



部队新兵体能素质情况及对训练伤发病情况的实际影响

韩 斐

(陆军步兵学院 江西南昌 330100)

摘要: 部队中的新兵作为新鲜的血液贯穿于整个部队,是部队战斗力的重要组成部分。士兵在军事训练中受伤不仅会影响到训练的进程和结果,还会影响到士兵军事素质的提升,这也使其成为阻碍军事训练顺利发展的重要因素。而根据调查,士兵在新入伍阶段训练所造成的受伤率是最高的,其受伤的比例最高可达到37.7%,国外的新兵受伤比例最高甚至可以达85%,在这些受伤的原因中所占比例最高的就是过劳损伤,这种情况不仅会导致人员的战斗性减弱,还会消耗大量的医务资源,最重要的是会使士兵失去很多训练的时间。

关键词: 部队新兵体能素质情况;训练伤发病情况;实际影响

中图分类号: R256.12

文献标识码: A

文章编号: 1009-5187 (2018) 03-107-01

引言

对新兵的伤病率进行实时的调查和分析,了解军事训练与士兵体能之间的关系,从而提出一些建议来提高新兵的体能素质并减少其发病率。在研究的过程中会涉及到一些实验,抽取344为男性士兵,按照我国颁布的《中国人民解放军军人体能标准》中对军人体能的要求,把日常3公里作为测试的指标。然后还会依据我国颁布的《军事训练伤诊断标准及防治原则》等来监测新兵训练伤病的发生情况。希望通过这次调查研究大大降低新兵训练伤发病率。

一、统计调查

在某部队挑选344为新兵,这些新兵年龄大都在17到24周岁之间并且都为男性。其中有92为来自城镇,其他人都来自农村,在他们中其中有23位只有初中学历,大多数士兵都是高中或中专学历,还有86为拥有大专及大专以上的学历。通过《中国人民解放军军人体能标准》中的体能标准对这344位新兵进行调查,在他们入伍一周后对他们进行3公里长跑测试。最后利用《军事训练伤诊断标准及防治原则》对他们的伤病情况进行分析。在统计伤病的过程中利用SPSS 13.0软件对其进行统计,每一组在比较的过程中采用 χ^2 的标准来监测而把 $P < 0.05$ 作为显著的差异。

首先以城镇与乡村作为划分标准对其进行统计,结果如下

表1 3公里跑步城镇与农村新兵的成绩比较

地域类型	达标人数	不达标人数	总计	达标率
城镇	24	68	92	26.1%
乡村	69	183	252	27.4%
总计	93	251	344	27.0%

通过观察、计算可以发现两组比较其 P 是大于0.05的
若以学历为标准进行划分,结果如下

表2 3公里跑步不同学历新兵的成绩比较

学历	达标人数	不达标人数	总计	达标率
初中	13	10	23	56.5%
高中以上	80	241	321	24.9%
总计	93	184	344	27.0%

通过观察、比较可以发现两组的 P 是小于0.05的
以是否达标作为标准来研究其训练受伤情况,结果如下

表3 3公里成绩中达标与非达标的受伤比较

成绩	训练受伤人数	训练为受伤人数	总计	发生率
达标	4	79	93	4.3%
不达标	48	183	251	26.2%
总计	52	292	344	27.0%

通过观察、比较可以发现两组数据的 P 小于0.05

在部队训练中跑3公里是训练的主要内容,也是一位军人的日常活动,它一直是部队体能训练中的重点和难点,从3公里的成绩中可以看出一位军人的整体素质和体能水平。通过上面的调查,从新兵中挑选一部分人,在还没有经过专业的训练之前对其进行3公里的测试,其结果也可以向我们直接反应当前兵源的整体水平。从结果中可以看出,新兵在3公里跑步中达标的人生只有27%,拥有高中以上学历的新兵其达标率也仅仅只有24.9%,这样的结果充分暴露出我国当前兵

源的身体素质极其差,如果在往深层次进行剖析,就是我国目前的青少年、尤其是高中生他们的身体素质低、体能差,极其缺乏锻炼。在对高中生进行体能调查中,也很明显的出现了这样的问题,当代的高中生其身体素质四大指标达标率直线下滑。

二、新兵身体素质情况对训练病发的影响

从上面的调查中可以看出新兵在训练中受伤又超过一多半的人他们在3公里体能测试中是为达到的,从中就会得出结论:身体素质的好坏对训练伤发生有着很大的影响,也就是说:第一:在这些成绩不达标的人群中他们的体能也都较差,他们都比较不爱运动其身体协调能力也较差。还有很多由于体型偏肥胖,在跑步中对下肢的负重过于大,这也就导致在训练的过程中下肢受伤。第二:这些人平时的训练中,没有专业的老师对其进行指导,没有一个科学、合理的方法进行训练。而对于那些身体素质好的士兵,在训练中也会相对轻松一些,在部队这样高强度的训练中体能素质差的人可能就接受不了,这也是造成训练伤发生的原因。第三:部队给予的压力和自身的压力相互作用下,很容易让成绩不达标的人产生一些偏激的心态,例如:紧张、抑郁、紧张等情绪,在加上没有及时对这种心理进行调整,也会导致训练伤发生。

三、提高新兵的体能素养,降低训练伤发生的措施

首先,应该从青少年入手全方位的提高青少年的身体素质,青少年关系到祖国的发展,关系到民族的振兴,也关系到兵源的身体素养,所以各大学校应该积极采取各种措施去提高青少年的体能,应该重视起学校的体育课。其次,应该完善与体能相关的法律,更严格的对体能差的人进行筛选,实行严格的淘汰制度。在对青少年的体能进行规定时,我国只有在《国家学生体质健康标准》中有涉及,但这其中也只是对学生所进行的体育锻炼有一定的导向作用,在这其中并没有明确的指出具体的项目,对于军人来说其完成多种多样的任务时对身体素质要求最大的两方面就是力量与耐力,其在具体的设置标准中也存在着很多的缺陷,这些现有的标准还无法准确的确定一位军人的身体素质是否符合军人的合格标准。最后,对新兵进行培训的时候一定要采取科学的方法。通过体能测试将士兵划分一定的标准,对于那些体能差的人就适当的降低他们的训练难度。在训练的过程中还应该注意心理方面的沟通和交流,让新兵逐渐去适应新的环境,积极的面对困难与挑战,让他们树立起信心和勇气,从而达到提高成绩,降低训练伤发生率的效果。

四、结束语

综上所述,只有新兵身体素质得到一定程度的提升,其训练伤的发生才能大大降低。从学校教育入手,把好新兵选拔这关,才能不断壮大我国当兵的队伍,才能促进我国军事实力更强大。

参考文献:

- [1]王新伟. 海军水面舰艇官兵训练伤发生特点与干预策略研究[D].第二军医大学,2017.
- [2]王泳超,周志雄,刘博文.新入伍特种兵基础性体能现状研究[J].运动,2016(12):155-156.
- [3]孔臣.武警某部新兵体能现状调查及其影响因素研究[D].河北医科大学,2015.