

应急救援大队2026年度 训练工作方案

为全面提升大队的业务训练效能和救援实战水平，突出抓好救援指挥训练、专业技能训练、装备应用训练和技战术配合训练，不断提升指战员业务技术、救援技能、身体素质和应急处置能力，强化技术装备管理和业务理论水平，加快推进队伍专业化、综合性、正规化发展，着力推动应对安全生产事故、自然灾害、社会救援等综合救援能力和水平，更好地为集团安全生产保驾护航，结合大队目前训练实际情况制定本实施方案。

一. 指导思想和工作目标

指导思想：坚持以习近平总书记训词精神和新时期关于应急救援工作重要讲话和指示精神为指导，全面贯彻应急管理、安全生产相关法律法规，围绕集团职代会整体部署的主要任务，从实战需要出发，立足现有器材装备，科学设置训练科目，苦练应急救援基本功，努力增强队伍业务素质，全面提高技战术水平和综合应急救援能力，力争把各类事故消灭在初期阶段，最大限度减少事故危害，保障人民群众生命财产安全，为全省经济社会发展和集团的高质量发展提供强有力的应急救援保障。

工作目标：从日常教育训练、装备实操训练、救援技能训练抓起；从专业救援处置向应对“一专多能”转变聚焦，从严从难训练，坚持练体能、练技能、练指挥、练战术、练协同、练保障

标准，推动救援“理念、职能、能力、装备、方式、机制”转型升级，实现“精准、高效、安全”救援，全面提升救援处置和保障能力。矿山救援队日常训练应坚持“练为战”的指导思想，贯彻依规治训、按纲施训、科技助训、从严组训的方针，遵循训战一致、科学练兵、注重实效、保证质量的原则

二. 组织机构

为把2026年度教育训练落到实处，大队成立年度训练领导小组，全面落实训练目标。

组 长：张 镇

职 责：负责全面检查、督促训练工作。

副组长：余 泉

职 责：协助组长监督中队落实训练计划工作。

战训负责人：李进新

职 责：负责大队年度训练计划落实、指导、考核及中队月训练计划的审核工作。

成 员：侯金忠 李立庆 王 勤 魏金宝 马健业

张盼龙 庞庆林 崔小伟

职 责：根据大队年度训练计划，合理制定中队月训练计划，并认真落实训练工作安排，组织带领本中队人员完成各项教育训练任务。

三. 训练时间安排

开展训练时间为2026年1月至12月，按照进度将全年训练分

三个阶段实施：

1月至3月为冬训阶段，主要按照《应急救援大队冬季训练方案》开展基础体能、业务理论、装备器材应用、道路水源情况熟悉及军事化队容队列训练；

4月至10月为夏训阶段，全面开展业务技能、综合体能、预案演练、救援指挥，中队整建制实战化训练；

11月、12月为考核验收、总结提升阶段；

要求各中队及小队教育训练时间每周不得少于30小时。

四. 训练内容

（一）队列训练科目

1. 队容仪表

按照《应急救援大队队容风纪管理规定》，进一步规范队容风纪管理，树立良好的队伍形象，保持着装统一、仪容整洁。

2. 单人队列

立正、跨立和稍息；停止间转法；行进与立定；步法变换；行进间转法；脱帽和戴帽；敬礼；坐下、蹲下和起立。

3. 整体队列

集合、解散；整齐、报数；出列入列；行进与停止；队形变换。

4. 队列指挥

严格按照《矿山救护队标准化考核规范》规定，规范队列指挥要求、指挥位置、指挥方法、口令下达。

（二）体质体能训练科目

1.力量训练：引体向上、单杠卷身上、双杠端臂屈伸、举重、俯卧撑、仰卧起坐、3 分钟屈腿仰卧起坐、30 米拖重跑、2 分钟双腿深蹲起立、立定跳远、哑铃(8kg2 个)、爬绳（杆）、体能组合练习。

2.速度训练：10 米（20 米）×5 往返，4×100 米接力，100 米速跑。

3.耐力训练：5000 米，2000 米跑，400 米救人疏散物资，佩用氧气呼吸器万米行走，100 米负重跑；综合体能项目训练、高温浓烟训练。

4.专项训练：针对队员体能训练方面的薄弱环节和弱势项目，强化中长跑、柔韧性、协调性等体能项目训练，开展体能强化训练“一个 5000、两个 50、三个 100”活动，即每天安排一次 5 公里长跑训练，每天完成引体向上、杠端臂曲伸练习各 50 下，每天完成俯卧撑、仰卧起坐和杠铃卧推训练各 100 下，达到夯实指战员体能基础的目的。

（三）救援常用装备器材训练

灭火救援装备，矿山救援装备，危化救援装备，救灾通讯装备，生命搜寻装备，个人防护装备，救援破拆工具，医疗急救装

备，自然灾害救援装备，战勤保障装备。结合大队现有器材装备，开展专项针对性训练，综合使用器材装备训练，熟练掌握各种器材装备技术性能、操作使用、维护保养方法。

（四）业务技能训练科目

1.消防危化救援：一人两盘水带连接，一人三盘水带连接，两人五盘水带连接，应用性实物结绳法，绳索攀爬，原地着灭火服佩戴空气呼吸器，手抬机动泵出水操，双人配合穿着重型防化服，气体（液体）带压堵漏，危险化学品泄漏事故处置，初战快速出水控火操，枪炮协同灭火操，楼层火灾内攻操，楼层火灾救人操，纵深灭火救人操，百米障碍救助操，消防车出双干线三支水枪操，攀登 15 米金属拉梯操，车辆事故处置救援操，远距离供水，作战安全技能训练，救援保障训练（作战、生活、技术）。

2.矿山救援：模拟救灾，仪器操作（10 项），救援准备，医疗急救，技术操作（6 项），救援装备，受限空间内进行侦察与搜寻，井下车辆火灾事故实战化训练、心理素质训练；

3.综合救援：自然灾害事故救援科目训练，水域救援科目训练，针对集团以往事故案例进行梳理开展专项救援科目训练。

4.破拆救人专业技术：邀请专业技术人员在全体队员中开展破拆救人科目和绳索救援专项训练。

5.作战安全专项训练

(1) 定期开展安全法规、安全常识、安全理论、安全警示教育，每逢重要任务、重大节日、重大活动、重要节点，季节转换、入职选退等特殊或敏感时期，以及发现安全隐患、发生事故后，应开展安全教育，明确安全防事故措施与要求。

(2) 常态开展安全防护、安全行进、紧急避险、自救互救、心理适应等训练，提高指战员防事故的能力。新入职指战员正式上岗前必须通过作战训练安全考核。组建紧急救助小组，开展遇险指战员搜救专项训练（破拆、搜索、救助、转移和逃生自救等训练），提升紧急救助能力。

(3) 重点开展好“安全知识学习、安全技能训练、安全员制度落实、安全事故案例复盘、装备安全配置、常态化巡检督导”等活动。坚决杜绝安全意识淡薄、风险研判不足、未按操作规程执行、未按要求佩戴个人防护、战术运用不当、保护措施不到位、不会识险、避险等诸如此类的各种安全隐患。

6. 驾驶技能训练：驾驶技术和基本维修保养理论知识，救援车辆操作，消防车辆灭火系统操作，远程供水系统展开操，照明车展开操，供气保障操，供液保障操，车辆日常保养技能。

(五) 应急救援组织指挥技战术训练

应急救援事故现场救援指挥、决策与行动计划制定，救援力量部署，救援保障计划、安全措施制定。开展火灾扑救的战术原则、进攻路线选择、火场供水、协同作战等技战术训练。同时

要开展矿山救援、危险化学品泄漏等灾害事故的救援战术和处置流程训练，专题开展高空救人灭火，高层内功救人、供水、排烟，交通、水域、自然灾害等专业救援训练。

（六）业务理论知识学习

定期组织全体指战员学习安全生产及应急救援法律、法规，及相关文件精神，认真领会贯彻关于加强安全生产、事故应急处置与救援工作的重要指示示精神，及时传达贯彻新时期安全生产应急救援的要求、理念和任务。进行典型战例分析、作战训练安全知识、心理调适与压力管理。以甘肃省第三届矿山救援技术竞赛暨第四届危险化学品救援技术竞赛理论试题为主，结合消防员技能鉴定题库，建立完善多媒体学习平台，中队每月、大队每季度进行一次业务理论考核。

（七）扎实开展预防性安全检查及实训

按照《矿山救护队预防性安全检查工作指南》规定，合理安排检查时间、地点，做好预防性安全检查准备工作，落实预防性安全检查工作；中队每月至少进行 1 次预防性安全检查，积极排查服务矿山企业的安全隐患，开展矿山井下技能实训及装备器材使用。建立预防性安全检查反馈机制，积极与服务的矿山企业做好预防性安全检查后的沟通工作。

五. 训练方式

集中训练：组织全体救援队员按照年度训练计划和中队月训

练计划进行统一训练，确保训练标准和质量。

分组训练：根据岗位、训练项目、技能水平等进行分组，开展针对性训练，提高训练效率。

实地演练：结合集团重点部位实际情况，选择典型场所开展实战化演练，增强训练的实战性。

模拟训练：利用大队现有模拟训练设施，模拟复杂灾害场景，提升救援能力。

比武竞赛：定期组织救援业务比武竞赛，激发训练积极性，检验训练成果。

六. 训练要求

（一）提高认识，加强领导

全体队员要高度重视队伍练兵工作，切实领会开展业务技能训练工作的重要性和必要性，按照大队统一部署和要求，进一步建立健全训练组织机构并注重发挥作用，及时动员部署，统一思想，提高认识。各中队要精心组织，突出重点，确保措施到位、组织到位、落实到位，全力抓好全年度训练工作。

（二）规范管理，全面落实训练内容

严格落实各项制度，真正形成“一级抓一级，层层抓落实”的长效机制；加强保障，确保安全，积极做好训练场地、设施、装备器材、饮食医疗、油料供应等各项保障工作；要合理安排训练时间和强度，做到既保证训练质量，又确保安全施训；在训练

过程中要严格遵守各项训练安全制度，明确安全管理责任，严防训练事故的发生，确保队伍稳定发展和战斗力持续提高；进一步健全练兵奖惩制度，严格奖惩兑现。

（三）加强交流，拓展训练，提升队伍实战能力。以灭火救援业务为基础，不断拓展对矿山救援、危险化学品应急救援等业务知识的学习训练。大队年终组织一次综合救援技术比武竞赛活动，对成绩优异者进行表彰奖励，激发队员训练热情，切实提升队伍整体素质。采用请进来、走出去的方式，在自我培训、训练的同时，积极和省内其他应急救援基地沟通联系，加强交流学习，组织合作演练，以提高大队的实战处置能力和协同作战水平。

（四）发挥导师带徒作用，助力帮新

各中队要按照集团导师带徒活动的要求，结合本中队人员训练实际情况，做好“传、帮、带”工作，对师徒双方在训练中的职责和义务做出明确的规定，并建立详细的跟踪管理制度，对签定协议书的师徒执行情况进行后续跟踪，及时了解师徒的传授和学习情况并进行考评，使导师带徒活动进一步规范化、制度化，切实达到新队员的思想道德、职业素质、安全意识和业务能力水平的全面提高。

（五）按期组织开展质量标准化达标考核

按照《矿山救护队标准化考核规范》和《危险化学品应急救援基地队伍建设指南》要求，定期开展标准化考核及队伍建设活

动。各中队每月开展一次质量标准化自检，对小队月训练情况进行考核；大队每季度对中队业务训练组织一次考核，把救援实战现场涉及到的各类安全知识及救援技术全面地进行抽考，真正达到“以考核促训练”的目的，激发指战员日常学习训练的积极性，切实提高各级指战员的业务技能素质。

（六）加大宣传报道

要充分利用传统媒体和新媒体，系统、全面报道救援练兵情况，及时反映全体救援指战员苦练本领、奋勇争先、担当奉献的精神风貌，树立救援队伍良好形象，助力训练工作深入开展。

保卫部应急救援大队

二〇二六年一月