

烈日炎炎，海岸滩一线，劈波斩浪，锻造水中蛟龙。盛夏时节，正在进行海训的第80集团军某旅官兵，战高温、斗酷暑、搏风浪，紧贴实战要求，在汹涌波涛中淬炼钢筋铁骨。该旅科学组织游泳训练、精准把控组训安全、精心安排文体活动，官兵们在“泳”往直前中砥砺实战能力。

今天，我们走近这几名带兵人，聆听他们的海训“秘籍”，分享给正在海训场上搏击风浪的战友们。

第80集团军某旅几位带兵骨干分享海训心得——

# “泳”往直前，海训“秘籍”请查收

## 酷暑练兵正当时

■王曙光

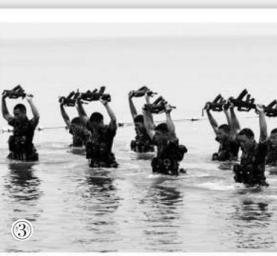
顶烈日，冒酷暑，战高温，砺精兵。连日来，全旅官兵机动至海畔，紧贴实战需求，严密组织海训适应性训练，持续掀起高温条件下练兵热潮。

战争不避酷暑，三伏军人不能“伏”。坚持高温“烤”验不放松，是我旅组织海训时一以贯之的原则与要求。我们充分利用高温环境这个天然“淬剑炉”，强能“磨刀石”，在风吹日晒、高温酷暑中，挑战人体机能极限，检验官兵战斗作风，锻造适应复杂环境、极限条件的胜战本领。

海训这些天时有降雨，雨后天晴后，训练场如同天然“蒸箱”。但是，打仗不分季节，练兵不分天气，军人的字典里从来没有“退缩”二字。众所周知，在热带、干旱和沙漠地区的夏季，烈日炙烤下武器装备变得烫手，风沙肆虐将帐篷掀翻……如果不能适应极端气候环境，不愿面对复杂恶劣条件，一旦战争打响，“能打仗、打胜仗”的目标就无法实现。

“不作无补之功，不为无益之事。”海训期间坚持高温“烤”验不放松，前提条件是要周密部署训练计划，科学预防伤病疾患、严密组织安全防护，不能违背客观规律，一味强调高温练兵、盲目蛮干。组训过程中，应科学调控训练时间，及时避开容易发生中暑、热射病的时段，把握好训练节奏，合理组织训练内容，以科学方法提高组训效益。

图①：官兵排队准备下海。  
图②：官兵开展岸滩体能训练。  
图③：官兵开展意志力训练。  
图④：专业骨干进行培训。  
马开元摄  
图⑤：官兵训练间隙开展唱歌比赛。  
吴忠泽摄  
制图：屈 硕



这是调整改革以来，全营第一次参加海训。驻训期间的日常管理、训练组织、安全防护等工作，头绪繁多。直言不讳地讲，作为营长，我压力很大。

营部几名干部和我同住一个房间，时常打趣：“这里只是咱们营长晚上落脚的地方。想找营长，就要看训练场哪里人最多。”话是调侃，倒也真切。对我而言，组织海训风险系数高，又缺乏经验，像钉子一样铆在组训一线，是主官分内之事、应尽之责。

海训第二个训练日，由于前一晚潮汐变化，需要对发生偏移的浮标进行调整。第一次来到海边，新鲜感尚未褪去，大家饶有兴致，似乎把观察水域、预警提醒的职责抛之脑后。

就在这时，我发现不远处有一个透明物体随着波浪漂动，顿时警觉起来。“注意！有海蜇！”辨明物体后，我立即用扩音喇叭对设浮标人员进行提醒，当即组织人员打捞。海蜇直径约1

八月盛夏，燥热的海风裹着潮湿的空气向海训场的官兵涌来。

正式训练第一天，刚刚结束高强度设营工作，全连官兵在沙滩体能训练区集合，等待统一号令的下达。

站在排头，我隐约听到队伍里有人小声嘀咕。寻声望去，上等兵贾乐正扭头向身旁的战友说着什么。他眉头紧锁，脸上写满了“不情愿”。虽然听不清他们的对话，但是通过神情举止，我断定贾乐遇到了烦心事。

训练间隙，我拉过贾乐坐在沙滩上聊天。耐心询问后，他吐露了心声。原来，从营区机动到海训场地后，大家片刻没有休息，马不停蹄投入设营工作，加之天气原因，贾乐认为立刻组织体能训练不够合理，希望能够放缓节奏。

据我观察，一向工作积极的贾乐设营时主动挑活累活干，提出这样的建议绝不是想偷懒。意识到这样的想法在连队可能并非个例，我找到连

学蛙泳技能、练沙滩驾驶……经过岸上练、海中游的几轮训练，很多官兵被烈日“烤”掉了一层皮。

训练艰苦，如何带领大家“苦中作乐”，带兵人特别是政治干部需要集思广益，各显其能。

有的连队利用休息间隙组织海训“诗词大会”，每人说一句关于大海或者含有“海”字的诗句。不少官兵“抓耳挠腮”，引来大家阵阵欢笑。

有的连队利用野战音箱播放耳熟能详的励志音乐，战士们不由自主地跟着哼唱，连队干部顺势开展唱歌比赛，邀请兄弟连队骨干担任评委，不仅愉悦了战士身心，还拉近了单位之间的距离。

有的连队组织了沙滩健美比赛，身形健硕、活力自信的战士逐一登台。健美比赛



## 岸滩一线察兵情

■电子对抗营营长 王双龙

米，离海中人员不足5米，一旦有人被蜇伤，后果十分严重。我惊出一身冷汗，随即组织官兵对附近海域进行拉网式排查，又一只海蜇“落网”。

那一刻，我深有感触，组训必须靠前指挥，才能了解实情、有的放矢。

海训第一要务，是让所有官兵完成游泳“扫盲”。最初几天，我一直在训练场来回转悠，有发现、有思考，拿出真招实招提升训练质效——

官兵普遍渴望下水实游，岸上沙滩体能训练区鲜有人问津，但是很多沙滩体能课目都与战斗技能密不可分。经过调整，每天上午的第一节课改为体能训练，并按标准进行考核，通过后才能下水训练。

岸上静水体验区，很多初学者“下

饺子”般挤进泳池。我将泳池划分区域，让几个连队按照体能训练、动作训练、静水体验3个步骤循环组织，训练效率大幅提升。

海上训练区，训练尖子和普通官兵差距较大，有限的泳道常常“堵车”。我按照“一带三”进行编组，充分发挥训练尖子的教学示范、带动引领作用。

渐渐地，我尝到铆在一线的“甜头”：看到我和大家一起顶烈日、冒酷暑，官兵们训练的劲头儿都增了几分；部分战士训练中受伤病，我第一时间发现，针对性调整训练节奏；休息时和大家围坐岸滩，啃着炊事班前送的西瓜，大家都说平日里“严肃的营长”如今格外亲切……

## 细节之处知兵心

■无人机连指导员 慕佩洲

长商量并迅速达成一致：结合实际调整训练强度、增加休息时间，协调炊事班前送酸梅汤为大家降温解暑。

于细节处知兵心。在基层带兵的这段时间，我对做好官兵的思想工作深有感触：只有把准脉搏、找到穴位，才能有心的放矢做好工作。

中士安云阔是连里的游泳尖子。营里挑选水性好的官兵担任海上救援队员时，我本以为他会主动请缨，却迟迟看不到他举手。点到他的名字时，他也吞吞吐吐，称最近肚子不舒服下不了海。更让我费解的是，在后续进行的水际滩头冲刺训练中，我观察到他每次都在沙滩与大海的交界处停了下来。

我一问才知道，安云阔此前都是在泳池里训练，第一次面对波涛汹涌的大海，产生了畏惧心理。我没有板起面孔批评他，而是耐心地进行心理疏导，向他介绍驻训海域的基本情况，让下海训练的官兵传授经验，在做好保护的前提下鼓励他在浅水区体验，循序渐进增加涉水深度。在大家的共同努力下，安云阔勇敢地冲进大海与风浪搏斗，最终成为一名小教练员。

带兵人中有这样一句俗语：“吃饭看饭量，睡觉看睡相，来信看表情。”带兵人要战士的训样、学样、坐样等细节中，思兵所思、想兵所想、明兵所需，始终将战士记挂在心上。带兵过程中，只有用心才能见微知著，只有尽责才能化解问题。

## 以苦为乐砺兵志

■电子对抗营教导员 房辉

中的阵阵欢呼声，营造了“黝黑是军人流行色”的向上氛围。

我在营长的启发下，组织了一场全营范围内的沙滩比赛。战士们玩起沙来同样富有创造力，城堡、长城、飞龙等造型在大家的巧手下生动形象。

丰富多彩的文体活动，让笑声飘荡在海训场上空。官兵们一扫高温训练的疲劳，在海上搏击风浪、在烈日下磨砺斗志，不断砥砺顽强作风。

在文体活动开展过程中，也暴露了一些问题。一次训练间隙，几名战

士没有参与连队组织的沙滩排球比赛，一直坐在休息区，神情疲惫。想到这个连队刚刚经过高强度游泳训练，战士们体力消耗很大，我当即叫停比赛，让战士们充分休息。如果片面强调“刚下训练场就上比赛场”，不仅不会舒缓训练节奏，还可能造成体力透支甚至产生训练伤。组织活动之余，也要给大家留足个人支配时间，让发自内心的笑声飘荡在海训场，才能最大限度地激发训练热情。

（文字整理：闫野、本报特约记者王宁）



## 军媒视窗

人民武警报 8月13日

武警第二机动总队某支队——

# 三伏天当成“淬剑炉”

■常志强 濮立 黄晓宽

平分天四序，最苦是炎蒸。入伏以来，南方多地持续高温。如此气候，训练场上的官兵们还能“伏”得住吗？“打仗不分寒暑，练兵备战不能

‘伏’在阴凉处、待在舒适区。”武警第二机动总队某支队领导说，他们把三伏天当成锤炼战斗力的“淬剑炉”，持续锤炼磨砺部队，在烈日酷暑下掀起新一轮练兵热潮。

## 潜伏狙击战高温

“方位2-8，移速3米/秒，风偏西南……”时近中午，某驻训场，狙击手杨小军正一动不动地潜伏在某制高点草丛中，双眼盯着前方，等候目标出现。随着移动靶标悄然显现，他瞄准、上膛、击发，枪响靶落。

头顶烈日，杨小军仔仔细细查看靶纸后发现，虽然击中目标，可弹着点落在胸环靶边缘，未能击中要害。“高温条件下，空气密度偏小，对发射药的燃烧有明显促进作用，弹道偏远，应调整瞄准角修正。”杨小军不禁感慨，高温对射击的影响因素增多，要想把握好这个变量，练就一枪制敌，还得多经受“烤”验。

“狙击手有时需要长时间潜伏待机，高温作战是对武器装备性能的有效检验，也是对狙击手体能、技能的

严峻考验。”该支队侦察参谋沈永兵介绍，入伏以来，为摸清人员和装备的耐热底数，他们通过加强恶劣环境下的耐高温训练，引导狙击手提高战场生存能力。

“大家不仅‘伏’得住，还都愿意‘伏’。”正在组训的某中队中队长卢科宇言语中透着肯定。他介绍，他们充分利用三伏天气，深钻细研高温条件下气压、湿度、药温等因素对实弹射击带来的影响，帮助狙击手练就一枪毙敌的过硬本领。

近日，在阶段考核中，该支队侦察分队官兵结合前期摸索总结的与炎热环境相对应的“高温射表”，顺利完成潜伏狙击、快速狙击、狩猎射击等课目考核，多人打出满环的好成绩。

## 排爆作业迎“烤”验

“机械延时‘爆炸物’，正面设有诡计装置，需从侧面打开切口……”近日，一场模拟爆炸物处置演练如期展开。秒针停滞，排爆手诸晓豪在规定时间内成功甄别、拆除6类常见“爆炸物”。持续作业近两个小时，走下演训场，诸晓豪脱下60余斤重的排爆服，汗水顺着排爆服流淌到地上。

“炎炎夏日，排爆手更需保持冷静头脑。”诸晓豪坦言，目前装备的全防式排爆服不透风，穿一会儿浑身就大汗淋漓。从事排爆专业12年的班长靳航凯对此同样深有体会：在总队去年组织的排爆专业比武中，不少参赛选手因高温脱水中暑，还没到拆弹环节就惨遭淘汰……

“战场环境严苛残酷，练就极端条件下抗干扰、抗打击的能力至关

重要。”该支队参谋长孙启强认为，排爆是高危职业，因为直面生死，所以不容失败。在高温环境中训练，可以更好地锤炼官兵过硬的心理素质和胜战本领。

为此，该支队常态组织热习服和抗干扰训练，不断提升排爆手耐受极限；在高温高压恶劣环境下组织平衡位移、“穿针引线”负重长跑等多课目辅助训练，帮助排爆手夯实基本功；通过构设爆炸、起火等环境，锤炼官兵胆大心细的心理素质和快速识别爆炸物、拆除线路“一刀准”的专业能力。

“通过高温条件下的抗热抗压训练，我排爆的灵敏度和稳定性都得到提高……”前不久，新人职的排爆作业手周耀基在阶段性专业考核中取得佳绩，马上跟战友们分享经验。

## 机械操作不服“暑”

“掌心出汗，操作方向杆的手有些不稳。”汗水刺痛双眼，观察目标异常模糊。“驾驶室犹如蒸笼，注意力很难集中……”

日前，在工程机械操作考核后的复盘会中，面对普遍下滑的考核成绩，操作手们认真总结失误原因。

“实战不会选择天气。险不练兵，危不练兵，只会助长‘娇骄’二气。”议训会上，支队党委一班人一致认为，无论是平时抢险救援还是战时开辟道路，工程设备和操作手都应该做到顶得上、打得赢。

“往年的实操考核通常安排在四五月份。如今尝试高温操作，确实有难度。”某中队指导员陆启苏说，驾驶室内部温度接近50℃。这种环境中，精细操作大型机械实属不易。

谈起之前的遭遇，操作手刘程印

象深刻。实操过程中，他驾驶多用途工程车进行吊装作业，由于高温导致手心不停出汗，加之内心烦躁，对角度、力度、速度掌控不到位，方向杆打滑，最终未能垂直起吊重物。

“‘伏’在阴凉处，练不出真本领。”该支队作战保障科科长刁尚霖说，高温是一块很好的“磨刀石”，用好它的关键在于科学施训。该支队积极探索高温条件下的训练方法和规律，充分利用恶劣环境研训险难课目，展开针对性、适应性训练，着力达到人装合一的最佳效果。

“天气一天比一天热，但眼前的‘铁疙瘩’一天比一天听话。”当笔者再次走进外训场，只见工程机械操作手们操控机械瓶口穿刺、精准移物，信心满满地朝着更高层次训练课目发起挑战。



近日，第71集团军某旅组织开展形式多样的群众性文化活动，丰富官兵业余生活。  
张齐宁摄