**军 训 简 报**

**2017年第 1 期**

**河北师范大学汇华学院武装部**

 **编**

**河北师范大学汇华学院学生处**

**2017年9月12日**

**本 期 摘 要**

* **卷首语**
* **首长寄语**
* **军训快递**
* **学部快讯**
* **军训随感**
* **卷首语**

金秋九月，丹桂飘香。在这秋高气爽，天高云淡的季节里，2017级新生走进了美丽的汇华学院，迎来了开学第一课：军训。军训的时光虽然短暂，却是每一位汇华学子必修的一课。新生们将在短暂而又美好的军训时光中互相认识彼此，熟悉校园，同时褪去懒散的作风，养成良好的生活习惯，形成严明的纪律意识。

听嘹亮的军歌在营中唱响，

看矫健的步伐行走在操场，

战士们的笑容洋溢在脸上，

我们的青春散发无限光芒。

相信同学们经过军训的洗礼后，会变得愈发勇敢坚强，进而发现一个更好的自己。在这金子般宝贵的大好年华里去努力吧，拼搏吧！无奋斗，不青春！

**首长寄语**

生活如同一杯酒，你哭着去喝，会觉得很苦，笑着去喝，就会觉得很甜，个中的滋味，不在于酒本身，而在于你自身的体验。

大学，是一个无限广阔的天地，任何梦想和激情都可以在这里演绎。对刚刚走进大学的你们来说，毕业的欢乐、暑假的漫长如流水般逝去，只留一段美好的回忆，亲身体验的大学第一课---军训，必然能教会你们很多，希望你们在这短暂又艰辛的军训中，学着变得更加坚强、果敢，学着认真对待每一件事，学着乐观面对每一次困难，学着承担每一份责任。

军训生活如天边绚丽的彩虹，囊括了多种色彩。它会带给你们欢笑和感动，也会带给你们紧张和沉重。我希望你们珍惜机会，享受过程，把军训作为一个平台，一种载体，树立“当标兵、争第一”的思想，自觉服从命令，听从指挥，刻苦训练，一丝不苟，磨炼心态，锤炼体魄，努力提高军事技能，学习部队优良传统，养成艰苦朴素，吃苦耐劳的思想作风和雷厉风行，令行禁止，勇敢顽强的意志品质，为以后成为祖国的栋梁之才打下坚实的基础。

我坚信：宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来，不经历风雨，怎能见彩虹。经历过此次军训，我相信大家更能感受到苦与累中的快乐，能更快的走向成熟，承担起重要的责任，海阔凭鱼跃，天高任鸟飞，愿大家在汇华学院这片新天地中展示青春风采，书写别样年华。

**军训快递**

**我院召开2017级新生军训动员大会**



9月9日上午，我院2017级新生军训动员大会在北院运动场隆重召开。学院党委书记、国防教育和征兵工作领导小组组长徐国强，党委副书记、副院长、军训团副政委兼副团长樊翠英，驻训部队指导员、军训团副政委王刚，学生处副处长兼团委书记、武装部副部长李超及各学部学生工作副部长出席大会，军训教官、新生辅导员及全体新生参加动员大会，大会由武装部部长、学生处处长刘文超主持。

樊翠英宣读了军训团编成及相关纪律要求。徐国强代表学院国防教育和征兵工作领导小组发表讲话，他表示，学院非常荣幸地邀请到参加庆祝建军90周年朱日和沙场阅兵的部队官兵担任军训教官，他强调军训是学校教育教学的一个组成部分，是大学生活的重要一课，军训培养了同学们的纪律意识、团结协作、吃苦耐劳、无私奉献和拼搏进取的精神，为学院良好学风的形成奠定了重要的基础。他向全体同学提出五点要求：第一，要居安思危，树立牢固的国防意识；第二，要提高认识，练就过硬的人生本领；第三，要勇于吃苦，砥砺优秀的个人品质；第四，要坚忍不拔，努力做到善始善终；第五，要严守纪律，自觉做到精诚团结。他说，在军训中同学们要向解放军官兵学习，按照习近平主席提出的“有灵魂、有本事、有血性、有品德”的新一代革命军人标准严格要求自己，圆满完成军训任务。徐国强还对武装部、各学部等相关单位及新生辅导员提出了具体要求。

王刚代表承训部队讲话，他表示全体教官在军训期间会以身作则、言传身教、严格训练、科学组织，保证圆满完成军训任务。他希望同学们要有“男儿何不带吴钩，收取关山五十州”的豪情气概，要有“将军金甲夜不脱,半夜军行戈相拨”的严明纪律，更要有“黄沙百战穿金甲，不破楼兰终不还”的决心意志。秦召辉代表承训教官发言，郑重表达了坚决做好各项训练工作的信心和决心。

本次军训参训学生2860余名，分为2个营17个连。为顺利完成军训工作任务，学院精心部署，相关部门密切配合，做好军训保障工作，各学部学生工作副部长及辅导员全程跟训，确保参训学生圆满完成本次军训各项任务。

**军训后勤保障情况**

为保障军训工作顺利开展，国防教育和征兵工作领导小组办公室与各部门紧密协调、通力合作，全力做好保障服务工作。

在接到军训通知后，国防教育和征兵工作领导小组办公室第一时间联系学院办公室、后勤处等部门，对10号宿舍楼进行全面的清扫、整理，并对宿舍内部电路进行改造，为军训教官提供了良好的住宿环境；军训期间，为教官提供了营养丰富的三餐，并针对教官的饮食习惯，对食谱及时进行调整。国防教育和征兵工作领导小组办公室还为每个教官提供了水杯、胖大海、金嗓子等用具和药品，为教官宿舍购置、配备了饮水机、落地扇、电热壶等用品；同时在训练场地为教官和学生们特别配备了速效救心丸等急救药品。国防教育和征兵工作领导小组办公室还与学院办公室协调，为往返南、北两院的教官配备班车。各部门密切配合和各方努力，为军训工作提供有效保障。

训练方面，国防教育和征兵工作领导小组办公室与各学部、公共教学部协力配合，做好军训场地的分配与管理，为军训工作提供音响设备，并为教官提供哨子、扩音喇叭等设备，为军训工作提供便利。

**训练场情况通报**

金秋九月，秋风送歌，一场军训成为2017年新生踏入大学校门的第一课。训练场上，整齐的步伐，嘹亮的口号，严整的军容，挺拔的军姿，无不展示着大一新生的良好作风和过硬素质，训练场上的他们，在此时，不仅是一名新生，更是一名战士，黝黑的皮肤，明亮的眼神，“冰蚕”正在脱变，他们将要破茧成蝶，飞向大地，飞到成功的彼岸。

训练场上，教官们认真训练，各位辅导员和辅导员助理，紧盯队列，一个人一个人过，一个动作一个动作纠正，让训练不留死角，让成绩快速提升，同时，各辅导员及辅导员助理全力做好保障工作，打热水，送药品，心理调试，配合保障，众志成城，确保了训练的顺利进行。

经过几天的训练，同学们在各方面都有了显著提升，队列里不再乱动了，行间不再走错步子了，军体拳打的也有模有样了，最难能可贵的是各位同学思想高度统一，团结一致的意识特别明显，相互帮助，取长补短，共同提高，得到了绝大多数同学的一致认可。绿茵场上，利用训练间隙组织的自我介绍、才能展示、拉歌等活动，苦中作乐，活跃了训练氛围，丰富了训练生活，青春的气息充斥着整个训练场。工学部的军体拳打得虎虎生威，气势如虹，理学部、教育学部、传媒学部的队列整齐划一，经济学部、信息工程学部、艺术学部、文学部创新训练模式，训练效果明显，涌现出一批优秀学生。

但是，我们应清楚的认识到自己距离阅兵汇报还有很大差距，特别是对于正步等重难点科目还需进一步强化，希望同学们保持良好的心态，不忘初心，砥砺前行，出色的完成此次任务，磨砺自己的意志品质而努力奋斗！

**学部快讯**

**工学部军训快讯**

9月9日，秋风送爽，学院在北院操场举行了隆重的军训动员大会，学院领导、老师以及部队首长出席了动员大会。工学部2017级新生军训也就此拉开了帷幕。

列队、看齐、整理马扎、规范宿舍，由生涩到熟练，由松散到整齐，短短两天的军训让他们收起了假期的放松，投入到了紧张的队列训练中。骄阳似火，阻挡不住新生愈来愈烈的参训热情；蚊虫飞舞，扰不乱他们坚定的斗志；汗水流淌，浇不灭他们的勇气；一场小雨来临，训练依旧继续。

军训中，教官、辅导员、辅导员助理，以及学长学姐们细心、周到的服务让军训新生倍感温馨。他们更加团结在以团队荣誉为核心的军训号令的周围，不怕苦不怕累，积极训练听从指挥。见习的同学也尽心尽力做好场地维护工作，摆放马扎、整理水壶以及其他服务。

本学部由4名教官2名辅导员7名辅导员助理带领军训，分为一营一连和一营二连，两个连队，截止到目前，已进行为期两天的训练。工学部2017级新生用体魄与意志、用青春与汗水，完成着开学第一课，他们必然会在本次军训中收获成长与感动，他们将站在一个更高的起点，整装待发、走入大学生活。

**理学部军训快讯：坚持不懈，自立自强**

6月13级的学生毕业离开，9月迎来了17级学生的到来，从过去到现在，时间的车轮不停的转动着。从绿茵的足球场上到排球篮球场上，一张张新的面孔出现在眼前，不变的是青春的朝气，和经历的大学第一课——军训。

军训已经进入中程，他们已经适应了军训的节奏，从开始的散漫到现在笔直的身姿，整齐的队列，他们用默契书写着奋斗的凯歌，用嘹亮的口号唱响了这座美丽的校园。准时到达训练场，静静等待教官的指令。每一个指令都力求做到完美，纵使汗水浸透了湛蓝的衣衫，也无暇顾及；纵使疲惫冲击着身体，也不轻言放弃。骄阳考验着他们的意志，微风记录着他们的故事。

在训练场上不仅是17级学生的身姿还有理学部辅导员和辅导员助理的身影。他们穿梭在训练场上，为“战场的战士”做好后勤工作，热水应急药品一应俱全。白天的军训他们陪在学生身边，保证学生的身体健康，及时地让身体不适的学生进行休息治疗。晚上的整理内务，他们进入到每个学生宿舍排查安全隐患，帮助学生建立一个干净整洁的住宿环境。军训之中他们时刻陪在这些美丽蓝色风景线之后。在这座训练场上他们曾见证过以往学生在比赛时的顽强拼搏，现在他们在见证新生的成长。每一位辅导员和辅导员助理都竭尽所能帮助学生完成军训任务，逐渐完成高中生到大学生的转换，他们的付出换来的是大家的信任与支持，他们的辛勤换来的是未来力量的成长。

八百里分麾下炙，五十弦翻塞外声，沙场秋点兵。学生志气高昂，师生团结一心，为了心中的荣耀，奋勇直前。相信他们会得到一份满意的军训答卷。

**文学部军训快讯**

随着学院迎新工作的圆满结束，开学典礼和军训动员大会的胜利召开，2017级新生正式开始了为期10天的军训生活。军训期间，2017级的新生们将在教官的带领下进行基本队列动作，内务整理等一系列军训内容的学习。

石门今年的九月与往年有些不同。军训头三天，未曾有过烈日当头，似乎是格外眷顾2017级的新生们，不舍得让炎热的太阳去炙烤他们稚嫩的皮肤。在这样秋高气爽的好天气里，少了些浮躁的气息，同学们的训练也格外认真，训练时积极配合着教官的指令，动作一丝不苟，整齐划一。

训练时绝不消极懈怠，休息时尽情放松。这不仅是军训时教官要求的状态，更应该成为我们今后工作生活的准则。在军训休息的间隙里，教官带领同学们轮流表演节目，嘹亮的军歌夹杂着同学们的欢声笑语飘扬在操场的上空。

训练时刻苦，纪律上严明，内务整理上也绝不能放松。白天紧张的训练结束后，教官们晚上还要在辅导员及辅导员助理的陪同下，到17级同学们的宿舍指导整理内务，教官亲自示范怎样把一床被子从“包子”变成“豆腐块儿”，并耐心的指导学生宿舍物品的摆放，如何最大化的合理利用宿舍空间。小到牙缸，大到行李箱，教官都进行了详细的讲解和细心的指导。看着教官额头上不断渗出的汗水，同学们都十分感动，用热烈的掌声回报教官。

在军训期间，学院领导密切关注，学部辅导员老师和导员助理忙前忙后，教官认真负责的训练。所有人都为了17级这批可爱的学生贡献自己的力量，而新生们刻苦训练流下的汗水，休息时脸上洋溢的笑容就是对老师们最好的回报。经过军训的学子们，会更加迅速的成长起来，并能将军训时形成的一些良好的习惯带入他们今后的生活。军训不仅是一笔宝贵的财富，更是一段青春的回忆，相信若干年后，当他们想起这段难忘的军训时光后，脸上会浮现出幸福的微笑。

**传媒学部军训快讯**

时维九月，序属三秋，9月9日，2017级的同学们带着青春和梦想迎来了步入大学的第一课--军训。面对严格的教官、苦累的训练，传媒学部组成了一营六连、七连两个连队，在教官和学部老师的带领下，方阵高亢入云，同学们没有退缩，没有抱怨，勇敢地接受挑战。

新生总动员后，各连长领着自己的连队到指定地点进行练习。最先开始的是站军姿，同学们一个个犹如边疆的白杨树，屹立、挺拔。即使额头的汗水滴下，也依然一动不动。他们要用行动证明，我能行！

军训是一次提高国防知识和增强自身素质的好机会。通过军训，同学们的精神面貌焕然一新，爱国热情为之振奋，意志倍加顽强。人只有在经历过挫折之后才会变得更加成熟，在困难面前才会更加坚强。同学们放下幼稚和少不经事，小心翼翼地拾起断续的梦，带着虔诚的信念和不移的决心，在大学中，气指长天，在生活上，勇往直前。

通过这次军训能够让同学们认识到一个团队的整体素质，靠的不仅仅是个人的能力，更重要的是每个人的整体意识，需要大家团结协作。 铁的纪律是能很好的磨砺一个人的意志和秉性，为人生之路奠定基础。虽然未来之路无人知晓，一片迷茫，充满荆棘，但只要同学们秉承着自身的信念，面对困难和挫折绝不退缩，就能为自己的未来生活描绘出一幅光明的蓝图。

我们有理由相信，在不久的将来，他们在军训中养成的良好品质会助他们在未来的每一天有所收获，有所成长。

**教育（法政）学部军训快讯**

2017年9月9日，2017级新生迎来了大学的第一堂必修课--军训。教育法政学部全体同学以饱满的热情迎接此次军训。

9日上午9点，2017级全体新生参加了河北师范大学汇华学院2017级新生开学典礼暨军训动员大会，大会结束后立即投入到军训。尽管天气炎热，但我们新生的热情不减，以最好的精神面貌参加到训练中。在军训中，有的学生病倒了却凭借着顽强的意志，稍有好转便坚持训练;有的学生身体不适，但仍旧在坚持训练。在教官的严格要求下以及耐心指导下，在短短的两天里，我们训练初有成效。

现在，2017级新生的军训仍然在紧张有序进行着。相信经过军训的磨练，所有的同学都会收获满满。

**经济管理学部军训快讯：栉风沐雨，砥砺前行**

九月的清晨，微风习习，点点凉意，阵阵袭来。沙沙作响的树叶与急促的脚步声充斥着整个校园，宣告着新生军训的到来。

军训第二天，一个个稚嫩的脸上有兴奋，有激情，不同的是，经过了一天的训练同学们的脸上亦多了一份坚毅。

栉风沐雨，砥砺前行。同学们顶着炎炎烈日，依旧身姿挺拔。一个个坚定的目光，在这一片绿茵场上格外耀眼。一声声铿锵而有力的“一！二！三！四！”在这个初秋里依旧让人热血沸腾。军训，磨炼的是一个人的意志，表现的是一个连的团结。汗水浸透部衫，头顶的烈日光芒直射，散发出的却是耀眼的紫光。整齐划一的步伐，心与心的相聚，格外让人感动，因为他们知道要砥砺前行，即使军训再艰难，再困苦，都要心连心，团结一致，不辜负教官及辅导员以及学长学姐们的期望，为学部争光，为连队争光，为班级争光。因为他们知道烈日下的不只是他们，还有教官和辅导员的陪伴。

“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志”，军训虽然辛苦，但是“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，经管学子栉风沐雨，砥砺前行，永不言败，力争第一！经管，加油！

**外语学部军训快讯**

2017年9月9日，外语学部2017级的莘莘学子伴着灿烂的阳光，伴着嘹亮的军歌，开始了新生军训生活。军训，是对学生品质、作风和意志的培养与磨练，新生通过统一严格的军事训练和管理，重塑自我，完善自我，是大学学习生活的第一门必修课。

军训是痛苦并快乐的，军训教官在训练中，从严要求、一丝不苟，示范标准、身体力行。同学们都表现出了当代大学生的优秀品质和精神面貌，同学们能克服炎热天气的困扰，以饱满的热情投入到每天的训练中去。抱着不怕苦、不怕累的精神，认真地学习教官教给的每个动作：从一步一动、一步二动开始，到整齐划一；从齐步、正步、到跑步，一步步走进合格“士兵”的行列。

军训三天来，外语学子们都力求做到最好，从思想上、行动上以一个军人的标准来严格要求自己，加强了纪律意识、磨练了意志。面临后几天更为艰巨的训练任务，同学们毫不放松，为着明天做了更好的准备，期待着同学们拿到更辉煌的成绩。

**艺术学部军训快讯**

军训以来，艺术学部新生辅导员带领276名新生紧随教官步伐，积极投入军事训练中。辅导员与教官沟通交流，合理编排训练队列，明确分配训练任务；辅导员与助理之间密切配合，协调管理，尽职尽责。学部建立有效的应急预案，应对军训期间可能发生的突发事件，备好常用药品、桶装饮水，特别是针对个别因身体不适见习训练同学，充分发挥专业特长，美术学与设计类同学素描训练队伍，音乐学专业同学间隙期间为大家唱校歌鼓劲儿，缓解同学们疲惫身心的同时，鼓舞士气，传播坚持、坚韧、坚强的军人力量。

**军训随感**

**教官感言（一）**

来到河北师范大学汇华学院已经有两天了，虽然时间短了点，但汇华学院却给我留下了深刻的印象，从学院领导到辅导员，从辅导员助理到每一位学生，从训练管理到后勤保障，无不展示着我院高等学府的良好形象。

初次接到此次任务，面对两百名学生，我深感压力。一方面担心自己技艺不精，经验不足，无法教会学生；另一方面，又担心学生人数过多，无法给每名学生精准定位，针对指导，担心无法照看到每名学生，让一些学生训练吃“夹生饭”，训练无法到位，意志得不到磨炼，但看到每一名学生的认真劲，看到每名学生的训练基础，看到每名学生渴望进步、渴望成才的眼神，我感觉压力并没有那么重。我有信心并且有能力帮助他们顺利度过军训，圆满完成军训任务。

但同时，我们必须深刻认识到：“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，“不经一番彻骨寒，怎得梅花扑鼻香”。即使是天才，不努力只能沦为平庸。“伤仲永”的悲剧不能在我们身上重演，我们必须充分利用好自己的训练基础，刻苦训练，把每天的量变积累成质变，让我们的训练水平再上一个档次，把我们磨砺的更加团结、坚强、果敢。

**教官感言（二）**

即使身体不行，也要勇敢的站到军训行列中来，就算倒下了，也要成为一座山，一座岭，这就是军训精神。

军训的这些天来，时常听到大家谈论军训。有人感觉军训漫长，天长地久有时尽，此恨绵绵无绝期；有人感觉军训艰难，这次第，怎一个愁字了得；也有人感觉军训壮观，五更鼓角声悲壮，三峡星河影动摇。无论感觉是漫长、艰苦还是壮观，你们都苦过、累过、哭过、笑过、付出过、得到过。

看着你们从凌乱的队列变为整齐划一的步伐，从娇弱的宅男宅女变成吃苦耐劳的“战士”，从散漫的生活作风变为严格遵守的纪律意识，你们的成长让我看到了新一代汇华学子的朝气和永不服输的锐气。

大学刚开端，希望你们能牢记军训精神，将坚持到底的钢铁意志和吃苦耐劳的优良作风运用到今后的学习生活中去，在大学生活中开出绚烂的成功之花。

人生路，且前行，昂首阔步笑前程。

学无涯，莫懈怠，点滴江流终成海。

**辅导员随感**

2017年9月9日 星期六 晴

新学期的伊始，照例便是新生的军训工作。与往年不同的是，今年的训练方队编制较大，工学部四百多名新生被编成两个连队，而每个连队仅有两名教官随队训练。

为了更好的展现工学部的精神面貌，有针对性的制定训练强度，与教官沟通后将全体新生打乱原来的自然班级建制，由所有的男生组成一个男生方队，（果然男生多比较好办事）。制订好训练计划，剩下的就是如何保质保量的完成训练任务了。

同学们一开始对军训还有着极大的新鲜感，劲头也足，就连头天晚上因身体原因请假见习的学生也跟训了早操。如今的军训较过去差别很大，对学生的项目等也有不同的要求。为了安全起见，教官们的训练强度也有所下降。在度过新鲜期之后，疲惫与懈怠便代替了刚开始的冲劲。这就到了我们这些辅导员该上场工作的时候了。

为什么军训，要从军训中收获什么？不仅要严格要求还要适当鼓励，学生们汗水中逐渐坚毅的面庞就是成长最好的见证。

想一想，距离我上次带新生军训已经有十年之久了，第一天的内务检查完之后，膝盖在下楼梯时隐隐作痛，果然已经和年轻人们有差距啦！原来是老师像姐姐，现在是老师像妈妈，学生们的性格特点也同十年前的有了很大改变，自己的工作的方式方法似乎也在慢慢发生一些变化，在军训中逐渐把握学生的情况，理清今后工作的脉络，这些都将帮助我未来更好的工作。

希望学生们都能明白，军训不仅是身体素质上的训练和提高，同时也是思想建设和班级凝聚力的最好锻炼。在这里，衷心的希望我亲爱的学生们不仅在今天给军训开一个好头，更为即将展开的大学生活奠定一个良好的开始。加油，只有“超越自我”才能“开创未来”！

（工学部新生辅导员 郝艳艳）

**辅导员随感**

金色的九月是丰收的季节，今年又有无数莘莘学子走进了汇华这座美丽的校园。理学部也迎来了新的成员。我很荣幸可以成为17级人文地理与城乡规划和自然地理与资源环境的辅导员，成为他们在大学路上的指路人。

纵使艳阳炙烤大地，学生们的脚步从不停歇。从报到再到军训，离开了父母的他们在逐渐褪去青涩与稚嫩，带着青春的蓬勃朝气面对今后的考验。他们如同一只即将拥抱蓝天的雏鹰，身上的蓝色是他们对梦的向往，军训是对他们羽翼和意志的磨炼。

面对新的同伴，严格的新老师和教官，学生心里自然产生陌生感，加上每日训练后身体上的疲惫会让他们有一种寻求归属感的冲动，因此很多新生在报到时的新鲜感会变成思念之情。作为辅导员，我需要做的不仅是照顾那些身体不适的学生，也更应该关怀学生的内心世界。让他们在这个新的家庭里找到内心所需要的那座港湾，找到他们所需要的归属感。晚上的活动时间，安排学生们自我介绍，让他们认识熟悉将来要与自己同舟共济的伙伴，向他们讲述自己的经历，让他们对大学有更深一层认识，逐渐的从内心上适应大学的生活，融入地理，融入理学，融入汇华。

军训的‘高标准，严要求’，使得个别意志力较差的学生萌生想要放弃的念头，对于这样的学生作为他们的老师，不禁有一种恨铁不成钢的感情，但是对于刚刚成年的他们细心的引导，合理的沟通才是帮助他们的办法。让他们知道人生的路只有向前没有后退，应该直面成长，学会成长，有勇气和耐力才能更好的应对其他的考验。

在这个金色的季节我希望学生们能得到他们在大学中第一次丰收，收获新的朋友，收获耐力与坚持，收获自己的成长。在未来的学习生活中拼搏自强，创造自己的璀璨人生。

（理学部新生辅导员 陈绍聪）

**辅导员随感：入学教育第一课---军训**

九月，石家庄的清晨笼罩着一层薄雾。在晨光熹微中，河北师范大学汇华学院17级新生开始了军训，也开启了他们崭新的生活。

九月九号的操场上，开学典礼准时举行。汇华学院17级全体新生身着各学部部服，在操场上排列出整齐的队伍。虽没有迷彩绿，却盛开了一道绚烂夺目的“彩虹”。这硕大的“彩虹”既彰显了汇华今日的蓬勃生机，也预示了汇华必将更加灿烂的明天。军训是大学生入学教育的第一课，看着这一张张充满稚气的新鲜的面孔，让一个作为新生辅导员的我，不禁思绪万千。

军训无疑是严格辛苦的，对于新的陌生环境的不适应与不知所措，对于未来的迷茫和猜想，都伴随着这群刚刚经历了十年寒窗和残酷高考的新生们。如何帮助他们平稳过渡，何如让他们更快地融入汇华这个大家庭，我感觉肩上的担子格外沉重。他们应该意识到，从大学开始，人生才真正属于他们自己，而大学又是人进入的社会的最后一个教育步骤，学会自我管理，意义格外重要。汇华准备了丰富多彩的大学生活，而新生们也都肩负了家人和自己对于未来的期望。他们必须明白，克服军训中的各种辛劳，战胜身体的不适，怀抱热爱生活，团结同学，帮助他人的心，肩并肩地和与大家站在一起，是他们成长的第一步，且及其重要的一步。

我喜欢与他们站在一起，聆听他们的苦恼，感受他们的迷茫。看见他们虽然很累也在坚持，看见他们虽然受伤仍然为同学们服务。看见他们懂得关心同学，知道对导助学姐的帮助表示感谢。有人已经开始互相依赖，有人有了集体荣誉感。他们大声唱着军歌，他们开怀的大笑着。他们是那么努力，努力适应环境，努力对他人友善，努力成为一个更好的自我。我很欣慰，也很幸福。我更加希望他们更够在记忆中永远备份今天的一切，怀抱着最初的梦想和最好的希望，迎接接下来的每一天。

衷心祝福我的学生们，能够度过无悔的大学生活，拥有最张扬夺目的青春，最终走出汇华，走上社会的时候，能够回头说一声：来到汇华，真好！

（文学部新生辅导员 贺紫钰）

**辅导员随感:军训——大学生活第一课**

16年的军训都还历历在目，今年又迎来了我的第二届学生——2017级广播电视编导一班。再一次荣幸的担任新生的辅导员，我像第一次那样充满激情和斗志。

这些孩子们都是他们父母手掌心里的宝，从小没有怎么受过苦，一开始还有些担心，他们是不是能尽快适应大学的军训生活，经过这两天的观察，我欣慰的发现，他们基本已经适应了一天的训练，看得出尽管他们都很累，但都在咬牙坚持。作为他们的辅导员，我觉得这些孩子在军训中一天天的成长，从报道时的充满好奇而稚嫩的目光到现在充满自信的眼神，是军训磨炼了他们的意志，教会他们学会了坚持，使他们获得了成长。

相信他们会在军训中学到军人的宝贵精神，和团结协作的能力。也相信他们会在今后的人生道路上越走越远。在这次洗礼中，体会什么是艰苦，体会什么是团结，他们将会用坚忍不拔的毅力来面对以后的学习和生活。

我相信他们，更相信自己，有能力，有信心带好他们，已经有了一年作为新生辅导员的经历，也在一年多工作中积累了经验，我知道作为新生的他们心里在想什么，也能及时在合适的时间对他们进行生活和学习上的指导，做好对他们的安抚和督促工作。

（传媒学部辅导员 李聪）

**辅导员随感：新的轮回,新的起点**

回想起自己第一次带新生军训，已经是12年之前的事情了，那个时候的我刚刚大学毕业，稚嫩青涩，意气风发，仿佛就在昨天。时光飞转，送走了三届毕业生的我，面对着比自己年轻将近20岁的小清新，内心更多的是平静。

对于10天的军训，孩子们的表现会怎样，没开始的时候我是有些担心的。随着军训的逐步展开，慢慢地发现，这些孩子真的很努力，也很值得期待。

有的学生虽然身体不适，仍然坚持训练，有的学生晕倒后稍作休息就立刻归队训练，大家服从教官的命令，都在努力的坚持，让我特别感动。我看到了他们的的意志力，军训增强了他们挑战自我、克服困难的信念。我也在军训队伍的旁边鼓励大家，让他们知道我与他们同在。

军训的过程也是对新生认识的过程，可以看到每个孩子身上都有宝贵的品质。我相信通过这10天的军训可以带给他们超越自我、敢于拼搏的意志，在新的轮回和新的起点上，我将陪伴着我的孩子们一起成长！

(教育法政学部辅导员 张子君)

**辅导员随感**

山没有悬崖峭壁就不再险峻，海没有惊涛骇浪就不再壮阔，河没有跌宕起伏就不再壮美，人如果没有挫折磨难就不再坚强。樱花如果没有百花争艳我先开的气魄，就不会成为美丽春日的一枝独秀，荷花如果没有出淤泥而不染的意志，就不会成为炎炎夏日里的一位君子；人如果没有坚持到底的毅力，就不会成为紧张军训中的一颗亮星。

 ——题记

石家庄的夏天总是拖着长长的尾巴，在这个初秋的季节，依然散发着蒸笼般的热量。而河北师范大学汇华学院的新生力量，也在这耐人考验的季节，踏上了大学生活的第一站——军训。军训是大学生活的开始，也是新生开学的第一课，在这里，同学们将褪下青涩与稚嫩，经受风雨的洗礼。

9月9日是军训的第一天，从今天开始，同学们要接受为期10天的军事训练，接受学校领导的检阅。一大清早，学生们就来到指定地点集合。在第一天的训练中，学生们练习了稍息、立正、左右转等基本动作，看着他们的态度由松散变为严谨，动作由生疏变得逐渐熟练，我由衷的为他们取得的进步感到高兴。天气虽然炎热，学生们的衣衫已被汗水湿透，但是从他们略显稚嫩的脸上，我看到了坚强与勇敢，看到了蓬勃的朝气。

军训是这些学生人生电影中的重要一幕，是稚嫩的心灵经历的一个完美转折点。团结协作、良好习惯、乐观踏实、积极上进和忧患责任意识，这些不正是完美人生所必备的条件吗？我相信，经历过军训的同学必定是终生感恩于这笔无形财富的。

（经济管理学部新生辅导员 张雯）

**辅导员随感：奋斗的青春永不言败**

2017年9月8日，外语学部迎来了2017级新生。看着新生们来到新环境时满怀热情的面庞，我内心充满了对他们大学四年美好生活的憧憬和期盼。

这段时间的军训是大学生活的开始，是新生们大学四年的第一个加油站。军训确实是艰苦的，但学生们会慢慢发现，他们的潜力要比想象中大很多，因为他们在不断地挑战自己的极限。我也衷心希望他们能够在经历军训后，对“最可爱的人”子弟兵们保家卫国付出的辛劳有更深的体会，更加珍惜现有的和平环境好好学习。令我欣慰的是，经过这几天军训的磨砺，学生们懂得了很多，成熟了很多，也更知道了时间的宝贵。

9月9日是军训的第一天，早操结束后，同学们面容坚毅、步伐整齐、井然有序地徒步前往北院参加“开学典礼暨军训动员大会”，在北院的操场上，新生们认真聆听了学校领导对他们的殷切期望。从他们的脸上，我可以看出来他们对大学生活的向往。大会过程中，虽然烈日炎炎，但是每一位同学的身姿却尽力地保持挺拔。回训练场的过程中，他们手提马扎和发下来的衣物，不辞行军辛苦，一路上严肃紧张、认真守序。这些表现我全程看在眼里，心中充满了喜悦。

接下来的军训中，天气阳光明媚，同学们都面对着烈日站军姿。石家庄午后的太阳，晒在皮肤上是烫烫的，但我们连队的每一位同学都没有退缩，跟太阳作战，也跟内心的懒散、惰性作战。站军姿过程中，他们付出的努力越多就站得越好；各种队列训练都是耗体力的活动，但只要学生们认真去做就一定可以走齐、踢齐！

内务训练也是如此，就拿房间的整齐来说，每间房间都尽力向真正的部队房间靠齐，干干净净，没有一丝杂乱。开始的时候，孩子们确实掌握不了教官所教授的叠被子的方法，于是在晚训时，教官在辅导员的陪同下进入宿舍实地指导学生进行内务整理。教官们为同学们演练叠“豆腐块”被子，规定了床上床下的物品摆放、桌面上的物品摆放、地面卫生等等一系列的要求。辅导员老师亲自去到每一个学生宿舍，检查并指正，给同学们耐心指导，不放过任何一个小细节。辅导员助理把每天检查内务的结果及时反馈给同学，为同学们解疑答惑，起到了上传下达的作用。通过教官和辅导员及助理的耐心指导，学生们的内务越来越有起色。

“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，经过这几天的艰苦训练，无论是队列训练，还是内务整理，学生们的训练成果有了一个质的飞跃。从一开始的迷茫、散漫、手忙脚乱，到现在的坚定、严整、有条不紊，这是一个很大的突破。烈日红阳下的挥臂迈步，南院操场上的挺拔身姿，传入耳畔的坚定的步伐声和响亮的口号声，宿舍内整齐划一、窗明几净的内务，都是我们学生们进步的有力证明。他们不怕苦、不怕累，方方面面都力求完美，看到这群在家里备受宠爱的孩子们一点点进步，我忘记了疲劳，只感到满怀自豪。

军训不仅仅是锻炼他们的身体，更是在磨练他们的意志，是在激发他们的斗志。在接下来的军训生活中，我和同事们会继续严格要求，让“汇华人”勇于开拓、坚持努力的精神在2017级新生的血脉中流动。我相信，在我们辅导员的关爱、呵护、鼓励下，这一片新鲜的“外语蓝”会在未来之路上绽放光彩，谱写出辉煌的篇章!

（外语学部新生辅导员 赵晓聪）

**辅导员随感：军训——青春的洗礼**

秋高气爽，丹桂飘香。塑胶场上，2017级的全体新生正在进行着进入大学校门的第一课——军训。

今天已经是军训的第二天了，看着一张张充满生气的略带稚气的青春脸庞，听着孩子们坚强有力的口号呐喊，我的心一阵阵的感动。青春正好，人生最美时。孩子们每一次的振臂、踢腿、转身、稍息、立正……不仅仅是一个简单的动作，更是人生的一种体验、一种经历，洒下的是汗水，收获的是坚毅。“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚韧不拔之志。”军训不仅磨炼人坚强的意志，也培养艰苦耐劳的吃苦精神，这些正是成功必备的基础保障，孩子们也正通过军训进行着一场青春的洗礼。

虽然军训刚开始两天的时间，我却已经深深感受到了孩子们骨子里强大的勇于挑战自我的力量。譬如，在站军姿半小时后有两名女同学体力不支、头晕，在休息了20分钟后就又站在了队伍里继续训练；最高的那名派头兵男生在脚踝水肿走路都疼的情况下还在继续坚持不下训练场，并说：“我是排头兵，如果下来会影响整体的训练”；还有一名男同学，因为自身身体的原因，动作总是慢半拍并且不是很协调，但是他没有放弃训练，一直在尽自己的最大努力能跟上教官的口号；还有一些女同学就是在自己身体不适的情况下也在坚持着训练等等。虽然只有短短的两天，我却感受到太多的感动，是这些95后孩子们带给我的感动。在经济高速发展的今天，对于这些出生在“好时候”的95后孩子们，人们常常会说这些孩子们物质上是丰裕的，欠缺的是一种精神，一种吃苦的精神，一种坚持的精神。但是今天我看到了这种精神，不要全面否定这些孩子们，他们有着超乎我们想象的潜力和意志力。作为他们人生的引导者，我们要利用好这样的机会引导孩子们要学会吃苦，要学会坚持。只有肯吃苦，不放弃，在坚持中磨砺坚毅的性格，铸就勤奋朴实的品质，才能具备成功的可能。“天行健，君子以自强不息；地势坤，君子以厚德载物。”军训，不仅锻炼孩子们的体魄，更是赋予了孩子们一生受益的精神食量。

几天的军训，我从孩子们身上看到了希望，看到了孩子们的乐观，看到了孩子们一次次超越自我的坚持。我更期望这种坚持能相伴他们一生，无论是在校这几年，还是将来走向了社会，都希望他们能一直坚持下去，一直坚持走到人生的巅峰。

军训是超越自我的磨砺！军训是一场青春的洗礼！

（艺术学部新生辅导员 吴焕琴）

**辅导员助理随感**

2017级新生军训在秋高气爽的天气中开始了，我作为新生辅导员助理的一员，时刻严格要求自己，不敢有丝毫的懈怠。由于大三还没有开学，所以基本每天都在军训场地陪伴着新生，同时从中得到了一些感悟。

第一天早上5点多起来，6点10分到达军训场地，之后开始给他们再次强调军训注意事项。并且给大家说了如果身体状况不好不能参加军训可以在下边休息，然而没有一位同学举手，让我对汽服这么多女同志的勇气感到佩服。8点多带领新生参加开学典礼暨军训动员大会。

下午2点10分集合，伴随着教官整齐的队伍，有力的步伐，军训正式开始了！天气不算炎热，比较适合军训。新生们认真的听着教官的指挥，我们身为导助也在努力配合着教官，在各方队之间“巡逻”，对新生错误的动作进行指点。由于身体原因没多久就有个别同学坚持不住了。让我印象深刻的是有一位女同学险些晕倒，我走过去之后说让她下来歇一下吧，她说还能坚持。虽然没坚持多久又晕倒了，但是她休息了不到半个小时就又去训练了。她的态度让我十分佩服。

经过一天的训练，新生们累坏了，我们也很累，但是我们都不在乎。因为军训就这么十来天，在这宝贵的十来天我们能学到很多。而且大学军训或许就是人生中最后一次军训。

军训第二天，天气很凉爽，对新生来说是一个很好的天气。今天他们的动作相比昨天有了很大的进步，规范了很多。说明昨天的训练没有白训，他们也都用心了。

很多新生身体素质不是很好，通过这次军训不仅可以提高同学们的体能，同时也是对同学们意志的考验。“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来”，人是在不断的磨练中长大的，只有经历过风雨的洗礼才能茁壮成长。在军训中同学们可以体会到纪律的意义，合作的共赢，坚持忍耐，分享甜蜜，懂得感恩，真正做到服从安排，令行禁止，更重要的是在此次军训中收获的集体荣誉感和奋斗的精神。我相信这种精神会对他们将来的学习还有生活有很大的帮助，甚至会影响他们的未来。

大学，从军训开始；学习，却永无止境。生命不止，奋斗不息！

（工学部新生辅导员助理 董志旭）

**辅导员助理随感**

随着时间的转移，军训的时间逐渐逼近，第一次当导助自己也没有什么经验，既期待又害怕，期待和2017级的新同学们一起学习，害怕自己不够优秀能力不够，不能很好的带好班级。

九月九号上午开学典礼大家的表现都很好，从开始到结束大家都很认真的听着。下午有的同学的状态不是特别好，对教官的话不是特别敏感，自己做错了动作不能及时改正。晚上，带教官对宿舍进行内务整理，由于时间原因，不得不派出每个宿舍长去学习，然后再教会自己宿舍的每个成员，从七点到九点大家一直在整理自己的宿舍，甚至有的个别宿舍整理到更晚，再加上还有一些别的事情给同学们安排，等自己回到宿舍洗漱一下已经十一点了。一天下来真的挺忙的,但是过得特别充实。

九月十号，早上五点起床收拾好便到操场开始陪他们一起训练，虽然起床的时候真的很累但是到操场看到他们真的觉得一切都是值得的。上午去查宿舍，内务整理的不是特别满意，再看到他们的状态不是很好所以在中午解散的时候就发火了，发过火之后心里真的特别内疚，但是没有办法必须得严格要求他们，这也是为他们好希望他们可以理解。下午一切都挺好的，大多数同学已经进入状态只有个别的同学状态不是很好，晚上陪教官检查内务，他们一切做的都很好。希望他们以后不管干什么事都像今天晚上这么认真，大家团结一起努力。

（理学部新生辅导员助理 李琳）

**辅导员助理随感**

经过9月7日到8日两天有条不紊的迎新活动，我们终于迎来了所有2017级的小鲜肉们，也终于在8日下午5点的时候，我与历史专业的48名新生们正式见面了。孩子们都很兴奋，在教室里叽叽喳喳的互相谈论着，他们把热情、青春和活力这几个字具体的表现在了脸上，富有朝气，生机勃勃。那天下午，我帮助他们发了学部衫等一系列物品，为第二天的开学典礼做准备，为了这些，几个导助们都在尽力做好每一件事情，我也是刚刚体会到身为一名辅导员助理的辛苦，但是看着孩子们最后满意的神情这些辛苦是值得的。

马上，我们就迎来了开学典礼，不管是新生们还是导助们，每个人都五点多就起床，我知道我必须适应这个时间，毕竟军训期间，一直都是这样早出操的，我们必须为新生做一个守时的好的榜样。随后我们跟随学生们步行到达汇华北院，参加了新生开学典礼和军训动员大会，听了各位校领导的讲话，我感觉我身为一个辅导员助理的责任又重要了些，为了能够帮助新生们尽快适应大学生活，为了减少辅导员老师的负担，我的任务是非常重要的，我绝对不能辜负学校以及各位老师对我的期望，一定要将2017级历史学一班管理成一个优秀的班集体，让每一个历史专业的新生都成为一名优秀的学生。

10日下午，军训就正式开始了，虽然到现在为止，我还不能认清楚所有的历史新生，但是我相信经过几天军训期间的接触，我与她们的关系也会更加紧密。虽然天气炎热，学生们依然都很努力的训练，配合教官，我感觉很欣慰。

在这几天里，我帮助辅导员制作表格统计新生信息，与新生交流沟通，努力做一个学生与辅导员直接沟通的桥梁，并且与各式各样的新生家长交流，通过这些事情和经历，我感觉虽然辛苦，但是我所获得的收获让我付出的辛苦是值得的，我认识了更多的新朋友，理解了老师平时工作的辛苦，懂得了更多为人处世的道理，更懂得了如何合理安排自己的时间。通过做辅导员助理的工作，我的大学生活更加充实，我们还年轻，就应该去多做事，多经历才能得到成长。

（文学部新生辅导员助理 邢晓琪）

**辅导员助理随感**

我们很高兴能够成为辅导员助理当中的一员，能够尽自己最大的能力去帮助自己的学弟学妹，新生报道，新生军训。在这短短的几天里看到他们在不断进步，我们打心底里开心。

军训期间，我们看到了他们的成长，从没有时间观念到按时甚至提前到达指定地点集合，从不敢和陌生人交流到慢慢学会融入这个集体。从军训第一次检查卫生，凌乱的宿舍，到认真的观察学习注意细节。他们在不断的成长。

在此期间我们也在不断的进步，从严格要求他们，到时不时的去关心鼓励，我们的处理事情的能力在不断增强。军训期间和他们一直在一起，有时候有人不舒服，我们会像大姐姐和大哥哥一样关心他们。

作为学长学姐的我们，希望他们变得更好，但是在此期间，我们会严格要求他们，让他们尽快适应大学时光，在军训期间我们会做好老师的小助理，帮助老师做好班委选择工作，以及上传下达的工作，减轻老师负担。

军训我们看到了他们的进步，作为辅导员助理，我们希望他们能尽快融入大学生活，有很多同学，学会了坚持坚强，军训时，身体不是很舒服，休息一下马上就进入班级队伍，让我们看到了最好的他们。

有时候当看到自己的学弟学妹有所进步，会感觉成就感很强。谢谢老师选择我们。

（传媒学部新生辅导员助理 卢淑娜）

**辅导员助理随感：遇见青春•遇见你们**

时光荏苒，又是一年开学季，我也迎来了大学生活中的第二次军训，不同于第一次，这一次的我作为一个新生辅导员助理的形象和他们一起并肩作战，看到汗流雨下却仍然坚持的他们就想到当时在炎炎烈日下也不服输的自己，很幸运可以陪着心理学36名同学一起迎接开学的第一课，一起军训，一起看着太阳东升西落。我相信军训这短短九天的时光会成为他们心中非常难忘的记忆。

作为“过来人”，我告诉他们：军训对你们来说将是大学里最有意义的一段经历，希望你们认真的享受这个过程，努力做最好的自己。这两天去操场看他们训练，晚上去宿舍跟他们聊天交流，我发现他们过的挺开心的，虽然很累，但没有丝毫抱怨。因为大多都是女孩，教官稍微会降低要求，他们过的也算是轻松，但是我发现很多同学自我要求很高，哪怕身体不舒服也在坚持，不想缺席训练，把集体荣誉放在第一位，但是作为学姐我想说，集体荣誉固然重要，身体才是革命的本钱，希望同学们可以在“身体第一，训练第二”的基础上，积极参与训练，配合教官工作。

最后希望同学们可以在接下来的训练中继续发扬吃苦耐劳，艰苦奋斗的精神，努力坚持下去，我会一直和你们在一起。军训的意义对于同学们而言是大学的一笔财富，对我来说，是和同学们一起进步的良好开端。希望接下来的几天，我能与老师一起带着班里的同学们创造出优异的成绩，让2017级心理绽放青春的光彩。

（教育学部新生辅导员助理 兰心月）

**辅导员助理随感**

苏轼有句话：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”

九月九号军训正式吹响号角，作为2017级辅导员助理中的一员，我有责任也有义务去监督和管理所带领班级。经过三天的军训，不由想起两年前我的军训生涯，历历在目。这几天，陪着学弟学妹们军训，吃饭，宿舍检查，督导他们，关心他们。我知道，我做的仅仅不够，还需要更多的细心和耐心与他们交谈。通过军训，我也看到了学弟学妹们坚韧的毅力，也锻炼了自己的能力。晚上的内务整理和检查，严格按照教官要求，按照辅导员的要求，按照学校的要求，帮助各位同学整理好内务，检查合格过关。

在接下来的日子里，我会尽职尽责，让工管二班的同学有一个难忘的军训之旅！

（经济管理学部新生辅导员助理 张进）

**辅导员助理随感**

9月9日我学院开始了新生军训工作，作为一名辅导员助理，我很荣幸能够观看新生们为期十天的军训生活。通过军训不仅可以锻炼新生们的意志，也可以让他们时刻谨记严守纪律是办事的第一原则，培养他们的集体荣誉感。

摆放马扎是教官交给学员们的第一个基本功，怎样站军姿也是他们军训生活的必修课，听教官的口号是他们必须掌握的意识，专注是他们锻炼出来的品格。看着新生们的身影不禁想起了自己两年前也是站在同样的场地下，同在一个烈日下站军姿，自己很是怀念那样充实的时光：早操，早训，可以让我们打起精神；中午合理的休息可以补充我们的体力；下午的训练可以让我们养成守时的品格；晚上查内务让我们养成良好的生活习惯。军训可以培养我们的守时的品格，军人的体魄，集体的意识，是一件非常值得经历是时光。

每天早晨六点，看着新生们轰轰烈烈地提着马扎和水杯，肩并着肩向操场走去，嘴角上扬，我都会很享受地看着他们的背影，见证他们的成长。军训的真正目的是让每位新生有一股大学生应该有的精气神儿，避免懒懒散散的状态，懂得规范自己的行为，学会记录自己生活的美好回忆，掌握军训的基本要求，了解部队生活的情况，为接下来四年的大学生活打好基础。

作为一名辅导员助理，很荣幸能够与新生们共同见证他们在军训生活的点点滴滴，这三天的站军姿，走方队也让他们彼此互相了解，更好地体验部队的生活方式，培养集体意识。衣服湿透一遍又一遍，但依旧迈着脚步，肩并着肩齐步走，看着他们团结的样子很是欣慰，教官们付出的努力都没有白费，自己吃过的苦，总能在不经意间收获甜蜜的果实。

在接下来几天军训中，我也会好好地配合辅导员的工作，关注和了解新生们的心理动态，切实地帮助到他们，也会努力配合教官的工作，叮嘱新生们的内务按要求进行，积极配合查内务，站军姿等事项，让所有参加军训的新生回想起大一的军训生活，都会感到幸福而充实。

（外语学部新生辅导员助理 薛琪琪）

**学员随感：军训——那种坚持的意义**

在我们历经完高考，升入了大学校园，我们迎来了大学的第一课——军训。这是在磨练我们的意志品质，在培养我们吃苦耐劳的精神，这是让我们在大学前有一个锻炼。每当坚持不住的时候，就要想想高三的我们。历经了千辛万苦，和军训比起来，实在是相差甚远。

军训，我们穿着统一的汇华学院工学部的部服，那抹绿色非常耀眼，像生机勃勃的我们，十八岁的我们正像八九点钟的太阳，缓缓升起，有着无限的生机与活力。每天清晨当教官走向我们，我们全体四班同学都站立，庄严而恭敬的向教官道声“教官好”！洪亮有气势，是我们发自内心的声音和对教官崇高的敬意。

军训这两天，学习的是站军姿，齐步走，踏步走。站军姿是一件不容易的事情，双手紧贴裤线，肩膀挺起，双眼目视前方，一站就是十分钟二十分钟，虽然酸，累，但是我们不叫苦不叫累，坚持在原地一动不动，像一棵挺拔的松树，坚持是有意义的，这也在告诉着我们，无论什么事都需要坚持下来，当你忍不住的时候，你就再坚持那么一下，也许下一秒就会得到更多的东西，人生中有无数的挫折与坎坷，每当我们感到挫败，感到失落，想要放弃时，就想一下，军训时的我们不照样挺过来了嘛，所以唯有坚持，我们才能迎来属于我们的柳暗花明，迎来属于我们自己的天空！

整齐的步伐，响亮的口号，都是我们的汗水结晶。我们付出很多，也收获了很多很多，那种成就感与快乐只有我们自己才能体会得到。付出了才会有回报，要相信，不管去做什么，都要坚持付出，才会得到自己想要的东西。昨天和今天这两天的我们虽然辛苦，但是很快乐，在这种环境下，我们定会收获丰厚的果实！

坚持是十分值得十分有意义的，因为我们从中体会到了太多东西。每件事需要坚持去做，不能半途而废，要一直坚持不懈，这样才能完成自己的目标和理想，才能到达成功的彼岸，这就是我坚持的意义。

看着教官拿喇叭辛苦地为我们喊着口号，我们也十分卖力。这样，我们的军训质量会大大的提高。我们要听从教官的指挥，要求自己的动作，规范自己。不怕苦不怕累，坚持下来，沉淀下来就是我们的精华，沉淀下来是我们的品质与毅力。

这两天才刚开始，俗话说的好：万事开头难。我们要用行动证明我们自己可以渡过这一关，我们要坚持坚持再坚持。十天不长不短，时间会很快度过的。在训练中我们也有笑声快乐，为我们枯燥的训练中增添了快乐。愿剩下的八天我会一直坚持下去，去用行动证明我是一个合格的大学生！

（工学部2017级计算机类四班 彭淑惠）

**学员随感**

报道时看到那一抹迷彩，顿时心生一种敬仰。挺拔的身姿，威武的气势令我羡慕并深深的印在脑海。

当教官走到我们的面前时我期待而又兴奋。当然军训期间难免有枯燥的时候。我们坚持着相互帮助，相互关心，有时又难免有一些抱怨。但当教官演示标准的走步动作时总能再次唤醒最初的兴奋。

军训的内容或许是单调的。每天都做着一样的动作，心中抱怨着自己的汗水白流了好几尺。在教官的标准指导下，慢慢地发现自己和同学平时的习惯如此的便扭。纠正错误永远是困难的，炙热的太阳似乎为了惩罚我们这群有坏习惯的孩子，燃烧了自己每一寸的肌肤。不过努力的力量是巨大的，错误也不会永恒不灭。虽然离教官还有差距，但进步欣喜地摆在了每个人的眼前。

军训不仅仅是对行为上的操练，更是对精神和思想上的深化。迎着刺眼的阳光，每天就这样开始了。一天下来的疲惫让我发觉在凉爽的空调间外头还有另一种生活;让我发觉平时充满责备声的家是多么的温馨;让我发觉其实自己还很稚嫩。汗水的浸泡需要忍耐，烈日的烘烤需要忍耐，时有时无的饥饿也需要忍耐，似乎一切都要不停地忍。就在这不知不觉的强忍中，潜藏的坚强逐步被挖掘了出来。

在汇华的军训让我更深刻认识到坚持的重要性，更让我人识到一个道理:“有容乃大，无欲则刚。”

（理学部2017级数学与应用数学二班 高强）

**学员随感**

随着九号五点半的一声闹铃响，为期十天的军训正式拉开了序幕。带着朦胧的睡意，我们第一次看到了教官。

教官看起来年岁与我们相仿，笑起来的样子很好看，有一种温厚的天性;但训练时教官却是非常严肃认真的，又给人一种坚毅的感觉。

在教官的带领下，同学们一起步行去北院参加开学典礼，虽然距离不算特别远，但四十多分钟的行程也让我们中的大多数人叫苦不跌。然而苏轼有言：“古之立大事者，不惟有超世之才，亦必有坚忍不拔之志。”我想军训大概就是这个样子吧——虽苦亦甜，虽累亦美。军训便是培养我们坚毅的品质的。

第一天下午，我们正式开始了军训。教官的部队是参加了共产党建党九十周年阅兵的部队，他们的飒爽英姿博得许多同学的不绝赞词，我们也希望能拥有教官身上不凡的气质。可实践出真知，每个看似简单的动作 一个集体再做就变得不简单，“水滴石穿，绳锯木断”微小的力量一旦积攒起来产生的威力就无比巨大，由此可见，军训也体现了集体主义的伟大。不积滴水，无以成江海。没有我们每个人的努力，就不可能有一个完整的，高质量的方队。训练的每一个动作，都让我深深地体会到了团结的力量，合作的力量，以及团队精神的重要。

第二天大家开始慢慢熟悉，休息时多了各不少活动，但我们在快乐中不失威严，活泼中不忘纪律。我们站军姿的时间也在不断加长，汗不断的从额头上流下来，痒痒的，却什么都不能说。不知道当时哪来的壮志豪情，我不断的对自己说，你要坚强，要勇敢，战胜自己，做个强者。莎士比亚说，信念是指引人类前进的灯。就是拥有这样的信念，所以我一直坚持。如果军训是一座巍峨的大山，那永不放弃攀登这些高峰的是我。如果军训是一条湍急的河流，那不畏艰险勇往直前的仍是我。

想起军训刚开始的时候，似乎是那样的悄无声息，它没留下太多的时间让我做好心理准备去应付它。而在苦过、痛过、哭过、笑过之后，军训让我变得不再轻浮，变得成熟。只有在汗水中磨练坚韧更能造就成功，而在泪水中换来的妥协总有一天会随时间消逝。

这次军训后我改变了很多，我不再是个娇滴滴的孩子，不再是个好哭的小姑娘。我明白了面对高峰，我们须自己去搭造阶梯;遇到山崖，我们要自己去连结绳索。命运在自己的手中，只是看是否去把握！

（文学部2017级秘书学专业一班 郝丽辰）

**学员随感:努力拼搏 无悔青春**

2017年九月八日，同学们来到了人生的新起点，九日迎来了开学典礼和军训动员大会，随着大会的成功召开，紧张而附有军事化的训练在新的年级展开了。

走进操场，那一抹玫红甚是夺目，靓丽的色彩格外衬托出传媒新生蓬勃而附有朝气的脸庞，那是奋发的色彩，更是希望的色彩。训练场上严肃而认真的训练正在进行，哨声响起，同学们迈起了整齐划一的步伐，教官令下，响亮的口哨声回荡在操场之中。在随后的站立军姿训练时，我们磨练出了顽强的意志。转体训练时，我们体会到了团体整齐划一的重要性。集体正步行进时，我们学习到了团结的力量！团结也是汇华传媒人的行动指南与成功秘笈，正是军训这一场特殊的练习培养了我们的这一特性，磨练了意志更学习了精神。

与此同时站在训练场上的不止有我们，还有一直陪伴着我们的学校老师及领导。辅导员李聪老师和助导王文静学姐给予了我们充分的关怀与指导，这让新加入汇华传媒学部的我们更快的适应了新的环境，他们引导着我们走上了新的征途。传媒学部学生工作副部长武新慧老师和助导王文静学姐以及教官更是来到宿舍指导着我们的内务问题，培养了我们的生活能力。

同学们以高度的革命热情迎接军训带给我们的考验，以严肃认真的态度来完成军事训练项目，这是一次挑战更是一次培养我们的机会，作为传媒学部的我们会再接再厉，收获累累硕果，努力拼搏，无悔青春！

（传媒学部2017级广播电视编导专业1班 李思琦）

**学员随感**

我们经过了艰苦的高中生活，战胜了高考这个大敌，终于，迎来了憧憬了12年的大学。然而，大学的第一个挑战便是军训。对于我们这些这几个月衣来伸手饭来张口的小皇帝来说，军训简直就是地狱。

第一天就证明了，大学的军训真的是地狱呀！我们上午开学典礼，典礼完了马上开始军训。一开始就是站军姿，仅仅只是10分钟，我便感觉我的腿仿佛没知觉了，脚火辣辣的疼，这还仅仅只是一个开始呀！我感觉我今后的生活一片黑暗。

后来，站军姿的时间越来越长，腿疼的想哭。可是，看着同一个班的同一个宿舍的同学一直在那里坚持着，就莫名的不想放弃。就这样，坚持着坚持着，就挺过来了。真的不敢相信，自己竟然成功了！

其实，教官一开始就说过，没有什么是不可能的。确实如此，无论遇见什么困难，咬咬牙就过去了，没什么大不了的。

军训确实很累，但是，不得不说，军训不仅锻炼了我们的身体，还磨炼了我们的意志。相信，不管过了多长时间，我们都会一直牢记住，遇见困难，不要怕，咬牙一挺就过去了，相信自己！

（法政学部2017级法学1班 刘锡凤）

**学员随感**

宝剑锋从磨砺出,梅花香自苦寒来”。梅花没有傲立霜雪的勇气,就不会成为残酷冬日里的一道靓丽风景。人没有经历挫折磨难就不会拥有坚强。经历磨练才能证明坚韧,经得起挑战才能说明勇敢,跨过挫折才能展示成功。在军训的日子里，一个个整齐的方队像一首诗，在军训的日子里,我们严格要求自己,努力激励自己，积极改善自己,彻底反省自己。

这几天，带给我们的除了肌肉的酸痛，更多的是对生活的认识，它让我们学会了太多平时在学习中学不到的东西。军训磨练了我们的意志，把我们的部分生活推到了极限，我们的精神面貌也焕然一新。

这是因为军训改变的。在军训中，我们苦过，累过，笑过。我们为了把动作练整齐，反反复复地练，直到全身酸痛；但这种痛并快乐着的美好回忆，也是我们的宝贵的精神财富。

汗水浸湿了我们的衣襟,却留下了许许多多难以言表的东西。我们从军训开始，永远不会结束。带着从军训中获得的东西和精神会一直在路上。

（经济管理学部2017级旅游管理1班 贾丽娜）

**学员随感：在军训中感受十里春风**

随着我们2017级新生踏着骄傲的步伐迈入河北师范大学汇华学院的校门，这为我们最后的军训也拉开了序幕。为期十天的军训，虽然现在只过了短短的几天，但在这两天里我们在紧张的训练任务中不止体会到了苦与累，流下了汗与泪，更收获了欢乐而又美好的回忆。

动员会上神圣的国歌、校领导们满怀期许的鼓舞，教官们英姿飒爽的身姿、被烈士鲜血染红的五星红旗在国歌中冉冉升起，一切都让我如沐春风，油然生出了一种庄严的使命感；我知道，军训能够强身健体，磨砺我们的意志；军训能够增进同学间的友谊，为我们以后的学习和生活打下坚实的基础；军训可以我们养成不畏困难、敢于拼搏的习惯，还能理解团队精神与规范意识；军训能增强我们的国防观念，坚定我们保卫国家、建设国家的信念。陆游说过：“宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。”虽然军训并不轻松，但我认为只有经历过军训，我们的大学生活才算正式开始，为此我们更要付出加倍的努力。

看！训练场上，我们用铿锵有力的呐喊声和挺拔的身姿应和着教官响亮的口号声；宿舍里，一个个棱角分明的“豆腐块”，统一整齐的床被单，我们用双手让宿舍焕然一新，变得干净而温馨。

我知道对我们而言，这不只会成为我们学习生涯中最后的军训，这更是一次可以让我们在历练中得到提升从而成长的来之不易的机会。这一次我们不再是温室里的花朵，而是可以一株株经得起风吹雨打、拥有顽强生命力的野草。这一次我们要洗尽铅华，重新出发，我们的身心都将得到升华。

我相信在这十天军训中，在我们和教官的一次又一次的磨合下，我们一定会展现出属于我们的青春风彩，成为这个夏天里汇华的一道亮丽风景线。在这十天里，我们是新兵，在这十天后，我们会成长！从今以后，我们会更好的昂起首，挺起胸，大步向前走！

（外语学部2017级英语专业4班 唐欣怡）

**学员随感：不做温室的花朵**

早晨的太阳似乎有些慵懒，不愿意早早的出来，任由晨雾肆意的飘荡，朦胧中却也遮盖不住一张张青春脸上的坚韧。他们的军姿标准，他们的转体干脆，他们用整齐划一的动作，让我们认识：2017级汇华学院艺术学部新生。

军训”二字对我来讲实在实在不陌生，过去的二十年里，学生生涯中经历过的大大小小的军训也有很屡次了。但这次军训却与以往不同。不同，指的不是军训的内容，而是我们肩上实实在在背负的责任和挑战。

世人都知道，团结的力量大，个人的力量是无法与集体力量匹敌。所以，军训首先学到的就是团结。一个团队的合作精神，它让每个人明白自己并不独立，一个动作都牵连到整个团队的动态。因而，它在无形中让人紧张，让人集中精力，让人尽力尽善尽美地去做好，充分地培养了大家的集体主义精神。

军训是大学生活的第一课，这也就意味着新的征程已经开启。这一路上难免不少曲折，但是经历会让人变得更坚强。

我们生长在新世纪的一代，是幸福的，被父母小心翼翼地扶着长大，在温暖和无微不至的怀抱中，得到了严父的教诲和慈母的垂爱。然而现在，我们已踏入青年的行列，有了独特的思维，完整的性格和较稳定的人生观，正缺乏一种对意志的考验。英国作家狄更斯说过：“顽强的毅力可以征服世界上的任何一座高峰。”军训好困难，困难是磨炼坚强意志的一块磨刀石，坚强的意志总是在困难的磨砺中培养起来的。

有人说：人生下来第一件事就是哭，没有笑的。上帝也许是不公平的，但他给了我们公平的时间和大脑;他注定人必须从苦到乐，不付出哪来的收获?

温室的花朵，永远都经不起风雨的考验。平静的湖面，永远都训练不出精悍的水手。我们要懂得吃苦，更要经得起磨练，这样我们才经得起大风大浪，才不会被社会淘汰。

天空愈晴，星辰愈灿烂，军训后，我们的灵魂将得到升华。我相信军训后回拥有一个绚烂的星空，会有一个美好的明天。

（艺术学部）