مجله طب دریا
دوره ۲، شماره ۳، پاییز ۱۳۹۹
صفحات: ۱۳۴-۱۳۳
10.30491/2.3.133

اهمیت آمادگی کامل رزم در نیروی دریایی

The Importance of Total Force Fitness in the Navy

غلامحسین علیشیری [۱]، ابوالفضل شکیبائی [۲]، سید رضا حسینی [۱*]

Gholamhossein Alishiri [1], Abolfazl Shakibaee [2], Seyed Reza Hosseini [3 *]

[۱] مرکز تحقیقات آسیب‌های شیمیایی، دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله، تهران، ایران
[۲] مرکز تحقیقات فیزیولوژی ورزش، انستیتو سبک زندگی، دانشگاه علوم پزشکی بقیه الله، تهران، ایران
[۳] مرکز تحقیقات توسعه اجتماعی و ارتقاء سلامت، پژوهشکده سلامت، دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه، کرمانشاه، ایران

[1] *Chemical Injuries Research Center, Baqiyatallah University of Medical Sciences, Tehran, Iran*
[2] *Exercise Physiology Research Center, Lifestyle Institute, Baqiyatallah University of Medical Sciences, Tehran, Iran*
[3] *Social Development & Health Promotion Research Center, Health Institute, Kermanshah University of Medical Sciences, Kermanshah, Iran*

سرمقاله

دریا از دیرباز تاکنون نقش مهمی در سرنوشت بشر داشته و همواره با توجه به مقتضیات زمانی و مکانی نقش‌های متفاوتی در عرصه‌های مختلف نظامی، سیاسی، اقتصادی، اجتماعی و توریستی دارا بوده است. در دنیای امروز دریاها یا آب‌ها، به ویژه آب‌های بین‌المللی، نقش بسیار ارزشمندی در تأمین امنیت جهانی و کسب قدرت دارند. کشور ایران از جمله کشورهایی است که دارای موقعیت دریایی مناسبی است. واقع شدن در سواحل جنوبی دریای خزر از سمت شمال، خلیج فارس و دریای عمان و به خصوص تنگه استراتژیک هرمز از سمت جنوب، موقعیت دریایی بسیار حساس و استراتژیکی را برای ایران به ارمغان آورده است.

موقعیت دریایی می‌تواند در توسعه نیروی دریایی راهبردی یا تحول اقتصادی بسیار تاثیرگذار باشد و بدین شکل قدرت دریایی کشورها را متاثر سازد. لذا دریا مهمترین ابزار شکل‌گیری قدرت دریایی می‌باشد و رکن اصلی قدرت دریایی، نیروی دریایی می‌باشد که ابزار اصلی اِعمال قدرت در دریاها است.

کشور ایران می‌تواند علاوه بر برخورداری از مزایای اقتصادی و بهره‌مندی از دریانوردی تجاری، با تعریف نیروی دریایی کارآمد و راهبردی از مزیت‌های یک نیروی دریایی قدرتمند برخوردار گردد و بدین شکل به ارتقا جایگاه قدرت منطقه‌ای و فرامنطقه‌ای خود کمک نماید.

نیروی دریایی از دیرباز به‌عنوان یکی از عوامل مهم نظامی و اقتصادی، موردنظر بوده است؛ به‌ویژه در قرن‌های اخیر، ابرقدرت‌ها جهت حفظ سلطه خود بر جهان، سعی کرده‌اند تا با ایجاد یک نیروی دریایی قوی، امور نظامی و اقتصادی جهان را تحت سیطره خود قرار دهند. برخورداری از امنیت ملی در حوزه دریا، مستلزم برخورداری از قدرت دریایی است؛ جایی که به‌شدت متأثر از تفکر دولتمردان، سیاست‌های کلان کشور و اهداف ملی است. برای کشوری دریایی مانند ایران که منافع، اقتصاد و امنیتش با دریاها پیوند خورده، برخورداری از نیروی دریایی کارامد بسیار ضرورت دارد (۱).

نیروی دریایی کارآمد باید قادر باشد در مناطق دریایی دوردست طیف وسیعی از عملیات دریایی را برای تأمین منافع ملی و سیاست خارجی طراحی و به‌مرحله اجرا درآورد. نیروی دریایی کارآمد، نیروی خودکفایی است که خود را در برابر تهدیدات سطحی، زیرسطحی و هوایی محافظت می‌کند و قابلیت تداوم آماد و پشتیبانی در مسافت‌های دور را دارد.

نیروی دریایی کارآمد قادرست با اعزام شناورهای جنگی به خارج از آب‌های سرزمینی و در فاصله‌های بسیار دور از ساحل در دریاها و اقیانوس‌ها با توجه به توانمندی‌های خود یک طیف وسیعی از عملیات‌های دریایی را طراحی و به مرحله اجرا در آورد و از منافع ملی کشور متبوع خود محافظت نمایند.

در بُعد نیروی انسانی متبحر با توجه به اینکه صحنه‌های نبرد آتی در دریا بسیار متفاوت‌تر از صحنه‌های امروزی خواهد بود، لذا کارکنان نیروی دریایی با ویژگی‌های راهبردی در قرن بیست و یکم بایستی از دانش و مهارت‌های خاص و پیچیده دریایی برخوردار باشند (۲).

نیروی دریایی کارآمد بایستی با برقراری تعاملات همه جانبه در ابعاد آموزشی و عملیاتی، همکاری و اجرای عملیات‌های متنوع دریایی با سایر کشورها در زمینه برقراری امنیت دریایی را همواره در دستور کار خود داشته باشد. برای نیل به مشخصه های یک

*نویسنده مسئول: **سید رضا حسینی**. پست الکترونیک: hosseini7sr@gmail.com
آدرس: مرکز تحقیقات توسعه اجتماعی و ارتقاء سلامت، پژوهشکده سلامت، دانشگاه علوم پزشکی کرمانشاه، کرمانشاه، ایران.

[Downloaded from mail.jmarmed.ir on 2026-09-18]
[DOI: 10.30491/2.3.133]

نیروی دریایی کامل با قابلیت عملکرد در ابعاد جهانی توجه به مؤلفه‌های آمادگی کامل رزم از اهمیت به سزائی برخوردار است.

آمادگی کامل رزم، مفهومی نوظهور در قرن بیست و یکم است که با الزام به یکپارچگی مولفه های آمادگی کامل رزم در ذهن و بدن محقق می‌شود. در دسته ذهن؛ فیتنس معنوی (Spiritual Fitness)، روانی (Psychological Fitness)، رفتاری (Behavioral Fitness) و اجتماعی (Social Fitness) قرار دارد، در حالی که در دسته جسم؛ فیتنس فیزیکی (Physical Fitness)، تغذیه (Nutritional Fitness)، پزشکی (Medical Fitness) و محیطی (Environmental Fitness) قرار می‌گیرد. در این الگو، این مولفه ها معمولاً به طور مستقل با تأکید بیشتری به برخی از آنها نسبت به دیگران توجه می‌شود. برای مثال، فیتنس فیزیکی، از طریق انجام تمرینات فشار، تمرین استقامتی، محقق می‌شود که بخشی از فرهنگ نظامی است. فیتنس پزشکی و محیطی نیز در نیروهای مسلح بطور گسترده مورد توجه است. اخیراً تمرکز بر فیتنس روانی شروع شده است. با این حال، هر یک از این مولفه ها معمولاً متخصصان و روش‌های ارائه مختص خود را دارد و در داخل کانال خود قرار می‌گیرند (۳،۴).

فیتنس فیزیکی؛ از طریق انجام تمرینات استقامت، تحرک، قدرت و انعطاف بدنی محقق می‌شود که بخشی از فرهنگ نظامی است. فیتنس فیزیکی به دو دسته آمادگی مرتبط با سلامت (health-related fitness) و آمادگی مرتبط با عملکرد (performance-related fitness) تقسیم می‌شود. عموم مردم بر آمادگی جسمانی مرتبط با سلامت تمرکز می‌کنند که میزان تمرین جسمانی موردنیاز برای کاهش خطر ابتلا به بیماری یا آسیب است. افراد نظامی بر آمادگی مربوط به عملکرد متمرکز شده اند، که میزان تمرین جسمانی موردنیاز برای رسیدن به یک هدف جسمانی است، مانند داشتن آمادگی جسمانی برای ماموریت‌های طولانی مدت در آبها. از آنجا که تغییرات و تنوع در ماموریت و وظایف نیروی دریایی وجود دارد، مهم است که تمرینات آمادگی جسمانی تنظیم شده و سازگار باشد. بنابراین آمادگی مرتبط با سلامتی برای همه افراد نیروهای مسلح یکسان است، اما آمادگی مربوط به عملکرد، بسته به ماموریت متفاوت است. آموزش آمادگی نظامی باید به طور خاص برای تکمیل وظایف ماموریت مورد نیاز افراد نظامی طراحی شود. فیتنس تغذیه؛ به ارائه و مصرف مواد غذایی در مقادیر، کیفیت و نسبت کافی برای حفظ عملکرد ماموریت و محافظت در برابر بیماری و یا آسیب اشاره دارد. فیتنس پزشکی؛ به عنوان آسودگی سلامت روانی و جسمی عمومی، با معیارهای پزشکی تعیین می‌شود که شرایط لازم برای انجام مأموریت فردی و قابلیت اعزام در سرتاسر جهان را دارد. فیتنس محیطی؛ به عنوان توانایی انجام وظایف خاص ماموریت در هر محیطی بویژه محیطهای پراسترس اعزام و جنگ تعریف می‌گردد.

فیتنس روانی؛ به عنوان یکپارچگی و بهینه‌سازی توانایی‌های ذهنی، عاطفی و رفتاری تعریف می‌شود تا بهینه‌سازی عملکرد و تقویت انعطاف‌پذیری افراد نظامی حاصل شود. فیتنس معنوی در فرهنگ ایرانی اسلامی در دین و مذهب تامین می‌گردد اگرچه اخلاقیات انسانی را نیز شامل می‌شود. فیتنس رفتاری در موضوعاتی همچون سوء مصرف مواد (تنباکو، الکل، و مواد مخدر غیرقانونی) و رفتارهای روان شناختی مرتبط با مشکلات وزن و خواب ورود می‌کند. فیتنس اجتماعی که همان انسجام اجتماعی است و به ماهیت و کیفیت پیوندهای احساسی دوستی، تمایل، مراقبت و نزدیکی در میان افراد گروه نظامی اشاره می کند.

برای داشتن نیروی دریایی کارآمد این ۸ مولفه مربوط به آمادگی کامل رزم بایستی تامین گردد. برای رسیدن به آمادگی کامل رزم، فرد نظامی و فرمانده در نیروی دریایی نیاز به یک رویکرد یکپارچه و ساده برای پایش و ارائه تغییرات لازم برای انعطاف‌پذیری و بهینه‌سازی عملکرد دارند. در حال حاضر کاملاً مشخص است که اگر افراد نظامی برای حفاظت از آزادی و امنیت مردم و میهن در آبها و خشکی ها حضور دارند، مسئولین نیز باید فراتر از ایده ساده داشتن یک بدن سالم برای آن فرد نظامی به یک دید کلی‌تر از سلامت و فیتنس، که شامل ذهن و جسم اوست، حرکت کنند.

موضوع مهمی که هرگز نباید آن‌را فراموش کرد این است که نیروی انسانی با ارزش‌ترین و اساسی‌ترین عنصر ایجاد یک نیروی دریایی کارآمد در قرن بیست‌ویکم است. از این‌رو در نیروی دریایی بایستی مولفه‌های آمادگی کامل رزم تشریح، تبیین، بومی سازی و نهادینه گردد تا توانایی حداکثری برای انجام مأموریت و داشتن عملکرد بهینه حاصل شود.

منابع

1. Barsukov CD. Economics of the Navy: theoretical aspect. Military Thought. 2003;12(1):203-7.
2. O'Connor P, O'Dea A, Melton J. A methodology for identifying human error in US Navy diving accidents. Human factors. 2007;49(2):214-26.. doi:10.1518/001872007X312450
3. Alishiri G, Shakibaee A, Bahadori M, Hosseini Zijoud SR. Total Force Fitness and Its Components in War and Peace-Narrative Review. Journal Mil Med. 2019;20(6):589-600.
4. Jonas WB, O'Connor FG, Deuster P, Peck J, Shake C, Frost SS. Why total force fitness?. Military Medicine. 2010;175(suppl_8):6-13. doi: 10.7205/MILMED-D-10-00280

[Downloaded from mail.jmarmed.ir on 2026-09-18]

[DOI: 10.30491/2.3.133]