

**Jihočeská Univerzita v Českých Budějovicích**  
**Pedagogická fakulta**

**BAKALÁŘSKÁ PRÁCE**

**2014**

**Miroslav Filipčík**

Jihočeská Univerzita v Českých Budějovicích

Pedagogická fakulta

Katedra výchovy ke zdraví

**Vývoj tělesné zdatnosti vojáků z povolání v časovém úseku tří let  
služby**

Bakalářská práce

Autor: Miroslav Filipčík

Studijní program: Specializace v pedagogice

Studijní obor: Výchova ke zdraví

Vedoucí práce: doc. PaedDr. Emil Řepka, CSc.

České Budějovice 2014

University of South Bohemia in České Budějovice

Faculty of Education

Department of Health Education

**Development of physical fitness of soldiers in a period of three  
years of service**

Bachelor Thesis

Author: Miroslav Filipčík

Study programme: Specialization in Education

Study of Programme: Health Education

Supervisor: doc. PaedDr. Emil Řepka, CSc.

České Budějovice 2014

**Jméno a příjmení autora:** Miroslav Filipčík

**Název bakalářské práce:** Vývoj tělesné zdatnosti vojáků z povolání v časovém úseku tří let služby.

**Pracoviště:** Katedra výchovy ke zdraví, Pedagogická fakulta, Jihočeská univerzita v Českých Budějovicích

**Vedoucí bakalářské práce:** doc. PaedDr. Emil Řepka, CSc.

**Rok obhajoby bakalářské práce:** 2014

**Abstrakt:**

Příslušníci profesionálních armád musí být schopni plnit velmi náročné a specifické úkoly. S tím souvisí vysoké požadavky na jejich fyzickou a psychickou připravenost. Autor vychází z předpokladu, že v budoucnu se budeme setkávat se stále se zvyšujícími požadavky na profesionální vojáky a modernizací v oblasti fyzické přípravy. Cílem předkládané práce je podat analýzu a hodnocení tělesné zdatnosti profesionálních vojáků Armády ČR v průběhu tří let služby. V teoretické části práce autor pojednává o hodnotících standardech fyzické připravenosti Armády ČR a současných výcvikových trendech u nás a ve světě. V praktické části jsou pomocí komparativní metody vyhodnoceny a analyzovány výsledky výročních přezkoušení autorem vytvořených kategorií vojáků. Autor práce došel k závěru, že v průběhu tří let služby vojáci v jednotlivých kategoriích dosahovali obdobných výsledků a drželi si tak svou výkonnost. Zároveň se ukázalo, že nenáročnější disciplínou je běh, který klade důraz na vytrvalost vojáků.

**Klíčová slova:** fyzická zdatnost, přezkoušení, voják, příprava, Armáda České republiky

**Name and Surname:** Miroslav Filipčík

**Title of Bachelor Thesis:** Development of physical fitness of soldiers in a period of three years of service.

**Department:** Health Education, Faculty of Education, University of South Bohemia in České Budějovice

**Supervisor:** doc. PaedDr. Emil Řepka, CSc.

**The year of presentation:** 2014

**Abstract:**

Professional soldiers must be able to fulfill very specific and challenging tasks. This sets high expectations and demands on their physical and psychological training. The author assumes that the professional soldier's requirements and physical training modernization will become even more demanding in the future. Aim of this study is to analyze and evaluate ACR (Army of the Czech Republic) soldier's physical condition over a three-year period of service. In the theoretical part the author deals with physical condition evaluation standards with current trends both in the ACR and other armies of the world. In the practical part the author compares, analyzes and evaluates the results of the annual physical tests in his created categories. The author came to the following conclusion: The evaluated soldiers in each of the categories achieved almost the same results and maintained their physical condition over the watched period, also the most challenging discipline is '12 minute running' which emphasizes the soldier's endurance.

**Keywords:** physical fitness, verification, soldier, preparation, Army of the Czech Republic

### **Prohlášení:**

Prohlašuji, že svoji bakalářskou práci „Analýza a vyhodnocení nároků na tělesnou zdatnost vojáků z povolání AČR v časovém úseku tří let služby“ jsem vypracoval samostatně pod odborným vedením, doc. PaedDr. Emila Řepky, CSc., pouze s použitím pramenů a literatury uvedených v seznamu citované literatury.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce, a to v nezkrácené podobě - v úpravě vzniklé vypuštěním vyznačených částí archivovaných pedagogickou fakultou elektronickou cestou ve veřejně přístupné části databáze STAG provozované Jihočeskou univerzitou v Českých Budějovicích na jejích internetových stránkách, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž elektronickou cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky školitele a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce s databází kvalifikačních prací Theses.cz provozovanou Národním registrem vysokoškolských kvalifikačních prací a systémem na odhalování plagiátů.

V Českých Budějovicích, dne 1. 5. 2014

Miroslav Filipčík

**Poděkování:**

Děkuji vedoucímu bakalářské práce, panu doc. PaedDr. Emilu Řepkovi, CSc., za odborné vedení a ochotnou pomoc při vypracování mé bakalářské práce.

## **Obsah:**

<b>1 ÚVOD .....</b>	<b>10</b>
<b>2 TEORETICKÁ ČÁST .....</b>	<b>12</b>
▪ <b>2.1 Armáda ČR a její struktura .....</b>	<b>12</b>
▪ <b>2.2 Profil profesionálního vojáka AČR .....</b>	<b>14</b>
2.2.1 Nároky na fyzickou zdatnost .....	16
▪ <b>2.3 Současné trendy výcvikových metod v AČR a ve světě .....</b>	<b>23</b>
2.3.1 Výběr uchazečů o službu v AČR .....	23
2.3.2 Výběr uchazečů o službu v armádách NATO .....	24
▪ <b>2.4 Příprava jako soubor opatření .....</b>	<b>26</b>
2.4.1 Obecná příprava .....	27
2.4.2 Speciální příprava .....	27
2.4.3 Psychická příprava .....	29
▪ <b>2.5 Vývoj a současnost hodnocení tělesné zdatnosti v AČR .....</b>	<b>33</b>
2.5.1 Příprava a hodnocení velitelů a příslušníků štábů .....	33
2.5.2 Hodnocení přípravy jednotek .....	35
2.5.3 Hodnocení kontrolních cvičení .....	35
▪ <b>2.6 Motivace a sankce v závislosti na dosahované výsledky .....</b>	<b>37</b>
<b>3 PRAKTICKÁ ČÁST .....</b>	<b>41</b>
▪ <b>3.1 Charakteristika výzkumného celku .....</b>	<b>41</b>
3.1.1 Obecný popis 25. plrp ve Strakonících .....	41
3.1.2 Vymezení zkoumaného vzorku .....	43
▪ <b>3.2 Vyhodnocení praktické části .....</b>	<b>45</b>
3.2.1 Skupina č. 1 – muži do 40 let .....	45
3.2.2 Skupina č. 2 – muži nad 40 let .....	51
3.2.3 Komparace skupin č. 1 a 2 .....	56
3.2.4 Skupina č. 3 – ženy do 35 let .....	58
3.2.5 Skupina č. 4 – ženy nad 35 let .....	61
3.2.6 Komparace skupin č. 3 a 4 .....	63



3.2.7 Shrnutí výsledků .....	65
<b>4 ZÁVĚR .....</b>	<b>68</b>
<b>5 SEZNAM LITERATURY .....</b>	<b>70</b>
▪ 5.1 Internetové zdroje .....	71
▪ 5.2 Právní prameny .....	71
<b>6 SEZNAM OBRÁZKŮ .....</b>	<b>72</b>
<b>7 SEZNAM TABULEK .....</b>	<b>72</b>

# 1 ÚVOD

Válka, armáda, dějiny vojenství – témata, která přitahovala a neustále přitahují pozornost celé řady odborníků (napříč obory), ale i široké veřejnosti. Americký sociolog, politolog či historik Charles Tilly odvodil od existence válečného konfliktu (spolu v kombinaci s dalšími aspekty) vznik moderního státu.<sup>1</sup> Vývoj mezinárodního systému, technologický pokrok, inovace v oblasti vojenské strategie a další faktory stojí za proměnou válečného konfliktu, který sice doznal oproti minulým staletím mnoha změn, ale – a události z celého světa nám to ukazují každoročně – zůstal reálnou hrozbou i v takto proměněném (post)moderním světě (současnosti). Armády po celém světě (respektive státy) jsou nuceny reflektovat tyto změny tak, aby mohly plnit svou základní úlohu – obranu státu. Vše vyřčené se týká i Armády ČR, která (i) v důsledku polistopadových změn a vstupu do obranného paktu NATO nastoupila cestu profesionalizace.

Bakalářská práce – „*Vývoj tělesné zdatnosti vojáků z povolání v časovém úseku tří let služby*“ – se nezabývá historickými reáliemi vojenství, ale představuje téma neméně důležité, totiž analýzu a hodnocení tělesné zdatnosti profesionálních vojáků Armády ČR. Vzhledem k tomu, že – jak bylo naznačeno výše – v rámci české armády proběhla (probíhá) profesionalizace, byla její takřka nezbytnou součástí také oblast kvalitní fyzické připravenosti vojáků. Proto musela česká armáda přistoupit ke stanovení (zprůsnění) náročnosti výcviku, jeho dynamiky i komplexnosti, a to tak, aby se (fyzická) příprava co nejvíce přiblížila bojovým podmínkám. Záměrně se tak vytvářejí podmínky náročných životních situací a psychofyzické zátěže pro jedince i jednotky. Uvedená problematika je (neu)stále aktuální, přičemž v rámci ní probíhají debaty (výzkumy), kterak zefektivnit vojenskou přípravu, potažmo fungování armády jako profesionálního celku.

Povolání vojáka z povolání je obecně náročné jak na fyzickou, tak i psychickou zátěž, a proto je nezbytné, aby vojáci z povolání splňovali povinné nároky na tělesnou zdatnost. Předkládaná práce si klade za cíl představit základní aspekty dané problematiky, tedy – přesněji řečeno – hodnotící standardy (tělesné zdatnosti)

---

<sup>1</sup> Svě teze Tilly rozvedl ve slavné publikaci „Coercion, Capital and European States: AD 990 – 1992“ (1990).

využívané v rámci Armády ČR (k přijetí do vojenské služby, či každoročnímu přezkoušení) nebo moderní trendy v oblasti vojenské přípravy (včetně komparace s jinými zeměmi) → teoretická část; a zhodnotit na základě výsledků výročních přezkoušení vývoj tělesné zdatnosti daného vzorku vojáků v průběhu tří let služby → praktická část. Předpokladem, ze kterého autor práce vychází, je, že se v budoucnosti budeme stále více setkávat s nutností profesionální připravenosti vojáků, která by se měla projevit ve schopnosti efektivního a správného plnění požadovaných. Každý vojenský profesionál by měl mít dostatečně rozvinuté speciální schopnosti a být připraven k výkonu širokého spektra dovedností, které zabezpečují co nejefektivnější plnění vojenských úkolů.

## 2 TEORETICKÁ ČÁST

### 2.1 Armáda ČR a její struktura

V souvislosti s touto problematikou je nutné zmínit, že Armáda ČR je od 1. ledna 1993 hlavní složkou ozbrojených sil. V roce 2005 byla AČR plně profesionalizována a podle současné právní úpravy může být branná povinnost vyhlášena pouze v případě ohrožení státu nebo za válečného stavu (zákon č. 585/2004 Sb. o branné povinnosti a jejím zajišťování).<sup>2</sup> Koordinace jednotlivých činností ozbrojených sil je prováděna ministerstvem obrany ČR v čele s ministrem obrany.

Historická zkušenost – a dějiny válečnictví (viz Keegan 2003) – jsou ilustrativním příkladem důležitosti kvalitní armády, načež ani proměna ekonomicko-politických aspektů neubírá této skutečnosti na váze. Hlavním posláním ozbrojených sil ČR je co nejefektivnější a nejlepší zabezpečení obrany ČR, a to s využitím zásad kolektivní obrany v souladu s příslušnými mezinárodními úmluvami. Od roku 1999 je AČR zapojena do integrované vojenské struktury NATO, jako do systému obranného, operačního a civilního plánování, ale také do procedurálních a organizačních aspektů, které se týkají jaderných konzultací, a také společných cvičení a vojenských operací. Ozbrojené síly se podílejí na činnostech mezinárodních organizací v souvislosti s mírovými operacemi a záchrannými humanitárními akcemi. V současnosti slouží v AČR 21.011 vojáků a o řádný chod se stará 7.530 civilních zaměstnanců (stav k 1. lednu 2014).<sup>3</sup>

Současná struktura a uspořádání ozbrojených sil AČR je v souladu s informacemi, které jsou poskytnuty Ministerstvem obrany, následující:

- Generální štáb AČR, jako součást Ministerstva obrany ČR a Kancelář náčelníka Generálního štábu AČR;

---

<sup>2</sup> V souvislosti s „branným zákonem“ je nutné připomenout, že vláda v roce 2013 projednávala návrh (z gesce Ministerstva vnitra ČR) novely zákona, jehož součástí měla být změna v otázce zahájení povinného náboru odvedenců. Podle novely by mohl být povinný nábor učiněn ještě před vyhlášením stavu ohrožení státu. Nově je také zaveden institut tzv. operačního nasazení, které by mělo nahradit dosavadní výjimečné vojenské cvičení. Novela branného zákona, dostupné na: [http://www.ipravnik.cz/cz/aktuality/art\\_8686/branna-povinnost.aspx](http://www.ipravnik.cz/cz/aktuality/art_8686/branna-povinnost.aspx), 2.3.2014.

<sup>3</sup> Aktuální údaje o AČR, dostupné na: <http://www.mocr.army.cz/scripts/detail.php?id=51566>, 2.3.2014

- Ředitelství zahraničních aktiv;
- Posádkové velitelství Praha;
- Úřad finanční správy AČR;
- Zahraniční pracoviště AČR v Monsu, Bruselu, Norfolku a Kábulu;
- Společné operační centrum Ministerstva obrany ČR;
- Inspektorát Náčelníka Generálního štábu ČR;
- Osobní štáb Náčelníka Generálního štábu ČR;
- Sekce plánování sil MO;
- Sekce logistiky sil MO;
- Sekce komunikačních a informačních systémů MO;
- Odbor vojenského letectví MO;
- Odbor vojskového průzkumu a elektronického boje MO;
- Odbor vojenského zdravotnictví MO;
- Společné síly;
- Velitel společných sil;
- Zástupce velitele;
- Zástupce – velitel pozemních sil;
- Zástupce – velitel vzdušných sil;
- Pozemní síly;
- Vzdušné síly;
- Podpůrný komplet Společných sil;
- Velitelství výcviku - Vojenská akademie Vyškov;
- Síly podpory;
- Velitel;
- Zástupce velitele;
- Logistická podpora;
- Zdravotnické zabezpečení;
- Krajská vojenská velitelství (Ročenka Ministerstva obrany, 2011).

Struktura AČR nám napovídá, že na vojáky jsou kladeny různorodé nároky a to podle druhu jejich činnosti. Z hlediska výkonnosti se vojáci, kteří zabezpečují chod

armády na vysokých a odpovědných pozicích, zaměřují především na řídicí a velitelské pracovní činnosti. Při hodnocení fyzické zátěže jsou tito vojáci zatěžováni zejména dlouhodobým sezením. I oni však musí plnit každoroční motorické silové a vytrvalostní testy a také testy flexibility. Proto je důležité, aby i tito vojáci dodržovali požadovanou hmotnost a určitou úroveň fyzické kondice.

Specifické jednotky jsou sekce Společných sil a Sil podpory, kam jsou zařazeni vojáci, kteří mají možnost pravidelnějšího tréninku svých svalů a také rozvoje pohybových schopností, zejména vytrvalosti, silových a obratnostních schopností a dovedností, a také specializovaných pohybových dovedností. Konkrétně se jedná o rozvoj a výcvik těchto dovedností ve výcvikových prostorech nebo v rámci zahraničních operací. Samostatnou skupinu tvoří osoby, které zabezpečují logistickou nebo administrativní práci AČR, kdy i tito vojáci se řadí mezi ty s méně náročnou fyzickou aktivitou a opětovně se zátěží dlouhodobého sezení.

## **2.2 Profil profesionálního vojáka AČR**

Od roku 2005, kdy byla AČR plně profesionalizována, se může stát profesionálním vojákem každý občan České republiky, který splňuje zákonné podmínky pro povolání služebního poměru. Tyto zákonné podmínky pro povolání profesionálního vojáka vyplývají ze Zákona č. 221/1999 Sb., o vojácích z povolání, ve znění pozdějších předpisů, a jsou v zákoně definovány následovně:

- osoba starší 18 let;
- složení vojenské přísahy;
- trestní bezúhonnost;
- zdravotní způsobilost;
- splnění kvalifikačních předpokladů - z hlediska vzdělání je nutný minimálně výuční list;
- závazek k vyznání tradičních vojenských hodnot, kterými jsou odpovědnost, smysl pro povinnost, obětavost, odvaha, věrnost a čest.

Každý jednotlivý uchazeč o vojenské povolání absolvuje vyšetření zdravotní způsobilosti, dále šetření fyzické zdatnosti, psychologická vyšetření, motivační a

personální pohovor. Zdravotní stav uchazečů musí odpovídat požadavkům, které jsou nastaveny ozbrojenými silami České republiky, posuzují je lékaři ve vojenských nemocnicích. Svou trestní bezúhonnost musí uchazeči o vojenské povolání potvrdit před vznikem pracovněprávního vztahu předložením výpisu z evidence rejstříku trestů. Tento výpis nesmí být starší více jak tři měsíce. Strukturu jednotlivých dokladů opětovně stanovuje Zákon č. 221/1999 Sb., služební zákon, ve znění pozdějších předpisů, a také vyhláška Ministerstva obrany ČR č. 261/1999 Sb., ve znění pozdějších předpisů (zákon č. 221/1999 Sb.).

Stupeň zdravotní způsobilosti k výkonu vojenské činné služby se vyjadřuje zdravotními klasifikacemi, které souvisí i s tělesnou zdatností vojáků a jejím hodnocením. Zdravotní klasifikace je zpracována v souladu s příslušnými právními předpisy, je základním podkladem pro vyhotovení posudku a zdravotní způsobilosti a také je podmínkou pro setrvání vojáka v daném pracovním poměru. Konkrétní hodnocení, které je součástí hodnocení tělesné zdatnosti jako základní podklad pro hodnocení vojáků, je následující:

- I. schopen, hodnocení značkou A, které je stanoveno brancům, odvedencům a vojákům při zjištění zdravotního stavu dovolujícího vykonávat vojenskou činnou službu bez omezení s výjimkou některých speciálních vojenských odborností, které mají vymezené požadavky na tělesné proporce, jako je tělesná výška, tělesná hmotnost a zvýšené nároky na zdravotní stav;
- II. schopen, hodnocení značkou B I, B II, B III, které je stanoveno brancům, odvedencům, mužstvu a poddůstojníkům při zjištění zdravotního stavu, který umožňuje běžnou pracovní aktivitu, dovoluje vykonávat vojenskou službu s omezením pro určité odbornosti a funkce, které vyžadují zvýšené nároky na fyzickou zdatnost (B I), na duševní činnosti a intelektové kvality a požadavky (B II) a také přesnost a pohotovost smyslových orgánů (B III). Zdravotní klasifikace B I – B III může být stanovena v různých kombinacích, ale také v rozsahu všech výše tří uvedených skupin omezení;
- III. schopen s omezením prvního stupně, s hodnocením značky C 1 se stanovuje rotmistrům, praporčíkům, důstojníkům a generálům při zjištění zdravotního stavu, dovolujícímu vykonávat vojenskou činnou službu u všech druhů vojsk a

služeb, ale omezuje výkon některých funkcí a vyžaduje poskytování krátkodobých úlev v plnění služebních povinností;

IV. neschopen v míru, schopen s omezením druhého stupně za stavu ohrožení státu a válečného stavu, s hodnocením značky C 2, se stanovuje rotmistrům, praporčíkům, důstojníkům a generálům, kteří nejsou pro svůj dlouhodobě nepříznivý zdravotní stav po dobu delší než 12 měsíců schopni vykonávat vojenskou činnou službu v míru nebo jejichž zdravotní stav dovoluje vykonávat vojenskou činnou službu jenom při poskytnutí podstatných a trvalých úlev v plnění služebních povinností;

V. dočasně neschopen, s hodnocením značky D, se stanovuje brancům, odvedencům, mužstvu a poddůstojníkům při zjištění zdravotního stavu, který nedovoluje vykonávat vojenskou činnou službu po dobu delší než 6 týdnů vojákům v náhradní službě, 4 měsíce vojákům v základní službě, 12 měsíců odvedencům a vojákům mimo činnou službu. Jde o přechodnou zdravotní klasifikaci, která se může stanovit nejdéle na dobu 3 roků od jejího prvního stanovení při odvodním nebo přezkumném řízení;

VI. trvale neschopen, s hodnocením značky Dv, se stanovuje brancům, odvedencům a vojákům při zjištění zdravotního stavu, který trvale nedovoluje vykonávat vojenskou činnou službu. (zákon č. 221/1999 Sb.)

### **2.2.1 Nároky na fyzickou zdatnost**

Nároky na vstupní hodnocení tělesné a psychické zdatnosti jsou zpracovány na základě informací, které jsou poskytovány Ministerstvem obrany ČR, přičemž základní přezkoušení, při sledovaném období deseti let fyzické zdatnosti uchazečů o vojenské povolání obecně, se provádí na základě následujících testů s obsahem:



Test	LEH - SED				SHYBY (M)/ VÝDRŽ VE SHYBU (Ž)				SKOK DALEKÝ				HLOUBKA PŘEDKLONU**				W <sub>170</sub> ***			
	Opakování/min				opakování / s				cm				Cm				W / kg			
Pohlaví	M		Ž		M		Ž		M		Ž		M		Ž		M		Ž	
Věková kategorie	I*	II*	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II	I	II
Norma	33	31	28	23	4	3	13	11	182	173	144	134	15	13	19	16	1,80	1,60	1,30	1,10

**Tabulka 1 - Normy fyzické zdatnosti pro základní vstupní přezkoušení uchazečů o vojenské povolání**

(Zdroj: Ministerstvo obrany ČR, AČR)

Metodické poznámky:

\* Věkové kategorie: I – do 30 let (včetně), II – nad 30 let.

\*\* Pro ověření výkonu v domácích podmínkách (bez standardizovaného měřicího přípravku): je třeba přiblížit se špičkami prstů k úrovni chodidla takto: muži (I/II): 10 cm / 12 cm, ženy (I/II): 6 cm / 9 cm.

\*\*\* Náročnost odpovídá přibližně běhu na vzdálenost 6 km v limitu 30 min.

Přezkoušení fyzické zdatnosti se provádí jako celek během jednoho dne. Jednotlivé disciplíny se hodnotí slovně, jako splnil/nesplnil, není možné žádnou část testů vynechat. K celkovému hodnocení „splnil“ nesmí být žádná z disciplín hodnocena jako „nesplnil“. Uchazeči, kteří normy nesplní, se ve výjimečných případech mohou dostavit k jednomu opravnému termínu, avšak nejdříve ve lhůtě dva měsíce po prvním termínu přezkoušení. Podle provedených výkonů o tomto rozhoduje přezkušující. (Normativní výnos MO ČR, 2011)

Ve výběru je také poradenská část. Ta zahrnuje psychologickou část, v rámci které se formou testu zjišťují rozumové předpoklady, dále sem patří inteligenční test, test speciálních schopností, projektivních metod, osobnostní dotazníky, pohovory s psychologem a další metody, které mají hodnotit vlastnosti dané osoby v kontextu její fyzické zdatnosti. Během motivačního a profesního pohovoru jsou uchazeči nabídnuta relevantní pracovní místa, která se pro něj jeví jako nejvhodnější. K úspěšnému zvládnutí úkolů, činností a situací, které souvisejí s vojenskými záměry, je mimo odborné a psychické vyspělosti vojáků také důležitá fyzická zdatnost, jak už bylo uvedeno. (zákon č. 221/1999 Sb.)

Mimo to – s odkazem na historické a společenské postavení armády – je povinností každého vojáka řídit se morálním kodexem. Tento kodex je vyjádřením tradičních vojenských hodnot, které má každý voják ctít a vytvářet tak základ pro vybudování a udržení důvěry veřejnosti v AČR. Jedním z těchto atributů je pozitivní přístup k tělovýchovným a sportovním aktivitám, rozvíjení odolnosti proti zátěžovým faktorům z vnějšího a vnitřního prostředí, ale také systematické upevňování zdraví. (zákon č. 221/1999 Sb.).

Tato hodnocení jsou formulována jako každoroční, kdy každý profesionální voják absolvuje povinné roční fyzické přezkoušení zdatnosti. Konkrétní výsledky tohoto přezkoušení mají vliv na setrvávání vojáka v daném služebním poměru, na konkrétní pracovní pozici, v jeho odbornosti, a také v jeho finančním ohodnocení. Přezkoušení je prováděno pověřenými osobami na daném vojenském útvaru, zejména absolventy vojenského oboru Fakulty tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy v Praze. (Normativní výnos MO ČR, 2011)

Zákon o služebním poměru vojáka z povolání ve svých ustanoveních uvádí, že voják musí dbát na svoji fyzickou zdatnost a k tomuto je uzpůsobeno nařízení NGŠ AČR z roku 1993 uvádějící, že každý voják z povolání musí mít vytvořené vhodné podmínky pro udržení a rozvoj tělesné připravenosti. Každý velitel musí svým podřízeným umožnit v rámci pracovní doby minimálně v rozsahu čtyř až šesti hodin přípravu tělesné zdatnosti v pracovním týdnu. (zákon č. 221/1999 Sb.)

V souladu s tímto nařízením je během tělesné přípravy vojáka z povolání hlavní pozornost věnována rozvoji pohybových schopností a dovedností podle druhu vojska, tedy dle toho, kam je daný příslušník zařazen. Jedná se o skutečné potřeby fyzické připravenosti pro výkon činnosti vojáka z povolání na systemizované funkci. V této souvislosti je kladen důraz na výcvik vojska k získání odolnosti proti dlouhodobé zátěži. (zákon č. 221/1999 Sb.)

Předpokladem těchto fyzicky i psychicky zatěžujících cvičení je adekvátní příjem energie odpovídajícím stravováním v závislosti na dalších faktorech. Způsoby stravování a také schopnosti dodržovat stravovací režim během dne je odvislý od samostatné motivace jednotlivých vojáků.

Hodnocení jednotlivých požadavků je opětovně uvedeno v následujících hodnotících tabulkách.

I. až V. věková kategorie voják, vojákyně																
Hodnocení ze silového testu	1	2	2	2	1	3	2	3	3	1	4	2	4	3	4	4
Hodnocení z vytrvalostního testu	1	2	1	2	3	1	3	2	3	4	1	4	2	4	3	4
Celkové hodnocení	1	2	2	2	2	2	3	3	3	4	4	4	4	4	4	4

Poznámka: Výsledná známka se pak stanoví podle tabulky. 1 – výtečně, 2 - dobře, 3 - vyhovující, 4 - nevyhovující.

**Tabulka 2 - Normy fyzické zdatnosti pro roční přezkoušení vojáků z povolání**  
(Zdroj: Ministerstvo obrany ČR, AČR)

	Muži	Ženy
<b>Silové disciplíny</b>	LEH-SEDY / KLIKY nebo SHYBY	LEH-SEDY / KLIKY nebo VÝDRŽ VE SHYBU
<b>Vytrvalostní disciplíny</b>	12 min. BĚH nebo 300 m PLAVÁNÍ	12 min. BĚH nebo 300 m PLAVÁNÍ

Poznámka: U vojáka je důležitější vytrvalost než jednorázová síla. Samozřejmě, že normy pro muže jsou jiné než pro ženy.

**Tabulka 3 - Hodnotící disciplíny pro roční přezkoušení vojáků z povolání**  
(Zdroj: Ministerstvo obrany ČR, AČR)

Číslo testu	¼				3				18				19			
	Souborné silové cvičení (leh – sed – vzpor)				Shyb na hrazdě				Běh na 12 minut				Plavání na 300m			
Název cvičení	Výtečné		Dobře		Výtečné		Dobře		Výtečné		Dobře		Výtečné		Dobře	
	Počet		Počet		Počet		Počet		Počet		Počet		Počet		Počet	
Hodnocení	Výtečné		Dobře		Výtečné		Dobře		Výtečné		Dobře		Výtečné		Dobře	
Měřicí jednotka	Výtečné		Dobře		Výtečné		Dobře		Výtečné		Dobře		Výtečné		Dobře	
	Počet		Počet		Počet		Počet		Počet		Počet		Počet		Počet	
I. do 30let	52/32	46/28	42/22	8	10	12	8	3000	2800	2600	4:20	5:20	6:00			
II. 31 – 35 let	51/30	45/27	39/22	7	9	11	7	2950	2700	2500	4:30	5:30	6:20			
III. 36 – 40 let	44/27	40/24	34/19	6	8	10	6	2850	2600	2400	4:40	5:50	6:40			
IV. 41 – 45 let	41/25	39/22	32/16	5	7	9	5	2750	2500	2200	4:55	6:10	7:20			
V. 46 – 50 let	38/23	34/19	29/13	4	6	8	4	2650	2300	2000	5:10	6:30	7:50			
VI. 51 let a starší								2400	2100	1800	5:20	6:50	9:00			

*Poznámka: Souborné silové cvičení se hodnotí podle testu, ve kterém dosáhl voják horšího výsledku*

**Tabulka 4 - Normy a hodnocení testů výročního přezkoušení vojáků z povolání z tělesné přípravy**  
(Zdroj: Ministerstvo obrany ČR, AČR)

Název cvičení	Leh – sed			Výdrž ve svislou nadhmatem			Běh na 12 minut			Plavání na 300m		
	Výtečné	Dobře	Vyhovující	Výtečné	Dobře	Vyhovující	Výtečné	Dobře	Vyhovující	Výtečné	Dobře	Vyhovující
Měřicí jednotka	Počet			Počet			m			čas		
I. do 25let	45	40	35	0:50	0:30	0:10	2550	2300	2100	4:50	5:50	6:20
II. 26 – 30 let	40	33	28	0:46	0:28	0:10	2400	2200	2000	5:10	6:10	6:40
III. 31 – 35 let	35	30	26	0:34	0:22	0:08	2300	2100	1900	5:20	6:50	7:20
IV. 36 – 40 let	30	25	23	0:20	0:14	0:07	2200	200	1800	5:40	7:20	8:00
V. 41 – 45 let	25	22	20	0:18	0:10	0:05	2100	1900	1600	6:10	7:40	8:50
VI. 46 let a starší							1900	1800	1500	6:35	8:10	9:40

**Tabulka 5 - Normy a hodnocení kontrolních testů výročního přezkoušení vojáků z tělesné přípravy**  
(Zdroj: Ministerstvo obrany ČR, AČR)

V souvislosti s kontrolními testy je povinností vojáka z povolání absolvovat také mimo ročního přezkoušení ještě rozšiřující kontrolní testy, které jsou označovány

jako profesní přezkoušení, reflektující potřebnou fyzickou kondici pro jednotlivé různé typy útvarů. Z konkrétních norem je pak patrné, že vojenské útvary typu A mají mnohem vyšší požadavky na své vojáky než je tomu u vojenských útvarů typu B a vojenských útvarů typu C. Tyto náročné testy jsou považovány za povinné také u vojáků na úřednických postech. Konkrétní požadavky jsou uvedeny v následujících tabulkách. (Normativní výnos MO ČR, 2011)

Číslo testu dle předpisu	Disciplína	Složky organizačních celků typu A		
		Výtečně	Dobře	Vyhovující
21	Boj z blízka	Hodnocení dle čl. 134		
22	Vojenské lezení	Hodnocení dle čl. 134		
23	Vojenské plavání	Hodnocení dle čl. 134		
24	Pěší přesun na 20 km (hodina)	4:00	4:30	5:00
25	Překonání překážkové dráhy NATO (minuta)	4:00	4:30	5:00

**Tabulka 6 - Rozšiřující kontrolní testy – přezkoušení pro typ A**  
(Zdroj: Ministerstvo obrany ČR, AČR)

Číslo testu dle předpisu	Disciplína	Složky organizačních celků typu B		
		Výtečně	Dobře	Vyhovující
21	Boj z blízka	Hodnocení dle čl. 134		
22	Vojenské lezení	Hodnocení dle čl. 134		
23	Vojenské plavání	Hodnocení dle čl. 134		
24	Pěší přesun na 20 km (hodina)	4:20	4:50	5:30
25	Překonání překážkové dráhy NATO (minuta)	4:15	4:45	5:10

**Tabulka 7 - Rozšiřující kontrolní testy – přezkoušení pro typ B**  
(Zdroj: Ministerstvo obrany ČR, AČR)

Číslo testu dle předpisu	Disciplína	Složky organizačních celků typu C		
		Výtečně	Dobře	Vyhovující
26	Pěší přesun na 15 km (hodina)	4:00	4:30	5:00
27	Překonání překážkové dráhy NATO (minuta)	15	20	25
28	Hod granátem cíl podle PD	1. zásah	2. zásah	3. zásah

**Tabulka 8 - Rozšiřující kontrolní testy – přezkoušení pro typ C**  
(Zdroj: Ministerstvo obrany ČR, AČR)

## 2.3 Současné trendy výcvikových metod v AČR a ve světě

Selekce a následná příprava vojáků v armádách NATO je systém založený na dlouholetých zkušenostech a klade si za cíl vybrat a vyprofilovat vojáka schopného plnit vojenské úkoly v různých končinách světa. (Stehlík, Němečková, Landa, 2012, online)

Hrdost na vlastní jednotku v celém procesu hraje velmi významnou roli, není to pouze výsledkem historie útvaru, kolektivních úspěchů dané jednotky, ale „Esprit de Corps“ a individuální sebevědomí vyplývající ve velké míře z profilu požadavků, které musí příslušník jednotky splnit. Tvrdost a těžkosti výcvikových fází, často za šikanu považované metody drilu a inspekce výstroje a výzbroje, pořadová cvičení, pochody s plnou polní a překonávání překážkové dráhy jsou více než samoúčelem ke zvyšování fyzické zdatnosti. Nejsou jen čestným rituálem nebo prostředkem ke „zlomení individuální vůle“, za což jsou často zatracovány a v minulosti byly také někdy zneužívány. Mnohem více slouží k zvyšování výkonnosti, k přivedení rekrutů až na hranici jejich možností a k ukázání cesty jak překonat sebe sama. (Boger, 1995)

### 2.3.1 Výběr uchazečů o službu v AČR

Výběr v Armádě České republiky probíhá v oddělení pro výběr personálu, kde musí uchazeč o službu absolvovat testy splnění kvalifikačních předpokladů fyzické zdatnosti, zdravotní a psychické způsobilosti pro předpokládané služební zařazení.

O zdravotním stavu a psychické způsobilosti podává oddělení pro výběr personálu zprávu vojenské nemocnici nebo Ústavu leteckého zdravotnictví.

Přezkoušení tělesné zdatnosti zahrnuje: lehy-sedy, shyby, skok daleký z místa odrazem snožmo, hluboký předklon v sedu a sálový test W170, při kterém se sleduje výkon uchazeče při tepové frekvenci 170 tepů/min. Nároky na tělesnou zdatnost se liší podle typů předpokládaného zařazení uchazečů:

S – vysoká náročnost pro výkon ve speciálních podmínkách

A – vysoká náročnost v běžných bojových podmínkách

B – střední náročnost

C – základní pohybové schopnosti a dovednosti

Navíc se uchazeči ve Středisku pro výběr osob personálu podrobují odbornému psychologickému vyšetření v základním rozsahu 240 minut, jehož cílem je vyloučit možnost psychopatie jedince a dále zjistit jeho osobnostní vlastnosti, schopnosti a motivaci pro službu v ozbrojených silách. (Stehlík, Němečková, Landa, 2012, online)

### **2.3.2 Výběr uchazečů o službu v armádách NATO**

Základní požadavky pro vstup do ozbrojených složek jsou ve většině zemí podobné. Věk zpravidla v rozmezí 18 - 35 let, čistý trestní rejstřík, stupeň vzdělání, který zpravidla odpovídá absolvování střední školy s maturitou v ČR. Rozdílný je však přístup jednotlivých států k zájemcům, kteří nemají občanství příslušné země. Např. Nizozemsko požaduje pro vstup do armády nizozemské občanství, naopak Belgie umožňuje vstup do své armády občanům celé Evropské unie. Španělsko přijímá své rekruty ze zemí Latinské Ameriky a Rovníkové Guineje. Stanovuje si přitom limit maximálně 7 % cizinců v armádě. Tito kandidáti však musí být obyvatelé Španělska. Všichni zájemci musí projít zdravotní prohlídkou, psychologickými a fyzickými testy. (Stehlík, Němečková, Landa, 2012, online)

V souvislosti se snahou umožnit vstup do armády také ženám mají státy většinou odlišné limity tělesné zdatnosti pro přijetí mužů a žen. Tato diferenciací je diskutabilní, neboť voják, ať už muž nebo žena, potřebuje především zvládnout své



služební povinnosti, které jsou nastaveny pro obě pohlaví stejně. Z tohoto hlediska lze považovat za správné výběrové řízení v britské armádě, kde nejsou stanoveny zvláštní limity pro osoby mužského nebo ženského pohlaví, ale pro jednotlivá služební místa. Tak je přesně stanoveno, které místo může osoba s příslušnou fyzickou kondicí plnohodnotně zastávat. (Stehlík, Němečková, Landa, 2012, online)

Cílem psychologického testování při přijímání do armády je zejména odhalení zhoršené osobnostní adaptability. Jsou zjišťovány osobnostní rysy uchazeče, jeho intelektové schopnosti, schopnosti zvládat stres, zájemcova motivace o službu v armádě, sociální schopnosti. Používané testové soubory obsahují testy inteligence, dotazníky, projektivní metody a interview s přijímacím psychologem. (Stehlík, Němečková, Landa, 2012, online)

Cílem fyzického testování je zjistit vytrvalostní i silové schopnosti uchazečů. Co se týče silových schopností, nejčastěji používanými testy jsou kliky a sedy-lehy. U těchto cviků se lze setkat s mnoha problémy, které vyplývají z jejich nedokonalého provedení. Německá armáda proto volí raději jiný cvik, a to výdrž ve shybu na hrazdě. Některé armády zahrnují do testových souborů tzv. člunkový běh s několikerým opakováním běhu na velmi krátkou vzdálenost (20 m). Je to například Kanada a Německo. (Stehlík, Němečková, Landa, 2012, online)

Tělesná příprava v armádě Dánského království klade především důraz na všestrannou přípravu vojáků k zvládnutí a splnění úkolů v různých variantách nasazení, na rozvoj a regeneraci fyzických a psychických sil a na upevňování zdraví. Cílem je pak vyhodnotit tělesnou připravenost vojáků k zvládnutí náročných situací spojených s výkonem služby v ozbrojených silách Dánského království. K hlavním úkolům patří:

- dosažení a udržení optimální tělesné zdatnosti a výkonnosti;
- plnění stanovených výkonnostních požadavků po celou dobu služby;
- výchova k pravidelným pohybovým aktivitám jako prostředku k upevňování tělesného a psychického zdraví;
- rozvíjení a stabilizace psychické odolnosti;
- regenerace tělesných a psychických sil. (Přívětivý, 2004)

## 2.4 Příprava jako soubor opatření

V souvislosti s přípravou vojáků se používá termín readiness (přípravenost). Ta se vždy vztahuje k času, a to dvěma způsoby:

- jako vztah mezi aktuálními bojovými schopnostmi a situačními požadavky;
- jako vztah mezi aktuálními a potenciálními schopnostmi vojáků.

Na přípravenost je nutné pohlížet jako na komplexní systém zahrnující mnoho proměnných. Nelze předpokládat, že zvýšení přípravenosti lze dosáhnout pouze navýšením počtu hodin výcviku. Cvičení jedné komponenty může vést ke zhoršení druhé. Proto je na přípravenost nutné pohlížet jako na kompaktní a svým způsobem nedělitelný celek vlastností a dovedností. Ty jsou přímo vázány na předem dané podmínky. Přípravenost tak nelze chápat jako konstantní, neměnicí se. Naopak je nutné vyhodnocovat k čemu se má přípravenost vztahovat, na jaký konkrétní úkol se připravit a také kdo nebo co má být připraveno. (Stehlík, Němečková, Landa, 2012, online)

Přípravenost se dá rozdělit na tělesnou a psychickou. V dostupných materiálech, které se tímto tématem zabývají, se můžeme setkat s tím, že popisují obecná pravidla a postupy. Konkrétní postupy, jak lze přípravenost vojáků zkvalitňovat, se v literatuře vyskytují jen zřídka. Tělesnou přípravu můžeme rozdělit na obecnou a speciální. (Stehlík, Němečková, Landa, 2012, online)

Zkušenosti ozbrojených sil Francie v přechodu na plně profesionální armádu jsou velmi cenné a ukazují, že se jedná o dlouhodobý a postupný proces, který má jak fázi přechodovou, tak i stabilizační. Celý proces je velmi komplexní a ukazuje na potřebu propojení koncepčních a prováděcích opatření, na propojení výcviku s výchovou, na organizaci přípravy v souladu s aktuálními operačními potřebami vojsk a s příslušnými zkušenostmi z reálných operací. (Šilhan, 2004)

Speciální tělesná příprava je nedílnou součástí služební tělesné přípravy v AČR. Je zaměřena na výcvik příslušníků AČR, ve kterém se cílevědomě vytváří součást tělesné a psychické přípravenosti. Tato přípravenost umožňuje plnit pohybové specializované úkoly nutné pro vojenskou odbornost, kterou tito příslušníci vykonávají nebo pro kterou se připravují. (Rozkaz MO č. 14/1999)

### **2.4.1 Obecná příprava**

Jejím cílem je zvýšit fyzické vytrvalostní, silové i koordinační schopnosti vojáků. Tato část přípravy tvoří základ, ze kterého je možné dále rozvíjet požadované schopnosti. Mezi základní aktivity ke zvýšení tělesné kondice patří vytrvalostní běh, cyklický trénink, posilovací cviky, běh přes překážkovou dráhu, plavání, kolektivní sporty. Některé armády zahrnují do fyzické přípravy i horolezectví a gymnastiku. (Stehlík, Němečková, Landa, 2012, online)

System obecné přípravy vojenského personálu má na velmi kvalitní úrovni kanadská armáda. Voják absolvuje v rámci tělesné přípravy tři stupně výcviku.

- obecná příprava;
- příprava v prostředí, ve kterém bude vykonávat vojenskou službu;
- specifická příprava zaměřená na předpokládané služební zařazení.

Obecná příprava je maximálně přizpůsobena potřebám daného jedince, jeho schopnostem a dovednostem. Základním významem je vycvičit všechny vojáky na jednotnou základní úroveň. (Stehlík, Němečková, Landa, 2012, online)

### **2.4.2 Speciální příprava**

Z hlediska konkrétních fyzicky náročných aktivit vojáci nejčastěji provádějí zrychlené přesuny a pohybují se v terénu za bojové činnosti, upravují terén a provádějí zákopové práce, pochodují a manipulují s materiálem. (Stehlík, Němečková, Landa, 2012, online)

Vojáci se velmi často musí přesouvat bez pomoci technických prostředků. Přesun je úspěšný pouze pokud vojáci dojdou na určené místo včas a s takovými fyzickými rezervami, aby na daném místě mohli efektivně plnit úkoly. Pochod během přesunu nesmí být proto pro vojáky příliš vyčerpávající. V úvahu je nutné brát náklad, který vojáci nesou. (Stehlík, Němečková, Landa, 2012, online)

Náročnost pochodu se přitom může zvyšovat nejen zátěží, kterou voják nese, ale také terénem, náročností povrchu přesunové trasy a rychlostí pochodu. Doporučeným tréninkem pro náročné pochody je kombinace cvičení síly a tréninku vytrvalosti. Místo dlouhých pochodů se při výcviku jeví jako vhodnější

pochody kratší, zato s intenzivnější fyzickou zátěží. Jako nejvhodnější se ukázalo zařazovat takovéto cvičení dvakrát měsíčně. (Stehlík, Němečková, Landa, 2012, online)

Úprava terénu a zákopové práce jsou další velmi častou aktivitou především v přípravě k plnění bojových úkolů v přírodním terénu, jejich efektivitu ovlivňují zejména váha a tvar polní lopaty, úhel, pod jakým je materiál odhazován, výška, nad kterou musí být zvednut, délka odhozu, druh materiálu, technika a intenzita kopání. K testování schopnosti kopat byly vymyšleny různé testy, například vykopat standardní zákop pro jednu osobu. Kopání již není činností vykonávanou v běžných denních aktivitách. Proto je doporučováno zařadit trénink hned na začátek přípravného období. Dostatečným tréninkem a dosažením správné techniky lze předcházet poškození pohybového aparátu, zejména zad. Požadavky na maximální sílu a silové komponenty jsou v mnoha případech nezbytným předpokladem ve vojenských činnostech. Schopnost rychle uplatnit sílu může být důležitější než maximální síla, protože mnohé vojenské činnosti jsou vysoce závislé na čase a vyžadují zapojení různých svalových skupin celého těla. (Přivětivý, 2006)

Při veškeré činnosti ať už v přírodním nebo urbanizovaném prostředí je zásadní schopnost efektivní manipulace s materiálem. Zahrnuje zvedání, přenášení, tahání, tlačení různého materiálu. Důležité faktory podílející se na náročnosti manipulace jsou váha objektu, výška zdvihu, frekvence zvedání, vzdálenost přenášení a jeho technika. Zákoníky práce jednotlivých států stanovují limity pro zvedání těžkých břemen. Armády mají většinou své vlastní limity – např. v armádě USA je povoleno zvedat předměty, které váží do 39,5 kg do výšky pasu. Tato váha je směrnici snížena, pokud je objekt zvedán do větší výšky (25,4 kg), v případě, že je zvedán ženou (20 kg), pokud je zvedán několikrát, pokud je přenášen na větší vzdálenost. (Stehlík, Němečková, Landa, 2012, online)

Vojáci se tak setkávají se situacemi, kdy je třeba přenést asymetrickou zátěž o vysoké hmotnosti. Proto je třeba, aby vojáci byli cvičeni v týmech a tyto schopnosti trénovali. Všechny armády se snaží stanovit limity i pro týmové úkoly. Při jejich stanovení však nelze vynásobit limit jednotlivce počtem lidí v týmu. Je třeba počítat s vyšší náročností přenosu zejména asymetrických materiálů a také s jevem známým ze sociální psychologie – tzv. sociální zahálka (social loafing). Tento jev poukazuje na

to, že lidé pracující v týmu mohou podávat nižší výkony, než když pracují sami. (Stehlík, Němečková, Landa, 2012, online)

Testovanými parametry manipulace s materiálem může být maximální váha zvedaného objektu, maximální počet zvednutí objektu určité hmotnosti, maximální délka přenášeného objektu určité hmotnosti. Kanadská armáda zahrnuje do testování schopnosti přenášet objekty také nácvik evakuace osob na zemi a na moři. Trénink směřující k lepší schopnosti manipulace s předměty lze rozdělit na trénink obecný a trénink speciální. Obecný zahrnuje trénink silových schopností, aerobní cvičení za použití běžného vybavení tělocvičny a posilovny. Speciální trénink již obsahuje činnosti co možná nejpodobnější reálné aktivitě, kterou budou vojáci vykonávat v reálném prostředí. Při speciálním tréninku jsou tedy používány k manipulaci krabice a jiné reálné předměty. (Stehlík, Němečková, Landa, 2012, online)

Je důležité poznamenat, že zvedání předmětů v armádě je často příčinou zranění, a to zejména v oblasti zad. Těmto problémům lze předcházet dobrým tréninkem zvyšujícím fyzické schopnosti, ale také stanovenými limity a v neposlední řadě správnou technikou. (Stehlík, Němečková, Landa, 2012, online).

### **2.4.3 Psychická příprava**

Není pochyb o tom, že vojenská služba je náročná nejen z hlediska fyzického, ale také psychického. Zejména ti vojáci, kteří odjíždějí do zahraničních operací, by proto měli být velmi dobře připraveni na zvládnutí stresu, měli by být schopni adekvátně a efektivně reagovat i ve velmi zátěžových situacích. Zátěžové situace jsou přítomny při běžném plnění služebních povinností (vysoká fyzická námaha, odloučení od rodiny, osobní konflikty) a zejména pak v zahraničních operacích. (Stehlík, Němečková, Landa, 2012, online)

Stres může vést k zúžení vnímání, nesoustředěnosti, narušování rozhodování, úsudku, paměti a tak i narušení chování a výkonu vojáka. Mentální příprava by měla být začleněna do každodenních tréninkových aktivit. Nácvik zvládnutí stresových situací by se tak měl stát běžnou součástí výcviku. Instruktoři mají v jeho průběhu možnost upozorňovat na možná úskalí přímo při výcviku, v právě nastalé situaci. Při

nácviku je přitom užitečná co největší podobnost s realitou. Výcvik je užitečnější, je-li prezentován důvěryhodnými autoritami.

Cíle výcvikových programů jsou:

- upozornit na danou problematiku;
- získat schopnost uvědomit si i ve stresových situacích své myšlenky, svou reakci;
- schopnost kontrolovat své reakce;
- nebát se v případě potřeby vyhledat odbornou pomoc.

V rámci programu Kontrola operačního stresu bojových jednotek (Combat Operational Stress Control – COSC) zavedla armáda USA klasifikaci intenzity stresu. Základní myšlenkou je, že na stres lze pohlížet jako na kontinuum. Podle intenzity tyto zóny vyjadřují fungování jedince v souvislosti s působením stresu.

Cíle programu COSC jsou však širší:

- připravit vojáky sloužící v jednotkách i jejich rodiny na umístění v zahraničí, a to těmito způsoby:
  - vzdělávání;
  - psychická příprava;
  - zvýšení jejich odolnosti;
  - příprava na stres během výkonu služebních povinností ještě před jeho objevením se.
- udržet odolné a připravené vojáky v rámci jednotek;
- zvýšit dlouhodobě zdraví a spokojenost mezi vojáky a jejich rodinami;
- koncipovat přípravu tak, aby byla v souladu s bojovým prostředím;
- zmírnit stigma informování o tom, že:
  - stres je nedílnou součástí vojenských služebních povinností;
  - nikdo není imunní proti stresovým reakcím, zranění či nemocem se stresem souvisejícím.

Přípravná fáze je pak zaměřena na tyto úkoly:

- seznámit se se stresory, se kterými se během zahraniční operace mohou potkat;
- naučit se sebemonitorování vzhledem ke stresu a jeho dopadům;
- naučit se poskytovat psychologickou první pomoc (sobě samému nebo kolegovi);
- seznámit se s problematikou sebevražedného chování;
- informovat účastníky o způsobech, jak si mohou říct o odbornou psychologickou pomoc.

Výcvik psychických schopností je náročný nejen kvůli obtížnosti tématu samotného, ale také díky tomu, že nezvládnutí psychické stránky vnímají vojáci jako vlastní slabost. Tento postoj je umocňován v armádě panující představou, která nejvýše hodnotí fyzickou zdatnost, odvalu a nezdolnost. Tyto postoje mohou následně vést nejen k odmítání psychologického výcviku, ale také k přehlížení potenciálně vzniklých vlastních psychických potíží. (Stehlík, Němečková, Landa, 2012, online)

Objevitel stresu Hans Seley definoval stres jako charakteristickou fyziologickou odpověď na poškození či ohrožení organismu, která se projevuje prostřednictvím adaptačního syndromu. Ten přímo ovlivňuje zdraví tím, že vyvolává nadměrnou a trvalou aktivaci nervového sympatického systému (zrychlení činnosti), adrenokortikálního systému (hospodaření s hormony adrenalinem a noradrenalinem, kortizonem a serotoninem), přičemž to může vést až k poškození imunitního systému, kdy dochází k vyčerpání zásob všech obranných látek v organismu. (Gottwaldová, Znojilová, 2006)

Pozitivní stres – eustres je v podstatě každodenní nabuzení a příprava organismu na plnění úkolů nepřesahujících naše možnosti a schopnosti. Je to reakce nervové soustavy a těla na stresor. Stresor je podnět, na který reagujeme. Stresor může být vnější (úkoly, situace, havárie, hádky), nebo vnitřní (překážky při naplnění svého cíle, pocity méněcennosti, nízká sebedůvěra, pocit neschopnosti, nenaplněnosti). Stresová reakce je vlastně aktivací organismu, tj. jeho přípravou na akci k vyrovnání se se zátěží (jinak též přípravou na boj nebo útěk). Nejúčinnější prevence před důsledky silného stresu je poznání svých reakcí na silné stresové podněty, znalost uvolňovacích technik a dalších možností ke zklidnění jako například:

- využívání přírodních látek (bylinek);
- uvědomění si, co mi pomáhá v uvolnění napětí;
- znalost prostředků a cest k obnově svých sil;
- naučit se základním technikám, ať již uvolňovacím, relaxačním, dechovým nebo meditativním, které pomáhají ke svalovému uvolnění i psychickému zklidnění a tím i harmonizaci stavu;
- znalost či jednoduchý přehled o potřebách těla v oblasti vitamínů, minerálních látek a dalších přírodních preparátů.

První pomoci při akutním stresu, ve kterém se může každý člověk ocitnout, je:

- v případě, že nehrozí nebezpečí z prodlení, nereagovat a nerozhodovat se unáhleně (zvolnit, obvykle není nutné reagovat ihned);
- soustředit se na dýchání, prohloubit a zpomalit dýchání, (napnout a uvolnit svalstvo, eventuálně zívnout a protáhnout se);
- pokud to lze, vstát, vyjít z místnosti a projít se (pohyb obecně pomáhá);
- ochladit tepny na ruku, na čele a na krku studenou vodou;
- obrátit pozornost k jiné dominantě, prohlížet a v duchu pečlivě popisovat místnost, zejména kopírovat očima strany, které mají úhly, neboť aktivují intelektovou činnost a emoce ustupují, nebo se pokusit vybavit si nějakou milou vzpomínku, něco na co se těším;
- po určitém zklidnění začít situaci řešit. (Gottwaldová, Znojilová, 2006)

*Stres může být konstruktivní nebo destruktivní. Může dodat sebedůvěru nebo zbavit odvahy. Může však způsobit to, že zpanikaříte a zapomenete na celý váš trénink. Klíčem k vašemu přežití je schopnost zvládat nevyhnutelné stresy, se kterými se budete setkávat. Přežije ten, kdo ovládá své stresy a nenechá je na sebe působit. (McNab, 2003)*

Co může být stresem pro jednu osobu, nemusí být stresem pro ostatní. Vaše zkušenosti, trénink, osobní náhled na život, fyzická a duševní kondice



a úroveň sebedůvěry mají podíl na tom, jak budete zvládat stresy v životních podmínkách přežití. Stresům můžete uniknout, ale je lepší zvládat stresory přežití a využít je pro sebe. Většina lidí bude mít určitý stupeň strachu při nedobrovolném pobytu v neznámém prostředí a za nepříznivých podmínek. Ideální je, když během reálného výcviku můžete získat znalosti a dovednosti potřebné k růstu sebedůvěry a tím zvládnout svůj strach. Pro přežití se musíte učit techniku zklidňování vaší úzkosti a držet ji v rozsahu, kdy vám neublíží. Jestliže můžete pořádně spoutat citovou sílu spojenou se vztekem a zklamáním, může to vydatně působit na vaši odpověď na výzvu k přežití. Jestliže se pořádně nesoustředíte na vaše zlostné city, můžete vyplývat mnoho sil na činnosti, které nepodporují možnosti vašeho přežití nebo přežití osob okolo vás. Vaším posláním v situaci přežití je zůstat naživu. Jde o využití zkušeností s uspořádáním myšlenek a emocí. Případné reakce na množství stresů spojených s přežitím jsou strach, úzkost, hněv, zklamání, vina, skleslost a osamělost. Tyto reakce, ovládané zdravým způsobem, pomohou zvětšit pravděpodobnost přežití. Inspirují člověka věnovat více pozornosti výcviku, potlačení jeho strachu, uskutečnění akce, která zajistí jídlo a bezpečí, udržování důvěry v kamarády a usilování o velké šance. (McNab, 2003)

## **2.5 Vývoj a současnost hodnocení tělesné zdatnosti v AČR**

Tělesná příprava je důležitou součástí vojenského výcviku a výchovy. Jejím hlavním cílem je všestranně zvyšovat tělesnou zdatnost vojáků, rozvíjet jejich tělesné a volní vlastnosti, upevňovat jejich zdraví, poskytovat radost a osvěžení po namáhavé a jednostranné činnosti. Na základě zkušeností a novým poznatkům se procedury hodnocení výcviku neustále posouvají dopředu a dávají tak účastníkům tohoto procesu podklady k rozvíjení fyzické zdatnosti.

### **2.5.1 Příprava a hodnocení velitelů a příslušníků štábů**

Příprava velitelů a štábů je nepřetržitým procesem uchovávání a zdokonalování jejich schopností a dovedností organizovat přípravu a provedení bojových i nebojových operací, jejich zabezpečení a osvojení standardních i nestandardních postupů při řešení různorodých situací v průběhu přípravy.

Nadřízený velitel stanovuje takový záměr přípravy velitelů a příslušníků štábů, jenž umožní rozvoj žádoucích vlastností svých podřízených. (Pub-70-01-01, 2007)

Obsahem přípravy velitelů a příslušníků štábů je naučit se rozvíjet základní rysy každého profesionálního vojáka s důrazem na:

- vojenskou odbornou připravenost;
- praktickou dovednost při obsluze a používání výzbroje a výstroje;
- sociální zralost, žádoucí morální a charakterové vlastnosti;
- fyzickou zdatnost a psychickou odolnost;
- jazykovou způsobilost.

Velitel musí směřovat přípravu svých podřízených k naplňování základního kritéria úspěšnosti každého příslušníka AČR – jeho schopnosti plnit úkoly ve vojenských operacích na funkci, na které je zařazen nebo na kterou je předurčen. (Pub-70-01-01, 2007)

Stanovení (upřesňování) konkrétních cílů přípravy velitelů a příslušníků štábů na jednotlivých stupních velení vychází z analýzy potřeb rozdílů mezi aktuálním stavem a požadovanou úrovní jejich připravenosti. Cíle a opatření přípravy se stanovují konkrétně pro každý organizační celek rezortu Ministerstva obrany. (Pub-70-01-01, 2007)

Zaměření přípravy velitelů a příslušníků štábů by mělo prohloubit jejich vědomosti v organizaci a vedení soudobých operací, připravit je k plnění úkolů, které vyplývají z jejich válečného předurčení, prohloubit vědomosti o způsobu plnění funkčních povinností v míru a naučit je dovedně využívat získané vědomosti a zkušenosti při výcviku a výchově vojsk a štábů. Hodnotí se obdobně jako příprava jednotlivců a jednotek známkou podle zvláštních kritérií na základě jejich vojensko-odborných vědomostí a dovedností. Kontroluje se zpravidla při taktických cvičeních a kontrolních cvičeních. Úroveň vojensko-odborných vědomostí a dovedností se hodnotí s důrazem na úkoly, které jsou stanoveny v příslušných dokumentech pro přípravu vojsk. Rozsah a druhy příprav stanoví příslušný velitel, který kontrolu nařídil s přihlédnutím na skutečné potřeby a zvláštnosti kontrolovaného útvaru (zařízení). Konkrétní kritéria hodnocení v jednotlivých druzích příprav jsou stanovena v platných

interních normativních aktech. Velitel, který kontrolu nařídil, má právo tato kritéria upravovat a upřesňovat s ohledem na stav a situaci kontrolovaného útvaru (zařízení). Celkové hodnocení přípravy velitelů a příslušníků štábů u kontrolovaného útvaru (zařízení) se stanovuje na základě hodnocení jednotlivých druhů příprav jako aritmetický průměr, přičemž výsledná známka nesmí být vyšší, než je dosažené hodnocení z taktické a odborné přípravy. (Pub-70-01-01, 2007)

### **2.5.2 Hodnocení přípravy jednotek**

Pravidelné hodnocení jednotlivců a jednotek v průběhu jejich přípravy a vedení přehledu jejich výsledků je nezbytným předpokladem pro plánování další přípravy. Za hodnocení a vedení výsledků přípravy je vždy zodpovědný daný velitel.

System hodnocení zahrnuje:

- hodnocení jednotlivých zaměstnání;
- hodnocení při kontrolních zaměstnáních;
- hodnocení přípravy roty (baterie) v rozvrhu zaměstnání;
- hodnocení za etapu přípravy.

Toto hodnocení provádí zpravidla řídicí zaměstnání v jejich závěru. Vyhodnocuje přitom splnění cílů zaměstnání, jak byly splněny jednotlivé učební úkoly, podle formy zaměstnání vyhodnocuje nejlepší a nejslabší účastníky, vydá pokyny k odstranění nedostatků. (Pub-70-01-01, 2007)

### **2.5.3 Hodnocení kontrolních cvičení**

Toto hodnocení provádí zpravidla nadřízený velitel kontrolované jednotky. Hodnocení kontrolovaných oblastí je vyjádřeno slovně a je mu přiřazena známka takto:

- výtečně – 1;
- dobře – 2;
- vyhovující – 3;

- nevyhovující – 4.

Kontrolní zaměstnání se provádí tehdy, je-li přítomno více než 80 % příslušníků jednotky.

Hodnocení nejnižších jednotek (družstvo, tým, osádka, obsluha) se skládá z hodnocení jednotlivých příslušníků a hodnocení velitele jednotky. Jednotky jsou hodnoceny takto:

- výtečně – jestliže bylo nejméně 50 % příslušníků jednotky hodnoceno výtečně a ostatní příslušníci nejhůře dobře, velitel jednotky byl hodnocen výtečně;
- dobře – jestliže bylo 50 % příslušníků jednotky hodnoceno nejhůře dobře a ostatní příslušníci nejhůře vyhovující, velitel jednotky byl hodnocen nejhůře dobře;
- vyhovující – jestliže bylo nejméně 70 % příslušníků jednotky hodnoceno nejhůře vyhovující, velitel jednotky byl hodnocen nejhůře vyhovující;
- nevyhovující – jestliže více než 30 % příslušníků jednotky bylo hodnoceno nevyhovující, velitel jednotky byl hodnocen nevyhovující.

Ostatní jednotky (četa, rota, baterie, prapor, oddíl, svazek) jsou hodnoceny na základě hodnocení jednotlivých podřízených jednotek a hodnocení organického velitele takto:

- výtečně – jestliže nejméně polovina podřízených jednotek byla hodnocena výtečně a ostatní podřízené jednotky nejhůře dobře, velitel jednotky byl hodnocen výtečně;
- dobře – jestliže nejméně polovina podřízených jednotek byla hodnocena nejhůře dobře a ostatní podřízené jednotky nejhůře vyhovující, velitel jednotky byl hodnocen nejhůře dobře;
- vyhovující – jestliže nejméně dvě třetiny podřízených jednotek byly hodnoceny nejhůře jako vyhovující, velitel jednotky byl hodnocen nejhůře vyhovující;
- nevyhovující – jestliže více jak jedna třetina podřízených jednotek byla hodnocena nevyhovující, nebo velitel jednotky byl hodnocen nevyhovující.

Tato kritéria hodnocení mají právo upravovat a upřesňovat velitelé, kteří provádějí kontrolu těchto jednotek. Ti rovněž stanoví kritéria pro hodnocení velitelů, pokud nejsou stanovena v různých interních normativních aktech.

Hodnocení přípravy roty nebo na její úroveň postavených jednotek v rozvrhu zaměstnání provádí velitel roty (velitel jednotky na roveň postavené) s příslušníky jednotky vždy po uplynutí doby, na kterou byl rozvrh zaměstnání zpracován. Text hodnocení se zpravidla umísťuje na rubovou stranu rozvrhu zaměstnání nebo je možno vytvořit přílohu k rozvrhu zaměstnání. Strukturu hodnocení stanovuje nadřízený velitel. (Pub-70-01-01, 2007)

Každá etapa výcviku je samostatně vyhodnocována a provádí se zpravidla v jejím závěru, hodnocení je zaměřeno na splnění stanovených úkolů. Hodnocení jednotek se provádí na základě výsledků vrcholných zaměstnání v dané etapě (například kontroly sladěnosti, taktická cvičení, nebo jiná zaměstnání dle specializace jednotky). Hodnocení provádí nadřízený velitel (čety, roty), který kromě hodnocení jednotek stanoví i jejich pořadí. Velitel útvaru a svazku provádí hodnocení přípravy jako součást vyhodnocení za každé čtvrtletí a za rok. (Pub-70-01-01, 2007)

## **2.6 Motivace a sankce v závislosti na dosahované výsledky**

Činnost člověka, jeho poznání a prožívání ovlivňuje množství vnějších a vnitřních podnětů, jež na něho neustále působí. Informují ho o stavu organismu a také o prostředí, kde se nachází. Podněty, které na člověka doléhají, mají pro něho samého různou závažnost. Člověk tyto podněty hodnotí, na některé upíná svou pozornost, jiné odmítá, další si ani neuvědomuje. Provádí z nich výběr podle toho, jakým směrem je zaměřen. Tento výběr je pak závislý na vnitřních podmínkách (na tělesném stavu a na duševním rozpoložení) a také na přáních, cílech a tužbách, nebo úmyslech člověka. (Armstrong, 1999)

Motivací člověka se dále rozumí soubor činitelů představující vnitřní hnací síly jeho činností, které usměrňují jeho jednání a prožívání. Lze ji také definovat jako psychický proces vedoucí k energetizaci organismu. Usměrnjuje naše chování a jednání pro dosažení určitého cíle. Vyjadřuje souhrn všech skutečností – radost, zvědavost,

pozitivní pocity, radostné očekávání, které podporují nebo tlumí jedince, aby něco konal nebo nekonal. (Armstrong, 1999)

Motivace je odvozena z cílově orientovaného chování, nebo je jím definována. Týká se síly a směru tohoto chování. K motivaci dochází, když lidé očekávají, že určitá akce pravděpodobně povede k dosažení nějakého cíle a ceněné odměny – takové, která uspokojí jejich individuální potřeby. (Armstrong, 1999)

Motiv je každá vnitřní pohnutka podněcující jednání člověka. Motivy určují nejen směr jednání člověka, ale i intenzitu jeho činnosti. Motiv představuje určitou jednotlivou vnitřní psychickou sílu, jež člověka určitým směrem orientuje, která ho v určitém směru aktivizuje a která vzbuzenou aktivitu udržuje. Působení motivu trvá tedy tak dlouho, dokud není dosaženo cíle. Jakýmsi obecným cílem každého motivu je dosažení určitého konkrétního finálního stavu – nasycení. Toto zpravidla mívá podobu vnitřního uspokojení, uspokojení z dosaženého cíle. (Bedrnová, E., Nový, I. a kol., 1998)

Obecně můžeme konstatovat, že motivace tvoří spolu se schopnostmi základní determinanty výkonu, k nimž můžeme také přidat pracovní podmínky. Jinak řečeno, míra výkonu je závislá na míře motivace, na úrovni schopností (dovedností) a na podmínkách, v nichž má práce probíhat. (Kociánová, 2010)

Motivace je přímo vázána na stanovení cílů, podle teorie formulované Lathamem a Lockem je nejlepším způsobem, jak zvýšit produktivitu zaměstnanců, stanovení cílů a kontrola výsledků. Vychází totiž ze dvou předpokladů:

- konkrétní cíle vedou k lepším výsledkům než cíle obecné;
- obtížné a náročné cíle, pokud jsou pracovníky akceptovány, mají lepší výsledky, než cíle snadno dosažitelné.

Stanovení cílů musí být především:

- přesné;
- stručné;
- měřitelné;
- časově omezené;

- oboustranně přijatelné;
- přiměřené;
- slučitelné s cíli organizace (cíle by měly vycházet z cílů organizace).

Důležitá je zpětná vazba. Pracovník musí vědět, jak je organizací hodnoceno dosažení předešlých cílů.

Dobře aplikovatelná je také metoda X a Y, tuto teorii formuloval D. McGregor na základě rozdělení pracovníků do dvou skupin.

Pracovník ze skupiny X je podle McGregora líný, s nechtí k práci, a proto je nutné ho k práci neustále motivovat odměnami a tresty. Jelikož je velmi nesamostatný, je nutné ho neustále kontrolovat a vést. Odpovědnosti se vyhýbá, má malé ambice a hledá především bezpečí. U takovýchto pracovníků je třeba uplatňovat formu autoritativního vedení na základě návodů a příkazů.

Naopak pro pracovníky ze skupiny Y je práce potěšením. Mají smysl pro povinnost a odpovědnost, lze je tedy „vést na delším vodítku“. Účinnější odměnou než peníze je pro ně náplň práce, pocit důležitosti a užitečnosti. Je třeba zdůraznit, že dříve byla většina pracovníků zařazována do skupiny X. S postupujícími ekonomickými, kulturními, sociálními změnami ve společnosti se stále více lidí zařazuje do kategorie Y, čemuž by vedoucí měli přizpůsobit své postoje při vedení lidí. (Nakonečný, 1996)

Povinná tělesná příprava jako hlavní součást služební tělovýchovy prováděné v rezortu ministerstva obrany v komplexu různých opatření doznává radikálních změn. Od roku 1999 se tato příprava po dlouhé absenci stala i jasně formulovanou zákonnou povinností (§ 29 zákona č. 219/1999 Sb., o ozbrojených silách ČR). Tělesná výkonnost a s ní spojené potřebné pohybové dovednosti a návyky – jako samozřejmý atribut schopností vojáka z povolání – zůstávaly dlouhá léta (před i porevoluční) na okraji zájmů. (Konrád, 2002)

Vláda ČR schválila 13. listopadu 2002 pro vojáky velmi důležitý a významem převratný dokument – své usnesení č. 1140 – Koncepci výstavby profesionální Armády České republiky a mobilizace sil České republiky. V reakci na tento vládní akt vydal 18. prosince 2002 ministr obrany ČR mj. několik rozkazů, mezi nimiž byl i rozkaz číslo 53/2002, který svým obsahem i možnými dopady znamenal převrat v tělesné přípravě vojáků. Přesto byl jedním z impulzů pro konec benevolence

k vojákům dlouhodobě neplnícím stanovené limity pro přezkoušení z tělesné přípravy, kteří stále zůstávají naladěni na vlnu „jednou za rok to vydržím“. Jedna z podstatných součástí připravenosti vojsk – tělesná výkonnost a pohybové dovednosti – se spolu s novými pravidly ocitá pod tlakem a kontrola v této oblasti služebních činností bude výrazně důraznější než kdykoliv dříve. (Konrád, 2002)



## 3 PRAKTICKÁ ČÁST

### 3.1 Charakteristika výzkumného celku

Předkládaná práce se ve výzkumné části zaměří na posouzení vývoje tělesné zdatnosti vojáků, kteří se rekrutují z řad „25. protiletadlového raketového pluku“ (dále jen 25. plrp), jenž sídlí ve Strakonících. Ještě než proběhne bližší specifikace zkoumaného vzorku vojáků, považuji za dobré představit si blíže v obecné rovině charakteristiku strakonického pluku. Budeme tak moci lépe vztáhnout údaje o tělesné zdatnosti k činnosti a potřebám tohoto konkrétního armádního útvaru, jelikož, jak již bylo naznačeno výše, jednotlivé útvary se v kontextu svého zaměření a specializace od sebe liší.

#### 3.1.1 Obecný popis 25. plrp ve Strakonících

Strakonický pluk náleží pod „Vzdušné síly Armády České republiky“, které zabezpečují suverenitu a obranu našeho státu, a to zejména v souvislosti se vzdušným prostorem. Náplní práce Vzdušných sil AČR je obrana vzdušného prostoru státu, když jednotky a útvary, které spadají pod tuto armádní složku, plní tento úkol v rámci integrovaného systému protivzdušné a protiraketové obrany NATO (NATINAMDS), jenž je v případě hrozby podpořen aktivací Národního posilového systému protivzdušné obrany. Vzhledem k aliančním závazkům, které vyplývají z členství v NATO a EU, jsou vyčleňovány jednotky a útvary (respektive jejich části) pro přípravu úkolových uskupení v rámci mezinárodních operací, přičemž bychom mohli zmínit zejména přípravu jednotky vysoké připravenosti (NATO Readness Forces) protiletadlového raketového vojska a poradní tým pro výcvik příslušníků vrtulníkového letectva v Afghánistánu (Air Advisory Team). Vzdušné síly AČR mají následující strukturu: 21. Základna taktického letectva Čáslav, 22. základna vrtulníkového letectva Sedlec, Vícenice u Náměště nad Oslavou, 24. základna dopravního letectva Praha – Kbely, 25. protiletadlový raketový pluk Strakonice, 26.

pluk velení, řízení a průzkumu Brandýs nad Labem – Stará Boleslav, Správa letiště Pardubice.<sup>4</sup>

25. plrp počítá svou existenci (v dnešní podobě) od 1. ledna 2000, když v souvislosti s reorganizací a redislakací přešly protiletadlové raketové útvary na brigádní systém. Další změna, která se dotkla brigády, se datuje k 1. prosinci 2013, kdy brigáda získala podobu pluku. Ten se z organizačního hlediska dělí na velení a štáb, dva protiletadlové raketové oddíly a prapor podpory. K nejdůležitějším úkolům pluku patří zabezpečení protivzdušné obrany ČR, a to zejména objektů státního významu, z nichž nedůležitější jsou jaderné elektrárny, letecké základny nebo průmyslové aglomerace. Kromě toho pluk také slouží jako protivzdušná opora jednotek, které plní své bojové úkoly v rámci operací, jež mohou být uskutečňovány pod záštitou NATO, zde pluk působí v rámci jednotek NRF – Síle reakce NATO. Jestliže bychom chtěli být konkrétní, zmínit můžeme např. ochranu jaderných elektráren Temelín a Dukovan nebo letiště Ruzyně v roce 2001, když v důsledku událostí 11. září a všudypřítomného strachu z teroristických akcí bylo zapotřebí zajistit ochranu strategických míst. O skutečnosti, že náplň práce vojáků je pestrá, svědčí i fakt, že členové pluku přiložili ruku k dílu při odklizení následků ničivých povodní v roce 2002. Příslušníci pluku musí být schopni účastnit se pravidelných tuzemských i mezinárodních cvičení, čemuž – vztaženo k tématu práce – musí být uzpůsobena i příprava jednotek. Z minulosti jmenujme např. cvičení Balt s bojovými ostrými střelbami na polygonu Utska v Polsku. Ze „soudku“ současných aktivit bychom naopak mohli vypíchnout každoroční bojové střelby z kompletu S-10 nebo zkušební střelby z kompletu RBS-70, která na našem území probíhají od roku 2010 (dalšími cvičeními jsou např. Flying Rhino, Newfip, Ramstein Rower atp.).<sup>5</sup>

K hlavním úkolům 25. plrp patří:

- plnění úkolů Národního posilového systému protivzdušné obrany ČR
- příprava jednotek pro Úkolové uskupení v rámci NATO – NRF 2015
- bojové střelby z protiletadlových raketových kompletů

---

<sup>4</sup> Informace o 25. plrp., dostupné na: <http://www.acr.army.cz/struktura/generalni-stab/velitelstvi-vzdusnych-sil-86864/>, 28.3.2014.

<sup>5</sup> Informace o 25. Plrp., dostupné na: [http://www.25plrb.army.cz/?page\\_id=104](http://www.25plrb.army.cz/?page_id=104), 28.3.2014.

- prezentace AČR na veřejnosti<sup>6</sup>

Kvalitní fyzická příprava je základem pro psychickou pohodu jedince. Vojáci strakonického oddílu právě psychickou odolnost využijí při střelbě z protiletadlového raketového komplexu 2K12 KUB, která klade na obsluhu zařízení velké psychické nároky – „[...] během střelby se operátoři musí vypořádat i se značným psychickým tlakem. [...] V odpalovacím zařízení cítíte na vlastní kůži start té silné rakety. V lokátoru zase prožíváte emoce jako neselhat a co nejlépe prodat práci celého kolektivu. Klíčový okamžik visí na obsluze radiolokátoru – dvou lidech, kteří si moc dobře uvědomují, že bojují za celou řadu svých přátel v jednotce, aby jejich snaha a um byl korunován úspěchem. Lokátor je v daný okamžik plný emocí“<sup>7</sup>. Jak je patrné, předpokladem podání kvalitního výkonu je plně profesionální přístup. Proto je velice důležité, že celá „řada [...příslušníků strakonického oddílu] je schopná dát své práci ještě něco navíc“, jak podotkl náčelník Generálního štábu AČR Petr Pavel při osobní návštěvě protiletadlového pluku.<sup>8</sup>

### 3.1.2 Vymezení zkoumaného vzorku

Pro účely této práce bude využita statistika „Výročního přezkoušení“ fyzické zdatnosti vojáků, která vychází z hodnocení, jež bylo představeno v teoretické části. Analyzovány budou data z let 2011, 2012 a 2013, ve kterých se „disciplín pro přezkoušení z tělesné přípravy“ zúčastnilo cca 550-610 vojáků. Je potřeba podotknout, že počet vojáků se v průběhu let měnil, někteří vojáci v rámci reorganizace změnili své působiště atp., a proto je nutné přizpůsobit „vzorek“ zkoumaných vojáků účelu práce a provést „redukcí“ tak, aby bylo možné provést srovnání.

1. vojáci bývají pro hodnocení tělesné přípravy rozděleni do 6 skupin (I. - VI.) podle ročníku narození, přičemž z analyzovaných statistik je patrné, že v roce 2011 se přezkoušení zúčastnili vojáci v rozsahu ročníků narození 1958-1991 a v letech 2012 a 2013 shodně v rozsahu 1958-1992. Pro lepší přehlednost a snadnější srovnání bude pracováno se dvěma (respektive čtyřmi) skupinami a to následujícím způsobem. Analýza bude respektovat „genderové“ požadavky, tudíž bude zvlášť pracováno

---

<sup>6</sup> Ibidem

<sup>7</sup> Informace o 25. plrp., dostupné na: <http://www.25plrb.army.cz/?p=2554>, 28.3.2014.

<sup>8</sup> Informace o 25. plrp., dostupné na: <http://www.acr.army.cz/informacni-servis/zpravodajstvi/general-pavel-navstivil-protiletadlovy-pluk-ve-strakonich-92394/>, 28.3.2014.

s muži a zvláště se ženami. Dále pak musíme přihlídnout k věkovým kategoriím. Na tomto základě první zkoumaný vzorek vojáků (skupinu č. 1) budou tvořit ročníky, které spadají do skupin I. – III. a druhý vzorek (skupinu č. 2) pak skupiny IV. – VI. Z norem, které byly představeny v teoretické části, je patrné, že v případě mužů bude 40. rok znamenat dělicí linii a v případě žen to bude 35. rok. Skupiny budou mít tedy následující podobu:

- Skupina č. 1 – muži do 40 let
- Skupina č. 2 – muži nad 40 let
- Skupina č. 3 – ženy do 35 let
- Skupina č. 4 – ženy nad 35 let

2. vzhledem ke skutečnosti, že v rámci armády dochází k odchodům/příchodům nebo přeložení vojáků k jiným útvarům, je nutné počet zkoumaných vojáků, jak bylo naznačeno výše, zredukovat. V zásadě se dá říci, že se jedná o snahu o (větší) „personifikaci“ a eliminaci zkreslení, ke kterému by došlo v případě, že bychom analyzovali sice stejně velký vzorek, ale různé osoby. Proto bylo vybráno 100 mužů a 20 žen, přičemž každá námi sledovaná skupina čítá stejný počet jedinců.

## 3.2 Vyhodnocení praktické části

### 3.2.1 Skupina č. 1 – muži do 40 let

Rok 2011

Rok narození	Disciplíny pro hodnocení tělesné připravenosti										
	Leh – sed	Hodnocení	Klik - vzpor	Hodnocení	Shyby (výdrž na hrazdě)	Hodnocení	Běh	Hodnocení	Plavání	Hodnocení	Celkové hodnocení
1981	46	2	29	2			2950	2			2
1983	36	4	22	3			2300	4			4
1976					12	1	2750	2			2
1976					12	1	2900	2			2
1980	58	1	43	1			3000	1			1
1987	52	1	32	1			2700	3			2
1986	44	3	29	2			2550	4			4
1981					12	1	3000	1			1
1981	52	1	32	1			2450	4			4
1977	47	2	29	2			2800	2			2
1976	52	1	30	1			3000	1			1
1983	53	1	32	1			2900	2			2
1980	45	2	24	3			2550	3			3
1975	51	1	30	1			2400	3			2
1984					12	1	3000	1			1
1984	59	1	35	1			3100	1			1
1975					11	1	2400	3			2
1978	51	1	36	1			2500	3			2
1986	52	1	29	2			2850	2			2
1976	51	1	32	1			2500	3			2
1980					11	1	2500	3			2
1980	45	2	22	3			2700	2			3
1984	48	2	29	2			2800	2			2
1975	45	1	28	1			2900	1			1
1984	54	1	32	1			3000	1			1
1985	54	1	36	1			2750	3			2
1978					13	1	2650	3			2
1983	46	2	32	1			2750	3			3

1989					12	1	2800	2			2
1984	47	2	28	2			2550	4			4
1977	50	2	23	3			2700	2			3
1982	53	1	42	1			2700	3			2
1982	52	1	32	1			2850	2			2
1984					12	1	2600	3			2
1984	54	1	43	1			2850	2			2
1976	48	2	28	2			2650	3			3
1983	50	2	36	1			2950	2			2
1985					12	1	2750	3			2
1978	35	4	21	4			2300	4			4
1990	47	2	24	3					5:20	2	3
1986	47	2	34	1			2600	3			2
1981					12	1	2750	3			2
1979					11	1	2900	2			2
1982	55	1	42	1			2600	3			2
1985					12	1	2650	3			2
1976	40	3	23	3			2950	1			2
1975	49	1	34	1			2850	1			1
1979	39	3	22	3			2300	4			4
1981	52	1	37	1			2600	3			2
1979	45	2	27	2			2550	3			3
Průměr	48,8	1,7	30,8	1,7	11,8	1	2716	2,5	5:20	2	2,2

**Tabulka 9 - Hodnocení skupiny č. 1 - rok 2011**

V roce 2011 z vybraného vzorku mužů do 40 let neprošlo testem fyzické připravenosti 6 mužů. Z tabulky č. 9 je patrné, že největším problémem se pro značnou část vojáků stala disciplína běh, především pro stanovený časový limit 12 minut. Že ne všichni dokázali splnit tento limit je patrné na výsledné průměrné známce 2,5. Oproti jiným disciplínám se tak jedná o jasně nejvyšší číslo. Všimnout si také můžeme skutečnosti, že pouze 9 vojáků podalo takový výkon, aby mohli být hodnoceni známkou 1. V silové části vojáci dosahovali v roce 2011 podstatně lepších výsledků, zejména ti, kteří si zvolili shyby na hrazdě, protože všichni zvládli disciplínu na výtečnou. Pochvalu velení si dozajista vysloužilo i 7 vojáků, kteří všechny disciplíny zvládli s hodnocením výtečně. V této souvislosti stojí za zmínku fakt, že přes 20 vojáků se dokázalo skvěle vypořádat se silovou částí (hodnoceno výtečně), ale na své výkony již nenavázali v běžecké (vytrvalostní) části. Souhrnná známka za rok 2011 v této skupině byla 2,2.

Rok 2012

Rok narození	Disciplíny pro hodnocení tělesné připravenosti										
	Leh - sed	Hodnocení	Klik - vzpor	Hodnocení	Shyby (výdrž na hrazdě)	Hodnocení	Běh	Hodnocení	Plavání	Hodnocení	Celkové hodnocení
1981	46	2	40	1			2900	2			2
1983	32	4	6	4					4:50	2	4
1976					12	1	2850	1			1
1976					14	1	2900	1			1
1980	52	1	32	1			3050	1			1
1987	53	1	35	1			2600	3			2
1986	44	3	27	3			2600	3			3
1981					11	1	2950				1
1981	57	1	35	1			2550	3			2
1977	50	2	40	1			2800	2			2
1976	45	1	28	1			2900	1			1
1983	55	1	34	1			2900	2			2
1980	47	2	33	1			2600	3			3
1975	34	3	19	3			2400	3			3
1984					12	1	3000	1			1
1984	59	1	35	1			3050	1			1
1975					12	1	2400	3			2
1978	48	2	34	1			2500	3			3
1986	49	2	22	3			2750	3			3
1976	45	1	31	1			2400	3			2
1980	39	3	22	3			2650	3			3
1980					12	1	2500	3			2
1984	48	2	29	2			2700	3			3
1975	45	1	29	1			2850	1			1
1984	52	1	33	1			2700	3			2
1985	53	1	36	1			2850	2			2
1978	43	3	23	3			2500	3			3
1983	48	2	32	1			2800	2			2
1989					12	1	2700	3			2
1984	49	2	27	3			2650	3			3
1977	50	2	25	3			2550	3			3
1982					10	2	2650	3			3

1982	52	1	35	1			3000	1			1
1984					12	1	2600	3			2
1984	52	1	43	1			2750	3			2
1976	48	1	27	1			2400	3			2
1983	52	1	32	1			2950	2			2
1985					12	1	2700	3			2
1978	32	4	22	3			2250	4			4
1990	51	2	31	2					6:00	3	3
1986	52	1	35	1			2600	3			2
1981					11	1	2950	1			1
1979					12	1	2900	2			2
1982	52	1	32	1			2600	3			2
1985					12	1	2900	2			2
1976	42	2	29	1			2650	2			2
1975	45	1	30	1			2800	2			2
1979	30	4	28	2			2450	4			4
1981	51	1	34	1					6:08	3	2
1979	50	2	30	1			2600	3			3
Průměr	47,4	1,8	30,1	1,6	11,8	1,1	2709	2,4	5:39	2,7	2,2

**Tabulka 10 - Hodnocení skupiny č. 1 - rok 2012**

O rok později, tedy v roce 2012 si vojáci ve zkoumané skupině vedli následujícím způsobem (Tabulka č. 10). Oproti jednomu vojákovi, který se v předešlém roce pokusil pokořit stanovené limity v plavání, se v roce 2012 pustilo do souboje s časem ve vodě o dva vojáky více. U jedince s rokem narození 1983 se tento krok dá jednoduše vysvětlit, jelikož v běhu nebyl příliš úspěšný a změna disciplíny mu přinesla zdolání limitu (jedinec ale neprošel silovou částí). V běžecké části (z celkového pohledu) došlo k nepatrnému zlepšení. To můžeme také pozorovat v disciplíně „klik – vzpor“ (výsledný průměr 1,6). Na druhou stranu pokles jsme mohli zaznamenat v disciplíně „leh – sed“ (1,8). Deseti jedincům se podařilo v celkovém hodnocení zaznamenat výtečný výsledek. Pozitivně musíme vnímat skutečnost, že ubylo vojáků, kteří nedokázali splnit požadované limity, konečné číslo se zastavilo na počtu 3 vojáků. Za tímto výsledkem a celkovou známkou (2,2) stojí zlepšené výkony na běžecké dráze.



## Rok 2013

Rok narození	Disciplíny pro hodnocení tělesné připravenosti										Celkové hodnocení
	Leh - sed	Hodnocení	Klik - vzpor	Hodnocení	Shyby (výdrž na hrazdě)	Hodnocení	Běh	Hodnocení	Plavání	Hodnocení	
1981	53	1	41	1			2810	2			2
1983	43	3	27	3					4:38	2	3
1976					12	1	2750	2			2
1976					12	1	2850	1			1
1980					11	1	3000	1			1
1987	54	1	32	1			2600	3			2
1986	46	2	25	3			2500	4			4
1981					11	1	2950	1			1
1981	52	1	32	1			2400	4			4
1977	45	1	30	1			3000	1			1
1976	50	1	30	1			2900	1			1
1983	52	1	32	1			2900	2			2
1980	44	3	27	2			2550	3			3
1975	32	4	22	3			2000	4			4
1984					13	1	3000	1			1
1984	52	1	32	1			2800	2			2
1975					11	1	2400	3			2
1978	47	2	30	1			2500	3			3
1986	47	2	31	2			2750	3			3
1976	44	1	31	1			2400	3			2
1980					11	1	2500	3			2
1980	42	3	25	3			2700	2			3
1984	53	1	37	1			2600	3			2
1975	45	1	28	1			2850	1			1
1984	53	1	33	1			3000	1			1
1985	52	1	32	1			2700	3			2
1978					11	1	2600	3			2
1983	45	3	30	2			2600	3			3
1989					12	1	2700	3			2
1984	47	2	32	1			2600	3			3
1977	45	1	26	2			2400	3			3
1982	40	3	25	3			2550	3			3
1982	51	1	34	1			3000	1			1

1984					12	1	2600	3			2
1984	50	2	30	2			2850	2			2
1976	53	1	36	1			2600	2			2
1983	52	1	32	1			2800	2			2
1985					12	1	2700	3			2
1978	31	4	22	3			2300	4			4
1990	52	1	32	1					5:59	3	2
1986	53	1	36	1			2600	3			2
1981					12	1	2750	2			2
1979					11	1	2650	3			2
1982	52	1	30	1			2500	3			2
1985					12	1	2900	2			2
1976	51	1	29	1			2700	2			2
1975	48	1	41	1			3000	1			1
1979	39	3	28	2			2550	3			3
1981	51	1	31	1			2600	3			2
1979	48	2	38	1			2600	3			3
Průměr	47,6	1,7	30,8	1,5	11,6	1	2678	2,5	5:18	2,5	2,2

**Tabulka 11 - Hodnocení skupiny č. 1 - rok 2013**

V posledním hodnoceném roce – 2013 – nedokázali splnit požadavky na tělesnou zdatnost 3 vojáci (Tabulka č. 11), přičemž jedinec (1978) nedokázal zvládnout přezkoušení z tělesné zdatnosti ani v jednom ze sledovaných období. Naproti tomu ve své snaze překonat nástrahy disciplín v rámci přezkoušení byl úspěšný voják (1983), který v tomto roce poprvé splnil všechny disciplíny. V této souvislosti se nabízí otázka, jež byla nadnesena v teoretické části – otázka motivace a sankcí. Jestliže je motivace jedním ze základních determinantů výkonu (míra výkonu je závislá na míře motivace), pak hrozba sankce může působit obdobně (samozřejmě s přihlédnutím k odlišnému vnímání jednotlivci). Stanovené podmínky zmíněný voják neplnil opakovaně, což může vyvolávat dojem, že sankce (motivace) v jeho případě nemusela být dostatečná a v takovém případě je pak otázkou jeho přístup k výkonu svého povolání.<sup>9</sup> V posledním roce došlo oproti předešlému k mírnému zlepšení v silových disciplínách, ale v celkovém hodnocení to „stačilo“ na výslednou známku 2,2 (stejně jako v předešlém roce). Jak již bylo řečeno, vojáci ve sledovaném období

<sup>9</sup> Zde je potřeba dodat, že výše uvedená domněnka vychází ze statistických dat a nemůže zohlednit případné souvislosti dané kontextem (jedinec mohl být např. nějakým způsobem indisponován, omluven atp.). Myšlenku hovořící o motivacích a sankcích je proto potřeba vnímat v širších souvislostech a spíše jako doporučení.

zapracovali na běžeckých výkonech a výsledkem byl posun v podobě úbytku vojáků, jež nedokázali absolvovat úspěšně přezkoušení.

### 3.2.2 Skupina č. 2 – muži nad 40 let

Rok 2011

Rok narození	Disciplíny pro hodnocení tělesné připravenosti										Celkové hodnocení
	Leh - sed	Hodnocení	Klik - vzpor	Hodnocení	Shýby (výdrž na hrazdě)	Hodnocení	Běh	Hodnocení	Plavání	Hodnocení	
1970	38	3	21	3			2250	3			3
1958							2600	1			1
1969	46	1	38	1			2500	2			2
1963					5	3	2000	3			3
1965	38	1	25	1			2500	2			2
1963	48	1	30	1			2700	1			1
1965	41	1	23	1			2550	2			2
1969	41	1	16	3			2350	3			3
1969	42	1	22	2			2500	2			2
1970	42	1	37	1			2300	3			2
1970	42	1	37	1			2850	1			1
1967	42	1	26	1			2850	1			1
1970					9	1	2400	3			2
1969	66	1	35	1			2800	1			1
1966	41	1	27	1			2800	1			1
1968					9	1	2300	3			2
1966	43	1	25	1			2350	3			2
1964	30	3	25	1			2200	3			3
1969	45	1	35	1			2600	2			2
1962	40	1	30	1			2750	1			1
1964					10	1	2650	1			1
1970	36	3	36	1			2400	3			3
1968	42	1	27	1			2500	2			2
1962	40	1	23	1			2650	1			1
1964	40	1	25	1			2600	2			2
1965	39	1	20	2			2000	3			3

1968	40	2	21	3			2250	2			3
1968	44	1	19	3					4:54	1	2
1970					3	4	1800	4			4
1968					10	1	2350	3			2
1967	41	1	26	1			2350	3			2
1967	35	3	18	3			2200	3			3
1966	44	1	27	1			2200	3			2
1970	39	2	32	1			2800	1			2
1970	42	1	26	1			2800	1			2
1962	40	1	26	1			2500	2			2
1964	38	1	23	1			2650	1			1
1967	32	3	22	2			2400	3			3
1967	44	1	25	1			2450	3			2
1964	29	3	13	3			2000	3			3
1969	42	1	30	1			2500	2			2
1963	38	1	25	1					6:43	3	2
1967	41	1	25	1			2600	2			2
1964					8	1	2600	2			2
1964	38	1	21	2			2600	2			2
1968	36	3	30	1			2500	2			3
1969	32	3	25	1			2250	3			3
1966					5	3	2200	3			3
1969	32	3	22	2			2200	3			3
1962	40	1	24	1			2700	1			1
Průměr	40,2	1,5	25,9	1,4	7,4	1,9	2455	2,2	5:48	2	2,1

**Tabulka 12 - Hodnocení skupiny č. 2 - rok 2011**

Vojáci ve skupině nad 40 let (Tabulka 12) v prvním zkoumaném roce všichni až na jednoho jedince splnili požadavky, když dané disciplíny zvládli nejhůře s hodnocením 3. Podobně jako u předcházejícího zkoumaného vzorku největší potíže činil běh, který vojáci zvládli s průměrnou známkou 2,2. Tři desítky vojáků si počínaly velice dobře v silové části, a jelikož jí prošly s hodnocením výtečně, výsledné průměrné známky dosahují nižších hodnot (1,5 – 1,4 – 1,9). Jedenácti vojákům se podařilo projít celým přezkoušením s hodnocením výtečně. V roce 2011 byla výsledná známka celého zkoumaného vzorku 2,1 a je tak o jednu desetinu lepší, než u zkoumaného vzorku mužů do 40 let.

Rok 2012

Rok narození	Disciplíny pro hodnocení tělesné připravenosti										
	Leh - sed	Hodnocení	Klik - vzpor	Hodnocení	Shyby (výdrž na hrazdě)	Hodnocení	Běh	Hodnocení	Plavání	Hodnocení	Celkové hodnocení
1970	33	3	19	3			2250	3			3
1958							2550	2			1
1969	38	3	39	1			2500	2			3
1963					4	3	2000	3			3
1965	34	2	20	2			2300	2			2
1963	48	1	32	1			2650	1			1
1965	38	1	22	2			2400	2			2
1969	34	3	25	1			2550	2			3
1969	40	2	23	2			2500	2			2
1970	41	1	25	1			2200	3			2
1970	49	1	30	1			2800	1			1
1967	43	1	27	1			2750	1			1
1970					9	1	2350	3			2
1969	64	1	36	1			2750	1			1
1966	40	1	30	1			2800	1			1
1968					11	1	2300	3			2
1966	45	1	25	1			2250	3			2
1964	32	3	27	1			2050	3			3
1969	36	3	16	3			2400	3			3
1962					8	1	2650	1			1
1964					8	1	2400	2			2
1970	32	3	32	1			2200	3			3
1968	28	3	26	1			2400	3			3
1962	38	1	24	1			2700	1			1
1964	40	1	24	1			2450	2			2
1965	29	3	15	3			2050	3			3
1968	39	2	23	2			2500	2			2
1968	44	1	25	1					4:48	1	1
1970	32	3	16	3			2100	4			4
1968					9	1	2250	3			2
1967	33	3	18	3			2250	3			3
1967	34	3	19	3			2200	3			3
1966	42	1	24	1			2150	3			2

1970	40	2	20	3			2200	3			3
1970	47	1	27	1			2750	1			1
1962	40	1	30	1			2400	2			2
1964	49	1	26	1			2650	1			1
1967	34	3	23	2			2400	3			3
1967	42	1	26	1			2300	3			2
1964	29	3	13	3			2000	3			3
1969	46	1	32	1			2500	2			2
1963	38	1	23	1					6:41	3	2
1967	45	1	25	1			2200	3			2
1964					8	1	2250	3			2
1964	34	2	19	2			2500	2			2
1968	33	3	25	1			2400	3			2
1969	34	3	20	3			2250	3			3
1966					4	3	2000	3			3
1969	35	3	18	3			2200	3			3
1962	39	1	24	1			2700	1			1
Průměr	38,8	1,9	24,2	1,6	7,6	1,5	2382	2,4	5:44	2	2,1

**Tabulka 13 - Hodnocení skupiny č. 2 - rok 2012**

V roce 2012 (Tabulka 13) v rámci této skupiny nesplnil požadavky opět jeden voják (stejný jedinec jako v předešlém roce, ročník 1970). K poměrně značnému zhoršení došlo v disciplíně „leh – sed“, průměrná známka činila 1,9. Podobný trend nastal i v další silové disciplíně, a to v kategorii „klik – vzpor“, kde vojáci dosáhli průměrné známky 1,6. Naproti tomu se vojáci zlepšili v poslední silové disciplíně „shyby (výdrž na hrazdě)“ s výsledným průměrem 1,5. Jestliže k horším výsledkům v silových soutěžích přičteme i pokles zdatnosti v běhu (2,4), je poměrně jasné, že celkové výsledky za rok 2012 byly poněkud horší, než v předchozím roce. Je ale nutno podotknout, že se nejednalo o výrazný pokles, když výsledná známka měla hodnotu 2,1.<sup>10</sup>

<sup>10</sup> Výsledná známka je totožná jako v předchozím roce, ale pokud bychom zaokrouhlovali na dvě desetinná místa, můžeme pozorovat jemný rozdíl (viz grafické zpracování).

## Rok 2013

Rok narození	Disciplíny pro hodnocení tělesné připravenosti										
	Leh - sed	Hodnocení	Klik - vzpor	Hodnocení	Shyby (výdrž na hrazdě)	Hodnocení	Běh	Hodnocení	Plavání	Hodnocení	Celkové hodnocení
1970					9	1	2500	2			2
1958	x	x	x	x	x	x	2550	2			2
1969	42	1	32	1			2500	2			2
1963					4	3	2000	3			3
1965	29	3	13	3			2200	3			3
1963	42	1	30	1			2650	1			1
1965	35	2	22	2			2350	2			2
1969	32	3	16	3			2300	3			3
1969	45	1	25	1			2550	2			2
1970					10	1	2300	3			2
1970	48	1	30	1			2800	1			1
1967	42	1	30	1			2750	1			1
1970					11	1	2300	3			2
1969	61	1	32	1			2650	2			2
1966	38	1	25	1			2700				1
1968					12	1	2300	3			2
1966	40	1	24	1			2300	2			2
1964	29	3	24	1			2050	3			3
1969	50	1	38	1			2500	2			2
1962							2500	1			1
1964					10	1	2400	2			3
1970	35	3	30	1			2250	3			3
1968	34	3	25	1			2250	3			3
1962							2450	1			1
1964	40	1	25	1			2550	2			2
1965	29	3	21	2			2000	3			3
1968	36	3	18	3			2400	3			3
1968	43	1	25	1					4:45	1	1
1970	30	4	18	3			2200	3			4
1968					9	1	2250	3			2
1967	39	1	26	1			2250	3			2
1967	30	3	15	3			2050	3			3
1966	40	1	23	1			2200	3			2

1970	42	1	32	1			2300	3			2
1970	56	1	40	1			2750	1			1
1962							2450	1			1
1964	52	1	32	1			2750	1			1
1967	37	2	22	2			2400	2			2
1967	44	1	26	1			2300	2			2
1964	39	1	30	1			2650	1			1
1969	42	1	30	1			2550	2			2
1963	38	1	24	1					6:40	3	2
1967	38	1	25	1			2050	3			2
1964					10	1	2050	3			2
1964	39	1	23	1			2450	2			2
1968	32	3	26	1			2400	3			3
1969	36	3	20	3			2250	3			3
1966					4	3	2200	3			3
1969	34	3	20	3			2200	3			3
1962							2500	1			1
Průměr	39,4	1,8	25,5	1,5	8,78	1,4	2380	2,3	5:42	2	2,1

**Tabulka 14 - Hodnocení skupiny č. 2 - rok 2013**

Velmi dobře si vojáci této skupiny počínali v roce 2013 (Tabulka 14). Oproti přecházejícímu roku se jim podařilo zlepšit všechny silové disciplíny (nejlepších výsledků dosáhli v roce 2011 – „sed – leh“ a „klik – vzpor“). Zlepšení nastalo i v běžecké části, kde průměrná známka činila 2,3. Jednomu vojákovi se nepodařilo úspěšně přezkoušení absolvovat, ovšem jedná se o stejného vojáka jako v předešlých dvou letech (ročník 1970). S celkovým hodnocením výtečně prošlo testy opět 12 jednotlivců. Kvitovat lze skutečnost, že se vojákům v posledním měřeném roce podařilo v souhrnu podat nejlepší výkony, souhrnná známka měla hodnotu 2,1.

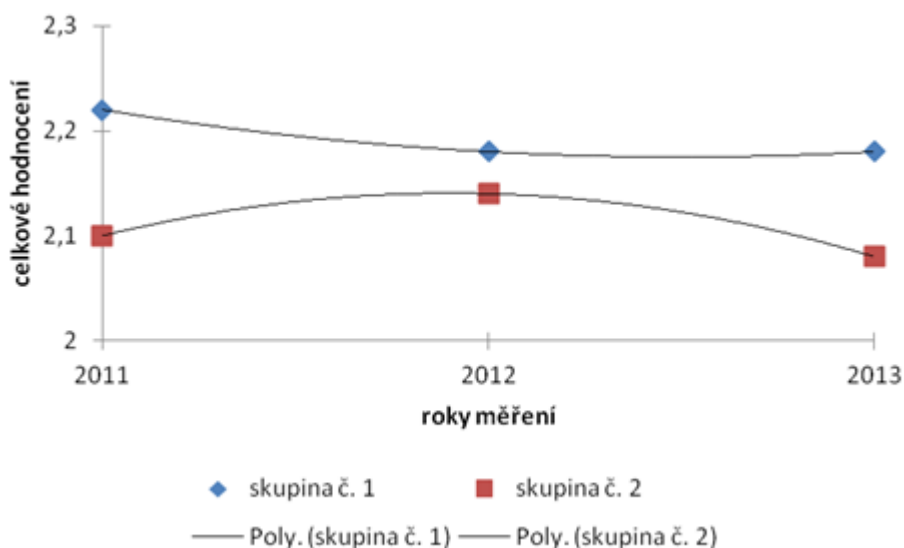
### **3.2.3 Komparace skupin č. 1 a 2**

Z výše představených výsledků obou skupin mužů je patrné, že největší překážku v rámci každoročního přezkoušení fyzické zdatnosti představuje běh. V něm vojáci shodně dosahovali nejhorších výsledků a pro některé znamenal v konečném důsledku nesplnění předepsaných požadavků. Oproti silové části přezkoušení se jedná o poměrně výrazný posun v hodnocení, když pro velkou část vojáků neznamení silové disciplíny zásadní problém a dokážou se na ně připravit lépe. Jak si můžeme

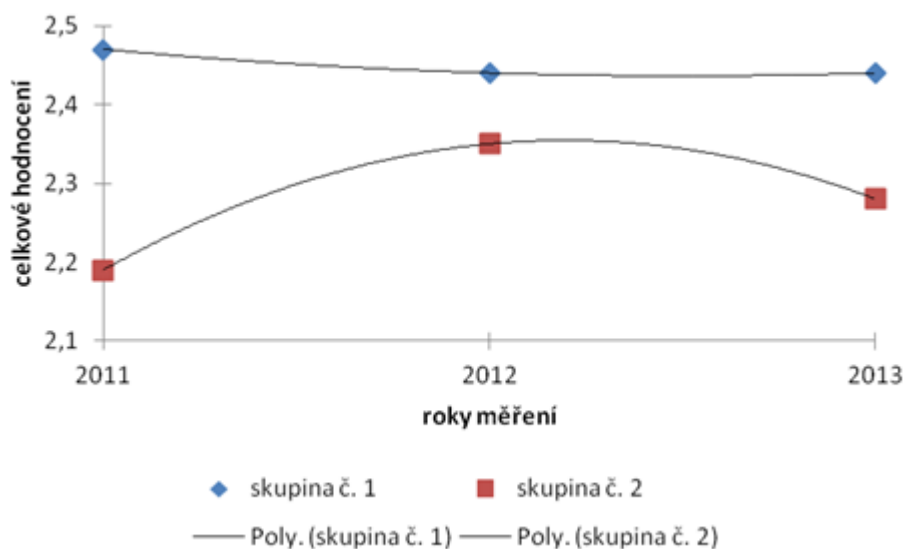


všimnout, najdeme celou řadu příslušníků, kteří dokázali v silových disciplínách dosáhnout na hodnocení výborně, avšak v běhu byli hodnoceni známkou 3 a nebo dokonce neuspěli vůbec s hodnocením 4. Z tabulek také vyplývá, že obě věkové skupiny (podle našeho dělení) podávaly obdobné výkony podle celkového hodnocení, ale i v rámci jednotlivých disciplín. Z toho můžeme dovodit, že stanovené limity pro jednotlivé skupiny jsou poměrně dobře nastavené a respektují rozdíly plynoucí z věkové skladby pluku. Vzhledem k tomu, že několikrát bylo v teoretické část hovořeno o důležitosti fyzické připravenosti příslušníků armády, nemělo by se přistupovat ke zmírňování limitů, a to ani v případě vytrvalostní části (běhu). V rámci běhu zde vzniká prostor pro vylepšení přípravy vojáků – ačkoliv je potřeba podotknout, že splnění stanovených limitů není zrovna jednoduché. Vytrvalost je pro výkon vojenské služby důležitější než absolutní síla či rychlost, proto právě zde vidím možnosti pro zefektivnění přípravy. Vztáhneme-li tento aspekt na činnost vojáků protiletadlového pluku ve Strakonících, kteří pro kvalitní práci potřebují velice dobrou psychickou odolnost, jeví se vytrvalostní stránka také velmi důležitá.

Grafické znázornění výsledků a srovnání skupin č. 1 a 2.:



**Obrázek 1 - graf 1 - Celkové hodnocení skupin č. 1 a 2**



Obrázek 2 - graf 2 - Celkové hodnocení disciplíny běh skupin č. 1 a 2

### 3.2.4 Skupina č. 3 – ženy do 35 let

Rok 2011

Rok narození	Disciplíny pro hodnocení tělesné připravenosti									Celkové hodnocení	
	Leh - sed	Hodnocení	Klík - vzpor	Hodnocení	Shyby (výdrž na hrazdě)	Hodnocení	Běh	Hodnocení	Plavání		Hodnocení
1987	45	1					2450	2			2
1980	35	1					2100	2			2
1985	54	1					2700	1			1
1981	44	1					2250	2			2
1986	42	2					2300	2			2
1982	41	1					2400	1			1
1985	40	1					2400	1			1
1982	46	1					2350	2			2
1981	40	1					2000	3			2
1978	39	1					2300	1			1
Průměr	42,6	1,1					2325	1,7			1,6

Tabulka 15 - Hodnocení skupiny č. 3 - rok 2011

Ženy do 35 let v prvním měřeném období – 2011 – zvládly velmi dobře silovou část přezkoušení (Tabulka 15). Pouze jediná žena obdržela v disciplíně „leh – sed“ známku 2, průměr tak činil 1,1. Ani běžecká část nepředstavovala zásadní problém a většina splnila požadavky s hodnocením 1 nebo 2, pouze jedna příslušnice strakonického pluku zaběhla s hodnocením 3. Pozitivně můžeme vnímat celkové hodnocení, když nenajdeme ani jednu ženu, která by nesplnila testy, ba dokonce ani ženu, jež by byla hodnocena stupněm 3. Proto výsledná známka v roce 2011 činí 1,6.

Rok 2012

Rok narození	Disciplíny pro hodnocení tělesné připravenosti									Celkové hodnocení	
	Leh - sed	Hodnocení	Klík - vzpor	Hodnocení	Shyby (výdrž na hrazdě)	Hodnocení	Běh	Hodnocení	Plavání		Hodnocení
1987	44	2					2450	2			2
1980	36	1					2150	2			2
1985	52	1					2600	1			1
1981	35	1					2250	2			2
1986	38	2					2200	2			2
1982	41	1					2400	1			1
1985	50	1					2400	1			1
1982	41	1					2400	1			1
1981	35	1					2350	1			1
1978	35	1					2400	1			1
Průměr	40,7	1,2					2360	1,4			1,4

**Tabulka 16 - Hodnocení skupiny č. 3 - rok 2012**

V roce 2012 došlo (stejně jako u mužů) ke zlepšení běžeckých výkonů (Tabulka 16). Nebyla udělena ani jedna známka 3, přičemž většina absolvovala s hodnocením výborně (6 žen). Toto zlepšení je patrné i z celkového hodnocení průměrnou známkou 1,4.

Rok 2013

Rok narození	Disciplíny pro hodnocení tělesné připravenosti										
	Leh - sed	Hodnocení	Klik - vzpor	Hodnocení	Shyby (výdrž na hrazdě)	Hodnocení	Běh	Hodnocení	Plavání	Hodnocení	Celkové hodnocení
1987	42	1					2350	2			2
1980	37	1					2150	2			2
1985	56	1					2600	1			1
1981	46	1					2250	2			2
1986	39	2					2250	2			2
1982	35	1					2800	1			1
1985	60	1					2600	1			1
1982	38	1					2350	1			1
1981	35	1					2300	1			1
1978	37	1					2310	1			1
Průměr	42,5	1,1					2396	1,4			1,4

**Tabulka 17 - Hodnocení skupiny č. 3 - rok 2013**

Prakticky stejných výsledků dosáhly ženy i v roce 2013 (k mírnému zlepšení došlo v disciplíně „leh – sed“), proto můžeme závěrem říci, že ženy podávaly konstantní výkony během zkoumaného období let 2012-2013 (Tabulka 17).

### 3.2.5 Skupina č. 4 – ženy nad 35 let

Rok 2011

Rok narození	Disciplíny pro hodnocení tělesné připravenosti									Celkové hodnocení
	Leh - sed Hodnocení	Klík - vzpor Hodnocení	Shyby (výdrž na hrazdě) Hodnocení	Běh Hodnocení	Plavání Hodnocení					
1975	30	1		2400	1				1	
1970	36	1		2100	1				1	
1974	39	1		1900	3				2	
1969	26	1		2200	1				1	
1968	32	1		2250	1				1	
1974	41	1		2200	1				1	
1969	30	1		1750	3				2	
1974	40	1		2100	2				2	
1972	44	1		1900	3				2	
1972	30	1		1800	3				2	
Průměr	34,8	1		2060	1,9				1,5	

Tabulka 18 - Hodnocení skupiny č. 4 - rok 2011

Skupina žen nad 35 let zaznamenala prakticky totožné výsledky v silové části jako jejich mladší kolegyně (Tabulka 18). Na odlišné výsledky ovšem narazíme při pohledu na čísla, která znázorňují výkony v běžecké části výkonnostních testů. Zde již můžeme narazit na vyšší počet žen, které byly hodnoceny známkou 3 (přesněji řečeno 4 ženy). Ale vzhledem k tomu, že silová část přinesla výborné výsledky, celkové hodnocení činilo v průměru 1,5. Ani v této skupině nenalezneme nikoho, kdo by nesplnil testy tělesné zdatnosti.

Rok 2012

Rok narození	Disciplíny pro hodnocení tělesné připravenosti										
	Leh - sed	Hodnocení	Klik - vzpor	Hodnocení	Schyby (výdrž na hrazdě)	Hodnocení	Běh	Hodnocení	Plavání	Hodnocení	Celkové hodnocení
1975	30	1					2250	1			1
1970	26	1					1700	3			2
1974	35	1					1950	3			2
1969	26	1					2250	1			1
1968	30	1					2150	1			1
1974	31	1					2200	1			1
1969	35	1					1950	2			2
1974	43	1					2150	2			2
1972	30	1					1950	3			2
1972	27	2					1800	3			3
Průměr	31,3	1,1					2035	2			1,7

**Tabulka 19 - Hodnocení skupiny č. 4 - rok 2012**

V dalším roce – 2012 – došlo k lehkému poklesu „formy“ u příslušnic protiletadlového pluku (Tabulka 19), když ubyla jedna vojákyně, která splnila běžeckou část s hodnocením 1. Proto došlo ke zhoršení výsledné běžecké známky na 2. To se podepsalo (spolu s jednou zhoršenou známkou ze silové části) pod celkovým hodnocením, když v roce 2012 zaznamenal zkoumaný vzorek hodnocení 1,7.

Rok 2013

Rok narození	Disciplíny pro hodnocení tělesné připravenosti									Celkové hodnocení	
	Leh – sed	Hodnocení	Klík – vzpor	Hodnocení	Shyby (výdrž na hrazdě)	Hodnocení	Běh	Hodnocení	Plavání		Hodnocení
1975	30	1					2300	1			1
1970	25	1					1800	3			2
1974	38	1					1950	3			2
1969	40	1					2300	1			1
1968	30	1					2150	1			1
1974	31	1					2200	1			1
1969	34	1					1900	2			2
1974	46	1					2200	1			1
1972	30	1					1850	3			2
1972	25	1					1700	3			2
Průměr	32,9	1					2035	1,9			1,5

Tabulka 20 - Hodnocení skupiny č. 4 - rok 2013

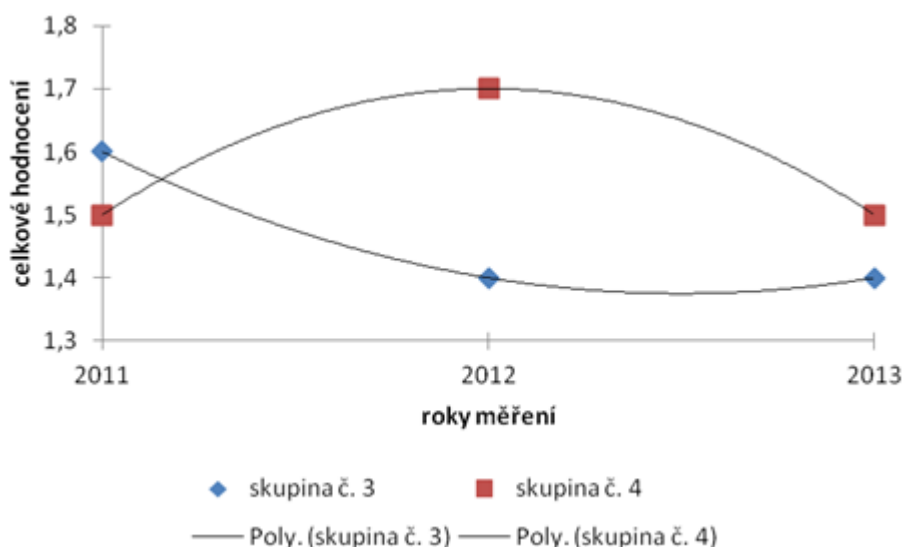
V posledním měřeném období – roce 2013 – bylo dosaženo opět obdobných výsledků jako v prvním roce (Tabulka 20). Při porovnání s tabulkou č. 18 zaznamenejme stejné výsledné známky. Po „výkyvu“ v roce 2012, tak došlo opět ke zlepšení a můžeme konstatovat, že ženy v této věkové kategorii na sobě zapracovaly.

### 3.2.6 Komparace skupin č. 3 a 4

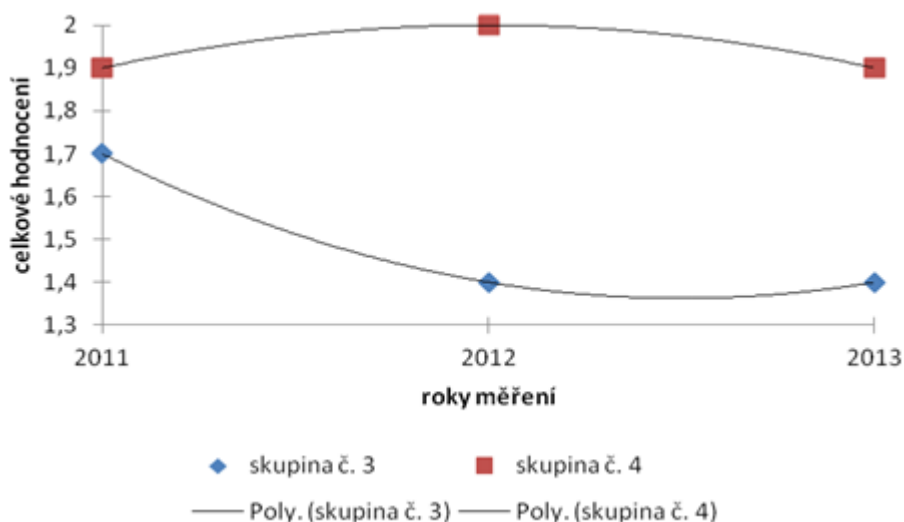
V případě ženských skupin taktéž běh přinesl větší problémy, ovšem při pohledu na výsledné známky zjistíme, že si ženy vedly o poznání lépe než mužská část. Zejména ženy ve skupině č. 3 dokázaly zaběhnout limity hodnocené většinou známkou 1 nebo 2. Předčily tak v hodnocení své starší kolegyně, a to poměrně výrazně. Za touto skutečností stojí zejména velké zlepšení, které nastalo v letech 2012 a 2013. V grafech (Obrázky č. 4 a 5) si také můžeme povšimnout, že v celkovém hodnocení fyzických testů v roce 2011 měly lepší hodnocení ženy nad 35 let (mají

odlišné limity!). Při pohledu na výsledky nás může napadnout jedna otázka – otázka limitů v silové části testů. Jestliže jsme u mužů konstatovali, že limity poměrně dobře reflektují věkové rozdíly a schopnosti mužů, u žen tomu tak není. Drtivá většina z nich dosáhla v hodnocení silových testů na známku 1, musíme se tedy ptát, zda by nebylo účelné „zpřísnit“ limity nebo uvažovat nad tím, jestli nezměnit druh či provedení disciplíny „leh-sed“.

Grafické znázornění výsledků a srovnání skupin č. 3 a 4.:



Obrázek 3 - graf 3 - Celkové hodnocení skupiny č. 3 a 4



Obrázek 4 - graf 4 - Celkové hodnocení disciplíny běh skupin č. 3 a 4



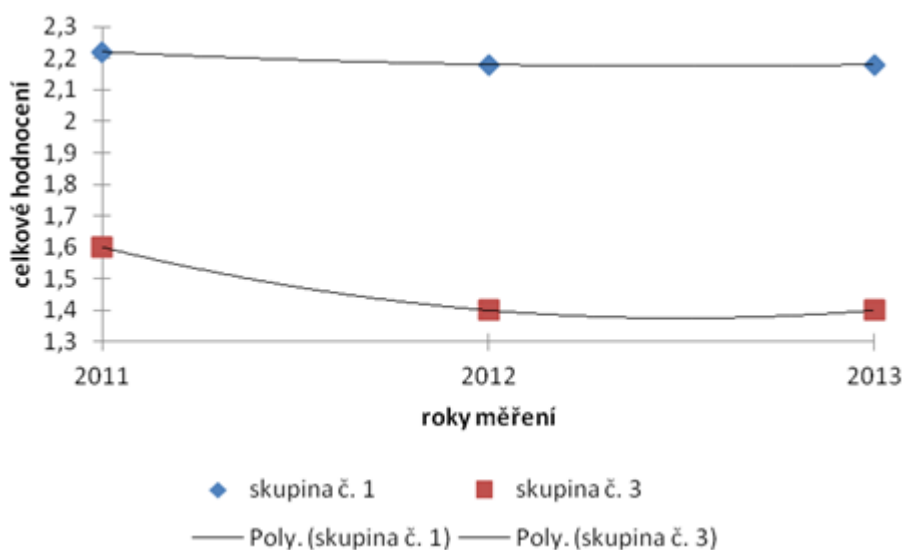
### 3.2.7 Shrnutí výsledků

Při výzkumu fyzické zdatnosti u jednotlivých skupin vojáků vypulula na povrch jedna zajímavá skutečnost, kterou můžeme vyčíst z následujících grafů (Obrázky č. 6, 7, 8 a 9), které porovnávají výsledky mužů a žen navzájem při respektování věkových kategorií. Z grafů je patrné, že věkově blízké skupiny vykazovaly obdobné tendence. Přesněji řečeno, muži do 40 let a ženy do 35 let shodně v roce 2012 zaznamenali lepší výsledky (v kategorii mužů je to méně patrné), a to jak z celkového pohledu, tak i v běžecké části (zejména ženy). Naopak opačnou tendenci zaznamenaly skupiny mužů nad 40 let a žen nad 35, když v roce 2012 došlo – zejména v důsledku poklesu formy v běžecké části výkonnostních testů – ke zhoršení výsledků. Na základě této skutečnosti se, pokud se jedná o nějaký rozšířený a trvalejší trend, jeví jako příhodné uzpůsobit přípravu vojáků i s ohledem na tento aspekt. Jestliže nám skupiny vykazují podobné tendence, vzniká zde opět prostor pro zefektivnění přípravy a tím pádem i ke zlepšení výkonnosti jednotky. Jak jsme naznačili v teoretické části, konkrétní postupy, kterak zkvalitňovat připravenost vojáků, se v odborné literatuře příliš nevyskytují, proto ani ambicí této práce není přinést (řekněme) cvičební plán pro přípravu vojáků, ale spíše upozornit a ukázat na možnosti, které nabízí práce se statistikami. Z nich se pak dají vyčíst tendence a charakteristiky různých skupin vojáků. Samozřejmě je důležité brát na zřetel individuální odlišnosti vojáků, ale jestliže se podaří zkombinovat moderní trendy v oblasti tělovýchovy a přípravy vojáků s moderními technologickými trendy (software aj.), je možné výkony vojáků posunout opět o kus dále. Inspiraci, ačkoliv nelze opomenout odlišnost armádního prostředí, může armáda najít v jiných sportovních odvětvích, kde se právě již intenzivně pracuje s daty a databázemi, na jejichž základě se pak přistupuje k přípravě sportovců (a může se zde navíc zohlednit i individuální distinkce).

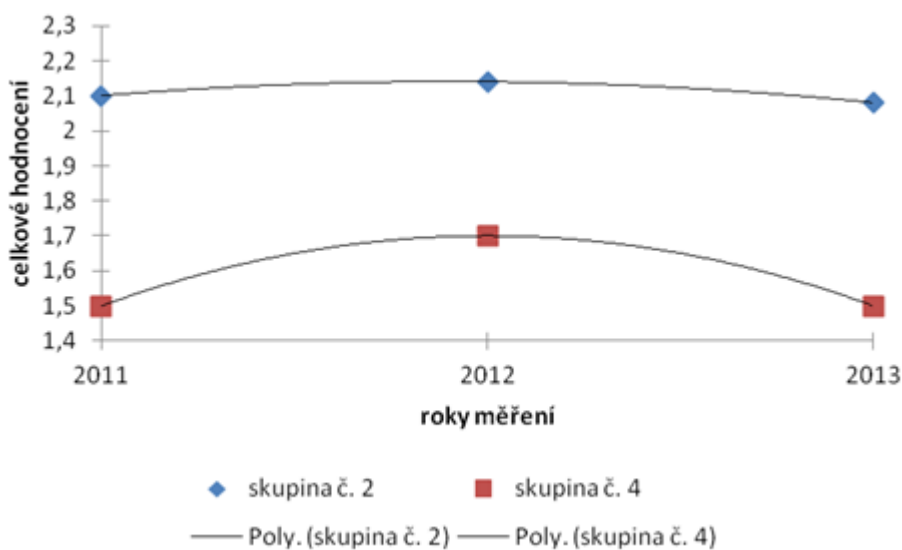
Dokument, který v roce 2002 schválila vláda ČR (Koncepce výstavby profesionální Armády České republiky a mobilizace sil České republiky) je všeobecně považován za impuls, který vedl k přísnění limitů a přístupu k tělesné připravenosti vojáků. Jestliže se armáda chce ubírat tímto směrem (a jeví se to jako příhodné) měla by obsáhnout právě i moderní trendy z technologického světa, jelikož bez nich by jí v budoucnu mohl ujet pomyslný vlak. Tyto technologie mohou být nápomocny zejména při vyhodnocování výsledků obecné přípravy. Jestliže Stehlík a kol. ve své publikaci poznamenávají, že mezi základní aktivity ke zvýšení tělesné kondice patří

např. vytrvalostní běh, cyklický trénink, posilovací cviky nebo kolektivní sporty, není od věci využít při přípravě tréninkových jednotek právě data, jež nám mohou nabídnout moderní technologie. Navíc, otevírá se zde také prostor pro zvážení většího využití „funkční diagnostiky pohybového aparátu“, která slouží jako velmi cenný zdroj informací a také jako prevence zdravotních rizik (otázka financí).

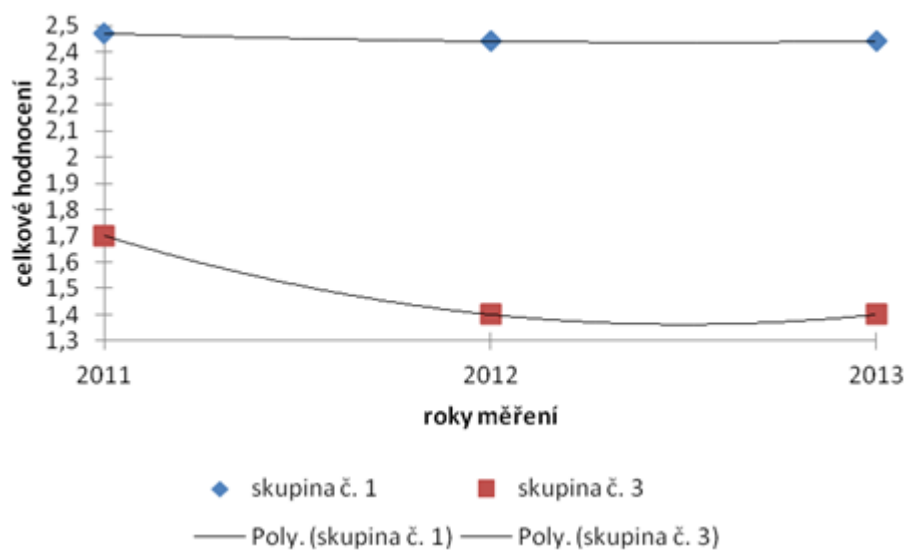
Grafické znázornění výsledků a srovnání skupin č. 1 a 3; a č. 2 a 4.



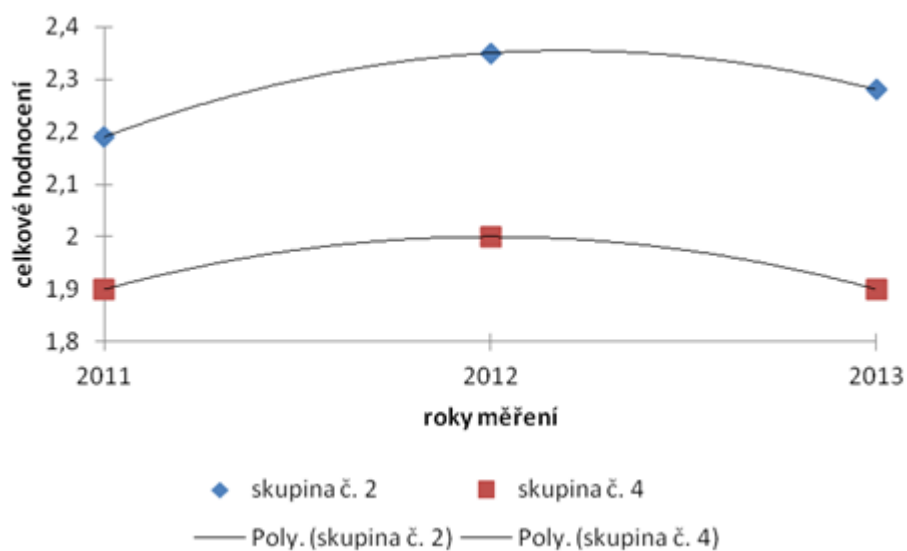
Obrázek 5 - graf 5 - Celkové hodnocení skupin č. 1 a 3



Obrázek 6 - graf 6 - Celkové hodnocení skupin č. 2 a 4



Obrázek 7 - graf 7 - Celkové hodnocení disciplíny běh skupin č. 1 a 3



Obrázek 8 - graf 8 - Celkové hodnocení disciplíny běh skupin č. 2 a 4

## 4 ZÁVĚR

Česká republika vstoupila v roce 1999 do euroatlantické mezinárodní vojenské aliance NATO, což s sebou přineslo celou řadu výhod, ale také povinností a nároků. Aby mohla Česká republika lépe plnit své alianční závazky, rozhodla se v roce 2005 plně profesionalizovat armádu. Spolu s tím vzrostl důraz na kvalitu přijímaných vojáků do služebního poměru, ale zvýšily se také nároky na stávající vojáky. Jestli má být profesionální voják schopen plnit celou řadu specializovaných a náročných úkolů, musí být velice dobře připraven jak po odborné, psychické, tak i fyzické stránce. A právě na fyzickou stránku se zaměřila předkládaná práce. Jejím předpokladem byla teze, že v budoucnu se budou klást stále větší nároky na tělesnou zdatnost jedinců, přičemž v praktické části práce se autor jal porovnat vývoj tělesné zdatnosti vybraného vzorku vojáků v průběhu tří let (2011 – 2013). Onen vybraný vzorek vojáků tvořili vojáci 25. protiletadlového pluku ve Strakonících.

Pro měření byl vymezen vzorek, který čítal 50 mužů do 40 let, 50 mužů nad 40 let, 10 žen do 35 let a 10 příslušnic pluku nad tuto věkovou hranici. Důvodem, proč autor práce přikročil k takovémuto definování vzorku, byla snaha o jistou personifikaci, jelikož v jednotlivých letech byli zkoumáni stejní jedinci. Autor tak chtěl předejít možnému zkreslení, ke kterému by došlo v případě, že by byla měřena tělesná zdatnost u různých vojáků. Měření přineslo následující výsledky, na jejichž základě byly učiněny závěry předkládané práce.

Výsledky měření nám jasně ukazují, že poměrně malé procento jednotlivců v rámci daných skupin se nedokázalo vypořádat s nástrahami jednotlivých disciplín. Nejvíce (6) jich testy neprošlo v roce 2011 ve skupině č. 1 – muži do 40 let, z čehož můžeme dovodit, že nejpřísnější limity se týkají právě těchto věkových kategorií, z kterých se rekrutují nevytěžovanější vojáci. Vzhledem k tomu, že Armáda ČR klade důraz na tělesnou zdatnost svých příslušníků a že pro ně samotné vojenská služba představuje způsob obživy, není až tolik překvapivé, že propadnutí vojáků v kontextu principu „motivace x sankce“ v dalším roce vyvinuli větší snahu při přezkoušení (celoroční přípravě). V rámci této skupiny, která vykazovala nejvyšší počet vojáků v kolonce „nesplnil“, došlo již v roce 2012 k poklesu počtu takových vojáků (3). Samozřejmě se tu otvírá prostor pro debatu nad náročností limitů jednotlivých

disciplín, jestliže je drtivá část vojáků zkoumaného vzorku dokáže splnit. Podíváme-li se ale na opět na skupinu č. 1 a výsledky v běžecké části, je patrné, že souhrnná známka za rok 2011 v této disciplíně (2,5) příliš velký prostor pro zpřísnění již neposkytuje a spíše se nabízí možnost více se zaměřit na vytrvaleckou (běžeckou) přípravu vojáků. Hovoříme-li o výši limitů, zajímavě se z tohoto pohledu jeví výsledky žen v silové části testů, ve které zkoumaný vzorek žen dosahoval výsledků s průměrnou známkou okolo 1,1. Pokud bychom někde měli vznést otázku zpřísnění, jako nejpříhodnější by se to jevílo právě v kategorii žen a jejich silové části. Ovšem je na zvážení, zda by spíše nemělo přemýšlet nad změnou cviků či jejich provedení v rámci přezkoušení tělesné zdatnosti.

Každopádně můžeme konstatovat, že všechny skupiny v průběhu tří let vykazovaly poměrně konstantní úroveň svých výkonů (bližší pohled a rozdíly viz jednotlivé tabulky a grafy, lehčí proměny můžeme pozorovat u skupin č. 3 a 4), což ukazuje, že vojáci ke svým povinnostem přistupují veskrze zodpovědně. Jestliže jsme v úvodu práce (a v závěru opět) vyslovili domněnku o neustále zvyšujících se nárocích na tělesnou zdatnost profesionálních vojáků, je v závěru předkládané práce důležité podotknout, že Armádě ČR se nabízejí možnosti pro zefektivnění přípravy jednotek v moderních technologických postupech, které se dnes využívají v oblasti přípravy profesionálních sportovců. To je cesta, kterou autor práce vidí jako jednu z možností, a kterou by se podle něj v budoucnu měla Armáda ČR, jakožto člen NATO, ubírat.

## 5 SEZNAM LITERATURY

ARMSTRONG, M. *Personální management*, Praha: Grada Publishing, 1999. 968 s. ISBN 80-7169-614-5.

BEDRNOVÁ, E., NOVÝ, I. a kol. *Psychologie a sociologie řízení*. Praha: Management Press, 1998. 800 s. ISBN 80-85943-57-3.

BOGER, J. *Elitní a speciální jednotky světa*, Praha: Naše Vojsko, 1995. 231 s. ISBN 80-206-0255-0.

GOTTVALDOVÁ, M., ZNOJLOVÁ, M. *Obrana vojenského profesionála proti stresu*, Správa doktrín Ře VD Vyškov, 2006. 132 s.

KEEGAN, J. *Historie válečnictví*. Praha – Plzeň: Beta-Dobrovský Ševčík, 2003. 364 s. ISBN 80-7306-116-3.

KOCIÁNOVÁ, R.: *Personální činnost a metody personální práce*, Praha: Grada, 2010. 224 s. ISBN 978-80-247-2497-3.

KONRÁD, A. *Nároky na tělesnou výkonnost vojáků*. In: *Vojenské rozhledy*. – 13 (45), 2004, číslo 4, s. 174 – 183.

McNAB, CH. *Příprava pro přežití*, Praha: Svojtka a Co., 2003. 191 s. ISBN 80-7237-721-3.

MINISTERSTVO OBRANY ČR. Normativní výnos Ministra obrany České republiky číslo 12. Služební tělesná výchova v rezortu Ministerstva obrany ze dne 15. 3. 2011.

MINISTERSTVO OBRANY ČR. *Ročenka Ministerstva obrany České republiky 2011*, OKP MO Praha, 2012. 208 s. ISBN 80-7278-579-7.

NAKONEČNÝ, M. *Motivace lidského chování*, Praha: Academia, 1996. 270 s. ISBN 80-200-0592-7.

PŘÍVĚTIVÝ, L. *Komparace systémů tělesné přípravy AČR a armády Dánského království*. In: *Vojenské rozhledy*. – 13 (45), 2004, číslo 4, s. 110 – 116.

PŘÍVĚTIVÝ, L. *Tělesná zdatnost a ženy v Armádě České republiky*. In: *Vojenské rozhledy*. – 15 (47), 2006, číslo 2, s. 162 – 164.

PUB-70-01-01. *Příprava příslušníků AČR*. 1. vyd. Vyškov: Správa doktrín Ředitelství výcviku a doktrín, 2007.

ROZKAZ MO č. 14/1999 ke speciální tělesné přípravě; Směrnice 1.

STEHLÍK, M., NĚMEČKOVÁ, Z., LANDA, P.: Recenzované periodikum doktríny.cz [online]. 2012 [cit. 2014-03-15]. Výběr a příprava vojáků v armádách NATO. Dostupné z: [http://doctrine.vavyskov.cz/\\_casopis/2012\\_1/2012\\_1r\\_4c.html](http://doctrine.vavyskov.cz/_casopis/2012_1/2012_1r_4c.html).

ŠILHAN, V. *Přístupy francouzských pozemních sil k získávání a přípravě profesionálních vojáků*. In: *Vojenské rozhledy*. – 13 (45), 2004, číslo 4, s. 87 – 109.

TILLY, Ch. *Coercion, Capital and European States: AD 990 – 1992*. Cambridge: B. Blackwell, 1990. ISBN 1-55786-368-7.

## 5.1 Internetové zdroje

25. protiletadlový raketový pluk ve Strakoněch, Dostupné z: [www.25plrb.army.cz](http://www.25plrb.army.cz).

Armáda České republiky, Dostupné z: [www.acr.army.cz](http://www.acr.army.cz).

Ministerstvo obrany ČR, Dostupné z: [www.mocr.army.cz](http://www.mocr.army.cz).

Portál iPrávník, Nakladatelství C. H. Beck. Dostupné z: <http://www.ipravnik.cz>.

## 5.2 Právní prameny

Vyhláška Ministerstva obrany ČR č. 261/1999 Sb., ve znění pozdějších předpisů.

Zákon č. 221/1999 Sb., o vojácích z povolání, ve znění pozdějších předpisů.

Zákon č. 585/2004 Sb., o branné povinnosti a jejím zajišťování, ve znění pozdějších předpisů.

## 6 SEZNAM OBRÁZKŮ

Obrázek 1 - graf 1 - Celkové hodnocení skupin č. 1 a 2.....	57
Obrázek 2 - graf 2 - Celkové hodnocení disciplíny běh skupin č. 1 a 2 .....	58
Obrázek 3 - graf 3 - Celkové hodnocení skupiny č. 3 a 4.....	64
Obrázek 4 - graf 4 - Celkové hodnocení disciplíny běh skupin č. 3 a 4 .....	64
Obrázek 5 - graf 5 - Celkové hodnocení skupin č. 1 a 3.....	66
Obrázek 6 - graf 6 - Celkové hodnocení skupin č. 2 a 4.....	66
Obrázek 7 - graf 7 - Celkové hodnocení disciplíny běh skupin č. 1 a 3 .....	67
Obrázek 8 - graf 8 - Celkové hodnocení disciplíny běh skupin č. 2 a 4 .....	67

## 7 SEZNAM TABULEK

Tabulka 1 - Normy fyzické zdatnosti pro základní vstupní přezkoušení uchazečů o vojenské povolání .....	17
Tabulka 2 - Normy fyzické zdatnosti pro roční přezkoušení vojáků z povolání .....	19
Tabulka 3 - Hodnotící disciplíny pro roční přezkoušení vojáků z povolání.....	19
Tabulka 4 - Normy a hodnocení testů výročního přezkoušení vojáků z povolání z tělesné přípravy .....	20
Tabulka 5 - Normy a hodnocení kontrolních testů výročního .....	21
Tabulka 6 - Rozšiřující kontrolní testy – přezkoušení pro typ A.....	22
Tabulka 7 - Rozšiřující kontrolní testy – přezkoušení pro typ B.....	22
Tabulka 8 - Rozšiřující kontrolní testy – přezkoušení pro typ C .....	23
Tabulka 9 - Hodnocení skupiny č. 1 - rok 2011 .....	46
Tabulka 10 - Hodnocení skupiny č. 1 - rok 2012 .....	48
Tabulka 11 - Hodnocení skupiny č. 1 - rok 2013 .....	50
Tabulka 12 - Hodnocení skupiny č. 2 - rok 2011 .....	52
Tabulka 13 - Hodnocení skupiny č. 2 - rok 2012 .....	54
Tabulka 14 - Hodnocení skupiny č. 2 - rok 2013 .....	56
Tabulka 15 - Hodnocení skupiny č. 3 - rok 2011 .....	58
Tabulka 16 - Hodnocení skupiny č. 3 - rok 2012 .....	59
Tabulka 17 - Hodnocení skupiny č. 3 - rok 2013 .....	60
Tabulka 18 - Hodnocení skupiny č. 4 - rok 2011 .....	61
Tabulka 19 - Hodnocení skupiny č. 4 - rok 2012 .....	62
Tabulka 20 - Hodnocení skupiny č. 4 - rok 2013 .....	63