

普通高等学校国防教育教材

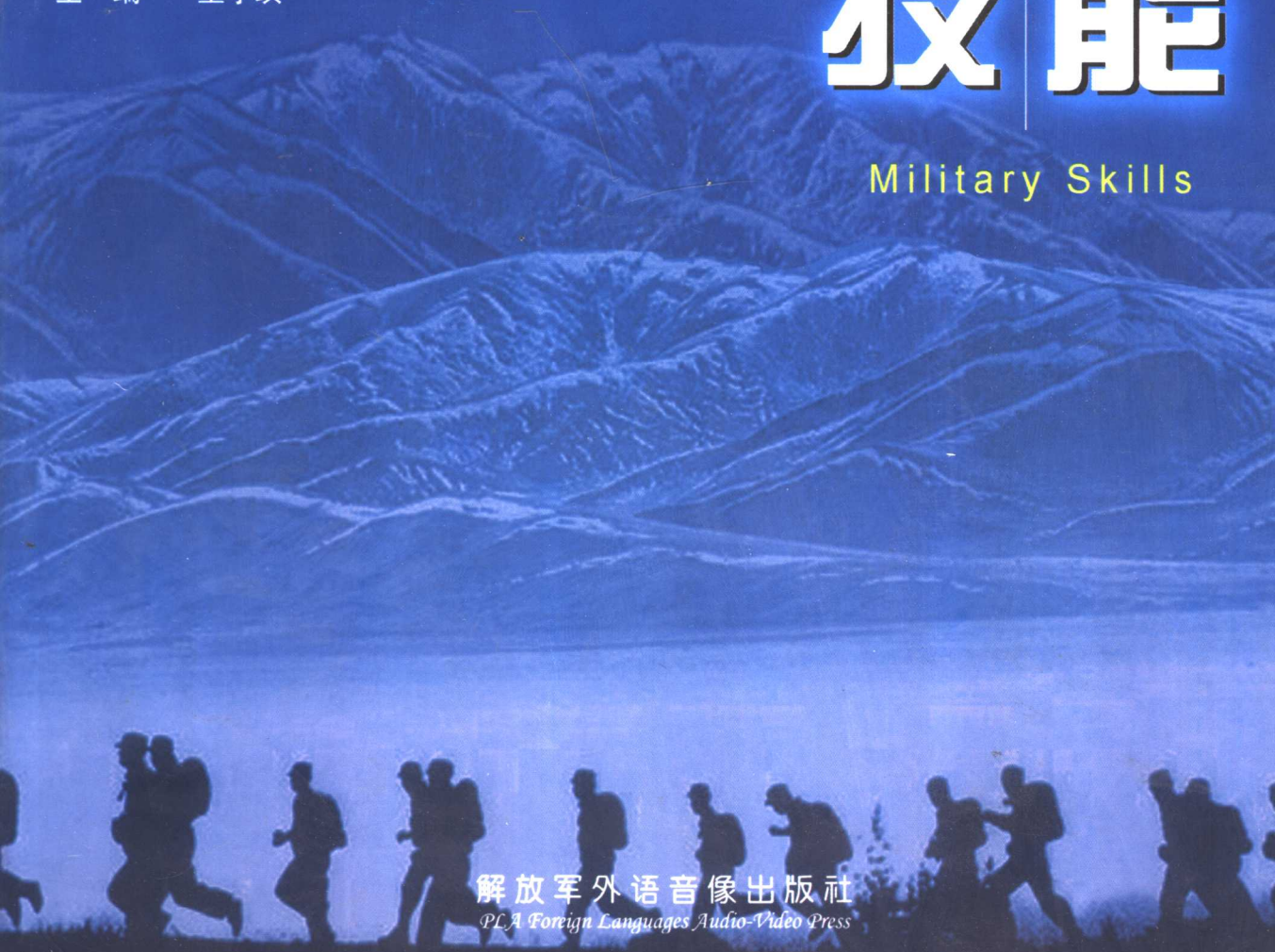
University Course of National Defense Education



军事技能

主 编 董学琪

Military Skills



解放军外语音像出版社
PLA Foreign Languages Audio-Video Press

普通高等学校国防教育教材

军事技能

主 编 董学琪

副主编 田华伟 葛登升

编 委 (按姓氏笔画为序)

田华伟 袁有生 董学琪

温伟强 葛登升 樊小强

插 图 凌天斌

解放军外语音像出版社
PLA Foreign Languages Audio-Video Press

军事技能/《军事技能》/ 主编 董学琪

洛阳: 解放军外语音像出版社, 2005.8

ISRC CN-F03-03-0001-0/V · G4

I. 军... II. 董... III. 教材

书 名: 军事技能

责任编辑: 李志鸿

封面设计: 廖 亮

出版发行: 解放军外语音像出版社出版发行

社 址: 河南省洛阳市涧西区广文路 2 号

邮 编: 471003

电 话: 0379-64543544 军 线: 0438-43544

E-mail : PLAFLAV @ 163.com

印 刷: 洛阳华中包装印刷发展有限公司

开 本: 787×1092mm 1/16

字 数: 180 千字

印 张: 9.75

印 数: 1—2000

版 次: 2005 年 8 月第 1 版

印 次: 2005 年 8 月第 1 次印刷

版 号: ISRC CN-F03-03-0001-0/V · G4

定 价: 14.80 元

前 言

加强普通高等学校学生国防教育是国家法律赋予地方和军队的一项重要任务,是各普通高等学校教育工作的重要内容。面对新的国际形势和新的军事变革,我国大学生国防教育已步入正规化、制度化、规范化的轨道,对军训工作提出了更新更高的要求。加强普通高等学校国防教育,是为国防和军队建设培养造就大批高素质后备力量的重要措施,意义重大而深远。

为在普通高等学校普及国防知识教育,满足其军事训练需要,依据《中华人民共和国国防教育法》和教育部、总参谋部、总政治部 2002 年制定颁发的《普通高等学校军事课教学大纲》所规定的内容和教学目标,参照新的《中国人民解放军共同条令》的内容和《军队院校军事训练大纲》的指导思想,我们组织了长期从事军事理论研究和军事技能训练的有关专家学者共同编写了这套普通高等学校国防教育教材,分为《军事理论》和《军事技能》两本。同时,根据目前我国普通高等学校国防教育的实际情况,我们精心编制了与教材同步配套的《军事理论》多媒体教学光盘一张和《军事技能》VCD 教学光盘两张。

本书是军事技能部分,共分为六章。内容有中国人民解放军共同条令、轻武器射击、战术基础、军事地形学、野外生存和基础体能训练等六部分。在编写过程中,我们紧密结合普通高等学校国防教育的实际和培养目标,着眼于素质教育和技能形成的规律;在内容选取上,贯彻前瞻性、科学性、规范性、实用性和理论联系实际的原则;在编写方法上,注重由浅入深、通俗易懂、突出重点、便于操作、图文并茂等特点。本书结构合理、内容完整、重点突出、知识新颖,具有创新性、科学性和实用性,既能保证教学(训练)的连贯性、全面性,又符合循序渐进的技能形成规律,有较强的可操作性,同时又能满足不同对象的教学、训练和自学,可作为普通高等学校进行军事技能训练的教材,也可作为对广大干部、青年、学生进行国防教育的普及读物。

本书在编写过程中得到了国防大学、军事科学院、中国军事教育学会、解放军外国语学院、装备指挥技术学院、西安陆军学院、解放军信息工程大学、桂林空军学院、大连陆军学院等单位专家学者的指导和帮助。此外，特别提出的是本书在编写时参考和应用了军内外许多研究成果，由于篇幅所限，在此一并表示衷心感谢。

由于编者水平有限，书中难免有不当和疏漏之处，敬请专家和读者提出宝贵意见。

编 者

2005 年 8 月

目 录

第一章 中国人民解放军共同条令	1
第一节 《内务条令》简介	1
第二节 《纪律条令》简介	4
第三节 《队列条令》简介及训练	6
第二章 轻武器射击	25
第一节 简易射击学理	25
第二节 81—1 式自动步枪	38
第三节 实弹射击的基本知识	53
第三章 战术基础	58
第一节 战斗、战术的基本类型	58
第二节 现代战斗行动的基本原则	60
第三节 单兵战术基础动作	63
第四节 战备规定	72
第五节 紧急集合	73
第六节 徒步行军	75
第七节 夜间行动	76
第四章 军事地形学	80
第一节 地形对作战行动的影响	80
第二节 地形图的基本知识	85
第三节 现地用图	101
第四节 定向越野	112
第五章 野外生存	117
第一节 基本常识	117

第二节 基本方法.....	119
第三节 常见户外意外事故及预防	130
第六章 基础体能训练.....	134
第一节 体能训练常识	134
第二节 身体素质训练方法	137
第三节 抗眩晕训练方法	144
参考文献	147

第一章 中国人民解放军共同条令

条令,是指每个军人在平时的工作、学习、训练和生活中都必须遵守的有关条文及法规。为规范部队平时的管理教育和队列训练,我军制定了《内务条令》、《纪律条令》和《队列条令》三大条令,统称共同条令。这是我军建设的基本军事法规,是依法治军、从严治军,进行正规化建设和部队建立战备、训练、工作、生活秩序的基本依据。普通高等学校在学生军训中进行相关的条令学习和教育,对于增强学生的组织纪律性,促进校风、校纪建设,加强学校正规化教学管理将起到积极的作用。本章主要是摘要介绍《内务条令》和《纪律条令》的有关内容,重点介绍《队列条令》的内容及训练。

第一节 《内务条令》简介

《内务条令》是以法规的形式规定军人职责、军队内部关系、日常制度、管理和勤务规则的条令,是全军行政管理工作和军事生活的基本准则。它为军队建设正规的生活、工作、训练和战备秩序提供了重要依据,为军人的行为规定了准则,是我军正规化建设的一项重要法规,在我军建设中具有极为重要的地位和作用。

一、我军的性质、宗旨、任务和指导思想

1. 性质:中国人民解放军是中国共产党缔造和领导的,用马克思列宁主义、毛泽东思想和邓小平理论武装起来的人民军队,是中华人民共和国的武装力量,是人民民主专政的坚强柱石。

2. 宗旨:全心全意为人民服务。

3. 任务:巩固国防,抵抗侵略,保卫祖国,保卫人民的和平劳动,参加国家建设事业。

4. 指导思想:中国人民解放军的内务建设,必须以毛泽东军事思想和邓小平新时期军队建设思想为指导,贯彻新时期军事战略方针和政治合格、军事过硬、作风优良、纪律严明、保障有力的总要求,努力建设一支强大的现代化、正规化革命军队。

二、军人誓词和士兵职责

(一) 军人誓词

军人宣誓,是军人对自己肩负的神圣职责和光荣使命的承诺和保证。公民入伍后,必须进行军人宣誓。其誓词是:

我是中国人民解放军军人,我宣誓:服从中国共产党的领导,全心全意为人民服务,服从命令,严守纪律,英勇战斗,不怕牺牲,忠于职守,努力工作,苦练杀敌本领,坚决完成任务,在任何情况下,绝不背叛祖国,绝不叛离军队。

(二) 士兵职责

中国人民解放军士兵的一般职责:

1. 服从命令,听从指挥,勇敢顽强,坚决完成任务。
2. 刻苦训练,熟练掌握手中武器和技术装备。
3. 努力学习政治,不断提高思想觉悟。
4. 严守纪律,服从管理,尊重领导,团结同志,爱护集体荣誉。
5. 艰苦奋斗,厉行节约,爱护武器装备和公物。
6. 积极学习科学文化,提高文化素质。
7. 积极参加体育训练,锻炼身体,增强体质。
8. 遵守安全规定,保守军事秘密。

三、军人的行为举止和日常管理制度

(一) 行为举止

1. 敬礼

为体现军队内部的团结友爱和相互尊重,军人必须有礼节。军人敬礼分为举手礼、注目礼和举枪礼。着军服戴军帽或者不戴军帽,通常行举手礼。携带武器装备不便行举手礼时,可以行注目礼。举枪礼仅限于执行阅兵和仪仗任务时使用。

每天第一次遇见首长或者上级时,应当敬礼,首长、上级应当还礼;军人进见首长时,在进入首长室内前,应当喊“报告”或者敲门,得到允许后方可进入并向首长敬礼;进入同级或者其他人员室内前,应当敲门,经允许后方可进入;同级因事接触时通常互相敬礼;在室内,首长或者上级来到时,应当自行起立。

升国旗时,列队军人应当自行立正,行注目礼,位于指挥位置的军官、文职干部,行举手礼;单个活动的军人,应当自行立正,着军服时行举手礼,着便服时行注目礼。奏唱国歌时,应当自行立正。

2. 着装

军人必须按照规定着军服,保持军容严整。严格按照授予军衔的命令佩戴军衔标志;军人着军服时,应当按规定要领戴军帽;军服应当保持整洁,按要求配套穿着,不得混穿,不得在军服外罩便服,不得披衣、敞怀、挽袖、卷裤腿;操课和集体活动时通常着军鞋,着便鞋(含凉鞋)时,只准穿黑、棕色鞋(女军人还可以着浅色凉鞋),鞋跟高度男军人不超过三厘米,女军人不超过四厘米;作战、训练、施工、体力劳动时通常着作训服,其他时机和场合通常着常服。

3. 仪容

军人的仪容应端庄整洁。男军人不得留长发、大鬓角和胡须,蓄发(戴假发)不得露于帽外,帽墙下发长不得超过一点五厘米;女军人发辫不得过肩,女士兵不得烫发,不得化妆,不得留长指甲和染指甲;军人不得文身,不得戴耳环、项链、领饰、戒指等首饰;军人着军服时,应当按照规定佩戴国家和军队统一颁发的勋章、奖章、证章、纪念章等,不得佩戴其他徽章。院校学员和工作人员可以佩戴院校徽章。

4. 举止

军人必须举止端正,谈吐文明,精神振作,姿态良好。不得袖手、背手和将手插入衣袋,不得边走边吸烟、吃东西、扇扇子,不得搭肩挽臂;参加集会、晚会,必须按照规定的时间和顺序入场,按照指定的位置就座,遵守会场秩序,不得迟到早退,散会时,依次退场;军人外出,必须遵守公共秩序和交通规则,遵守社会公德,自觉维护军队的声誉,不得猬集街头、嬉笑打闹和喧哗,不得携带违禁物品;乘坐公共汽(电)车、火车时,主动给老人、幼童、孕妇和伤、病、残人员让座;军人遇到人民群众生命财产受到严重威胁时,应当见义勇为,积极救助;军人不得酗酒、赌博和打架斗殴,不得参加宗教、迷信活动;军人不得到地方的酒吧、网吧、发廊、按摩室、桑拿浴室、录像厅、歌舞厅和电子游艺厅等场所消费娱乐;军人不得围观和参与社会游行、示威、静坐等活动,不得传抄、张贴、私藏非法印刷品,不得组织和参与集体上访。

(二) 日常管理制度

1. 一日生活

连队一日生活主要包括:起床、早操、整理内务、洗漱、开饭、操课、午睡(午休)、课外活动、点名和就寝。

连值班员在熄灯号前十分钟,发出准备就寝信号,听到熄灯号(信号)立即熄灯就寝,保持肃静。

2. 内务设置

连队内务设置应当利于战备,方便生活,因地制宜,整齐划一,符合卫生要求;连队宿舍内床铺、蚊帐、大衣、鞋、腰带和其他物品的放置应按统一规定放置;轻武器及其附品、备件和弹药通常放在兵器室内;战备和训练器材通常放在器材室内;个人携行的被服和日常生活用品放在宿舍内;运行和后留的物品放在储藏室内;战备给养物资放在给养库内。

3. 请销假制度

军人外出,必须按级请假,按时归队销假,未经领导批准不得外出。军人在执勤和操课(工作)时间内,无特殊事由不得请假;请假一日以内(不远离驻地,不在外住宿)的,士兵由连首长批准,军官由直接首长批准;严格按照比例控制请假外出人数,星期日和节假日连队外出人员占现有人数的比例:担负作战值班、边防、海防任务的部队一般不超过百分之五;内地驻防部队一般不超过百分之十;执行其他任务的部队(分队)和担负日常战备值班任务的航空兵部队(分队)按照有关规定执行。

4. 连值日员职责

连队集中驻防时,应当指派连值日员。连值日员由士兵轮流担任,受连值班员领导。其一般职责:

- (1) 看管营房、营具和设备。
- (2) 维护室内外卫生。
- (3) 纠察军容风纪。
- (4) 接待来队人员,并负责登记。

第二节 《纪律条令》简介

为了维护和巩固中国人民解放军的纪律,正确实施奖惩,保证军队的高度集中统一,加强革命化、现代化、正规化建设,巩固和提高战斗力,根据有关法律的规定,结合军队实际,制定本条令。它是以法规的形式规定军队纪律的条令,是军人的行为准则,是维护军队纪律、实施奖惩的依据,对于依法治军和军队正规化建设有着重要意义。

一、中国人民解放军纪律的基本内容

1. 执行中国共产党的路线、方针、政策;

2. 遵守国家的宪法、法律、法规；
3. 执行军队的条令、条例和规章制度；
4. 执行上级的命令和指示；
5. 执行三大纪律、八项注意。

三大纪律：（1）一切行动听指挥；（2）不拿群众一针一线；（3）一切缴获要归公。

八项注意：（1）说话和气；（2）买卖公平；（3）借东西要还；（4）损坏东西要赔；（5）不打人骂人；（6）不损坏庄稼；（7）不调戏妇女；（8）不虐待俘虏。

二、中国人民解放军的纪律要求

1. 听从指挥，令行禁止；
2. 严守岗位，履行职责；
3. 尊干爱兵，团结友爱；
4. 军容严整，举止端正；
5. 提高警惕，保守秘密；
6. 爱护武器装备和公物；
7. 廉洁奉公，不谋私利；
8. 拥政爱民，保护群众利益；
9. 遵守社会公德，讲究文明礼貌；
10. 缴获归公，不虐待俘虏。

三、奖励和处分

（一）奖励的项目

对个人和单位的奖励项目：

1. 嘉奖；
2. 三等功；
3. 二等功；
4. 一等功；
5. 荣誉称号。

前款规定的奖励项目，依次以嘉奖为最低奖励，荣誉称号为最高奖励。

（二）处分的项目

对士兵的处分项目：

1. 警告;
2. 严重警告;
3. 记过;
4. 记大过;
5. 降职或者降衔(衔级工资档次);
6. 撤职或者取消士官资格;
7. 除名;
8. 开除军籍。

前款规定的处分项目,依次以警告为最低处分,开除军籍为最高处分。

四、控告和申诉

1. 控告和申诉是军人的民主权利,其目的在于充分发挥群众的监督作用,保护军人的合法权益,维护军队严格的纪律。

2. 军人对违法违纪者有权提出控告;认为给自己的处分不当或者合法权益受到侵害,有权提出申诉。控告和申诉应当忠于事实。

3. 控告和申诉可以按级或者越级提出。

4. 被控告者有申辩的权利,但不得阻碍控告者提出控告,更不得以任何借口打击报复。对打击报复者,应当给予处分。

5. 各级首长和机关接到军人的控告和申诉后,必须及时查明情况。对于属实的,应当说明情况,澄清是非,及时予以纠正;对于诬告或者无理取闹的,应当予以追究。

6. 各级首长和机关对控告和申诉的处理期限(自收到之日起),按照下列规定执行:旅、团以下不得超过二十日;集团军、师不得超过三十日;军区以上不得超过四十五日。

7. 各级首长和机关对军人的控告和申诉,应当给予保护,不得扣留或者阻止。对申诉人不得因申诉而加重处分。不得将控告材料转交给被控告者,更不得袒护被控告者。

8. 对控告和申诉的处理结果,应当及时通知控告或者申诉者,并登记归档。

第三节 《队列条令》简介及训练

《队列条令》是规范部队和单个军人队列动作的法规,是全军队列训练与队

列生活的准则和依据。队列是军人进行集体活动必不可少的组织形式。在军队的训练、工作和生活中凡是集体活动都离不开队列，认真执行《队列条令》，对于进一步规范全军的队列生活，培养优良的作风和严格的组织纪律，保持军队的高度集中统一，加强我军的正规化建设，提高部队的战斗力，具有十分重要的意义。

一、总 则

（一）目的、适用范围和要求

1. 为了规范中国人民解放军的队列动作、队列队形和队列指挥，保持整齐划一和严格正规的队列生活，制定本条令。

2. 本条令适用于中国人民解放军现役军人和单位，以及参训的预备役人员。本条令没有规定的有关内容，按照总部、军兵种颁发的有关条令、条例和规章执行。

3. 本条令是中国人民解放军队列生活的准则和队列训练的基本依据。全体军人必须严格执行本条令，加强队列训练，培养良好的军姿、严整的军容、过硬的作风、严格的纪律性和协调一致的动作，促进军队正规化建设，巩固和提高战斗力。

（二）队列纪律

1. 坚决执行命令，做到令行禁止；
2. 姿态端正，军容严整，精神振作，严肃认真；
3. 按照规定的位置列队，集中精力听指挥，动作迅速、准确、协调一致；
4. 保持队列整齐，出、入列应当报告并经允许。

（三）队列指挥要求

1. 指挥位置正确；
2. 姿态端正，精神振作，动作准确；
3. 口令准确、清楚、洪亮；
4. 清点人数，检查着装，认真验枪；
5. 严格要求，维护队列纪律。

二、单个军人队列动作

（一）立正、稍息

立正（图 1—1）是军人的基本姿势，是队列动作的基础。

稍息是队列动作中一种休息和和调整姿势的动作，可与立正互换。

口令：“立正”、“稍息”。

要领：听到“立正”的口令，两脚跟靠拢并齐，两脚尖向外分开约 60 度；两腿挺直；小腹微收，自然挺胸；上体正直，微向前倾；两肩要平，稍向后张；两臂下垂自然伸直，手指并拢自然微屈，拇指尖贴于食指的第二节，中指贴于裤缝；头要正、颈要直，口要闭，下颌微收，两眼向前平视；听到“稍息”的口令后，左脚顺脚尖方向伸出约全脚的三分之二，两腿自然伸直，上体保持立正姿势，身体重心大部分落于右脚。稍息过久，可自行换脚（换脚时先收回左脚，成立正姿势后，再伸出右脚）。

要求：立正时，要精神振作，姿态端正，军容严整。稍息时要求做到“两快一准”，即出脚快，收脚快，伸出的距离要准确。

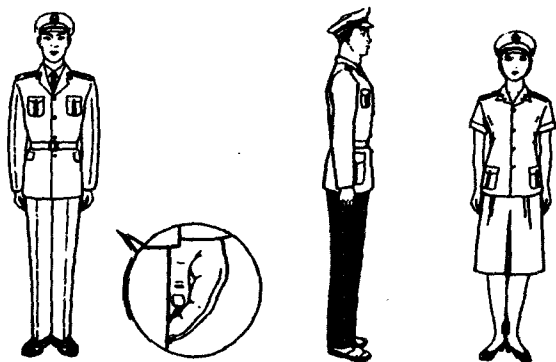


图 1—1 徒手立正姿势

（二）跨立

跨立（图 1—2）主要用于军体操、执勤和舰艇上分区列队等场合，可与立正互换。

口令：“跨立”。

要领：听到“跨立”口令后，左脚向左跨出约一脚之长，两腿挺直，上体保持立正姿势，身体重心落在两脚之间。两手后背，左手握右手腕，拇指根部与外腰带下沿（内腰带上沿）同高；右手手指并拢自然弯曲，手心向后。携枪时不背手。

要求：动作要准确、规范、定型、迅速。

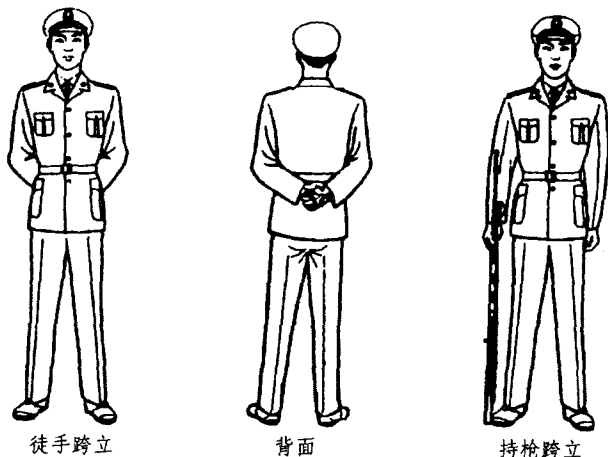


图 1—2 跨立姿势

(三) 停止间转法

停止间转法是停止间变换方向的方法，分向右转，向左转，向后转。需要时还可半面向左（右）转。

口令：“向右——转”、“向后——转”、“向左——转”、“半面向右（左）——转”。

要领：听到“向右（左）——转”的口令，以右（左）脚跟为轴，右（左）脚跟和左（右）脚掌前部同时用力，使身体协调一致向右（左）转 90 度。体重落在右（左）脚，左（右）脚取捷径迅速靠拢右（左）脚，成立正姿势。转动和靠脚步时，两腿挺直，上体保持立正姿势；听到向后转的口令后，按向右转的要领向后转 180 度（转时裆部夹紧）；听到半面向右（左）转的口令后，按向右（左）转的要领向右（左）转 45 度。

要求：停止间转法应做到“快、稳、准”。

快：听到动令后旋转要快，前脚掌着地快，靠脚有力迅速。

稳：转向新方向脚掌着地要快，上体正直，两肩要平，两臂不得外张，平稳地转向新方向。

准：转向要准，靠脚要准。转动要有节奏，动作协调。

(四) 齐步行进与立定

齐步（图 1—3）是军人行进的常用步法，一般用于队列整齐行进。

口令：“齐步——走”、“立——定”。

要领：左脚向正前方迈出约 75 厘米，按照先脚跟后脚掌的顺序着地，身体

重心前移,右脚照此法动作;上体正直,微向前倾;手指轻轻握拢,拇指贴于食指第二节,两臂前后自然摆动,向前摆臂时,肘部弯曲,小臂自然向里合,手心向内稍稍向下,拇指根部对正衣扣线并与最下方衣扣同高(着夏季作训服时,与第四衣扣同高;着冬季作训服时,与第五衣扣同高;着水兵服时,与腰带同高),离身体约 25 厘米;向后摆臂时,手臂自然伸直,手腕前侧距裤缝线约 30 厘米,行进速度每分钟 116~122 步;听到“立定”的口令,左脚向前大半步,脚尖稍向外,右脚取捷径迅速靠拢左脚,成立正姿势。

要求:齐步行进时,精神振作,两眼注视前方,步幅步速要准确,臂腿结合要协同。脚迈出后,按脚跟、脚掌的顺序着地。

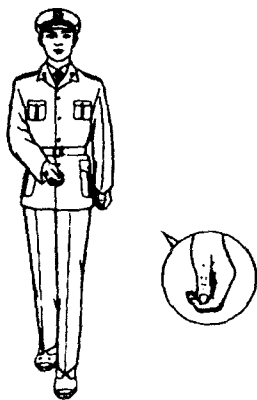


图 1—3 齐步

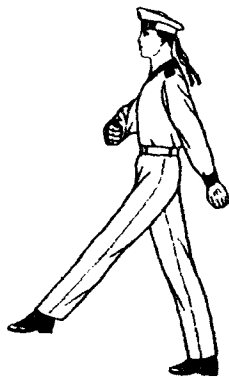


图 1—4 正步

(五) 正步行进与立定

正步(图 1—4)主要用于分列式和其他礼节性场合。

口令:“正步——走”、“立——定”。

要领:左脚向正前方踢出约 75 厘米(腿要绷直,脚尖下压,脚掌与地面平行,离地面约 25 厘米),适当用力使全脚掌着地,同时,身体重心前移,右脚照此法动作;上体正直,微向前倾;手指轻轻握拢,拇指伸直贴于食指第二节;向前摆臂时,肘部弯曲,小臂略成水平,手心向内稍向下,手腕下沿摆到高于最下方衣扣约 10 厘米处(着夏季作训服时,约与第三衣扣同高;着冬季作训服时,约与第四衣扣同高;着水兵服时,手腕上沿距领口角约 15 厘米),离身体约 10 厘米,向后摆臂时(左手心向右,右手心向左),手腕前侧距裤缝约 30 厘米。行进速度每分钟 110~116 步;听到立定的口令后,左脚向前大半步,两腿挺直,右脚取捷径迅速靠拢左脚,成立正姿势。