

青春偶像派

“闯过了体能大关,我们的飞行之路才刚刚开始。”盛夏时节,骄阳似火。海军航空大学飞行学员转场体能考核现场,航空基础学院2019级大三飞行学员张纪元冲入人群,比出一个“胜利”手势。超出满分70分!现场响起一阵欢呼。紧接着,一波又一波掌声接踵而至,学员们连续突破纪录,在全部通过考核的基础上,以96.8%的优秀率创下近年考核成绩新高。这意味着他们已获得走向战机的“通行证”,即将开启期待已久的飞行生涯。如愿以偿的背后,是他们对“赢”的坚定追求——开学之初,学校明确要求:飞行学员必须坚持“优秀”的标准导向,赢在飞

行“起跑线”; 训练场上,军体教员严格施训:体能不及格不能转场,不优秀不能飞行,有了强健的体魄,才有希望赢在战场; 荣誉室内,学员们纷纷在誓师旗上签下名字。 To be number one;打败自己的从不是别人,而是自己…… 一句句必胜的宣言,成为该校军事体育训练改革的生动注脚;一批批稚气未脱的雏鹰,在科学方法的指导下练出“硬翅膀”。那些挥汗如雨的日子,此刻在张纪元脑海中不断闪现。

赢在飞行“起跑线”

■崔俊华 李 娟 杨洁瑜

来不及思考教员为什么要如此“刁难”,他的耳边只剩下呼呼的风声和急促的呼吸声……

“未来飞行训练对学员体能素质要求越来越高,飞行员必须坚持‘优秀’的标准导向,飞行学员体能必须达到优秀。”

开学第一课,听到学院领导的要求,一向视体能为自身优势的张纪元内心居然有点“小傲娇”。

然而,当张纪元看到第一张体能成绩单上的“不及格”,初入军校的激动心情,瞬间被打入谷底。

身边战友也在七嘴八舌地讨论。“考人飞行专业的学员,哪一个身体素质不是棒的。”然而大家很快发现,新的体能标准下,入学时的“良好”变成了“及格”甚至“不及格”;几乎所有学员都遭遇了“红灯”警告,有人总评虽然达到了良好线,依然被列入“强化补差班”。

“这个开局不太‘友好’。”张纪元坦言,打击面前,他必须立即绷紧神经,准备接下来的专项加练,否则,他将与年底评优奖励无缘。

可让张纪元没想到的是,军体教员宁玉龙带他练的第一项内容,不是最薄弱的单杠,而是已经达到良好的3000米跑。

“只要坚持跑下来就能达标,还能有什么问题。”张纪元心里犯起嘀咕,不以为意地走上起跑线,开始慢慢活动脚腕。

宁玉龙在一旁不时看看时间,没有作声。几分钟后,他下达任务:按照每圈一分半的速度快跑5圈,不允许变速。

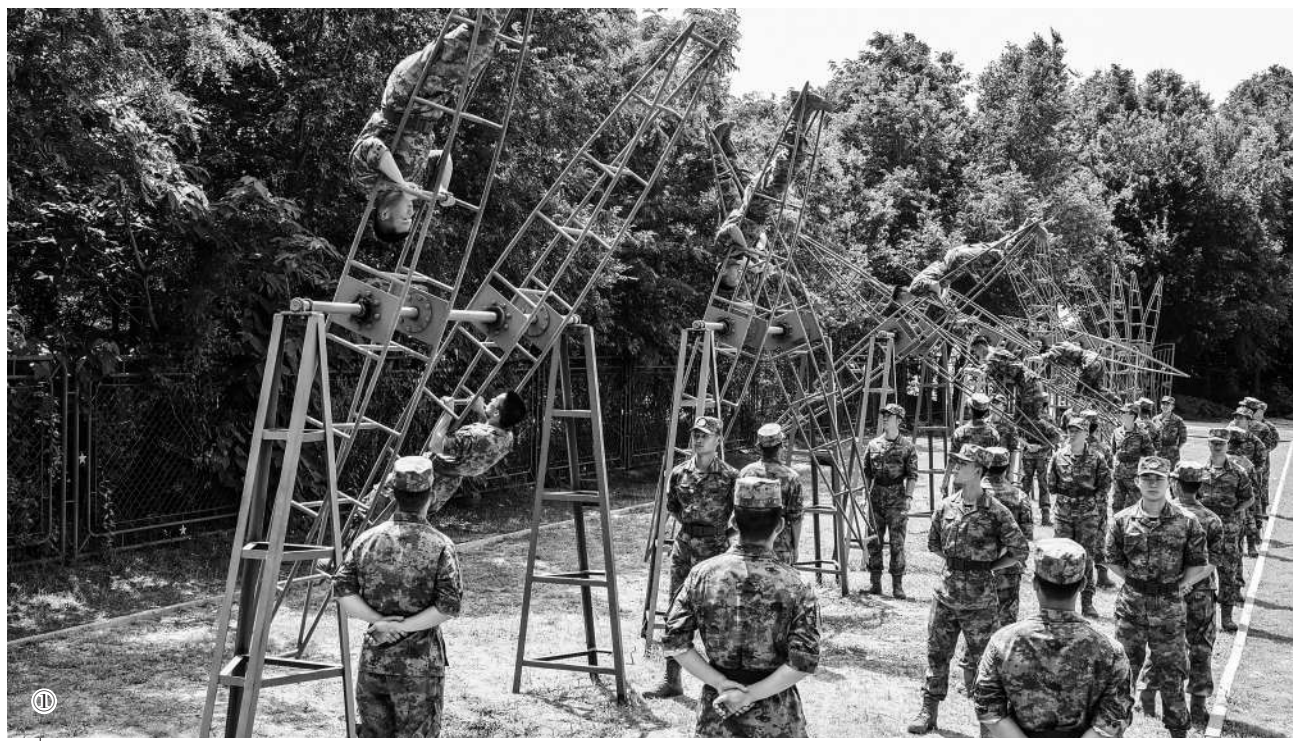
这个标准,比张纪元平时习惯的速度只快几秒钟,他很有把握。可当他刚刚冲出去不到100米,宁玉龙便远远喊道:“按这个配速,跑3000米测成绩!”

张纪元的脚步顿时乱了。要跑3000米,他可不敢从开始就用全力冲!但宁教员的督促一直在身后回响,“如果跑不下来,就再加7圈!”张纪元只能横下心,昂起头,不管不顾地向前跑去。

中途,张纪元感受到了前所未有的疲惫感,腿像不听使唤般直往下坠。放在以往,他一定要慢慢速度,好为后面蓄力,可这次他已不得自己。来不及思考教员为什么要如此“刁难”,他的耳边只剩下呼呼的风声和急促的呼吸声……

“恭喜你,破纪录了!”冲过终点线的那一刻,张纪元几乎一个跟头扑倒在地。宁玉龙一把扶住,告诉他这次的成绩:优秀!并开玩笑似地说:“你说上次已经拼尽全力了,这么看来,还是留了一手喽?”随后又立刻严肃起来:“我观察你跑步前的热身准备,毫无章法,完全没有紧张感,这对你的成绩产生了一定的影响,否则,你的成绩会更好!”

张纪元难为情地低下头,原本以为从良好到优秀不过几十秒,可刚刚那段两眼发黑的经历让他明白,自己与优秀的距离,不仅是身体素质的差距,更是



图①:学员正在进行梯梯训练;图②:学员正在进行障碍训练。

姜子吟摄



学员心语

凌晨时分,校对好刚刚写好的论文,我长长地舒了一口气。 无论身处边疆还是都市,后半夜的静谧,自己这几年已不知见证了多久。研究生之路并不像想象的那般安逸,苦累交织下汗水浇灌出的满满收获感,只有亲身经历过才会懂得。

2019年,在西藏军区机关任参谋的我,经过深思熟虑,作出一个决定:报考国防大学政治学院全日制硕士研究生!

“为了干好参谋工作吃了那么多苦,却突然要免职回炉当学员,这是何苦呢?”同事的议论中,充满着不解和惋惜。

确实,工作以来我苦练参谋业务,无论是参加2015年西藏军区参谋比武还是2018年陆军战役参谋比武,取得的成绩都不俗,期间还荣立二等功,被西藏军区评为“爱军精武”标兵。

然而,我有自己的想法。几年来,从基层到机关的工作经历,让我深刻感到,越是更高层次的任职平台,对思维格局、理论素养、研究能力和文字水平的要求就越高。而要实现提升这些能力素质,带着明确的学习目的进入院校参加学历教育、接受回炉重塑,无疑是最佳捷径。况且我还年轻,在追求理想、实现价值的道路上,有时需要勇敢回归最初启程的原点,卸下奔波的疲惫、反思经年的收获,努力去沉淀一个更好的自己。

选择读研,遇见更好的自己

■国防大学政治学院学员 陈哲

色课目,培养学员舰载飞行专项能力。 这些听起来就很“高大上”的项目,对学员身体和心理都是极大考验。

飞行学员尤志鹏在第一次训练旋梯时,打了退堂鼓。看着战友在旋梯上翻滚旋转,他一直担心自己会不会掉下来,能不能适应失重感。

“只要手脚抓紧就不会掉下去”“咬咬牙转过去就好了”……教员和战友们的鼓励似乎并不见效,每次一到旋梯训练他就躲到一旁,实在躲不过也得在同学“保护”下才能勉强转几下。教员决定给他施加点压力。

转场考核是飞行学员通向飞行的必要门槛,即“不及格不能转场,不优秀不能飞行”。于是,教员在一次训练前对学员们说:“这次转场考核要加考旋梯,不及格的转场考核不予通过。”这让尤志鹏心底一惊:如果转场考核不通过,就要被迫停飞,再大的心理障碍也要尽全力克服。

在教员的“施压”下,尤志鹏开始主动爬上旋梯,从1圈、5圈,再到15圈、20圈……这种旋转让他逐渐“着了魔”。平时在宿舍,战友都会看到他抓着双层床的扶梯,闭着眼睛,寻找训练的手感。

战胜了最初的恐惧,尤志鹏的旋梯成绩开始一路攀升。尽管最后转场的考核项目没有旋梯,但在飞行梦想的召唤下,尤志鹏已完成了自我超越。他由衷地对身边同学说:“只有敢于战胜自己,把自己练得更强,才有资格接受祖国的挑选。”

前不久,从该院走出去的首批生长模式舰载机飞行学员从初教机飞行训练站顺利结业,成飞率创下新高。飞行教官称赞道:“这批学员的体能底子打得好,让我们可以把更多精力放在飞行训练上,培养效率明显提升。”

本行不通。

“教员,实施登临检查过程中,您让我们在登临前明确任务,做好小组划分,分3组展开行动。可实际巡检时,人员非常有限,乘坐摩托艇靠岸后,基本上登临的只有两三个人……”

在执法业务任职培训课堂上,面对来自有着多年海警一线实践经历的学员提问,这位从教20余年的分队战术领域专家颇有些难为情。

从反恐处突到维权执法,朵豪发现,熟悉的课程变“陌生”了,既有的经验不再管用,一切都要从零起步。

“应对这种变化,唯一的途径就是奔跑。”朵豪以谦逊的姿态迅速投入到新领域学习中。他一边认真学习海警任务、海域形势等新知识,一边利用演训任务和调学培训时机,主动申请去执法工作站和舰艇一线走访问研,剖析研究海上执法最新案例,积极向执法办案员请教。

经过一番努力,朵豪逐渐成为海警法学学科的带头人。他带领团队先后主持研究武警部队《直升机支队战斗条令》《高寒山地反恐行动空地力量协同作战问题研究》等多个前沿课题,被评选为武警部队为战抓教先进典型。

老骥伏枥,志在千里。谈及自己的这场跨界之旅,朵豪表示路还很长,还要更用心更努力地走下去。

心理上的懈怠。 宁玉龙耐心地告诉张纪元:“取其上者得其中,取其中者得其下。把目标定得高一点,才有可能突破自我的极限。”在教员指导下,张纪元很快制订了一份体能计划表,根据自己每个项目的成绩现状,详细列出阶段目标,曾经的“达标线”全部改为“优秀线”,他心中的动力更足了。

“马甲线”“人鱼线”太常见,作为“飞鲨”驾驭者,要练就练出“鲨鱼线”

成长路上,没有捷径,唯有不知疲倦地奋斗。

入学以来,体能偏差的飞行学员魏子卿给人的印象一直是瘦小、羸弱。在第一次体能考核中,有同学看到他纤细的双臂,开玩笑说是“小土豆上插了两根筷子”。

“飞行员是靠身体吃饭的,没有过硬的身体素质,即使有再高的飞行天赋,也会被淘汰。”队长的话像一记重锤,敲打在魏子卿心上。看着近乎严苛的体能要求和自己可怜的成绩,他陷入深深的自我怀疑:“我真的适合飞行吗?”

此后的一段时间,魏子卿像泄了气的皮球,学习中得过且过,体能成绩更是一路下滑。

道将不如激将!军体教员杨祥红看出魏子卿的“异样”后,把他单独叫到了一边:“我带过很多比你差的学员,现在在已经飞得很好,如果你再这样下去,没有人可以代替你实现梦想。”

杨祥红一边说着,一边打开手机,那是一组2019级飞行学员刚入学时录制的短视频,主题是“喊出你的梦想”。伴着《年轻的战场》BGM,镜头中的魏子卿,在群情激昂的同学中间倾力挥舞着一面彩旗,大声喊道:“我为航母而来,我为‘飞鲨’而来,我的梦想是早一天驾‘飞鲨’从航母上起飞……”

“魏子卿,你忘记自己曾经喊出的梦想了吗?”面对教员殷切的眼神,魏子卿的泪水夺眶而出。那一刻,他下定决心改变自己。

“世上没有碰巧的成功,也没有白费的努力,我唯一能做的,是死磕到底。”休息日的田径场,深夜的健身房,从此多了一个沉默的身影。在跑坏3双鞋、增肌近5公斤后,魏子卿的体能素质突飞猛进,成功从起初的“瘦弱”变为“精壮”,在考核中达到部队一类人员特三级水平。

“他的训练热情影响到好多战友,个别喊‘及格万岁’的人,看到他的拼劲,也开始默默加练。”大队长程远说,学员们在军体课的基础上,额外制订适合自己的训练目标和计划,认真对待每一次周测试和月考考核,大家你追我赶,互相促进,涌现出多个“励志之星”“拼搏之星”……

“‘马甲线’‘人鱼线’太常见,作为‘飞鲨’驾驭者,要练就练出‘鲨鱼线’。”翻开军体教员宁玉龙的手机相册,一张张“触目惊心”的照片映入眼帘:手掌中间厚厚的茧上布满血丝,看不出这是一群20岁青年的双手;而两肋上结实致密的“前锯肌”,好像鲨鱼的三排腮裂,更像挂身上的两个弹夹……

这群起初并不起眼的“毛头小子”,熬过了最艰难的日子,终于超越极限、破茧而出,迎来了属于自己的“高光时刻”。

“上山时,支撑我往上攀登的是对山顶的渴望,登上山顶后我发现,最美的风景不在山顶,而在滴滴汗水的路上。”魏子卿在日记里写道。

从座舱出发,接受飞行的召唤;从自身强起,听从祖国的挑选

“集中注意力,收紧腰腹,准备做动作。”第一次走进模拟飞机座舱的飞行学员苏心坡,顾不上回想平时上课时背的理论要点,教员王立镇的一系列指令,让他手心冒汗。

随即,飞机一个横滚,天地跟着旋转。处于倒置状态的苏心坡,努力保持身体平衡,双手想尝试拉杆却怎么也使用不上劲,腰腹部好像绑着一块大石头。

“腰腹没有足够力量,以后不可能飞出花样。”教员王立镇看着苏心坡湿透的体能服,严肃地说。苏心坡心里一惊:体能基础打不好,是飞不上舰载机的。

苏心坡的顾虑不无道理。作为“刀尖上的舞者”,舰载机飞行员与陆基飞行员相比,起降平台显著变化,作战环境更加复杂,对飞行员的飞行耐力和身体素质提出了更高的要求。

“我们的目标是培养能打仗的舰载机飞行员,体能训练不仅要让他们练就强健的体魄,更要练素质、练作风、练养成,将胜战基因牢牢注入学员‘飞之初’。”该院领导说。

训练多流一滴汗,飞行就多一分安全。为解决舰载飞行需求与常规体能训练不匹配的问题,军体教研室从座舱出发,将舰载机标准目视航线飞行特点引入体能训练课目,创新设计400米综合课目,设置前滚翻、“穿针引线”等特

教员风采

爱“折腾”的朵豪

■王世卓



朵豪(右一)组织学员参加海陆综合演训任务。 作者提供

提起朵豪,同事们用得最多的词是爱“折腾”。这不,48岁的他,做出一个大胆决定——申请从武警工程大学选调至武警海警学院。这场由陆入海的跨界之旅,等待朵豪的是崭新开始。

跨界,往往与阻力相伴,因此更加需要勇气。朵豪迈出这一步时也不例外。“老朵,你是教研室主任,重点学科项目的研发承担专家,你走了这一摊工作谁能挑起来?”听说朵豪要参加选调,单位领导第一个不同意。

“你都48岁了,也是教授,还折腾个啥?调过去又是两地分居,3000多里路,你自己来回跑?”家属的“抱怨声”也不小。选择跨界,并非朵豪的一时冲动,而是深思熟虑的结果。“海警作为2018年重组的新生群体,在学术领域就是一片蓝海。研究海警学科,我相信会有更加广阔的空间。”工作上一向很有干劲的朵豪敏锐地意识到,随着年龄增长和军旅磨砺,要想适应改革发展的节奏,决不能

“坐井观天”“原地踏步”。“能在有生之年发挥自身所学应用于快速发展的新领域,何其幸哉!”

带着这一信念,朵豪如愿进入新岗位。然而,一些质疑声也随之而来。“他从内卫部队调过来,海警都没接触过,不懂业务,怎么开展教学?”为了尽快让新单位的同事和学员们信服,朵豪决定用实际行动加速开启自己的重塑之旅。

新学员野外驻训综合演训,年近百岁的朵豪亲自演示低姿匍匐前进战术动作。只见他一个箭步俯身冲下,虎口卡住枪柄,枪身紧贴右大臂内侧,腹部紧贴地面,交替利用双脚内侧蹬力和双手抓力使身体持续前移。干净利落又力道十足的动作,赢得学员们鼓掌叫好。一起组训的同事们也朝朵豪竖起大拇指。

对于侦察排长出身,常年研究反恐处突战术战法的朵豪来说,战术基础动作可以说是轻车熟路。然而,具体到全新的海警业务上,再想用以往知识根