



兰州财经大学
LANZHOU UNIVERSITY OF FINANCE AND ECONOMICS

军训

快讯

第④期

虽然军训苦，军训累，但…军训不用带棉被



兰州财经大学党委学生工作部编印

2017/7/6

“风华是一指流沙，苍老是一段年华。”

弹指挥间，流金岁月已渐成空。曾经的我们在所有须臾的瞬间站成永恒，用信誓旦旦的若言捍卫友谊的可贵；曾经的我们在莽莽苍苍的长河里审视历史，用耳熟能详的信条彰显人生的价值；曾经的我们在物欲纷繁的路口踌躇止步，用气宇轩昂的气魄鼓舞渺小的自我；曾经……

青春的意义绝不是在炼狱的高三里经历了多少痛苦难熬孤寂无奈的黑夜，而是在坚持不懈的追求中不灭心灵火光。仿佛是在残垣断壁的废墟里，在不屈的耻辱中破土而出的生命。那是梦想；是耀眼的光辉；是生生不息的希望。

往昔不可追，破茧成蝶的我们启着重生的风帆跟随光的脚步。在大学的华丽篇章里独领风骚，与灵魂共舞。穿过平原与山庄；涉过急流与高峰；走过塞北与沙漠。无妨在路上细看掌纹罅隙里的旧日时光留下怎样的光阴箴言。

捧着流沙，愿老去的年华与青春相伴；愿平朴的文字延续这季秋的精彩。我们一路成长。

摘自《燃魂》/王梅

专栏

坚毅 坚强	3
军姿是军训的魂	4
烈日下的你们	5
军训一趣	6

2

知识

我国主要的兵种信息你 知道多少	8
军徽、军衔、大盘点	11

生活

军训小贴士	13
天气预报	15

娱乐

开心一刻	16
------	----

互动

军训风姿	17
------	----



坚毅 坚强

军人，一个神圣的称呼。教官告诉我们，军队里最重要的纪律是服从，而作为一名军人，最重要的三点是：服从命令，一定服从命令，坚决服从命令。在这里每项军训任务都是非常艰难，也非常累的。尽管那么苦，那么累，但我们受益匪浅。虽说是学生军训，可教官们都拿出了100%的责任心，看那笔直的身姿，听那沙哑的口令……

3

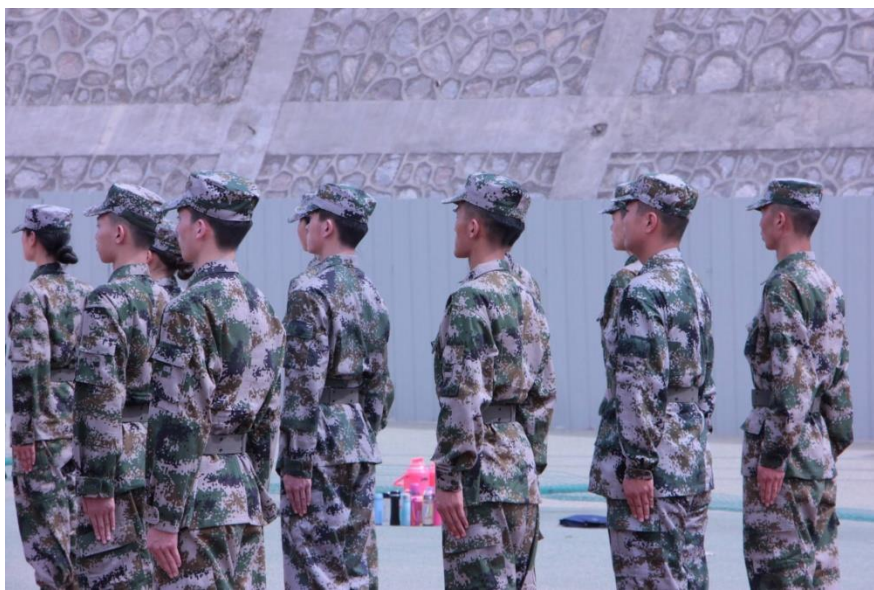


十八九岁的年纪，承载着无数梦想的生命，在训练场上，我明白了什么是坚毅；当绿叶被阳光晒得垂下头来，我们步伐整齐，口号响亮地从跑道走过；天空依稀几朵白云飘过，我们明白了什么是坚强。期望我们也能得到大Boss的称赞，期待接下来的军训生活能够更顺利。

军姿是军训的魂

军训，是一种考验，磨练，成熟型的活动。儿时的军训，纯粹是游戏；少年时的军训，仅不过是一种锻炼；大学时期的军训截然不同，性质也得以升华。十四天的军训，对我们来说无疑是一种挑战，一种磨练，一种人生体验。

我们的军训项目不是很多，也都是军人训练里的基本科目。但是我认为只有经历并且坚持着最基础的训练，我们以后才会做的更好。



就拿军姿来说吧，当我站军姿时，感觉有股浩然正气贯彻长虹。如果把军训比作动人的歌，那军姿就是其中最铿锵的旋律。

律。

今天是我军训的第6天，这短短6天我们苦过，累过，笑过，我好像渐渐懂得了有些人常说的一句话：当兵你只会后悔一两天，而不当兵你会后悔一辈子。虽然当兵的梦想我是实现不了了，但军训可以让我体验当兵的滋味，可以让我变得更加坚强，坚定，更加为我们的军人们自豪。尤其是当教官用沙哑的声音指挥着我们练习时，这种感



情在内心喷发,那是对军人们浓浓的敬意。

都说一分耕耘,一分收获,的确如此,没有付出就没有收获。我相信我会在接下来的训练里,能做的最好,也能付出的更多。

5

致烈日下的你们

人们都说,军训会很苦很累,他不但会晒黑你的皮肤,而且会限制你很多自由。但即使如此,我依然没有退缩,依然满怀信心去迎接。忘不了,第一次站军姿。汗流浹背人站如松的情景;忘不了,第一次教官来,大家欢呼喜悦的样子;更忘不了,一人倒下,几人互相搀扶的画面……我不知道,是否很多的忘不了拼凑在一起回组成一本军训成长路。在这本成长录里,记录了我的成长和成熟。

在军训几天中,最喜欢干的是莫过于和大家一起拉歌,唱军歌,也只有在那时,觉得大家亲如一家。有时把嗓子都喊哑了,也不愿意停下来,

随着军训的推进,我渐渐喜欢上了这个团结而又亲切的团体。渐渐喜欢上了严肃而又不失幽默的教官,多想这种生活可以一直持续下去呀,可毕竟军训时只是我们生活中一个小片段,可这个小片段让我学会如何去面对挫折,如何在以后的路上走的更坚定,如何让我打造属于自己的一片天空,这个小片段,我将永远的珍藏。在剩下的日子里,我会用更多的热情投入其中,认真听取老师和教官的教诲,严格执行教官的命令。



任凭骄阳如何猛烈,我都会坚持到底。像军人那样,不抱怨苦和累,严格执行命令,认真遵守铁的纪律,做合格的兰财人。

看!那烈日下与我们同甘苦、共患难的教官们。每一个动作,每一个姿势,教官们都细心地教导,坚信7天后的我们将会更完美。我已经作了最充分的准备,用自己坚强的意志去挑战,去适应,去体验剩下7天精彩而又刺激,艰苦而又快乐的生活。

尊敬的教官们,让我们16届新生一齐说一声:“你们辛苦了,我们非常感谢你们。”

军训一趣

今天真是夏日炎炎，火红的太阳照着大地。下午，同学们都很不情愿地来到操场上，踩着这块快要被“烤熟”的大地，心里有说不完的抱怨话。

在太阳底下，同学们在两位教官的监视下站得笔直 笔直的，个个昂首挺胸，教官响亮地说：“大家站好了，如果有身体不舒服的喊报告……”我们站在操场上，一动都不敢动，是因为有严厉的教官在看着我们。突然，余雷的一声报告打破了原来的寂静：“报告，抓痒。”教官轻而有力地说：“抓！”余雷抓起痒来，那个样子



真有意思！站了几分钟，许多同学已经满头是汗了，教官就让我们休息，大家十分高兴。男孩子们像火箭一

样快速地跑到操场边上，痛痛快快地喝了个水，脸上就露出了笑容。

过了一会儿，教官叫我们集合，继续训练。我们先练习了站立，还练习了向左向右转，向左向右转的练习中，大部分同学转对了并且每次都大喊：“一二，一二，一二……”只有个别同学转错了方向，羞愧地叫了声：“报告”。后来，教官看我们太热先后两次带同学到阴凉的地方，可是，有些同学不珍惜机会休息，而是讲话，玩拍手游戏，结果，教官叔叔嫌大家太吵，怕影响了其它排同学训练，就带我们回到了太阳直射的大操场上。这下教官一定对同学们非常失望。



军训虽然又累又苦，但是体会到

了解放军叔叔每天坚持训练的坚强意志，我太佩服他们了，我应该向他们学习！相信通过这次军训活动，一定会有不少同学发生变化！

知识小科普：我国主要兵种信息，你知道多少？

中国人民解放军现役部队由**中国人民解放军陆军**、**中国人民解放军空军**、**中国人民解放军海军**三大军种，及一个独立兵种：**中国人民解放军第二炮兵**组成。中国人民解放军保持 230 万人的总规模（世界第一）。中国的军事力量由中国人民解放军（主要对外），中国人民武装警察部队（主要对内）和民兵（助手）三大部分组成。

8

- 陆军



陆军现役兵力共 150 万人。装备有 7000 辆坦克、7500 辆装甲运兵车，拥有 2 万门火炮和 400 架直升机。建立了机动性和战备能力较强的主力部队。而且有许多部队缩编为旅。陆军共编有 18 个集团军，其中 7 个甲级集团军，11 个乙级集团军。按其担负的任务陆军还划分为野战机动部队、边海防部队、警备警卫部队等。

- 海军



海军现役兵力共 23.62 万人，占解放军总人数的 10%。其作战部队——除了海军总部直辖外，分布于北海、东海、南海三支舰队中。**海军是海上作战的主力，具有在水面、水中、空中作战的能力。**其中包括海军航空兵 2.5 万人，海军岸防部队 2.5 万人，海军陆战队 4 万人。

- 空军



空军现役兵力共 42.07 万人 ,占解放军总人数的 17%。空军有 15000 名飞行员 , 空降兵 2 万 4 千 ,解放军空军具有作战能力的飞机接近 3200 架。空军下辖沈阳、北京、兰州、济南、南京、广州、成都 7 个军区空军和 1 个空降兵军 , 以及各类院校、科研试验机构等。空军和海军航空兵的飞机主要驻扎在中国东部地区。

● 第二炮兵



中国人民解放军导弹部队(简称第二炮兵),现役兵力共 13 万人,编有 23 旅。

二炮不仅由此具备了战略核打击能力,也具有了战术打击能力。基本形成了近中远程和洲际导弹齐备、核导弹与常规导弹兼有的武器系列,具备对敌进行精确打击的能力。主要任务:遏制敌人对中国使用核武器。第二炮兵由核导弹部队、常规导弹部队、保障部队、院校、科研机构和机关等组成。

军徽、军衔、大盘点

军徽

中国人民解放军陆军军徽亦即中国人民解放
军军徽。中国人民解放军海军军
徽、中国人民解放军空军军徽均以“八
一”军徽为主体，表示海军、空军是中
国人民解放军的一部分，是在陆军的基础
上发展壮大起来的。海军军徽为藏蓝色
底，象征广阔的海洋，衬以银灰色铁
锚，代表舰艇；空军军徽为天蓝色底，
象征无垠的蓝天，衬以金黄色飞鹰两翼，
代表飞机。



军衔

军衔	海军肩章图片	空军肩章图片	陆军肩章图片	武警肩章图片
列兵				
上等兵				
下士				
中士				
上士				
少尉				
中尉				
上尉				
少校				
中校				
上校				
大校				
少将				
中將				
上將				

军衔是指军队中对不同职务的军人授予的等级称号，
军衔代表军人的荣誉称号、待遇等级和职务因素。军
衔分为永久军衔和临时军衔两类。一般称军衔是指永
久军衔。**军衔一般分为帅、将、校、尉、士官、士兵
6 等。**（部分国家不设元帅级别），每级再细分数级。
军衔制度的意义，主要是有利于提高军人的荣誉感和
责任心，加强军队的组织纪律性，方便部队的指挥与

管理，促进正规化建设，对国际联盟作战和军队间交往也具有重要作用。

军训小贴士

12



1

注意补水补盐

军训时身体内水分消耗极大，所以一定要补充足量的水，最好每天能喝一两杯盐水，以保证人体机能正常的水分需要。

©央视新闻



2

注意防晒

防晒霜在出门前半小时就要涂，因为需要时间吸收。选择防晒霜时挑选含有防护UVA功能的，或是带有PA字样的。

©央视新闻



3

注意防病

大汗淋漓后不要急于喝冷水，以免对肠胃造成伤害。也不能马上冲凉水澡，易引起感冒，冲凉要等汗液排完后进行。

©央视新闻



4

军训得吃饱

军训期间体力消耗大所以饭一定要吃饱，不然会没有力气，抵抗力也会下降。尤其早饭必须吃，否则容易晕倒。

©央视新闻



5

保证睡眠

军训期间要避免熬夜，尽量早入睡，提高睡眠质量。有午休时间的话，最好午休一下，保证充足睡眠。

©央视新闻



6

备好药品

防蚊防暑药品必不可少，花露水、白花油既能驱蚊止痒又有醒神功效。另外备些防暑药比如藿香正气以防中暑。

©央视新闻



7

穿合适的鞋子

可以选择大一码的胶鞋，在鞋子里面再垫一块软鞋垫，袜子最好穿棉制运动袜，以防军训跑步时脚打泡出血。

©央视新闻



8

扛不住别硬撑

军训中体力不支时，一定要打报告休息，不能硬撑，防止出现意外，特别是体质较差的同学。

©央视新闻



开心一刻

- ✓ 站军姿，教官说眼睛盯着对面山上某一颗树就不会想乱动了。然后他就在我们面前来回走动，突然一女头动了一下，教官问为何，此女答：你挡着我那颗树了。

- ✓ 有个新兵，晚上饿了，去炊事班偷吃的。

半夜黑咕隆咚的从墙窟窿钻进去后，一抬头看到大锅里热气腾腾煮着一个四仰八叉的人，肩膀上还搭条毛巾。这个新兵顿时就怒了，心中暗暗骂到：尼玛，吃饭锅竟然还有泡澡功能，该死的炊事班长竟然从来没给我们说过。

- ✓ 初中的时候军训，我们的教官和隔壁班的教官有点过节，两个人都斗得厉害，一天我们正在军训的时候，隔壁班的也到我们边上的地方来训练，对方教官下命令到：正步走。于是他们开始正步走，越走越近，越走越近，眼看马上就要踢到我们班了，对方教官还没有喊停的意思，这时我们教官不紧不慢的下命令到：全体军体拳准备。

军训风采



15

