

春节前夕,7位被称为“葫芦兄弟”的新学员班长即将离任。夜深人静时,他们拾起笔,给新学员家长写了一封信。

尊敬的叔叔阿姨:

你们好!在万家团聚、阖家欢乐的时刻,我们祝您新春快乐、万事如意、身体健康!

我们7个是您孩子的新训班长,是从陆军院校改训来的大五学员。如今,随着新训生活的结束,我们光荣的新训骨干使命也即将完成。回想这几个月令人难忘时光,第一次与您孩子相遇的场景仿佛就在眼前。

仲夏时分,迎面吹来的海风夹杂着泥土的气息。随着一声集合哨音,新学员们眼神汇聚在我们7个身上,他们青涩的脸庞中隐藏着紧张,懵懂的眼神里闪烁着期待。作为“过来人”,我们几个同样是欣喜而忐忑,欣喜的是能和您的孩子们共同翻开军旅生涯全新的一页,忐忑的是我们即将作为上级任命的新训班长“从新生的全世界走过”,那份信任和责任交织在肩头,让我们倍感荣幸和压力。

也许您已经得知,我们7个还有一个有趣的称呼——“葫芦娃”。“一根藤上7个娃”,我们把这个昵称当作是和您孩子成为亲兄弟、好战友的一个见证。经过几个月的朝夕相处,我们越发觉得用“葫芦娃”形容我们几个特别贴切。

又一次登上竞技场,学员吴弘道既紧张,又兴奋。

1月12日,海军航空大学第二届“战鹰”军事综合体能竞赛拉开帷幕。经过层层对垒、车轮PK,最终决出的142名学员上演巅峰对决。

吴弘道是去年精英赛冠军,“江湖”有他“航大最强男人”的传说,这次他却忐忑不安:“今夕不同往年,要想‘传说’变成‘传奇’,只有横下一条心,拼了。”比赛现场,呐喊声、尖叫声此起彼伏。吴弘道丝毫不敢掉以轻心,

在跳绳、哑铃抓举、划船等10个项目中拼尽全力,几乎虚脱。最终,他以2秒的微弱优势卫冕成功。

除精英赛外,竞赛还设置了杠铃借力推、后抛实心球、波比跳等20余个新式体能项目,不仅比体力耐力,还要检验协调性、灵敏性等全面身体素质。

“竞赛是‘战鹰’军事综合体能训练体系成果的展示平台,这个训练体系有别于传统的跑跑跳跳,既告诉你练什么,又告诉你怎么练,既充满挑战,又砺志健身。”吴弘道深得“战鹰”精髓。



图①:爬上绳索,荡在空中,就感觉离飞行更近了一步。图为海军航空大学学员在进行爬绳项目比赛。 林佳婧摄



图②:拼搏的汗水,映照着军校学员的阳刚与血性。图为海军航空大学学员在进行划船项目比赛。 张鑫宇摄

我们永远是 一根藤上的「娃」

我们要做他们眼中神通广大的“葫芦娃”。人们都说“榜样的力量是无穷的”,作为班长,想得到新学员发自内心的认可和尊敬,没几手绝活儿可不行。从内务、训练,到学习、娱乐,言行举止,我们都站在排头、做好榜样,力争做个神通广大的全能“葫芦娃”。在队里举办的“我和新训班长的那些事儿”演讲比赛中,班里的“萌宝宝”吴韶鹏这样夸他的偶像——班长孔祥亮:“我们班长是个全才,他不仅体能好、队列好、被子叠得好,而且歌唱得好听,就连头发也理得特别帅……”能听到您孩子的肯定,我们几个别提有多高兴了。

我们愿做他们心里团结一致“葫芦娃”。团结一致是葫芦兄弟取胜的秘诀,新学员们由于刚接触集体生活,难免会有一些矛盾和摩擦。我们7个一直用骨干之间的默契配合,为他们做一个互相帮扶的范本:军校是个温暖的大家庭,情同手足的战友情谊是凝聚力的源泉,也是人生一笔宝贵的财富。

我们想做他们身边激扬正气的“葫芦娃”。我们7个一直希望能够通过自己的一言一行,为他们的军校画卷注入正能量。都说“00后”的年轻人思想新锐活泼,可说起用新兴手段传播正能量,我们这些“95后”的“老鲜肉”也不差。从微博转发到新闻讨论,从公众号推荐到思想交锋,我们始终保持着正能量的势头。

几个月来,我们一起在训练场上摸爬滚打,一起为每一次进步欢呼雀跃。新学员们的一点点蜕变,就像蓬勃生长的雨后春笋,让我们7个看在眼里,乐在心里。

很快,您的孩子就要投入到军校紧张忙碌而又丰富多彩的学习生活中。动画片里,葫芦兄弟团结一心、互帮互助,最终成为“葫芦小金刚”。现在,我们向您保证,今后不管我们7个“葫芦娃”走到哪里,和您的孩子始终是亲如手足的战友,都是一根藤上的“娃”。

最后,我们给叔叔阿姨们拜个年! 此致 敬礼!

7个“葫芦娃” 2019年1月 (连方宁晨整理)

家长连线

给未来座舱准备一个好身体

刘大勇 本报特约记者 丁小峰 朱晋荣

新体制 新实践 新风貌

学员的“槽点”,传统训练模式的“痛点”

拿起新学员的体能成绩单,学员队干部许波林皱起眉头。按照惯例,新学员一入学,要进行体能摸底。这份成绩单,许波林有心理准备,但还是忍不住感慨:“一年不如一年。”3000米跑,一连串“红灯笼”;引体向上,达标人数寥寥……

“不仅体能弱,而且体质水平也下滑明显。”军体教员王立镇深有体会,“现在最担心训练上强度,崴脚、骨折折不断。”

王立镇指出了令人忧虑的现实。当前,60%以上的大中学生体育锻炼严重不足,造成学生体质和体能弱。

一个哨子、一块秒表成为许波林的贴身宝贝。哨声一响,先来800米热身,再来几组俯卧撑,最后拉动3000米。这一整套动作,几乎是“套路”。

记者翻阅新修订的《军事体育训练大纲》,对训什么、训多少规定详细,但如何训却是“自由发挥”。对此,许波林有自己的妙招——老四样,跑步、仰卧起坐、俯卧撑、单双杠。

有的学员抱怨训练总是“大锅饭”,缺乏选择性,没有自主性。有的学员说,训练总是那几样,时间一长就带来习惯疲劳。还有的学员反映,提高训练成绩就靠耗时间、使蛮力,成绩提升不大,还造成了不同程度的训练伤……

学员的“槽点”触碰到训练的“痛点”。军体教员胡玉利反思,过去他们过多地强调舰板、帆船、泅渡、射击、越障等军事技能,却忽视了基础体能的训练。之前曾有一名飞行学员为了在军事技能竞赛中获得好成绩,训练过度不科学,造成了严重的腰伤,从而告别了心爱的飞行事业。

“体能训练的初衷就是为战争进行的身体准备,是一项必须遵循生物学的系统工程。”这些问题倒逼胡玉利审视不足、谋划创新。

学校上下一致赞同,“军队院校要敢于部队大胆闯、大胆试,下力气创新体能训练模式,给部队训练探出新路、做出表率”。

于是,从2016年开始,海军航空大学开始研究构建“战鹰”军事综合体能训练体系,为创新训练模式探路。

从座舱出发,为祖国健康飞行30年

“集中注意力,收紧腰腹,准备做动作。”第一次驾驶初教机遨游蓝天的飞行学员顾亦然,顾不上用“上帝视角”欣赏大地美景,飞行教员的一系列指令,让他手心冒汗。

随即,飞机一个横滚,天地跟着旋转。这时顾亦然缓过神来,他感到腰腹好像绑着一块大石头。事后回想起来,顾亦然心里一惊:腰腹没有足够力量,还真飞不出花样。

顾亦然的领悟不无道理。据长期指导飞行员康复训练的教员陈建中介绍,飞行作业强度大、密度高,训练时间短、缺乏科学性,飞行员颈肌、腰肌等伤病较为普遍,一定程度上影响了飞行效果。

王希做了充分准备,从人体构造到肌肉群组,从训练组织到器械使用,他对答如流、游刃有余,顺利拿到指导师资格证——首批新“种子”诞生了。

俱乐部总算踢开了“头一脚”。谈起当初,胡玉立不敢想,“最难的是转变观念,最缺的是组训人才。”

“问题总要解决,开门办学是出路。”教务参谋李川把眼光投向地方,“美军和民间专业体能训练团队合作打造出‘阿尔法勇士’综合体能训练系统,我们也可以。”

关键是谁来牵头,路怎么融?中航工业集团进入海军航空大学视野,集团在航空文化、飞行员培养领域国际领先,和大学飞行人才培养任务高度契合。集团一名领导表态:部队的所思所想,就是我们的所作所为。

001号俱乐部,“盘”出军民融合新路

这天晚上,学员王希简单地吃了几口饭,就匆匆赶到俱乐部做准备。作为“001”号俱乐部会员,俱乐部活动他一次都没有缺席,这次尤为重要。

2018年9月,海军航空大学首个“战鹰军事综合体能俱乐部”挂牌,代号“001”。80名军体教员、学员队干部和学员骨干当选会员。俱乐部负责人胡玉立解释,他们发展俱乐部会员就是培育“战鹰”的“种子”。

王希来到训练馆,来自中航工业集团的总教练魏巍却已等候多时。魏教练当晚任务就是现场考核俱乐部会员的理论和实操能力,为合格者颁发指导师、培训师资格证书。

王希做了充分准备,从人体构造到肌肉群组,从训练组织到器械使用,他对答如流、游刃有余,顺利拿到指导师资格证——首批新“种子”诞生了。

俱乐部总算踢开了“头一脚”。谈起当初,胡玉立不敢想,“最难的是转变观念,最缺的是组训人才。”

“问题总要解决,开门办学是出路。”教务参谋李川把眼光投向地方,“美军和民间专业体能训练团队合作打造出‘阿尔法勇士’综合体能训练系统,我们也可以。”

关键是谁来牵头,路怎么融?中航工业集团进入海军航空大学视野,集团在航空文化、飞行员培养领域国际领先,和大学飞行人才培养任务高度契合。集团一名领导表态:部队的所思所想,就是我们的所作所为。

双方一拍即合。集团提供器材和师资支持,选派高水平体能训练教练,帮助培训具有先进理念和训练方法的骨干队伍,合力打造“战鹰”军事综合体能训练体系。

通过地方支持,大学形成了教员教学、队干部组训、学员骨干指导、学员自主训练的四级组训模式,以点带面、逐步普及。王希是典型的实践者,在本届竞赛中,他指导的团队一举夺得团体赛第一名。

追梦

这个寒假,王举元几乎没睡上几个囫圇觉。

这位火箭军士官学校学员一直有一个“导演梦”。肩扛摄像机、手持麦克风,多帅气!2018年期末,学校举办基层微电影大赛,王举元看到了圆梦的机会,二话没说报了名。

没想到,他刚报完名,就被战友们泼了冷水。期末考试将近,大家劝他把时间用在备战考试上。然而,好不容易才盼到的圆梦机会,王举元不愿放弃。于是,他一边认真复习,一边抓紧休息时间拍摄、剪辑视频素材,经常一干就是通宵。

日复一日的坚持像一把金钥匙,打开了王举元的梦想之门。一个月后,他的作品获得大赛一等奖,期末考试成绩也是门门“绿灯”。听着战友们叫他“导演”,王举元不好意思地笑了。

假期里,王举元又有新创意。白天拍摄、晚上剪辑,成为他这个寒假最大的快乐。

认准的事,就一定要干出个样子。追梦的路上,王举元从不缺席。

(本组稿件由赵晓峰、展希军、王大川提供资料)

相关链接

“战鹰”军事综合体能训练体系,是海军航空大学为推动《军事体育训练大纲》的贯彻落实,满足军兵种专项人员体能素质需求,以俱乐部为运行模式、以线上线下课程教授为施训方式、以智能化保障条件为运用手段、以人才队伍建设为推进策略的一个体能训练系统。这个系统共包含训练内容体系、训练方法体系、训练管理体系、训练保障体系等四个子体系。

军校吧

畅聊军校校园人和事

本期观察 陈帅 章杰

初心



从“橄榄绿”到“孔雀蓝”,不变的是宋开亮的执教初心。

2019年1月24日,火箭军士官学校召开2018年度总结表彰大会,教员宋开亮获得了转改文职后的第一枚三等功奖章。

去年教师节,在学校首批文职人员入职宣誓仪式上,宋开亮面向军旗庄严宣誓。

“爸爸,你还是军人吗?”那晚,上幼儿园的兒子这样问他。

这身军装,宋开亮穿了十几年。这些年,他干过指导员,当过参谋,最终走上教学岗位。如今,换上孔雀蓝色的新制服,他告诉儿子,也告诉自己——不论身处什么岗位,都要为强军矢志前行。

教学楼里,宋开亮经常独自备课到深夜。寒假前,他为每个学员量身制订了假期学习计划。假期里,他定期给学员打电话,督促大家好好复习。他的声音,在这个寒冷的冬日,成为学员心中的一缕暖阳。

执教强军,宋开亮的初心永远不变。

记忆



飘飞的雪花定格了黄海涛最美好的记忆。

2018年底,火箭军士官学校军犬训练员黄海涛结束了自己16年的军旅生涯。

告别这天,黄海涛胸前的红花让军犬“太阳”局促不安,它扒着车窗,口中呜呜叫着,眼神满是对“战友”的依赖与不舍。

对黄海涛来说,“太阳”既是并肩作战的战友,又像他的孩子。“太阳”刚满月时,黄海涛教它爬楼梯,它笨拙的模样让他忍俊不禁;“太阳”长大后,碰见可疑人员,总是挡在黄海涛前面保护他。有一次,黄海涛外出学习不在“太阳”身边,它以为自己被抛弃了,连续几天不吃不喝……

与“太阳”在一起的每一天,在黄海涛心中都是那么清晰。

“太阳”担负重点要害部位警卫任务,黄海涛知道,这次再见,也许就是永别。脱下军装,他深深地凝视着“战友”,他希望,自己能化为美好的记忆,永远铭记在“战友”心间。

追梦



这个寒假,王举元几乎没睡上几个囫圇觉。

这位火箭军士官学校学员一直有一个“导演梦”。肩扛摄像机、手持麦克风,多帅气!2018年期末,学校举办基层微电影大赛,王举元看到了圆梦的机会,二话没说报了名。

没想到,他刚报完名,就被战友们泼了冷水。期末考试将近,大家劝他把时间用在备战考试上。然而,好不容易才盼到的圆梦机会,王举元不愿放弃。于是,他一边认真复习,一边抓紧休息时间拍摄、剪辑视频素材,经常一干就是通宵。

日复一日的坚持像一把金钥匙,打开了王举元的梦想之门。一个月后,他的作品获得大赛一等奖,期末考试成绩也是门门“绿灯”。听着战友们叫他“导演”,王举元不好意思地笑了。

假期里,王举元又有新创意。白天拍摄、晚上剪辑,成为他这个寒假最大的快乐。

认准的事,就一定要干出个样子。追梦的路上,王举元从不缺席。

(本组稿件由赵晓峰、展希军、王大川提供资料)