

曹广录 田克慧 袁国平 编著

大学生军训手册

田克慧



珍藏本

中国三峡出版社

曹广录 田克慧 袁国平 编著

大学生军训手册

田克慧



中国三峡出版社

图书在版编目(CIP)数据

大学生军训手册 / 曹广录, 田克慧, 袁国平编著,
北京: 中国三峡出版社, 2002.6
ISBN 7-80099-613-1

I. 大... II. ①曹... ②田... ③袁... III. 军事训练—
高等学校—手册 IV. G614.8-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 031239 号

中国三峡出版社出版发行

(北京市海淀区太平路 23 号院 12 号楼 100036)

电话: (010) 68218553 51933037

<http://www.e-zgsx.com>

E-mail: sanxiab@sina.com

北京管庄永胜印刷厂印刷 新华书店经销

2002 年 7 月第 1 版 2002 年 7 月第 1 次印刷

开本: 850 × 1168 毫米 1/24 印张: 5.5 插页: 18 页

字数: 147 千 印数: 1-10000 册

ISBN7-80099-613-1/Z · 90 定价: 22.00 元

813001

要深入持久地开展国防教育，增强全民国防观念，完善国防动员体制，加强国防后备力量建设。

——摘自江泽民《在庆祝中国人民解放军建军七十周年大会上的讲话》

自1985年以来,依据《兵役法》的有关规定,全国部分高等院校和高级中学开展军训试点工作。全军先后派出20余万名官兵执行军训任务,训练在校学生3000多万人,每年受训的大学生占入校新生的70%左右。随着这项工作的普及和深入,它的重要意义越来越充分地显示出来,受到教育部门和社会各界的欢迎和支持。可以这样说:大学生军训既具有重要的国防战略意义,又是大学生“野蛮其体魄、文明其精神”的极好锻炼机会。

大学生军训首先具有寓兵于民、寓官于校的国防战略意义。开展学生军训,为国防后备力量建设开辟了新的途径,补充了新生力量。目前,我国已有高等院校1000余所,在校学生超过150万人,高级中学(包括中专、中技、职业高中)24000余所,在校学生近800万人。把这批人员组织好、训练好,储备起来,将是一支雄厚的后备兵员力量。而且这部分人员年龄轻、文化高,补充到后备兵员队伍中,对于改善后备兵员的知识结构,提高后备力量的整体素质都是十分有益的。

大学生军训有利于对青年学生进行国防教育,增强国防意识,振奋民族精神。国防教育是当代大学生思想政治教育的重要组成部分。由于长期的和平环境,一些青年学生的国防观念淡薄,认为国防和军事与自己无关。通过军训,对学生进行爱国主义、革命英雄主义和人民军队光荣传统教育,让他们亲身体验部队生活,对于激发他们的爱国热情,增强建设祖国、保卫祖国的责任感,正确认识国际国内形势,更好地担负起时代所赋予的历史使命,都是十分必要的。许多大学生

经过军训，增加了对军人的理解，密切了与军队的联系。有的学校经过军训，与驻地部队建立起协作关系，成为军民共建文明单位的先进典型。还有的大学生投笔从戎，在部队建设中做出了贡献，成长为一代英模。

大学生军训有利于学生德、智、体、美全面发展，把他们培养成坚持社会主义方向的“四有”人才。当代大学生生机勃勃，充满着青春的活力。他们热爱祖国，热爱中华民族，思想敏锐，勤于思考，积极进取，但他们从小生活在优越的环境里，缺乏艰苦生活的锻炼，缺乏社会实践。通过开展军训活动，经受一段艰苦生活的磨练，对促进他们德、智、体、美全面发展，走向成熟大有好处。许多开展军训试点的学校领导和师生，对此有很深的感触。十几年的军训经验表明，学生通过军训，强健了体魄，增强了集体观念和组织纪律观念，培养了勇敢顽强、吃苦耐劳的精神，提高了综合素质。

大学生军训也有利于我军的现代化建设。军队现代化的重要标志之一，就是拥有一大批军事素质较高的人才。高等院校学生具有较为扎实的文化和专业知识，在军事训练的基础上，挑选一批部队需要、适合担任军官职务的学生，进行一段时间的培训，就可服现役，为军队现代化建设做贡献。我军自1983年以来，先后从地方大学选拔培养了数以万计的大学毕业生，这批人员已在国防科研、院校建设和部队科技练兵等战线上发挥了重要作用。

其实，通过大学生军训强化青少年的国防意识，是很多国家的普遍做法，也有很好的经验可供借鉴。比如，美国就有数以千计的“野兽”少年军营，并在近650所中学和中等专业技术学校设立“后训团”，使青年学生在完成学业的同时，接受与初级指挥军官职责和军事素质相适应的军训，达到少尉军官的任职要求。在美军现役军官中，毕业于“后训团”的占70%。英国在全国普通中等和高等院校普遍开设军事课，高等院校组建军官训练团，系统培训大学生以便储备预备役军官。以色列在全国建有300余处“加德纳”(即青年军)训练基地，负责对

全国14至18岁的少男少女进行基础的军事训练。印度坚持以青少年为国防教育的重点对象，几乎在所有的大学都开设了国民学兵团训练课程，并采取各种奖励、补贴措施，鼓励青年学生参加军训。加拿大政府在全国各大中学校建立了“学兵队”组织，作为国防后备力量的组成部分，由军队组织军训。百年无战事的瑞士更是通过立法做出规定，对12至19岁的青少年要进行役前教育和训练，提高保卫国家的责任感，并为入伍打下基础。青少年是一个国家、一个民族的希望，未来国防建设的重担必然落在他们的肩上。这一点已经成为各国的共识。

正是借鉴各国的有益经验，在我国十几年来军训试点的成功探索的基础上，经国务院、中央军委批准，国务院办公厅和中央军委办公厅联合转发了教育部、总参谋部、总政治部《关于在普通高等学校和高级中学开展学生军训工作意见的通知》，决定从2001年起，全国普通高校和高级中学的学生军训工作走向制度化，并明确规定，学生军训是普通高等学校本、专科学生的必修课，学校要纳入教学计划。

如果说目前为什么要搞大学生军训的认识问题已经解决了，那么，各级军训领导机构如何组织好军训、大学生自身如何参与好军训的问题还有待进一步的探讨和总结。这本小册子正是循着军训工作应当如何兼顾国防教育内容的深刻性和趣味性、如何遵循军事训练的客观规律、如何适应大学生的心理生理特点的思路，试图为大学生提供一本集知识性与趣味性相统一、指导性与实用性相结合、纪念性与珍藏性相兼容的通俗读物。希望这本小册子能对有志于国防教育、关心并积极参与大学生军训工作的军事教官、老师和学生提供一些借鉴和帮助，为推动大学生军训工作的开展做出应有的贡献。

中国人民解放军军旗 (图1)



中国人民解放军军旗



陆军军旗



海军军旗



空军军旗

中国人民解放军军徽 (图2)



中国人民解放军军徽



陆军帽徽



海军帽徽



空军帽徽

中国人民解放军军歌

1=C $\frac{2}{4}$

公木词

郑律成曲

$\dot{1}$ $\dot{1}$ $\dot{1}$ $\dot{1}$ | $\dot{1}$ $\dot{1}$ | $\underline{1}$ $\underline{1}$ $\underline{3}$ | $\underline{5}$ $\underline{5}$ $\underline{6}$ | $\dot{1}$ $\underline{6}$ | $5\cdot$ $\underline{0}$ | $\underline{1}$ $\underline{1}$ $\underline{3}$ | $\underline{6}$ $\underline{5\cdot}$ $\underline{3}$ | 2 - |

向前 向前 向前! 我们的队伍 向太阳, 脚踏着祖国的大

$2\cdot$ $\underline{0}$ | $\underline{1}$ $\underline{1}$ $\underline{3}$ | $\underline{5}$ $\underline{5}$ $\underline{6}$ | $\dot{1}\cdot$ $\underline{6}$ | $5\cdot$ $\underline{0}$ | $\underline{1}$ $\underline{1}$ $\underline{3}$ $\underline{5}$ $\underline{5}$ | $\underline{6}$ $\underline{6}$ $\underline{5}$ $\underline{3}$ $\underline{3}$ | 2 - | $1\cdot$ $\underline{0}$ |

地, 背负着民族的希望, 我们是一支不可战胜的力量。

$\underline{2}$ $\underline{2}$ $\underline{3}$ | $\underline{5}$ $\underline{5}$ $\dot{1}$ | $\underline{6\cdot}$ $\underline{2}$ | $5\cdot$ $\underline{0}$ | $\underline{2}$ $\underline{2}$ $\underline{3}$ | $\underline{5}$ $\underline{5}$ $\dot{1}$ | $\underline{6\cdot}$ $\underline{5}$ $\underline{3}$ | $2\cdot$ $\underline{0}$ | $\underline{1\cdot}$ $\underline{3}$ $\underline{5}$ $\underline{5}$ |

我们是工农的子弟, 我们是人民的武装, 从无畏惧,

$\underline{3\cdot}$ $\underline{5}$ $\dot{1}$ $\dot{1}$ | $\underline{5\cdot}$ $\underline{7}$ $\underline{2}$ $\underline{2}$ | $\underline{3\cdot}$ $\underline{2}$ $\dot{1}$ | $\underline{5\cdot}$ $\underline{5}$ $\underline{5}$ | $\underline{6\cdot}$ $\underline{1}$ $\underline{2}$ | $\underline{2}$ $\underline{5}$ | $\underline{3\cdot}$ $\underline{3}$ $\underline{3}$ $\dot{1}$ | $\underline{5}$ $\underline{5}$ |

绝不屈服, 英勇战斗, 直到把反动派消灭干净, 毛泽东的旗帜

$\underline{6\cdot}$ $\dot{1}$ $\underline{7}$ $\underline{2}$ | $\dot{1}$ $\underline{0}$ | $\dot{1}$ $\underline{0}$ | $\underline{1}$ $\underline{7}$ $\underline{6}$ $\underline{7}$ | $\dot{1}\cdot$ $\dot{1}$ | $\underline{5}$ $\underline{0}$ | $\underline{3}$ $\underline{0}$ $\underline{5}$ $\underline{5}$ | $\underline{6}$ $\underline{5}$ $\underline{6}$ | $\dot{1}$ | $\underline{2}$ - |

高高飘扬。听! 风在呼啸军号响, 听! 革命歌声多嘹

$\underline{2\cdot}$ $\underline{0}$ | $\underline{5}$ $\underline{3\cdot}$ $\underline{2}$ | $\underline{1}$ $\underline{1}$ $\underline{1}$ $\underline{1}$ | $\underline{1}$ $\underline{7}$ $\underline{6}$ $\underline{1}$ $\underline{1}$ | $\underline{5}$ $\underline{5}$ | $\underline{5}$ $\underline{3\cdot}$ $\underline{2}$ | $\underline{1}$ $\underline{1}$ $\underline{1}$ $\underline{1}$ | $\underline{1\cdot}$ $\underline{7}$ $\underline{6}$ $\underline{1}$ $\underline{1}$ |

亮! 同志们整齐步伐奔向解放的战场, 同志们整齐步伐奔赴祖国的

$\underline{2}$ $\underline{5}$ | $\underline{5\cdot}$ $\underline{5}$ $\underline{6}$ $\underline{6}$ | $\underline{5}$ $\underline{5}$ $\underline{5}$ $\underline{1}$ $\underline{1}$ | $\underline{2}$ $\underline{3}$ $\dot{1}$ | $\underline{2\cdot}$ $\underline{2}$ $\underline{2}$ $\underline{2}$ | $\underline{3}$ $\underline{2\cdot}$ | $\underline{1\cdot}$ $\underline{5}$ $\underline{6}$ $\underline{7}$ | $\underline{2}$ $\dot{1}$ |

边疆, 向前向前! 我们的队伍向太阳, 向最后的胜利, 向全国的解放!

中国人民解放军军服 (图3)



陆军男军官、女军官服装



海军男军官、女军官、水兵服装

空军男军官、女军官服装

中国人民解放军军衔 (图4)

军官军衔

士官、士兵军衔



陆军

海军

空军

国防知识篇

走近军营

- 象征荣誉和勇敢的“八一”军旗 3
- 象征勇往直前、战无不胜的“八一”军徽 4
- 激昂向上、振奋精神的军歌 7
- 从小到大、从弱到强的辉煌军史 7
- 整齐划一、威武雄壮的军营韵律美 9

透视军人

- 端庄得体的军服 12
- 区分等级的军衔 13
- 雷厉风行、英勇顽强的军人作风 14
- 严守纪律、令行禁止的优良品质 16
- 热爱祖国、无私奉献的高尚情操 19
- 灿烂的军旅群星 24

认识国防

- 有国无防的历史教训 30
- 并不太平的安全环境 33
- 不可小视的国防威慑 35
- 亟待强化的国防意识 38
- 附录一：大学生入伍的有关政策规定问答 39
- 附录二：全国爱国主义教育示范基地名录 46

目录

Catalogue

目录

Catalogue

48 附录三：军校概览

熟知兵器

52 叱咤沙场的陆军主战兵器

55 称雄海疆的海军主战兵器

58 呼啸蓝天的空军主战兵器

61 方兴未艾的高技术兵器

66 单兵武器

军训常识篇

军训的依据与要求

71 军训的基本依据是什么？

72 军训一般安排哪些基本内容？

72 因病或特殊情况不能参加军训的怎样办理免训或缓训？

72 军训期间一日生活制度主要包括哪些内容？

74 军训期间的军容风纪有什么要求？

74 军训的基本要求有哪些？

74 什么是军训“三统一”？

75 参加军训携带个人物品应注意什么问题？

军训中的心理调适

76 如何克服军训中怕苦怕累的思想包袱？

目录

Catalogue

3

如何消除军训中的自卑感?	77
军训中爱讲粗话怎么办?	78
怎样锻炼意志力?	79
如何克服军训产生的心理压力?	79
怎样对待批评和表扬?	80

军训中的生活常识

怎样选择适体的军服?	81
为什么新军服要先洗后穿?	81
为什么衣服被汗水或雨水打湿后要及时更换?	82
怎样穿解放鞋才卫生?	83
怎样使袜子没臭味?	84
暴饮暴食有什么危害?	84
为什么饭后不宜马上训练?	84
为什么训练后不宜大量喝水?	85
皮肤不好的同学怎样选择防晒霜?	85
行军中应注意哪些问题?	85
行军后如何治疗脚泡?	86

军训中的伤病防治

训练中有人中暑怎么办?	87
训练中有人晕倒怎么办?	87
如何处理挫伤?	87
如何治疗肌肉损伤?	87

目录

catalogue

- 88 训练中为什么不要憋尿?
- 88 如何消除训练后的疲劳?
- 88 如何预防痢疾?
- 89 如何预防痄子?
- 89 如何防治疖肿?
- 89 为什么腹痛不能乱用止痛药?

军训中的安全工作

- 90 军训安全工作包括哪些内容?
- 90 军训中集体乘车应注意哪些问题?
- 91 怎样才能使枪打得准?
- 91 进行实弹射击训练时应注意什么?
- 92 射击时怎样保护耳朵?
- 92 夜间站岗应注意什么问题?
- 92 雨天怎样防止雷击?

军训中的文体活动

- 94 如何营造一个热烈向上的军训氛围?
- 95 如何利用好训练休息的间隙开展工作?
- 95 如何组织教唱军旅歌曲?
- 97 怎样拉歌?
- 98 怎样指挥唱歌?
- 99 怎样编排与美化黑板报?

目录

Catalogue

5

我与军训篇

军训感言

- 你不去，你会后悔一生的 103
- 军训，想说爱你不容易 103
- 军训，为生命铺上该有的底色 104
- 受苦一阵子，受益一辈子 104
- 和火红的旗帜一起成长 105
- 军训是个“大苦瓜”！ 106
- 泪眼依依别班长 106
- 99 + 1 = 0 107

军旅故事

- 毛泽东秉公执法心如秤 108
- 黄克功命丧法场何足惜 108
- 副连长店铺随便拿东西 109
- 刘邓大军忍痛整饬军纪 109
- “孤胆英雄”战场冲锋陷阵 110
- 贺炳炎重伤成“独臂将军” 110
- “定远”号晾晒衣袜露天机 112
- 日海军窥透“一斑”知军情 112