

特别关注

新疆军区某综合训练基地

科学训练刺杀技能

丁雷 庑健聪 冯志钊

杀、杀、杀！伴随着阵阵杀声，笔者近日来到新疆军区某综合基地训练场，只见官兵们身着护甲，手持木枪，在铿锵有声的碰撞中，奋勇搏杀。据了解，这是该基地按新大纲要求，扎实开展刺杀训练，砥砺官兵在战位上拼出血性、练出虎气的缩影。

依据训练大纲 打牢战斗基础

“刺杀训练是培养官兵战斗精神、激发血性胆气的重要举措。”该基地主任袁宝华告诉笔者，近些年，随着部队执行多样化任务，近身刺杀仍然是提高单兵近战水平的有力抓手，具有不可替代的独特作用。

该基地是陆军专业承训新兵、学兵任务的单位之一，新训骨干能力素质的高低，决定了新兵军事素质的高低。今年新训准备阶段时，该基地训练处联合教研部成立刺杀课目教研组。结合《军事体育训练大纲》、《军人共同（入伍）训练纲目》，在原有套路基础上，融入带有战术背景的应用训练，通过突刺、防刺、骗刺、劈刺等灵活多变的招式，加强技、智结合训练，打牢协调一致、反应灵敏、见招拆招的战斗基础。

融入实战背景 激发训练热情

为了锻炼官兵刺杀力度、精准度、速度和对招式技巧的灵活运用，该基地积极创新训练手段，组织模拟对抗训练，官兵身着护具，走上擂台，使出浑身解数，只为击倒对手。

“突刺时，两臂向目标猛力推枪，同时以右脚掌的蹬力和腰部的推力推动身体向前……”练兵场上，经过系统培训的刺杀教研组教员李小博正在为大家讲解示范刺杀训练的动作要领，标准的动作、震天的杀声，让官兵们顿时热血沸腾。

突刺、推挡、防守……实战训练场上，新训骨干王永伟手持木枪，瞅准时机，一记突刺，将对手击倒，赢得满堂喝彩。摘下头盔，他已是满头大汗。谈及训练体会，他告诉笔者：“刺杀训练不仅磨练个人的战术素养还能考验战斗作风，只有训强练精，才能练出‘一招制敌’的真本领。”

不久前，该基地第二届“熔炉杯”岗位练兵比武竞赛的刺杀对抗比武正式展开。擂台上，人来枪往，对阵双方在闪转腾挪间寻觅着对手的破绽。中士姚贺超利用灵活的走位避开对手的攻击，瞄准对手腹部的空档，看准时机，迅速突刺。“红方以左闪身刺，击中蓝方右侧腹部，红方得分！”

创新训练手段 考核人人达标

不仅如此，为抓好刺杀训练，该基地还结合官兵身体素质和心理特点，创新研发挂水壶、刺铁环等多种辅助训练器材，将连贯动作分解练习，分解动作分组练习，通过单人模拟体会、一对一对抗、一对多对抗、组队协同对抗的方式，让官兵深层次掌握动作要领，为接下来的新兵训练打好基础。

闪、转、腾、挪、移……见招拆招、灵活规避。在刺杀对抗擂台上，列兵郭步强瞄准对手腹部的空档看准时机迅速突刺，不料对手灵活闪避，猛然反击将其击倒在地。“对手的动作很快，我大部分时间都在防守，进攻方式还是不够灵活。”比赛结束后，郭步强第一时间进行了总结分析。前段时间，列兵王子豪刺杀动作力度不够，突刺时的马步总是扎不到位，经过一段时间的辅助训练后，王子豪的各个基本动作都有了明显提升。他告诉笔者，只有刻苦的训练，才能成为制胜的尖刀。

血性十足的战士是拼出来的，虎气十足的英雄是练出来的。为使刺杀训练“人人参考，个个达标”，该基地党委身先士卒，全程参训，总评优良率达到100%，为全体官兵立起实战实训的鲜明导向。据了解，下一步，他们将与驻地各大专业高校和兄弟单位建立常态合作机制，借助科技手段，创新训法战法。

图片报道



蓄势待发

近日，在海拔4500米的雪域高原，南疆军区某正兵团遴选经验丰富的指挥员传经送宝，并抽调组训骨干全程跟训指导。训练中，指挥员对标实战化训练要求对官兵的训练动作严抠细训，确保训练质效的提升。图为组训骨干在手榴弹实投时跟踪指导。

李江摄影报道

军营明星

矢志奉献的排爆尖兵

——记武警第二机动总队某支队工兵中队搜排爆作业手冯鑫

彭建峰 戴柏权

炎炎烈日下，一名上士身着厚重的防爆服趴在地上，他拿起工兵锹轻轻拨开碎石，在距未爆弹周围十几厘米处向下挖掘，一点点抵近弹体方向，仔细检查一番后，胆大心细地放置起爆体、插上导火索、拉开导火管……伴着“轰隆”一声巨响，大家悬着的心总算落了地。

他叫冯鑫，是武警第二机动总队某支队工兵中队搜排爆作业手。

勤学苦练 锤炼尖兵

冯鑫在新训时表现便十分突出，由于综合成绩优异，新兵下队后，他被分配到工兵分队，第一次接触到了搜排爆专业。

搜排爆手作业时需要穿着30多公斤的防爆服，排爆时短则几十分钟，长则数十小时，这对身形瘦弱、体重不到100斤的冯鑫来说是不小的考验。

从那时起，冯鑫便开始以更加严格的标准要求自己。他坚持每天穿着70多斤的排爆服进行200米折返跑、1分钟内跳绳100下，增强在负重情况下的体能

素质。为了提高在极端条件下的排爆能力，他常常在爆炸、起火等恶劣环境下，端着“爆炸装置”走独木桥练平衡，限时“穿针引线”“铁筷子夹钢珠”练灵敏，炎炎夏日的柏油路面上，冷风呼啸的训练场上，都留下过他身穿防爆服练习排爆的身影。

经过一年的刻苦训练，冯鑫在同批战友中第一个实操排爆。入伍第三年，便作为同年兵中的佼佼者，被任命为排爆骨干。

刻苦钻研 创新战法

有一年，支队前出遂行任务，上级不打招呼抽点工兵分队处置疑似爆炸物。冯鑫作为主操作手操作排爆机器人进行处置，本以为是有十拿九稳，没想到关键时刻设备控制不灵，尽管最终达标了，但耗费了较长时间，他感到非常不满意。

经过反思，他意识到：沿用老思维、老套路抓组训必定适应不了新形势、新任务要求，转变训练理念，创新战法训法刻不容缓。

从那以后，他时常琢磨如何结合任务特点开展好专业训练，利用空闲时间与专业骨干一起研究新装备和新战法，积极探索代地形、代装备、代条件的

训练方法，研究出“机械杆+无人机”的无接触处置法，搜排爆专业处置能力有了明显提升，在上级组织的作战能力评估考核中多次取得优异成绩，参加实兵对抗演练都能高效完成处置任务，得到了各级的表扬和肯定。

向险而生 勇毅逆行

有一次，冯鑫带队担负某型号手榴弹排爆任务，虽然前期组织了针对性训练，但大家心里都没底：这一型号手榴弹一旦投出后没有引爆，稍微一触碰就可能爆炸。

一位年轻作业手对冯鑫说：“要不让我来吧，你已经拖家带口了，没必要冒这个险。”这句话令他感到很温暖，同时也给了他猛然一击：老同志先上不正是排爆手的“行规”吗？作为中队最老的排爆手，面对这种情况怎么能退缩呢？

他毅然穿上排爆服，小心翼翼走到哑弹旁，脑海中不断浮现排除哑弹的流程和细节。排爆服沉重又闷热，短短几分钟就让他汗流浹背，操作机械杆的双手也开始发麻，为了让动作稳定而精准，他努力平缓自己的呼吸，一点一点调整操作位置和角度，耐心地将起爆体往下放。经过反复调整，他把准时机、果断出手，顺利套住了哑弹，然后慢慢退回掩体，按下起爆键。随着一声巨响，哑弹被顺利销毁。

2022年服役期满后，在“走”与“留”的选择中，冯鑫果断选择延期服役继续留在部队，谈及未来，他目光坚定：“我将继续在本职岗位上脚踏实地，争做本领高强的‘排爆手’和正风肃纪‘排雷兵’，为单位的建设贡献全部力量。”

军营传真

西藏军区山南军分区某边防团

趣味竞赛调身心



本报讯 连日来，西藏军区山南军分区某边防团组织趣味体能训练，通过开展接力跑、拔河、搬运轮胎等竞赛活动，调动官兵训练热情，砥砺士气的同时，帮助官兵调整身心状态。图为该团官兵进行搬运轮胎竞赛。

(李学文 旦增晋美)

沙场点兵

携枪通过100米障碍有技巧

看一名下士通关又快又稳

秦张杰 张向昊 胡正伟

初秋北疆，热浪翻腾。在第78集团军某旅警卫勤务营考核场上，下士曹凯犹如离弦之箭，携枪快速冲过100米障碍终点，并以25秒07的成绩刷新全营携枪通过100米障碍课目纪录，赢得在场官兵阵阵掌声。

半年前，曹凯还是一名携枪通过100米障碍训练的“困难户”。跑步很快的曹凯怎么也想不到，每次上了障碍场，他都感到力不从心，技巧掌握不到精髓。为了补上这一短板，曹凯请教了很多这方面的高手，也查阅了很多资料。每次体能训练时，他通过冲刺100米和击掌俯卧撑来提升爆发力和臂力，并反复练习越矮墙、上高板、攀高墙等过障技巧。

经过几个月的苦练，加之对训练技巧的掌握，曹凯携枪通过障碍时不仅变得更加行云流水，还因摘得此课目桂冠被评为“军体之星”。

经验分享：想要快速携枪通过100米障碍，最重要的是选择合适的携枪方式，并迅速更换携枪动作，把握好节奏。

许多官兵在初次通过矮墙时，容易出现身体紧张现象，导致不能快速通过障碍。为了减小携枪时对身体的影响，可采用一只手支撑跳跃，一脚蹬地起跳，身体向上方跃起，右手提枪的方式，避免因枪身碰到矮墙而摔倒，保证快速通过矮墙。

对于通过高板跳台困难的官兵，可选择背枪姿势，一脚蹬地起跳，使身体向上跃起，同侧手攀住高板远端，随即另一条腿屈膝上台，用小腿挂于高板上缘，身体两臂和腿合力翻上高板的方式进行通过。

在熟练携枪过障的动作要领的基础上，还应做到胆大心细、果断加速，缩短障碍之间的通过时间，并注重每个可能影响时间的细节，如攀高墙时一定要用手扶枪，防止枪管位置卡在高墙的墙面上等。

课目介绍：携枪通过100米障碍是一项高难度、高风险、高要求的训练课目，需要官兵具备高度的体能、耐力和技巧。参训者必须在规定时间内携枪连贯通过三步桩、壕沟、矮墙、高板跳台、独木桥、高墙、低桩网7处障碍物，是对身体综合素质和协调性的重大考验。通过长时间的训练，不仅能提高官兵携枪快速通关障碍的能力，还能培养其勇敢顽强的战斗作风。

训练考核时，官兵通常由单个或分组进行考核，着迷彩服（帽）、扎编织外腰带，携带自动步枪及附属品，在100米的障碍场地携枪连续通过障碍物，以完成时间计算成绩（精确到秒）。

在《军事体育训练大纲》中，24岁以下的二类地面人员携枪通过100米障碍的考核标准为：男子28秒为优秀、31秒为良好、39秒为及格。考核时，如果未按照规定动作要领完成动作，出现绕过障碍物等情况，不计成绩。



下士曹凯进行携枪通过100米障碍课目训练。

钱鹏摄