

# 实战化视域下军事体育训练的发展策略

王磊 陶月 潘金海

空军工程大学, 中国·陕西 西安 710000

**【摘要】**军事体育训练是对未来战争进行预习演练,在训练的过程当中不容掺入半点虚假。本篇文章将在实战化视域下,对军事体育训练的发展历程及意义进行阐述,同时提出实践化军事体育训练的发展策略,以供参考。

**【关键词】**实战化;军事体育训练;发展策略

## 前言

我国国家主席习近平曾指出,要持续坚持用打仗的标准要求,来推动军事斗争准备,持续对官兵增加“当兵打仗和练兵打仗”的训练思想,并坚持已实战真正需求作为出发点,从难且从严的进行部队训练,以此提升部队的实战水平<sup>[1]</sup>。基于军事体育训练活动是军事训练的重要基础部分,因此实战化训练对于军事训练而言,亦是提出了更高的要求,同时也对其带来了更大的挑战。

## 1 军事体育训练实战化的发展历程及意义

### 1.1 军事体育训练与实战密不可分

所谓实战化,不难理解其含义是像实际战争一样,要求其训练内容及程度贴于实际战争<sup>[2]</sup>。观看我国历史,我国军事体育训练其开始于革命战争时期,在1927年时由毛泽东与朱德在井冈山筑建了首个革命根据地,并在同年中华苏维埃共和国正式成立。为了有效预防国民党的围剿,共产党及苏区政府共同提出坚持体育服务于革命战争的思想,并对红军军事训练提出了体育军事化的重要要求,即要求将体育与实战进行有效结合。此后,红军便在军事训练的过程当中,采用每日三操的训练模式,将军事体育训练与技能进行了充分结合。与此同时,还积极开展多项适用于实战需求的军事体育训练活动,例如射击训练和投手榴弹训练,以及刺枪和劈刀训练等等。其中,大部分训练内容的设计灵感,均是来源于红军长久的战争经验,其重点突出了实战化特征。而在解放战争时期,我国军队充分利用战争空闲时间,积极开展大比武和大练兵运动,为士兵们锻炼出坚强的体魄,同时也为该时期发生的三大战役,以及渡江作战的胜利,奠定了坚实基础。

### 1.2 实战化理念是由三从一大衍生而来

所谓三从一大,即从难和从严以及从实战角度出发开展较大运动量的训练。该思想产生于上世纪60年代初,是由体育从业者针对竞技类运动的实践经验总结而来,它为提升运动成绩,以及我国竞技体育运动的整体发展发挥了重要的促进作用。三从一大的训练思想,对于军队的日常训练其影响程度也颇为深刻,现下从实战需求作为出发点的训练理念,已逐渐扎根于所有部队当中。

实战化的军事训练,可以促进战斗力的有效生成,它是其不可缺少的重要路径,同时也是军事训练进行充分转变的必然选择。在实战化视角下,军事体育训练要以军人身体训练作为出发点,并有效结合武器装备和战场环境,以及各种兵种岗位,要打破体能训练与军事训练分别对待的错误认知,并积极将两者与军事技能训练进行融合,以此开展具备成熟战术,以及更加贴近实战环境的军体训练活动。

## 2 实战化视域下军事体育训练的发展策略

### 2.1 结合战术开展实战化军事体育训练

军事体育训练活动并不是单一的跑跳运动,它是军事专业训练不可缺少的重要组成部分。专业的军事体育训练,需要充分结

合于战术,以此实现训练的创新改革。在此过程当中,可以充分结合于实战中可能发生的情况,将较为分散的训练内容进行整合,以此实现连续实施。例如,将单兵5千米武装越野训练活动,与四百米障碍及多种射击姿势进行连和训练,以此实现真实作战的进程。与此同时,还可以在障碍训练活动当中,以定班组作业的模式,将体育训练与班组协同进行有效联系。只有将士兵的身体训练,放置于具备战术的军事训练活动当中,使军体训练和专业技能训练充分结合,才能最大限度地实现军人身体素质和军事素质,以及战术素养得到一致性发展。

### 2.2 结合战场环境开展实战化军事体育训练

实战化军事体育训练,其要求充分结合与作战环境与条件,以此开展具有针对性和目标性的训练活动和适应性训练活动,以及仿真性训练活动。其中,仿真训练是战斗力水平得已有效提升的重要方法。基与此,军事体育训练需要强化军人身体训练及作战环境的有机结合,同时需要足够重视作战环境对于人类身体规律的各种影响因素,比如夜战时较易出现的时差适应等等。在此基础上,还要充分考量特殊因素影响,比如气候因素以及沙漠高原等特殊地理环境因素等等。因此,军事体育训练环境需要仿真模拟未来实战的环境,进行具有针对性和目标性的训练,以此提升实战化训练的整体水平。

### 2.3 结合兵种专业开展实战化军事体育训练

在开展实战化军事体育训练活动时,应结合不同兵种专业,依据不同兵种的特点规律,落实相应的专业化训练,简而言之就是需要什么则重点练习什么,这也是军体训练的基础原则。如若军事体育训练与兵种的专业特征存在较大差异,同时与自身的专业训练未形成良好的契合,那对于军事体育训练的成效将有着一一定不利影响。

## 3 总结

综上所述,我国军事体育训练是在长期的战争经验当中不断积累形成的。在实战化视域下,军事体育训练需要与作战战术和战场环境,以及兵种专业进行充分结合,在训练军人体能的同时,还需要充分提升其技能水平,以此提升实战当中的适应能力以及作战能力,继而最大限度地个人能力充分发挥在可能发生的实战当中。

## 参考文献:

- [1]李霆.关于推进军事体育训练的改革发展探索[J].文体用品与科技,2019(14):60-61.
- [2]田东,徐盛嘉.《军事体育训练大纲》施行背景下院校军事体育训练的作用和发展策略研究[J].体育科技文献通报,2018,26(12):91-93.

## 作者简介:

王磊(1978.12—),男,汉族,籍贯:陕西渭南,硕士研究生,职称:讲师,研究方向:军事训练。