

# 军训遇高温天，孩子们这样接受“烤”验

长沙高中学校“升学必修课”如期举行，调整了训练内容，推出“冰凉”举措



8月20日，长郡梅溪湖中学高一新生正在进行军体拳训练。通讯员 供图



扫码看视频

最近长沙接连不断的40°高温天，让不少人直言“热化了”，但长沙各高中学校的“开学必修课”——军训，却如期举行。高温酷暑下的军训和以往有些什么不一样？高一新生们能否接受这样的“烤”验？近日，记者奔赴多所学校的军训现场，一探究竟。

■三湘都市报全媒体记者 杨斯涵 黄京

## 现场：增加消防演习和生命教育

“一、二、三、四……”迎着绚烂的朝霞，和着铿锵的节奏，8月20日，麓山梅溪湖实验中学学子进行了首次跑操。晨起跑操、高唱军歌、练习跑步、训练立定、牢记国防知识、熟读成长手册……经过了三天的军训，高一萌新们逐渐适应了军训的节奏。

除了站军姿、正步走、整理内务、唱红歌等，为了应对高温天，不少学校调整了军训内容。

在雅礼中学的军训课堂上，突然烟雾弥漫、警报响起，原来这里正在举行消防疏散演习及消防知识学习。只见同学们不慌不忙，轻捂口鼻，弯腰低头，迅速撤离至安全区域。学校办公

室副主任钟漓表示，此次演练和学习是为了帮助同学们提升消防安全意识，掌握消防安全技能，维护生命安全。

“突发事件随时可能发生，唯有熟练掌握急救方法才能保障我们的生命健康与安全。”在长郡中学高一新生军训期间，学校医务室医生旷小玲将心肺复苏术（CPR）、自动体外除颤仪（AED）的使用以及气道异物梗阻等有关知识带进了课堂。在她看来，国防教育不仅是军事素质的训练，更是生命安全教育的重要环节，要学会齐步走学会叠被子，也要学会如何在紧急情况下救助他人，尽可能挽救生命。

## 暖心：避开最热时段，推出“冰凉”举措

将军训场地“搬进”室内体育馆，利用早上时间在室外跑操……为了保证学生军训期间的安全，各个学校纷纷制定了军训安全管理预案。

“我们准备了防暑药品，每天烧凉茶供应，也调整了训练时间，早上开练早，将训练节奏放缓，列队练习尽量在树荫下进行。”在长沙市弘益高级中学办公室主任魏翔看来，其实孩子并没有大家想的那么脆弱，通过军训，把学生们集中在一起，让他们放下手机，告别电视，进入紧

张有序的集体生活，接受国防知识的教育，这对孩子今后的成长是很有帮助的。“学校每年都会进行军训，应急预案以及活动流程都已经有了一个良好的把握。孩子吃苦是成长道路上必须要经历的，学会面对也是孩子们必须要经历的一个课题。”

在麓山国际实验学校，食堂成为一座温馨的加油站，学校为学子们准备了清汤、西瓜，供大家饱餐、充电，振作精神再出发。

## 感受：军训就是青春该有的样子

此前，长沙市教育局发布的“初中新生停止军训”的消息，一下子“冲”上了热搜，一时间，“高温天该不该取消军训”成为众多学生和家长关注的焦点。但在采访中，记者发现，高温下军训的新生们，比大家想象的更坚强。

“一天下来虽然很累，动作上多多少少也会有些瑕疵，但我们依然为自己感到自豪和骄傲。”学生何嘉瑶表示，每一个指令的认真执行，都会让自己更好地成长，而这样的日子不仅是军训这七天，更是往后的每一个日夜，不抱怨、

不悲观、不退缩，这就是军训对自己的意义。

“军训是同学们跨入人生新阶段的第一课，是体现学校‘培养完全人格、作育未来人才、成就最好自己’办学理念的实践舞台，是同学们‘挑战自我、成就更好自己’的一次大好机会。”长沙市实验中学校长肖建军表示，军训的“仪式感”不能错过，在这个过程中，不仅可以增强孩子们的服从意识、守纪观念，还可以培养他们爱国爱校爱班爱同学的情感，让他们发出自信昂扬的青春呐喊：“强国一代有我在”！

## 想成为下一颗体育新星吗

湖南开展优秀竞技后备人才“选星计划”

三湘都市报8月21日讯 想成为下一颗体育新星吗？机会来了！近日，湖南在全省范围内，面向6至19岁的青少年，开启优秀竞技后备人才“选星计划”选拔工作。

8月21日，记者获悉，截至目前，已经有省羽毛球队、省网球队、省射击队等省队开展了“选星计划”首期集训。待9月举行的湖南省第十四届运动会结束后，省体育局下属九大运动管理中心其他专业队，将分批展开下一阶段集训工作。

## 入选者将被推荐至省专业队试训

近日，省体育局印发了《湖南省优秀竞技后备人才“选星计划”》通知，将在全省范围内开展优秀竞技后备人才“选星计划”选拔工作。

此次湖南省“选星计划”打破以往的人才选拔形式，以湖南重点体育项目为基础，同时结合中国传统文化和湖南特色，根据青少年所喜爱的元素，设计了“大个子”“大力量”“大心脏”“哪吒”“悟空”“后羿”“夸父”等七个孩子们喜闻乐见、又能代表各项运动能力的形象的卡通运动人物。

“计划”将选拔具有明显身高优势的青少年（赛艇、球类）、具有过人力量素质和能力（举重、摔跤、柔道、跆拳道等项目）、具有优秀的灵敏和协调素质天赋（体操、跳水、蹦床等项目）、具有准确判断力和稳定心理素质（射击、射箭等项目）等运动能力特点的湖南省优秀青少年运动员。同时还会以动画视频的形式，在多个媒体平台进行宣传，在青少年人群中形成热点效应。

据悉，本次湖南省“选星计划”面向全省范围，原则上年龄为6至19岁的青少年，条件特别优秀的可放宽年龄限制。具备从事竞技体育项目所需显著特长，或在某一方面有巨大潜力的青少年均可通过推荐和自荐方式进行报名。参加选拔的青少年有机会接受专业的身体及运动能力测试，并获得由专家出具的分析报告。通过选拔入选“选星计划”的青少年将被推荐至省专业运动队试训。

## 省运会后，各专业队将分批展开集训

三湘都市报了解到，今年“选星计划”将进行至12月。截至目前，已经有省羽毛球队、省网球队、省射击队等省队开展了“选星计划”集训和测试。待9月举行的湖南省第十四届运动会结束后，省体育局下属九大运动管理中心其他专业队，将分批展开下一阶段集训工作。

在已经展开的首期集训中，全省羽毛球“选星计划”训练营已有来自长沙、益阳、邵阳、娄底、衡阳、岳阳、湘潭、株洲、常德等地的数十位小朋友参与。

据悉，在测试结束后，省羽毛球中心将综合所有人员的测试结果，公布入选湖南省“选星计划”人员名单，在家长们同意后，运动员将录入省体育局“选星计划”后备人才库。后续，入选人才库的青少年可参加羽毛球选星计划训练营（食宿免费），经综合考核选拔，可推荐进入湖南省队或后备人才基地集训，成绩优异的青少年可纳入省专业队试训聘用范围，有机会转为省专业队正式运动员，并将推荐至国家体育总局，通过总局的“选星计划”进行重点培养。

■文/视频 全媒体记者 叶竹



扫码看视频



扫码报名