



中国警察体育

——全国第九届警察体育理论研讨会论文选

中国前卫体育协会 编



● 海峡出版发行集团 | 海峡文艺出版社

中国警察体育

——全国第九届警察体育理论研讨会论文选

中国前卫体育协会 编



海峡出版发行集团 | 海峡文艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

中国警察体育:全国第九届警察体育理论研讨会论文选/
中国前卫体育协会编. —福州:海峡文艺出版社,2012.7
ISBN 978-7-80719-807-9

I. ①中… II. ①中… III. ①警察一部队体育—中国—
学术会议—文集 IV. ①G87—53

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2012)第 167260 号

中国警察体育——全国第九届警察体育理论研究会论文选

中国前卫体育协会 编

责任编辑 邱戊琴

出版发行 海峡出版发行集团
海峡文艺出版社

经 销 福建新华发行(集团)有限责任公司

社 址 福州市东水路 76 号 14 层 邮编 350001

网 址 www.hx-read.com

发 行 部 0591—87536797

印 刷 福州德安彩色印刷有限公司 邮编 350008

开 本 880 毫米×1230 毫米 1/32

字 数 430 千字

印 张 17

版 次 2012 年 8 月第 1 版

印 次 2012 年 8 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-80719-807-9

定 价 45.00 元

如发现印装质量问题,请寄承印厂调换

序 言

由中国前卫体育协会组织编辑的《中国警察体育——全国第九届警察体育理论研讨会论文集》，正式结集出版了。这是近年来警察体育理论研究成果的集中体现，也是警察体育理论研究工作的一件喜事。我相信，这一文集的出版，对于深化警察体育理论研究，促进警察体育工作创新发展，必将产生重要的推动作用。

警察体育是公安工作和公安队伍建设的重要组成部分，是广大公安民警增强体育素质、提高实战技能的重要载体，也是丰富警营文化生活、构建和谐警营的有效途径。长期以来，特别是党的“十七大”以来，孟建柱同志和公安部党委高度重视警察体育工作，先后作出了一系列重要指示，出台了一系列政策措施，有力地推动了全国警察体育工作的蓬勃发展。各级公安机关和广大警察体育工作者深入贯彻部党委的决策部署，紧紧围绕“三项重点工作”、“三项建设”等中心工作，紧密结合深化“大练兵”、“苦练基本功”等部署要求，组织开展了丰富多彩的群众性警察体育活动，成功举办了一系列颇具影响的警察竞技比赛，为提高人民警察身体素质、服务现实斗争，为丰富精英文化生活、推进和谐警营建设作出了突出贡献。

理论来源于实践又指导实践，实践催生理论又呼唤理论。近年来，乘着公安事业科学发展的东风，植于警体工作蓬勃发展的土壤，我国警察体育理论研究也驶入了创新发展的“快车道”。自1986年至今，我们先后举办了9届警察体育学术研讨会，形成了一大批理论研究成果，培养了一大批理论研究人才，为推动警体工作长远发展提供了有力支撑。本书是在第九届警察体育理论研讨

会上,由中国前卫体协组织有关专家教授,对全国公安机关、公安院校选送的100多篇论文进行认真评审,从中选出75篇优秀论文结集而成的。该论文集涵盖了警察体育训练、教学、实战等多个方面,既有服务“三项建设”的创新思路,又有推进和谐警营建设的理论探讨;既有增强民警体质的系统研究,又有提高警务技能的深入分析,具有很强的针对性、前瞻性和创新性,凝聚着警体工作者的心血和汗水,体现出警体理论研究人员强烈的责任意识和高度的理论自觉。

国运盛,体育兴。在改革开放和现代化建设的伟大进程中,随着经济社会的发展进步,人们的精神文化需求不断增长,追求全面发展的意识日益增强,希望强身健体的要求愈加突出,体育的地位就更加重要。警察体育在发挥体育普遍性作用的同时,又具有鲜明的公安特色,而且随着形势任务的深刻变化、公安工作和公安队伍建设的发展进步,加强警察体育工作的现实意义更加凸显,深化警察体育理论研究的客观要求更加迫切。希望全国广大警察体育工作者坚持以科学发展观为统领,进一步弘扬理论联系实际的马克思主义学风,按照围绕中心工作、服务斗争实践、满足民警需求的工作导向,准确把握警察体育工作规律特点,积极创新警察体育立论研究思路,扩大完善理论成果转化机制,不断推出学理上讲得透、民警看得懂、实践用得上的理论研究成果,更好地为提高警察体育工作科学化水平服务,为提升公安民警综合素质和战斗力服务,为维护国家安全和社会和谐稳定服务。

是为序。

李春生

2012年7月1日

第一章 警察体育工作与训练研究

论警体工作在构建和谐警营文化中的重要作用	黄 磊(3)
浅析警体达标训练的重要性	周礼芳(12)
浅析基层公安工作中的警体工作	李新福 付 樱(18)
浅谈我国警察体育发展目标体系构建	金 洪(25)
警察体育在公安工作中的作用和意义	付 勇(33)
浅谈基层公安体育工作	汪 颖(39)
论太极拳的警体运用	朱景华(43)
论警体工作在构建和谐警营文化中的地位和作用	白晓明(49)
论基层民警体育锻炼现状及对策	罗 琳(56)
基层警察体育工作浅议	陆雪梅(61)
警察体育训练激励机制初探	于正阳(67)
发展警察体育工作刍议	尹春华(74)

第二章 警察体育教学与改革研究

警察拓展训练教学模式的改革与创新	朱海明(83)
对公安院校警体课程设置及教学突出实战的思考	王 涛(90)

对警察战术射击训练的几点思考

..... 李松洋 朱庆宾 陈长礼(99)

公安院校警体教学中贯彻终身体育的方法研究

..... 王炯钦(106)

积极探索教育训练工作正规化..... 王力丰(113)

警察体能课程教学改革的研究现状与发展趋势

..... 郝建平 付方磊(118)

警察防卫控制课程的整体改革与建设

..... 朱庆宾 陈长礼(124)

全国政法院校招录培养体制改革试点班警械武器

使用教学训练研究..... 高邦雄(132)

适应警院招录体制改革新形势,构建警务体能、技能和

战术训练一体化新模式

..... 陈长礼 朱庆宾 高振峰 李松洋(138)

我国《警用武器射击》教学训练现状分析与改革措施探讨

..... 陈晓军 王振华(145)

招录体制改革对警体教学带来的机遇和挑战

..... 潘泽锋(152)

中外初任警察实战技能与战术教育训练的比较研究

..... 王 鹏(156)

香港警察教育训练培训方式探究..... 马 洪(164)

试论警察擒拿格斗

..... 李德祥 王 泽 林泽胜 付 冲(174)

浅析中国武术与警察训练..... 王 澜 郭治业(183)

第三章 警察心理行为与训练研究

公安院校警训教官心理压力现状及对策研究

..... 陈长礼 高振峰 朱庆宾 李松洋(191)

警察心理行为训练的理论研究·····	吕姿樵(200)
增强射击心理素质训练的必要性·····	陈艳江(205)
当前基层民警身体和心理健康状况调查与思考·····	
·····	吴 琼(209)

第四章 警察体能与训练研究

警察体能相关概念问题的探讨·····	张恕一(223)
论警察体能及其训练方法·····	段友文(229)
提高民警体能刍议·····	黄振森(235)
构建以人为本的现代警体训练观·····	李本广(241)
民警体能训练方法的初探·····	吴 杰(245)
当前警察体能教育简析·····	王源文 杜建兴(253)
我国公安特警体能训练实施状况调查研究·····	吴 恺(258)
增强警务实战能力研究·····	余小红(272)
提高民警体能的对策研究·····	嵇昊天(278)
提高警察体能训练效果的几点思考·····	
·····	任元勋 赵美娟(283)
浅议提高民警体能的方法·····	马权友(289)
应对民警体能现状的思考·····	田明伟(297)
基层民警体能训练的科学化·····	袁南鹏 宗小祥(304)
加强警体训练的思考·····	王继超(310)
警察防卫与控制技能训练现状及思考·····	姜 涛(317)

第五章 警察体质与健康状况研究

中国刑事警察学院学生体质健康现状及对策研究	
·····	李松洋 陈长礼 朱庆宾 高振峰(327)
试论当前社会条件下的民警素质·····	周 磊(336)
石家庄市公安民警健康状况的调查分析及对策研究	
·····	刘志行(342)

十堰城区公安民警体质、健康状况的调查及干预对策研究	杨丽娟(348)
以贵港市公安局覃塘分局浅析当前民警体质状况	杨 铃(354)
浅谈民警健康现状及对策	邢光银 闫奋飞(361)
宁波市公安民警健康状况调查及分析研究	乐 峰 林 玲(365)
增强民警体质的方法初探	程 平 程 蕾(373)
天门市公安民警健康状况调查	高东升 万 涛(379)
芜湖市公安局警体工作改革方向初探	杨逸琦(387)
北京市公安局民警体质状况调查报告	陈 涛(396)
高质量轻负荷的警察健身新理念	陈长礼 朱庆宾 郭劲风(410)

第六章 警察体育与实战训练研究

公安机关处置群体性事件战术研究	郝建平 张文祥(417)
缉捕持枪犯罪嫌疑人的战术研究	周昕虔(426)
公安特警搏击训练初探	伍国权 李晓艳(433)
全国公安系统应用射击比赛分析研究	王 镭(439)
关于公安干警执法使用武力的研究	闫如恩(448)
公安民警警务技能在职培训探讨	闻毅敏(457)
9 mm 警用转轮手枪的技术性能及实战价值	木志友(464)
预备警察对警务技能课中案例模拟教学法效果进行评价的研究	朱庆宾 陈长礼(470)
坚持以科学发展观为指导 努力创新警务能力拓展训练模式	牛 津(477)

浅谈非致命性武器的训练与使用·····	木志友(482)
以使用枪支为视角谈警察使用武器的判明依据 及如何使用武器·····	侯延昶(487)
浅谈警务实战的训练与应用·····	刘贵良(498)
香港警队先进警务技能实战经验借鉴探究 ·····	张旭升(507)
浅谈公安系统军用手枪射击比赛之50米精度射 ·····	聂 剑(513)
论警务搏击战术原则及应用·····	郭治业(517)
警察遇袭应对策略探析·····	王振华 陈晓军(523)
新形势下云南警官学院的警察体育与实战训练工作 ·····	白晓勇(529)



第一章

警察体育工作与训练研究

论警体工作在构建和谐 警营文化中的重要作用

安徽省六安市公安局 黄 磊

摘要 警察体育是公安教育和体育训练综合的教育活动,它以增强警察体质,提高实战技能为主要目的。通过长期的体能、技能训练,培养警察良好的心理素质和战斗作风,在制服犯罪的同时,有效地保护好自己,以完成好神圣的使命。因此,在开展民警的政治思想教育、提高业务素质的同时,加强警察体育工作,能更好地挖掘民警自身的潜力,从而提高队伍的战斗力。本文从目前民警自身战斗力的现状、警察体育对提高队伍战斗力的作用及加强警体工作对构建和谐警营文化的意义和影响等方面谈一些个人看法。

关键词 警察体育 文化 和谐 作用

人民警察作为一个特定的社会群体,也在积极创造着警察的行业文化,形成了自己的政治理念、价值取向、精神内涵、行为规范和管理模式,警察文化不仅仅是一个概念,它更是一种传承、一种精神、一种活力、一种风貌,警察文化应该以积极的态度反映警察现实生活中最美好的追求、风貌和道德情操,再以文化为载体,培养警察的时代意识和人文素养。

每当一种文化和职业连接在一起的时候,这种文化就被赋予了强烈的职业特色。比如曾经轰轰烈烈的商业文化、环保文化等,都是和相关职业密切联系的,从其主题来说,必然是要反映这种职

业的特色的。同样,警察文化是以警察为主体,以警察的职业特色为主要内容的。

警察文化必须紧跟时代的步伐。随着时代的发展,国民整体素质的提高,都对我们警察的各项素质提出更高的要求。没有这种较高的综合素质,很难和我们的时代相适应。没有先进文化氛围,警察的整个队伍素质的提高以及和社会适应的水平都将大打折扣。通过对警察文化的建设,增强警察的时代意识,提高警察的人文素养,促进警察对本职工作的热爱,抒发他们对警务事业的崇敬之情,揭示他们亲切、热情和疾恶如仇的内心世界,展现他们工作中勇敢无畏的真实、感人事迹,体现他们积极向上的精神风貌。培育和发展警察文化,对树立人民警察的良好形象起到积极作用。

胡锦涛总书记在“十七大”报告中指出:“要坚持社会主义文化前进方向,兴起社会主义文化建设新高潮,激发全民族文化创造活力,提高国家文化软实力,使人民基本文化权益得到更好保障,使社会文化生活更加丰富多彩,使人民精神风貌更加昂扬向上。”随着改革开放和社会主义市场经济的建立,公安民警对文化的认知度发生了新的变化,警营文化建设也面临许多新情况、新问题。而作为警营文化本身来说,既是基层政治工作的重要组成部分,也是鼓舞士气,保证警察队伍高度稳定,构建和谐警营的有效手段。

一、警营文化建设的重要作用

“十七大”报告中明确指出,构建社会主义和谐社会是我们党执政的主要任务之一。公安队伍作为一支担负重要历史使命的队伍,大力实施“和谐警营”建设是落实科学发展观、建设和谐社会的具体体现,是正规化建设的重要载体。而警营文化是随着公安队伍的不断发展而产生的规范行为、促进发展的文化因素,是我们这

支队伍在漫漫发展之路中创造的物质财富和精神财富,它是思想操守、职业道德和价值取向的总体概括,其具体作用主要表现在以下几个方面:

1. 警营文化能提升民警综合素质

大力加强警营文化建设,开展健康向上的文化艺术活动,能陶冶民警的情操,净化民警的心灵。同时,还可以激发广大民警学习知识的热情,掌握科学的方法,努力在思想政治、科学文化、专职业务、身体心理等方面全面发展,成为用先进文化武装起来的先进群体,达到“以科学的理论武装人,以正确的舆论引导人,以高尚的精神塑造人,以优秀的作品鼓舞人”的目的。

2. 警营文化能强化民警自我管理

当前,随着民警文化程度的提高,其思想、心理呈现多样化趋势,给队伍管理带来了一定难度。警营文化建设能够更加深入的培养民警热爱本职、献身公安的政治理念,从而把追求人生价值与谋求个人利益有机统一,使警营文化对民警产生持久的推动力。

3. 警营文化能激发民警工作热情

随着社会经济的飞速发展,民警承担的任务也更加艰巨,身体和心理上的压力也越来越大,经常开展各种丰富多彩的警营文化活动,寓教于乐,是培养民警爱岗敬业、激发民警工作热情的有效手段。同时也可以缓解民警们一直以来紧张的状态,进而有效增强民警对组织的信任感、归属感和荣誉感,更好地服务大众,服务社会,构建和谐奋进的良好氛围。

4. 警营文化能融洽民警内部关系

一支队伍没有正确的思想引导,歪风邪气就会渗透进去。加强警营文化建设,一方面可以形成无形的约束力和明确的导向性,规范广大民警的行为,树立良好的个人形象;另一方面通过内强素质、外树形象增强亲和力,通过广泛开展各类寓教于乐的问题发动民警共同参与,建立联系活动纽带,把广大民警融合在一起,融洽

内部关系,构建起和谐的警营关系。

总体来说,警营文化目的在于提高全警素质,宗旨在于加强队伍建设,核心在于弘扬职业精神,只有通过不断加强警营文化建设,提高民警综合素质,使全体成员目标一致,团结互助,才能最大限度地提升队伍的凝聚力和战斗力。

二、体育文化的概念及其对社会发展的影响

体育文化是关于人类体育运动的物质、制度、精神文化的总和。大体包括体育认识、体育情感、体育价值、价值理想、体育道德、体育制度和体育的物质条件等。

体育作为一种独立的文化形态,他的作用是其他任何文化形态所不能取代的,甚至其他文化形态的发展还不得不从体育文化中借鉴、延展某些具有特质的东西。因此,体育一旦成为当代文化的重要组成部分,其存在和发展将有助于完善和健全社会的文化,也有利于人类自身的协调和发展。

文化对社会的最重要的功能就是对人们的需求给予同样的模式,使之能够共同生活。因此体育这种文化对社会所具有的一个重要功能便是促进人的社会化。体育不仅可以为人们提供社会生活所需求的行为能力、行为方式及规范等,而且还可以使人们学到其他社会生活领域中的规则。体育社会化不仅提高人们对身体、休闲、生命、环境和体育的认识,形成正确的体育价值观念,而且还可以在內化竞争的意义、规范、道德等过程中,认识到社会上的各种竞争活动的社会意义。体育社会化的功能具体表现为:

1. 体育运动可培养社会规范

体育运动是一种特殊的社会文化活动。强烈的自身参与、激烈的对抗竞争和频繁的人际交往,以及形式多样的群体活动,是这

一文化活动的显著特征。因此,在这一领域中,必须确立明确而细致的各种行为规范进行监督和实施。体育运动中的规范虽然也具有强制性,但毕竟是在游戏娱乐和运动中体现出来的,是人们乐于接受的,不会给人造成精神压力。在体育运动场合,人们深知这些规范是体育活动得以延续下去的必要条件,因此对遵守这些规范有着共同的要求,这必将有利于人们理解遵守社会规范的意义和重要性,有利于形成尊重权利的观念。

2. 体育运动有利于社会价值观念体系的形成

在人类社会的发展过程中,体育运动与社会的关系越来越密切。一方面体育运动自身作为一种社会行为,社会活动介入到社会生活中;另一方面作为社会的“缩影”和“焦点”,体育运动浓缩和反映了社会关系、社会心理和社会行为的种种现状,能动地对社会变革起到促进作用。体育是社会发展的重要组成部分,是引导人们融入社会价值观念体系的重要手段。

3. 体育运动有助于社会角色的习得

在由体育而结合的社会关系中,每个角色都有获胜的权利、获得嘉奖的权利和按照规则进行技术动作行为的权利。同时也有遵守体育法律制度规范、道德规范和技术规范义务。

一般来说,成员的群体归属(Group Belongingness)意识强,则有利于群体的活动;成员与群体规范(在群体活动中每个成员应共同遵守的规则)相一致,则对自己在群体中的地位和角色感到满足,并能够与核心人物以及其他成员保持协调关系。

社会角色是完成社会活动的必要的社会形式和个人的行为方式。它是人们对具有特定身份的人的行为期望,是构成社会群体和组织的基础。这有利于教育人们懂得“做什么像什么”的社会意义,为人们在社会工作中“干一行爱一行”,努力做好本职工作,打下一定的思想基础。