



单兵

作战指南

DAN BING ZHUO ZHAN ZHI NAN

—以数据论性能 用实战谈经典—

《深度军事》编委会 编著



清华大学出版社



单兵

作战指南

《深度军事》编委会 编著

清华大学出版社

内 容 简 介

本书是介绍现代军队单兵作战的科普图书,书中不仅详细讲述了世界各国军队的士兵招募方式、信息化战争的特点,还深入地讲解了单兵作战装备、身心素质训练、战术技术训练等知识。与此同时,本书还针对现代战争的几大主要作战形式——山地战、丛林战、沙漠战,以及21世纪以来各国军队频频进行的反恐和维和行动,进行了全面和专业的讲解。

本书内容结构严谨,分析讲解透彻,图片精美丰富,适合广大军事爱好者阅读和收藏,也可以作为青少年的科普读物。

本书封面贴有清华大学出版社防伪标签,无标签者不得销售。

版权所有,侵权必究。侵权举报电话:010-62782989 13701121933

图书在版编目(CIP)数据

单兵作战指南/《深度军事》编委会编著. —北京:清华大学出版社,2018(2018.12重印)
(现代军事作战宝典系列丛书)

ISBN 978-7-302-50189-3

I. ①单… II. ①深… III. ①单兵—独立作战—指南 IV. ①E83-62

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第110136号

责任编辑:李玉萍

封面设计:郑国强

责任校对:张术强

责任印制:李红英

出版发行:清华大学出版社

网 址: <http://www.tup.com.cn>, <http://www.wqbook.com>

地 址: 北京清华大学学研大厦A座 邮 编: 100084

社总机: 010-62770175 邮 购: 010-62786544

投稿与读者服务: 010-62776969, c-service@tup.tsinghua.edu.cn

质量反馈: 010-62772015, zhiliang@tup.tsinghua.edu.cn

印装者: 北京亿浓世纪彩色印刷有限公司

经 销: 全国新华书店

开 本: 146mm×210mm

印 张: 9.875

版 次: 2018年7月第1版

印 次: 2018年12月第2次印刷

定 价: 56.00元

产品编号: 071009-01



前言

在很多美国战争电影中，我们经常会看到这样一幅画面：当美军士兵遇到敌方猛烈的抵抗与打击时，立刻通过单兵通信设备与指挥中心取得联系，不久之后美军的远程打击力量便会出动，要么是火炮猛烈轰击，要么是导弹精确打击，要么是轰炸机投放炸弹，要么是攻击机密集扫射。一阵狂轰滥炸过后，地面上的美军士兵再从藏身之处出来收拾残局。

受到影视剧和游戏的影响，一般人往往会认为谁有更多的导弹火炮和更强的飞机坦克，谁的战斗力就更强大。无论多么强悍的单兵作战能力，在这些重武器面前都不堪一击，对于战争的进程和结果也没有太大的影响。那么，现代战争中是不是真的已经不需要单兵作战了？其实不然，无论多么先进的武器装备，始终离不开士兵的操控。脱离了人，飞机、坦克也仅仅是一堆废铜烂铁。而战争中的某些任务，也只有地面士兵才能完成。

现代战争中的高技术武器是知识密集型产品，一个武器系统往往综合了诸多学科知识，操纵使用、维护保养和作战协同等方面均很复杂，只有理论知识扎实、文化素质较高的士兵才能驾驭这些武器，并使其在战斗中发挥出最大效能。正因为如此，世界各国军队都非常重视单兵作战能力的培养和提升。

本书紧扣军事专业知识，不仅带领读者熟悉现代军队单兵作战的战术技术，而且可以了解单兵装备的使用和发展情况，特别适合作为广大军事爱好者的参考资料和青少年朋友的入门级读物。全书共分为6章，

涉及内容全面合理，并配有丰富而精美的图片。

本书是真正面向军事爱好者的基础图书。全书由资深军事团队编写，力求内容的全面性、趣味性和观赏性。全书内容丰富、结构合理，关于武器的相关参数还参考了制造商官方网站的公开数据，以及国外的权威军事文档。

本书由《深度军事》编委会创作，参与本书编写的人员有阳晓瑜、陈利华、高丽秋、龚川、何海涛、贺强、胡姝婷、黄启华、黎安芝、黎琪、黎绍文、卢刚、罗于华等。对于广大资深军事爱好者以及有意了解国防军事知识的青少年，本书不失为最有价值的科普读物。希望读者朋友们能够通过阅读本书循序渐进地提高自己的军事素养。



目录

第1章 单兵作战概述	1
1.1 士兵的征募	2
1.1.1 各国兵役制度	2
1.1.2 常规部队的征兵要求	5
1.1.3 特种部队的征兵要求	10
1.2 军队的作风建设	19
1.2.1 树立核心价值观	19
1.2.2 练就良好个人品德	26
1.2.3 正确看待服从和民主	30
1.3 认识信息化战争	34
1.3.1 信息化战争的定义	34
1.3.2 信息化战争的特征	37
 第2章 单兵作战装备	 43
2.1 单兵武器	44
2.1.1 单兵武器概述	44
2.1.2 枪械	46
2.1.3 爆破武器	63
2.1.4 冷兵器	74
2.2 防护装具	77
2.2.1 头部装备	77
2.2.2 作战服装	81
2.2.3 单兵携行装具	87

2.3	电子设备	94
2.3.1	敌我识别系统	94
2.3.2	通信系统	97
2.3.3	夜视装备	100
2.4	未来单兵作战系统	102
2.4.1	未来单兵作战系统的功能	102
2.4.2	各国未来单兵作战系统	105
2.5	野战口粮	112
2.5.1	野战口粮的历史	112
2.5.2	各国军队的野战口粮	117

第3章 身心素质训练123

3.1	体能训练	124
3.1.1	军人体能的内涵	124
3.1.2	体能训练的地位	127
3.1.3	热身运动	134
3.1.4	耐力训练	137
3.1.5	力量训练	142
3.1.6	柔韧性训练	148
3.2	心理训练	149
3.2.1	勇气训练	150
3.2.2	克服恐惧训练	152
3.2.3	自信心训练	157
3.2.4	意志训练	160
3.2.5	减压训练	168

第4章 战术技术训练173

4.1	轻武器训练	174
4.1.1	枪械射击训练	174
4.1.2	手榴弹投掷训练	183
4.1.3	特种部队士兵的轻武器训练	186

4.2	格斗训练	189
4.2.1	格斗训练的原则	189
4.2.2	徒手格斗	194
4.2.3	匕首格斗	200
4.2.4	反擒拿训练	201
4.2.5	徒手缴械训练	205
4.2.6	摸哨训练	208
4.3	伪装与隐蔽训练	210
4.3.1	伪装隐蔽的原则	210
4.3.2	伪装隐蔽的措施	213
4.3.3	秘密行进的技巧	216
4.4	手语训练	218
4.4.1	军人手语类型	218
4.4.2	常用手语动作	221
4.5	战俘训练	222
4.5.1	战俘训练的意义	222
4.5.2	战俘训练的内容	225
4.6	团队协作训练	229
4.6.1	团队协作的意义	229
4.6.2	团队精神的培养	231
4.7	数字化部队训练	234
4.7.1	数字化部队的特点	234
4.7.2	数字化部队的训练	236
4.8	假想敌训练	240

第5章 现代常规战争 243

5.1	单兵野外作战	244
5.1.1	野外作战的形式	244
5.1.2	野外作战的行进技巧	248
5.1.3	单兵布雷和排雷	250
5.1.4	单兵野外生存	252

5.2 单兵城市作战·····	265
5.2.1 城市作战的特点·····	265
5.2.2 城市作战的行进技巧·····	270
5.2.3 城市作战的射击位置·····	274
5.2.4 手榴弹使用技巧·····	280

第6章 反恐与维和行动·····283

6.1 反恐行动·····	284
6.1.1 反恐行动概述·····	284
6.1.2 反恐部队的特点·····	289
6.1.3 反恐行动的队伍构成·····	291
6.1.4 反恐行动的基本战术·····	294
6.2 维和行动·····	302
6.2.1 维和行动概述·····	302
6.2.2 维和部队的士兵·····	304

参考文献·····308

第1章



单兵作战概述

所谓单兵，广义上是指单个的士兵，狭义上则是指单独作战能力较强的士兵，如侦察兵、空降兵、海军陆战队员等。单兵是军队的基本组成单位，单兵作战能力的强弱直接决定整支军队的作战能力。而整支军队的优良传统和作风，也会在潜移默化中影响每位士兵。



1.1 士兵的招募

1.1.1 各国兵役制度

兵役是个人或群体为军队或民兵团提供的服务，该服务可以是自愿性的志愿兵或强制性的义务兵。世界各国的兵役制度分为募兵制和征兵制两种。

募兵制，也称为志愿役，是指符合条件的国民志愿投入军队，以军人作为职业。国民自愿加入军队的原因众多，可以是基于爱国、宗教意识或兴趣，也可以是纯粹为报酬而参军。

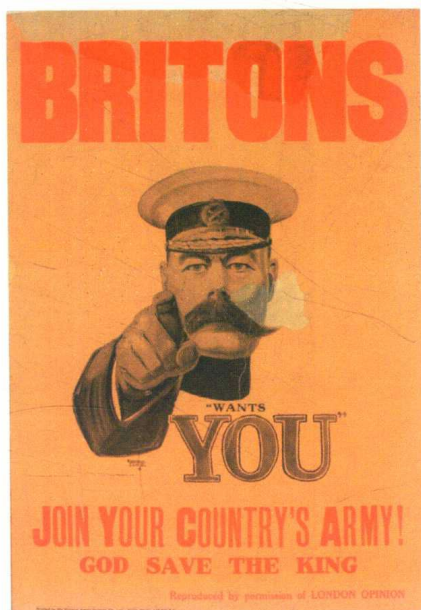
征兵制，也称为义务役、常备役、充员兵役等，意指全体国民，如符合一定条件（通常是年满法定年龄，且身体健康、无残疾的男性），均须强制性加入军队服役一段时期（通常由半年至三年不等，视国家及军种而定）。由于义务役成员是强制性、非自愿及非终生性，因此实施征兵制的国家通常会同时实施募兵制，容许自愿选择以军人为长期职业的人士，在义务役期完毕后，继续在军队服役。

目前，世界上仍然实施征兵制的国家，在欧洲有瑞士、奥地利、芬兰、俄罗斯、白俄罗斯、乌克兰、爱沙尼亚、希腊、摩尔多瓦等，在亚洲有土耳其、格鲁吉亚、亚美尼亚、阿塞拜疆、伊朗、哈萨克斯坦、乌兹别克斯坦、吉尔吉斯斯坦、塔吉克斯坦、以色列、蒙古国、朝鲜、韩国、越南、老挝、泰国、新加坡等，在非洲有阿尔及利亚、巴西等。

除上述国家外，世界其他主要国家大多已实行募兵制，如加拿大（1918年起实施）、英国（1960年起实施）、比利时（1994年起实施）、荷兰（1997年起实施）、法国（2001年起实施）、西班牙（2001年起实施）、意大利（2005年起实施）、捷克（2005年起实施）、瑞典（2010年起实施）、德国（2011年起实施）等。丹麦与挪威比较特别，法律上虽规定可以征兵，但又严格限制政府征兵权限，导致形同募兵制。美国虽然原则上仍保留征兵制（在二战

前由国会通过征兵法案)，但自20世纪70年代越南战争结束后，就再也没有实施过。

由征兵制改为募兵制的国家正逐渐增加，冰岛、巴拿马和哥斯达黎加甚至只设置警察，不设置军队。



一战英军著名募兵海报“基奇纳伯爵需要你”



俄罗斯军队征募的新兵





芬兰军队新兵参加宣誓仪式



徒步行军的以色列国防军女兵



训练中的美国国民警卫队士兵

1.1.2 | 常规部队的征兵要求

军人是一个十分特殊的职业，总是与牺牲与奉献联系在一起。无论是在炮火纷飞的战场，还是在危机四伏的灾区，军人都面临着生死攸关的考验。为了在战争或救灾行动中取得胜利，每名士兵都必须拥有强壮的身体和出色的心理素质，以及灵活应对复杂战场情况的能力。而在信息化战争模式下，士兵还必须拥有较高的文化素质。随着战争方式的不断升级和竞争的不断加强，世界各国军队对士兵的要求只会越来越高，需要士兵具备更加全面的作战素养。因此，无论是实施募兵制还是征兵制的国家，在征募士兵时都有一定的兵员素质要求，尽管具体要求存在差异，但大致可包括以下五个方面。

身体素质

良好的身体素质是士兵进行军事活动的物质基础，只有具备强健的体魄才能适应各种艰苦复杂的作战环境，才能在必要的时候超负荷工作。随着军事科技的不断发展，各种高技术武器在战场上将被广泛使用，战斗的激烈性和战争环境的艰苦程度也将随之增加，对士兵的身体素质要求也将越来越高。

身体素质包括五个方面：速度素质，是人体在单位时间内移动的距离或对外界刺激反应快慢的一种能力；力量素质，是人体某些肌肉收缩时产生的力量；耐力素质，是人体长时间进行肌肉活动和抵抗疲劳的能力；灵敏素质，是指迅速改变体位、转换动作和随机应变的能力；柔韧素质，是人体活动时各关节肌肉和韧带的弹性和伸展度。

一个人身体素质的好坏与遗传有关，但与后天的营养和体育锻炼的关系更为密切，通过正确的方法和适当的锻炼，可以从各个方面提高身体素质水平。因此，世界各国军队不仅在征募兵员时有着明确的身体素质要求，还非常重视士兵的体能训练，将其作为提高部队战斗力的一个重要方面，并且贯穿士兵整个军旅生涯的全过程。例如，美国军队专门有一项关于军官体重标准的规定，军官的晋升与其体重密切相关，一旦超过规定的体重标准，其晋升就会受到影响。



美国陆军士兵在积雪山区训练



美国陆军士兵进行格斗训练

心理素质

心理素质是指在先天与后天共同作用下形成的人的心理倾向和心理发展水平。出色的心理素质，是充分发挥技术战术水平、确保战斗胜利的重要因素。未来高技术战争具有突然性、迅速性、残酷性和复杂性等特点，士兵所处的战场环境非常艰苦和危险，能否承受各种强烈的刺激、调节和控制消极的心理反应、保持积极的心理状态和高昂的战斗士气，将直接关系着战争的胜败。

作为士兵整体素质的重要组成部分，心理素质在很大程度上制约和影响

着其他素质的发展。在残酷的战争中，士兵承受着巨大的心理压力，加上敌方心理战的影响，很容易产生焦虑、厌倦、恐慌等负面情绪。如此一来，无论士兵的身体素质和文化素质多么出色，他也无法在瞬息万变的战场上冷静地判断形势，甚至无法独立思考和主动采取行动。例如，二战期间美军约有100万人罹患战斗紧张症，其中45万人因精神疾患而退伍，占美军伤病退伍军人的40%。美军深谙心理素质对士兵战斗力的巨大影响，因此一直在积极研究和实践心理战。在阿富汗战争和伊拉克战争中，美军心理战宣传无孔不入，渗透到许多领域，有效地削弱了敌军的斗志。



印度尼西亚陆军士兵参加野外生存训练

文化素质

文化素质是指士兵要有基本而全面的文化基础知识，有随时随地积极获取知识的意识，并有良好的自学能力。文化素质是一名士兵成长和发展的基础素质，要衡量一支军队的现代化建设水平，一个重要标志就是士兵整体文化素质的高低。在现代化军队中，士兵不仅要有丰富的现代军事理论知识、高科技知识等，还要在实际工作中灵活地运用这些知识，尤其是要熟练地操作各类高技术武器。现代高技术武器是知识密集型产品，一个武器系统往往综合了诸多学科知识，只有理论知识扎实、文化素质较高的士兵才能驾驭这些武器，并使其在战斗中发挥出最大效能。

新型军事人才要有较高的文化素质，这是新型军事人才投身军队现代化建设和指导未来高技术战争的前提。信息化战争已将军事人才从过去体能、技能对抗为主转变为智能对抗为主。高新技术在军事领域的全方位渗透，必然要求各个岗位上的军事人才都具有较高的科学文化基础。以美国空军为例，20世纪70年代军官中本科以上学历者约占80%，20世纪80年代已上升为100%，20世纪90年代其研究生比例又达到50%。除了美国军队外，其他国

家的军队也在不断吸纳高学历士兵，使士兵队伍的知识结构发生了较大的变化。俄罗斯军队坚持以征召应届毕业高中生、中专生和大学生为主的方针，以保证兵员具有较高的文化素质。印度陆军招募兵员规定为10年制学校毕业生。

军官和士兵文化素质的高低，对战争的进程和结果有着直接影响。海湾战争中，伊拉克士兵的文化素质普遍较低，甚至有相当一部分士兵近似文盲，他们不会使用伊拉克军队已有的先进武器装备，也不会使用入侵科威特时缴获的一批美制武器。相比之下，多国部队尤其是美军的文化素质要高得多，这也是多国部队取得胜利的重要原因。



潜伏在草地上的英国陆军狙击手

军事素质

所谓军事素质是指士兵所具备的与军事专业相关的知识、技能和素养。扎实的军事素质是士兵实现军人价值的前提，也是履行军人使命、赢得未来战争胜利的关键。具体来说，现代化军队中的士兵要有丰富的与军事相关的地理、气象、通信、交通等科学知识，要熟悉外军的军事理论、武器装备及战法知识，要懂得高技术局部战争的特点和规律，要有熟练地运用高科技武