

# 装副总结

2021.11 九华山考察

张晗

2021 年 11 月 7 日

第一次担任科考活动的装备副领，经验十分有限，但最后还算是完成了任务，没翻什么大车。现在把自己从中得到的经验教训做一个总结，以供参考。

## 1 前期准备

对于一个萌新装副来说，前期一定要多准备。

### 1.1 了解如何做一个装副

首先得回忆一下之前外出活动中的装副是怎样做装副的，大体明白自己要干些什么；然后就是要仔细阅读前人的总结（基本在协会的网盘里），了解具体的细节，且要特别注意那些前辈们也没做好的地方，以此来提醒自己；最后是要去请教曾做过装副或经验丰富的前辈们，不懂的东西就要及时问，最终来完善自己的工作。

在此期间，John，阿飘，一飞哥，健健，俊哥都给了我很大的帮助，这里要特别感谢一下他们。

### 1.2 熟悉装备（部）

如果你不是一个内鬼 经常去装备部的人，那你可以多去装备部腐败看看，熟悉一下各装备的位置、数量等，以便于之后能快速准确地分配装备，不至于到最后手忙脚乱，忘了这个忘了那个。然后就是要去深入学习各装备的使用方法，背包、登山杖、帐篷、绳结等，这可以在装副培训时进行，或者直接向一些装备部老狗请教。这也是在为之后的装备讲解做准备。

### 1.3 装备讲解和装备推荐

装备讲解首先要熟悉被讲解装备的使用方法和注意事项，这要结合自己之前的外出经历及前人的总结，多次实践才能做到。

其次是要注意讲解时可能出现的各种问题。第一，要在讲解前把要讲的东西准备好，可以额外带一些装备给队员，让他们上一下手。第二是要注意讲解时的顺序问题，以登山包为例，首先一定要把包调整好，防止讲解时发生包不合身的尴尬；其次要依据装包的顺序安排好讲解顺序，建议先按“空包->睡袋->防潮垫->帐篷”的顺序讲完后再按同样的顺序演示一下装包。第三，讲解时变数很多，可能会遗忘一些细节，这就需要及时回想和补充，讲解时如果有其他的领队组老狗在就会好很多，他们会及时提醒你。

然后是关于装备推荐的问题。对萌新做好装备推荐是十分有好处的，可以让他们外出拉练或考察时有更好的体验，也可以帮他们少走装备选购时的弯路。其实我对于户外转备并不十分了解，所以我的装备推荐是在参考2019年尹飞鹤学长等人的《龙井河装备情况说明》以及其它资料后写成的，详情请参看《2021九华山装备建议》。

### 1.4 装备准备及分配

首先要提前了解队员的需求，一般要看有没有人自带或借用装备（借用的一般是外挂和登山杖），然后列出初步的装备清单。其次是要和装备部协商装备分配的问题，特别是在有其他外出队伍时，要及时和他们装副沟通，协商装备分配。最后要确认装备情况，哪些可以是协会可分配的（如登山包、睡袋等），哪些是需要去借的（如这次考察需要的地质锤和放大镜），哪些是要买的（如一次性雨衣、手套等）。借用装备要联系老师或老狗，买装备要和财副协商，向装备部或商家购买（网购一定要注意时间，尽量早买）。这些都做完之后才得到一张完整的装备清单。之后要确定好时间，依据此清单让队员们来拿自己的装备，至于要让拿走什么装备要依据领队组的具体安排而定，所以要及时向领队组确定，不要像我一样发错装备。

特别要注意的是出发前一定要把要充电的装备及时充好，把装备再次清点、分好类并做好装备的便携性的工作（指可以方便分类拿放）。

## 2 中期策划

中期要做的其实只有一件事，就是把所有的装备用好，并完好地带去和带回。

### 2.1 装备安排

装车卸车时，首先要根据交通工具地具体情况决定装备的摆放位置，然后要统筹规划队员们装车、卸车，清楚地知道各装备的具体位置，防止装备的遗漏。装卸车后，要再次检查车里车外，保证装备齐全。

在营地时，要清楚各装备的摆放位置，便于考察、炊事、搭帐篷时所需装备的快速到位。一天结束后也要把装备检查一遍并分类放好。

### 2.2 其它工作

出发前和回营地后要安排队员快速搭收帐篷。行军时要带好备用装备、辅绳及校旗、会旗等，回营地后要收好对讲机并关闭。晚上要分配好头灯和帐灯，最后要在睡前检查好队员们的帐篷情况和背包、鞋子等的摆放位置，防止受潮。

## 3 后期收尾

后期工作就比较简单了，让队员们让他们把包背回去（一般男生要带帐篷），晒好睡袋、帐篷，清理好登山杖、防潮垫等，最后找时间让他们归还装备，检查、核对好之后再和装备部交接后就算完成工作了。记得一定要保证帐篷、睡袋归还时是干燥的，不然要罚钱的！

## 4 结语

这次作为装副参加九华山考察，第一次切身地感受到了领队组的不容易，一次成功的外出活动真的需要领队组付出许多的时间和精力，很多本来以为不用操心的事到头来还是要去操劳。所以各位想要做装副的同学一定要做好心理准备，并且要和多领队组配合沟通。这次我作为装副最大的问题就是没有及时地把各个阶段的情况及时向主领汇报，许多问题被自己忽略了，最后要靠主领提醒才注意到。

但是总体来说还是值得的。当过一次副领之后，我的策划、安排事情的能力有了很大的提高，对于科考活动的认识也更进了一步，最重要的事借此机会认识了许多协会里的人，也更进一步地融入了这个大家庭。

## 附录

|    | A    | B      | C  | D             | E        | F    | G    | H    |
|----|------|--------|----|---------------|----------|------|------|------|
| 1  |      | 物品名称   | 数量 | 备注            | 登山包      |      | 防潮垫  | 睡袋   |
| 2  |      | 重装包    | 13 | 丹丹姐包未还、岳翰、吴笑渔 | 0914     | 李卓远  | 12+4 | 12+2 |
| 3  |      | 睡袋     | 14 | 厚1, 王可、房鼎自带   | 0804     | 黄伟业  |      |      |
| 4  |      | 防潮垫    | 16 |               | 1100     | 杨育   |      |      |
| 5  |      | 一次雨衣   | 18 | 备用2           | 1702     | 宋建宏  |      |      |
| 6  | 分配携带 | 防雨罩    | 12 |               | 0812     | 大爷   | 2    |      |
| 7  |      | 哨子     | 2  | 女生用           | 0601     | 赵意扬  |      |      |
| 8  |      | 手套     | 18 | 备用2           | 0801     | 张晗   |      |      |
| 9  |      | 帐篷     | 9  | 备用1, 全为2人帐    | 0603     | 田昌奇  |      |      |
| 10 |      | 急救毯    | 18 | 备用2           | 0913     | 胡翔   | 2    |      |
| 11 |      |        |    |               | 0602     | 扁鹊   |      |      |
| 12 |      | 神圣的物品  |    |               | 0810     | 德彪   |      |      |
| 13 |      | 会旗     | 1  |               |          |      |      |      |
| 14 |      | 校旗     | 1  |               | 2105     | 王可   |      |      |
| 15 |      | 帐篷相关   |    |               |          |      |      |      |
| 16 |      | 大地席    | 1  |               |          | 帐篷分配 |      |      |
| 17 |      | 地席     | 9  |               | 1908 (三) | 杨丹丹  | 王可   |      |
| 18 |      | 地钉     | 52 | 一个帐篷4个备用12个   | 1906     | 德彪   | 黄伟业  |      |
| 19 |      | 帐篷灯    | 10 | 备用2           | 1907     | 大爷   | 赵意扬  |      |
| 20 |      | 地质     |    |               | 1605     | 胡翔   | 田昌奇  |      |
| 21 |      | 放大镜    | 6  | 借用            | 1604     | 扁鹊   | 宋建宏  |      |
| 22 |      | 地质锤    | 4  | 借用            | 1910     | 杨育   | 房鼎   |      |
| 23 |      | 炊事     |    |               | 1504     | 岳翰   | 吴笑渔  |      |
| 24 | 公共装备 | 气罐     | 6  | 购买, 备用2       | 1505     | 张晗   | 李卓远  |      |
| 25 | (单独装 | 小锅     | 4  |               |          |      |      |      |
| 26 | 配)   | 炉头     | 4  |               | 0901     | 备用   |      |      |
| 27 |      | 挡风板    |    | 找到1个, 还要借或买   |          |      |      |      |
| 28 |      | 盆      |    |               |          |      |      |      |
| 29 |      | 刀      |    |               |          |      |      |      |
| 30 |      | 打火机    |    | 购买            |          |      |      |      |
| 31 |      | 其它     |    |               |          |      |      |      |
| 32 |      | 头灯     | 10 |               |          |      |      |      |
| 33 |      | 工兵铲    | 1  |               |          |      |      |      |
| 34 |      | 垃圾袋    | 1卷 |               |          |      |      |      |
| 35 |      | 辅绳     | 1  |               |          |      |      |      |
| 36 |      | 对讲机    | 4  |               |          |      |      |      |
| 37 |      | 修复杆    | 4  |               |          |      |      |      |
| 38 |      |        |    |               |          |      |      |      |
| 39 |      | 登山杖    | 外挂 |               |          |      |      |      |
| 40 |      |        |    |               |          |      |      |      |
| 41 |      |        |    |               |          |      |      |      |
| 42 | 自借   | 张晗     |    |               |          |      |      |      |
| 43 |      | 李卓远    |    |               |          |      |      |      |
| 44 |      | 黄伟业    |    |               |          |      |      |      |
| 45 |      | 杨育     |    |               |          |      |      |      |
| 46 |      | 胡翔     |    |               |          |      |      |      |
| 47 |      | 吴笑渔    |    |               |          |      |      |      |
| 48 |      |        |    |               |          |      |      |      |
| 49 |      | 贵重物品登记 |    |               |          |      |      |      |
| 50 | 黄伟业  | 相机     |    |               |          |      |      |      |
| 51 | 德彪   | 相机     |    |               |          |      |      |      |

装备清单

# 装备建议

2021 九华山科考

九华山领队组

2021 年 10 月 20 日

## 1 引言

为了在考察或拉练过程中保护好自己并获得良好的体验，好的装备必不可少。为了让萌新们能快速了解户外装备，并能提前做好个人的装备准备，在参考 2019 年尹飞鹄学长等人的《龙井河装备情况说明》以及知乎相关文章后，写作此文。

## 2 协会提供装备简介

协会装备部一般会为同学准备：帐篷、睡袋、登山包（重装包）、防潮垫、一次性雨衣、手套、防雨袋（套在包上用）、哨子（女生用）、登山杖和外挂。在本次的考察中，登山杖和外挂并不是必备的，所以不会默认配备，所以有需要的同学要找装副登记借用。这些装备会在适时的时候进行详细讲解。

**注意：**有想要自带以上装备的，要提前找装副说明，以便于分配装备。此外，如果想要自带一些贵重装备（如无人机、相机等），也要找装副登记。

### 3 个人自带装备推荐

#### 3.1 鞋袜

##### 3.1.1 登山鞋

建议以后有计划参加多次户外活动的同学购买一双登山鞋，一双好的登山鞋可以抓地防滑、保护双脚、保证安全，且耐磨性好，不易损坏，买一双就足以应对多次拉练或科考。建议选择高邦或中邦登山鞋，可以有效防止沙石、虫子（如龙井河的蚂蝗）进入。选择时要考虑其防滑性、耐磨性和防水性，建议选大一码或半码，新鞋应适当磨合，切忌穿新鞋上路。



图 1: 高邦登山鞋



图 2: 中邦登山鞋

附：[户外登山徒步鞋选购攻略](#)

##### 3.1.2 运动鞋

如果要穿平时的运动鞋，要尽量选择高帮、耐磨、防滑性好的，否则要么损伤双脚，要么损伤鞋子。

##### 3.1.3 袜子

由于登山鞋比一般鞋硬，而登山常常必须长途跋涉，踩在坚硬的石头上，所以穿比较有厚度的袜子，舒适性会比较好，但同时也要考虑其透气性。羊毛袜是个不错的选择，不建议穿棉袜。因为棉袜湿掉时材质会变硬，行走时容易摩擦起水泡，湿掉不易干也会失去保暖性。此外，袜筒一定要长，建议不要穿船袜。



图 3: 长筒羊毛袜

### 3.1.4 拖鞋

拖鞋并不是必带品，但在一天的行走后换上拖鞋可以放松双脚；而且如果白天时涉水把鞋弄湿了，晚上换上拖鞋就会舒服很多。

## 3.2 衣物

在外拉练或考察时，一般上身要穿三层衣服。最里面是速干衣，便于排汗；中间是保暖的衣服，建议不要太厚，一般选择较薄的卫衣；最外层要穿有防护作用的、质地较硬的外套，这样不会被树枝等挂住或划伤，一般推荐冲锋衣。至于裤子，一定要穿速干透气的长裤，最好选择束口的，也可以将裤腿塞到长袜里，不要暴露自己的脚踝。下面具体说明。

### 3.2.1 速干衣服

速干衣能将汗水迅速地转移到衣物的表面，通过空气流通将汗水蒸发，保持皮肤的干爽。推荐穿一件在最里面。但注意不要穿纯棉的，比较闷。



图 4: 速干衣



图 5: 速干裤

速干衣选择短袖长袖皆可，如果穿短袖且无外套时，可以考虑穿戴冰袖，既能防止刮伤、蚊虫叮咬，又能保持手臂凉爽。





图 6: 冰袖

### 3.2.2 保暖、防护衣物

冲锋衣防风防雨，保温透气的作用，在应对外出拉练或考察可能遭遇的风云时十分有效。一般推荐买二合一或三合一型的冲锋衣，既有防风防雨的外套，也有保温的抓绒或羽绒内胆，这样晚上在营地时也不会太冷。



图 7: 冲锋衣

#### 附：冲锋衣选购攻略

特别注意，这些天天气已经开始变冷了。尤其在山上时，夜晚会非常冷，所以除了行军时的衣物外一定要额外准备保暖的衣服，抓绒衣物、羽绒服都可以考虑，但一定要保证晚上自己不会冷！

## 3.3 其它衣物

### 3.3.1 护膝

膝盖不好的同学可以考虑购买护膝，可以保护膝盖增加舒适性。

### 3.3.2 遮阳帽

怕晒的同学可以选择带上户外渔夫帽或者鸭舌帽，渔夫帽遮阳效果更好一点。



LP

图 8: 护膝



OR outdoor research



始祖鸟 Arcteryx

图 9: 遮阳帽

### 3.3.3 魔术头巾

魔术头巾用途广泛，功能如图，建议准备一条。

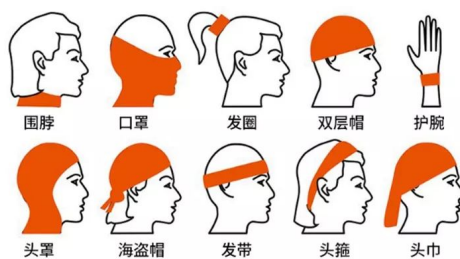


图 10: 魔术头巾

### 3.3.4 轻装包

每人都必须有轻装包，以便把个人（贵重）物品和食物、水等考察必备物品随时带在身上，防止财产损失，方便考察活动的进行。一般选择轻便够

用的小包或束口袋（束口袋可以在协会借，但不能保证质量）。也可以用书包代替，但可能会比较重。



图 11: 轻装包

### 3.4 食物与水

#### 3.4.1 餐具

要吃晚饭必须携带好餐具，普通的饭盒、勺子筷子即可。如果追求便捷性可以购买可折叠的饭盒。不建议带一次性餐具，因为不符合环保理念。



图 12: 可折叠饭盒

#### 3.4.2 水杯

水杯时户外必备的东西，一般每天每人要准备 2L 水，所以一定要自带容量做够大的水杯。军训时发的富光杯一个 1L, 可以直接带上两个。我们每天早上和晚上会在营地烧水补水。

#### 3.4.3 水袋

在户外徒步时水带是十分有用的东西，不仅装水容量大，还可以挂在包上，利用吸管边走边喝。只是要注意不能装热水。但由于我们每天补水时水

都是热的，所以一定要带上水杯，先把水装在杯子里冷却，然后再把水倒入水袋。



图 13: 水袋

#### 3.4.4 关于零食

建议可以自己带一些能快速补充能量的零食，如士力架、巧克力等，少带膨化食品。另外注意，在外出考察时我们一般不允许队员消费，所以要提前准备好想带的零食。

### 3.5 其它装备说明

#### 3.5.1 电子设备

手机和电量足够的充电宝（记得带充电线）是很必要的，充电宝电量也不用太大，1、2 万毫安就够了，因为在外考察时不常用手机，实在不行可以互相借用。平板和电脑不推荐带，要带就自己保护好，自己背。

#### 3.5.2 记录与访谈物品

笔、板夹、草稿纸需要自己带好。

#### 3.5.3 塑料袋

准备好塑料袋用于装衣物、防水防潮，处理自己产生的垃圾。

#### 3.5.4 特殊物品

必带身份证和学生证，其它需要用的一些东西，如纸巾，药品、手电、相机等（贵重物品记得登记）可以选带。

### 3.6 关于作业

以本人的经历来看，一般在三天的考察过程中几乎没有时间或机会做作业的，所以最好提前做好安排，尽量不要带。如果实在想带的话，可以把相关的知识、题目拍下来，晚上在营地偷偷看，这样既减轻了自己的负担（指身体上的），又减轻了别人的负担（心理上的）。

## 4 关于购买

首先杜绝消费主义，不顾自己需求地购买。推荐始终是推荐，衣服是要穿在你自己身上的，所以最好先不用把这些户外一次性备全，先在这次考察中实践一下，再决定购买什么。

至于推荐购买什么品牌的，先直接放上尹哥原话：

“至于品牌，大家就别在这上面花太多钱了。推荐：迪卡侬、骆驼、探路者。理由：性价比高，便宜耐 X。大家都不是专业的，没有必要花几千块钱去提升一点点性能。上面所列举的户外装备它们几乎都有（冲锋衣、登山鞋、水袋等）。鞋和衣服的话，我个人首推探路者，两百多的鞋随便淦，我初中买的冲锋衣现在还在穿。”

我们会在出发前组织一次迪卡侬团购，懒得自己提前准备的同学或不想网购的同学可以在那个时候跟大部队去采购自己所需的装备，有协会的会员证还能打折，所以也是一个很好的选择。

## 5 结语

以上的推荐是结合协会拉练考察的特点、自身的经历和前人的总结得出的，尤其是受到尹飞鹄学长等人的启发。希望以上内容能够帮助新人对户外装备有一个初步的了解，从而更好地适应协会的各种活动。

## 附录: 必带物品清单

- A 身份证, 学生证
- B 合适的衣裤、鞋袜
- C 储水容器
- D 饭盒、餐具
- E 轻装包
- F 手机、充电宝 (充电线)
- G 塑料袋
- H 笔、板夹、纸张
- I 个人必带物品



# 背包讲解

## 装载系统

- 雨衣
- 防雨罩
- 行餐
- 钱包钥匙等
- 防雨袋
- 防潮垫
- 帐篷
- 个人其他物品
- 睡袋
- 衣物及不常用物品
- 水杯
- 小刀
- 手电筒
- 打火机
- 钱包

头仓

主仓

睡袋仓

侧包

腰包

## 外挂系统

- 防潮垫（不常用）
- 小东西临时挂点
- 帐篷
- 防潮垫
- 地席
- 拖鞋
- 帐篷
- 防潮垫
- 对讲机
- 水袋吸管
- 手电
- 登山杖

顶挂

背挂

侧挂

底挂

前挂

冰镐外挂点

对称、牢固、舒适即可

## 背负系统

- 上包方式
  - 单手上包
  - 双人协助
  - 借助高地
- 腰扣的使用
  - 胯部受力
  - 上包解腰扣、胸扣
  - 下包系腰扣
- 背部承压收缩系统
  - 胸口
    - 防止背包晃动
    - 不影响呼吸
    - 救生哨
  - 背带底部收缩带
- 肩带收缩系统
  - 受力带与背包成45°角
  - 上山下山的调整
- 方便提手
- 物品放置原则
  - 由重到轻从背部向外辐射
  - 收束带先松再紧
  - 物品先营地再行军（取用方便）



