**14天重塑军魂锻造营**

培养学员良好生活习惯和高贵品质，这将是学员今后学习中受用不尽的无形财富

¥**5980**/人

行程日期：7.10-7.23 / 7.17-7.30 / 7.24-8.6 / 7.31-8.13 / 8.7-8.20 / 8.14-8.27

招生对象：6-16周岁

优惠政策：3月31日前报名交费优惠680元

相关介绍：通过中国121军事训练营8大主题课程体系对学员进行综合素质培育，以军辅德，以军健行，以军炼志，以军促智，以军创美。

### **营之特色**

★军校模式，文明精神，野蛮体魄。采用军校管理制度，要求学员定时起床，操练，用餐，就寝，军容须整洁，站有站相，坐有坐相，走路要挺要走直线，内务须横平竖直，言行举止文明有礼，从日常生活中贯彻条例，从细节和小事当中培养学员严谨细致，雷厉风行的军人作风。  
★专业军事课程研发，以军事训练为基石，设定八大军事课程，摒弃传统枯燥军训模式，带入野外求生，军事演习，军事高科技体验，战争分析，团队拓展等一系列紧张有趣的体验式教育活动，将学员带入情景，激发其内心潜能。  
★专业军训办学资质，公办6T食堂，独立安全部门全程活动监控，上海市最高标准保险，保障有力，家长安心。

**中国121军事营八大课程体系：**  
**基础军事素养：**站军姿、踢正步、行军礼、喊口号、唱军歌、打背包、擒拿术、整内务、调作息。  
严要求，细讲究，塑品格，展新貌  
**军事拓展：**迷彩少年大盘点、奔跑吧，兄弟、高空飞跃、穿越火线、潜伏行动、毕业墙。  
争荣誉，立目标，护团体，领袖魂。  
**野外求生：**战地扎营、夜间行军、野外炊事、方向辨识、高地野战CS、丛林大冒险。  
能自立，能自主，能忍耐，敢承担。  
**军营探访：**走入军营、与现役官兵交流、观看军事格斗、枪支拆装课程、实弹射击、军事重装备体。  
扩视野，军魂赞。  
**心智教育：**集体生日，励志自信课程，感恩活动，法制晚会，诚信教育，家信书写。  
磨心智，美思想。  
**国防民防：**战地救护，消防演戏，国防知识大奖赛，紧急逃离现场模拟，露天军事电影。  
立信念，爱祖国。  
**军事科学：**识图用图，地形测绘，星象辨识，指北针使用，战争解析，战争思维。  
要求真，勤探索，敢质疑，会思考。  
**自然文化：**恐龙园，国家森林公园，海上冲浪，农耕博物馆，桃园摘桃，老上海弄堂文化体验。  
扩思维，多体验，笑开颜。

**中国121军事营教员团队组成：**

1. 1、中国人民武警部队现役军人和在校国防生作为军事教官
2. 2、上海市学军学农项目团队老师为总教官和辅导员（全体教员都为全日制高等本科院校毕业）
3. 3、专业军事拓展教官，多年活动经验，直击学员心灵深处最柔软的部份
4. 4、支持不同种族学员参营，外籍学员经面试后入营配备有海外生活经验的辅导员
5. 5、文化课老师和心理分析师全程入营，点播式辅导学员暑假课业，观察学员心理动向及时沟通开解
6. 6、办公室老师每日通过网络平台播报营区情况服务家长

### **行程安排**

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **14天“重塑军魂”锻造营** | | |
| **日期** | **主题课程** | **晚间活动** |
| **D1** | **中国121 少年集结：** 入营-点名-发放物资-认识教官-学员组建编制-分班入营-宣读纪律；  **开营仪式：** 任命各级训导人员并授旗仪式集体宣誓承诺，教官、学员发言；  “**禁将令**”： 组织学员排队有序领餐，要求做到食不言，寝不语，严肃营区纪律性，饭必营员清理餐桌，改变须从小事做起；  **意志坚定十字架：**站姿矫正磨炼钢铁军人意志品质 **“横平竖直”的内务要求：** 现役军官进行内务指导，生活用品定点摆放，严要求，细讲究，与细微之中学会自理自立；  **军被“豆腐块”叠法：** 现役军官教授军被叠法，学员在后期的营期当中每日进行练习，实行荣誉及时认定制鼓励学员 | **团队建设—携手并进** 设计队名队旗、立“军令状”、通过军事拓展活动建立团队归属感，让学员快速融入军营大家庭 教唱军歌 |
| **D2** | **特色军事科目（一）**：三声（掌声、歌声、番号声），三相（站相、走相、坐相） **军事基础训练（一）：** 军姿、跨立、敬礼；停止间转法；喊口号，磨意志，练精神； **军礼教授：** 军事教官教导学员行军礼，军礼无声，意义博大，献给亲爱的祖国，献给亲爱的妈妈！ **特色军事科目（二）：**拳术训练**—**龙拳，增强学员身体素质。 | **观看军事主题电影** 观看露天电影，感受上世纪70年代的集体式生活的质朴与温馨 |
| **D3** | **（无中生有）钻木取火：**学会在漫长的过程中坚持的重要性;并体验团队合作精神，有条理的计划和科学决策并打破不可能的信念，强化我能行的信念。 **野外炊事：**团体协作拾柴火、搭灶台、揉面团、处理食材，进行烹饪，学员间互相进行食物分享； **“四会”教员培养：**小小指挥官，队列指挥、口令下达。教官指导学员站位、口令、气质、管理。从学员到指挥员的角色变化；从做好到教好的换位思考；从配合教官到观察管理队伍。在学习中提高，在实践中得到锻炼，在强化培养中转变作风。 | **授衔仪式** 军衔是一种荣誉，军衔是一种传承，军衔是一种责任，军衔它更是一种决心。它记录着荣誉和辉煌，学员为了荣誉，为了责任，为了决心而战。 |
| **D4** | **安全防范训练：**防范生人、正确报警、巧留踪迹、妙用工具、一招制敌 **黄金四分钟：**心肺复苏（人工呼吸、胸外按压）简单、易学、实用、有效。通过学习两项技术，掌握自救与他救的技能。遇到突发情况，能够防患于未然。 **极限体能训练：**魔鬼式的体能训练，磨练超强的战斗意志。 极限长跑； 三个一百（一百个俯卧撑，一百个仰卧起坐，一百个深蹲）； 形体定型； 勇攀高峰。 **营房内务大比拼：** 学员整理营房内务，选出荣誉班级； | **连务会** 教官组织全连学员沟通交流营期感触与收获，分享心得。 |
| **D5** | **铁甲战车：**锻炼团队协同配合意识与身体协调性。 **气球大作战：**攻防两队互相攻击或防守气球，最终没有气球或气球数量多的一方为胜利，培养学员的战术意识和素养。 **火力支援· 青铜峡军事演习（真人CS）：**激发参加者的责任感、自信心、独立能力，领导才能、团队合作精神以及面对困难和挑战时的应变能力，树立敢于迎接挑战的信心与决心，磨炼意志，建立全局观意识。 | **军营日记** |
| **D6** | **碧海金沙海上乐园狂欢（外出活动）** **长途拉练观日出：** 以“长征精神，薪火相传”为主题，“心中有信仰，脚下有力量”为指导思想，进行拉练，勇闯关，互搀扶，步步为营，融入大自然长途奔袭，日出前到达海边观看日出，在海边共同朗诵《少年中国说》，少年如红日初升，其道大光！  **沙滩堡垒：** 放飞学员心情，愉悦身心，调节紧张心理；  **海上乐园：** 放飞心灵，海浪的声音，泡在海水里的凉爽，伙伴们淘气的泼水，把自己买进沙滩里的可爱，开始狂欢吧。 | **诚信教育** 通过模拟游戏，让营员学会做一个诚信、诚实的人； |
| **D7** | **自然灾害逃生知识讲座：**对地震、洪涝、火灾等突发自然灾害来临是的自救与他救知识讲解，提升学员对灾害的应急处突意识，有效提高生存能力。  模拟逃生：通过“分秒必争”、“绝处逢生”拓展项目的体验，锻炼学员的身体平衡和协调能力，考验学员面对突发事件的应变能力，让学员自信，自强，自尊，真正体会到“我能行”的感觉； **特色军事科目（三）：**格斗技巧。包括姿势与步伐、拳法、腿法、防击打技术。 | **军人代表大会（二次授衔）** 根据学员前期表现评分制度授予二三星级学员 |
| **D8** | **心理测评（八大系统）：**思维潜能开发 、自我接纳、情绪管理、人际合作、资源管理、健康管理、危机管理、价值管理。 **卓越圈：**卓越圈拓展游戏要求队员之间相互合作，提高团队沟通与快速决策的能力，熔炼团队，提升团队凝聚力，提高执行力。**紧急集合：**要求学员听到哨声立即集合，培养学员严谨细致，雷厉风行的军人作风； | **排务会** 夜间紧急集合，锻炼学员的应急处突能力 |
| **D9** | **野外求生知识** **1、野外避险：**深山密林、通讯中断，身处险境如何求救？如何利用有限的资源发送求救信号？如何利用地形地物、星座识别方向，判别天气…… **2、方向识别：**指北针的使用、学会按地图行进的要领和方法，培养良好的逻辑思维能力。 **3、战地扎营：**强调组织性纪律性，学员们互帮互助，团结协作完成八一军用帐篷的搭建。 **4、野外伪装术：在野外如何利用地形地物，树叶树干等现有环境的伪装隐藏保护自己，迷惑敌人，从而达到出奇制胜的战术真实演练。** **古代战术训练：**感受冷兵器时代战争效果，实地射箭训练。 | **野外宿营** 仰望夜空，数着星星，闭上眼睛，想象传说中的牛郎织女鹊桥会，大口呼吸湿润、清冽的空气;竖起耳朵，听听野外小虫的鸣叫，任轻柔的晚风在脸上抚过;品尝用甘甜泉水烹出的美味佳肴……置身其中，一定会让人心旷神怡，妙趣盎然 |
| **D10** | **挑战150：**急速30秒，极限报数，南水北调，动感颠鼓。四个团队拓展小游戏需要在150秒内完成，考验学员的集体配合意识，团队意识和提升发现问题解决问题的能力。 **特色军事科目（四）：**刺杀操。锻炼身体协调下 **下午乘车进驻军事魔训营地** | **魔训动员大会** |
| **D11** | **魔训（进驻军事魔训营地——不忘初心·砥砺前行）：**暴风骤雨    极限深坑     士兵突击    激流勇进，  魔训是“磨练之路”，需要近乎野蛮、残酷的意志训练，而魔训又是“现实之路”，传播立刻实用的知识；因而魔训又是“超人之路”，它使人成为决战社会的强者。它是一种超越常人生理极限、心理极限的训练模式，其宗旨是锻炼人的意志、心智和团队精神。 | **魔训总结** 谈谈魔训过程中的感悟 是什么成为自己坚持下去的动力 |
| **D12** | **三国军事模拟训练 ：**模拟三国曹操陆军训练营军事科目进行挑战（天罗地网、左右为难、步履维艰、凌空飞降、飞夺泸定桥） **实弹射击**：**（外出活动）**体验真枪实弹、带来的不一样的感觉、  谁是勇者？  **返程返回基地** | **集体舞蹈** **篝火晚会** 愉悦身心，锻炼身体协调性，调节紧张心理 |
| **D13** | **趣味运动会：**趣味彩虹跑，避暑冲浪 **安全防范训练：**防范生人、正确报警、巧留踪迹、妙用工具、一招制敌  **沙场大阅兵：**学员方阵进行会操，激发学员斗志，团队荣誉感，让学员深深感到自己已经是一名战士。 | **心智感恩课程** **一封家信** 书写家信写一封给爸爸妈妈的信，说说心里话（开营当天家长可领取中国121军事营专用信封给孩子寄书信鼓励孩子，书信会成为您和孩子一生中最珍贵的纪念品） |
| **D14** | **军事技能巩固：**全体结营学员巩固练习队列基础，拳术基础，强化军事基础技能。 **营员心语：** 战友间相互留言，留念。中国121少年，聚是一团火，散如满天星！ **沙场练兵：**总结军旅历程，分享军旅感悟！ **闭营仪式：**军事大阅兵、总结回顾、“优秀学员”表彰、“荣誉勋章”颁发、发放纪念品。 | |
| 1、具体课程执行情况根据天气情况等外在因素进行相应调整。 2、内务和行为规范始终以军校模式进行高标准严要求，纳入日常作训生活和每一个课程。 3、每日进行短时间的点拨式文化课辅导（以暑假作业为主，学生也可自带文化书籍）。 4、参营期间书写营期记事，辅导员批阅 | | |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **营区作息时间表** | | |
| 06：00军号响起 06：00—06：15洗漱 06：15—07：00军事晨练 07：00—07：30早餐 07：30—08: 30内务整理/内务评比 08：30—11：30上午课程 | 11：30-12:00午餐，水果 12：00—12：30军事调整 12：30—14：00午休时间 14：00—15：00文化辅导 15：00—17：00下午课程 17：30—18：00晚餐 | 18：00—19：00晚间洗澡 自由活动 19：00—20：30晚间课程 20：30—21：00班务会 21：00—21：30洗漱 21：30—军事晚点名、全营熄灯 |

### **费用说明**

**中国121军事营收费标准：**  
费用包含：夏令营活动期间的一切费用和服装，相册，纪念品，保险费用；  
营员单独来沪，训练营须接站，另收费标准为：200/人/次。请提前4天左右告知营员所乘坐火车列次及车厢号 或者航班号，以便组委会安排专人专车接站（机）

### **入营须知**

**一、报名条件：**

1. 年满7-15周岁，身体健康，无先天性疾病或遗传病史之少年均可报名；
2. 家长积极配合与学员共同填写报名表，突出学员个性及特长，以便制定营期成长规划；
3. 家长（监护人）签署入营安全协议，并提供24小时联系电话及紧急呼叫备用电话；
4. 请勿携带任何贵重物品、电子产品、刀具等危险物品，手机入营后统一交由辅导员保管

**二、入营发放物品**  
1 、军装两套（长袖长裤一套，短袖短裤一套，军帽一顶）  
2 、军事记录本一本  
3 、胸牌一个  
4 、军用水壶一个  
5 、脸盆一只（不可带走）  
6 、学员结营证书一份，荣誉学员获取荣誉勋章，优秀学员获取奖牌

**三、学员需携带物品**  
1 、个人生活用品（洗漱洗浴用品、拖鞋、卫生纸、洗衣液、水杯）；  
2 、人生活用品（便装2套、内衣2套/运动鞋2双/袜子3双）；  
3 、营员可携带备用金（少量），以备不时之需，营地内无商铺，入营由所在队辅导员统一保管  
4 、有特长的学员可以携带工具入营，如乐器，魔方，画笔等  
5 、暑假作业或学员喜欢的文化科普类书籍，营地图书馆书籍可供学员观看  
**四、营地地址**  
上海奉贤区燎钦公路1422号(上海健生教育活动中心)  
交通路线：  
自驾：市区-S20-S2新四平公路出口-五四公路/五四支路-上海健生教育活动中心  
公交 1.轨道交通2号线龙阳路站下，二号出口换乘龙平芦线至五四农场站下，转乘海湾三线-至上海健生教育活动中心站下  
2. 交通8号线航天博物馆下，换乘海航线至星火农场站下，转乘海湾三线-至上海健生教育活动中心站下  
3 ．南桥站下，换乘南星线至星火农场站下，转乘海湾三线-至上海健生教育活动中心站下  
**五、安全保障**  
安全问题始终放在首位，严格推敲的活动流程、精致舒适的生活环境、封闭式的营地管理、久经考验的师资团队、经验丰富的医护人员、完善合理的应急措施，确保孩子的营队活动安全、健康、快乐！

1. 全封闭式管理，训练、活动场所设置明显安全提示，24小时守位站岗、巡逻，营地安全部门全程活动监控把关；
2. 医务室（24小时）和保障车辆时刻待命，营员受伤或不适，进行应急处理后，根据伤、病情送入指定医院。
3. 辅导员全程入班，6人一班，与学员五同（同吃，同住，同训练，同学习，同娱乐）
4. 保险入营生效（人身意外伤害保险：玖拾万元）
5. 外出须正规协议旅游车辆公司提供专业旅游大巴和驾龄10年以上经验丰富的老司机驾车全程护送

### **付款方式**

**实地付款**  
您可以选择直接到中国121军事夏令营自有营地付费  
地址：上海奉贤区燎钦公路1422号  
交通：1.轨道交通1号线莘庄站下，换成5号线至奉贤新城站，4号口出站换成南燎专线至燎原医院站  
2.交通8号线航天博物馆下，换乘海航线至星火农场站下，转乘海湾三线上燎原医院站  
**网络汇款**

|  |  |
| --- | --- |
| IMG_256 账户名称：上海梦弘文化发展有限公司 银行帐号：3105 0182 3900 0000 0720 开户行：中国建设银行股份有限公司上海平安支行 | IMG_257 账户名称：张津音 银行帐号：6217 0012 1003 0181 505 开户行：中国建设银行股份有限公司上海解放路支行 |
| IMG_258 收款人：张津音 支付宝账户：china4006225121@foxmail.com |  |

汇款时请您备注孩子名字，汇款完成后请及时与课程老师沟通确认。