

附件：

2026级大学生军事技能训练实施计划（旅集训阶段）

内容 时间	周六 (9.5)	周日 (9.6)	周一 (9.7)	周二 (9.8)	周三 (9.9)	周四 (9.10)	周五 (9.11)	周六 (9.12)
早操 (6:20-7:10)	新生报到	队列	内务	队列	体能	队列	体能	队列
上午 (8:00-11:40)		1. 开训动员大会 2. 国防教育讲座	科目一: 共同条令 (队列) 1. 集合、离散; 2. 整齐、报数; 3. 出列、入列;	科目一: 共同条令 (队列) 4. 行进、停止, 方向变换	科目二: 轻武器射击 1. 射击原理; 2. 据枪、瞄准、击发; 3. 激光模拟射击	科目二: 轻武器操作 1. 射击原理; 2. 据枪、瞄准、击发; 3. 激光模拟射击	科目三: 战术基础 2. 低姿、侧姿、高姿 3. 班战术	科目四: 战备基础 3. 徒步行军
		科目一: 共同条令 (队列) 队列纪律常识						
下午 (14:30-15:15)	营务会	科目一: 共同条令 (队列) 1. 集合、离散; 2. 整齐、报数; 3. 出列、入列;	科目一: 共同条令 (队列) 4. 行进、停止, 方向变换	学习教育/条令学习	科目二: 轻武器射击 1. 射击原理; 2. 据枪、瞄准、击发; 3. 激光模拟射击	科目三: 战术基础 1. 卧倒、起立; 2. 低姿、侧姿、高姿	学习教育/条令学习	科目四: 战备基础 1. 紧急疏散(防震、 防火演练); 2. 灭火安全训练
下午 (15:25-18:00)	编连			科目二: 轻武器射击 1. 射击原理; 2. 据枪、瞄准、击发; 3. 激光模拟射击			科目三: 战术基础 4. 排战术	
晚上 (19:00-21:00)	规范内务	科目一: 共同条令 (队列) 4. 行进、停止, 方向变换	军事理论/科目一: 队列 动作 4. 行进、停止, 方向变换	科目二: 轻武器射击 1. 射击原理	军事理论/科目二: 轻武器 射击 2. 据枪、瞄准、击发	军事理论/科目三: 战术 基础 1. 卧倒、起立	徒步行军准备	实装训练及 实弹考核准备
		军事文化活动		军事文化活动				

2026级大学生军事技能训练实施计划（旅集训阶段）

内容 时间	周日 (9.13)	周一 (9.14)	周二 (9.15)	周三 (9.16)	周四 (9.17)	周五 (9.18)	周六 (9.19)	周日 (9.20)
早操 (6:20-7:10)	1. 机动 2. 实装训练 3. 实弹考核	队列	体能	队列	体能	队列	体能	总结表彰大会
上午 (8:00-11:40)		科目五:格斗基础 1. 格斗基本功; 2. 军体拳	科目六:战场医疗救护 1. 包扎、止血、固定; 2. 心肺复苏	科目六:战场医疗救护 3. 搬运	科目七:手榴弹使用 1. 手榴弹性能; 2. 投掷动作要领; 3. 模拟弹投掷	科目八:生化防护 1. 防护器材性能; 2. 防护器材使用	比武竞赛	
下午 (14:30-15:15)	科目四:战备基础 1. 紧急疏散(防震、 防火演练); 2. 灭火安全训练	学习教育/条令学习	科目六:战场医疗救护 1. 包扎、止血、固定; 2. 心肺复苏	科目七:手榴弹使用 1. 手榴弹性能; 2. 投掷动作要领; 3. 模拟弹投掷	科目八:生化防护 1. 防护器材性能; 2. 防护器材使用	学习教育/条令学习	比武竞赛	机动
下午 (15:25-18:00)		科目五:格斗基础 1. 格斗基本功; 2. 军体拳				科目八:生化防护 1. 防护器材性能; 2. 防护器材使用		
晚上 (19:00-21:00)	科目五:格斗基础 1. 格斗基本功	军事理论/科目五:格斗 基础 1. 格斗基本功; 2. 军体拳	合唱比赛	军事理论/科目七:手 榴弹使用 1. 手榴弹性能; 2. 投掷动作要领; 3. 模拟弹投掷	军事理论/科目八:生化 防护 1. 防护器材性能; 2. 防护器材使用	比武准备	小结	
	军事文化活动							

备注：1. 旅集中训练阶段由全旅统一组织实施，时间为9月6日至9月20日；2. 营集中训练阶段由各营组织实施，在秋季学期第3、5-9周每周日进行，第4周是国庆假期不安排训练，训练内容包括教育讲座、心肺复苏、模拟射击、军事体育、军事展演等方面；3. 各营严格按照训练计划组织实施。