

# 一击必杀 ★★★

## 美国海豹突击队 格斗教范

■ 黄涛 编著



北京体育大学出版社  
BEIJING SPORT UNIVERSITY PRESS

# 一击必杀

黄涛 编著

# 美国海豹突击队格斗教范



北京体育大学出版社

策划编辑：叶 菜  
责任编辑：叶 菜  
审稿编辑：熊西北  
版式制作：浅 草 筱 琳 依 昀  
责任校对：行 乾  
责任印制：陈 莎

---

图书在版编目（C I P）数据

一击必杀：美国海豹突击队格斗教范 / 黄涛编著

——北京：北京体育大学出版社，2011.11

ISBN 978-7-5644-0857-2

I. ①—… II. ①黄… III. ①海军—特种部队—概  
况—美国 IV. ①E712.53

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2011)第 238808 号

---

## **一击必杀**

——美国海豹突击队格斗教范 黄涛 编著

---

北京体育大学出版社出版发行

新华书店总店北京发行所经销

(北京海淀区信息路 48 号 邮编:100084)

北京昌联印刷有限公司

开本：880 × 1230 毫米 1/32 印张：11.5

印数：6000 册 定价：25.00 元

2012 年 1 月第 1 版第 1 次印刷

ISBN 978-7-5644-0857-2

邮购部：北京体育大学出版社读者服务部

010-62989430

发行部：010-62989320 网址：[www.bsup.cn](http://www.bsup.cn)

(本书因装订质量不合格本社发行部负责调换)



# 前言

说到美国海豹突击队，给人的感觉是上天入地无所不能，战斗中更是如同狂风扫落叶一般将敌人瞬间消灭干净，那种感觉真是相当给力！如此强大的战斗技能虽然不是一般人所能及的，但是，有些东西却是我们可以去尝试的，比如：学习他们所使用的超强格斗技术。

美国海豹突击队员所练习的格斗技术是什么样的呢？我们偶尔会在美国大片中看到类似的格斗片段，可悲的是，这些动作场面是被凭空想象并经过艺术夸张的。真实的美国海豹突击队员所练习的格斗技术叫做——MCMAP，是英文“Marine Corps Martial Arts Program”的简称。它是一种纯粹、赤裸裸地杀敌技能和精神，是能用任何武器将敌人干掉的精神。不论使用任何武器，最重要的是驱使身体作出行动的杀敌精神。

MCMAP与跆拳道、散打、泰拳、截拳道等格斗术也是截然不同的。一种运用于战场上的生死搏杀术和擂台上带着拳套的体育运动有很大的差异，擂台上的格斗术是建立在一对一公平竞争的基础上的。如果你是一名海豹突击队员，当你在战场上面对生死的考验时，你会不会对你的敌人讲究体育精神，当他倒地后就停止攻击，用你的人格魅力去感化他？会不会为了追求荣誉感

而不从背后攻击对手？不要说你对这种行径感到不齿，更不要说在对手置你于死地时，你会对他的眼睛、咽喉和裆部这些致命的地方手下留情，去体现你民族文化的高尚。不难想象，当一名海豹突击队员在擂台上与职业格斗家比赛时，我们且不论谁的技术水平更高，至少海豹突击队员是不会赢得比赛的，因为极有可能在比赛不到1分钟的时间，就会因为犯规次数太多而被从擂台上赶下来。就算你是职业的格斗家，当你穿上10公斤的战斗装备在战场上与对手搏杀时，可能很难把胳膊抬起来，跳动身体来个漂亮的组合拳，也可能很难使出潇洒的侧踹和高踢腿。

在MCMAP格斗体系中，打击、摔投、地面技术、缴械、无声杀敌等技术无所不包，内容十分丰富，同时也非常简单、直接。因为MCMAP格斗体系为了在有限的时间内，训练出能够实战的海豹突击队员，其技术对于受训者没有特别的要求，甚至弱勢群体，都可以学习。毕竟士兵参与格斗训练的时间不是很多，还要进行其它的战斗科目训练，不可能像以格斗为职业的格斗家那样进行训练。MCMAP格斗体系主要目的是增加士兵在危险的战场上或街斗中生存下来的机会，并在有限的训练时间内能达到这样的效果。MCMAP格斗体系在战争中经历过足够的生死实战考验，有大量的实战记录可查。

用一句话来形容MCMAP格斗体系——只讲技术，不讲道德。

那么，接下来，就为大家揭开MCMAP格斗体系的庐山真面目吧！



# 第一章 美国海豹突击队概述

## A 第一节 基本简介

美国海豹突击队 (Navy Seals), 全称为美国海军海豹突击队 (United States Navy Sea, Air and Land, SEAL)。是直属美国海军的一支特种部队, 亦是世界知名的三栖特种部队, 主要任务包括: 非常规战争、国内外防御、直接行动、反恐怖主义行动、特殊侦查任务等等多项。

“海豹”(SEAL) 是美军三栖突击队的别名, SEAL 取 SEA (海)、AIR (空)、LAND (陆) 之意。突击队正式成立于1962年, 前身是美国海军水下爆破队, 到1988年时已经扩大到两个战斗群, 共有7个中队, 人数约1600人, 目前无法弄清楚准确的数字。海豹突击队现已成为美国实施低强度战争、应付突发事件的杀手。

美国海军海豹突击队是世界十大特种部队之一。是世界上最为神秘, 最具震慑力的特种作战部队之一。至今外界还很少有人知道海豹突击队在什么地方执行任务、以什么地方作为训练基地等等, 然而这支神秘的力量总是在国家最需要他们的时刻出现。他们个个文武双全, 体魄强健, 因为很多时候是夜间执行任务, 对视力要求也不亚于战斗机飞行员。进入海豹突击队, 学员要通过被认为是世界上最艰苦最严格的特别军事训练, 而且有时训练完全是真枪交火, 学员们在超常的困境中培养锻炼毅力和团队协作的能力, 最后70%的学员要被淘汰出局。因此, 能够成为海豹突击队的战士是一名美国军人的最高荣誉。

自1962年肯尼迪总统亲自组建美军特种部队(绿色贝雷帽)以来, 无论是执行任务还是训练, 海豹突击队都凭借出色的表现而成为特种部队的传奇。他们几乎参与了每一次重大的现代战争和军事反恐事件。



## A 第二节 起源与历史

海豹特种部队的起源可追溯至“二战”时期的侦察与突击部队(S&R)和海军战斗爆破队(NCDUs)。第一批侦察与突击部队的训练课程于1942年5月在佛罗里达州展开,最初目的是能够建立一支利用小型船只渗透敌区,以汇集情报的特种部队。参与训练的单位来自陆军和海军,他们花3个月的时间进行侦察与爆破的严格训练。二次大战期间该部队在欧洲与太平洋战区完成多次渗透与潜入的任务。侦察与突击部队于战争结束时解散,但是其作战技巧成为今日海豹特种部队战斗准则的基础。

海军战斗爆破队成立于1943年6月6日,它可以说是美国海军蛙人的始祖。当初成立目的是能够建立一支两栖登陆的先遣部队,对敌岸滩头进行扫雷与破坏防御工事,以便后续的主力部队能够顺利登陆。初期人才的甄选与训练方式均由Kauffman将军负责策划,兵源多来自海军的工程与建筑部门,训练内容包括炸弹的拆解、爆破、两栖侦察及著名的“地狱周”耐力训练。今日海豹队的训练课程就是由当时所制定的,因此海军尊称当年负责策划的Kauffman将军为“水中爆破队之父”。

二次大战时的海军战斗爆破队可以说是盟军的炮灰。他们以6人1队的方式担任两栖先锋,以橡皮艇或游泳的方式潜入敌区进行渗透、破坏与侦察的任务,但是在没有任何重型武器的支援下,伤亡也极为惨重。诺曼底登陆当日,在美军损失最严重的奥马哈滩头上,175名蛙人担任两栖登陆的开路先锋。在敌人猛烈的炮火下造成91名蛙人的伤亡,但是他们也破坏了超过八成的防御设施,确保后方部队的顺利登陆。诺曼底登陆结束后,海军战斗爆破队便加入太平洋战区,并更名为水中爆破队(UDT),继续进行两栖特战任务。

1944年的太平洋战区,美军企图从塔拉瓦进行两栖登陆。当时第一批陆战队士兵很顺利地利用两栖登陆车抵达岸边,但是第二批载着大型武器及重型装备的大型登陆舰却意外触礁而搁浅,结果造成多名陆战队士兵溺水而亡,而第一批陆战队士兵在没有增援的情况下惨遭日军屠杀。鉴于此战役的失败教训,于是,太平洋战区的海军开始重用战斗蛙人,以进行两栖登陆前对敌岸的水文及防御工事侦察。第一批的海军蛙人在夏威夷结束训练,随即投入太平洋战场。他们依照海军标准程序:穿着海军工作服,求



生背心，戴着钢盔，利用小型橡皮艇渗透到敌岸。但是因为太平洋各岛的海岸多是珊瑚礁地形，并不方便小艇登陆，因此海军蛙人常将橡皮艇开到接近敌岸后，便舍弃所有武器与重型装备，穿上潜水服游至岸边，开始记录敌人的机枪暗堡、鹿柴及其他反登陆设施的位置，并素描岸边的地形与水文情况，将情报提供给两栖登陆部队。在1944年至1945年间，有将近1000名的海军蛙人投入太平洋战场，除了担任两栖登陆的先锋外，蛙人们常因低温的海水抽筋或失温丧失性命。海军蛙人在太平洋战区损失最惨重的一次并不是在执行任务时，而是运送蛙人的船只遭到日军轰炸机袭击，造成15死23伤的损失。在攻占冲绳岛之后，海军蛙人开始计划潜入日本的秘密任务，但是同一时间日本宣告无条件投降，因而迫使该项计划取消。

二次大战时，美军还派遣海军战斗爆破队蛙人前往中国大陆进行敌后侦察工作，其中Milton E. Miles除了负责准备盟军登陆前的海岸情报汇集外，更设立名为“快乐谷(Happy Valley)”的中国游击队训练基地，并率领游击队完成突击日军的任务。而另一位爆破队员Phil Buckelew更多次冒险窃听日军的通讯，以提供情报给海军司令部。因此，为了纪念这位海军传奇人物，美国海军便将位于科罗拉多基地的海军特战中心命名为“Phil Buckelew”。

1947年海军正式成立水中爆破队(UDT)，并将原先每队1名军官与6名士兵的编制扩编为每队8名军官与120名士兵。不同于二次大战时的战斗爆破队，水中爆破队更延续了侦察与清除滩头任务，并附加对敌人海港船只与桥梁的破坏工作。

朝鲜战争时，水中爆破队令海军高官极为头痛，因为不同于以往海军的传统作战方式，他们深入内陆地区进行突击行动，任务多为拆除水雷、爆破，运送间谍渗透到北朝鲜，破坏运补船只，并协同韩国突击队员袭击北朝鲜的铁路设备。除了战斗任务外，爆破队同时发展新的战术与设备。他们首先尝试利用直升机进出战区以及水面跳伞，并进行名为“天钩”的紧急人员回收系统实验。这项实验一直进行到数年后海豹队员丧失性命而宣告终止。

1960年1月1日，肯尼迪总统认为海军需要一支专业的部队以进行渗透、侦搜、破坏及反恐怖任务。于是下令成立海豹一队与二队，分别配属太平洋舰队与大西洋舰队。初期兵源均来自水中爆破队，除了基础水中爆破训练外，更增加了三栖作战、游击战与情报训练。

越南可以说是海豹特种部队测试新战术及新武器的最佳场地。由于美





国政府协防越南的政策，造成在越战中的美军只能采取被动攻势，但不同于一般步兵的固定巡逻与战斗方式，被赋予河防任务的海豹特种部队以2人一组，14人一排的编制，利用内河巡逻艇(PBR)，海豹战术突击小艇(STAB)或武装登陆艇(LCM)深入湄公河三角洲，对北越进行突击与暗杀的行动。初期海豹队员穿着虎斑迷彩或丛林迷彩服，脸上涂满绿色油彩，头上戴着阔边帽或绑着头巾，使用CAR-15卡宾枪。为了防止裤管积水，队员通常都不扎绑腿，并将鞋带打死结以防止野战靴在泥泞中脱落。在熟悉北越的活动方式后，海豹队员更使用北越的战术与装备，穿着黑衣，草鞋或赤脚，使用AK-47冲锋枪，在北越活动频繁地区设置陷阱或诡雷装置。由于海豹特种部队无声无息的突击行动，使北越损失惨重。北越不但称他们为“绿面人”或“秘密蓝眼杀手小队”，更贴出悬赏公告，缉拿海豹特种部队的领导军官。海豹特种部队在越南一战成名，不但获得多项勋章的肯定，更将美国大众的焦点从陆军绿贝雷帽部队移至这支新兴的海军特种部队。海豹特种部队在越战中总计共损失46名队员，但是遭到海豹队员狙杀的北越正规军则将近9千人。

1980年美国驻德黑兰大使馆遭到伊朗革命卫队占领时，美军曾派出海豹特种部队渗透德黑兰市区以提供相关情报（称为鹰爪行动“Eagle Claw”）。而负责救援任务的游骑兵与三角洲部队则前往代号为“沙漠1号(Desert One)”的地点集结，因此该行动又称为“沙漠1号”行动。但是在行动前夕救援部队遇沙尘暴发生撞机意外，而被迫取消该行动。

这次行动失败后，美国立即筹组一支跨军种的联合特遣队(JTF)，并准备第2次救援行动。于是海军于1980年10月成立一支专司反恐怖的特种部队：海豹6队。1983年由于海豹特种部队的战力日趋成熟，因此海军便将水中爆破队全部编入海豹特种部队，从此水中爆破队成为历史名词。1988年海豹8队成立，初期任务为突击检查海上船只，后来海豹8队被分派负责非洲地区的特战任务。从1980年至1998年末，海豹特种部队配合美国政府的行动，在格林纳达、巴拿马、海地、利比亚、索马里及波斯尼亚等动乱地区担任国际警察先锋的角色。

海豹特种部队在波斯湾战争的贡献可以说是功不可没。1991年2月24日沙漠风暴行动前一天凌晨，海豹特种部队在科威特东岸进行大量爆破的“欺敌行动(Operation Deception)”，6名海豹队员渗入科威特海岸，并装设大量炸药。在引爆炸药的同时海豹队员对岸上不停地射击，迫使伊拉克认为联军会在此进行两栖登陆，并从沙伊边境调来两个精锐师，让沙伊边境



的联军部队能顺利地长驱直入。

现今负责海上反恐任务的海军特战发展群前身即是神秘的海豹6队。鉴于1980年伊朗德黑兰解救人质的鹰爪行动(Eagle Claw)失败,美国国防部遂建立一支超越军种的联合特遣队(JTF),以应付层出不穷的恐怖事件。这支特遣队包含了陆海空军各特战单位,并由单一指挥体系统筹运用。因此海军建立了一支专司反恐任务的特种部队以配合联合特遣队的运作,并由前任海豹2队的队长Richard Marcinko负责筹组与指挥。6队兵源初期均来自受过反恐训练的海豹队员,包括海豹1队中的4个排与海豹2队中专司反恐任务的第六机动小组(MOB6)。1980年10月海豹6队成立于维吉尼亚州,当初取名为海豹6队,主要是为了使前苏联无法了解美国海军有几支特种部队,其次也因为6队内有6个排的编制。初期的队员编制只有90名。基于保密性质,6队的预算是以民间公司的名义来核发的,并直接隶属联合特战司令部(JSOC)管辖。由于任务性质特殊,队上作息完全不同于一般军事单位。为了掩饰身分,队员开始留长发与胡子,带耳环并穿着嬉皮服装。6队的训练开支极为庞大,光弹药的消耗量就超过整个海军陆战队,一年的训练预算相当于2架F-14战斗机的价格。6队常以各种名义在美国及世界各地的民间或军事单位进行秘密训练,训练内容非常严格紧凑,除了学习多国语言外,每位队员平均1周要消耗2500到3000发子弹在靶场及恐怖屋中。除了学习快速垂降,高空跳伞及各种反恐技巧外,并实际模拟攀爬轮船或钻油平台。正因为如此,6队在成立半年后就宣告完成战备,随时可以赶赴世界各地完成任务。上世纪80年代,海豹6队与德国第9国境防卫队(GSG9),英国特种舟艇勤务队(SBS),法国战斗蛙人等特战单位联合演习,并多次完成许多未公开的秘密任务。

上世纪80年代末期,在海军官僚体系的利益斗争与政治阴谋下,创立海豹6队的Marcink中将与数名队员被控私吞队上经费和装备,以及欺瞒和行贿政府等罪名。Marcink中校被判处10000美元罚金,并在联邦监狱拘役21个月。海军为了淡化这次不名誉的事件,便在90年代中期将海豹6队重新改变编制,并命名为海军特战发展群。美国政府宣称海军特战发展群成立目的是发展新特战装备、武器与战术。但是实际上发展群的任务依然延续海豹6队的反恐工作,因此一般媒体仍然称发展群为海豹6队。发展群隶属于海军特战司令部,但是也和陆军三角洲部队与第160特战航空团一样,由联合特战司令部(JSOC)指挥反恐任务。现今发展群编制大约300人,旗下共分红,蓝,金,灰4支部队。其中金队是主力攻击队,灰队



则是负责机动载具的运输队。除了以上4只部队外，还有一支负责甄选新进队员的绿色小队。此外发展群内还有编制约300人的管理与测试部门，他们负责测试及开发新的海军特战武器及装备。不同于一般海豹队的执行任务方式，发展群执行任务时喜好使用陆军第160特战航空团中隐密性高的MH-6小鸟型直升机。由于MH-6的体积小，噪音低，在执行空中登船或钻油平台任务时，不易被敌人发现。而发展群本身还拥有18台HH-60直升机。

1985年6队袭击遭劫持的意大利邮轮“S. S. Achille Lauro”号，并进入贝鲁特解救美国人质。在美军出兵格林纳达的“紧急狂暴(Urgent Fury)”行动中，海豹6队除了负责通讯设施的安全外，并突击格林纳达总督Paul Scoon官邸，护送他撤离战区。1989年在巴拿马“正义入侵(Just Cause)”行动中，海豹2队与6队组成白色特遣队(TFW)。该部队与三角洲部队联合搜寻巴拿马罪人诺瑞加，并保护其安全送回美国接受审判。1990年6队进入巴拿马执行名为“Pokeweed”的秘密行动，目的是逮捕哥伦比亚大毒枭Pablo Escobar，但是最后因情报不足导致该行动宣告失败。1991年海地共和国发生政变，海豹6队再度奉命执行寻找海地总统Jean Bertrand Aristide的任务。1991年的波斯湾战争中，海豹6队参与使用刺针导弹攻击萨达姆私人直升机的暗杀计划，但是最后该行动并没有执行。1996年海豹6队部署亚特兰大，防止恐怖份子破坏奥林匹克运动会。1998年海豹6队部署波斯尼亚，负责逮捕该国北部境内的5名遭到联合国安理会起诉的战犯(PIFWCs)。

1984年基于日益重要的海军防务过于僵化，海军作战部队次长命令前海豹6队指挥官Richard Marcink筹组一支专门渗透海军基地以测试其防卫能力的特种部队。根据Marcink在其自传性小说Rogue Warrior(中文版译为《海豹神兵》)中所述，这支部队在官方记录代号为“OP-06D”，直接由国防部管辖，由于是代表假想敌苏联的单位，于是取名为红细胞特种部队。初期队员共14员，兵源多来自于海豹6队。

1985年在全程录影的监控存证下，红细胞特种部队陆续以“巴勒斯坦自由革命阵线”的名义，使用训练子弹及只有声光效果而不具破坏性的临时性爆炸装置(IED)，成功“摧毁”了海军各个军港、司令部、机场、弹药库及核设施。由于红细胞特种部队不断地成功渗透与破坏，凸显出海军防护系统漏洞百出与官僚体系的腐败无能。除了测试各海军基地安全的任务外，红细胞特种部队也肩负着代号为“T. R. A. P”的特战任务，其性质为以红细胞单位的名义在世界各地执行国家安全会议及海军特战任务。但



是红细胞特种部队让许多海军单位恨之入骨。因此在海军官僚的政治斗争下，该队的指挥官被关进联邦监狱，红细胞特种部队亦随之缩编，最后也难逃撤编的命运。

1987年4月，海军特战司令部委任于加州圣地亚哥的海军两栖基地，而职责是要替海军特战部队分派任务以及拟定战略及政策。2004年4月16日，海军特种部队指挥部计划在佛罗尼达海滩建立现代化的海军两栖基地，其职能是为海军特种部队的任务做战前准备，分派行动任务，以及研究特种兵作战理论和战略战术科学。

## A 第三节 组织与结构

至2006年为止，有8支海豹认证队伍，原本的海豹部队分为位于西海岸的海豹第一队伍，以及位于东海岸的海豹第二队伍，而目前现役的海豹部队则是分为8支队伍，包括第1、2、3、4、5、7、8、10队伍，这些队伍部署为海军特战分遣舰队，每一支队伍都可以任意在世界各地部署，每一支队伍都由1名海军中校指挥，每个队伍还有一些海豹部队作战排以及一个总部。1987年，海豹部队第6小队正式命名为“海军特战开发团”(DEVGRU)，但是还是有许多人称呼为海豹6队，海豹第2、4、8、10队伍驻扎于维吉尼亚海滩上的Little Creek海军两栖基地。

一个海豹队伍当中包含3个40人的工作单位，而每个工作单位包含1个总部，1个总部又有1名中校、1名资深入伍士兵、1名策划目标/行动士官、1名目标/行动三级士官长或是上士，而在总部底下又有两排各16人的士兵(包括2名士官、14名士兵，有时会因有2名EOD执行长，而变成18人)以及一个支援人员。每个工作单位在作战目的上可以轻易地分为4个小组或是8个4人火力小组。

一个工作单位的核心包括狙击手、破坏者、沟通者、航海工程师、医护兵、密接支援、领航员、主要载具驾驶、重型武器操作兵、机密地点开发人、空中作战士官、攀爬领导人、导航驾驶、审讯人员、爆裂物处理人员、技术监督、进阶特殊作战。



## A 第四节 挑选与训练

“海豹”部队的训练基地在圣迭戈市郊科罗拉多岛，即海军两栖训练基地的“水下爆破基础学校”。海豹小组的训练是令人惊讶的困难，超过半数的志愿者会失败，且照趋势看来，此比例也无法维持。它要求心理和肉体都必须具备不会被摧毁的强韧支撑力，在恶名昭彰的“地狱周”期间（课程中的第6周），学生们在6天中只得到4小时的睡眠。海豹小组的课程包含了所有方面的两栖侦察和突击，加上高跳低开与高跳高开伞兵降落技术。

### 一、“海豹”部队的成员挑选

志愿加入“海豹”部队的成员，都要经过严格的选拔过程，应试者都必须熟悉泳技，心理承受能力极高。

#### （一）“海豹”部队入选条件

进入海豹突击队训练是自愿性的，每个人都可以自愿训练，而且不论军官或是入伍士兵都是一同训练，但是进入海豹突击队的训练前，一定要符合下列的必备条件：

1. 为美国海军现役男性成员；
2. 年龄在28岁或以下（29~30岁要求免责声明书）；
3. 为美国公民或归化入籍人士；
4. 通过ASVAB测试（军事职业能力倾向成套测验，文化考试）；
5. 拥有未矫正的视力，一眼不得低于20/40，另一眼不得低于20/70，若是配戴隐形眼镜或者一般眼镜，须至少20/20（矫正手术PRK也有可能），至于色盲人士必须签下放弃书。

海豹特种部队的候选员将前往海军特战中心(NSWC)接受基础水中爆破与三栖训练(BDU/S)，淘汰率通常超过7成。

#### （二）“海豹”部队训练宗旨

海豹特种部队的训练宗旨是：

1. 充沛的体力；



2. 单纯及坚强的意志;
3. 团队合作。

在注重团队合作的训练过程中,在所有学员心中没有“我”这个字。所有教官对学员所说的只有一句话:“最轻松的日子是昨天。”通常在训练中心都会摆上1个钟,海豹队员都称之为“Mr. BELL”,受不了严格训练的学员只要敲一下这个钟就可以退出训练。

### (三)“海豹”部队入选前得最低要求

要进行BUD/s的训练,还得先通过PST训练,以下是最低限度:

1. 500码(约457米)的长泳,使用蛙泳或是侧泳11分30秒内完成;
2. 2分钟内至少做42下俯卧撑;
3. 2分钟内至少做50下仰卧起坐;
4. 至少做6次引体向上(悬挂);
5. 11分钟内穿着运动鞋以及短裤跑至少1.5哩(约2.4公里)。

## 二、“海豹”部队的训练

通过初期甄选的队员,将分发至海军特战中心,进行基础水中爆破与三栖训练,水下爆破基础学校的训练课程分三个阶段进行,包括入门课程。第一阶段的训练主要是激发学员的心理和身体能力,增加团体意识;第二阶段是训练游泳;第三阶段是登陆作战训练。水下爆破基础学校的淘汰比例非常高,约20%的人因学科方面不合格而被淘汰。

### (一)“海豹”部队训练的四个阶段

在水中爆破队成立之初,队员的工作是背负着大量的炸药进行长距离游泳,而现在他们必须使用最新的武器与复杂的机械装备,熟记更多的资料。海豹突击队员的训练内容大致如下:(训练内容共分为4个阶段)

#### 第一阶段(为期9周)

6周的体能训练(PST):

长距离跑步,海上长泳与潜泳,枕木训练,划船训练与水中求生(Drown proofing)。

3周的水上侦察训练:

学员在海滩上学习海岸侦搜与渗透技巧。

其中第6周又称为地狱周,在不眠不休的操练下,将所有学员的体力



与意志潜能发挥至极限。

### 第二阶段（为期7周）

内容为潜水训练，学员们学习使用自给式水下呼吸器(SCUBA)，在潜水塔中学习潜水，并在日夜间实际前往海上做潜水训练，让所有学员成为真正的战斗蛙人。

### 第三阶段（为期10周）

内容为爆破、侦搜与陆地作战。学员们学习陆地导航、小组战术、侦察搜索与武器操作。

后4周学员将前往San Clemente岛的Billy Mache营地，进行综合训练(Billy Mache是在越战中第1位因公殉职的海豹队员)。

最后5天为野外训练运动(FTE)，队员需自行完成教官所指示的任务。

### 第四阶段：为期3周

此一阶段所有学员将前往乔治亚州班宁堡进行基本跳伞训练。之后所有训练均告一段落。

在水下爆破基础学校的训练结束后，“海豹”队员进入陆军伞兵学校或海军航空技术训练中心，而后再加入某一“海豹”部队或“海豹”运输部队，接受进一步训练。新兵在加入作战行动队伍之前，必须完成所有“海豹”战术训练课程。

## （二）成为“海豹”部队成员后的训练

结训后的学员将加入海豹特种部队或海豹运输载具(SDV)部队实习6个月，在通过所有验证及主官考核后，学员将获颁海豹三叉徽章，正式成为海豹特种部队的一员。

海军特战中心最新修订11项基础训练课程：

1. 海豹运输载具课程10周：训练海豹运输载具的诸元与标准操作程序。
2. 海豹运输载具电子保养课程9周：训练保养与维修海豹运输载具。
3. 特种作战技术人员(SOT)课程2周：学习海军特战司令部的特战方式与技巧。
4. 潜水管理课程2周：学习管理与检查各式潜水装备。
5. 潜水保养课程1周：学习分解，组合与保养各式潜水装备。
6. 近海作战(MAROPS)课程3周：在突击战斗橡皮艇(CRRC)中，利用指南针，计算机与全球卫星定位仪学习航海课程。



7. 自由跳伞课程3周: 学习自由跳伞的技巧与安全着陆方法。
8. 飞行伞操控课程2周: 学习飞行伞的控制方法。
9. MT1-XS 飞行伞折叠课程1周: 学习如何安全的折叠飞行伞。
10. 海豹武器系统(SWS)课程2周: 学习水中爆破技巧。
11. 特战快艇(SWCC)作战课程6周: 学习运用各式特战船只作战方法。

海豹特种部队平时就是不断地训练, 其专业的训练领域包括特种地形跳伞, 高空跳伞(高跳低开, 高跳高开), 海豹战术训练(STT), 海豹运输载具的操作, 反恐怖训练(CT)等, 另外负责狙击手任务的队员则需4周的时间学习伪装与精准射击课程。

## A 第五节 作战装备

一般而言, 海豹突击队所执行的任务形态与传统部队间有着相当大的差异, 大部分的传统单位所使用的制式装备都无法完全满足海豹突击队的任务需求。海豹突击队除制式装备外, 都还另外配备有符合任务需求的特别装备, 这些装备有些是现有装备加以改良, 也有特别针对特战任务而特别设计的装备。而最多的方式则是海豹突击队员针对现有装备与任务需求, 以手工方法修改为适合自己专用的装备。这些特战装备大致分为下列几种:

### 一、服装

大体说来, 海豹突击队的任务出勤区相当的广泛。为配合各种不同地貌、背景与色系, 海豹突击队所配发的服装通常不止一套, 又会根据各单位、预算与任务需求而会有不同的数量。但通常都应至少会配发美国制式迷彩与一套深色战斗服, 因为对于海豹突击队员来说, 夜间渗透作战是训练的重点, 深色战斗服即为此而配发, 但在颜色上各单位会略有不同, 有墨绿色系、也有用深蓝色系, 而最受欢迎的当然还是黑色系。但夜间任务也并非深色服装不可, 沙漠、雪地与平坦地区所使用的夜间迷彩就是以浅色系为主。另外, 夜间侦察与红外线摄温仪器与技术的进步和普及化, 更使服装的伪装要求从迷惑人类的眼睛, 进展到欺骗电子仪器的需求, 迷彩战斗服从原本单纯的色块配置到抗红外线合成技术的整合, 原始的目的不变, 功能却大不相同了。





迷彩服除了标准裁制版本外，许多海豹突击队成员都会将其进行个性的修裁，除了让衣服能更合身、更帅气外，也可能是为了个人的喜好与使用习惯而作修改。以美军现用的战斗服(Battle Dress Uniforms, BDU)为例，外露式的上衣与正面4个口袋的设计就令一些海豹突击队员不甚欣赏。比如，上世纪60年代的海豹队员就将海豹队所专用的虎斑迷彩服改回传统的胸前2个口袋的内扎式上衣设计。而另一些海豹们则把当时配给的初期型小迷彩的下方2个口袋拆掉，改为刚好可以放入弹匣或其它装备的小口袋后，视个人习惯缝于手臂、后肩、肘后或者小腿的位置，如此不但可使弹药携带量增加，减轻武装带的负荷，最重要的是可使穿着的海豹突击队员在行动上多了一份灵活性，此种简单有效的方法一直广为各海豹突击队员所喜爱。除制式服装外，有许多的海豹突击队成员喜欢穿着连身工作服进行战斗任务，除了穿脱方便与穿着宽松自在的理由外，调配弹性大，因为日间战斗服外套深色连身服就是夜间战斗装、或是潜水衣外套上一件连身服就可从水下渗透作业立即进入战斗待命状态。而外套式的连身跳伞装则是另一个常见的搭配，平整的外表也使行动上增加了几许方便，而不会像BDU战斗服外表上那许多的扣子与口袋可能会在行动时遭外物所牵绊。

## 二、负载

### (一) 个人部分

早在第一次世界大战期间，战斗人员身上的负荷与战力的表现就已被军事学者们所研讨。而二次大战期间全自动个人武器的普及化，在弹药的携行与士兵体能上的负荷这个天平上开始出现倾斜。虽然同时期也发展出X带与H带等各式各样的负重背带，但仅是将当初散装的弹药装入弹匣后放入原先的弹药带与携行盒上，手榴弹、刺刀等装备都是以另外的携行具附挂于武装带上。行动时碰碰撞撞的，不但行动不便，也制造许多声响，无法隐密的行动。而且这些外挂的装备在某些情况下甚至会伤害到携行者自身，问题始终没有解决。到了上世纪50年代，人类与战争同时进入了喷气式的超音速时代。为了提供喷气式战斗机的飞行员在跳伞逃生后，仍能拥有基本的维生装备与自卫武装、救生衣与无线电等装备，飞行员专用求生背心系统被发展出来。而此种可携带大量装备又不会影响活动的多用途背心在越战时期亦受到各方的注目，其中绿色、网状的求生背心更是成为日后战术背心发展的要参考。但在此同时，士兵的负载与个人防护也愈来愈

