

Hải đội 422 làm tốt công tác huấn luyện, rèn luyện thể lực để hoàn thành xuất sắc mọi nhiệm vụ được giao

11:12 01/04/2025

Là đơn vị thực thi nhiệm vụ trên biển, thường xuyên hoạt động trong điều kiện sóng gió phức tạp, xa đất liền lâu ngày. Bên cạnh chuyên môn, nghiệp vụ thì thể lực là một yếu tố quan trọng, ảnh hưởng trực tiếp đến chất lượng hoàn thành nhiệm vụ của mỗi chiến sĩ Cảnh sát biển Việt Nam.



Đơn vị tổ chức hành quân rèn luyện vào tối thứ 6 hàng tuần

Có mặt tại đơn vị vào cuối giờ chiều, chúng tôi cảm nhận được không khí luyện tập thể thao sôi nổi của bộ đội. Thiếu úy Vương Mạnh Kiên, Phó thuyền trưởng Tàu CSB 3002, phụ trách tổ luyện tập thể lực đồng đặc giới thiệu nội dung thực hành và phân công nhiệm vụ cho các đồng chí thực hiện nhiệm vụ bảo hộ, bảo đảm an toàn cho bộ đội trong quá trình luyện tập co tay xà đơn, chống đẩy xà

kép. Theo khẩu lệnh người chỉ huy, từng quân nhân nhanh chóng về vị trí làm công tác chuẩn bị để bước vào luyện tập.



Co tay xà đơn là một trong các nội dung được nhiều cán bộ, chiến sĩ yêu thích

Lần lượt từng người vào vị trí lên xà, bắt đầu sử dụng kỹ thuật tạo đà, co tay xà đơn. Tốc độ, kỹ thuật và số lần co tay xà đơn của mỗi quân nhân đều được thực hiện thuần thục, chuẩn xác, bảo đảm số lượng co tay đạt mức khá trở lên. Đây cũng là môn thể thao được nhiều cán bộ, chiến sĩ Hải đội 422 thích thú độ sức vào mỗi buổi chiều.

Trao đổi với chúng tôi, Trung tá Nguyễn Thế Hùng, Hải đội trưởng Hải đội 422 cho biết: Lấy “Bảo vệ chủ quyền, thực thi pháp luật và xây dựng Cảnh sát biển Việt Nam cách mạng, chính quy, tinh nhuệ, hiện đại” làm mục tiêu huấn luyện, những năm qua, Hải đội luôn xác định rèn luyện nâng cao thể lực, sức bền cho cán bộ, chiến sĩ là một nội dung quan trọng, bảo đảm cho đơn vị hoàn thành tốt nhiệm vụ chính trị được giao.



Thường xuyên tổ chức giao lưu thể thao giữa các Tàu vào các ngày nghỉ, nâng cao tinh thần đoàn kết trong đơn vị.

Hàng ngày vào giờ ngoại khóa, đơn vị thường tổ chức cho cán bộ, chiến sĩ chạy các cự ly 100m, 1.500m, 3.000m; co tay xà đơn, xà kép; chống đẩy, tập tạ. Hàng tuần, vào tối thứ 6, Hải đội tổ chức hành quân rèn luyện với balo 25kg, cự ly 5km để nâng cao sức bền cho bộ đội. Bên cạnh đó, đơn vị thường xuyên phối hợp với các đơn vị bạn đóng quân trên địa bàn và tổ chức đoàn địa phương thi đấu giao lưu bóng đá, bóng chuyền. Thông qua các hoạt động thể thao đó để tăng cường mối quan hệ đoàn kết, gắn bó và giúp đỡ nhau trong thực hiện nhiệm vụ.



Bộ đội tổ chức luyện tập chống đẩy xà kép vào các giờ ngoại khóa

Với nhiều biện pháp hiệu quả, Hải đội 422, Hải đoàn 42 đã làm tốt công tác huấn luyện, rèn luyện thể lực cho cán bộ, chiến sĩ để nâng cao sức khỏe cho bộ đội, là tiền đề quan trọng cho đơn vị thực hiện tốt nội dung đột phá “Nâng cao chất lượng quản lý kỷ luật; huấn luyện điều lệnh, thể lực giỏi”, góp phần hoàn thành tốt nhiệm vụ được giao, xây dựng đơn vị vững mạnh toàn diện, “Mẫu mực, tiêu biểu”; bảo vệ vững chắc chủ quyền biển, đảo của Tổ quốc.

Tin, ảnh: Hồng Đức - Huy Anh