



竞技体育比赛对军校学员心理素质的强化分析

郑森文

(陆军步兵学院 江西南昌 330000)

摘要:随着我国军校的迅速发展,军校内的教学内容和实践活动日益增加。就目前而言,竞赛体育比赛不仅在军校内十分普遍,而且其受到了越来越多的学员认可。对军校学员而言,参加竞赛体育比赛就如同参加战斗一样,不仅可以培养坚强的意志品格,更能提高心理承受能力和心理抗干扰能力。本文正是以此为研究内容,从意志品格、心理承受能力以及心理抗干扰能力三个角度出发对竞赛体育比赛的军校学员心理素质强化作用进行了分析,旨在为军校成员的培养提供参考。

关键词: 竞技体育比赛; 军校学员; 心理素质; 强化

中图分类号: R256.12

文献标识码: A

文章编号: 1009-5187 (2018) 06-289-01

一、引言

随着各国军事实力的增强,国家间战争不再是战场上的厮杀,更多的则是心理上的战斗。心理战不仅具有传统武器所不具有的攻击效果,而且其在战场上更能决定战争的成败,受到了越来越多国家的重视。心理战的主体是人,其中指挥人的心理直接决定心理战的决策实施和作战指挥,因此指挥人的心理素质将在很大程度上影响心理战的成败。最近的研究发现,竞技体育比赛可以很好的强化军校学员的心理素质,对心理战有直接的帮助,因而对竞技体育比赛在军校学员心理素质强化中的作用进行研究具有十分重要的意义。

二、竞技体育比赛对培养军校学员的意志品格的作用

1. 培养军校学员的团队精神

竞技体育比赛不只是单人对抗、比拼的比赛,更是团队协作的比赛,只有一个集体能够充分发挥其团队力量才能取得比赛的胜利。在竞技比赛中团队成员之间可以开展密切的合作,无形的团队力量也将把所有成员凝聚在一起,从而实现团队精神的培养、获得团队比赛的胜利。

2. 培养军校学员的拼搏精神

竞赛体育比赛的开展可以磨练参与比赛的学员的意志品格,在艰苦的比赛中锻炼参赛学员的拼搏精神,从而使参赛学员具备战胜敌人的信心和决心,其心理也将在这个过程中逐渐强大。

三、竞技体育比赛对提高军校学员心理承受能力的作用

竞技体育比赛具有刺激、残酷的特点,尤其是到了比赛的最后关头,其不仅十分考验人的身体素质,更是考验人的心理承受能力,心理承受能力较差的参赛者极有可能在关键时刻掉链子甚至放弃比赛。而随着竞技体育比赛的开展,军校学员比赛参加次数的增加,军校学员的心理承受能力将逐渐增强。本文将心理承受能力的增强概括为三个方面:

1. 抗挫折能力的增强

竞技体育比赛在比赛的过程中肯定不会顺利,反而是充满困难和挫折,如对场地的不适应,对自身或对手实力的错误估计以及裁判的误判等等。参赛学员在面对这些挫折时会不断磨练自己的心理素质,激发自己克服苦难和挫折的决心,从而提高自身的抗挫折能力。

2. 心理适应能力的增强

竞技体育比赛的过程是不可预测的,经常在比赛的过程中出现这样或那样困难和意外,因此在参赛学员在比赛的过程中需要具备良好的心理适应能力,能够及时的调整心态,从而以比赛中的变化为依据对自身作出调整。随着军校学员竞技体育比赛参赛次数的增加,其心理适应能力也将逐渐增加,从而在最短的时间内对自身作出调整,进而回复最佳状态。

3. 情绪控制能力的增强

竞技体育比赛是多人间的同时竞赛,因而在竞赛的过程中参赛学员会受到外界的刺激或干扰,在竞技的高压力下参赛学员假若不能控制好自己的心理,就极有可能出现情绪失控现象,甚至作出伤害对手

的行为。而随着竞技体育比赛参加次数的增加,军校学员将逐渐适应外界的刺激或干扰,从而逐渐增强自身的情绪控制能力,始终保持良好的心态。此外,在战场上假若不能控制好自己的情绪,必然会影响到自己的判断,甚至影响整个战略布局。

四、竞技体育比赛对提高军校学员心理抗干扰能力的作用

上文已经对竞技体育比赛做了分析,其不仅刺激、残酷,其比赛过程也是不可预测的,赛场上的变化都会干扰参赛学员的心理状态和实力发挥。在竞技体育比赛的过程中,参赛学员要将自己的全部精力投入到比赛中去,从而更好的运用自己的战术、发挥自己的使用;同时参赛学员还要克服裁判、对手以及观众的干扰,保持良好的心理状态,从而获得更好的发挥。通过对竞技体育进行分析我们发现:多次参加竞技体育比赛的军校学员往往很少受裁判、对手以及观众的干扰,其在比赛的过程中面对各种情况都能应对自如,这充分说明竞技体育比赛可以强化军校学员的心理素质,可以提高军校学员的心理抗干扰能力。下文将从裁判、对手以及观众干扰的角度对竞技体育比赛的作用进行分析。

(1) 裁判的干扰。裁判作为竞技体育比赛的判决者,其判决的公平公正与否将直接影响比赛的结果。假若裁判对参赛学员进行了错误判决,将直接参赛学员的心理状态,进而影响参赛学员实力的发挥。而参赛学员通过多次竞技体育比赛的参加,其将能很快的平复自己的心态,从而最好的保证自己的水平发挥。

(2) 对手的干扰。在竞技体育比赛的过程中,假若对手处于劣势就有可能对自己进行干扰从而使其成绩排名提前。通过竞技体育比赛的参加,参赛学员可以明确对方的心理,从而稳定自己的心态,其心理抗干扰能力也将逐步增强。

(3) 观众的干扰。通常来说,观众的心理素质远不如参赛者的心理素质,但当参赛者表现不佳时,观众出现的高声喊叫甚至是辱骂的行为会对参赛学员的心理造成显著的负面影响。而竞技体育比赛的参与经验越丰富,则越能帮助参赛学员适应赛场上观众的反应,从而提高心理的抗干扰能力。

结束语

综上所述,竞技体育比赛对军校学员心理素质的强化有着重要的作用,如意志品格的培养、心理承受能力和心理抗干扰能力提高。这些心理素质是军校学员所必备的,也只有拥有这样心理素质的军校学员才是合格的军校学员。因此,现阶段军校有必要将竞技体育比赛常规化,从而逐渐强化军校学员的心理素质,为军校学员筑起坚不可摧的心理防线。

参考文献:

- [1]廖东升,郭勤.现代战争心理战特点、作用和制胜机理[J].国防科技,2015(1):79-81.
- [2]孙国庆.论竞技体育比赛对军校学员心理素质的强化[J].科技资讯 2017(01):190-191.