



军人体能训练与军事训练结合研究

卢 聪

(陆军步兵学院 江西省南昌市 330100)

摘要:军人的体能训练和军事训练作为部队培养优秀军人的重要的两方面。一个合格的军人必须要经受得住体能和军事训练的双重考验。但是,如何更加科学的、有效的进行军人体能训练和军事训练是值得我们去研究的,如何适应未来军事变革和信息化发展呢,军人体能训练和军事研究是其中的关键点,应该引起我们的重视。本文通过介绍军人体能训练的模式、军事训练的方法,以及如何将军人体能训练和军事训练相结合,以期可以给现阶段军事研究提供帮助。

关键词:军人体能训练;军事训练;综合研究

中图分类号: R256.12

文献标识码: A

文章编号: 1009-5187 (2018) 08-125-01

一、引言

部队教育训练和军事人才培养计划包含着军人体能训练和军事教育训练,在新的形势下,军事变革飞快、信息化发展速度加快,如何更好地适应军事斗争已经显得尤为重要。我们应该给予足够的重视和研究。现代社会,经济发展速度加快、信息化产业崛起、新媒体产业开始遍及各地,我们的日常生活、日常的生产活动都受到多多少少的影响。在国家的经济政治文化等方面都产生了巨大的影响。当今世界是一个多极化共同发展的世界格局,每一个国家的军事力量都是这个国家最基础的竞争实力,在全球化的影响下,无论是哪一个国家都牵扯到巨大的利益纠纷之中,军事方面的变革已经成为了当今世界各国人民热衷谈论的话题。一个国家的经济实力、文化实力、政治实力都是建立在这个国家的军事力量之上的。

二、军人体能训练与军事训练的联系

(一) 明确军训基本特征

在适应信息化发展、军事变革的前提下,要清楚军人体能训练的模式,要把握军事训练的方式,以及要明确把握军人体能训练和军事训练的联系以及其基本特征。当前,人们对高技术战争已有了明晰的认识,即主要的表现为体系与体系的对抗,表现为信息化的较量。在高技术条件下,军人们的身体素质是衡量一切的基础。是在战斗中取胜的关键之处,是赢得战争胜利的重要基础。因此,在推动军事变革的同时,也应该关注军人们的体能训练,需要准确的数据来剖析当前军人体制方面存在的问题和隐患。那么围绕提高军人体能素质和军事技能而对军人开展的身体教育活动,就应是军事体育教育的基本含义。可以说,现代军事体育教育,是指以信息化战争和信息化军队建设对军人身体素质要求为牵引,以巩固国防、提高作战主体的战斗力为主要目的,对军人实施以身体训练手段为主要内容的一系列教育活动。

(二) 军人体能训练与军事体育教育的内容具有鲜明的军事性

战争的实践是由军人的体能训练和军事训练所组成的。一切从实际出发,目的是为了战斗力得到增强,为了提高战斗技能。最初的目的是为了军人运动能力的提高,但是最基础的还是为了满足军事斗争实践的要求。举个例子,对于跑来说,大多说人都是为了健身保持良好的体形或者是为了参加跑步比赛等,但是对于军人们来说,跑步是为了追求整齐划一、为了追求一个军队的精神风貌和军人的意志力,不仅仅是花拳绣腿这么简单。平时训练中的体能训练,对于军人们来讲,体能训练是为了锻炼每一个人的意志力,磨练每一个人的心性。追求的是实用性和最终的效果,这和普通的体能训练是截然相反的。

(三) 军人体能训练与军事体育教育的效果明显

对于体育来说,其功能具有健身、教育、经济等等,就是因为体育具有这些功能,所以人们才会热衷于体育事业的发展。人们进行体育锻炼可能会产生各种各样的效果,但是,军事训练和体育锻炼相比,军事训练所产生的效果是直接提高军事技能,增强作战能力。因此,应该把军事训练同体育训练清楚的分开,不能混淆在一起。

(四) 军人体能训练与军事体育教育的实施过程具有严格的强制性

体育和人们的日常生活其实是没有多大关系的,人们进行体育运动最大的原因就是可以通过体育锻炼来缓解压力和锻炼身体,获得一个良好的体魄,可以支持人们在进行正常的日常生产生活的活动。人们在高压下会使身体逐步透支,大多数的体育运动都是在人们空闲时去做。但是,军事训练和体育运动却不相同,我国的官兵进行军事训

练是具有主动性和积极性的,他们积极的投身于军事训练,因为这不但是军队的军事训练条令规定,而且还是他们自身的责任和使命。军人的军事训练都是严格的、严肃的,不能因为别人的原因而对整个集体产生影响,这种情况是会被严令禁止的。

三、将军人体能训练与军事训练结合

(一) 培养人才

在军事变革的现在,信息化发展速度加快,部队需要的人才也应该更加全方位。首先,对于身体素质这一方面,所有军人的身体素质必须达到标准,身体素质是一个军人进行军事训练的基础。不可以任何一个环节进行浑水摸鱼。其次,对于信息化人才,军事变革的出现,不仅仅简单的要求军人具有良好的身体素质,并且科学知识也是必不可少的。需要能够在军事变革中适应信息化战争,既具有良好的过硬的身体素质,也要具有超越一般人的知识水平,只有这样,才能保证可以在战争中取胜。

(二) 要一切从实际出发,实事求是

要注意把着眼点放在军人的体能训练上面,没有一个过硬的身体素质,是不能够满足信息化战争的要求的。要加强军人的体能训练,虽然战争形态已经发生了改变,但是没有发生质的改变的是军人体质和战斗力的关系。要加强军人体能训练,保证不能使军人的体能训练发生弱化。在许多战争中,各种各样的战争形势都是存在的,这对于军人们的心理和身体都造成了极大的挑战,这就需要军人加强军事训练和体能训练,在各种情况下都可以做到稳定的心态。在军队训练时,需要根据不同军人的不同情况进行训练,首先,要有集体性的严格的训练体制,因为军人作为一个集体,是有强大的凝聚力和向心力的,他们怀着极大的保家卫国的爱国的心情进行训练,会产生不同的效果。其次,有些军人的特殊体质可能满足不了日常的训练,这就要求领导进行小规模训练和特种兵训练,在最大程度上发挥出每一个军人的身上的最大潜能。

(三) 要保证军人训练的科学性和完整性

所谓科学性,即是指要积极的推进军人体制训练的科学化。需要利用理论探索和研究,需要数据的支撑来确定军人训练的强度、时间的长度,这样得到的训练效果才是最大化的,最好的。不仅需要理论上的研究,还需要具体的实施计划和方案,需要有试点小组,在一个部队进行试点,小范围内的实施方案,如果有效果的话再进行全方位的推广与实施。在当代信息化发展迅速的今天,应该开展军人体能测评与评价的工作,这是为了满足信息化战争的需要。进而出台我们军队的军人的体能标准,从整体上提高我军的体能。应该着重研发科技,利用科学的技术对军队的体能训练进行引导,发挥出科技优势。

四、结语

为了更好地迎合信息化战争,应该着力加强军人的体能训练和军事训练,参考各方面的信息,做好一切准备,在保证军人安全的情况下进行训练,用科学的方法、正确的引导来使得军人体能训练和军事训练相结合,希望本文可以给军人体能训练和军事训练研究提供一些帮助和指导。

参考文献:

- [1]倪宏强.关于新形势下军人体能训练与军事体育教育的若干思考[J].解放军体育学院学报,2004(01):1-4.
- [2]姜建华.军队学院院校本科学员入学入伍体能训练研究[D].北京体育大学,2008.
- [3]王晓飞.军校学员军政基础强化阶段体能训练现状分析与研究[D].湖南科技大学,2014.