

doi:10.13582/j.cnki.1674-5884.2015.12.020

公安现役院校军事基础教学模式创新研究

易建取

(公安边防部队高等专科学校 基础部, 广东 广州 510663)

摘要:学员队干部的岗位职责决定其具有管理教育与组织训练的双重职能。从公安现役院校军事基础训练的特点来看,理念相对落后,教学方法与手段单一,实践训练与实战结合不够紧密。为提高人才培养质量,需要从实战出发,创新教学理念,丰富教学方法、组训模式。

关键词:公安现役院校;军事基础训练;教学模式

中图分类号:G64 **文献标志码:**A **文章编号:**1674-5884(2015)12-0057-03

公安现役院校是指由公安部领导,为公安现役部队(边防、消防、警卫)培养人才的院校。实战化训练背景下,中央军委要求军事训练应围绕向实践要战斗力的方向转变,创新军事训练模式成为各级普遍关注的课题。这就要求官兵军事技能、能力和素质必须符合实战需要。岗位职责决定学员队干部具有管理教育与开展军事训练的双重职能,即完成本学员队日常管理、教育、学习等工作的同时,还要组织完成基本的军事训练,主要是体能、擒敌拳、队列等军事基础科目。教员是完成教学工作的主要力量,但受教学课时安排的影响,正课时间满足不了实际需求。为保持训练的连续性,军事基础课程还需学员队加强课余训练,而早操、自习、周末等课余时间均由学员队干部安排。本文主要以公安现役院校学员队干部如何创新军事基础训练模式为切入点,提出几点思考。

1 学员队开展军事基础训练存在的问题

1.1 训练理念相对落后

军事训练理念是一线指挥员对实施教学与训练活动的认知态度及观念,对培养官兵军事素养有着极为重要的意义。从公安现役院校课程设置及早、晚课余训练可看出,大量的时间用于队列训练,军事体能、射击、擒敌等训练科目风险高、枯燥、难出成绩的观念严重影响了训练氛围。军事体能教学还在沿用传统的练习模式,即进行3 000 m跑、5 000 m跑、五公里越野等发展一般有氧耐力;练习俯卧撑、仰卧起坐、深蹲起立等发展基础力量,忽视躯干特别是腰、背部核心力量训练;射击训练仍以固定目标精度射击为主,而实战中目标移动的轨迹是不规则、不确定的;擒敌训练以掌握技术动作为主,缺乏攻防实战对抗,应着重培养学员紧急情况下的进攻、防守、控制技能。实践证明,随着武器装备、作战环境的深刻变革,军事训练理念应紧密围绕作战环境和执勤执法需要,不断更新教学理念,训练内容及方法、手段,适时调整组训模式。经历伊拉克、阿富汗等现代化战争后,美军认为完成作战任务不仅需要具备快速脚步移动能力,在敌方直瞄火力或间瞄火力下短距离快速移动的能力也非常重要。

1.2 教学方法与训练手段单一

学员能否主动投入军事训练,很大程度上取决于组织者采取教学方法的灵活性、训练手段的多样性、训练计划的科学性。多年来,学员队干部军事科目教学一直沿用传统模式,即简要提示动作要领、动

作演示、集体练习的模式^[1]。该教学模式呆板、低效、缺乏针对性,很难发挥学员主观能动性。从访谈中得知,公安现役院校当前军事基础训练具有如下特点:“气氛严肃紧张,学员活力不够;学习动机强烈,练习效果不佳;整体水平不高,训练伤病不少”。笔者随机访谈部分公安现役院校学员队干部,95%的受访者表示,从未进行过室内理论教学以弥补纯室外训练的不足,辅导学员掌握高难技术动作。实际上,提高学员军事素质固然需要大量的实践训练,然而要形成娴熟的技术动作,如100,400 m障碍,射击动作,横踢和侧踹腿法等高难动作,依靠简单的讲解和动作演示难以使学员真正掌握技术动作,需要借助现代多媒体教学手段,将学员视觉、听觉、动觉等器官充分调动,通过观看优秀选手训练或比赛视频,使学员自主学习和分析高难技术动作,效果将会事半功倍。

1.3 训练与实战结合不够紧密

军事训练特殊的目的性、纪律性,要求军事训练是以增强军人作战技能、磨练意志为目的,以提高单兵实战基础和部队整体战斗力为根本宗旨。从目前公安现役院校军事基础训练的内容、标准、组织形式来看,学员队组织训练的层面尚停留在动作技能教学和身体素质训练的初级阶段,与军事技能训练脱节,淡化了对学员战斗精神的培育,导致军事体能训练与地方院校体育课类似。学员队干部组织军事基础训练通常是走队列、练力量、跑步,如单个军人队列动作、俯卧撑、仰卧起坐、深蹲起立、长跑等基础素质训练为主,而实战性较强的攀登、障碍、武装越野、倒功、对抗演练等专业训练呈减少趋势,对训练的标准和要求也降低。从教学的主体来看,学员参加军事体能训练的目的主要是为了达到考核标准,他们认为先进武器、装备足以应对实战需要,对于如何通过军事训练来增强士气、培养作风、提升战斗力等似乎并不在意。

1.4 军事基础素质难以保持和提高

按照人才培养计划,军事院校新生入学后将进行大约8周的军事强化训练,军事强化训练考核时,各科目合格率通常会达到98%。笔者研究发现,学员军事强化训练获得的基础素质未能继续保持和提高^[2]。学员在第二学期逐渐转入室内学习,军事素质滑坡极为明显,这与学员队干部能否有效利用课余训练巩固前期效果具有一定的关系。例如,各级普遍反映俯卧撑考核组织和裁定的困难较大,学员广泛存在翘臀、塌腰、肘关节角度过大等问题。笔者在教学中,经过拓展知识、讲明利弊、思想启发,取得了良好效果。如讲解完成动作需要哪些部位参与,若不按动作要求练习,会使肱三头肌、胸大肌等肌肉拉伸不充分,肌纤维处于不充分收缩状态,长期下去会导致肌肉两端与中部发展失衡,肌纤维增粗受阻,不仅影响体型的美观,还阻碍肌肉力量和爆发力的提高。运动生理学、人体解剖学知识对纠正学员训练态度和认知起到了很好的作用,而这些知识也正是当前军事体能教学极为缺乏的知识点。当学员意识到这些问题时才会主动投入训练,养成良好的动作习惯。

2 军事基础训练模式创新的对策建议

公安现役院校完成军事训练任务主要以教员授课、学员队干部课余训练、学员课余自主训练三者相结合的模式助推学员作风养成、掌握军事技能、巩固军事素质。学员队在保持学员体能素质和巩固军事技能方面起主要作用,需要从实战出发,丰富教学方法、组训模式。

2.1 创新教学理念,构建教学理念贴近实战的育人模式

公安现役部队一线指挥员大多从公安现役院校产生,其人才培养质量直接决定公安现役部队训练水平的高低。新时期,习近平同志发出指示:“仗怎么打兵就怎么练、打仗需要什么就苦练什么、部队最缺什么就专攻精练什么”,要求突出实战化训练,全军要从难从严训练,砥砺军人品质,做到令行禁止、雷厉风行,培养优良的军人作风。军事体能训练是军事训练的重要内容,也是军人完成战场作业的素质基础,任何战术动作的发挥、战术机动及武器装备的操控、转移伤病员均需要军人具备过硬的身体素质、灵活机智的应变能力、坚忍不拔的意志品质,而军事体能在这一过程中的重要作用在现代化战争已得到验证。因此,以创新军事体能训练模式作为突破口,创新教学理念,按照人才培养-实践检验-更新理念-高素质人才的模式,构建教学理念贴近实战的育人模式。现阶段学员队干部要顺应潮流,提高自身

能力和素质,狠抓军事体能,将体能训练视为决定部队战斗力的重要因素。

2.2 创新教学方法,构建信息媒介多渠道传递的学习模式

当前军事训练中对难度较大的动作技能教学一般采用理论讲解、动作示范、体会练习的传统模式,极少借助现代多媒体教学手段,利用图片、影像、动画等信息媒介帮助学员掌握技术动作。按照动作技能学习的一般规律,动作技能学习进程分为泛化、分化、巩固、自动化四个阶段,每个阶段具有不同特点。军事技能的学习过程同样应遵循动作技能学习规律,唯有达到自动化阶段,单兵才能最大限度地发挥战斗力,高效地完成上级赋予的任务。为了提高障碍、攀登、倒功、对抗等高难、危险动作技能学习和训练效率,学员队干部在军事训练中应适当融入运动生理学、训练学、人体科学等学科知识,丰富学员知识储备,将学员视觉、听觉、本体感觉等多种感觉器官调动起来,运用现代多媒体设备,遵循多感官学习—体会动作—纠正错误—巩固提高—技能自动化的规律,构建信息媒介多渠道传递的学习模式。

2.3 创新训练手段,构建训练凸显实效的组训模式

学员队干部组织军事训练既要遵循规律以提高学员军事技能,又要围绕提升战斗力以凸显训练实效。在严酷又不失灵活与人文关怀的训练中,强化军人作风,培养纪律意识、服从意识、协作意识。现代训练理论认为训练后的恢复与训练同等重要,通过身体恢复来稳步增强军人军事素质的方法已被广泛认可。其中,超量恢复是人体恢复的一个阶段,即运动时消耗的能源物质及各器官、系统的机能恢复超过原有的水平^{[3]550}。超量恢复理论广泛运用于运动训练实践,特别是为军事训练提供了理论依据。学员队干部在组织军事训练时,要保证训练的长期性、系统性、科学性,年度、季度、月、周等训练计划的制定均应详细、科学,运用超量恢复理论,渐进式增强学员军事素质。美军从实战中意识到军人体能对战斗力的重要性,并根据实战经验连续改革体能训练内容,创新组训模式,其先进理念正被我军院校所吸纳。公安边防院校军事基础训练应转变观念,创新训练内容,提高人才培养质量。不断创新训练手段,遵循科学组训—超量恢复—负荷刺激—提高军事素质的原理,构建训练凸显实效的组训模式。

2.4 创新负荷调控,构建训练负荷量合理搭配的监控模式

按照人体对训练负荷刺激的适应规律,适宜的负荷刺激会促进学员军事素质的提高及巩固军事技能,过度的负荷刺激会损伤身体组织器官,过于轻度的负荷刺激产生不了训练效果。公安现役院校学员队干部对军事训练负荷、训练量的掌控情况,以及不同层次的学员对训练负荷量的适应情况,基本凭个人经验,普遍存在“差不多”“可以”,没有客观评判依据。极少有借助现代运动生理学、运动生物化学等学科原理,采用生理、生化指标监测军事基础训练效果。如军事体能训练常用的生理、生化指标主要有心率、呼吸频率、肺通气量、血乳酸、血红蛋白、尿蛋白等^{[4]161},运用指标监测能客观、准确地反应训练效果以及学员对身体所施加负荷量的适应和恢复情况,反馈教学与训练中存在问题,为调控训练负荷量提供科学依据。学员队干部要加强军事基础科研成果的运用,创新军事基础训练负荷监控,按照施加负荷量—指标监控—信息反馈—调整负荷量—提高素质的模式,构建训练负荷合理搭配的监控模式。各训练单位应根据参训人员实际情况,科学选择样本,研究制定评价指标适合不同军事素质、训练基础的学员群体。

参考文献:

- [1] 储永红. 武警边防院校军事体能训练的现状与对策[J]. 西昌学院学报, 2013, 27(3): 104-107.
- [2] 易建取. 公安边防院校学员军事体能素质的现状与对策[J]. 湖北警官学院学报, 2013(7): 178-181.
- [3] 王瑞元, 苏全生. 运动生理学[M]. 北京: 人民体育出版社, 2012.
- [4] 刘星亮, 罗飞虹. 体育测量与评价[M]. 北京: 北京体育大学出版社, 2013.

(责任校对 谢宜辰)