

精武强能塑尖兵

——东部战区空军通信某旅首届军事运动会速写

■潘梦婷



军营运动场

深秋时节，东部战区空军通信某旅首届军事运动会落下帷幕。在本次运动会的32个考核竞赛项目中不仅包括了负重跑、蛇形跑、引体向上等传统军体项目，还增设了负重组合、救护组合等符合该旅特点、紧贴实战的新项目。为提高在战场上单兵作战的能力，运动员们在运动会上不断挑战速度和力量的极限。

“冠军出马，对手全垮”。胡冠军，是该旅某台站的站长。入伍已经十年的他，人如其名，军事和体能素质都十分过硬，在旅里的军体比拼中几乎从未失手。因此，旅里流传着这样一句话：只要“冠军”上场，必定夺冠。

本次军事运动会中，胡冠军果然不负众望，一举拿下了俯卧撑、引体向上、仰卧起坐等5个项目的金牌。个人总分排名第一，成为战友们

学习的榜样。

“虽然没有过人的天赋，但他用自己的刻苦和勤奋，浇筑了通往领奖台的冠军之路，为全连官兵树起了训练标杆。”该连指导员郑斌如是评价。

中华儿女多奇志，不爱红装爱武装。在该旅运动会的赛场上，女选手们也纷纷走上竞技场，诠释“丹心向阳、傲雪凌霜、青春无悔、英姿飒爽”的“红梅”精神，构筑了一道青春靓丽的风景线。

王玲玲是话务连的一名上等兵。本次运动会中，她的表现十分抢眼，不仅夺得了100米、400米、徒手组合等5项个人冠军，还和队友们一起勇夺4×400米接力金牌。军体训练让她在工作之余，获得了源源不断的活力，电话机前的“百灵鸟”也因此变得更加灵动。

对于该旅抢修连来说，长期担负光电电缆的抢修任务，跨昼夜连续抢修20多个小时都是常事，对于官兵的体能与耐力都是极大的挑战。“实战需求倒逼日常训练”，成为了抢修连在

训练中的宗旨。为了能够更好更快地完成抢修任务，日常训练从实战出发、要求更加苛刻，成为了这里每位官兵默认的准则。这种训练模式确保了官兵的体能和耐力都足以应对突发任务的抢修任务，也让他们在运动会中取得了好成绩。在本届运动会中，该连共夺得11枚奖牌，其中指导员李方程一人就拿下了2枚金牌。

在运动会上，还有很多值得称道的瞬间。“轻伤不下火线”带病参赛的老兵付新克，积极参赛并刷新多项纪录的旅领导队，“见红旗就抗，见第一就争”的机动营全体官兵……每个参加运动会的官兵都积极挑战自我，为了更好的成绩而努力。

运动会结束了，但该旅官兵的比拼还没有结束。在赛场之外，他们会对对自己要求更加严格。每一次的比拼，都是为了能在实战中更好地完成任务。

上图：该旅战士在比赛中。
沈宏俊摄

功夫小子治“偏科”

■夏董财 白羽

鞭腿、侧踹、空翻，潇洒帅气的武术动作伴随着激昂的乐曲声，在新兵营的训练场上获得官兵阵阵喝彩。

第78集团军某旅新兵营的董浩冉，对于这样的欢呼声似乎早就习以为常。从小就对武术有着浓厚兴趣的他，从6岁起开始习武，在内蒙古自治区传统套路武术比赛中取得过二等奖的好成绩。在业余武术比赛中，他更是佳绩不断，是包头市武术圈小有名气的“无影腿”。

可就是这么一个习惯了称赞与掌声的功夫小子，却在新兵营摸底考核的时候遇到了大难题。

在榴弹投掷训练场上，新兵们正在依次进行着摸底考核。经过了前几项的考核，从小习武的董浩冉成为了新兵中的佼佼者。尽管榴弹投掷这个项目对于他来说还很陌生，但他相信，凭借着自多年来的武术功底，一定能取得不错的成绩。

“报告考核员同志，董浩冉投弹前准备完毕！”“投！”听到命令后，董浩冉拿起榴弹，深吸一口气，抡圆胳膊，将榴弹甩了出去。只见榴弹在空中划出了一道弧线之后，铿然落地。

“成绩，25米。”人群中立刻传来了议论声，班长又

向考核员确认了一遍。“25米。”考核员斩钉截铁地回答让董浩冉的脸瞬间就红了，也让他对他寄予厚望的战友们大吃一惊，功夫小子竟然不及格。本以为手到擒来的榴弹投掷课目，却实实在在的让董浩冉颜面扫地。

摸底考核的成绩公示榜上，董浩冉的名字后面赫然写着：3公里第一名，战术第一名，榴弹不及格……

“功夫小子原来是双腿无敌，双臂无力。”董浩冉呆呆地望着窗外的天空，手指扣了又扣，战友的话听起来格外刺耳，也让他感到羞愧和懊恼。上火车前，陪伴多年的教练带着武术队兄弟为他送行，特意叮嘱他到了部队不能给武术队丢人，没成想初次考核就遭遇“滑铁卢”。

战友和教练的话萦绕在耳，董浩冉决心改变自己上肢力量弱的短板。拿出小时候练武的拼劲，他决心治一治自己“偏科”的问题。空荡荡的训练场上，一枚枚的榴弹从董浩冉手中投出，但是落点始终离及格线相差几米。“虽然看起来很用力，但出手速度不够快，发力不协调，臂力也有所欠缺。”排长的话让董浩冉终于找到了自己的问题所在。

从那天起，董浩冉就和榴弹较上了

劲。他每天在空闲时间拉单杠，强化上肢力量；下午的体能训练时间，还在手臂上绑着小沙袋跑步；周末休息时间，宿舍里的兄弟们围坐在一起聊天，他默默拿来瑜伽垫，自己加训，强化臂力。

平板支撑、“心形”俯卧撑、膝盖俯卧撑等成为了他每天的必训项目。在董浩冉的带领下，新兵班还掀起了一阵练兵比武的热潮。

滴水能把石穿透，万事功到自然成。又到了新兵考核的日子，董浩冉又一次站在了他熟悉的手榴弹投掷训练场上。蹬地、送胯、转体，挥臂扣腕后，随着他熟练的动作，手榴弹就像炮弹一样发射出去。

同样是一道优美的弧线过后，“成绩，48米。”考核员报出了成绩，新兵营里再次引起了轰动。

董浩冉的脸上终于又露出了自信的微笑。面对战友们的称赞，他自己心里清楚，这还远没有达到他的目标。

每一枚在训练场上投出的手榴弹，都像是一个指南针，让董浩冉明白，即使过去的成绩再辉煌，也要踏实练好每一个项目。从功夫小子到一名合格的战士，治好“偏科”只是第一步，他还要向新训科目全优发起冲锋。



倒立

近日，武警广西总队组织2018年度共同科目比武竞赛。图为战士在进行双杠考核。

周子越摄

强军路上，让我们相约北京，一起同行！赶快加入我们吧。

解放军新闻传播中心网络部强军网运维室真诚邀约

● 我们是谁

强军网是中央军委和各级党委机关的门户网站，是面向部队发布权威信息、提供在线服务、进行工作指导的军内综合网络平台。

● 我们的期待

期待擅长文字采编、电视编导、网络编程、硬件维护、网页设计、音视频采编的你加入我们！已经或即将于2018年退出现役，在部队从事过新闻宣传或有过网站建设维护经验的战友将优先录用哦！

● 我们的承诺

事业平台广阔，发展前景无限，薪金待遇优厚，携手共续军旅缘。工资等各项具体事宜请电话咨询或面谈。

● 我们的通联

请于2018年11月30日前，将简历、身份学历证明等个人资料发送至互联网邮箱：qjwjwq@163.com，初审合格者将通知面试。咨询电话：010-66795049

