

军训第二天，教官“变了脸”

教官开始动真格，营员个个很听话

□本报记者 王帅 王天宇

军令营的首日训练内容主要包括整理内务、简单步伐训练等，营员们普遍感觉无压力。可随着第二天内容的丰富，训练强度也加大，和蔼的教官也“变了脸”，对营员提高了要求。

9日6时40分，营员们集合时发现，一向温和的教官今天格外严肃。“前后对齐，不许说话！”几个爱说话的孩子刚张嘴，便被制止。在食堂外，教官也强调，吃饭时要遵守纪律，就餐时不许说话，吃完饭一定要洗碗和擦桌子。吃饭时，只见营员们个个安静地吃饭，饭后自觉洗碗和擦桌子。冷月今年8岁，在家很少洗碗，当天她细心观察别人洗碗的方法，并多次冲洗。

队伍训练时，40余名孩子被分为两队，由彭洪发和刘星教官分别带队。虽然面对的是一群孩子，但两名教官并没有放松要求，



“站军姿，十分钟！”听到指令，营员们都一改嘻嘻哈哈的状态，部分营员坚持不住，身体来回晃动，于是被惩罚单独站立。看到教官严厉的模样，小家伙们也都严肃起来，乖乖“就范”。

在学习军营歌曲《人民海军向前进》时，营员们始终张不开嘴，声音像“蚊子哼哼”般大小。这次，教官没有训斥，而是以柔克刚进行了心理疏导，“军歌一定要有气势，唱歌要能达到提升士气的作用。”在教官的指导下，营员们都张开了嘴，大声唱出歌曲。

当日的训练内容还包括学习军体拳，在教官的指导下，营员们学会了四个招式。而男生的优势，也在打拳方面显现出来，王腾岳的姿势和力道都很到位，喊出一声“哈”也很洪亮。

接下来，10日，除接受队形训练、体能训练外，营员们还将参观水兵内务、参加趣味游戏、观看电影、学唱军歌、学军体拳等。



军中趣事

一到站军姿，全身开始痒

9日天气凉爽，在室外队形和体能训练的营员们不太受罪。由于不少营员没有纪律性，教官便拿出“杀手锏”——站军姿，对付这帮“调皮蛋”。

“报告！我耳朵痒痒。”刚站军姿没多久，闫博便举手示意，并迅速挠了挠耳朵。这边刚完，那边又来了。“报告！我鼻子痒痒。”得到教官同意后，李伯约抠了抠鼻子。

学了四式“失传已久的武功”

听说要学军体拳，这帮小伙子们炸了锅，开始“呼呼哈嘿”地比划上了。刘星教官开玩笑地说，那可是江湖上失传已久的武林秘籍，掌握后可健身、防御。随后，另一名教官做示范动作，并讲解每个动作的作用和操作要领。

“第一式，准备格斗！”刘星喊出口令，示范教官“哈”的一下，将动作干净利落地打出。接着，马步出拳、穿喉弹地、马步横挡等招式也教给了孩子们。

整个过程，不少营员以各个身体部位的“痒”获得了特许。

“平时没事，怎么一到站军姿，浑身开始痒痒呢？”终于，彭洪发教官“爆发”了，狠下心来严厉管理，“谁再动，到太阳下站军姿！”听到训斥，大家规矩了很多，但好动的刘振翮、李伯约还是没能幸免，最后被罚在太阳下站了5分钟。

“教官，穿喉的动作能有用吗？”王昕妍认为，女生的力量很小，这些动作可能没有太大作用。针对营员们打拳动作不规范的现象，刘星一一进行了纠正，顺便演示了营员们的不规范动作，“你们的动作就像电影的慢动作，没使劲、不好看、也不能防身健体。”在刘星的指导下，最后营员们掌握了四式的动作要领，不少营员说回家后“要用军拳给朋友个下马威”。

“军人”日记



学好军体拳，将来保护家人

今天，我们6点整准时起床。我迷迷糊糊地起床后，一步一步按规定完成洗漱、整理内务等。没想到，部队的生活节奏真是快。6点40分，大家和我一样都没有睡懒觉，准时在门口集合准备吃早饭。在食堂吃饭时，我发现今天的我们比昨天安静多了，很听话地吃饭、洗碗、收拾桌子，希望我们一天比一天有进步。

早饭后，我们回到军营休息了一会，就去训练场地去军训了。

我们先练习了一会儿队列，又练习了15分钟军姿，虽然既炎热又辛苦，但我们还是战胜了环境，动作完成的很标准，没有偷懒，也没有挨训。休息时，我们个个都坐在地上静静的休息。

上午除了队列训练外，我们还学习了军体拳和军歌。我很喜欢军体拳的气势，打出来很有男子汉气概，也很威风。虽然我打的不是很好，而且只学了四个动作，但我想继续学完整套动作，练习



熟练后，保护爸爸妈妈和我自己。

我们学习了一首《人民海军向前进》的海军军歌，歌词很好听，“红旗飘舞随风扬，我们的歌声多嘹亮”，我们刚开始唱的声音很小，教官不满意，鼓励我们大声唱出来。在教官的鼓励下，我们的歌声很大，我顿时有了军人的感觉。整个上午，我感觉刘公岛上一直回荡着我们的歌声。

济南市东方双语实验学校
二年级一班 宋致衡 9岁

○每日一晒

○9日食谱

早餐：柿子炒鸡蛋、炒海带丝、橄榄菜、萝卜榨菜、馒头、小米粥
午餐：宫保鸡丁、茄子炒鸡蛋、土豆炖芸豆、西葫芦炒肉片、米饭，

绿豆汤

晚餐：土豆鸡块、洋葱炒肉、青椒炒茄子、炒豆角、馒头、八宝粥

○10日课程

队列训练：立正、稍息、起步、跑

步、跨立、敬礼，军姿
体能训练：岛内拉练
参观：参观水兵内务等
游戏：拉歌、趣味篮球等
电影：《国庆大阅兵》
其他：军歌、军体拳

提个醒：目前，本报正在接受军令营二至五期的人员报名。报名咨询电话：0631-5201113、18906310658、18906310456。

齐鲁晚报暑期“海岛军事夏令营”召集令

领略海岛风情 体验军旅生活 结交各地朋友

7天6夜岛上封闭训练 24小时军事化管理 职业军官培训

报名费：1280元/人 齐鲁晚报小记者优惠价：1180元/人

团购优惠价：5人（含）以上组团报名，每人获赠2014年全年齐鲁晚报一份（自动发展为今日威海2014年度小记者）

夏令营时间：7天6夜 地点：刘公岛

开营时间：共分5期，一期7月8日，二期7月15日，三期7月22日，四期7月29日，五期8月5日。每期限额90人。

招生对象：8-16周岁、身体健康中小学生（报名时须出示学生证、身份证或户口本）。

报名费用包括：军事训练费、7天6夜住宿费及三餐费，海岛来往船票，刘公岛景区门票，军训服装1套，荣誉证书，保险费用等。

自备物品：个人换洗衣物、洗漱用品、水杯。

报名地址：海滨北路8号环发大厦12楼齐鲁晚报威海记者站

报名咨询电话：0631-5201113 18906310658 18906310456

