

“三从一大”原则在公安院校警察体育教育训练中的应用探析

前言

“三从一大”的运动规律，凝聚了我们国家在运动实践中的宝贵经验，它所包含的思想不会因时间流逝和时代发展而淘汰。在高校警务人员的体能锻炼中，必须充分运用体能锻炼原理，并对其进行形式与方法的创新。改进考核制度，改进培训观念，贯彻“从严从紧”的要求；积极推动学科发展，加强分类训练，贯彻执行“大运动量”的训练原则，把“仗要怎么打兵就怎么练”作为训练的准则，贯彻“如何从战斗中学习”的训练方针。持续进行改革，不断进行创新，建立一个与新时期条件相适应的“教、学、练、战”一体化的警察体育教育与培训体制，促进警察体育教育与公安工作之间的密切联系，让学警在学校的学习过程中，能够锻炼出扎实的身体素质和警务技战术，从而发挥出高效的战斗力，为更好地将新时代的公安工作落到实处，为更好地实现新时代的公安工作的工作目标，以及实现更好的目标提供了有力的保证。

关键词

公安院校；三从一大；警察体育教育训练

2015年12月，国家人事部等6个部委联合发布了《关于公安院校公安专业人才招聘培养制度改革的意见》（人社部发〔2015〕106号），进一步丰富了应届毕业后报考警察队伍的渠道，并将应届毕业的警察已补充到基层、一线的执法工作中去。警察学院是警察人才的“摇篮”，担负着为党、为国、为警的重任。新世纪以来，我国的社会安全形势日趋复杂，对警察工作提出了新的要求。习近平总书记在2019年五月召开的警察工作座谈会上曾说：“和平时期，公安队伍是牺牲最多、奉献最大的一支队伍。”警察同志们以“白+黑”“5+2”的方式，不遗余力地投入到了工作中，为维护国家的安全秩序，为人民的生命财产提供了保障。培养一支能拿得出、能冲得上去、能打得赢的后备警察部队，是当前警察学校面临的一项重要课题。为实现警务人员的高素质、专业化，必须加强警务人员的体能素质训练。按照“三从一大”的训练方针，坚持以“实战”为中心，坚持严格训练、严格管理、坚持大动作，着力打造“硬功夫”和“真本领”的优良后备干部。

1 警察体育教育训练对公安院校人才培养的重要意义

根据有关资料显示，在2020年全国警察系统中，有315名民警和165名辅警为公牺牲，4941名民警和3886名

辅警因公受伤，他们用自己的生命和血液守护了社会的平安与稳定。他们有的在与犯罪嫌疑人斗争中牺牲或受伤，有的在艰苦环境中牺牲或受伤。我国面临着每年数以百计的人员死亡和伤病，如何加强自身的体能，提升自身的工作水平，尽量减少因作战或非作战而造成的人员损失，是目前警察学校迫切需要研究的课题^[1]。

良好的身体素质是一切活动的基础，也是工作愉快、享受生活的保障。对于警察学校的学生而言，身体素质更为关键。良好的身体素质是他们学会新知识和新技术的先决条件，也是他们为人民保驾护航、维护公平正义、惩恶扬善的关键保证。作为警察专业的职业教育，警察学院的教育与其他高校有所不同，它的教育方式是“教、学、练、战”一体化的，它所教育的是具备职业化的、拥有实用技能的警察后备人员。学生时代，他们被称作是见习警察，毕业后，他们将会经过公安部的招警联考，加入公安系统中，逐步成为公安系统中的中坚力量。因为警方职业的特殊性，这就必然要求学生在校时，需要锻炼出良好的身体素质，并且能够熟练地运用好警务技术，培养出认真负责的工作态度，让自己能够更好地适应公安的战斗需要，从而能够更好地在工作中站稳脚跟。因此，在公安高校中，警察的身体素质有其特殊之处，具有十分重要的意义。

2 “三从一大”原则与警察体育教育训练理念的契合

60年代初,我国体育教育工作者在借鉴人民军队郭兴福教学法的基础上,总结了“三从一大”的体育教育思想,即:从难、从严格、从实战出发,坚持大运动量训练。这一训练原理尽管是在60年代大力发展竞技体育的进程中所提出的,但它所包含的内容和核心要义与公安高校警察体育教学与培训的思想不谋而合,它们都把“从实际中开始”作为中心,为实际工作,面向实际工作。在竞技体育中,以运动员参与竞赛,并获得出色的运动成绩为中心;在公安高校中,对警察体育进行教育和训练,主要是为了培养学警可以在公安工作中发挥作用所必需的各种素质(综合体能素质、警务技战术、优良品质等),二者的涵义略有不同,却有着千丝万缕的关系。

随着社会的发展,对公安工作的要求越来越高,公安学校的人才培养也要与时俱进,把“从实践开始”作为主要手段,贯彻到警务人员的整体素质和工作中去,努力提高学警的工作技能和工作效率。“三从一大”的基本要求无论对于竞技运动还是警务运动的发展,都有着无可取代的意义。

3 警察体育教育训练借鉴“三从一大”原则的途径

3.1 完善评价体系和训练理念,落实“从难、从严”要求

“三从一大”中“从难、从严”的思想,是指以高标准、高难度的培训为切入点,不断摸索出一套行之有效的培训方式与途径,不断提高学生的专业能力与综合能力。并在严格的管理、严肃的教育体系下,养成良好的工作习惯,争取在比赛中获得优异的体育成果。要让学警更好地完成自己的工作任务,就必须在整个警队的体育训练中,以更高的标准、更严格的要求,把公安工作的实际需要作为指导,不断改变学警的观念,不断改进训练、考核与评估制度,不断加强对学警的体能、技能、战斗力的训练,让学警能更好地完成自己的工作任务,以适应新时期对公安工作提出的新要求。

转变观念,提升认知,是贯彻“从难、从严”要求的先决条件和保证。首先,对公安民警学习的观念和理解不足。在采访了一些来自不同地区“00后”民警学员后,发现他们考警校只是出于对民警这个行业的热爱,或者他们的亲人从事警务工作,在家庭的要求下考上了警校,但他们并没有深刻理解这个职业要面对的工作和要承担的责任,也没有很好地理解民警身体素质培养的意义;其次,对老师的心理认

识进行了探讨。在公安大学中,大部分年轻体育教师都来自师范类和体育类的大学,因为他们对基层的具体状况缺乏足够认知,对公安工作的复杂性和危险性缺乏足够的认识,在学校的培训观念和施训方式上,并没有从一般的体育教学中分离出来,仍然采用传统的教学方式,这就使得警察的体育教育与当地大学的一般体育教育变得更加相似,无法适应后备警官发展的需要。

3.2 大力推进课程建设,强化分层施训,落实“大运动量”要求

在当代的竞技体育运动中,“持续大运动量”可以被认为是基于运动员自身的具体状况,对其进行了科学的规划,从而实现从数量到质量的转变,让运动员能够以最佳的状态参加比赛,并争取获得最好的结果。就警察学院来说,为了实现“大运动量”的目标,可以在加强专业教育的基础上,根据学生的实际情况,进行分类培训,统筹考虑学生的整体能力,全面提升和培养学生的综合能力^[2]。

2014年6月,国家教育部发布《高等学校体育工作基本标准》(《标准》),对高校进行了全面规定,并提出了至少15个运动类专业的教学内容。公安高校学员是一名合格的警务人员,在警务人员的体育教学中,不仅要保证学员的实战能力,还要保证学员的体育运动技能和兴趣爱好。将警务人员的身体素质与专业体能训练相结合,积极推动警务人员的体能训练课程。而在体育健康方面,重点是要让学生能够更好地适应运动技术的需要,对学生学习产生深刻影响,比如球类、体操类、娱乐休闲类、运动损伤以及运动常识等课程。专业教学以警察工作的实际需要为重点,要针对所学技术与实际情况相分离的情况,比如:定向越野、武装泅渡、攀登与障碍、野外生存等,在这方面的教学过程中,可以加强学生的翻滚、攀登、水下作战等方面的能力,强化学生的实际作战技巧,让他们在今后的工作过程中,能够最大程度地减少发生战斗或非战斗的人员损失。在公安高校的警察体育课程中,既要重视对身体的健康教育,又要重视对职业技能的教学,要真正做到学以致用、用以促学,最终达到对警察体育课程全面的育人效应。

3.3 以“仗要怎么打兵就怎么练”的标准,落实“从实战出发”的人才培养目标

在警队中,“从实战出发”是其思想的根本,所要贯彻的“从难、从严、大运动量”原则,就是要以“实战”为中心,进行“从实战出发”的仿真训练和情境化教学,培养学员在战斗中心理素质、应变能力和处理问题的能力,培养

学员的战斗精神与随机性。临战心态是一种独特的心态,它是一种民警在实际情况下所产生的特别反应。通过对过去战斗实例的解析发现,在民警执行危险工作的过程中,除民警的身体素质和警务技术技能之外,临战心态也是一个至关重要的环节。在教学中,采用仿真战斗的方式,强调训练的逼真程度,让警察对战斗中可能发生的各种情况有更多了解,进而可以对学生进行应变能力的锻炼,克服紧张、恐惧等消极的临战心态,达到提升学习效果的目的;还可以使用搭建VR的实验实训平台,来搭建出各样实际战斗场景,比如模拟居民楼、商业区、山地、林区等真实工作空间,来保证训练的实效性和针对性。同时,学警可以对不同情境和环境进行多次体验,来拓展和充实他们的认识经验,进而改进他们的合理认识,提升他们的环境适应性和临战应急能力。如果

在面对相似的真实警察情境时,他们可以动作迅速、准确判断及坚定决策,成功将复杂的工作任务执行完毕。

4 结语

正如习近平总书记所说:“新时代新阶段的发展必须贯彻新发展理念,必须是高质量发展。”“三从一大”是我们国家在运动实践中总结出来的宝贵经验,它所包含的内容不会因时间流逝和时代发展而淘汰。在公安高校中,警察体育的教育训练要与这一原则进行充分的联系,遵循聚焦实战、对接实战、服务实战的要求,开展教育教学、专项训练、科学研究等有关工作,积极推动课程的发展,建立起警察体育的特色课程体系,提升人才的培养品质,让警察体育朝着职业化、规范化、标准化的方向发展。

文/ 栾朝霞(江苏警官学院,江苏南京 210031)

作者简介:栾朝霞,女,江苏徐州人,江苏警官学院副教授,研究方向:体育教育。

参考文献:

- [1] 翟娜娜.“三从一大”训练原则在警察院校教学训练中的运用[J].中文科技期刊数据库(全文版)社会科学,2022(5):100-102.
- [2] 黄龙,杨金召.“三从一大”原则在公安院校警察体育教育训练中的应用探析[J].河北公安警察职业学院学报,2021,21(4):67-70.