

Univerzita Palackého v Olomouci  
Fakulta tělesné kultury

**PROCES TĚLESNÉ PŘÍPRAVY U VOJENSKÉHO ÚTVARU JAKO OBJEKT  
ZKOUMÁNÍ**

Bakalářská práce

Autor: Jan Příkazský,  
Rekreologie - management volného času  
Vedoucí práce: Mgr. Jirí Skoumal, Ph.D.

Olomouc, 2015

**Jméno a příjmení autora:** Jan Příkazský

**Název bakalářské práce:** Proces tělesné přípravy u vojenského útvaru jako objekt zkoumání

**Pracoviště:** Univerzita Palackého v Olomouci, Fakulta tělesné kultury, katedra rekreologie

**Vedoucí bakalářské práce:** Mgr. Jiří Skoumal, Ph.D.

**Rok obhajoby bakalářské práce:** 2016

**Abstrakt:** Bakalářská práce se zabývá analýzou funkčního procesu a organizací tělesné přípravy u vojenského útvaru Armády České Republiky jako objektu zkoumání v letech 2014 – 2015.

**Klíčová slova:** Vojenská tělovýchova, armáda, vojenský útvar, tělovýchovní pracovníci, základní tělesná příprava, speciální tělesná příprava.

Souhlasím s půjčením bakalářské práce v rámci knihovních služeb.

**Author`s first name and surname:** Jan Příkazský

**Title of the diploma thesis:** Proces of military physical education in military company like a subject of study

**Department:** Palacky University in Olomouc  
Department of recreology

**Supervisor:** Mgr. Jiří Skoumal, Ph.D.

**The year of presentation:** 2016

**Abstract:** The bachelor thesis deals the analysis of the functional proces and organization of physical training at the military unit of the Army of the Czech Republic as a subject of study in the years 2014 – 2015

**Keywords:** Military physical education, army, military unit, physical education instruktors, basic physical education, special physical education

I agree the thesis paper to be lent within the library service.

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci zpracoval samostatně pod vedením Mgr. Jiřího Skoumala, Ph.D. a uvedl jsem všechny použité literární a odborné zdroje a dodržoval zásady vědecké etiky.

V Olomouci v listopadu 2015

Děkuji mému vedoucímu bakalářské práce Mgr. Jiřímu Skoumalovi, Ph.D. za pomoc a cenné rady, které mi poskytl při zpracování bakalářské práce a por. Mgr. Janu Migdauovi za cenné rady a poskytnutí literatury pro seznámení se s problematikou Vojenské tělovýchovy.

## OBSAH

ÚVOD.....	8
1. SYNTÉZA POZNATKŮ.....	9
1.1 Ozbrojené síly České republiky.....	9
1.2 Příprava příslušníků ozbrojených sil.....	9
1.3 Vojenská Tělovýchova.....	10
1.4 Tělesná příprava.....	11
1.4.1 Základní tělesná příprava.....	12
1.4.2 Speciální tělesná příprava.....	13
1.4.3 Kontrolní cvičení a testy.....	13
1.5 Výběrová tělesná příprava.....	15
1.6 Řízení vojenské Tělovýchovy.....	17
1.6.1 Tělovýchovní pracovníci pro základní tělesnou přípravu.....	17
1.6.2 Tělovýchovní pracovníci pro Speciální tělesnou přípravu.....	20
2. CÍLE, ÚKOLY PRÁCE.....	23
3. METODIKA.....	24
3.1 Analýza dokumentů.....	24
3.2 Historický výzkum.....	24
4. VÝSLEDKY.....	25
4.1 Analýza procesu tělesné přípravy u vojenského útvaru jako objektu zkoumání v letech 2014 - 2015.....	25
4.1.1 Charakteristika zkoumaného objektu.....	25
4.1.2 Organizace tělesné přípravy u útvaru.....	26
4.1.3 Základní tělesná příprava.....	26

4.1.4	<i>Speciální tělesná příprava</i> .....	32
4.1.5	<i>Výběrová tělesná příprava</i> .....	35
4.1.6	<i>Výroční přezkoušení</i> .....	37
4.1.7	<i>Profesní přezkoušení</i> .....	38
4.1.8	<i>Spolupráce</i> .....	39
4.1.9	<i>Podpora aktivního životního stylu vojáků</i> .....	40
4.1.10	<i>Tělovýchovná zařízení u útvaru</i> .....	41
4.2	Analýza vývoje tělesné přípravy v československé armádě a armádě české republiky od roku 1918 do současnosti. ....	45
4.2.1	<i>Vojenská tělovýchova za první republiky</i> .....	45
4.2.2	<i>Vojenská tělovýchova během druhé světové války</i> .....	47
4.2.3	<i>Vojenská tělovýchova po 2 světové do roku 1989</i> .....	50
4.2.4	<i>Vojenská tělovýchova od roku 1989 do současnosti</i> .....	51
4.3	Analýza vývoje tělovýchovného vzdělání v československé armádě a armádě české republiky .....	52
4.3.1	<i>Vojenská tělocvičná škola</i> .....	52
4.3.2	<i>Učiliště vojenské tělovýchovy a Vojenská tělovýchovná škola dr. Miroslava Tyrše</i> ..	53
4.3.3	<i>Vojenský obor při fakultě tělesné výchovy a sportu University Karlovy</i> .....	54
4.3.4	<i>Tělovýchovné vzdělání v současnosti</i> .....	54
5.	ZÁVĚR .....	56
6.	SOUHRN .....	57
7.	SUMMARY .....	57
8.	REFERENČNÍ SEZNAM .....	58
9.	PŘÍLOHY: .....	61

## ÚVOD

Vojenská tělovýchova zahrnuje obrovské spektrum pohybových aktivit v oblasti atletiky, gymnastiky, tréninkových postupů, ale i oblast vojenského lezení, plavání a sebeobranu a boje zblízka. Samotný proces vojenské tělovýchovy je součástí základního pilíře pomyslné pyramidy v přípravě a výcviku příslušníků ozbrojených sil České republiky.

Historická geneze vývoje vojenské tělovýchovy jasně potvrzuje tuto skutečnost, neboť jen fyzicky a morálně zdatný jedinec je schopen plnit úkoly vyplývající z poslání ozbrojených sil České republiky a jejich předchůdců. Rozvoj fyzických schopností a dovedností příslušníků ozbrojených sil by v dnešní době nebyl možný bez pedagogického působení tělovýchovných pracovníků v samotném procesu vojenské tělovýchovy v resortu Ministerstva obrany České republiky.



# **1. SYNTÉZA POZNATKŮ**

## **1.1 Ozbrojené síly České republiky**

Ozbrojené síly České republiky se člení na Vojenskou kancelář prezidenta republiky, Hradní stráž a Armádu České republiky „Armáda je základem ozbrojených sil a organizačně se člení na vojenské útvary, vojenská zařízení a vojenské záchranné útvary, které se mohou slučovat do větších organizačních celků.“ (ČR 219/1999 Sb, §13). Armáda se člení na Generální štáb, Pozemní síly a Vzdušné síly, které se dále dělí na brigády, pluky a prapory u Pozemních sil a základny letectva u Vzdušných sil. Základními složkami armády jsou vojenské útvary jako: „samostatná bojová nebo výcviková součást ozbrojených sil s vlastním názvem, popřípadě s propůjčeným čestným nebo historickým názvem, číselným označením a místem stálé dislokace; v čele vojenského útvaru je velitel“ (ČR 219/1999 Sb. §2).

## **1.2 Příprava příslušníků ozbrojených sil**

„Příprava příslušníků ozbrojených sil zahrnuje vzdělávání, vojenský výcvik vojáků k plnění bojových, záchranných a humanitárních úkolů a výchovu k vlastenectví. Vojenský výcvik má formu základní, odbornou a speciální. Součástí přípravy je fyzický a psychologický výcvik.“(ČR 219/1999 Sb. §29). Fyzický výcvik se v rámci ozbrojených sil provádí formou Služební tělesné výchovy vojáků a realizuje se praktickým výcvikem, kterého se voják účastní na základě rozvrhu zaměstnání zpracovaného podle programů přípravy jednotlivých odborností vojsk a dalších výcvikových dokumentů (písemných rozkazů, písemných příprav apod.).

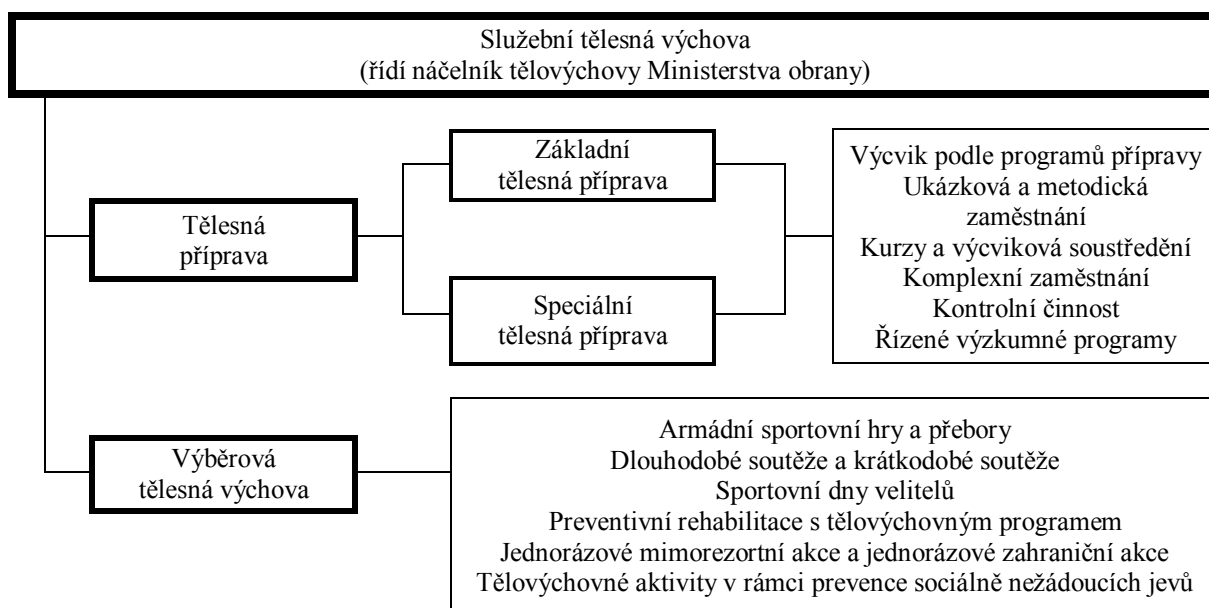
### 1.3 vojenská Tělovýchova

„Vojenská tělovýchova je širokou škálou činností, spjatých se službou v armádě. Proto je často nazývána služební tělovýchovou. Jedná se ale o rovnocenná synonyma, kdy služební tělovýchova se více používá ve vojenském prostředí, zejména v oficiálních dokumentech, zatím co vojenská tělovýchova lépe orientuje civilní odborníky“ (Přivětivý, 2004,13).

Hlavní důraz ve služební tělesné přípravě je kladen na rozvoj obecné tělesné zdatnosti a pohybové výkonnosti, utváření a zvyšování speciálních pohybových dovedností, zvyšování tělesné a duševní odolnosti pozitivním směrem, upevňování návyků správné životosprávy a zdraví, podpoře aktivního a účelného využívání volného času a prevenci rizikového chování v rámci projektu PPRChP (Primární prevence rizikového chování personálu rezortu Ministerstva obrany). Oblast Vojenské tělovýchovy řídí v rámci Ozbrojených sil tělovýchovní pracovníci, o kterých pojednává kapitola Řízení vojenské tělovýchovy.

Vojenská tělovýchova je rozdělena na dvě základní části. Na Tělesnou přípravu a Výběrovou tělesnou přípravu. Samotná tělesná příprava se dále rozděluje na Základní tělesnou přípravu a Speciální tělesnou přípravu. Samotné členění je znázorněno na obrázku č. 1. Jak uvádí Nařízení ministra obrany (Ministerstvo obrany, 2011, 95) mezi hlavní úkoly služební tělesné výchovy patří:

- a) dosahování a udržování optimální tělesné zdatnosti vojáků jako podmínky řádného výkonu služby;
- b) dosahování stanovených výkonnostních požadavků a ovládnutí profesních pohybových dovedností a návyků vojáků k řádnému plnění úkolů v mimořádných situacích nebo při bojové činnosti, a to po celou dobu jejich služebního poměru;
- c) zabezpečování pravidelné pohybové aktivity jako profesní nezbytnosti a předpokladu tělesného i duševního zdraví vojáků;
- d) získávání odolnosti vojáků proti psychickým zátěžím.



Obrázek 1. Členění služební tělesné výchovy a zásady jejího vedení  
(Ministerstvo obrany, 2011, 95)

## 1.4 Tělesná příprava

### Tělesná příprava

Tělesná příprava je ucelený pedagogicky řízený proces, jehož cílem je zvyšování fyzické zdatnosti vojáků tak, aby byli schopni plnit úkoly, které vyplývají z jejich služebního zařazení při dodržování tréninkových zásad. Tělesná příprava se zaměřuje na výkonnost jednotlivců, aby tito byli schopni opakovaně podávat maximální výkony v určité oblasti pohybových aktivit. Výkonnost jednotlivců je měřitelná časem, body, počtem opakování cviků. Jejich tělesná připravenost je výsledkem cílevědomého tělovýchovného procesu, ve vztahu k praktickému řešení vojenských úkolů pomocí pohybových činností.

Tělesně zdatný voják je schopný komplexně, účelně a účinně reagovat svou pohybovou činností na podněty zevního prostředí. Své tělesné zdatnosti dosahuje pravidelným tělesným tréninkem, který ovlivňuje zdravotní stav a který zároveň přispívá ke zlepšení průčeschnosti jednotlivce.

Nedílnou součástí tělesné zdatnosti vojáka je pohybová dovednost a pohybová schopnost. U pohybové dovednosti se jedná o souhrn předpokladů a schopností rychle a úsporně řešit určitý pohybový úkol. Pohybové dovednosti voják získává učením v rámci tělesné přípravy, zatímco pohybovou schopnost má každý jedinec vrozenou.

Pohybové schopnosti vojáků jako rychlost, síla, obratnost a vytrvalost jsou částečně ovlivnitelné prostředím nebo vhodným cvičením. Pohybové schopnosti nejsou specifické jen pro jednu činnost a jsou poměrně stálé v čase.

#### **1.4.1 Základní tělesná příprava**

Základní tělesná příprava se zaměřuje na utváření všeobecného pohybového a výkonnostního minima jako základní prvek pro další rozvoj tělesné připravenosti vojáků. Základní tělesná příprava navazuje na úroveň tělesné výkonnosti a pohybových dovedností vojáků, které získali před vstupem do služebního poměru v civilní oblasti. Tělovýchovní pracovníci se snaží v rámci základní tělesné přípravy využít všech metod a prostředků, které se shodují s metodami a prostředky tělesné výchovy a sportovního tréninku v civilní sféře.

Hlavním cílem výcviku v základní tělesné přípravě je vyrovnání vstupních rozdílů tělesné výkonnosti vojáků, kteří jsou nově zařazeni k útvaru na systematizované místo ve služebním poměru vojáka z povolání. Mezi další cíle patří systematicky připravovat vojáky k plnění základních výkonnostních norem z Výročního a Profesionálního minima, vytvářet a upevňovat u všech vojáků návyky pravidelné tělesné aktivity a aktivního využívání volného času.

Základní tělesná příprava v sobě zahrnuje:

- a) gymnastiku a její obměny (kondiční gymnastika, kalanetika, aerobik, cvičení s náčiním apod.);
- b) atletiku (běh, vrh a hod, skoky apod.);
- c) plavání (získávání a rozvíjení plaveckých dovedností);
- d) kolektivní sporty (fotbal, volejbal, nohejbal, basketbal...);
- e) individuální sporty (lyžování, tenis, úpolové sporty...);
- f) kontrolní cvičení a testy.

### ***1.4.2 Speciální tělesná příprava***

Cílem Speciální tělesné přípravy je rozšířit schopnosti a připravenost vojáků v oblasti tělesné a psychické zátěže. Ve Speciální tělesné přípravě se vojáci připravují pro specifické podmínky jejich nasazení v rámci misí a krizových stavů na teritoriu České republiky. Jednotlivé oblasti Speciální tělesné přípravy zařazují velitelé do výcviku podle požadavků, které jsou stanoveny na konkrétní vojenské odbornosti. Do Speciální tělesné přípravy patří speciální tělesná cvičení v oblasti překonávání překážek, házení granátů, pěších přesunů, Sebeobrany a boje zblízka (MUSADO MCS), Vojenského plavání, Vojenského lezení, Přežití v tísni a Přesuny na ledu a sněhu.

### ***1.4.3 Kontrolní cvičení a testy***

Mezi kontrolní cvičení a testy v rámci Ozbrojených sil patří dvě základní přezkoušení a to Výroční přezkoušení tělesné přípravy a Profesní přezkoušení. Všichni vojáci mají za povinnost zúčastnit se obou přezkoušení. Pro jednotlivé oblasti přezkoušení jsou stanoveny normy jak pro jednotlivce, tak i pro celé jednotky.

### **Výroční přezkoušení tělesné přípravy**

Výroční přezkoušení tělesné přípravy se provádí každý rok v době od 1. května do 30. června. V tomto období velitelé určují termíny pro jeho provedení. Nesplní-li voják při výročním přezkoušení z tělesné přípravy stanovenou normu nebo se nemůže ze závažných služebních nebo zdravotních důvodů zúčastnit přezkoušení v řádných termínech, jsou určeny v měsíci září náhradní termíny. Výroční přezkoušení z tělesné přípravy se každoročně uzavírá k 30. září. Toto přezkoušení lze absolvovat pouze v jednom dni. Tak jak je uvedeno v příloze č. 1 a 2 jsou normy pro výroční přezkoušení rozděleny dle pohlaví.

### **Výroční přezkoušení mužů:**

Muži se přezkušují ze dvou oblastí základní tělesné přípravy:

- Souborné cvičení silových testů
- Vytrvalostní test.

Vojáci, kteří jsou ve věku 51 let a starší, se přezkušují pouze z vytrvalostního testu.

### **Výroční přezkoušení žen:**

Ženy se přezkušují také ze dvou oblastí základní tělesné přípravy, ale dle odlišných norem:

- Silový test
- Vytrvalostní test.

Vojákyňe ve věku 46 let a starší se přezkušují pouze z vytrvalostního testu.

### **Vyhodnocení výsledků výročního přezkoušení z tělesné přípravy**

Každý test výročního přezkoušení z tělesné přípravy se hodnotí známkou:

- výtečně (1);
- dobře (2);
- vyhovující (3);
- nevyhovující (4).

Při hodnocení výsledků jsou vojáci rozděleni do věkových kategorií dle roku narození. Normy pro hodnocení výsledků dosažených v jednotlivých testech jsou uvedeny v příloze č. 1 a 2. Celkové hodnocení jednotlivce z výročního přezkoušení z tělesné přípravy se stanovuje jednou známkou podle hodnocení jednotlivých testů uvedených v příloze č. 3.

## **Profesní přezkoušení**

V rámci profesního přezkoušení se v průběhu celého roku prověřují u vojáků pohybové dovednosti a zvláštní dovednosti organizačních celků. Smyslem je zjistit úroveň a rozsah zvláštních dovedností a návyků z výcviku jednotlivců, skupin a celků jednotlivých druhů vojsk z různých témat speciální tělesné přípravy. Jednotky podle svého určení se dělí na jednotlivé kategorie A, B, C dle náročnosti a požadavků jejich vycvičenosti.

Pro jednotlivé druhy vojsk určují zodpovědní tělovýchovní pracovníci na stupni pluku a brigády konkrétní oblasti Speciální tělesné přípravy, ze kterých jsou podřízené útvary přezkoušeny, jako je sebeobrana a boj zblízka, vojenské lezení, hod granátem... Základní společná disciplína pro všechny je přesun na 20 km se zátěží 20 kg do určitého časového limitu. Ženy mají úlevu na 15 kg zátěže. Vojáci jsou hodnoceni známkou Splnil/ Nespnil. Jak je patrné z přílohy č. 4 je v rámci Profesního přezkoušení kladen důraz na zvláštní dovednosti a návyky jednotlivců.

### **1.5 Výběrová tělesná příprava**

Smyslem Výběrové tělesné výchovy je rozšířit pohybové aktivity vojáků, které vykonávají v rámci výcviku v tělesné přípravě. Cílem je motivovat vojáky pro provádění a účast na zaměstnání z tělesné přípravy jako jsou útvarové, rezortní a mimo rezortní soutěže a vést je k možnosti aktivního trávení volného času formou různých tělesných aktivit. Každoročně rezort MO organizuje 17 různých druhů soutěží a přeborů. Jak je uvedeno na obrázku č. 2 jedná se o průřez všemi oblastmi vojenské tělovýchovy. Samotná Výběrová tělesná příprava zahrnuje armádní sportovní hry a přebory, dlouhodobé a krátkodobé soutěže, sportovní dny a preventivní rehabilitace s tělovýchovným programem.

## PŘEBORY REZORTU MO 2015

1	Mezinárodní zimní přírodní víceboj „Winter Survival 2015“	Ovčárna pod Pradědem	26. - 30. 1. 2015
2	Přebor rezortu MO ve squashi	Praha	17. - 18. 3. 2015
3	Přebor rezortu MO ve sportovním skialpinismu	Brádrlerovy boudy Krkonoše	18. - 20. 3. 2015
4	Přebor rezortu MO ve stolním tenisu	Praha	14. - 15. 4. 2015
5	Přebor rezortu MO ve sportovním lezení	Brno	16. - 17. 4. 2015
6	Přebor rezortu MO ve vojenském pětiboji	Vyškov	25. - 29. 5. 2015
7	Přebor rezortu MO v golfu	Liberec	2. 6. 2015
8	Turnaj rezortu MO v tenise dvojic „Military Cup 2015“	Praha	10. - 14. 6. 2015
9	Přebor rezortu MO v plážovém volejbale	Opava	16. - 19. 6. 2015
10	Přebor rezortu MO v leteckém pětiboji	Praha, Žatec	17. - 21. 8. 2015
11	Mezinárodní letní přírodní víceboj „Summer Survival 2015“	Vyškov	5. - 9. 10. 2015
12	Přebor rezortu MO na horských kolech	Praha	7. 10. 2015
13	Přebor rezortu MO v nohejbalu „O pohár A-reportu“	Praha	14. 10. 2015
14	Přebor rezortu MO ve florbalu	Praha	21. - 22. 10. 2015
15	Přebor rezortu MO v šachu	Stará Boleslav	9. - 11. 11. 2015
16	Přebor rezortu MO v badmintonu	Praha	11. - 12. 11. 2015
17	Přebor rezortu MO ve volejbalu smíšených družstev	Praha	25. - 26. 11. 2015

Obrázek 2. Přebory rezortu Ministerstva obrany ČR v roce 2015 (Ministerstvo obrany 2014,2)



## **1.6 Řízení vojenské Tělovýchovy**

Služební tělesnou výchovu v rezortu Ministerstva obrany odborně a metodicky řídí náčelník tělovýchovy Ministerstva obrany prostřednictvím tělovýchovných pracovníků nebo pověřených tělovýchovných pracovníků. Do jeho povinností patří stanovení koncepce rozvoje služební tělesné výchovy, plánování a řízení úkolů služební tělesné výchovy. Dále zpracovává, analyzuje výsledky a stav služební tělesné výchovy. Na základě takto získaných poznatků navrhuje opatření a její optimalizaci. Pod náčelníkem tělovýchovy se nacházejí ostatní tělovýchovní pracovníci. (Ministerstvo obrany, 2011)

### ***1.6.1 Tělovýchovní pracovníci pro základní tělesnou přípravu***

#### **Náčelník tělovýchovy organizačního celku**

Je základním článkem vedení a řízení Služební tělesné výchovy u jednotlivých útvarů AČR. V současné době se ve struktuře AČR nachází 27 Tělovýchovných náčelníků. Tuto funkci může zastávat pouze osoba, která má ukončené vysokoškolské vzdělání v oboru Tělesná příprava a sport. Ve většině případů se jedná o absolventy Vojenského oboru fakulty tělesné přípravy a sportu Univerzity Karlovy. Z celkového počtu jsou pouze 2, kteří absolvovali jinou Vysokou školu než Univerzitu Karlovu. Mezi hlavní úkoly, které Náčelník tělovýchovy organizačního celku plní patří:

- Organizace a řízení služební tělesnou výchovu.
- Řízení a koordinace individuálního tréninku tělesné přípravy vojáků.
- Odborná příprava příslušníků složek organizačního celku a pomocných cvičitelů k výcviku v tělesné přípravě.
- Navrhuje veliteli rozsah speciální tělesné přípravy a zabezpečuje výběr a přípravu potřebného počtu instruktorů speciální tělesné přípravy.
- Provádí výběr a přípravu vojáků zařazených u organizačního celku pro sportovní reprezentaci organizovanou v rámci výběrové tělesné výchovy.

- Vede přehled o úrovni tělesné výkonnosti a připravenosti vojáků, analyzuje dosahované výsledky a navrhuje veliteli opatření k optimalizaci tělesné výkonnosti vojáků.
- Ve spolupráci s velitelem stanovuje termíny přezkoušení z tělesné připravenosti vojáků a připravenosti útvaru.
- Odborně řídí výroční přezkoušení a profesní přezkoušení z tělesné přípravy.

### **Učitel tělesné výchovy**

Učitelé tělesné výchovy na vojenské škole vedou výcvik dle plánů a učebních osnov pro danou školu. Plní pedagogické povinnosti a také úkoly, které jsou stanoveny pro náčelníka tělovýchovy organizačního celku. Vede výcvik ve speciální tělesné přípravě a podílí se na organizaci a řízení preventivních rehabilitací s tělovýchovnými programy, sportovních soutěží včetně mezinárodních sportovních soutěží a dalších akcí výběrové tělesné výchovy. V současné době lze v resortu Ministerstva obrany nalézt učitele u Vojenského oboru fakulty tělesné přípravy a sportu Univerzity Karlovy (VO FTK UK) v Praze, University Obrany v Brně (UO) a Vojenské střední školy a Vyšší odborné školy Ministerstva obrany v Moravské Třebové (VSŠ a VOŠ). Jak je patrné z obrázku č. 3 lze v současné době ve struktuře AČR nalézt 32 učitelů tělesné výchovy.

VO FTK UK Praha	<b>9</b>
UO Brno	<b>17</b>
VSŠ a VOŠ Moravská Třebová	<b>6</b>
<b>Celkem</b>	<b>32</b>

Obrázek 3. Počty učitelů tělesné výchovy k 1. 1. 2014 (Vágner, 2014)

## **Tělovýchovný specialista**

Tělovýchovný specialista plní úkoly služební tělesné výchovy podle jeho odborného zaměření. Podle úrovně teoretické i praktické připravenosti může plnit i některé vybrané úkoly náčelníka tělovýchovy organizačního celku. V rámci AČR se jedná o tělovýchovné pracovníky, kteří spolu s náčelníkem tělovýchovy organizačního celku tvoří samostatnou výcvikovou skupinu v rámci útvaru. Tyto skupiny se nachází ve struktuře Vzdušných sil AČR, na leteckých základnách a na Vojenské akademii ve Vyškově. V současné době se ve struktuře Ozbrojených sil nachází 25 Tělovýchovných specialistů, kteří mají ukončené Vysokoškolské vzdělání na Vojenském oboru fakulty tělesné přípravy a sportu Univerzity Karlovy.

Náměšť	<b>4</b>
Kbely	<b>4</b>
Čáslav	<b>4</b>
Stará Boleslav	<b>3</b>
Strakonice	<b>3</b>
VA Vyškov	<b>7</b>
<b>Celkem</b>	<b>25</b>

Obrázek 4. Počty Tělovýchovných specialistů k 1. 1. 2014 (Vágner, 2014)

## **Instruktor výcviku**

Instruktor výcviku se podílí na vedení výcviku v oblasti speciální tělesné přípravy, které jsou stanoveny ve výcvikových programech organizačního celku. Instruktor výcviku nemá Vysokoškolské vzdělání v oboru Vojenské tělovýchovy. Pro tuto činnost se připravuje ve specializovaném kurzu nebo ho odborně připravuje náčelník tělovýchovy organizačního celku. Podle rozhodnutí velitele se podílí rovněž na organizaci a vedení zaměstnání výběrové tělesné výchovy.

## **Pověřený tělovýchovný pracovník**

Pověřený tělovýchovný pracovník je voják nebo občanský zaměstnanec, který je pověřen velitelem k zabezpečení služební tělesné výchovy u organizačního celku. Jedná se o tzv. „zabezpečovací útvary“, jako jsou Vojenské hudby, útvary zabezpečující chod Vojenských výcvikových prostorů (VVP Boletice, VVP Doupov, VVP Brdy, VVP Dědice, VVP Libavá), útvary Vojenské policie, Hydrometeorologický a Kartografický útvar. Daní pověření tělovýchovní pracovníci plní vybrané úkoly náčelníka tělovýchovy organizačního celku. Velitel výkonem takové funkce pověřuje pouze osoby, které jsou schopny vzhledem k dosaženému vzdělání a vztahu k tělovýchově plnit zadané úkoly.

## **Pomocný cvičitel**

Pomocný cvičitel je součástí útvaru. Vede zaměstnání z tělesné přípravy příslušníků rot. Metodicky a odborně ho řídí náčelník tělovýchovy organizačního celku. Pomocní cvičitelé nemají Vysokoškolské vzdělání v oboru Vojenské tělovýchovy. Pro tuto činnost se připravují ve specializovaném kurzu u útvaru nebo je odborně připravuje náčelník tělovýchovy organizačního celku. Velitel roty ve spolupráci s náčelníkem tělovýchovy organizačního celku touto funkcí pověřuje pouze osoby, které jsou schopny vzhledem k dosaženému vzdělání a vztahu k tělovýchově plnit zadané úkoly

### ***1.6.2 Tělovýchovní pracovníci pro Speciální tělesnou přípravu***

Výcvik ve speciální tělesné přípravě, který je spojen se zvýšeným rizikem úrazu, ohrožením života nebo s hraničními tělesnými nebo psychickými zátěžemi, připravují a vedou ho vedoucí instruktoři a instruktoři speciální tělesné přípravy. Instruktorový sbor v oblasti speciální tělesné přípravy tvoří Vedoucí instruktoři a instruktoři. Pro vedení cvičení boje zblízka, vojenského plavání, vojenského lezení, základů přežití nebo přesunů na sněhu a ledu musejí mít vedoucí instruktoři a instruktoři speciální tělesné přípravy platné osvědčení, které má platnost tři roky u instruktorů a pět let u Vedoucích instruktorů.

## Vedoucí instruktoři

Vedoucí instruktoři jsou nejvyšším odborným orgánem dané oblasti Speciální tělesné přípravy v AČR. Ve většině případů se jedná o vojáky a občanské zaměstnance s tělovýchovným vzděláním. Pouze Vedoucí instruktoři jsou oprávněni udělovat licence instruktorům Speciální tělesné přípravy. Z obrázku č. 5 je patrné, že v současné době Armáda České republiky disponuje 44 odborníky na problematiku speciální tělesné přípravy, jenž vytváří koncepci výcviku a metodiku v jednotlivých oblastech a kteří implementují zkušenosti z výcviku v zahraničních armádách a misí do celkového systému Speciální tělesné přípravy.

oblast	vojáků z povolání	občanských zaměstnanců	celkem
Boj zblízka	8	1	9
Voj. lezení	13	1	14
Voj. plavání	9		9
Zákl. přežití	6		6
Přesuny na ledu a s.	6		6
	<b>42</b>	<b>2</b>	<b>44</b>

Obrázek 5. Počty vedoucích instruktorů k 1. 1. 2014 (Vágner, 2014)

## Instruktoři speciální tělesné přípravy

Jsou základní složkou výcviku v oblasti speciální tělesné přípravy. Pro získání osvědčení musí projít přípravou a výcvikem v různých kurzech pro danou oblast, kdy po řádném přezkoušení u dvoučlenné komise Vedoucích instruktorů získávají osvědčení pro vedení dané oblasti speciální tělesné přípravy. Platnost osvědčení trvá tři roky. V průběhu té doby instruktor vede výcvik u svého útvaru nebo v kurzech pořádaných nařízeným stupněm jeho útvaru.

oblast	vojáků z povolání	občanských zaměstnanců	celkem
Boj zblízka	430	3	433
Voj. lezení	226	2	228
Voj. plavání	142	3	145
Zákl. přežití	101	1	101
Přesuny na ledu a s.	75	2	77
	<b>974</b>	<b>11</b>	<b>985</b>

Obrázek 6. Počty vedoucích instruktorů k 1. 1. 2014 (Vágner, 2014)

Na obrázku č. 6 je vidět, že AČR v současné době disponuje skoro tisícem instruktorů v oblasti speciální tělesné přípravy. Největší zastoupení má Boj zblízka a Vojenské lezení.

## **2. CÍLE, ÚKOLY PRÁCE**

### **2.1 Cíl práce**

Cílem bakalářské práce je seznámení se s procesem tělesné přípravy u vojenského útvaru Armády České republiky v letech 2014 – 2015.

### **2.2 Úkoly práce**

- Seznámit se s procesem a organizací vojenské tělovýchovy v rezortu Ministerstva obrany České republiky
- Popsat funkční proces a organizaci tělesné přípravy u vojenského útvaru Armády České republiky jako objektu zkoumání v letech 2014 – 2015
- Zmapovat vývoj tělesné přípravy a tělovýchovného vzdělání v Československé armádě a v armádě České republiky od roku 1918 do současnosti.

### **3. METODIKA**

Pro splnění cílů práce jsem použil tyto metody.

#### **3.1 Analýza dokumentů**

V této analýze jsem se snažil vyhledat všechny relevantní dokumenty pojednávající o problematice Vojenské tělovýchovy. Tak jak uvádí (Hendl, 2005,130) „výhodou je okolnost, že data nejsou vystavena působení zdrojů chyb nebo zkreslení, jež vznikají při uskutečňování rozhovorů nebo pozorování, měření a testování“. Mezi zkoumané dokumenty, které mi posloužily pro zpracování bakalářské práce, patří interní normativní akty resortu Ministerstva obrany, vnitřní dokumenty zkoumaného objektu, odborná literatura zabývající se problematikou vojenské tělovýchovy, články v odborných periodikách a Válečný deník Československého armádního sboru v SSSR v letech 1944 – 1945 uložený ve Vojenském ústředním archivu v Praze.

#### **3.2 Historický výzkum**

Historický výzkum jsem použil pro zmapování historického procesu vývoje tělesné přípravy a vývoje tělovýchovného vzdělání v Československé armádě a Armádě České republiky. Tento výzkum „může pomoci při objasnění kořenů, zdrojů nebo příčin současných fenoménů. Historický výzkum umožňuje lépe chápat lidské chování a myšlení tím, že zabraňuje statické izolaci výzkumníka v pouhé přítomnosti“. (Hendl, 2005,132)



## 4. VÝSLEDKY

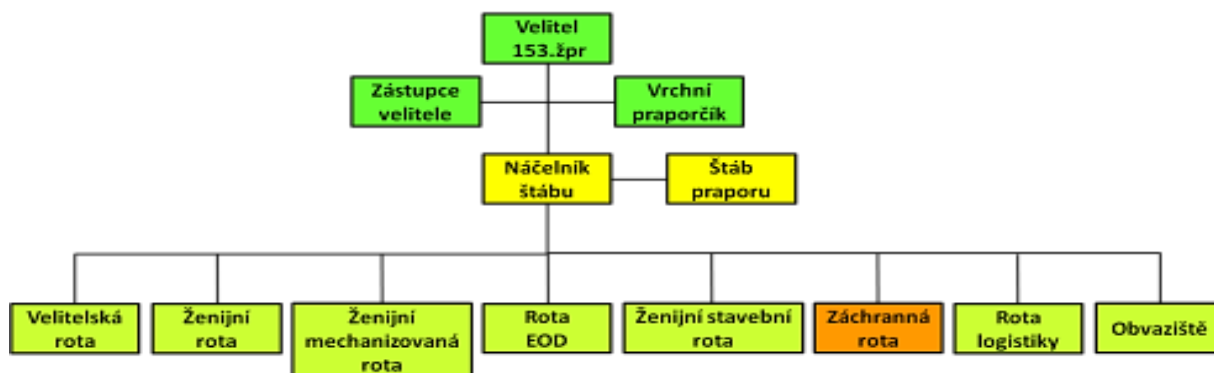
### 4.1 Analýza procesu tělesné přípravy u vojenského útvaru jako objektu zkoumání v letech 2014 – 2015

#### 4.1.1 Charakteristika zkoumaného objektu

Pro zkoumání procesu tělesné přípravy jsem zvolil 153. ženijní prapor umístěný v Olomouci, u něhož vykonávám funkci mladšího instruktora tělesné přípravy a zároveň Vedoucího instruktora lezení a záchrany AČR.

153 ženijní prapor vznikl na základě organizačních, mobilizačních a dislokačních změn v roce 2008 na bázi zrušeného 156 záchranného praporu v Olomouci, kde je umístěn. V roce 2013 byl sloučen se Samostatnou záchrannou rotou Olomouc a vznikl v nové struktuře o celkovém počtu 417 osob. 153. ženijní prapor je v podřízenosti 15. ženijního pluku Velitelství pozemních sil a je předurčen k plnění úkolů na území České republiky, které se týkají ženijní podpory činnosti Armády České republiky, realizace ženijních opatření, speciální podpory k eliminaci případných teroristických činností pyrotechnického charakteru, záchranné, vyprošťovací a likvidační práce v rámci IZS ČR.

Útvar je také předurčen pro plnění úkolů mimo území ČR, jako je ženijní podpora úkolových uskupení AČR, ženijní podpora uskupení vzdušných sil, ženijní podpora mezinárodních uskupení vyšších stupňů. Útvar je dislokován v kasárnách Chválkovice v okrajové části města Olomouc.



Obrázek 7. Organizační struktura praporu (Skupina KIS, 2014)

#### **4.1.2 Organizace tělesné přípravy u útvaru**

Tělesná příprava u 153 ženijního praporu (útvary) se organizuje ve třech oblastech služební tělovýchovy jako je základní, speciální a výběrová. Za organizaci a provádění služební tělovýchovy je zodpovědný Náčelník tělesné výchovy. Pro tento proces využívá tělovýchovné pracovníky, Mladšího instruktora tělesné výchovy, Instruktory speciální tělesné přípravy a Pomocné cvičitele. Na tělovýchovném procesu u útvaru se také podílí jednotlivý velitelé rot a náčelníci, kteří vytváří podmínky pro plnění stanovených norem výročního a profesního přezkoušení, rozpočtů hodin, účast na kurzech a soutěžích u svých podřízených. Rozpočet hodin je stanoven na základě denního řádu útvaru a obsahu Programu přípravy ženijních záchranných jednotek Prog 1 – 3 ŽZ z roku 2005 a to minimálně 5 hodin týdně pro všechny příslušníky útvaru, kteří nemají zdravotní omezení.

#### **4.1.3 Základní tělesná příprava**

Hlavním cílem základní tělesné přípravy u útvaru je zvyšování celkové fyzické zdatnosti s důrazem na zdravotní aspekt působení odborně řízené činnosti; adekvátní zvyšování vytrvalostních a obratnostních schopností vojáků a zajištění rozvoje a udržení žádoucí fyzické zdatnosti v průběhu celého výcvikového roku.

Upřednostňuje se systematická, řízená forma tréninku s pravidelnou účastí vojáků. Jedním ze stěžejních úkolů, které byly stanoveny velitelem útvaru, je účast vojáků zdravotně oslabených. Zaměstnání ze základní tělesné přípravy se volí s ohledem na plnění hlavních úkolů útvaru. S přihlédnutím na zdrojový rámec útvaru na rok musí tělovýchovní pracovníci a velitelé preferovat činnosti a aktivity s minimálními požadavky na finanční a materiální zabezpečení. Základní formou tělesné přípravy u útvaru je trénink, který spočívá ve zdokonalování získaných pohybových schopností, dovedností a výkonnosti složek organizačního celku a přispívá ke stmelování jejich příslušníků při tělesném zatížení. Je založen na pohybovém učení, jenž respektuje specifické nervosvalové koordinace a požadavky energetického zabezpečení pohybové činnosti s cílem dosahovat subjektivně maximálního specifického pohybového výkonu. Upevňuje a zdokonaluje již nacvičené činnosti jednotlivce nebo složek organizačního celku (Ministerstvo obrany, 2011)

Součástí Základní tělesné přípravy je i ranní tělesná příprava a Polní tělocvik. Tématika Základní tělesné přípravy a Ranní tělesné přípravy je obsahově shodná, tak jako Polní tělocvik a tématika Speciální tělesné přípravy.

Polní tělocvik je dnes, již archaistický název pocházející z dob první republiky. Tělovýchovní pracovníci se ale rozhodli nazvat tak v podmínkách útvaru ranní speciální tělesnou přípravu a poukázat na historickou kontinuitu výcviku první republiky a současnosti. Výcvik Základní tělesné přípravy si plánují příslušní velitelé ve své dokumentaci jako je rozvrh zaměstnání na 14 dnů. Pro vedení této tematiky využívají pomocných cvičitelů nebo instruktorů speciální tělesné přípravy.

### **Ranní tělesná příprava**

Ranní tělesná příprava se provádí každý čtvrtek v 1. výcvikové hodině (od 7:00 do 7:50) formou řízeného zaměstnání, ve sportovní ústroji. V tomto zaměstnání se klade důraz na rozvoj základních pohybových schopností a dovedností se zaměřením na níže uvedené témata, které je vhodné kombinovat v průběhu realizace ranní tělesné přípravy. Řízením této přípravy je pověřen daným velitelem jednotky Pomocný cvičitel nebo instruktor speciální tělesné přípravy. Velitelé mohou využít metodické pomoci Náčelníka tělovýchovy nebo mladšího instruktora formou řízení ukázkového zaměstnání nebo materiálního zabezpečení.

- **Začátek a ukončení zaměstnání**

Začátek zaměstnání se zahajuje rozcvičením a na konci zaměstnání se provádí protažení a kompenzační cvičení. Náplň obou částí se stanovuje dle místa provádění výcviku, aktuálního počasí a v návaznosti na obsah výcviku.

- **Příklad tréninku rychlostních schopností**

- opakované úseky 20 m, 30 m, 50 m, 30 m, 20 m;
- rovinky 60 m (rovnoměrné, rozložené, stupňované);
- opakované úseky 100 m, 150 m, 100 m.

- **Příklad tréninku rychlostně-vytrvalostních schopností**

- opakované úseky 100 m (4krát rovnoměrné 40 %);
- rozložené, stupňované, (rovnoměrné 75 %);
- opakované úseky 200 m, 300 m, 400 m, 300 m, 200 m.

- **Příklad tréninku vytrvalostních schopností**

- souvislý běh 2 km;
- 400 m, 800 m, 400 m;
- souvislý běh 2 km.

- **Příklad tréninku silových schopností**

- horní končetiny;
- trup, záda;
- dolní končetiny.

- **Hody a rozvoj silově-obratnostních schopností**

- hod z místa;
- hod za chůze;
- hod z rozběhu;
- hod do dálky;
- hod na cíl.

- **Posilování**

- provádí se formou kruhového tréninku se střídáním zátěže jednotlivých svalových partií.

## Polní tělocvik

Polní tělocvik se provádí každé úterý v 1. výcvikové hodině (od 7:00 do 7:50) formou řízeného zaměstnání v polním stejnokroji. V tomto zaměstnání se klade důraz na rozvoj základních pohybových schopností a dovedností pro plnění bojových úkolů útvaru při nasazení v rámci misí a za krizových stavů v rámci IZS.

Řízením této přípravy je pověřen daným velitelem jednotky Pomocný cvičitel nebo instruktor speciální tělesné přípravy. Pro jednotlivé jednotky je stanoven rozpis témat na jednotlivé dny v měsíci po celý rok.

	první týden v měsíci	druhý týden v měsíci	třetí týden v měsíci	čtvrtý týden v měsíci
rlog + obv + žr	granát + přek. dráha	přesun na 5 km s 10 kg	boj zblízka	běh (zrychlený přesun)
velr + žmr	běh (zrychlený přesun)	granát + přek. dráha	přesun na 5 km s 10 kg	boj zblízka
vel. + štáb + žstavr	boj zblízka	běh (zrychlený přesun)	granát + přek. dráha	přesun na 5 km s 10 kg
rEOD + zr	přesun na 5 km s 10 kg	boj zblízka	běh (zrychlený přesun)	granát + přek. dráha

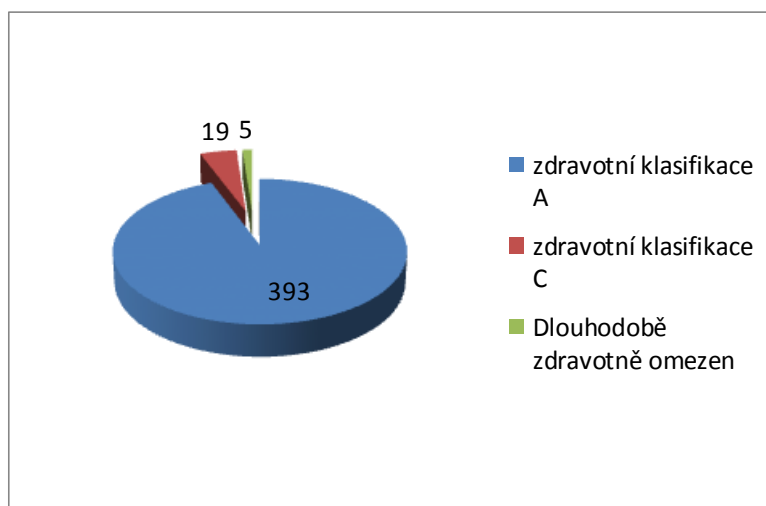
Obrázek 8. Organizace polního tělocviku u 153 ženijního praporu (Migdau, 2014)

## Zdravotní omezení

Zdravotní stav vojáků z povolání se posuzuje 1 x ročně u ošetřujícího vojenského lékaře spádového zdravotního zařízení. Na základě aktuálního zdravotního stavu jsou vojáci z povolání rozděleni do třech kategorií:

1. Zdravotní klasifikace A – schopen bez omezení
2. Zdravotní klasifikace C – není schopen vykonávat určitou činnost na základě svého zdravotního stavu. Toto omezení může mít charakter vysokého krevního tlaku, nadváhy...., příslušné omezení určuje lékařská posudková komise

3. Dočasně zdravotně omezen DZO – jedná se většinou o po úrazové stavy, které vyžadují dlouhou rekonvalescenci.



Obrázek 9. Zdravotní klasifikace vojáků z povolání u útvaru v roce 2015 (Migdau, 2014)

Celkový počet vojáků u útvaru je 417 ke dni 1. 1. 2015

### **Provádění ranní tělesné přípravy zdravotně omezených**

Na základě služebních předpisů pro oblast tělesné přípravy a na základě odborné konzultace ošetřujícího vojenského lékaře spádového zdravotního zařízení a jeho odborného stanoviska, k přihlédnutím k dané diagnóze vojáků, jsou vojáci se zdravotním omezením „C“ rozděleni do třech skupin:

#### **I. Skupina**

V zimním období roku (do 31. 3.) se zaměřuje na Přesuny – rozvoj vytrvalosti na vzdálenost 2 km a v letním období roku od 1. 4. do 31. 10. provádí individuální tělesnou přípravu, Trénink vytrvalostních schopností - souvislý běh 2 km v areálu kasáren Chválkovice.

Pro jejich individuální rozvoj jim byla stanovena tělovýchovnými pracovníky orientační tabulka výkonosti bez časového omezení na jednotlivá kola.

Příslušné hodnoty zaznamenávají do svého Tělesného deníku, který předkládají na výroční lékařské prohlídce ošetřujícímu vojenskému lékaři.

měsíc	činnost	běh	metry	chůze	metry	kombinace	celkem
duben	běh/chůze	2 kola 460 m	920 m	3 kola 460m	1380 m	chůze/běh/chůze/běh /chůze	2300 m
květen	běh/chůze	3 kola 460 m	1380 m	4 kol 460 m	1840 m	chůze/běh/chůze/běh /chůze/běh/chůze	3220 m
červen	běh/chůze	4 kola 460 m	1840 m	5 kol 460 m	2300 m	chůze/běh/chůze/běh /chůze/běh/chůze/běh/chůze	4140 m
červenec	běh	3 kola 460 m	1380 m	3 kola 460m	1380 m	běh/chůze/běh /chůze/běh/chůze	2760 m
srpen	běh	4 kola 460 m	1840 m	4 kola 460m	1840 m	běh/chůze/běh/chůze/běh/ chůze/běh /chůze	3680 m
září	běh	4 kola 460 m	1840 m	2 kola 460 m	920 m	běh/běh/chůze/běh/běh /chůze	2760 m
říjen	běh	5 kol 460 m	2300 m	1 kolo 460 m	460 m	běh/běh/běh/běh /běh/chůze	2760 m

Obrázek č. 10 Tabulka pro trénink vytrvalostních schopností (Migdau, 2014)

## II. Skupina

II a III. skupina (Dlouhodobě zdravotně omezených) může provádět individuální tělesnou přípravu a využívat metodické pomoci tělovýchovných pracovníků.

### Metodická příprava Tělovýchovných pracovníků útvaru

Pro Pomocné cvičitele je každoročně ve dvou termínech organizován účelový kurz, který je zaměřen na zvýšení metodické úrovně a pedagogických znalostí v oblasti tělovýchovy, organizování soutěží, komunikativních dovedností a outdoorových a indoorových aktivit. Tyto zkušenosti poté přenášejí do výcviku vlastní jednotky nebo do zaměstnání, které vedou v základní tělesné přípravě.

<b>jednotka</b>	<b>počet Pomocných cvičitelů</b>
velitelská rota	<b>2</b>
rota logistiky	<b>4</b>
ženijní rota	<b>3</b>
ženijní mechanizovaná rota	<b>5</b>
ženijní stavební rota	<b>2</b>
záchranná rota	<b>3</b>
rota EOD	<b>4</b>
obvaziště	<b>0</b>
<b>celkem</b>	<b>23</b>

Obrázek č. 11 Počty Pomocných cvičitelů u 153 ženijního praporu (Migdau, 2014)

#### **4.1.4 Speciální tělesná příprava**

Speciální tělesná příprava u útvaru se provádí v rámci výcviku jednotek nebo v samostatných základních kurzech organizovaných Náčelníkem tělesné přípravy. Jednotlivé témata vedou instruktoři speciální tělesné přípravy zařazení u jednotek útvaru. Tématika je stanovena stejně jako pro Základní tělesnou přípravu Programem přípravy ženijních záchranných jednotek Prog. 1 – 3 ŽZ. Časová dotace na dané téma záleží na úvaze jednotlivých velitelů, bývá stanovena na základě úrovně výcviku jednotky a jejich předpokládanému nasazení v rámci bojového předurčení a v rámci nasazení v IZS za krizových stavů. Minimálně jsou to však 2 hodiny týdně. Oblasti Speciální tělesné přípravy, které se provádí u útvaru, jsou: Přesuny – rozvoj vytrvalosti, Překonávání překážek, Sebeobrana a boj zblízka, Vojenské plavání, Přežití v tísni, Vojenské lezení a Komplexní zaměstnání, jenž spojuje více oblastí Speciální tělesné přípravy v jeden výcvik, který trvá déle jak dva dny.

Fyzickou a psychickou zátěž u vojáků při tomto výcviku volí instruktoři podle vstupní úrovně jejich tělesné výkonnosti tak, aby nedošlo k jejich přepětí a poškození zdraví.



Vzhledem k nebezpečí úrazu následkem únavy jsou instruktoři v rámci instrukčně metodických zaměstnání Náčelníka tělesné přípravy útvaru vedeni k dodržování pedagogické a metodické zásady tréninku s postupným zvyšováním zatížení a náročnosti pohybových dovedností. U žen je kladen důraz na organizaci zaměstnání s respektováním zvláštností ženského organismu. Stěžejní tematikou v rámci celého roku je výcvik v sebeobraně a boji z blízka. Z obrázku č. 12 vyplývá, že útvar disponuje 36 instruktory speciální tělesné přípravy

oblast STP	instruktor	vedoucí instruktor	celkem
Boj zblízka	8		
Voj. lezení	10	1	
Voj. plavání	8		
Zákl. přežití	1	1	
Přesuny na ledu a sněhu	7		
celkem	34	2	36

Obrázek č. 12 Počet instruktorů u útvaru k 1. 1. 2014 (Migdau, 2014)

Tělovýchovní pracovníci útvaru za rok 2014 odvedli pro útvar a nadřízené stupně 335 hodin speciální tělesné přípravy, viz obrázek č. 13. "

oblast STP	datum	počet hodin
Přesuny na ledu a sněhu	19. - 23. 1.	35 h
Vojenské lezení	2. - 5. 2.	35 h
Přesuny na ledu a sněhu	9. - 13. 2.	35 h
Vojenské lezení	16. - 20. 2.	15 h
Přesuny na ledu a sněhu	23. - 27. 2.	35 h
Vojenské lezení	2. - 6. 3.	35 h
Přesuny na ledu a sněhu	9. - 13. 3.	5 h
Boj zblízka	11. - 22. 5.	70 h
Boj zblízka	25. - 28. 5.	27 h
Boj zblízka	29. 5.	7 h
Vojenské lezení	3. - 4. 6.	6 h
Boj zblízka	8. - 12. 6.	15 h
Vojenské lezení	27. - 31. 7.	35 h
celkem		355 h

Obrázek č. 13 Počet odvedených hodin Speciální tělesné přípravy u útvaru (Migdau, 2014)

Pro zvýšení metodické úrovně instruktorů a jejich pedagogických znalostí je pro ně dvakrát ročně organizován Náčelníkem tělovýchovy speciální kurz zaměřený na rozvoj základní tělesné přípravy, pedagogiky v tělovýchovném procesu, organizování soutěží, komunikativních dovedností a teambuldingu. Tyto kurzy následně navazují na samostatné základní kurzy v dané speciální tělesné přípravě, v nichž instruktoři aplikují získané znalosti do své praxe. Tyto kurzy sami vedou a organizují, kdy Náčelník tělovýchovy poskytuje pouze servis v podobě administrativního a logistického zabezpečení. Pro zvyšování odborného růstu a metodických dovedností instruktorů jsou v rámci možností na základní kurzy přizýváni Vedoucí instruktoři jednotlivých oblastí. Na základě jejich poznatků o úrovni výcviku instruktorů speciální tělesné přípravy se stanovuje koncepce a záměr rozvoje na další 3 roky tak, aby bylo dosaženo cílových počtů instruktorů speciální tělesné přípravy a to po dvou instruktorech na každé jednotce.

V roce 2015 byly organizovány 4 základní kurzy v Sebeobraně a boji zblízka, Vojenském lezení, Vojenském plavání a Přežití, jak je patrné z obrázku č. 14 Tyto kurzy se organizovaly pro 70 příslušníků praporu. Zúčastnilo se jich 19 instruktorů 153 ženijního praporu, které metodicky a odborně zastřešili tři vedoucí instruktoři. Tento počet účastníků z útvaru zabezpečí pro budoucnost rozvoje speciální tělesné přípravy nové potencionální instruktory, kteří se v průběhu následujících let začnou profilovat na základě účasti na dalších kurzech. Tím bude neustále zabezpečen příliv nových instruktorů a do tří let dosaženo cílových počtů instruktorů na jednotkách útvaru.

Typ kurzu	počet instruktorů	počet účastníků	vedoucí instruktor
Sebeobrana a boj zblízka	6	30	1
Vojenské lezení	8	20	1
Vojenské plavání	5	20	1
Přežití	1	10	
Celkem	19	70	3

Obrázek č. 14 Základní kurzy speciální tělesné přípravy u útvaru pro rok 2015

(Migdau, 2014)

#### **4.1.5 Výběrová tělesná příprava**

Výběrová tělesná příprava u útvaru rozšiřuje pohybové aktivity vojáků, které vykonávají v rámci výcviku v tělesné přípravě. Výběrovou tělesnou přípravu organizuje velitel útvaru nebo velitel jednotky. Výběrovou tělesnou přípravu zpravidla řídí tělovýchovní pracovníci útvaru. Mezi základní činnost v oblasti Výběrové tělesné přípravy patří Přebory velitele útvaru, sportovní dny a účast na rezortních i mimo rezortních závodech a přeborech.

#### **Přebory velitele útvaru**

V průběhu roku organizují tělovýchovní pracovníci Přebory velitele útvaru o putovní pohár mezi jednotkami. Přebory jsou organizovány ve třech disciplínách:

1. Kolektivní hry a sporty
2. Polní kombinace (kombinace individuálních sportů)
3. Výroční přezkoušení „ Sportovec roku“.

#### **1. Kolektivní hry**

Pro kolektivní sporty jsou platná standartní pravidla

- Fotbal
- Sálková kopaná
- Florbal
- Volejbal
- Beach volejbal

#### **2. Polní kombinace**

Polní kombinace se organizuje pro pětičlenná družstva, přičemž součástí týmu musí být žena. Provádí se v polním stejnokroji. Vojenská kombinace je organizovaná ve třech disciplínách:

**a) Běžecská kombinace**

Běžecská štafeta / Šplh na tyči / Biatlon / Orientační běh

**b) Silová kombinace**

Šplh na laně / Hod granátem na cíl za běhu / Tažení nákladního vozidla Tatra T 815

**c) Vojenská kombinace**

Překážková dráha / Hod granátem na cíl / Přesun na 10 Km se zátěží 10 Kg

**3. Výroční přezkoušení „ Sportovec roku“**

Soutěž Sportovec roku se vyhlašuje na konci období po provedení Výročního přezkoušení z tělesné přípravy u útvaru, zpravidla v měsíci říjnu. Pro tuto soutěž jsou stanoveny 2 kategorie, Silová část a běh a Silová část a plavání. Dále se rozlišují kategorie muži a ženy. Celkové výsledky se přepočítávají na body s ohledem na věk a pohlaví. Pro nejlepší sportovce je každoročně organizován jako forma odměny tělovýchovný camp v Krkonoších pod záštitou velitele útvaru. Obsahem tohoto campu je rozvoj a prohlubování pohybových aktivit vojáků ve spolupráci s civilními odborníky. Celotýdenní náplň tvoří bloky přednášek na témata zdravé výživy, fyziologie tréninku, fyzioterapie, zdravého životního stylu a aktivního trávení volného času. Součástí campu jsou také kolektivní hry a běh.

**Sportovní dny**

Sportovní dny se organizují nejméně jednou za tři měsíce. Jejich rozsah a obsah se uvádí v plánovacích dokumentech. Organizují je velitelé jednotek. Pro sportovní dny se využívají tělovýchovná zařízení útvaru nebo tělovýchovná zařízení posádky Olomouc a v neposlední řadě komerční tělovýchovná zařízení ve městě. Pronájmy těchto zařízení se realizují v rámci rozpočtu pro Sociálně nežádoucí jevy a z Fondu kulturně sociálních potřeb.

Za organizaci sportovních dnů štábu útvaru zodpovídá Náčelník štábu. Zahrnuje je do své plánovací dokumentace. Organizuje je pro štáb a logistiku prostřednictvím Náčelníka tělesné přípravy nebo mladšího instruktora v oblasti metodické pomoci, možnosti řízení sportovního dne, konzultace a materiálního zabezpečení

U jednotek útvaru sportovní dny organizují Velitelé rot, kteří je zahrnují do své plánovací dokumentace a organizují je pro svoji jednotku prostřednictvím „pomocného cvičitele“ nebo instruktora speciální tělesné přípravy dané jednotky v součinnosti s Náčelníkem tělesné přípravy v oblasti metodické pomoci, možnosti řízení sportovního dne, konzultace a materiálního zabezpečení.

## **Reprezentace útvaru**

Příslušníci útvaru se každoročně účastní rezortních soutěží ve florbalu, fotbalu a plážovém volejbale. V oblasti speciální tělesné přípravy se jedná o účast reprezentačních družstev na Zimním přírodním víceboji Krkomeň, Winter Survivall, Summer Survivall a Iron Engenirs. Za posledních pět let se reprezentační družstva útvaru umísťují ve výše zmíněných soutěžích na čelních místech. Jednotliví příslušníci útvaru se také účastní různých soutěží v civilní sféře, jako je Olomoucký půlmaraton, Beskydská sedmička, Výběh na Praděd, Pražský triatlon, Bobr Cap...

### **4.1.6 Výroční přezkoušení**

Výroční přezkoušení z tělesné přípravy se provádí u útvaru v měsících květnu a červnu. Využívá se sportovišť a tělovýchovných zařízení útvaru a města Olomouce. Pro silovou část je to Tělovýchovné centrum Jindřicha Vaníčka a pro vytrvalostní disciplíny se využívá Sportovní areál Tělovýchovné jednoty Lokomotiva a Plavecký bazén Olomouc. Vzhledem k podpoře tělovýchovného procesu u útvaru v oblasti základní tělesné přípravy ze strany velitele útvaru a systematickému zkvalitňování výcviku v této oblasti ze strany Náčelníka tělesné přípravy došlo za posledních pět let k výraznému zlepšení výsledků, jak je patrné z obrázku č. 15.

rok	Organizační celek (krycí číslo, dislokace)	Celkový počet příslušníků organizačního celku	Počet přezkoušených příslušníků organizačního celku	Hodnocení				Nepřezkoušeno – omluveno			Nepřezkoušeno – neomluveno	Celkem splnilo (%)
				1	2	3	4	Zdravotní klasifikace „C“	Dočasně omluveni ze zdravotních důvodů	Jiné čl. 113 písm. c), d), e)		
2011	VÚ 5616 Olomouc	349	315	43	178	62	32	14	15	5	0	90%
2012	VÚ 5616 Olomouc	344	311	38	206	52	15	18	4	11	0	95%
2013	VÚ 5616 Olomouc	334	301	44	191	56	10	17	5	10	0	97%
2014	VÚ 6624 Olomouc	400	339	89	196	28	26	23	16	22	0	92%
2015	VÚ 6624 Olomouc	418	362	98 27%	221 61%	29 7%	18 5%	22	26	6	0	96%

Obrázek č. 15 Tabulka výsledků výročního přezkoušení u útvaru 2011 – 2015 (Migdau, 2015)

#### 4.1.7 Profesní přezkoušení

Profesní přezkoušení z tělesné přípravy se provádí u útvaru v průběhu celého roku. Testy a normy profesního přezkoušení stanovuje nadřizený stupeň útvaru. Útvar patří dle Normativního výnosu Ministra obrany č. 12/2011 do výkonnostní skupiny B. V této skupině se nacházejí jednotky se střední náročností na tělesnou připravenost jejich příslušníků. Útvar se samostatně člení na dvě výkonnostní skupiny. Do skupiny B patří výkonné jednotky a do skupiny C velitelství, štáb, velitelská rota, rota logistiky a obvaziště. Každá z těchto skupin má stanoveny různé druhy testů viz obrázek č. 16 a 17. V rámci Profesního přezkoušení je pro ženy stanoveno omezení při pěších přesunech a to maximálně 15 kg zátěže.

Vojáci jsou na základě výsledků v jednotlivých testech hodnoceni, splnil nebo nesplnil, bez ohledu na dosažené hodnocení výtečně, dobře a vyhovující.

#### VÝKONNOSTNÍ SKUPINA „B“

Číslo testu	Disciplína	Složky organizačních celků typu B		
		Výtečně	Dobře	Vyhovující
24	Pěší přesun na 20 km s 20 kg zátěže (hodina)	4:20	4:50	5:30
7	Člunkový běh 10krát 10 m (sekunda)	20	24	26
21	Boj zblízka	hodnocení podle čl. 134 NVMO č. 12 / 2011		

Obrázek č. 16 Normy profesního přezkoušení skupiny B (Ministerstvo obrany, 2011, 117)

#### VÝKONNOSTNÍ SKUPINA „C“

Číslo testu	Disciplína	Složky organizačních celků typu C		
		Výtečně	Dobře	Vyhovující
26	Pěší přesun na 15 km s 10 kg zátěže (hodina)	4:00	4:30	5:00

Obrázek č. 17 Normy profesního přezkoušení skupiny B (Ministerstvo obrany, 2011, 117)

#### 4.1.8 Spolupráce

Tělovýchovní pracovníci útvaru ve své odborné gesci spolupracují s různými vojenskými a civilními zařízeními z oblasti tělesné přípravy. Hlavním partnerem spolupráce v oblasti speciální tělesné přípravy je Vojenský obor Fakulty tělesné přípravy a sportu Univerzity Karlovy. Spolupráce s touto institucí zahrnuje podíl na zpracování dokumentů a pomůcek pro Vojenské lezení, plavání a přesuny na ledu a sněhu. Příprava a podpora příslušníků útvaru v reprezentačním týmu AČR ve vojenském pětiboji.

Na této fakultě působí tělovýchovní pracovníci jako externí lektori na problematiku boje v horách a historie horských jednotek.

Další významnou institucí, se kterou spolupracují, je oddělení tělesné přípravy Vojenské Akademie Vyškov v oblasti organizace mezinárodních přeborů v přírodním víceboji Summer Survival. Tělovýchovní pracovníci útvaru se také podílejí na organizaci přírodního víceboje Krkomen v rámci 15 ženijního pluku. V civilní oblasti je rozvinutá dlouholetá spolupráce s útvarem rychlého nasazení Policie České republiky, firmou Hudy sport a Singin Rock.

#### ***4.1.9 Podpora aktivního životního stylu vojáků***

Tělovýchovní pracovníci útvaru se snaží působit i na poli aktivního využívání volného času u vojáků a jejich rodinných příslušníků. Tyto aktivity lze rozdělit do dvou oblastí, vnější a vnitřní.

#### **Vnější podpora aktivního životního stylu**

Jedná se o oblast, která je zabezpečována mimo kasárna útvaru jako jsou tělovýchovná zařízení, externí lektori nebo výdej „unišeků“ pro tělovýchovné aktivity. Tyto aktivity jsou tělovýchovnými pracovníky zabezpečovány smluvně.

V roce 2014 se podařilo vyjednat s posádkovou správou města Olomouc volný vstup do jejich tělovýchovných zařízení v mimopracovní době pro vojáky a jejich rodinné příslušníky. V první řadě se jedná o tělovýchovné zařízení v objektu Žižkových kasáren, kde lze využít služeb Tělovýchovného centra, jako jsou kurty pro tenis squash, posilovna, sauna a multifunkční tělocvična. K dalším zařízením patří hala Šibeník s posilovnou a saunou. Mezi aktivity pro podporu aktivního životního stylu vojáků patří pravidelné přednášky v rámci projektu PPRChP (Primární prevence rizikového chování personálu rezortu Ministerstva obrany) s tématy zdravého životního stylu, jenž tělovýchovní pracovníci zajišťují pomocí externích lektorů. Pro větší podporu aktivního využívání volného času jsou vydávány každoročně tzv. „unišky“, které slouží vojákům pro bezplatný vstup do tělovýchovných zařízení ve městě Olomouc.



## **Vnitřní podpora aktivního životního stylu**

V oblasti vnitřní podpory aktivního životního stylu se tělovýchovní pracovníci zaměřují na podporu tělesných aktivit, které vedou ke zvyšování tělesné zdatnosti vojáků a v návaznosti na lepší plnění norem výročního a profesního přezkoušení z tělesné přípravy. V úzké spolupráci s velením útvaru jde o finanční podporu při účasti na Olomouckém půlmaratónu. Další aktivitou je soutěž „Běh na Duklu“ a jízda k Dunkerqu. Smyslem soutěže je podpora vojáků v běhu, kdy každý zájemce má vlastní běžecký deník on - line přístupný na útvarovém serveru a zapisuje uběhnuté kilometry v průběhu roku. Cílem na pomyslné běžecké mapě je Dukelský průsmyk, místo největších bojů Československých jednotek na východní frontě za druhé světové války. Ve stejném duchu probíhá i soutěž jízda k Dunkerqu, kdy má každý zájemce svůj jezdecký deník on line přístupný na útvarovém serveru a do něj zapisuje ujeté kilometry v průběhu roku. Cílem na pomyslné mapě je přístav Dunkerquer ve Francii, místo bojů našich jednotek za druhé světové války na západní frontě. Obě soutěže se vedou ve smyslu fair play přístupu všech účastníků. Vítězové obou soutěží obdrží putovní pohár.

Poslední oblastí je podpora vojáků v plaveckých disciplínách. Jedenkrát týdně mohou příslušníci zdarma využívat služeb plaveckého bazénu Olomouc ve stanovených časech. V poslední době tělovýchovní pracovníci zahájili kampaň směřující k propagaci internetového portálu Radost z pohybu s cílem zvýšení aktivního životního stylu u vojáků a jejich rodinných příslušníků tak, aby plně mohly využít služeb portálu ve smyslu založení vlastní skupiny a přehledu o pohybovém chování jejich členů.(Migdau, 2014)

### ***4.1.10 Tělovýchovná zařízení u útvaru***

V současné době 153. ženijní prapor disponuje Tělovýchovným centrem, úpolovou tělocvičnou – Do-Jang, překážkovou dráhou, házelištěm pro granát, fotbalové hřiště, beachvolejbalové hřiště, nohejbalové hřiště, běžeckým oválem, boldrovací stěnou a horolezeckým trenažérem JAKUB. K tomuto výčtu tělovýchovných zařízení lze přiřadit i sklad tělovýchovného materiálu.

## **1. Tělovýchovné centrum „Jindřicha Vanička“**

Tělovýchovné centrum je zcela novým zařízením, které vzniklo v roce 2014 v nové budově štábu 153 ženijního praporu. Tělovýchovné centrum je vybaveno dvěma posilovnami, aerobní posilovnou a sociálním zařízením. Součástí centra je i malé muzeum armádní tělovýchovy u 153 ženijního praporu. V rámci posílení tradic a historického odkazu sokolů a zároveň zakladatelů vojenské tělovýchovy za první republiky bylo centrum pojmenováno po zakladateli vojenské tělovýchovy a třetím náčelníkovi české obce sokolské Dr. Jindřichu Vaničkovi.

## **2. Úpolová tělocvična Do-Jang**

Úpolová tělocvična je stejně tak jako Tělovýchovné centrum u útvaru novým zařízením. Tělovýchovní pracovníci 153 ženijního praporu ji vybudovali v letech 2014 - 2015. Do- Jang je primárně určena pro výcvik v sebeobraně a boji zblízka Military Combat Musado MCS. Tělocvična je vybavena tatami a boxovacími pytli. Součástí tělocvičny je malý oltář pro duchovní rozjímání zasvěcený Velmistrovi a zakladateli bojového umění Musado Herbertu Grudzenskému.

Pro úpolová cvičení je v tělocvičně k dispozici malý sklad vybavený základními pomůckami, jako jsou balanční úseče, flexibary, medicimbaly, aquahity, švihadla.... Tělocvična je centrem rozvoje fyzické i duchovní stránky instruktorů a vojáků v pochopení filozofie života prostřednictvím bojového umění Musado.

## **3. Překážková dráha**

Překážková dráha je soustava různě členěných překážek, které jsou využívány pro všeobecný fyzický rozvoj u vojáků. Překážková dráha byla vybudována v roce 2007 a bohužel její technický stav tomu také odpovídá. V koncepci rozvoje tělovýchovných zařízení u útvaru je plánovaná její modernizace v následujícím roce. Velmi častým prvkem, jenž je využíván na této dráze jsou teambuldingové aktivity pro jednotky útvaru. Nejvíce jich bylo organizováno v roce 2014 v souvislosti se vznikem nového útvaru.

#### **4. Házeliště granátů**

Házeliště je zcela novým prvkem mezi tělovýchovnými zařízeními útvaru, které reflektuje na potřebu nácviku hodů granátem v rámci profesního přezkoušení vojáků. Jeho délka je 60 metrů.

#### **5. Hřiště**

Hřiště fotbalové, nohejbalové a beachvolejbalové jsou jedny z nejstarších tělovýchovných zařízení u útvaru. Jejich technický stav je na velmi nízké úrovni, ale v rámci rozvoje tělovýchovných zařízení je v následujícím roce plánována jejich rekonstrukce.

#### **6. Běžecký ovál**

Běžecký ovál není standartní tak jako u jiných sportovních stadiónů. V tomto případě tělovýchovní pracovníci sáhli k netradičnímu řešení, kdy využili asfaltové komunikace, která prochází okolo budov jednotek útvaru a spojuje se na nástupišti praporu. Celková délka činí 460 metrů. Ovál je jedním z nejvyužívanějších tělovýchovných zařízení u útvaru pro realizaci ranního tělocviku, ale i pro realizaci polního tělocviku.

#### **7. Boulderová stěna a Horolezecký trenažér JAKUB**

Boulderová stěna a VT Jakub jsou součástí „Horolezeckého parku“ u útvaru. Boulderová stěna je umístěna v kryté budově, jejíž součástí je i sklad horolezeckého materiálu. Stěna se využívá pro výcvik ve vojenském lezení a nácvik základních pohybových dovedností při lezení. Výcvikový trenažér JAKUB patří mezi 23 těchto zařízení, kterými jednotlivé útvary AČR disponují. Trenažér slouží k základnímu zdokonalení vybraných technik a pohybových dovedností z oblasti vojenského lezení a jejich transferu na specifické podmínky vojenské praxe. Výcvikové moduly tvoří plášť konstrukce a jsou základními funkčními prvky trenažéru. Jednotlivé strany jsou označeny písmeny A, B, C, D a E.

Na straně A je umístěna horolezecká stěna, terénní stěna a universální výcviková stěna. Plocha této strany je funkčně přizpůsobena k vytváření pohybových dovedností a základních horolezeckých technik.

Ve straně B je umístěno průčelí budovy tvořené hladkou stěnou, stěnou s okny, balkónovou stěnou a sloupem. Na straně C jsou umístěny vodorovné tyče a konzolové rámy. Tato strana nabízí možnosti pro cvičení síly, obratnosti a vytrvalosti.

Na straně D je umístěno zařízení pro slaňování do volného prostoru, konzolové rámy, příčník, tyč pro sjíždění a šplh, lanové prvky (lanová síť, svislá lana, lanové žebříky) a výšková plošina. Vnitřní prostor E trenažéru poskytuje možnosti stavby různých forem lanového přemostění v různých výškách. V rámci mezirezortní smlouvy je trenažér využíván pro výcvik jednotek IZS.

## **8. Sklad tělovýchovného materiálu**

Skład tělovýchovného materiálu zabezpečuje tělovýchovné pracovníky útvaru materiálem potřebným pro jednotlivá zaměstnání v oblasti základní a speciální tělesné přípravy. Dále poskytuje příslušníkům útvaru možnost zapůjčení si sportovních potřeb na preventivní rehabilitace a soukromé tělovýchovné aktivity ve volném čase. Tímto způsobem se tělovýchovní pracovníci snaží podpořit u vojáků a jejich rodinných příslušníků zdravý životní styl. Vybavení skladu je členěno na zimní a letní sporty. Jsou zde k dispozici sjezdové a běžecké lyže, snowboardy, skialpové lyže, lavinové sety, kola, rafty, vybavení pro tenis a squash. Ve skladě se nachází 2 763 kusů sportovního materiálu.

## **4.2 Analýza vývoje tělesné přípravy v Československé armádě a AČR od roku 1918 do současnosti**

### **4.2.1 Vojenská tělovýchova za první republiky**

Vojenská tělovýchova v období první republiky byla úzce spjata se Sokolem. Sokolské myšlenky se rozvíjely v podmínkách Rakousko Uherského mocnářství, ale i v rámci Československých legií za první světové války. Mnoho členů Sokola vstupovalo do našich legií, aby v duchu Tyršových myšlenek přinesli svobodu našemu národu.

Na vzniklém Ministerstvu národní obrany po 28. říjnu 1918 zastávali významné pozice v oblasti tělesné přípravy právě Sokolové. Náčelník České obce sokolské Dr. Jindřich Vaníček zodpovídal za výchovu mravní a tělesnou v nově budované armádě. Na základě zkušeností z bojů v první světové válce se potvrdilo, že je nutno vybudovat armádu silnou, zdravou a fyzicky zdatnou. Tělesná výchova a sport se měly stát důležitou součástí výcviků vojáků. Z těchto důvodů dochází k vytvoření výchovného oboru na Ministerstvu národní obrany (MNO), který v sobě zahrnuje tělesnou výchovu. Přednostou byl dne 1. prosince 1918 jmenován již výše zmíněný Dr. J. Vaníček, který inicioval založení první vojenské tělovýchovné školy v Praze. “Základem vojenského tělocviku v tomto období se stala Tyršova soustava tělocvičná, doplněná o činnosti v armádě potřebné. Vojenský tělocvik kladl důraz na harmonický rozvoj osobnosti vyváženým užíváním základního tělocviku a specifických odlišností polního tělocviku podle druhu zbraní.“ (Přívětivý, 2004)

Vojenská tělovýchova se dělila na dvě základní oblasti:

1. Tělocvik v době služební.
2. Tělocvik po zaměstnání.

## 1. Tělocvik v době služební

Tělocvik v době služební byl rozdělen na tři oblasti:

- **Základní tělocvik**  
Zaměřoval se na výcvik nováčků. Měl je rozvíjet v obratnosti, rychlosti, pohotovosti a vytrvalosti. Pro tento výcvik byla vyhrazena 1 hodina denně.
- **Ranní tělocvik**  
Byl prováděn denně v průběhu celého roku v rozsahu půlhodiny. V rámci ranního tělocviku se vojáci cvičili v běhu, skoku, vrhu, házení, šplhu a slézání. Byly cvičeny cviky na rovnováhu s břemeny a úpoly.
- **Polní tělocvik**  
Polní tělocvik připravoval vojáky k překonávání překážek v poli. Do této oblasti patřily: cvičení prostá, nářad'ová, sebeobrana a cvičení zvláštní jako plavání, záchrana tonoucích, hry...

## 2. Tělocvik po zaměstnání

Tělocvik po zaměstnání přímo i nepřímo přispíval k mravní výchově. Přímo směřoval u vojáků k pěstování ducha pospolitosti, kamarádství, soupeření a odvahy. V oblasti nepřímého působení odváděl vojáky zabíjení času a prospíval jejich zdraví. Tělovýchovnými pracovníky byly organizovány různé závody, soutěže a přebory. U jednotlivých útvarů se zakládaly sportovní kroužky fotbalu, hokeje lyžování, tenisu a volejbalu. Tělocvičny a hřiště byly přístupny ve volném čase všem vojákům. (Přívětivý, 2004)

## **Cvičitel'ský sbor**

Cvičitel'ský sbor se skládal z určených důstojníků, rotmistřů a poddůstojníků. Na nejnižších velitelských stupních u divizí, brigád a pluků byla funkce tělovýchovného referenta nesystematizovaná. Pod těmito referenty se nacházely na jednotlivých praporech a rotách cvičitel'ské sbory. Rotní cvičitel'ský sbor se skládal z vedoucího a 8 cvičitelů.  
(Kašpar, 1994)

### **4.2.2 *Vojenská tělovýchova během druhé světové války***

Jednotky Československého odboje za druhé světové války na západní, východní frontě, tak jako i jednotka na středním východě se řídily předválečnými předpisy platnými pro Československou armádu ve všech oblastech zabezpečení jednotek. To se týkalo i provádění vojenské tělovýchovy. V současné době neexistuje žádná literatura mapující toto období Vojenské tělovýchovy v celku. Z autobiografické literatury přímých účastníků bojů, z literatury faktu a studiem historických pramenů lze vystopovat určité střípky, jakým způsobem se tělovýchova prováděla.

Na západní frontě to byli sokolové, kteří po evakuaci našich jednotek reprezentovali Československou vojenskou tělovýchovu na veřejnosti. Jak uvádí Španiel. (1945,116)

Proto se začal hned po příchodu do Anglie pěstovat náš nejpobulárnější sport kopaná a sokolský tělocvik. Vyvrcholením této činnosti byl velký fotbalový turnaj spojeneckých armád, ve kterém naši úspěšně soupeřili s Nory, Holanďany a Belgičany. Soudíme-li podle našeho vojenského tisku, pro některého z našich fotbalových fanoušků to byla tak velká věc jako boj na poli válečném. Jak patrně, kopaná je naší národní sportovní vášní i v době války. Mnoho pozornosti vzbudili v anglické veřejnosti naši Sokolové, kteří často vystupovali s ukázkami vzorného sokolského tělocviku. Tento zájem vedl dokonce Angličany k tomu, že požádali naše borce, aby učili anglickou mládež v posádkách, kde byli, sokolskému tělocviku.

Největší podíl na reprezentaci a propagaci naší země v rámci spojeneckých armád měla přátelská fotbalová utkání, kterých se také účastnili naši vojáci na středním východě.

„Na zakončení slavnosti se hráli českoslovenští vojáci přátelský fotbalový mač s britskými a porazili je. Tím okamžikem v nich získali nejlepší přátele“ (Klapálek, 1968, 34).

Zajímavým zjištěním je, že na východní frontě se nepořádaly žádné přátelské sportovní utkání mezi spojeneckými jednotkami. Sokolové nepropagovali svými vystoupeními naši jednotku a vlast. Tuto skutečnost lze přisuzovat politickému zřízení v Sovětském svazu a celkové nedůvěře sovětského velení naší jednotce alespoň v počátečních fázích války na východě. Vojenská tělovýchova i tak měla své nezastupitelné místo ve výcviku a formování 1. Československého samostatného polního praporu v SSSR.

Tělesná příprava nespočívala jenom v tom, že se prováděly vždy a za každého počasí i ve 40° mrazech rozcvičky. Rozcvičky byly svým způsobem zajímavé. Četa nastoupila a přímo z nástupu se oběhl dvůr, z rozběhu se přešel dřevěný barák, samozřejmě přes střechu, na druhé straně se skočilo dolů, do jámy, vyběhlo se ven 300 m k řece Samaře, přeplavala se tam a zase zpět, u dřevěného baráku se udělalo 10 dřepů, 10 skoků anebo jiné cviky (Bejček & Hanzalík, 2003,85).

Zcela opomíjenou stránkou a bílým místem v československém odboji je tzv. Vládní vojsko. V návaznosti na studium problematiky Vojenské tělovýchovy za 2 světové války existuje jediná publikace zabývající se touto problematikou, a to kniha Jindřicha Marka - Háchovi Melody Boys, která mapuje historii Vládního vojska.

Tak jako naše jednotky, jenž se účastnili bojů na západní a východní frontě a středním východě, i Vládní vojsko se řídilo předválečnými předpisy platnými pro československou armádu. Velký důraz při výcviku těchto jednotek se věnoval atletice, cyklistice a plavbě na ženíjních loďkách. V zimě byla věnována pozornost lyžařskému výcviku, který byl organizován ve výcvikových střediscích na Šumavě, Podkrkonoší, Vysočině a Beskydech. Tradičně se každý rok organizovala soutěž tříčlenných lyžařských hlídek, které navazovaly na tradiční soutěž předmnichovské armády. (Marek, 2003).

Zde lze vystopovat určitý historický prolog mezi brannými závody lyžařských hlídek za první republiky, v době protektorátu a dnešním Otevřeným přeborem Pozemních sil v zimním přírodním víceboji Krkomeň, jenž se od roku 2009 koná ve Špindlerově Mlýně na Brádrlerových boudách. Závod svým obsahem a pojetím navazuje na každoročně konané závody Lyžařských hlídek Československé branné moci v době první republiky.



Lyžařské závody v tomto období byly organizovány Skupinou tělesné a mravní výchovy Školního a výcvikového oddělení MNO v tzv. „Výcvičných střediscích“, které měla naše armáda zřízena hlavně pro výcvik horských jednotek v lyžování a horolezectví. Mezi hlavní patřila střediska v Železné rudě na Šumavě, Starém Smokovci ve Vysokých Tatrách, Karlově v Beskydech a Špindlerově mlýně v Krkonoších. Každá divize, horská brigáda a Vojenská akademie v Hranicích nominovala do soutěže svoji hlídku. Na čelních pozicích se ale vždy umísťovali příslušníci horské pěchoty a hraničářských jednotek.

Naše soutěžní družstva, se ale také účastnili Mezinárodních závodů lyžařských hlídek pořádaných ve Francii, konkrétně v „Chamonix- Mount Blanc“, v Polsku v Zakopaném, v Rumunsku, ale také v Československu. I na mezinárodním poli se naši reprezentanti vždy umísťovali na čelních místech.

Disciplíny, ve kterých se soutěžilo na mezinárodní i domácí scéně, byly poplatné době. Soutěžilo se v různých kategoriích jako závod ve stylu a zastavování, závod ve skoku, závod překážkový,...

Se zánikem první republiky skončily i závody Lyžařských hlídek Československé branné moci. Po druhé světové válce byly lyžařské závody samozřejmě konány i nadále v rámci Československé lidové armády, ale ne již v duchu demokratických myšlenek prvního prezidenta Tomáše Garrigue Masaryka, předválečné armády a Sokola, který stál u zrodu vojenské tělovýchovy za první republiky. (Příkazský, 2014).

Mezi velmi málo známou skutečností z oblasti využití prvků speciální tělesné přípravy pro vedení bojových operací patří nasazení jednotky lyžařů v rámci Československého armádního sboru v SSSR do bojů v oblasti Liptovského Mikuláše v roce 1945. Ve Vojenském ústředním archivu v Praze se nachází situační hlášení velitele Samostatného praporu lyžařů automatčků mjr. Bedřicha Chrastiny, který byl 2. února 1945 jmenován jeho velitelem. Byl to bývalý předválečný reprezentant na lyžích. Jednotka se formovala na Štrbském plese začátkem února 1945 a byl do ní proveden nábor mezi bývalými příslušníky reprezentačního lyžařského oddílu Slovenské armády a bývalými příslušníky horských jednotek Československé branné moci. Výcvik byl zaměřen na lyžařské dovednosti a taktiku boje na lyžích.

Pro výcvik se využívaly předpisy sovětské armády a předpisy prvorepublikové armády jako byl služební předpis Branné moci Š-I-3 Jízda na lyžích z roku 1930. Předpokládaných počtů cca 400 mužů nikdy nedosáhla a byla v síle 200 lyžařů nasazena do bojů o Liptovský Mikuláš. K jejímu prvnímu nasazení došlo 3. března 1945 v oblasti obce Smerčany. Tam také došlo k prvním ztrátám, kdy jednotka vjela na lyžích do minového pole. Od 15. března působila v Liptovském svatém Jánu, v němž kryla levé křídlo Československého armádního sboru ve směru na Demänovskú dolinu a podnikala výpady na lyžích do oblasti Nízkých Tater. Bohužel dne 7. dubna 1945 byl prapor rozprášen u obce Podhradie vinou špatného velení mjr. Chrastiny, který byl po válce za tuto skutečnost vyšetřován polním prokurátorem. Z ohledem na jeho bojové zásluhy byl zproštěn obvinění. (Praha, 2014)

#### ***4.2.3 Vojenská tělovýchova po 2. světové válce do roku 1989***

Při řešení koncepce výstavby Československé armády po 2. světové válce se vycházelo z tradic předmnichovské armády a z válečných zkušeností našich jednotek na východní a západní frontě. Vojenská tělovýchova byla v tomto období členěna na tyto oblasti:

- Ranní půlhodinka
- Základní tělocvik
- Polní tělocvik
- Závod.

Bezprostředně po skončení 2. světové války až do let padesátých se Vojenská tělovýchova zásadně nelišila od prvorepublikové. Služební předpisy pro tělovýchovu zůstávaly totožné. Od poloviny 50. let se součástí Vojenské tělovýchovy stala povinnost každého důstojníka provádět tělesnou přípravu a sport. Toto období lze datovat jako začátek Výročního přezkoušení vojáků z povolání. Vojáci byli rozděleni do třech věkových skupin:

- I. Skupina do 35 let prováděla přezkoušení dle platných norem
- II. Skupina od 36 let do 42 let prováděla přezkoušení dle lehčích norem
- III. Skupina starších 42 let nemusela provádět přezkoušení.

Takto rozdělené kategorie zůstaly do roku 1969, kdy byla přidána další kategorie a normy pro ženy. Jak uvádí Přívětivý, (2004) „...byla tělesná příprava v armádě více deklarovaná než fakticky prováděna, měla i ve svém omezeném rozsahu svůj význam.“ Rozsah tělesné přípravy byl stanoven časovou dotací 4 hodin týdně pro vojáky z povolání a 6 hodin týdně pro příslušníky letectva.

Ve sportovní činnosti se pozornost zaměřila na plnění odznaků zdatnosti, jako byl Tyršův odznak zdatnosti, odznak Připraven k práci a obraně vlasti a Vojenský odznak zdatnosti.

#### ***4.2.4 Vojenská tělovýchova od roku 1989 do současnosti***

Po roce 1989 se začala měnit koncepce výcviku armády. Tento proces se dotkl také vojenské tělovýchovy. Větší důraz byl kladen na řízení tělovýchovného procesu ze strany velitelů všech stupňů. Začala být přejímána doktrína západních armád o nasazení a výcviku malých jednotek. Tento trend pokračoval i po rozdělení České a Slovenské federativní republiky. Byla realizována řada opatření a rozkazů, které zajišťují legislativní rámec fungování nové koncepce vojenské tělovýchovy. Mezi nejvýznamnější patří přijetí koncepce speciální tělesné výchovy rozkazem ministra č. 14 z roku 1999, na kterou navazuje Normativní výnos Ministra obrany č. 12 z roku 2011. Tento výnos nahradil již nevyhovující předpis Těl 1/1 z roku 1983 a zahrnul do sebe hlavní obsahové stánky již zmíněného rozkazu č. 14 o speciální tělesné přípravě. Lze tedy říci, že od roku 2011 se Vojenská tělovýchova ve všech oblastech standardizovala s koaličními partnery v rámci NATO. V současné době je hlavní důraz kladen na výroční přezkoušení vojáků z tělesné přípravy, profesní přezkoušení ze speciální tělesné přípravy a výcvik ve speciální tělesné přípravě.

### **4.3 Analýza vývoje tělovýchovného vzdělání v Československé armádě a armádě České republiky**

#### **4.3.1 Vojenská tělocvičná škola**

Vojenská tělocvičná škola zahájila svou činnost v březnu 1920. Škola navázala na vzdělávání vojáků Rakousko – Uherské monarchie v oblasti tělesné výchovy ve Wiener Neustadt, kde probíhaly kurzy učitelů tělocviku. Byla samostatnou školou středního stupně. Podřízena byla do roku 1926 tělovýchovnému oddělení Výchovného odboru MNO a od 1. ledna 1927 Skupině tělesné a mravní výchovy Školního a výcvikového oddělení MNO do ukončení své činnosti v roce 1933. Škola byla zrušena z důvodu úsporných opatření. Po celou dobu činnosti školy byli připravováni tělovýchovní pracovníci – cvičitelský sbor pro výkon svých funkcí u vojenských útvarů. Kurzy tělesné a mravní výchovy byly 4- měsíční, v celkové délce 710 hodin pro důstojníky a 908 hodin pro rotmistry. Další kurzy, které škola organizovala, byly speciální kurzy lyžařské, horolezecké, kurz důstojníků branné výchovy a zvláštní kurzy šermu a plavání. Absolventi tělovýchovných a speciálních kurzů dosáhli vysoké úrovně znalostí teoretických a praktických. Obsah učebních osnov zabezpečoval tělovýchovným pracovníkům všestrannou přípravu. (Bučka, 2001) v oblasti ranního tělocviku, výchovného tělocviku, boje zblízka, pedagogiky, metodiky, společenské výchovy, řečnictví a tiskové služby. Po celou dobu své existence se škola potýkala s nedostatkem prostorů a materiálním zabezpečením. Po ukončení činnosti školy se podařilo v roce 1935 obnovit vzdělávání v oblasti tělovýchovy pouze pomocí tělovýchovných kurzů, které trvaly do okupace v roce 1939.

#### **Obsah výuky:**

1. Tělocvičná soustava Dr. M. Tyrše
2. Ranní tělocvik
3. Odpolední tělocvik
4. Polní tělocvik
5. Prostý tělocvik (lehká atletika)

6. Pořadová příprava
7. Šerm bodákem
8. Šerm šavlí
9. Sebeobrana
10. Box
11. Plavání
12. Hry bez náčiní
13. Jízda na kole
14. Jízda na lyžích
15. Horolezectví
16. Mravní výchova
17. Tělověda
18. Dějiny tělesných cvičení z vojenského hlediska
19. Pochodový zpěv
20. Branná příprava

Tělovýchovné kurzy byly ukončeny zkouškou z ranního, odpoledního, prostého a polního tělocviku. Boje z blízka, šermu, tělovědy a mravní výchovy a Závodního řádu Čs. atletické unie, Čs. obce sokolské a rozhodcovských zkoušek.

#### ***4.3.2 Učiliště vojenské tělovýchovy a Vojenská tělovýchovná škola dr. Miroslava Tyrše***

Po ukončení 2. světové války bylo v roce 1945 zřízeno Učiliště vojenské tělovýchovy. Toto učiliště bylo určeno pro přípravu vojenských tělovýchovných pracovníků, kteří měli řídit tělovýchovu u svých útvarů a na vojenských školách. Učiliště zabezpečovalo přípravu pro důstojníky a pro poddůstojníky v roční škole a pětíměsíčních kurzech. Výukové programy z dob první republiky byly doplněny o zkušenosti z nasazení vojsk z druhé světové války.

Velký důraz byl věnován úpolovým cvičením, jako byla sebeobrana, šerm bodákem a box. Součástí výuky byly zrychlené přesuny a běhy v terénu, noční pochody podle azimutu, házení ostrých ručních granátů a další disciplíny.

V roce 1953 se vytváří Vojenské učiliště tělesné přípravy. Zaměřením učiliště byla příprava důstojníků pro funkci Náčelníků tělovýchovy v desetiměsíčních kurzech.

Toto učiliště bylo v roce 1956 transformováno ve Vojenskou tělovýchovnou školu dr. Miroslava Tyrše. Do osnov školy byly k tělovýchovným předmětům zahrnuty i vojenské předměty jako taktická, protichemická, tanková příprava...

#### ***4.3.3 Vojenský obor při fakultě tělesné výchovy a sportu University Karlovy***

K založení Vojenského oboru došlo na základě Rozkazu ministra obrany č. 21 ze dne 5. 8. 1954. Jedná se o významný mezník ve vývoji tělovýchovného vzdělání vojenských specialistů. Z počátku své existence byl Vojenský obor přičleněn k Institutu tělesné výchovy a sportu v Praze. Studijní obor byl zpočátku tříletý a následně byl prodloužen na čtyři roky.

Studium bylo zaměřeno nejen na kvalitní tělovýchovné vzdělání, ale i na vysokou vojenskou odbornost. Mezi vojenské předměty patřily například základní řády, střelecká příprava a chemická příprava, ale i výstavba tělovýchovných zařízení. Velká pozornost byla věnována vojensko- praktickým předmětům, plavání, horolezectví, lyžování, práce s trhavinami.

Výcvik byl organizován formou týdenních soustředění. K dalšímu mezníku ve vývoji vojenského tělovýchovného vzdělání došlo v roce 1979, kdy byl vojenský obor rozkazem prezidenta republiky ze dne 22. 8. zařazen do kategorie vojenských institucí při civilních vysokých školách. Od tohoto data se vojenský obor stává součástí Fakulty tělesné výchovy a sportu University Karlovy v Praze.

#### ***4.3.4 Tělovýchovné vzdělání v současnosti***

V průběhu devadesátých let došlo k začlenění Vojenského oboru do struktury Fakulty tělesné přípravy a sportu jako samostatná katedra vojenské tělovýchovy. V divokém období 90. let, v němž došlo k zeštíhlování armády a postupnému přechodu na plně profesionální armádu, byly snahy ze strany vedení resortu k přesunutí a zrušení katedry. Za významné podpory vedení fakulty se tyto černé scénáře nenaplnily.

Vojenský obor se stal garantem speciální tělesné přípravy pro celý resort Ministerstva obrany, tedy oblastí, které jsou úzce spjaty s vojenskými činnostmi. Vojenské lezení, přežití, sebeobrana a boj zblízka, vojenské plavání a přesuny na ledu a sněhu tak našlo jako za první republiky nezastupitelné místo v systému výcviku profesionální armády.

Opodstatněnost této koncepce a opětovné zařazení těchto činností se nespočetněkrát potvrdila při nasazení našich vojáků při zahraničních misích a při nasazení v rámci záchranných a likvidačních pracích v době krizových stavů na území České republiky. V souvislosti se zařazením výše zmíněných činností došlo i k úpravě forem studia na vojenském oboru. V současné době se jedná o pětileté magisterské studium prezenční a kombinované, postgraduální doktorské prezenční a kombinované, kvalifikační a účelové kurzy pro tělovýchovné pracovníky resortu ministerstva obrany.

Vojenský obor spolupracuje s mnoha zahraničními sportovními školami. Mezi nejvýznamnější partery v oblasti speciální tělesné přípravy patří škola commandos v Marche les Dames v Belgii a Škola horských vůdců a záchranářů v rakouském Saalfeldenu.

(Přívětivý, 2004)

## 5. ZÁVĚR

Cílem bakalářské práce bylo podrobně se seznámit s procesem organizace tělesné přípravy u vojenského útvaru. Syntézou poznatků proniknout do samotné organizace vojenské tělovýchovy v rezortu Ministerstva obrany České republiky a pomocí historického výzkumu se hlouběji seznámit se samotným vývojem tělesné přípravy a tělovýchovného vzdělání v Československé armádě a Armádě České republiky.

Tělovýchovní pracovníci, kteří jsou seznámeni s historickým vývojem vojenské tělovýchovy, mohou účinně pedagogicky působit na vojáky v oblasti samotné tělovýchovy, ale také v oblasti výchovy k vlastenectví. V tomto procesu jde o obnovení tradic vojenské tělovýchovy a jejich udržování. V případě, že tělovýchovní pracovníci budou schopni obohatit vojenskou tělovýchovu o novodobé prvky podpory a rozvoje tělovýchovných aktivit jedinců ve volném čase v určitém vojenském historickém kontextu, tak jak je popsáno v kapitole o aktivním životním stylu vojáků, bude jejich práce směřovat k výchově morálně silného jedince s vlasteneckým cítěním.

Poznatky, které jsem shromáždil v bakalářské práci, budou využity tělovýchovnými pracovníky útvaru pro rozšíření svých odborných znalostí v oblasti vojenské tělovýchovy. Poznatky z historického výzkumu využiji pro přednášky na kurzech lezení a přesunů na ledu a sněhu v rámci AČR pro nové instruktory Speciální tělesné přípravy a také jako podklad pro přednášky na Vojenském oboru Tělesné přípravy a sportu Univerzity Karlovy pro nové vojenské tělovýchovné pracovníky. Zde externě přednáším historii Boje v horách a historii horských jednotek.

Samotný proces tělesné přípravy u útvaru je nedílnou součástí profesní přípravy vojáků. Záleží pouze na přístupu a znalostech tělovýchovných pracovníků, jakým způsobem nastaví systém fungování tohoto procesu a osloví vojáky pro jejich pohybový rozvoj v oblasti vojenské tělovýchovy, ale také jejich rozvoj v oblasti aktivního trávení volného času. V závěru práce lze konstatovat, že vojenská tělovýchova má nezastupitelné místo v přípravě příslušníků ozbrojených sil tak, aby byli schopni kvalitně plnit bojové, záchranné a humanitární úkoly v rámci svého nasazení.



## **6. SOUHRN**

V bakalářské práci se zabývám procesem a organizací vojenské tělovýchovy v rezortu Ministerstva obrany České republiky v současnosti. V rámci historického výzkumu vývoje tělesné přípravy a tělovýchovného vzdělání v Československé armádě a Armádě České republiky jde o hlubší průnik do geneze vojenské tělovýchovy. V samotném procesu organizace tělesné přípravy u vojenského útvaru poukazují na funkčnost jednotlivých oblastí v návaznosti na historickou kontinuitu vojenské tělovýchovy a na samotné výsledky kontrolních testů prováděných u objektu zkoumání v oblasti základní a speciální tělesné výchovy.

## **7. SUMMARY**

In my bachelor thesis deal with proces and development of military physical education in the department of Czech Ministry of Defence in present. In the context of historical research into development of physical training and physical education in Czechoslovak and Czech Army is deeper penetration into genesis of military physical education. In the proces of organization of physical training at the military unit I point out the performance of individual areas following the historical continuity of military physical aducation and the actual results of control tests carried out on the subject of study in basic and special physical training.

## 8. REFERENČNÍ SEZNAM

- Barták, k. M., Doložel, I. M., Vágner, k. M., & Sýkora, m. M. (2010). *Speciální tělesná příprava - Zkušební řády*. Vyškov: Institut doktrín VeV – VA.
- Bejček, E., & Hanzalík, F. (2003). *Voják se srdcem bohéma genmjr. Richard Tesařík*. Vizovice: nakladatelství Lípa.
- Bílek, J., Drška, P., Ota, H., Lipták, J., Pešek, J., & Vodrášek, V. (1989). *Vojenské dějiny Československa V - díl*. Praha: nakladatelství Naše Vojsko.
- Bučka, P. (16. únor 2001). Vojenská tělocvičná škola. *Vojenský profesionál* , stránky 117-121.
- ČR, P. (1999). *Zákon o ozbrojených silách č 219/1999 Sb.* . Praha .
- ČR, P. (2000). *Zákon č. 128/2000 Sb.* Získáno 27. říjen 2013, z [www.zakonycr.cz](http://www.zakonycr.cz): [http://www.zakonycr.cz/seznamy/128-2000-sb-zakon-o-obcich-\(obecni-zrizeni\).html](http://www.zakonycr.cz/seznamy/128-2000-sb-zakon-o-obcich-(obecni-zrizeni).html)
- Hend, J. (2005). *Kvalitativní výzkum Základní metody a aplikace*. Praha: Portál.
- Kašpar, J. C. (16. leden 1994). Výcvik v čs armádě v letech první republiky 4 část. *Vojenský profesionál* , stránky 26-28.
- Klapálek, K. (1968). *Ozvěny bojů* . Praha: nakladatelství Naše vojsko.
- Kolektiv autorů vedený Správou doktrín ŘeVD, V. (2005). *Programy přípravy ženijních a záchranných jednotek (Sv. I)*. Praha: Správa doktrín ŘeVD Vyškov.
- kpt. Mgr. Michalička, V., šrtm. Příkazský, J., prap. Ponikelský, E., & pprap. Klapuch, B. (2009). *Pomůcka pro základní výcvik (kurz) Vojenského lezení u SpS. II rozšířené vydání*. Olomouc: Společné síly.
- kpt. Mgr. Michalička, V. (2010). Výzkumné šetření. *Připravenost účastníků kurzů Speciální tělesné přípravy Společných sil*. Olomouc: Společné síly.

- Marek, J. (2003). *Háchovi Melody Boys - Kronika českého vládního vojska v Itálii 1944-45*.  
Cheb : Vydavatelství Svět křídel .
- MO. (2014). *Centrum TVS*. Získáno 5. duben 2014, z ŠIS AČR.
- Migau, J. (4. Leden 2014). *Organizační nařízení pro TP*. Olomouc, Česká republika:  
VÚ 6624 Olomuc.
- Migau, J. (8. Leden 2015). *Organizační nařízení pro TP*. Olomouc, Česká republika:  
VÚ 6624 Olomuc.
- Ministerstvo obrany. (1938). *Dvacet let československé armády v osobozeném státě*. Praha:  
Ministerstvo obrany, Památník osvobození, Vojenský ústav vědecký a Svaz  
čs.důstojnictva.
- Ministerstvo obrany. (15. březen 2011). Normativní výnos Ministra obrany č 12. *Služební  
tělesná výchova v rezortu Ministerstva obrany*. Praha, Praha, Česká republika:  
Ministerstvo obrany.
- Příkazský, J. (2012). *Komunikativní dovednosti v systému výcviku vojenského lezení AČR*.  
Seminární práce, VŠŠ a VOŠ Ministerstva obrany Moravská třebová, Vyšší odborná  
škola , Olomouc.
- Příkazský, J. (5. prosinec 2014). *Krkomen*. Získáno 7. květen 2015, z [www.krkomen.cz](http://www.krkomen.cz)
- Prívětivý, L. (10. březen 1999). Vojenský pětiboj podpora výcviku vojsk. *Vojenský  
profesionál*, stránky 102-106.
- Prívětivý, L. (2004). *Vojenská tělovýchova*. Praha: Karolinum.
- Praha, Vojenský ústřední archiv. (24. duben 2014). fond SSSR. *Samostatný prapor lyžařů  
automatčků*. Praha.
- Vágner, M. (5. prosinec 2014). Datábáze tělovýchovných pracovníků a instruktorů STP AČR.  
Praha, Česká Republika: Vojenský obor FTK UK.
- Sekce rozvoje a plánování schopností Ministerstva obrany . (2014). *Propozice přeborů  
rezortu Ministerstva obrany* . Praha: MO Praha.
- Skupina KIS . (4. duben 2014). <http://www.153zpr.army.cz/index.html>. Získáno 7. květen  
2014, z 153 ženijní prapor: <http://www.153zpr.army.cz/veleni.html>

Sokolská, Č. o. (nedatováno). *Česká obec sokolská* . Získáno 28.8.. srpen 2015, z [www.sokol.eu](http://www.sokol.eu)

Šelenberk, O. (2002). *Bojové umění MUSADO druhé vydání*. Praha: Vlastní náklad.

Šolc, J. (2003). *Červené barety*. Praha: nakladatelství Naše vojsko.

Španiel, O. (1945). *Československá armáda druhého odboje I. vydání*. Praha: Nakladatelství Orbis.

Zikmund, I. e. (27. říjen 2013). *businessvize.cz*. Získáno 27. říjen 2013, z [businessvize.cz](http://www.businessvize.cz/): <http://www.businessvize.cz/>

## 9. PŘÍLOHY:

- Příloha 1. Normy a hodnocení kontrolních testů výročního přezkoušení vojáků z tělesné Přípravy
- Příloha 2. Normy a hodnocení kontrolních testů výročního přezkoušení vojáků z tělesné Přípravy
- Příloha 3. Celkové hodnocení jednotlivce z výročního přezkoušení z tělesné přípravy
- Příloha 4. Kontrolní testy pro Profesní přezkoušení jednotek
- Příloha 5. Tělovýchovné centrum „Jindřicha Vaníčka“
- Příloha 6. Tělovýchovné centrum „Jindřicha Vaníčka“ – muzeum armádní tělovýchovy
- Příloha 7. Tělovýchovné centrum „Jindřicha Vaníčka“ – posilovny
- Příloha 8. Házeliště granátů
- Příloha 9. Překážková dráha
- Příloha 10. VT JAKUB
- Příloha 11. Bolderovací stěna
- Příloha 12. Sklad tělovýchovného materiálu

Příloha 1. Normy a hodnocení kontrolních testů výročního přezkoušení vojáků z tělesné přípravy (Ministerstvo obrany, 2011, 113)

Číslo testu	1.2			3			18			19		
Název cvičení	Souborné silové cvičení (leh – sed/klík – vzpor)			Slyb na hrazdě			Běh na 12 minut			Plavání na 300 m		
Hodnocení	Výtečné	Dobré	Vyhovující	Výtečné	Dobré	Vyhovující	Výtečné	Dobré	Vyhovující	Výtečné	Dobré	Vyhovující
Měřicí jednotka	Počet			Počet			Metry			Minuty		
I. do 30 let	52/32	46/28	42/22	12	10	8	3 000	2 800	2 600	4:20	5:20	6:00
II. 31 – 35 let	51/30	45/27	39/22	11	9	7	2 950	2 700	2 500	4:30	5:30	6:20
III. 36 – 40 let	44/27	40/24	34/19	10	8	6	2 850	2 600	2 400	4:40	5:50	6:40
IV. 41 – 45 let	41/25	39/22	32/16	9	7	5	2 750	2 500	2 200	4:55	6:10	7:20
V. 46 – 50 let	38/23	34/19	29/13	8	6	4	2 650	2 300	2 000	5:10	6:30	7:50
VI. 51 let a starší							2 400	2 100	1 800	5:20	6:50	9:00

**Poznámka:** Souborné silové cvičení se hodnotí podle testu, ve kterém dosáhl voják horší výsledek.

Příloha č. 2. Normy a hodnocení kontrolních testů výročního přezkoušení vojáků z tělesné přípravy (Ministerstvo obrany, 2011, 113)

Číslo testu	1			3a			18			19		
Název cvičení	Leh – sed			Výdrž ve shybu nadhmatem			Běh na 12 minut			Plavání na 300 m		
Hodnocení	Výtečné	Dobré	Vyhovující	Výtečné	Dobré	Vyhovující	Výtečné	Dobré	Vyhovující	Výtečné	Dobré	Vyhovující
Měřicí jednotka	Počet			Minuty			Metry			Minuty		
I. do 25 let	45	40	35	0:50	0:30	0:10	2 550	2 300	2 100	4:50	5:50	6:20
II. 26 – 30 let	40	33	28	0:46	0:28	0:10	2 400	2 200	2 000	5:10	6:10	6:40
III. 31 – 35 let	35	30	26	0:34	0:22	0:08	2 300	2 100	1 900	5:20	6:50	7:20
IV. 36 – 40 let	30	25	23	0:20	0:14	0:07	2 200	2 000	1 800	5:40	7:20	8:00
V. 41 – 45 let	25	22	20	0:18	0:10	0:05	2 100	1 900	1 600	6:10	7:40	8:50
VI. 46 let a starší							1 900	1 800	1 500	6:35	8:10	9:40

Příloha 3. Celkové hodnocení jednotlivce z výročního přezkoušení z tělesné přípravy  
(Ministerstvo obrany, 2011, 114)

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

**Poznámka:** Celkové hodnocení jednotlivce zařazeného do VI. věkové kategorie se hodnotí podle známky z vytrvalostního testu č. 18 nebo č. 19 Vysvětlivky: 1 – výtečně, 2 – dobře, 3 – vyhovující, 4 – nevyhovující.



Příloha 4. Kontrolní testy pro Profesní přezkoušení jednotek (Ministerstvo obrany, 2011, 119)

Číslo testu	Disciplína	Složky organizačních celků typu A		
		Výtečně	Dobře	Vyhovující
21	Boj zblízka	hodnocení podle čl. 134		
22	Vojenské lezení	hodnocení podle čl. 134		
23	Vojenské plavání	hodnocení podle 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

Číslo testu	Disciplína	Složky organizačních celků typu B		
		Výtečně	Dobře	Vyhovující
21	Boj zblízka	hodnocení podle čl. 134		
22	Vojenské lezení	hodnocení podle čl. 134		
23	Vojenské plavání	hodnocení podle 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

Číslo testu	Disciplína	Složky organizačních celků typu C		
		Výtečně	Dobře	Vyhovující
26	Pěší přesun na 15 km (hodina)	4:00	4:30	5:00
27	Člunkový běh 4krát 10 m (vteřina)	15	20	25
28	Hod granátem na cíl podle PD	1. zásah	2. zásah	20 m

Příloha 5. Tělovýchovné centrum „Jindřicha Vaníčka“



Příloha 6. Tělovýchovné centrum „Jindřicha Vaníčka“ – muzeum armádní tělovýchovy



Příloha 7. Tělovýchovné centrum „Jindřicha Vaníčka“ – posilovny



Příloha 8. Házeliště granátů



Příloha 9. Překážková dráha



Příloha 10. VT JAKUB



Příloha 11. Bolderovací stěna



Příloha 12. Sklad tělovýchovného materiálu

