

# 建党百年警察体育的发展历程、特征与时代启示

晋 腾<sup>1</sup>, 梁 爽<sup>2</sup>, 刘俊一<sup>1</sup>

(1. 东北师范大学体育学院, 吉林 长春 130024; 2. 吉林警察学院, 吉林 长春 130123)

**摘要:**运用文献资料等方法,回顾中国共产党建党百年警察体育的发展历程,总结警察体育的发展特征及时代启示。警察体育可以划分为初步探索阶段、基础建设阶段、迅速发展阶段和稳定提高阶段。警察体育基本特征:新民主主义阶段呈现彻底斗争性、社会主义改造和建设阶段呈现基础性、改革开放时期发展呈现标准常态性、新时代警察体育发展呈现全面专业性。对于新时代警察体育发展的启示:落实科学训练理念,助力体育强警事业;完善警体管理机制,激发群体运动热情;合理运用科学技术,做好警体运动保障;积极开展交流合作,实现自身更新发展。

**关键词:**建党百年;体育管理;警察体育

中图分类号:G 873

文献标识码:A

文章编号:1007-7413(2023)04-0010-07

## The Development Course, Characteristics, and Enlightenment of Chinese Police Sports

JIN Teng<sup>1</sup>, LIANG Shuang<sup>2</sup>, LIU Jun-yi<sup>1</sup>

(1. School of Physical Education, Northeast Normal University, Changchun 130024, China;

2. Jilin Police College, Changchun 130123, China)

**Abstract:** By using documentary methods and historical analysis, we review the development history of police sports in the Communist Party of China over the past century and summarize the development characteristics of police sports and the revelations of the times. Chinese police sports can be divided into the initial exploration stage, the fundamental stage, the rapid development stage and the stable improvement stage. The basic characteristics of Chinese police sports: the New Democracy stage presents a thorough struggle, the Socialist transformation and construction stage presents a foundation, the reform and opening-up period presents a standard normality of development, and the development of police sports in the new era presents a comprehensive professionalism. Inspiration for the development of police sports in the new era: implement the concept of scientific training to help the cause of strengthening the police through sports; improve the management mechanism of police sports to stimulate the enthusiasm of group sports; make reasonable use of science and technology to guarantee police sports; actively carry out exchanges and cooperation to achieve its own renewal and development.

**Key words:** the centenary of the founding of the Party; sports management; police sports

中国共产党成立百年以来,公安警察队伍对于保障国家社会稳定、促进对外交流和推动经济发展做出了重要贡献。周恩来总理指出:“和平时期,国家安危,公安系于一半”<sup>[1]</sup>,党的领导是中国特色社会主义现代化建设顺利进行的政治保障和制度基础<sup>[2]</sup>,在党的坚强领导下,我国人民警察牢记宗旨使命,忠诚履行职责,勇于担当作为,甘于牺牲奉献,为维护国家安全、社会稳定、人民利益做出了重大贡献<sup>[3]</sup>。在

警察事业发展的过程中,体育在强化警察公安人员体能技能水平、保持警务战斗能力<sup>[4]</sup>、提高公安警察职业素养、展现公安警察队伍良好精神风貌等方面发挥了重要作用<sup>[5]</sup>,习近平总书记提出:“回顾历史是为了总结历史经验、把握历史规律,增强开拓前进的勇气和力量”<sup>[6]</sup>。因此,在“两个百年”奋斗目标的历史交汇节点上,在中国共产党“为人民服务”宗旨的指导下<sup>[7]</sup>,回顾警察体育百年发展历程,有助于践行警

收稿日期:2021-07-02

基金项目:国家社会科学基金资助项目(19BTY010)

作者简介:晋腾(1995—),男,山东淄博人,在读博士。研究方向:体育教育训练学。

刘俊一(1978—),男,吉林吉林人,教授,博士,博士生导师。研究方向:体育教育训练学、运动训练原理与方法。(通信作者)

察体育工作的初心和使命,梳理建党百年以来警察体育的基本特征,提升新时代警察体育水平,为实现中华民族伟大复兴的中国梦提供理论支撑,对于迈向第二个百年奋斗目标中的警察体育工作而言具有重要意义。

## 1 建党百年警察体育的发展历程

警察体育是一个复合概念,它既属于体育学科的范畴,也包含了军事训练的内容,是培养优秀警察公安人员的有效途径,警察体育对于增强我国警员身体素质、运动能力和专项作战能力方面发挥了重要作用<sup>[8]</sup>。它既要为警察职业服务,又要为从事这一职业的警察服务<sup>[9]</sup>。狭义的警察体育指的是警察体育学科的概念,广义的警察体育概念指的是警察根据职业工作和自身的需要而进行的体育活动,是一种有目的、有意识地增强体质、发展“警体”技能、提高战斗力、丰富文化生活的社会活动<sup>[10]</sup>。

### 1.1 初步探索阶段(1921年~1949年)

自1921年成立以来,中国共产党便面临着复杂的政治和军事斗争环境,中国共产党领导下的警察体育与军事活动密切相关。面对严重的白色恐怖,警察体育承担着保卫中央机关安全的重要任务;在江西苏区和陕甘宁抗日根据地建立之后,人民警察体育工作也逐步转变,成为维护社会安定的主要力量。

中国共产党领导下的警察体育可以追溯到1927年11月成立的中央特科。早期的中国共产党并没有建立自身的警察机构和政治保卫武装,1927年发生的“四一二”反革命政变给中国共产党造成了严重破坏,也让中国共产党早期领导人瞬间清醒,即需要建立党直接领导的警察和保卫武装。为应对日益严重的白色恐怖,赵世炎提出建立工人秘密武装“红队”负责保卫中央机关安全,在赵世炎牺牲之后由周恩来直接领导中央特科工作。中央特科下设总务科、情报科、行动科(红队)和交通科四个单位,中央特科行动科(三科)由陈赓负责,“红队”队员大多来自工人纠察队和北伐战士,他们日常出海进行射击训练,主要工作任务为保卫中央机关及领导人安全、打击国民党特务分子、镇压叛徒人员、营救被捕同志、保障中央各类会议安全召开等,这是中国共产党最早建立的警察保卫组织机构。1931年,中华苏维埃共和国中央临时政府成立,下设国家政治保卫局负责苏区的社会治安工作,无论是中央特科“红队”,还是国家政治保卫

局,擒拿、格斗、射击等技术是安全保卫人员的必备技能。1938年7月,党中央从保卫处、检查站抽调人员组成了延安警察队,归属于延安公安局领导,成为中国共产党领导的人民警察部队,训练内容从战场技术转变为日常擒拿、格斗等,警察体育在边区开展,为战胜反动派服务。后来日军轰炸造成延安军民分散居住,为迅速传递信息,延安警察队增加了骑马训练。警察体育起到了保障陕甘宁边区的社会稳定的作用,为巩固抗日根据地人民的劳动成果做出了贡献。

在新民主主义革命时期的警察体育探索过程中,警醒了早期的中国共产党人,加快了中国共产党人的武装保卫机构建设。在警察公安工作中,体育与警察公安工作密切结合,有助于保卫中央成员安全和稳定边区社会秩序,为推动新民主主义革命进程发挥了保障作用。

### 1.2 基础建设阶段(1949年~1978年)

1949年10月中华人民共和国成立之后,由于肃特、剿匪、反霸、保卫、警备工作的需要,警察体育继续延续军事体育训练方法和内容。1956年底,随着三大改造的基本完成,中共八大确定把党的工作重点从阶级斗争转向社会主义建设上来,警察体育从军事体育中独立出来,并呈现出警察群众性体育和警察体育教育两条发展主线。

警察群众性体育活动在社会主义改造和建设时期得到发展。1952年,在中国人民解放军成立25周年的体育大会上,公安部队获得篮球比赛第二名。1956年经周恩来总理同意,中国公安体育协会正式成立,1960年更名为“中国前卫体育协会”,并在全国29个省、市、自治区成立分会<sup>[11]</sup>,前卫体协贯彻“普及为主,监管提高”的指导思想,组建了公安系统的射击、篮球、足球、格斗、游泳、乒乓球等运动队,极大地带动了警察群众性体育运动的发展。在1956年10月举行的全国篮球联赛上,公安体协篮球队获得第六名;1957年和1958年,公安体协篮球队均在篮球甲级比赛行列;1957年在全国足球乙级联赛上,前卫足球队获得冠军。同时,前卫体协还组织队伍出访国外,加强与社会主义国家体育交流,如1958年,中国公安体育协会受前苏联中央“迪那摩”体育协会邀请,参加前苏联“迪那摩体育协会”成立35周年体育运动纪念大会和体育比赛;1959年7月,公安射击队参加了“第二届社会主义国家公安体育组织射击友谊赛”,1960年6月又参加了第三届友谊赛;1965年9月,在社会主义国家公安体育组织篮球赛上,前卫

体协男子篮球队获得冠军,同年,北京前卫篮球队出访罗马尼亚和阿尔巴尼亚等国参赛,获得 13 胜 1 负。警察体育为社会主义国家警察机构友好交流做出了重要贡献。

在社会主义现代化改造和建设阶段,警察体育教育工作也得到初步发展。1950 年 1 月,中央公安干部学校建立,随后各个地方建立了 35 所公安学校,各级公安机关对于公安人员的训练都按照军事体育训练的内容进行,警察体育课程的主要内容有队列、射击、骑马、擒拿、格斗、单杠、双杠、球类和田径等。1959 年,武装警察部队司令部出版《格斗》教材;1960 年,公安部组织专家编写了《格斗技术》;1963 年,武汉公安部队干部学校出版了中国人民解放军部队《擒敌技术教材》,后期又出版了《军事体育》《军事体育教程》,警察体育教育得到初步开展<sup>[12]</sup>。1966 年爆发的“文革”对初步发展的警察体育造成严重消极影响,前卫体育协会遭到破坏,警察体育教育和警察群众性体育活动难以正常进行,这种情况直到 1979 年举行的全国公安厅会议拨乱反正和 1983 年“三年严打斗争”之后才得到改善。

在社会主义改造和建设时期,中国共产党领导的警察体育呈现出体育教育和群体活动齐头并进的趋势。特别是在 1956 年中共八大之后,警察工作的职能也从军事武装保卫向公安民政经济等方面转变,我国警察体育开始自身的基础构建工作,警察体育促进公安警察队伍的规范性发展,在打击违法犯罪<sup>[13]</sup>、稳定社会经济秩序、提升安全保卫能力、促进对外交往等方面发挥了重要作用。

### 1.3 迅速发展阶段(1978 年~2012 年)

1978 年党的十一届三中全会拉开改革开放的大幕,1979 年召开的全国公安厅局长会议,决定将公安机关的工作重心转移到社会主义现代化建设方面<sup>[14]</sup>。1983 年到 1986 年的“三年严打”斗争,让公安警察队伍经受了严峻考验<sup>[15]</sup>,暴露出警察公安人员体能不足、技能不熟、健康不佳、战术不畅等问题,这引起了各方面对警察体育的关注。

改革开放以后,警察体育教育工作得到重视,警察体育科研和教材建设取得明显进步。1984 年,前卫体协在各个地方被陆续恢复。1986 年,第一次提出“警察体育”是一门独立学科<sup>[16]</sup>,同年前卫体协在青岛组织了首届警察体育研讨会,为警察体育作为学科地位奠定了良好基础,起到了“破土开荒”的作用;从 1978 年到 1987 年,国家先后建立了 3 所公安本科

院校和 11 所专科院校<sup>[17]</sup>,警察教育的发展也促进警察体育的成熟;1988 年,“警察体育”专业被列为《全国普通高等学校体育学科专业目录》;1989 年,国家教委和公安部批准中国人民公安大学试办警察体育系;1990 年,在江苏张家港举办了第二届警察体育理论研讨会,集中表现了警察公安院校在警察体育科研、教学、学科建设等方面取得的成就,具有“耕耘播种”的意义<sup>[18]</sup>;从 20 世纪 90 年代开始,陆陆续续出版了众多警察体育教材,如由公安部政治部编写的《警体基础训练》、高椿主编《警察体育总论》等,这为警察体育教育提供工作方向和指南。在此阶段,公安院校达到 34 所,覆盖全国 28 个省、自治区和直辖市,不断拓宽了警察体育教育的思路,公安大学也建立了警察体育研究生教育,从教育源头为警察体育提供了科学指导。

警察体育群体工作逐渐标准化。1985 年,前卫体协制定了《公安干警和武警指战员合格锻炼标准》;1996 年公安部政治部将警察体育的目标确定为提高民警体质和执法实践技能,相继下发《公安民警体育锻炼达标标准》(试行)和《公安机关人民警察训练条令》;1997 年,公安部明确指出警察技能训练和警察体育训练需要面向实战;2001 年,公安部制定《公安机关录用人民警察体能测试项目和标准(试行)》;2003 年,公安部实施“三个必训”制度,设定基层民警每年不少于 15 天的集中培训,以此加强警务教学和训练;2004 年,公安部开展全国警察公安大练兵活动;2006 年,公安部部署开展以“抓基层、打基础、苦练基本功”为主要内容的“三基”工程建设,来加强和促进专业训练岗位化、基础训练普及化、体能训练经常化<sup>[19]</sup>;2011 年,公安部、人社部下发《公安机关录用人民警察体能测试项目和标准(暂行)》和《公安机关人民警察体育锻炼达标标准》(简称 11 警标)。与此同时,警察群众性体育运动和对外交往得到深度开展。1987 年,前卫体协第一次参加广东全运会,派出了 20 名运动员,参加 2 个项目的比赛;1993 年,前卫体协再次组队参加北京全运会,获得 1 金 1 银 3 铜的成绩,在此之后的全运会上,从未缺少前卫体协的身影;1990 年 7 月,中国参加在法国巴黎成立的国际警察体育联合会大会并成为 5 个委员国之一,我国警察参加了警察体育 5 项比赛;1992 年,我国警察参加了国际警察马拉松比赛;2007 年,中国派遣 12 名成都警察公安作为代表,赴澳大利亚参加世界警察和消防员运动会,共取得了 15 枚奖牌。



改革开放阶段,党领导的警察体育教育和警察群体性活动得到迅速发展,成功地建设了富有中国特色的警察体育培养体系,警察体育学科和警察体育事业得到充分的建设,推动了警察公安事业的发展,为新时代警察体育工作建设奠定了良好基础。

#### 1.4 稳定提高阶段(2012年至今)

2012年党的十八大以后,社会主义现代化建设面临新的挑战,警察公安人员坚决捍卫政权安全和制度安全,加强社会治安管理和社会稳定工作,着力满足人民群众对美好生活的向往,在世界警察和消防员运动会比赛中获得佳绩,国内警察体育改革不断深化。

2012年4月,公安部在上海召开全国公安机关警体达标工作现场会,促进公安队伍整体素质提高;2013年11月,习近平总书记在视察济南军区部队时强调:“要坚持仗怎么打兵就怎么练,打仗需要什么就苦练什么,部队最缺什么就专攻精练什么”,公安院校以习近平总书记讲话为引导,在警察体育中贴合实战进行训练,特别是2014年昆明“3·01”恐怖事件发生之后,警察体育教育突出强化警械武器在实战中的对抗使用<sup>[20]</sup>;2015年12月,人力资源社会保障部等六部门印发《关于公安院校公安专业人才招聘培养制度改革的意见》;2016年,《江西公安教育训练发展“十三五”规划(2016年~2020年)》提出“深入推进警察体育和警体达标、广泛开展群众性警体活动”,为警察体育工作指明方向;2011年至2016年,全国公安机关共进行了2740期警体达标测试,测试率达到85.23%,年平均达标率为78.7%<sup>[21]</sup>;2017年5月19日,习近平总书记对全国公安机关和广大公安民警提出“对党忠诚、服务人民、执法公正、纪律严明”总要求;2019年8月,公安部印发《关于2019年至2022年开展全警实战大练兵的指导意见》,在全国公安系统开展实战大练兵,切实增强公安警察人员的战斗力;2019年8月,第18届世界警察和消防员运动会在成都举行;2019年9月,前卫体育代表团参加了在意大利米兰举行的第三届世界警察运动会,总共获得17枚奖牌(5金6银6铜),团体总分排名第四位,展现了新时代中国警察的良好风貌;公安部党委将公安机关群体赛事作为实战大练兵的组成部分,2021年陕西全运会有27名前卫运动员参加10个项目的赛事,同时陕西全运会还增加了公安民警组赛事,有一千余名公安干警积极参与<sup>[22]</sup>,掀起了体育强警工作的新热潮。

2012年之后,我国警察体育发展进入全面提升阶段,在“两个百年”奋斗目标交汇时间节点上,警察体育在警察公安队伍建设中发挥了重要的推动作用。其发展以提升警察公安人员战斗能力为重心,不断提高警察公安体育训练工作的科学化水平,在警察公安人员的体能实践中具有重要意义。

## 2 建党百年警察体育的基本特征

### 2.1 新民主主义革命阶段呈现彻底斗争性

斗争精神与中国共产党相伴而生<sup>[23]</sup>,新民主主义革命时期的警察体育工作围绕着保卫、反特和维稳开展,随着红军长征胜利和陕甘宁边区政府的建立,警察体育也实现了从“保卫”到“维稳”的职能转变,由于初期建立政权保卫工作的需要,在新民主主义革命阶段警察体育体现出明显的斗争性。

新民主主义革命时期,中国共产党领导下的警察体育为保卫中央机关和新生的人民政权服务,警察体育作为新民主主义革命的组成部分,具有鲜明的革命性和斗争性,开展警察体育的目的也是为了革命和斗争服务。在此阶段,警察体育活动与军事体育活动密切相关,以射击、擒拿、格斗、驾驶、骑马等内容为主,从体育活动内容上表现出明显的战斗性。无论是中央特科“红队”队员通过秘密途径进行体育训练,还是苏区、边区警察公安人员参与体育锻炼,都充分体现出体育活动为新生的共产党和民主政权服务的职能。开展具有“军事色彩”的警察体育活动,增强公安保卫人员体质,有助于强化日常工作技能,有助于警察公安人员更好地为保卫政权服务。

在新民主主义革命历程中,中国共产党领导下的警察体育坚持为无产阶级政权服务,积极致力于保卫中央机构,维持社会秩序和保护人民群众的劳动成果。在革命战斗和保卫政权过程中,体现出彻底的斗争性,进而为新民主主义革命的胜利和人民共和国的建立积极贡献力量。

### 2.2 社会主义改造和建设阶段呈现基础性

中华人民共和国成立之后,警察公安院校纷纷建立,警察教育的发展直接促进警察体育的开展,凸显了体育在警察教育过程中的价值。为稳定社会环境,强化治安管理,在此阶段,警察体育教育基本完成了框架搭建,同时国家积极推动警察体育与群众体育、警察教育和外事活动相结合,这在一定程度上奠定了警察体育的发展基础。

在《中国人民政治协商会议共同纲领》精神的指示下,体育政策明确了体育事业的任务是为人民群众服务<sup>[24]</sup>,新中国成立之后的体育工作具有明显的群众基础导向,公安院校的建立使得警察体育从军队体育中独立出来。1949年10月,在新中国第一次体育工作会议上,朱德便提出“体育事业一定要为人民服务”“工人、农民、市民、军队、机关和团体都要搞体育”。1952年6月,毛泽东主席为中华全国体育总会题词:“发展体育运动,增强人民体质”,这都说明了体育工作要为人民服务的中心思想。在这样的指导思想下,在公安院校中警察体育得到广泛开展,丰富了警察体育课程内容和教材建设工作,构建起新中国警察体育教育工作的基本框架。中国前卫体协的成立,更是扩大了警察体育的群众参与基础,根据党中央“一边倒”相关指示,中国前卫体协在发展群众体育工作的同时,还积极开展与国外社会主义国家的体育交流工作,奠定了中国行业体协对外交流工作的良好基础。

社会主义改造和建设时期,在国家发展群众体育政策的指导下,警察体育得到了迅速的发展,一方面充实了基础学科建设,另一方面扩大参与人群,同时积极参加对外交流工作,新中国成立后警察体育的发展呈现出明显的基础性特征。

### 2.3 改革开放时期发展呈现出标准常态化

改革开放之后,随着党和国家的工作重心转移到经济建设方面,体育事业迈入发展的快车道,直接促进警察体育理论和警察体育学科的迅速发展,警察体育呈现出正规化特征,公安部等单位出台人民警察体能测试和锻炼标准等文件,警察体育工作趋于常态化。

改革开放之后,国家科教文卫工作得到重视,公安警察院校对于警察体育的研究工作不断取得突破,警察体育教育、理论和学科得到迅速发展,警察体育的发展逐渐正规化。1985年,前卫体协出台《公安干警和武警指战员合格锻炼标准》,1996年公安部下发《公安民警体育锻炼达标标准》(试行)和《公安机关人民警察训练条令》,人民警察体育工作建立了不同标准,警察体育的发展越来越细致,警察体育锻炼要求越来越符合警察职业特征;2011年11月至12月,公安部、人社部施行《公安机关录用人民警察体能测试项目和标准(暂行)》和《公安机关人民警察体育锻炼达标标准》,旨在督促警察公安人员重视身体活动,警察体育工作才能够与时俱进,及时跟随时代发

展步伐,警察体育活动呈现出常态化的特征。从前卫体协的工作情况来看,无论是国内的警察群体性活动,还是积极参加国际警察体育竞赛,均体现出警察体育开展具有一定的广度与深度。

整体来看,改革开放后的警察体育服务于经济建设发展要求,在增强民警身体素质、强化公安民警队伍质量、展现公安队伍精神风貌等方面充分发挥了职能。在此阶段,不仅实现了警察体育学科、理论和教育工作的完善,也实现了警察体育标准工作的制定,警察体育的发展速度得到迅速提升。

### 2.4 新时代阶段警察体育呈现全面专业性

党的十八大以来,警察公安队伍面临新的工作挑战,为捍卫政治安全、国家安全和制度安全,警察体育工作不断进行自我完善和发展,实战化、全面化和系统化成为警察体育发展的突出特点。

新时代国家各项事业迅速发展,警察体育工作也表现出实战化、科学化和系统化特征,为应对新时代可能发生的暴力恐怖袭击事件,警察体育要坚持从实战化出发,提升一线警务人员的实战能力,警察队伍要成为保卫国家安全和人民生命财产安全的坚强后盾。2015年出台的公安院校人才培养工作意见,从指导思想、指导原则、培养定位和培养质量等方面对警察工作提出了新的要求;中国共产党领导下的警察体育具有人民性,山东、福建、江西、广东、宁夏等地长期开展对公安警察人员的体质监测工作,关注基层民警高强度、高压工作环境造成的亚健康状态,旨在督促公安机关人员加强体育锻炼,关注自身健康;2017年之后开展的公安机关实战大练兵活动,不断强化公安机关人员的体能和技能水平,警察体育得到系统化发展,这对于维护社会治安具有关键效果;新时代中国警察积极参加国际交流,我国成功举办世界警察和消防员运动会,积极参与世界警察运动会,开启中国警察体育对外交流发展的新局面。

新时代以来我国警察体育的发展呈现出科学化、实战化和全面化的特征,这也是我国警察体育未来的发展趋势,警察体育的全面发展,将有利于形成良好的警察体育发展格局和体系,警察体育的专业发展,会更好地提升警察公安人员队伍质量。

## 3 建党百年警察体育的时代启示

### 3.1 落实科学训练理念,助力体育强警事业

科学的训练理念能够有助于推动警察体育事业



实现跨越式发展,科学训练方式、方法和手段对于提升警察公安人员身体素质、强化技能水平具有良好效果。首先,警察体育要树立科学训练思维和导向,加强对体育运动科学化的认识,组建警察体育训练科学化指导小组,督促和鼓励警察公安人员参与体育锻炼,选拔身体素质强、运动技术好、学习能力强的警员参与警察体育科学化培训工作,学习先进的警察体育科学化训练经验,推动警察体育运动知识普及工作;其次,基于当前的警察公安人员体能达标标准,邀请体质监测、体能训练和行业体育层面的专家,对现有的标准情况进行细化论证,制定不同地区、不同警种、不同性别公安警察人员体能达标标准,以科学评价当前警察公安队伍人员的体能情况;再次,关于警察体育运动训练实践方面,基层警察指导员需要制定相应的训练计划,鉴于基层民警身体素质的差异,训练计划既要有普遍性,同时在实际操作过程中还要具有灵活性,以适应不同身体素质警员情况;最后,规避运动风险,保障警员身体健康,在警察体育运动过程中还要注意科学知识的学习,让警察公安人员明白运动训练的原理,在运动过程中完成到位,获得更加有益的运动效果,体育运动前要热身,运动后要放松,避免运动损伤,以保障警察公安队伍的战斗力的。

### 3.2 完善警体管理机制,激发群体运动热情

良好的管理机制能够激发警察公安人员的体育运动热情,警察体育需要引入现代管理办法,提升警察公安人员的运动积极性。首先,树立运动目标,建立管理办法,从基层单位的实际情况出发,帮助基层警察公安人员建立运动目标,树立运动参与意识,开展基层公安人员体育竞赛和体能测试活动,形成“常练”和“常赛”的运动氛围,对表现优异和进步明显的公安警察人员应给予相应的奖励;其次,根据现有的警察体育条件和设施,对警察公安人员体质情况建立运动档案,通过定期的体质监测直观展现警察公安人员体质情况变化,为警察体育运动提供基础参考,采用“以老带新”“以新促老”等多元化途径,在警察公安人员中合理结对,建立一致的运动目标,共同参与体育运动过程,以促进帮扶对象参与体育运动增强体质;再次,注重过程管理,细化训练方案,根据不同年龄、不同性别和不同警种人员基本情况,设计不同的体育运动方案,让体育运动更加具有针对性,同时,建议设计多元化、多组合、多内容的训练方案,让警察公安人员有所选择,以避免运动过程的枯燥性,降低参与体育运动的兴趣;最后,形成警察体育运动反馈机

制,在运动过程中要常评估、常监测和常改进,对于自身不足和弱项,需要重点关注及时调整,让警察公安人员能够切实感受到体育运动带来的效果,提升他们参与体育运动的积极性。

### 3.3 合理运用科学技术,做好警体运动保障

现代科技的发展必将给警察体育带来新的变革,促进警察体育事业发展,并提高警察公安人员队伍建设。首先,注重顶层设计,减少发展障碍,当前体育科技发展具有一定的敏感性,对于目前体育科学领域中的“体能训练”“身体功能性训练”“加压训练”“高强度间歇训练”等方式方法要有基本了解,各个警察公安单位要根据自身情况有所选择,丰富警察体育活动内容;其次,注重科技保障作用,降低运动损伤发生频率,根据警察体育运动训练特点,总结运动损伤的发生特征,建立科技保障警体活动的基本方案,使用更加符合人体运动学特征的服装和鞋,尽可能规避足底筋膜炎、疲劳性骨折等风险,各个警体单位应该配备足够的自动体外除颤器,有效应对心跳骤停的情况;再次,引入运动康复手段,提升运动训练效率,通过功能个性筛查等测试,识别警察公安人员潜在的运动风险,合理评估运动强度,针对存在的伤病、疲劳、亚健康状态等问题,邀请体育、医疗、康复等专家进行指导,配备筋膜枪、筋膜刀等仪器,解决警察公安人员实际问题;最后,补充运动训练的书籍材料,要让运动训练学、运动心理学和锻炼心理学等体育学科书籍进入到警察公安系统,提升警察公安人员的体育知识素养,让警察公安人员形成系统的体育知识结构,在运动过程中“人人能指导”“人人会训练”,推动警察体育良性发展。

### 3.4 积极开展交流合作,实现自身更新发展

回顾中国共产党领导的百年警察体育发展历程,交流与合作是警察体育发展的重要因素,在当前新时代全民健身与全民健康深度融合的背景下,警察体育也应该积极加强沟通交流,实现多种力量支持警察体育发展的格局。首先,警察体育要与竞技体育合作,借助竞技体育的力量,引入竞技体育优秀人才,包含优秀运动员、教练员和管理人员等,学习竞技体育的科技成果和训练经验,需要与竞技体育密切合作,提升警察体育中散打、格斗、武术、田径、体能等重点内容的训练水平;其次,警察体育需要与体育教育密切合作,积极发挥体育教育的人才培养作用,依托高等院校的人才资源优势,对于退役大学生士兵、高水平运动员给予宽松政策,充实壮大警察公安人员队伍,

同时,警察公安系统也可以向高等院校普及社会安全知识,争取形成双赢局面;再次,积极借助社会力量,采用政府购买公共服务的方式,引导社会力量参与警察体育活动,规范体育社会组织参与警察体育的流程,通过社会力量支持警察体育发展,对购买公共服务效果进行科学评估,形成闭环反馈机制;最后,继续开展与国外警方体育交流活动,通过举办警察体育赛事、警察体育培训等多元方式,了解当前世界警察体育的发展趋势,及时掌握发展动态,弥补自身不足,不断丰富和完善警察体育活动的内容。

## 4 结语

中国共产党百年是充满艰辛、筚路蓝缕、波澜壮阔的历程,这其中充满了鲜血、汗水、勇气、智慧和力量。中国警察在中国共产党百年历程中,在保卫中央安全、维持社会秩序、促进交流合作等方面做出了应有的贡献。正如周恩来总理所说,军队是备而不用的,警察是天天要用的。在中国共产党领导中国人民进行社会主义改造、建设和改革的过程中,警察体育在提升警察公安人员体质健康、增强体能技能水平和维持良好工作状态方面发挥重要作用。面对社会主义现代化建设的新时期和百年未有之大变局,警察体育工作要继续往开来、推陈出新,从健康中国和体育强国方面推动警察体育科学化、常态化、数字化和现代化发展,不断提升公安警察人员队伍的战斗力,为中国人民幸福生活努力工作,为实现中华民族伟大复兴中国梦不断奋斗。

## 参考文献

- [1] 杨蓉. 公安执法规范化的理论基础——从警察职能的历史与比较研究切入[J]. 中国人民公安大学学报(社会科学版), 2014, 30(6): 133-138.
- [2] 宋泽宇. 实现中国式现代化必须坚持党的领导[N]. 中国社会科学报, 2023-05-05(006).
- [3] 栾铠晨, 肖浩. 公安英模精神的形成历史与启示[J]. 北京警察学院学报, 2021(4): 85-93.
- [4] 张铁民, 陈钢. 对我国警察体育教育困境的探析[J]. 北京体育大学学报, 2009, 32(8): 99-101.
- [5] 封又民. 体育精神促进警察职业素养提升的作用与路径[J]. 武汉体育学院学报, 2013, 47(8): 39-42.
- [6] 张神根. 中国共产党成立前后两个一百年的巨大转变——从落后挨打到走向伟大复兴[J]. 人民论坛, 2021(15): 66-71.
- [7] 崔乐泉. 中国共产党体育实践的百年历程与经验启示[J]. 首都体育学院学报, 2021, 33(2): 117-126.
- [8] 罗斌. 我国警察体育发展研究[J]. 体育文化导刊, 2016(12): 197-201.
- [9] 倪峰. 中国警察体育发展初探[J]. 体育文化导刊, 2001(5): 32-33.
- [10] 王海源. 警察体育刍议[J]. 上海体育学院学报, 1991(1): 49-51.
- [11] 陈农. 中国警察体育的发展和现状研究[J]. 体育学刊, 1998(4): 119-120.
- [12] 娄丙午. 警察格斗学[M]. 北京: 警官教育出版社, 1999.
- [13] 娄丙午. 对我国警察体育形成及其发展状况的思考[J]. 湖南公安高等专科学校学报, 2004(1): 90-92.
- [14] 张兆端. 公安经济与公安经济思想发展史略[J]. 江西警察学院学报, 2012(2): 22-28.
- [15] 郝建平, 陈莉琦, 王玉铭. 我国警察体育发展溯源及其嬗变[J]. 江西警察学院学报, 2014(2): 119-122.
- [16] 高椿. 试论警察体育[J]. 公安大学学报, 1986(3): 49-52.
- [17] 唐劲松. 中国公安院校擒拿格斗课程教学之调查研究[D]. 长沙: 湖南师范大学, 2009.
- [18] 全国公安武警院校召开第二届警体理论研讨会[J]. 公安大学学报, 1991(2): 80.
- [19] 公安部人事训练局. 公安高等教育 10 年回眸——构建公安特色高等教育体系 培养服务实战公安专门人才[J]. 公安教育, 2010(12): 19-20.
- [20] 罗亮. 警察体育教育现状及发展趋势研究[J]. 湖北警官学院学报, 2015, 28(5): 155-157.
- [21] 江巍. 我国警察体育锻炼达标标准发展问题探析[J]. 山西警察学院学报, 2020, 28(4): 115-118.
- [22] 郭春阳. 奋进前卫拼搏赛场 素质强警锻造铁军[N]. 人民公安报, 2021-10-12(004).
- [23] 何玲玲. 中国共产党斗争精神的百年演进及其主要经验研究[J]. 西南大学学报(社会科学版), 2021, 47(1): 16-30, 225.
- [24] 熊欢. 新中国妇女体育 70 年发展的社会动力与历史经验[J]. 体育科学, 2020, 40(7): 31-39.

[责任编辑 江国平]