

Dne 1. dubna 2011 vešel v platnost nový normativní výnos MO, Služební tělesná výchova v rezortu Ministerstva obrany. Uplynulo tak více jak dvacet let od posledního vydání, které bylo známé jako předpis Těl-1-1, Tělesná příprava v Československé lidové armádě. O novelizaci předpisu pro služební tělesnou výchovu se uvažovalo od počátku 90. let minulého století hned po rozdělení Československé federativní republiky na dva samostatné státy. Jeho realizaci pozastavilo skončení povinné základní služby a přechod na plně profesionální armádu a v roce 2005 tělovýchovný management, který již připomínkový a po legislativní, jazykové a redakční úpravě k podpisu MO připravený předpis smetl ze stolu. O tom jaký je nový normativní výnos MO, co obsahuje a co pravděpodobně vojáky zajímá nejvíce, tedy jaké změny v testování tělesné výkonnosti přináší, jsou následující řádky.

Úvod

Předpisy pro služební tělesnou výchovu vycházely pod různými názvy pravidelně po celou dobu existence samostatného československého státu vždy, když bylo třeba reagovat na společenské změny nebo nové poznatky z tělesné výchovy a sportu. Tím prvním byl předpis Vo-1a, Tělesná výchova vojska československého z roku 1920. Chronologicky následovaly předpisy z let 1931, 1935, 1950, 1961, 1969, a tím posledním byl výše zmíněný předpis z roku 1989, z něhož v současné době neplatilo prakticky už téměř nic.

Prezentace normativního výnosu a jeho pozitiva

Nový normativní výnos pro služební tělesnou výchovu odráží stávající legislativu. Při jeho tvorbě musely být vzaty do úvahy mimo jiné zákony č. 221/1999 Sb., o vojácích z povolání a č. 198/2009 Sb., o rovném zacházení a o právních prostředcích ochrany před diskriminací a o změně některých zákonů (antidiskriminační zákon). Normativní výnos stanovuje systém organizace, realizace, hodnocení a zabezpečení služební tělesné výchovy v rezortu MO a obsahuje systém kontroly a hodnocení tělesné přípravy, normy a testy tělesné výkonnosti. Nabytím jeho účinnosti pozbyly platnost:

- odborný prováděcí předpis Tělesná příprava v Československé lidové armádě (neutajovaný, evid. zn. Těl-1-1) vydaný v roce 1989,
- rozkaz ministra obrany České republiky č. 14/1999 Věstníku – Výcvik vojáků a žáků vojenských škol ve speciální tělesné přípravě,
- nařízení náčelníka Generálního štábu Armády České republiky náměstka ministra obrany č. 5/1993 – Směrnice pro organizaci a řízení služební tělesné výchovy v Armádě České republiky,

- nařízení náčelníka Generálního štábu Armády České republiky č. 10/2000 Věstníku, kterým se mění a doplňuje NNGŠ č. 5/1993.

Ve srovnání s posledním předpisem má zejména tyto výhody:

- poprvé se legalizuje systém služební tělesné výchovy (viz schéma) se všemi jeho součástmi a jeho flexibilita, která se nejednou osvědčila v transformaci AČR a různých změnách koncepcí jiných oblastí vojenských činností,
- legalizuje se rizikový výcvik v oblastech speciální tělesné přípravy,
- podařilo se udržet výběrovou tělesnou výchovu a zachovat i její chápání jako druh služební činnosti, což ne všichni velitelé akceptují,
- je řešena služební tělesná výchova ve směnných a nepřetržitých provozech a v řídicích strukturách a v zahraničních misích,
- v oblasti kontroly se výročnímu přezkoušení vrací role, která se i díky některým tělovýchovným odborníkům silně zkrátila, a která má od začátku funkci jen v ověřování schopnosti vojáka ke službě po tělesné stránce, nikoliv jeho připravenosti pro výkon zastávaného systemizovaného místa, k tomu účelu se zavádí povinné profesní přezkoušení bez ohledu na věk a pohlaví,
- systém služební tělesné výchovy včetně jeho kontroly reaguje na současné podmínky AČR, plnění úkolů v zahraničních operacích a misích, zkušenosti moderních zahraničních armád a odpovídá působnosti AČR, která víc než k obraně území České republiky bude využívána k ochraně aliančního území a jejích zájmů.

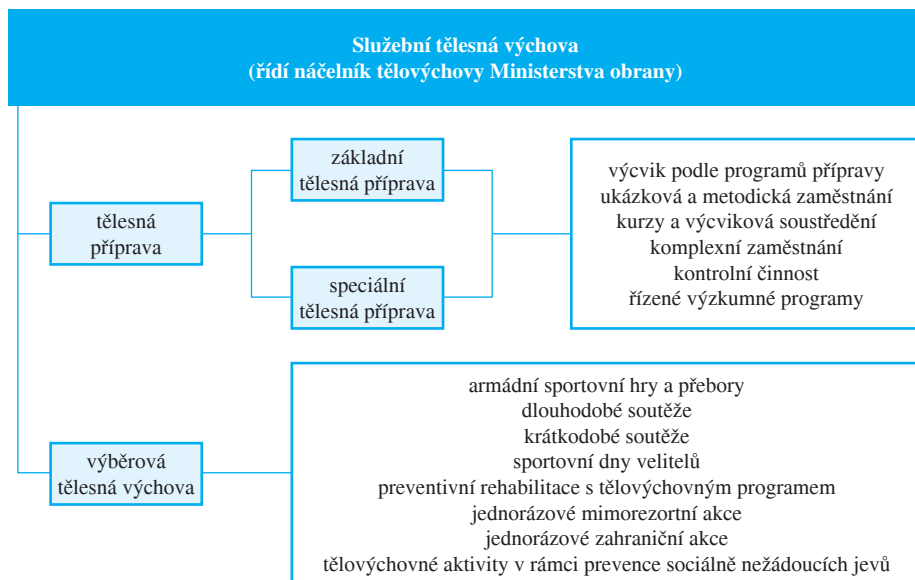


Schéma: Členění služební tělesné výchovy

Kontrola tělesné přípravy – testování tělesné výkonnosti

Testování tělesné výkonnosti je přirozenou součástí každého tréninku a výcviku, protože jeho výsledky pomáhají předvídat budoucí výkonnost, indikovat slabiny, měřit

zlepšování, umožňují hodnocení úspěšnosti tréninkového programu a hlavně motivují k dalšímu tréninku a výcviku. S tímto vědomím se snažily armádní tělovýchovné orgány bezprostředně po změně politických poměrů v zemi po roce 1989 řešit nespokojenost s úrovní tělesné zdatnosti a výkonnosti vojáků. Výsledkem bylo zavedení povinného výročního přezkoušení (NNGŠ č. 16/1991).

Po rozdělení státu nahradila toto nařízení Směrnice 1. NMO pro organizaci a řízení tělesné výchovy v AČR, vydané jako příloha v NNGŠ č. 5/1993. Zodpovědně a kvalitně připravené normy [1] byly díky špatně nastavenému způsobu celkového hodnocení obcházeny (nejčastěji se jednalo o vyhýbání se testu vytrvalostních schopností). Nápravu nepřineslo ani NNGŠ AČR z 6. ledna 2000, kterým se změnilo a doplnilo NNGŠ č. 5/1993. Nejenže se touto změnou [2] zvýšily administrativní nároky, ale paradoxně proti požadavkům armády se slevilo z nároků na vytrvalostní schopnosti.

V novém normativním výnosu stanovené požadavky na testování tělesné výkonnosti mají za úkol současnou situaci napravit. Vedly k tomu zejména tyto důvody:

- Zlehčení norem výročního přezkoušení v roce 2000 se promítlo do výsledného hodnocení – z porovnání výsledků z let 1999 a 2000 vyplynulo, že došlo k výraznému zlepšení hodnocení a odklonu rozložení jednotlivých hodnocení od Gaussovy křivky znázorňující normální rozložení pravděpodobnosti. Tato situace se prakticky v průběhu deseti let nezměnila, což potvrzuje hodnocení výročního přezkoušení z roku 2010, kdy 8669 vojáků dosáhlo výtečného hodnocení, 5181 dobrého hodnocení, 4597 vyhovujícího hodnocení a jen 640 vojáků bylo nevyhovujících.
- Došlo k výrazné preferenci tréninku silových schopností na úkor vytrvalostních, což bylo umožněno systémem bodového hodnocení s možností vysokého zisku bodů v jedné ze dvou disciplín ve prospěch celkového hodnocení.
- Snížení požadavků na výkonnost v oblasti vytrvalostních schopností bylo kontraproduktivní – v porovnání s hodnocením aerobní zdatnosti podle Bunce [3] normy nepodporovaly rozvoj aerobní zdatnosti.
- V praxi docházelo k situacím, kdy voják s vysokým skórem bodů (s výtečným hodnocením) z výročního přezkoušení neuspěl při tematické nebo komplexní kontrole, v níž byl testován ve zrychleném přesunu.
- Nové normy korespondují s testováním v armádách NATO, [4] v porovnání s předpisem z roku 1989 jsou normy v Cooperově testu (běh na 12 minut) dokonce lehčí.

Normativní výnos Služební tělesná výchova v rezortu Ministerstva obrany dělí testy na základní a rozšiřující a stanovuje povinnost pro vedoucího organizačního celku v rámci jeho působnosti každoročně organizovat kontrolu tělesné přípravy formou:

- výročního přezkoušení podřízených vojáků,
- profesního přezkoušení,
- kontrolních cvičení podle programu výcviku, osnovy výuky nebo učebních plánů.

Zásady pro provádění výročního přezkoušení se prakticky nemění. Jak jsou nově stanoveny normy muže a ženy v jednotlivých věkových kategoriích a jak je stanovováno výsledné hodnocení ukazují tabulky 1, 2 a 3 (pozn. H-hodnocení známkou, 1-výtečně,

2-dobře, 3-vyhovující, 4-nevyhovující, MJ-měřicí jednotka, SSC-souborné silové cvičení, VK-věková kategorie).

Tab. 1: Normy a hodnocení kontrolních testů výročního přezkoušení vojáků

Test	SSC (L-S/klik-vzpor)			Shyb na hrazdě			Běh na 12 minut			Plavání na 300 m		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
VK\MJ	počet			počet			metry			minuty		
I	52/32	46/28	42/22	12	10	8	3000	2800	2600	4:20	5:20	6:00
II	51/30	45/27	39/22	11	9	7	2950	2700	2500	4:30	5:30	6:20
III	44/27	40/24	34/19	10	8	6	2850	2600	2400	4:40	5:50	6:40
IV	41/25	39/22	32/16	9	7	5	2750	2500	2200	4:55	6:10	7:20
V	38/23	34/19	29/13	8	6	4	2650	2300	2000	5:10	6:30	7:50
VI							2400	2100	1800	5:20	6:50	9:00

Tab. 2: Normy a hodnocení kontrolních testů výročního přezkoušení vojáků

Test	Leh-sed			Výdrž ve shybu nadhmatem			Běh na 12 minut			Plavání na 300 m		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
VK\MJ	počet			minuty			metry			minuty		
I	45	40	35	0:50	0:30	0:10	2550	2300	2100	4:50	5:50	6:20
II	40	33	28	0:46	0:28	0:10	2400	2200	2000	5:10	6:10	6:40
III	35	30	26	0:34	0:22	0:08	2300	2100	1900	5:20	6:50	7:20
IV	30	25	23	0:20	0:14	0:07	2200	2000	1800	5:40	7:20	8:00
V	25	22	20	0:18	0:10	0:05	2100	1900	1600	6:10	7:20	8:50
VI							1900	1800	1500	6:35	8:10	9:40

Tab. 3: Celkové hodnocení jednotlivců z výročního přezkoušení (varianty)

Hodnocení ze silového testu	1	1	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: SSC se hodnotí podle testu, ve kterém dosáhl voják horší výsledek, celkové hodnocení jednotlivce zařazeného do VI. věkové kategorie se hodnotí podle známky z vytrvalostního testu-běh na 12 minut nebo plavání na 300 m.

Profesní přezkoušení je přezkoušení pohybových schopností a zvláštních dovedností jednotlivců a složek organizačního celku na základě testů a výkonnostních limitů, které se liší podle typu organizačního celku, odbornosti a systemizovaného místa, bez ohledu na věk a pohlaví vojáků. Lze ho provádět v rámci tematických kontrol nebo kontrolních cvičení v souladu s programy výcviku, osnovami výuky nebo učebními plány. Při profesním přezkoušení se zjišťuje:

- úroveň pohybových schopností jednotlivců ve vytrvalosti, rychlosti, obratnosti a síle pomocí základních kontrolních testů (tab. 4),
- rozsah a úroveň zvláštních dovedností a návyků z výcviku jednotlivců, skupin a složek organizačního celku daného druhu vojska (používá se známé dělení organizačních celků do výkonnostních skupin A, B a C podle požadavků na stupeň jejich vycvičenosti) z tematiky speciální tělesné přípravy pomocí rozšiřujících kontrolních testů (tab. 5).

Tab. 4: Normy pro hodnocení tělesné přípravy – základní testy

Název testu (jednotka měření)	Složky organizačních celků typu A			Složky organizačních celků typu B			Složky organizačních celků typu C		
	1	2	3	1	2	3	1	2	3
Leh – sed (počet cviků)	55	52	48	50	45	40	45	40	38
Klik – vzpor (počet cviků)	35	32	28	30	28	25	25	22	20
Shyb na hrazdě (počet cviků)	12	10	8	9	7	5	5	4	3
Výdrž ve shybu nadhmatem (minuta)	1:00	0:50	0:40	0:50	0:40	0:30	0:40	0:30	0:20
Šplh 4 m po laně bez přírazu (sekunda)	10	12	14	15	17	19	20	24	26
Výmyk na doskočné hrazdě (počet cviků)	7	5	3	4	3	2	3	2	1
Člunkový běh 4krát 10 m (sekunda)	10	14	18	16	18	20	20	24	26
Člunkový běh 10krát 10 m (sekunda)	25,8	26,0	27,0	26,8	28,0	30,0	27,8	30,0	32,0
Hod granátem (metr)	56	52	47	50	48	45	45	40	35
Hod kriketovým míčkem (metr)	70	65	58	65	60	55	55	50	45
Skokansko akrobatické cvičení – SAC (sekunda)	18	20	22	22	24	26	26	28	30
Běh na 100 m (sekunda)	13,0	13,5	14,0	13,5	14,0	15,0	14,5	15,5	16,5
Plavání na 100 m (minuta)	1:40	1:55	2:10	1:50	2:05	2:15	1:55	2:10	2:20
ROC	Podle třídních zkoušek			Podle třídních zkoušek			Podle třídních zkoušek		
Opakované toče na točnici HUP – 1M	Podle třídních zkoušek			Podle třídních zkoušek			Podle třídních zkoušek		
Překonání PD (minuta)	1:10	1:20	1:30	1:20	1:40	1:50	1:45	1:50	2:00
Běh na 1000 m (minuta)	3:10	3:20	3:30	3:30	3:50	4:10	3:40	4:00	4:20
Běh na 2000 m (minuta)	7:10	7:30	7:50	7:40	8:00	8:20	7:50	8:20	8:30
Běh na 12 min (metr)	3 100	2 900	2 700	2 800	2 600	2 400	2 600	2 400	2 200
Plavání na 300 m (minuta)	5:50	6:20	7:00	6:10	6:40	7:10	6:20	6:50	7:20
Zrychlený přesun na 5 km (minuta)	26	27	28	28	30	32	30	32	35

Tab. 5: Normy pro hodnocení tělesné přípravy – rozšiřující testy

Disciplína	Složky organizačních celků typu A			Složky organizačních celků typu B		
	1	2	3	1	2	3
Boj zblízka	Hodnocení – viz poznámka			Hodnocení – viz poznámka		
Vojenské lezení	Hodnocení – viz poznámka			Hodnocení – viz poznámka		
Vojenské plavání	Hodnocení – viz poznámka			Hodnocení – viz poznámka		
Pěší přesun na 20 km, (hodina)	4:00	4:30	5:00	4:20	4:50	5:30
Překonání překážkové dráhy NATO (minuta)	4:00	4:30	5:00	4:15	4:45	5:10

Poznámka: Kontrolní testy, které nejsou přímo měřitelné v mezinárodní soustavě jednotek, se hodnotí podle těchto kritérií:

- výtečně (1), byl-li úkol proveden technicky správně a v požadovaném tempu,
- dobře (2), byl-li úkol proveden technicky správně, ale v nesprávném tempu, nebo byl-li proveden v požadovaném tempu, avšak s nepatrnými chybami v technice cvičení,
- vyhovující (3), byl-li úkol proveden, avšak s většími chybami,
- nevyhovující (4), nebyl-li úkol proveden vůbec nebo byl proveden nesprávně.
- U pěšího přesunu je nesená zátěž 20 kg.

Disciplína	Složky organizačních celků typu C		
	1	2	3
Pěší přesun na 15 km (hodina)	4:00	4:30	5:00
Člunkový běh 4 × 10 m (vteřina)	15	20	25
Hod granátem na cíl podle PD (zásah)	1.	2.	20 m

Poznámka: U pěšího přesunu je nesená zátěž 10 kg

Závěr

Přijetí nového normativního výnosu pro služební tělesnou výchovu nebylo jednoduché. Nejen proto, že byl mnohokrát přepracováván a v průběhu jeho zrodu se mnohokrát měnila legislativa, ale především proto, že i uvnitř odborných kruhů se střetávaly často protichůdné názory. Konečný produkt je výsledkem většinové shody a nedomnívám se, že by staronový pohled na tělesnou zdatnost měl být pro profesionální vojáky problémem. Málokdo ve společnosti má takovou atraktivní výsadu, že by mohl v pracovní době pečovat o vlastní tělesnou výkonnost potažmo zdatnost, prostřednictvím jemu vyhovujících pohybových aktivit. Pravidelné pohybové aktivity za dodržení zásad sportovního tréninku [5] jsou tou nejlepší cestou, jak bez stresu zvládnout požadavky a rozvíjet výkonově i zdravotně orientovanou tělesnou zdatnost. Limity pro splnění výročního přezkoušení se víceméně vracejí na úroveň požadavků plněných před rokem 2000 a variabilní profesní přezkoušení víceméně kopíruje vojenský výcvik. Tedy zase nic, co by při pravidelném výcviku a tréninku mělo být nedosažitelné. Záměrem nového normativního výnosu není „likvidace“ nebo zdravotní újma vojáků, ale zajištění skutečného vzestupu tělesné zdatnosti a výkonnosti vojáků profesionální Armády České republiky v intencích požadavků velitelů, kteří působili nebo působí v zahraničních operacích.

Literatura:

- [1] PETERA, L. *Hodnocení a ovlivňování tělesné zdatnosti vojáků profesionální Armády České republiky*. Kandidátská dizertační práce, Praha: FTVS UK, 1993.
- [2] *Tělesná příprava vojenského profesionála*. Závěrečná zpráva vědeckého úkolu č. 217v05-22, Brno, VA Brno 1997.
- [3] BUNC, V. A simple method for estimating aerobic fitness. *Ergonomics*, vol. 37, no. 1. 1994.
- [4] GEDDIE, J. *NATO Soldier Target Audience Description*. RTO-TR-22. 2000.
- [5] DOVALIL, J. & PERIČ, T. *Sportovní trénink*. Praha: Grada, 2010. ISBN 978-80-247-2118-7.