



1953-2023

军训简报

石大山能新能源学院军训五营

7月6日 | 第五期

本期内容

军营快报

前进！队伍训练与卫生救护
奔跑！定向越野中挥洒汗水
感悟！反诈课堂与教授分享

训练有感

坚持！昂首挺胸向困难进发

军训掠影

集结！让青春在汗水中闪耀





应急棍术训练

7月6日上午，新能源五营的训练任务以应急棍术训练和正步走练习为主，其中重点训练了齐步行进与立定以及跑步行进与停止两个动作。

训练场上，班级之间相互比较，取长补短，共同进步。学习齐步行进与立定时，各个连队成员迅速掌握齐步走的前倾、摆臂、立定等动作要领，上体正直，摆臂自然，步伐整齐。学习跑步行进与停止时，成员们臂腿协调，排面整齐，进步飞快。

下午，五营对卫生救护的相关知识进行学习。教官为参训学生讲解战场的基本救护的动作要领，并重点讲解了人工呼吸、心肺复苏等动作要领并进行示范，对动作不规范的成员也进行了纠正。讲解完毕后，各连队带回训练场，继续进行队列行进练习。



心脏复苏及人工呼吸讲解示范

奔跑！定向越野中挥洒汗水



商讨与打卡时的认真

7月6日下午，新能源五营参加了由定向越野协会举办的定向越野比赛。全体学生需要在一个半小时之内找到尽可能多的打卡点。在比赛中，经常可以看见参赛选手跑的满头大汗、气喘吁吁，但是却没有因此而放弃，每一分每一秒都紧张与忙碌的寻找打卡点，争取取得优异成绩。

本次比赛不止是对身体素质的考验，也是对队伍团结合作的体现。参赛队伍需要自行规划的线路与明确的分工，以便取得更加优秀的成绩。比赛结束时需要到达南堂处的终点站打卡，此时会得知参赛队伍的总用时与分数。

感悟！反诈课堂与教授分享

针对近期诈骗频发的现象，7月6日晚七点半，新能源五营在南教100集体接受反诈骗宣讲和专业启航教育，由黄岛开发区分局新型犯罪研究作战中心民警和校科技处副处长、电气系教授徐海亮老师担任主讲嘉宾，分别作《世界很大，小心有诈》和《让梦想照进现实，让勇敢充满人生》主题演讲。参会学生纷纷表示收获满满。



徐海亮教授讲座现场



中国石油大学

CHINA UNIVERSITY OF PETROLEUM

军训心得

山没有悬崖峭壁就不再险峻，海没有惊涛骇浪就不再壮阔，人生没有挫折磨难就不再坚强。烈日暴晒，草木碧影，暑气正盛，阳光照射在后背上，头发被我们的汗水打湿。

在操场上，我们练习着看似单调的正步摆臂。这些动作看似重复，却在无形中锻炼了我们的精神面貌。在连长的标准指导下，我们慢慢发现自己动作的不足之处。然而纠正错误也是困难的，炽热的太阳似乎为了惩罚我们，灼烧着我们的每一寸皮肤。最终，凭借我们努力的力量，我们规范了自身动作，以列为单位自我纠正。尽管距离教官的标准还有一定的差距，但是进步的喜悦已经摆在了我们面前。

借着军训的机会，我们再次接触到了定向越野活动。这是一场体力和脑力的双重考验。三人为组，我们自行规划路线，不仅让我们对学校的地形有了更深了解，也锻炼了我们的读图判断的能力，同时促进了团队协作。队友间相互鼓励支持与陪伴，让我们突破自身极限，一路向前。待我们打长完所有点，冲向^终点时，我们将身体的疲惫抛之脑后，享受结果的喜悦。

五营十连张意岚



中国石油大学

CHINA UNIVERSITY OF PETROLEUM

军训心得

军训作为一种强制性的军事训练，是针对我们青年的身体素质、军事技能和组织纪律等方面的训练，改掉我们的训练懒散惰性，在连队中完善自己，改进自己。

从早起集合到军训整队带回；站军姿永远是军训的第一课，站军姿的时间是漫长的，漫长的可以感受到汗水从自己的后背滑下，同时也是短暂的，见证着我们从零到一的成长。

军训是一种既能强健的集体活动，也是一种不可多得的精神磨练。军训不仅可以从生理上改变一个人，更可以从精神上影响一个人，通过各个科目训练，使我们的眼神更加坚定，使我们的思想更加完善，磨练出钢铁般的意志。

“长空九连，千锤百炼，能源骄子，翱翔九天”这个口号所激励我们的意志，让我们在以后的军训中表现得十分出色，它让我们有了一丝不苟的精神，让我们把每一个动作都训练得有板有眼。训练之外的业余时间我们休息和唱军歌也是一道美丽的风景线，为枯燥的军训生活增添了一份愉快的一笔。

军训苦，现实更苦。经过这几天的军训成果，其训练出的坚强的意志力和宝贵的凝聚力是终生受用不尽的

五营九连

张健

第 页

军训掠影



定向越野



军训掠影



内务标兵



军训掠影



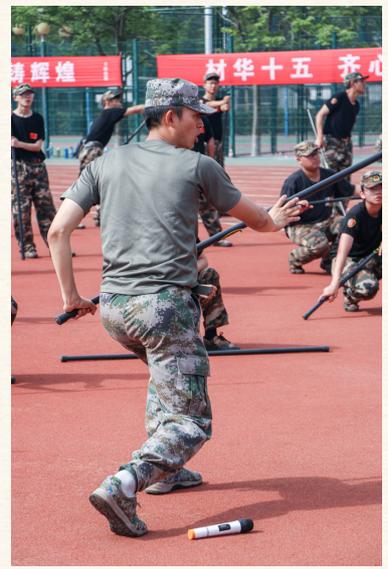
反诈课堂
教授讲座



军训掠影



训练风采
领导检阅



军训掠影



展示！
新能源的风采



编辑 | 王奕栋
图片 | 王翔宇 王奕栋
王莉秀 刘春耀
褚荣天
心得 | 张意岚 张 健
审核 | 骆浩冉