



暨南大学

2025 级本科学学生军训指南

人民武装部

(2025)

目 录

一、军训安排.....	2
二、军训师建制编成.....	4
三、参训学生购买军训服装安排.....	7
四、军训每日作息时间表.....	9
五、军事技能成绩评分办法.....	11
六、学生军训先进集体和个人评选办法.....	15
七、学生军训场地安排及医护点设置.....	21
八、军训纪律要求.....	23
九、军训温馨提醒.....	25
十、军训请假条.....	26
十一、学生军训跟（缓）训申请表.....	27
十二、港澳台侨学生自愿参加军训申请表.....	28

军训安排

一、参训对象

1. 2025 级内招本科学生。

2. 2025 级外招本科学生中具有香港、澳门、台湾户籍学生以及华侨学生，本人自愿参加军事训练的，需个人提交书面申请，经学校批准后可以参加。自愿参训的学生请于 9 月 12 日前填写报名信息 and 《港澳台侨学生自愿参加军训申请表》，报到当日 9 月 13 日前往校门诊部进行体检，体检结果合格方可参加军训。逾期将不再受理。

二、训练时间

军训起止日期为 2025 年 9 月 15 日-9 月 28 日，实际训练时间 14 天。9 月 13 日-9 月 14 日组织学生体检、购买军训服装，各学院根据体检结果确定参训学生，组织参训学生进行训前思想教育以及对接军训教官、熟悉训练场地，9 月 15 日召开军训动员大会，9 月 28 日举行军训汇报表演暨总结表彰大会。

三、训练内容

根据《普通高等学校军事课教学大纲》《关于在高校新生中开展“消防知识进军训”活动的通知》等相关文件规定和要求，军事技能训练(军训)记 2 学分，主要内容如下：

1. 共同条令教育与训练
2. 射击与战术训练
3. 防卫技能与战时防护训练
4. 战备基础与应用训练
5. 军歌演唱

6. 安全教育与消防演练

四、考核工作

军事技能训练考核由军训连长、指导员、排长共同组织实施，考试成绩按百分制计分，满分 100 分，分优秀（90-100 分）、良好（80-89 分）、及格（60-79 分）和不及格（60 分以下）四个等级。根据学生参训时间、现实表现、掌握程度综合评定。军事技能训练考核成绩不及格者必须进行补考，补考合格后取得相应学分。

五、奖项设立

集体奖项：标兵连、作风纪律模范连、内务卫生先进连、队列会操先进连，共 4 项。

个人奖项：优秀指导员、军训标兵（参训学生）、军训先进个人（参训学生），共 3 项。

军训师建制编成

暨南大学军训师下设 6 个营，28 个连，91 个排。具体编成如下：

军训一团（石牌校区、广园东校区）

营别	连别	学 院	专 业	排数
一	一	文学院	全部专业	2
	二	公共管理学院 体育学院	全部专业	2
	三	艺术学院	全部专业	2
	四	生命科学技术学院	全部专业	5
	五	物理与光电工程学院	应用物理学、光电信息科学与工程	4
二	六	力学与建筑工程学院 经济与社会研究院	全部专业	2
	七	医学部基础医学与公共 卫生学院、中医学院、 护理学院、口腔医学院	全部专业	4
	八	国际学院、 马克思主义学院	国际学院食品营养与健康、临 床医学，马克思主义学院全部 专业	1
	九	深圳校区、 深圳旅游学院	全部专业	4
	十	华文学院	全部专业	2
合计				28

军训二团（番禺校区）

营别	连别	学 院	专 业	排数
一	一	经济学院	全部专业	4
	二	管理学院	全部专业	4
	三	法学院/知识产权学院 国际关系学院	全部专业	3
	四	环境与气候学院	全部专业	1
	五	国际学院	国际经济与贸易、会计学、药 学、金融学、计算机科学与技 术、国际新闻与传播	3
	六	新闻与传播学院	全部专业	3
二	七	信息科学技术学院	全部专业	9
	八	网络空间安全学院	全部专业	2
	九	化学与材料学院	全部专业	3
	十	药学院、 物理与光电工程学院	药学院全部专业、物理与光电工 程学院光电信息科学与工程（创 新班）	2
	十一	暨南大学伯明翰大学 联合学院	全部专业	6
	十二	外国语学院	全部专业	2
合计				42

军训三团（珠海校区）

营别	连别	学 院	专 业	排数
一	一	人文学院	全部专业	5
	二	翻译学院	全部专业	1
	三	国际能源学院	全部专业	4
	四	包装工程学院	全部专业	1
二	五	国际商学院	全部专业	5
	六	智能科学与工程学院	全部专业	5
合计				21

参训学生购买军训服装安排

按照学校军训工作安排,2025 级本科学生军训将于 2025 年 9 月 15 日—9 月 28 日在各校区校内进行。学校已通过公开招标确定军训服装供应商,中标公司为广州军赛实业有限公司,中标价为每套军训服装 54.8 元。为了保证军训工作顺利开展,供应商将在学校指定的地点,按中标价格销售军训服装,请参训学生在规定时间内购买。

一、时间安排

2025 年 9 月 13-14 日 08:00-18:30 (具体以各校区实际通知为准)

二、购买地点

校 区	地 点
石牌校区	金陵文化广场架空层
番禺校区	T2 学生宿舍架空层
珠海校区	学生宿舍 2 栋架空层
广园东校区	敬慎楼 L 层架空层

三、购买方式

学生可通过微信或支付宝等支付方式现场购买。

四、每套军训服装套装清单

序号	产品名称	数量/单位
1	迷彩服	1 套
2	迷彩帽	1 顶
3	迷彩短袖汗衫	1 件
4	内腰带	1 条
5	外腰带	1 条
6	迷彩鞋	1 双
7	肩章	1 副
备注：单项具体价格以供应商现场标价为准，整套军训服装总价为 54.8 元。		

五、注意事项

1. 军训服装套装每套包含迷彩服 1 套、迷彩帽 1 顶、迷彩短袖汗衫 1 件、内腰带 1 条、外腰带 1 条、迷彩鞋 1 双、肩章 1 副。如需某单项 2 件及以上，可在现场单独购置。

2. 请同学们按照规定时间、指定位置前去排队购买。请尽可能本人前去现场购买，挑选本人合适尺码；军训期间只处理有质量问题的服装，不再调换尺码。

3. 请同学们有序按需购买，听从现场工作人员的指引，不要在现场长时间试穿服装，购买后务必点清数量，尽快离开，以免造成拥堵。

学生军训每日作息时间表

（石牌校区、珠海校区、广园东校区）

06：00	起床
06：00-06：40	洗漱、整理内务
06：40-07：20	早餐
07：30-11：00	军事训练
11：20-12：00	理论学习
12：00-12：40	午餐
12：40-14：20	午休
14：30-15：10	理论学习
15：30-18：00	军事训练
18：00-19：00	晚餐
19：00-21：00	各连（学院）安排活动
21：30	晚点名
22：00	熄灯
备注	理论学习：参训学生根据当天训练内容自主学习军事理论课教材“军事技能”中的理论知识。 晚点名：由各连指导员负责，按学院组织。

学生军训每日作息时间表

（番禺校区）

06：00	起床
06：00-06：40	洗漱、整理内务
06：40-07：20	早餐
07：30-10：30	军事训练
11：00-11：40	理论学习
12：00-12：40	午餐
12：40-14：20	午休
14：30-16：30	各连（学院）安排活动
17：00-17：40	晚餐
18：00-21：00	军事训练
21：30	晚点名
22：00	熄灯
备注	理论学习：参训学生根据当天训练内容自主学习军事理论课教材“军事技能”中的理论知识。 晚点名：由各连指导员负责，按学院组织。

军事技能成绩评分办法

根据教育部和中央军委国防动员部《普通高等学校军事课教学大纲》要求，为进一步做好学生军事技能训练工作，结合学校实际，制定本办法。

一、课程设置

《军事技能》课程训练时间 2-3 周，实际训练时间不少于 14 天 112 学时，记 2 个学分。

二、内容及考核

《军事技能》成绩总成绩为 100 分，分优秀（90-100 分）、良好（80-89 分）、及格（60-79 分）和不及格（60 分以下）四个等级，考核内容由队列、拳术、战术、射击、内务卫生、作风纪律组成，分值占比分别为 30%、20%、10%、10%、10%、20%。

每个内容授课结束，由连长、指导员、排长组织考核。

（一）队列

1. 内容：集合、离散，整齐、报数，出列、入列，行进、停止，方向变换。

2. 考核标准：掌握队列动作的基本要领，动作连贯，协调一致，队列纪律严格，军容整齐，姿态端正，精神饱满。

3. 考核方式：以连为单位，由连长组织实施。

（二）拳术

1. 内容：军体拳第一套。

2. 考核标准：基本动作扎实，熟练掌握动作要领，动作

协调、连贯。

3. 考核方式：以连为单位，由连长组织实施。

（三）战术

1. 内容：持枪；卧倒；低姿、高姿和侧身匍匐前进。

2. 考核标准：掌握动作要领，动作协调、连贯。

3. 考核方式：由教官（连、排长）在课堂教学时当场给出成绩。

（四）射击

1. 内容：轻武器性能、构造；射击动作要领；

2. 考核标准：了解轻武器的战斗性能和基本射击理论，掌握自动步枪射击的动作要领。

3. 考核方式：由教官（连、排长）在课堂教学时当场给出成绩。

（五）内务卫生

1. 内容：物品放置、室内卫生。

2. 考核标准：内务应当按照整齐有序、清洁美观、方便实用的原则进行摆放。同一连队相同结构的宿舍应统一标准的摆放标准。

床铺设置：床铺按床垫（褥子）、凉席（床单）的顺序铺垫。床单要清洁平整，被子（毛巾被）竖叠三折，横叠四折，置于床铺一端中央。枕头包置于被子内侧，并与被子（毛巾被）外沿取齐。床上不能放或压书刊杂志等物品。

鞋的放置：经常穿用的鞋放在床下设置的与床相连接的鞋架上（或地上）。每人最多放 4 双，鞋后跟朝外，按皮鞋、

胶鞋、布鞋、拖鞋的顺序从左至右侧放置。

衣物的放置：衣物折叠整齐，摆放在个人的衣柜内或行李箱内。

书籍和学习生活用品的摆放：教材和学习书籍，通常按书籍大小放置。抽屉摆放学习用品必须整齐。

洗漱用具的放置：牙具放在脸盆内或阳台、书架上，摆放一致，毛巾折叠整齐统一晾在绳、架上。

个人其他物品的放置：个人其他物品一律要求入箱进包，整齐摆放在宿舍固定的贮藏位置，床铺边缘不得悬挂物品。

门窗、阳台、书架、桌椅、床架、室内地面、墙面、灯管、卫生间、室外的卫生包干区必须干净、整洁。

3. 考核方式：以连为单位，由指导员组织实施。

（六）作风纪律

1. 内容：着装、个人卫生、遵纪守法、服从命令、完成任务情况。

2. 考核标准：着装及个人卫生符合军容风纪的要求；遵守纪律、团结协作、爱护公物；不迟到、早退、旷课，遵守课堂纪律；服从命令、听从指挥。

3. 考核方式：以连为单位，由指导员根据学生表现，并结合教官（连、排长）的意见进行评定。

三、有关要求：

1. 军事技能教学与考核严格依照《大纲》实施。

2. 各连、排长和指导员要严格按照考核标准，高标准、

严要求，实事求是地对每名学生做出客观评定。

3. 训练成绩（队列、拳术、战术、射击）由连、排长评定，占 70%；平时成绩（内务卫生、作风纪律）由指导员评定，占 30%；成绩由指导员按学院进行统计，经教导员审核并加盖公章后报送人民武装部核定。优秀率不得超过 15 %。

4. 受疫情、疾病等影响未能返校的学生正常编入训练排，开训后指导员要与教官及时沟通，以免影响考勤。未能返校参加军训的学生，在军训期间自主学习军事理论课教材“军事技能”中的理论知识，并撰写不少于 2000 字的学习感想。若学生在军训结束前返校，经体检合格可正常参加训练，军训成绩根据实际训练表现评定。若学生在军训结束后返校，则可由学生向指导员提交学习感想，指导员根据学习感想质量给出成绩，成绩不高于良好。

学生军训先进集体和个人评选办法

为了提高学生军训工作的质量和水平，调动参训师生的积极性和主动性，激发参训师生热情，鼓励表彰先进，结合学校实际，制定本办法。

一、评选对象

参加军训的学院及教师和学生。

二、奖项设置

（一）先进集体奖

标兵连、作风纪律模范连、内务卫生先进连、队列会操先进连。

（二）先进个人奖

优秀指导员、军训标兵（参训学生）、军训先进个人（参训学生）。

三、评选条件和方式

（一）标兵连

1. 评选基本条件

根据各连在学生军训工作中的作风纪律、队列会操、内务卫生等综合评定。军训期间出现重大安全事故、军民纠纷，或造成恶劣影响的连队，取消该连队的标兵连评选资格。

2. 评选方式

各军训团、独立营分别组织评选。

（二）作风纪律模范连

1. 评选基本条件

(1) 参训学生必须按照规定穿着全套军训服、佩带标志服饰(如肩章),做到着装整洁庄重、军容严整、规范统一。

(2) 着军训服时,必须戴正军帽,穿作训鞋、扣好衣扣,不得披衣、敞怀、挽袖、卷裤腿,内衣下摆不得外露,军、便服不得混穿。

(3) 参训男生必须做到头发整洁,不留长发和胡须;女生不戴耳环、项链、戒指等饰物,不化浓妆,戴军帽时头发不得披肩。

(4) 大会期间应做到令行禁止,遵守会场秩序,姿态规范,精神振作。

(5) 训练场上应做到服从指挥、听从安排;伤病人员在旁观训,禁止使用手机;各排应把携带物品统一摆放整齐。

(6) 训练场外应做到举止端正,不得袖手和将手插入衣袋,不得边走边吸烟、吃东西,不得搭肩挽臂。

2. 评选方式

军训期间,按照连队出勤率,以及对参训学生的作风纪律进行统一检查、不定期巡查进行综合评定。

(三) 内务卫生先进连

1. 评选基本条件

(1) 床铺按床垫(褥子)、凉席(床单)的顺序铺垫。床单要清洁平整,被子(毛巾被)竖叠三折,横叠四折,置于床铺一端中央。枕头置于被子内侧,并与被子(毛巾被)外沿取齐。床上不能放或压书刊杂志等物品。

(2) 经常穿用的鞋放在床下设置的与床相连接的鞋架

上（或地上）。每人最多放 4 双，鞋后跟朝外，按皮鞋、胶鞋、布鞋、拖鞋的顺序从左至右侧放置。

（3）衣物折叠整齐，摆放在个人的衣柜内或行李箱内。

（4）教材和学习书籍，通常按书籍大小放置。抽屉摆放学习用品必须整齐。

（5）牙具放在脸盆内或阳台、书架上，摆放一致，毛巾折叠整齐统一晾在绳、架上。

（6）个人其他物品一律要求入箱进包，整齐摆放在宿舍固定的贮藏位置，床铺边缘不得悬挂物品。

（7）门窗、阳台、书架、桌椅、床架、室内地面、墙面、灯管、卫生间、室外的卫生包干区必须干净、整洁。

2. 评选方式

每连随机抽 4 间宿舍参加内务卫生评比（男女宿舍各 2 间）。

（四）队列会操先进连

1. 评选基本条件

（1）精神面貌良好，进出场呼号声音宏亮，遵守队列纪律，做到令行禁止。

（2）军容严整，着装整洁庄重，规范统一。

（3）队列指挥口令清晰准确，声音宏亮，指挥变位动作规范。

（4）会操动作内容符合《中国人民解放军队列条令》要求。

2. 评选方式

根据分列式方队考核成绩评定。

（五）优秀指导员

1. 评选基本条件

（1）思想政治工作深入细致，处理问题果断、及时，所带参训学生情绪高昂，精神饱满。

（2）与教官团结协作，在指导员中起模范带头作用。

（3）工作积极主动，能出色地完成学生的日常管理工作。

（4）有较强的责任心，能以身作则，跟队协助训练，积极主动做好各项教育活动。

（5）经常性开展切实有效的安全教育，在军训期间安全无事故。

2. 评选方式

原则上按照各校区参训学院数量的 50%比例评选。

（六）军训标兵

1. 评选基本条件

积极参加军事技能训练各项科目，出色完成各项活动和任务，在学生军训中表现优秀，起模范带头作用。

2. 评选方式

各连在全连中评出，以学院为单位，100 人以下的学院评出 1 名军训标兵，100-200 人的学院评出 2 名军训标兵，200-300 人以上的学院评出 3 名军训标兵，300 人以上的学院评出 4 名军训标兵。

（七）军训先进个人

1. 评选基本条件

(1) 态度端正，思想进步，严格要求自己，勇于吃苦耐劳，努力完成各项训练任务。

(2) 服从命令，听从指挥，讲究文明礼貌，尊重教师、教官，自觉遵守各项规章制度，遵守课堂纪律。

(3) 积极参加宣传、文体等各项活动，军容风纪、内务卫生保持较好。

(4) 团结友爱，互帮互助，勇于奉献，助人为乐。

(5) 无任何安全事故和违反纪律现象。

2. 评选方式

各连在全连中评出，以学院为单位，按照参训学生人数的 10%比例评出（10%存在小数点的，采用四舍五入，例如：XX 学院 275 名学生，选出 28 名军训先进个人；XX 学院 274 名学生，选出 27 名军训先进个人）。

四、评选组织与表彰

（一）评选组织

标兵连、作风纪律模范连、内务卫生先进连、队列会操先进连以各项评选结果为依据，优秀指导员以学生军训工作为参考，由各军训团组织并提名，报军训师批准。

军训标兵、军训先进个人由各连指导员会同承训教官（连长、排长）根据评选条件组织评出，经军训团审定后，报军训师批准。

（二）表彰

对学生军训工作中取得优异成绩的集体和个人，学校

将在学生军训总结大会上进行表彰。

学生军训场地安排及医护点设置

根据学生军训内容和要求，充分利用、合理安排校内各训练场地，尽量选用阴凉通风的场地。为保障参训学生的生命健康，快速处置训练期间各种突发情况，各校区根据实际情况在训练场设置医护点，每个医护点至少配备2名医护人员，其中石牌校区医护点1个、番禺校区医护点2个、珠海校区医护点2个、深圳校区医护点1个、华文学院医护点1个，并且在每个校区安排1辆应急救护车随时待命。

各校区军训场地安排及医护点设置如下（具体以各校区实际通知为准）：

一、石牌校区

（一）场地安排

1. 旭日运动场：一团一营一、二、三、四、五连，二营六连
2. 旭日运动场副场：一团二营七、八、九连

（二）医护点设置

旭日运动场南1号门广场北侧

二、番禺校区

（一）场地安排

1. 东体育场：二团一营一、二连，二营七、八、九、十一连
2. 东一篮球场：二团一营三、四、五、六连
3. 东网球场：二团二营十、十二连

（二）医护点设置

1. 东体育场场内

2. 东一篮球场场内

三、珠海校区

（一）场地安排

1. 教学实验楼架空层：三团一营一连
2. 足球场：三团一营三连、一营四连
3. 体育馆广场：三团二营五连
4. 篮球场：三团一营二连、二营六连

（二）医护点设置

1. 教学实验楼架空层
2. 体育馆广场（流动医护点）

四、广园东校区

（一）场地安排

运动场：一团二营十连

（二）医护点设置

运动场入口处旁

军训纪律要求

一、服从命令，听从指挥，做到令行禁止。军训学生要尊重军训教官、带训老师以及其他管理人员，在言语上不得顶撞，在行为举止方面要做到令行禁止，有意见应向军训教官、带训老师反映。

二、全体军训学生必须做到讲道德、讲文明、讲礼貌，维护安定团结，严禁在军训期间出现聚众闹事、打架斗殴等严重损害学校形象的行为。

三、携带足够的饮用水到训练场，建议使用大容量水杯并装满饮用水带至军训场地，训练期间按照教官要求摆放在指定位置。

四、军训期间，严禁携带手机至训练场，不要在网上发布容易引起误解、争议的图片或言论。严禁非新闻宣传人员录音、录像和拍照，任何军训相关信息禁止私自上传至网络。

五、军训学生着装及发式须符合规定，参训男生必须做到头发整洁，不留长发和胡须；女生不戴耳环、项链、戒指等饰物，不化浓妆，戴军帽时头发不得披肩。着军训服在校园内行走，须着装整齐，不允许出现敞怀、披衣、勾肩搭背等有损军容军貌的行为。

六、军训期间严格遵守军训纪律，严格落实请销假制度。军训期间参训学生无特殊情况一般不允许请假，确有特殊情况需要请假的，提交书面请假报告。未经批准或超过假期者，一律按旷课处理，旷课时间超过 30 学时应重修课程。

七、加强内务卫生整理，搞好室内外和个人卫生，军训中将定期进行检查和评比。严格遵守军训作息时间，熄灯后，所有学生必须就寝，不允许在外逗留，严禁喧哗、打闹。

八、需要申请跟训的，学生本人根据自身情况及校门诊部体检结果，提出书面申请，可打印也可手写，但申请人必须本人手写签名。经校医室体检确定的，因身体原因不建议参加军训的学生，以及军训期间因伤病不能参加军训的跟训学生，必须着军训服，随班到训练场集中观看训练，可适当参与军训的后勤保障工作；因身体原因确实不能前往训练场观看训练的，在宿舍进行理论学习和内务整理。军训跟训学生成绩评定不高于良好。（不建议学生因身体原因选择随下一级学生一起军训，以免影响大二其他课程。）

九、自觉遵守军训的其他相关规定。

军训温馨提醒

一、注意补充水分。军训中会流很多汗，建议同学们及时补充水分，可以喝白开水、运动饮料或淡盐水。

二、注意按时就餐，补充营养。训练后体力消耗极大，所以应注意补充营养，多吃一些肉类、蛋类，同时要注意补充各种维生素，避免因体力不支而影响军训的正常进行。

三、训练要坚持，但不要硬撑。我们提倡在军训中要“克服困难，坚持训练”，但如果实在支持不下去，也不要硬撑，以防止出现意外，特别是体质较差的同学，遇到问题要立刻举手向军训教官报告。

四、注意人身和财物安全，上下楼梯不要拥挤，注意防滑；不要被室内的家具、电器、插座等固定设施伤害；睡上铺的同学做好相应的保护，以免睡觉时从上铺跌落；注意保管好自己的财物。

五、按时作息。军训期间要按时作息，养精蓄锐。同寝室的同学要团结友爱，遇到问题要相互帮助，严格按照军训时间要求作息。早起时同宿舍的要互相打个招呼，以避免有同学由于晚起而迟到。

六、注意防暑防蚊。必不可少的物品是蚊虫叮咬剂或提前喷洒花露水等，驱蚊止痒又有醒神功效。

七、注意防晒。出门前半小时就要涂，因为防晒霜也要时间吸收。防晒霜要随身带，一般是二个小时就要涂一次。正确的步骤是先用吸油面纸擦干净脸，再涂防晒霜，不过军训汗出得多，注意经常补涂防晒霜。

军训请假条

姓名		学 院		专业班级	
所属连排	连 排		联系方式		
请假 事由及时间	本人因_____， 特提出请假申请，望予以批准，请假期间安全由本人负全责。请假时间： 从_____年____月____日 _____（具体时间）； 到_____年____月____日 _____（具体时间）。 本人签字：_____年 月 日				
指导员 意见	签字：_____年 月 日				
教导员 意见	签字：_____年 月 日				

----- 沿此裁开 -----

销 假 单	本人于____年____月____日因_____请假，现事情处理完毕，返回参训，特此销假！ 本人签字：_____年 月 日
备注	1、请病假的需要附医院证明。 2、学生请假结束后需本人签写销假单交至指导员处。

学生军训跟（缓）训申请表

姓名		性别		学院	
专业		学号		电话	
申请类别 （用√表示）		☐ 跟训，免除重体力科目训练、观训			
		☐ 缓训，随下一级学生训练			
申请理由： 申请人： 日期：					
体检结果： （根据校门诊部官方号码发送的“体检结果意见”短信或医院诊断证明书填写）					
指导员（带训辅导员）意见： 签名： 日期：					
教导员（学院领导）意见： 签名（盖章）： 日期：					

港澳台侨学生自愿参加军训申请表

姓 名		性 别		学 院	
专 业		学 号		电 话	
生源地	☐ 香港 ☐ 澳门 ☐ 台湾 ☐ 华侨 (用√表示)	证件类型		证件号码	
申请理由：					
申请人：日期：					
体检结果：					
(根据校门诊部官方号码发送的“体检结果意见”短信或医院诊断证明书填写)					
☐ 合格 ☐ 不适合参加军训					
学院意见：					
签名（盖章）：日期：					