，热情洋溢、生龙活虎的附中学子最精彩的军训表演，最后，预祝首师大附中教育集团军训获得圆满成功！谢谢大家！



烈日炎炎，准备待命

我们的新家



时刻准备着



走！军训去！

军训誓言

高一 8 班 刘宇飞

大家好！首先我很荣幸地成为首师大附中 2015 级的高一新生，为百年附中注入了新鲜的血液，希望朝气蓬勃的我们能为附中添上一抹亮丽的颜色。同时也要感谢附中的老师以及军训基地的领导、教官们为我们提供了这一次磨练意志、与同学们并肩战斗的机会！

随着高中生活的大幕向我们徐徐拉开，这为期八天的军旅生活成为了我们迈进高中的第一次经历，第一次挑战。曾经我们在家中享受着舒适的沙发、凉爽的冷气，有父母为我们叠好被子，整好床铺，安排好每一天的生活。但我们即将步入高中，成为一名高中生，那么自觉、自立、自强的精神就是必须要具备的。

家里条件固然优越，但我们来到这里，就是要身体力行将内务整理得井井有条，就是要抵抗着炎炎烈日站好军姿，打好拳术，就是要毫无怨言地服从铿锵的命令！是的，这八天不再那么安闲自得了，我们必须振作起来，抖擞精神，准备好感受军旅生活，体验军人的意志。只有从“苦其心志，劳其筋骨，饿其体肤，空乏其身”中感受与磨砺，才能真正的“增益其所不能”。

也许多年后那些整齐的正步、那些嘹亮的军歌都会从记忆中淡去，但是钢铁一般的纪律、坚定不移的信念、排除万难的决心和团结协作的意识——这些我们会收获的最宝贵的财富，将会伴随我们一生。

收获的果实固然甜蜜，而收获它们的过程却需要顽强拼搏、需要严格地要求自己。所以在这八天的军训生活中，我代表全体军训学员承诺：

- 一、军令如山，一切行动听指挥，严格服从并执行教官的命令。
- 二、坚决服从军营的领导和教官的管理，不怕苦，不怕累，认真学习教官教授的各项技能。
- 三、认真学习国防知识，增强国防意识。
- 四、认真执行内务条例，保持好寝室的卫生并严格遵守各项纪律。
- 五、与同学成为亲密的战友，相互团结，相互帮助，相互鼓励，共同协作。

同学们，“风雨寒暑骨更硬，苦累困乏志更坚”这句话可能就是这八天真实的写照。但这却是高中三年痛并快乐着的回忆，值得我们永远珍惜！所以，请不要辜负领导、老师对我们的热切期望，更不要辜负我们对自己的严格要求，把军训当做磨练意志的大熔炉。让我们以饱满的热情，昂扬的斗志，顽强的作风踏入训练场，不仅要展现首师大附中学子的风采，更要用坚毅、刻苦、勇敢的意志品质来打造自己！

2015 年，恰逢中国人民抗日战争胜利七十周年大阅兵，也让我们以充实、有意义的军训生活为祖国献礼！最后，我代表首都师大附中、首都师大二附中、首都师大附中国际部全体军训学员预祝军训圆满成功！



踏上征程



自我展示，让你们认识我





告别阳光橙

高一（10）班 杨珺涵

第一天军训，彻底颠覆了我的幻想。

一个毕业于首师附的学生，对于初一在总参的军训经历，是那么的刻骨铭心。一次次汗如雨下的训练，一遍遍的嘶吼，教官严厉批评，舍友亲切的帮助和偶尔的小摩擦，住宿的条件……这一切仿佛还是昨天，但又如此遥不可及。

时隔三年，再一次军训，庞大的队伍中，有我三年来结下深厚情谊的战友，但大部分是新鲜的面孔。看到曾经亲密的集体被岁月所打散，注入新鲜的血液后形成一个崭新的集体，内心百感交集。

看到昔日同窗，眼中的欣喜，嘴角的笑意根本无法掩藏，但当我和新同学相处后，他们的热忱，和善又深深打动了我，让我对未来的生活有了更大的期待。

或许，一切都不一样了。

留恋，有时是因为习惯。开始一段新的生活，并不一定要抛下过去，而是把曾经的种种美好，小心地打包，存放在心底最柔软的角落，然后，腾出足够的时间，来面对未来，面对更好的自己。

三年，看遍了附中的花开花落，四季更迭，岁月，真的会带走很多曾经看重的东西，但不变的，是师生情，友情，更是对附中那份难以割舍的爱与眷恋。



“超”级战队



在集体中成长



新宿舍建立，室友情开启



开训典礼



教官寄语



大家好。军训是一种特殊的教育形式，具有其他教育不可替代的作用。为了圆满完成这次军训任务，让同学们度过一个难忘的军营生活，我代表全体教官特表决心：

一切从我做起；以良好的军人形象带领大家，以过硬的军事本领引导大家；让同学们通过这次军训有所启迪，增强国防观念；认真履行一名教官应尽的职责，发扬不怕苦、不怕累的精神，以身作则，给同学们做好榜样，并让大家掌握一定的军事知识和技能，养成雷厉风行的作风。

以主人翁的姿态和同学们一起，坚决执行各项规章制度，紧张有序地度过军营生活。

以兄长之心关爱大家，给同学们营造良好的训练和生活氛围，帮同学之所需，解同学之所难。

同学们，你们新的征途开始了。让我们携起手来，齐心协力，共同努力，确保安全顺利完成这次军训活动。祝你们发展个性，勇攀高峰，再创辉煌！

谢谢大家！

作息时间

6:00	起床
6:10	出操
7:20	洗漱
7:30	早餐
8:10	训练
12:00	午餐
14:40	训练
18:00	晚餐
18:40	训练
21:20	洗漱
22:00	熄灯

我的集体生活第一天



绿色军营聚首，严字当头



温馨小提示



军训期间最常见的身体问题就是便秘，并由此引发口舌生疮，体温升高。为此，校医孙大夫提示同学们：多喝水，多吃蔬菜，及时通便，切忌忍便，如果发生便秘情况，及时找医生领取果导片。

