

## 新形势下军人体能训练与军事体育教育的思考

魏琳欣

成都七中万达通锦校区, 四川 成都 610031

**[摘要]**近年来,随着我国经济社会的不断发展,国家对于军人体能训练的重视程度也在不断加强。在军队的教育训练工作中,体能训练和军事教育都是非常重要的组成部分,也是培养军事人才的重要工作。所以在当前新时期的背景下,为了满足当前新时期军事改革的需要,在现代化战争中必须要重视军人的体能训练,加强军事体育教育工作,在重视军人体能训练和军事教育工作的前提下,进行有效的措施来完善军人体能训练的手段和方式,有效提高部队的战斗力。随着现代化技术的不断发展,未来的发展中要想更好地适应信息化战争,就应该高度重视军事体育教育工作,这也是我国当前进行军事体育教育工作的一个重要方向。

**[关键词]**新形势; 军人体能训练; 军事体育教育; 思考分析

DOI: 10.33142/fme.v3i1.5471

中图分类号: G87

文献标识码: A

### Thoughts on military human ability training and military physical education under the new situation

Wei Linxin

Wanda Tongjin campus of Chengdu No. 7 middle school, Chengdu, Sichuan 610031

**Abstract:** In recent years, with the continuous development of China's economy and society, the state has paid more and more attention to military human ability training. In the education and training of the army, physical training and military education are very important components, and they are also important work to cultivate military talents. Therefore, in the context of the current new era, in order to meet the needs of military reform in the current new era, we must pay attention to military physical training, strengthen military physical education, and take effective measures to improve the means and methods of military physical training and effectively improve the combat effectiveness of the army on the premise of paying attention to military physical training and military education. With the continuous development of modern technology, in order to better adapt to the information war in the future development, we should attach great importance to military physical education, which is also an important direction of Military Physical Education in China.

**Keywords:** new situation; military physical training; military physical education; thinking and analysis

### 引言

在当前世界的发展中,以信息化技术为核心的高新技术正在飞速发展,不仅影响到了人们的生活方式,对于国家政治、经济和文化的影响也是非常大的,也有力地促进了世界军事领域的改革发展。虽然我国当前在新军事变革中先进技术的发展良好,但是在当前全球化的不断发展中,每个国家不管是贫穷还是富有都需要重视军事方面的发展,因为军事变革的发展在一定程度上影响到了国家的兴衰和国家在国际上的地位。所以在我国的发展中,为了准确把握军人体能训练的特征和进行军事体育教育的方式,还需要不断地加强军事变革,促进我国竞争实力的提高。本文主要是对新形势下军人的体能训练和军事体育教育的相关问题进行分析,希望能够促进我国军事领域的长远发展。

#### 1 新形势下军人体能训练和军事教育的特征分析

在当前科学技术迅速发展的背景下,信息化战争已经成为了当前国际战争的重要特点,所以传统的机械化战争

已经不能够满足当前时代发展需要,人类的军事文明已经面向了一个新的发展方向。当前进行军事发展的时候,必须要掌握新时期的发展方向,在信息化背景下对军人体能训练的特征进行分析,并针对性的开展措施,例如在海湾战争中就充分利用了军事体育训练,使得英美联军的身体适应能力得到了很好的体现。而在伊拉克战争中信息化军事体育训练的应用就达到了大范围的使用,使得美军体能素质表现得非常优秀,在新的环境下美军仍然能够克服不定的温度和昼夜温差的影响并获得较好的体能,可以在战争中发挥作用。因此我们可以看出在新时期发展的过程中,军人的身体素质是作战的基础,也是进行信息化战争的基础保障,所以在我国当前的发展中应该积极地应对军事改革发展,接受军事变革的挑战,在明确军事建设事业的前提下进行军事变革,促进我国军事实力的有效提高。

##### 1.1 内容方面的军事性体现

在新时期进行军人体能训练和军事教育的时候,应该从实际出发将训练的内容和教育内容进行结合,训练的目

的应该是要增强我国队伍的战斗力,所以在内容上都必须要满足军事实践上的需要。例如在现在训练的过程中需要通过跑步来增强军人的运动能力,而在军事教育中跑步和以其他健身为目的跑步是有很大区别的。相对于其他跑步来说,军事性的跑步不是追求动作的优美性,而是要追求动作的规范性,并且军人还需要一定重量的负重来辅助跑步训练,要注重整个队伍的统一便捷,因此在训练和教育的内容上就能够体现出军人军事素养的作风<sup>[1]</sup>。

### 1.2 训练效果上的指向性体现

体育运动在进行的过程中不仅能够健身,还具有政治和经济等方面的作用,因此在效果上具有多向性特点。且在训练的过程中需要很多时间来实现这些训练成果。而军人的体能训练和军事教育在训练的过程中具有非常大的目的性,其主要就是为了增加部队的战斗能力,因此在效果功能上的实践方面具有很大的差别。军人在进行体能训练和教育的时候更加注重军事能力和作战技巧的提高,

### 1.3 过程中的强制性体现

从我们的认知层面来说,体育是人们在满足衣食住行的前提下进行娱乐活动,但是对于军事训练和教育来说,军人在训练的过程中拥有一种非常大的责任感。只有具有了这种责任感才能促进训练工作的有效开展,军人在训练中才能够更加具有主动性。其次,军人在进行训练的过程中也是以制度和条令作为基础保障的,所有的军人都要强制性的进行实施,因此军人在整个训练过程来说是非常严格和严肃的,相关的训练要求也非常的多。除此之外,军人也不能够通过自身的喜好来进行改变内容,只需要强制进行服从<sup>[2]</sup>。

### 1.4 对象方面体现的全面性

军人进行体能训练和教育是需要所有人都参与进来的,不管是什么职位还是什么兵种都需要参与到这种训练中,只有这样才能够最终实现战斗力统一的提高,促进整个军队的体质和体能的发展。除此之外,军事体能训练还是一种终身性的教育,军人必须要长期进行训练才能够保持良好的战斗能力,才能够一直拥有较高的体能素质。每一个官兵都具有进行体能训练和体育教育的责任和义务,并且他们需要终身性的投入到这种严格的训练中。

## 2 新时期发展中如何增强军人体能训练和军事体育教育工作的力度

人在当前军事战争中仍是决定性的因素,因此只有培养和塑造一大批能够掌握信息化战争的人才,能够在未来打赢信息化战争中起到奠定基础的作用。

### 2.1 将体能训练作为基础工程

虽然当前信息化技术正在不断发展,战争形态已经发

生了很大的变化,但是军人体质和战斗能力构成关系并没有发生本质的变化,提高军人的技能训练还是非常重要的,在当前的发展中需要进一步的加强。在现代化的战争与传统战争有很大的区别,当前非常规作战和高技术环境下的战术联合对于军人的体能要求更加高。例如随着夜视器材的广泛应用,战士需要很高的抗疲劳能力,因为当前作战已经有很大的时空界限;随着远程打击和高密度火力等不断地加强,战士需要的心理承受能力也在不断地加大;随着战争样式的不断发展和环境的不断转化,军人对于战争的适应能力也要不断地调整。因此可以看出在当前时代的发展中,信息化的战争不仅需要精密的武装设备,也需要军人的强大心理素质和强健的身体素质。同时在除了军事战争之外,不管是抗洪救灾还是反恐等活动中,对于军人的体质要求都是非常大的,只有将军人的体能训练作为军事变革的基础内容才能够打赢未来的信息化战争,才能够更好地提高部队的作战能力。

### 2.2 加强科学化的体能训练

在今后的发展中,我国的相关研究部门应该加大对于军人体质方面的研究,只有这样才能够不断地对军人训练方法的理论和实践进行应用,也是当前提高我国军人体质水平的根本要求。所以当前要根据信息化战争的需要,不断地开展相关的军人体能测试训练的工作,最大程度上的选择出适合我国军事实际发展的训练方式,制定具有我国特色的《中国军人体质测定标准》。最大程度上促进我国军人体质建设的整体提高,也能够为部队战斗力的提高提供有效作用,所以在今后的发展中应该充分发挥军事体育培训机构和科研机构的现代化优势,促进军队体能训练科学理论的应用和实践。

### 2.3 通过体能训练和教育工作来培养更多的军事体育人才

在进行军人体能训练的时候应该积极召集所有的军人参与进来,促进军队整体体能的提升,不管是什么职位的军人,不管是部队还是机关都应该积极的参与到体能训练中。经过相关的资料调查发现,我国军人体才缺乏是比较严重的,缺口甚至都超过了50%,并且相对来说更缺乏既具有组织能力又具有体育素养的军体干部。因此在今后应该加强军事教育科目的方向性,提高军人的理论水平的同时融合军事体育教育,根据我国军事体育教育的相关特点和规律来针对性地进行训练,为我国创造更多的军事体育人才<sup>[3]</sup>。

### 2.4 在提高军人体能素质的同时加强军人对信息技术的运用能力

经过伊拉克的战争分析,我们能够发现高水平的信息技术在作战中能够发挥非常大的作用,并且作战单元也逐渐的面向科技化和小型化发展。因此在今后为了更加突出

特种兵和部队的作用,应该积极的进行信息化技术应用能力的提高,促使每个官兵都能够有效地结合体能素质和军事信息能力,这也是伊拉克战争获得胜利的关键条件,所以我国在今后的发展中应该明确未来高技术战争的发展趋势。不仅要重视我国军人的体能训练还应该加强他们对军事信息技术的应用能力,促进理论实践的充分融合。

### 2.5 转变军人体能训练的观念

在当前世界的发展中,军事变革已经是大势所趋,所以每个国家都要参与到军事变革中。在进行军事体能训练的过程中要不断地加强信息化建设,提高军人的体能适应能力,也只有这样才能够满足未来的信息化战争的需要。根据资料调查发现,美国军队在进行体能训练的时候已经超过了510个小时每年,这能够充分的说明美国军队不仅重视在军事装备和技术实力方面的投入,对于军队的体能训练才更加重视,有效地提高了全体官兵的整体水平。所以我国在今后的发展过程中也要充分的重视体能训练,通过足够时间的体能训练来加强部队的战斗能力,同时也应该认清体能训练和体力劳动的区别,让所有的官兵认识到体能训练的

重要作用并积极主动地参与到训练和教育的过程中。

### 3 结语

综上所述,在当前社会的发展中军人必须要拥有足够高的身体素养,加强体能训练,通过完善的体能训练和体育教育来促进部队体能水平的提高。为了有效地应对未来信息化战争的需要,在今后的发展过程中,我国还需要不断重视军人体能训练的方式,采用科学化的训练方式和手段来进行量化的训练,加强我国军事体育教育,促进军队信息技术化发展。

#### [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(1):1-4.
  - [2]杨甲慧,刘于溪.武警现役军人体能训练现状的调查与研究——以武警新疆总队阿克苏地区支队为例[J].运动精品,2019,38(9):120-123.
  - [3]单萌,耿伟强.实战化背景下军人体能训练发展策略[J].军事体育学报,2017,36(4):18-21.
- 作者简介:魏琳欣(1994-),成都体育学院,运动训练专业。