



兰州财经大学  
LANZHOU UNIVERSITY OF FINANCE AND ECONOMICS

# 军训快讯

第一期



兵者，国之大事也；死生之地存亡之道，不可不察也。

——孙武

这一刻，军训的我们无疑是最累的，平日里的我们手捧书卷，探索知识世界的繁华，而现在，我们站在这里，烈日骄阳下，脸上的水珠不是眼泪，是我们的耐力和信心的果实。

这一刻，我们是天之骄子，亦是一名新战士，天安门我们看到战士们的整齐划一，现在，且看我们英姿飒爽。抬头，挺胸，收腹，提臀，我们想钉子一样扎在土里；立正，跨立，稍息，每一个动作都有自己的含义；齐步走，正步走，整齐而响亮的脚步声和 **1,2,3,4** 的口号声，在天边响。

这一刻，我们是自豪的，为祖国而自豪，经济总量世界第二，海上丝绸之路，一带一路，自由贸易创造着中国奇迹。

这一刻，我们是激动的，为祖国而激动，军事实力逐步上升，激光武器初步成功。

这一刻，我们是幸福的，为祖国而幸福，政治反腐，阳光工程，为我们幸福铺路。

这一刻，我们为建设祖国而储备力量，这一刻，我们挑战自我，书写当代大学生风采，演绎兰财精神。



# 这一刻，我们……



## 专栏

军训，军绿-----	3
军训的节奏-----	3
你的认真，你的温柔-----	4
绿色的梦想-----	5

# 目录

Contents

## 文化

我国军衔的发展史-----	7
李云龙原型王近山-----	7

## 生活

防晒小贴士 - - - - -	9
-----------------	---

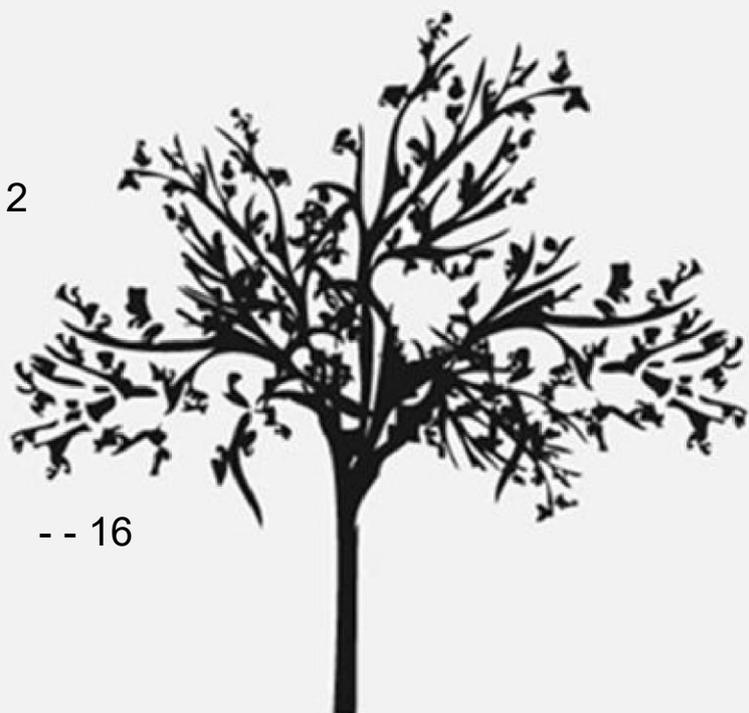
天气预报- - - - -	-11
---------------	-----

## 娱乐

我们都爱笑-----	12
我爱唱军歌-----	15

## 互动

军训瞬间- - - - -	-- 16
---------------	-------



# 军训，军绿

军绿，一身军绿色的军装。没有多余的装饰，简单的颜色确实比任何一件衣服都要美丽。扎起的头发，挺直的腰身，在酷热下晒黑的脸庞，确实比任何时候的自己都要神采飞扬，自从穿上了军绿，心中便怀着一种敬畏，许是期待这身军绿太久，太久了吧。小心翼翼的不敢染上一点脏污，唯恐亵渎了这身神圣的军绿，心中一直有一个军绿梦，如今亲身接触了这身军绿，又怎能不精心对待？

操场上，已分不清谁是谁，只看到满眼的军绿，军蓝绿，在这里，没有个人，有的只是一排排，一列列军绿、军蓝绿组成的整体。一身军绿的自己，一身军绿色的大家，仿佛我们已经是保家卫国的勇士。这身军绿，让我们心潮澎湃，让我们激动万分。穿上这身军装，便好像已经肩负起了责任，便不由自主的要为这身军绿努力，为这身军绿坚强，为这身军绿变得更好。军训，军绿，军蓝绿。



## 军训的节奏

对于我们在温室里长大的花朵来说，这次军训也许会是一场风雨骄阳的洗礼。军训，听起来严肃，让所有人畏惧。而我，却还是憧憬着，因为我即将尝试新的生活步伐，挑战军训，也挑战自我。

整齐的步伐，嘹亮的口号，统一的着装，这就是军训的节奏。

稍息，立正，敬礼，站军姿，抬头，挺胸，收腹，双眼平视前方，双手紧贴裤缝。一分钟，两分钟，三分钟……烈日骄阳下，每一分钟都是煎熬。可越是焦急的等待，越是觉得时间漫长，时间的齿轮就好像静止了一般，等待教官那一句

“稍息”口令的愿望越来越强烈。尽管在烈日炎炎下，大家都汗流浹背，口干舌燥，却依然没有一个人放弃。

休息的时候，教官与我们分享军中趣事，一起唱军歌，用歌声洗去一身疲惫。

## 你的认真，你的温柔

一直觉得，你是严肃又严厉的，好害怕你锐利的目光注视。每当你的目光扫过来时，我都不由自主地低下头躲避。而这时又会响起你毫不留情的训斥“干什么呢？抬起头来！”在你面前我就像一个不懂事的小孩子，总是做错事，从来都没有做好做对的时候。更多的时候，真的在埋怨你，为什么总是在挑我的错？我已经努力了！教官，你是不是看我不顺眼故意整我？

今天，又是漫长的站军姿时间，“连军姿都站不好，你还能做什么？”耳边又响起你毫不留情的斥责，我有些委屈，红了眼眶，你来到我面前，许是看到了我眼中的泪意，你叹了口气，声音缓和了很多。“不要急，咱慢慢来。你看，脚要这样放嘛！”他自己做了个标准，“你看，你的手也不对，应该放在裤线紧贴着。”我照做，然后偷偷看你，看到你眼中的赞许。

原来，你并不是我想象中的那么严厉无情，原来你也有这么温柔的时候，看

着你认真纠正我的动作时，心中突然下定了决心，要好好努力，为了你的认真，为了你这一抹温柔。



## 绿色的梦想

今天是大学军训的第一天，最深切体会到军训特点的身体部位，应该就是同学们

脚，因为站军姿、齐步走、立正、稍息、跨列这些动作都是和脚密切相关的，所以

今天最辛苦的是它了。今天，教官让我充分认识到军姿对一个军人的重要性，只有挺

拔、威严的军姿才能体现出一个军人应有的气质，也是从军姿中我也深深体会到一个

军人的辛苦，我们只站五分钟，双脚已经疲惫，想着军人们在军队中一下子就要站立

两个小时、四个小时，我心底对他们由衷地敬佩。另外有不少的同学因为身体较为虚

弱，在站军姿时晕倒，但是当他们休息过后，又一次加入了自己在所在的军训队伍中，

给参加军训的同学们树立了榜样。

军训，既然和军队沾上了边，那么纪律就一定很严格，就像今天，全天下着濛濛细雨但是大家依然坚持着军训，没有一个人临阵脱逃，大家都是好样的！还有一部分同学因为身体原因不能参加军训，而是选择了观训，但是他们也没有因为是观训而放松，在学校的模拟法庭里观看着建国六十年大阅兵还有一些像《洪湖赤卫队》红色电影，并且写观后感。大家虽然无法参加常规的军训，但是也在用另一种方式提高自己对军训的热爱。

军训的生涯还会有 13 天，未来有什么感触还不知道，但我很期待，希望接下来的日子，我们可以更加充实，有更多收获！



## 我国的军衔发展史

1952 年，总干部部和苏联专家初步制定出一套军衔方案。该方案将军衔设为 6 等 20 级。元帅 3 级：大元帅、国家元帅、兵种元帅；将官 4 级：上将、准上将、中将、少将；校官 3 级：上校、中校、少校；尉官 4 级：上尉、一级中尉、二级中尉、少尉；军士 4 级：准尉、上士、中士、下士；士兵 2 级：上等兵、列兵。

1953年《中国人民解放军军衔条例（草案）》对上述方案作了修改：增加大校一级；将上将、准上将改称大将、上将；将上尉、一级中尉、二级中尉改称大尉、上尉、中尉；其它不变。

1955年1月23日，中央军委发布“关于评定军衔工作的指示”。1955年2月8日，第一届全国人大常委会第六次会议通过《中国人民解放军军官服役条例》，中国人民解放军正式实行军衔制，军衔设置上比1953年条例草案减少兵种元帅、准尉两级，共设6等19级。



1955年9月27日，第一届全国人大常委会第二十二次会议通过了授予中华人民共和国元帅军衔的决议。1955年9月27日下午5时，在北京怀仁堂隆重举行授予中华人民共和国元帅中国人民解放军军衔制军衔及授予勋章典礼，毛泽东主席颁发命令状，授予朱德、彭德怀、林彪、刘伯承、贺龙、陈毅、罗荣桓、徐向前、聂荣臻、叶剑英中华人民共和国元帅军衔。国务院总理周恩来发布命令状，授予粟裕、黄克诚、谭政、肖劲光、王树声、陈赓、罗瑞卿、许光达、徐海东、张云逸大将军衔。中国人民解放军著名的“十大元帅”与“十大大将”由此确立。另外还授予萧克等55人上将军衔，授予徐立清等175人中将军衔，授予解方等801人少将军衔，1956年、1958年分别授予王建安、李聚奎上将军衔。1956年至1965年，共授予将官以上军衔1614人。

## 李云龙原型王近山



王近山（1915年10月29日—1978年5月10日），原王文善，原中国人民解放军中将。（大军区正职待遇），1964年因坚持与其结发妻子韩岫岩离婚被开除中共党籍并降为大校军衔。

1955年获一级八一勋章、一级独立自由勋章、一级解放勋章。

### 军旅生涯

1930年，赤色风暴席卷大别山。年仅15岁的汉族少年王近山王文善，改掉自己文绉绉的名字加入了红军队伍。他想让自己像大山一样坚强起来，所以新名字就叫近山。

严酷的革命斗争形势使得红军干部奇缺。1931年，16岁的王近山就是在这种血雨腥风中走上连长岗位的。当上连长后，王近山就渴望打仗，拼命打仗。王近山将军有一个“王疯子”的绰号，是因为在一次战斗中，他和一个大个子国民党兵搏斗，打红了眼，结果两人一同滚下山崖。国民党兵当场身亡，王近山幸免于难，只是头部被一个圆锥状的石头戳了个洞。从此，战友们都叫他“王疯子”。在这次残酷的战争中，王疯子不仅没有死，反而迅速从连长升到营长，又从营长升到团长。

任团长的王近山，在红军时期最光辉的战例是一个团全歼一个旅。那是在川陕根据地的一次反围剿中，红、白两军竟在一个地方宿营（战事频繁，部队疲劳过度），双方的警戒哨都睡着了。王近山半夜醒来发现这一情况后，大喊一声，“同志们，敌人已经被我们包围了，抓俘虏啊。”睡梦中的士兵乱打，全歼该旅，而且旅长郭勋奇被捉。这一仗成为四方面军反围剿的唯一亮点。王近山时年19岁。

王近山全歼日军战地观摩团是在1942年的韩略村伏击战中。当时身为八路军新四旅旅长的王近山带领一个团和一些干部去延安，在没有向上级请示的情况下打了这一仗。到了延安，毛主席说，一二九师有个“王疯子”，敢打没有命令的仗，很好！

20岁时，王近山成为红军年轻的师长——九十一师师长。1955年，王近山被授予中将军衔，荣获一级八一勋章、一级独立自由勋章、一级解放勋章。

南京军区司令员许世友在北京见到了毛泽东，给王近山说情。赋闲10余年的王近山出任南京军区副参谋长。1978年的春天，王近山逝世。



## 防晒小贴士

众所周知，军训期间，我们都要在操场上进行训练，顶着烈日站军姿是常见的事情了。下边来学习下入学军训防晒tips，让大家可以安心，就不怕在军训的时候晒黑啦。

# 军训特点 1:

## 长时间曝晒 防晒 tips:

防晒要全面，不仅脸部要防晒，唇部耳朵脖子也要防晒。唇部用专业的防晒产品，脖子一圈都要防晒。如果不注意全面防晒，军训完肌肤会不均匀，肌肤老化更快。

# 军训特点 2:

## 时间流汗 防晒 tips:

1、在选用 SPF50/PA+++或以上的防晒产品，同时要防汗效果佳的。如果汗水一下就带走了防晒霜，这样暴晒下肌肤会严重受损。

2、防晒霜要补擦，汗水已经带走了一些防晒霜，中间休息时间超过半小时，就马上用毛巾轻轻擦去汗水再

补擦，中午是一定要重新再认真擦一遍。擦完可以擦点痱子粉，清凉又止汗。

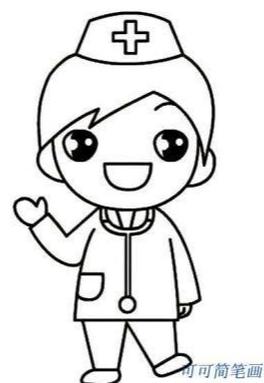
军训中：

1、 随身带防晒霜：防晒指数 PH30\PA++的就够了，要是自己很容易出汗的话，可以用防汗的。白蚕清润莹白防晒霜和曼秀雷敦的防晒霜都不错，价位也合适。如果有时间休息了，就尽量去阴凉处，擦下汗水，让肌肤也休息下。如有超过半小时休息，就赶紧补擦防晒霜。即使在阴凉处军训也不能放松警惕，防晒霜还是要擦和补擦。

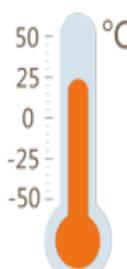
2、 大量喝水：最好加有葡萄糖的水或盐水，帮助你补充大量流失的水、糖分等，也舒缓肌肤的不适。

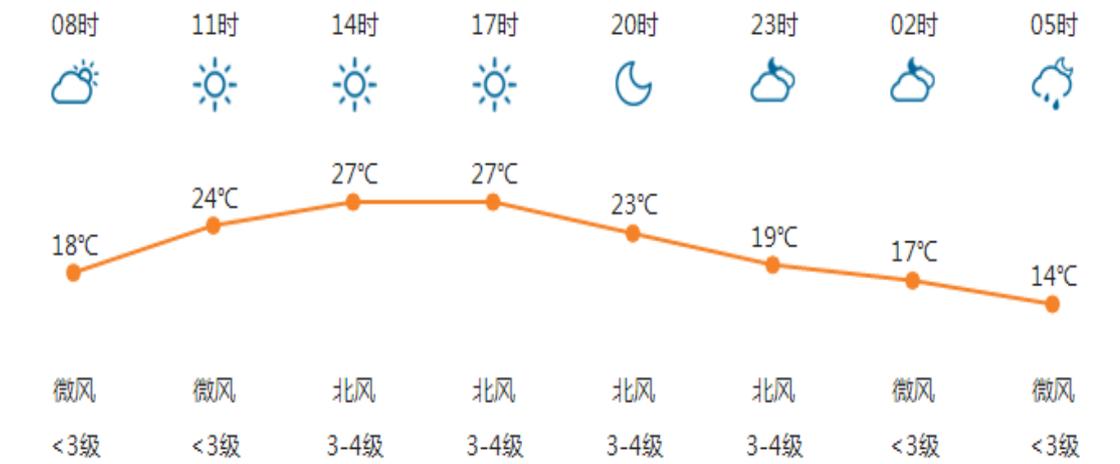
军训后：

晒后清洁要注意：军训后身体会很疲惫，在军训后先不要用冷水洗脸，那样会变肌肤黑，而是等肌肤舒缓过来，你觉得肌肤不是那么灼热发红，再用洗面露洗脸，将防晒霜彻底清洗下来，做到以上几点，如果你还被晒黑了，那就天理难容了！



# 天气预报

<p>09:30 实况</p>  <p>一起观天气</p> <p><b>21°C</b></p> <p>相对湿度 52%    东北风 1级</p> <p>限行 2 和 7</p>	<p>2日白天</p>  <p>晴</p> <p><b>28°C</b></p> <p>3-4级</p> <p>日出 05:52</p>	<p>2日夜間</p>  <p>阵雨</p> <p><b>14°C</b></p> <p>3-4级</p> <p>日落 20:23</p>
--	---	---



# 我们都爱笑



周六的一天，指导员要求我们每名同志画一幅画。在上交作品时，小陈交了一张白纸。指导员问：“画呢？”小陈指着白纸答：“都在这儿。”指导员：“你画的是啥啊？”小陈：“牛吃草。”指导员：“草呢？”小陈：“牛吃完了。”指导员：“牛呢？”小陈：“您想啊，草都吃光了，牛还站在那里做什么？”指导员：“这简直是一副‘杰作’。”

团长要来听指导员讲课。事先，指导员和战士们打招呼，希望大家积极举手发言。列兵对指导员说：“指导员，要是我们不会回答你提出的问题那不是很难堪吗？”指导员一想有道理，补充道：“那这样吧，到时候会回答的同志举左手，不会回答的同志举右手，大家不要搞错。”结果到了那天指导员急的满头大汗，因为下面的同志都举右手。

指纹擦得干干净净的。”



有两个国家正在打仗，打的难解难分，双方都消耗比较大，其中

上士命令下士：“去查一查新兵约翰参军前干过些什么？”“为什么要查？”下士问。“我发现他每次打靶后，老是用手帕把枪柄上的



一个国家紧急征兵。

一个农夫不幸被征入伍，长官在发枪的时候正好到农夫发完了，长官顺手塞给农夫一个扫把，告诉农夫说：“打仗的时候你就端着扫把，向敌人瞄准，嘴里不停的喊：啪，啪，打死你，就可以了，其他的事你的战友会帮你做的。”

第二天，农夫上了战场。他趴在战壕里一直端着扫把喊：“啪，啪，打死你。”结果真有他瞄准的敌人被流弹打中。

随着战斗继续，农夫的战友越来越少，几乎都被打死了，这时，农夫发现一个魁梧的敌人向他冲来，农夫向他瞄了几次，结果无济于事，那个敌人一直冲过来，把农夫冲倒在地，农夫吓坏了，这时他听到那个敌人口中念念有词：轰隆隆，轰隆隆，坦克撞死你。

---

连长组织新兵连踢足球，有个虎头虎脑的新兵表现突出，连晃对方三名后卫，并闪过了守门员。站在球门边上的连长心想这下要进球了，突然，这个新兵用脚拌住球，来了个立正：“报告连长，球已带到，是否射门，请提示。”

---



一名士兵想悄悄溜出兵营，但被一名岗哨看见了。岗哨让他出示通行证，士兵说：“你瞧，伙计，我没有通行证，但我不在乎，我要去城里和女朋友约会，我必须赴约。”岗哨拦住他，说：“如果你坚

持往外闯，我恐怕不得不向你开枪。”士兵耸耸肩，回答道：“我妈妈在天堂，爸爸在地狱，女朋友在城里。不管你怎么做，今晚我都会见到一个亲人！”

---

班里正在进行“视力训练”。一个聪明伶俐的新兵被班长叫出来数远处旷野上采掘队的人数。采掘队在很远的地方，那些人看起来只是一些小点儿。但是这个新兵毫不犹豫地回答说：“十六个士兵和一个中士，长官。”

“正确。你如何知道那儿有一个中士？”

“他不干活，长官。”



# 军中绿花

1 = D  $\frac{4}{4}$  全按为5的指法 音域6到6

cnxygen 制谱

2. 6 4 5 4 3 | 2 - - - | 6 6 2 4 5 6 5 | 5 - - - |  
 寒风飘飘落叶 军队是一朵绿花  
 妈妈你不要牵挂 孩儿我已经长大  
 故乡的风 飘落在我红红的风衣上  
 风儿吹着我 云朵跟着我走  
 亲热的战友 不要想家  
 亲爱的战友 不要牵挂  
 亲爱的战友 不要流泪  
 亲爱的战友 不要回头  
 亲爱的战友 为了家乡亲人  
 多保重 身体要健康  
 放心吧 妈妈 我们一定会  
 打赢这场漂亮的歼灭战  
 盼早日 盼早日 盼妈妈早日回家  
 盼早日 盼早日 盼妈妈早日回家

6 6 6 2 4 4 5 | 6 6 6 2 4 - | 3 3 3 2 1 2 6 1 | 2 - - - |  
 6 6 6 2 4. 5 | 6 6 6 2 4 - | 3 3 3 2 1 2 6 1 | 2 - - - :||  
 6 6 6 2 4. 5 | 6 6 6 2 4 - | 3 3 3 2 1 2 6 1 | 2 - - - :||

2 - - - | 3 3 3 2 1 2 6 1 | 2 - - - | 2 - - - ||



军训瞬间

