

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE  
Fakulta tělesné výchovy a sportu

## DIPLOMOVÁ PRÁCE

2008

Karel Agh

UNIVERZITA KARLOVA V PRAZE  
Fakulta tělesné výchovy a sportu

Kondiční příprava příslušníků Police České republiky

Diplomová práce

Vedoucí diplomové práce:  
plk. PaedDr. Lubomír Přívětivý, CSc.

Zpracoval:  
Karel Agh

srpen 2008

## *Abstrakt*

**Název práce:** Kondiční příprava příslušníků Policie České republiky

**Cíle práce:** Cílem práce je shrnout a zhodnotit současný stav kondiční přípravy a jejího prověřování u příslušníků Policie České republiky na vybraných okresech v rámci Středočeského kraje.

**Metoda:** Potřebné informace směřující k danému cíli mé práce jsem získal rešerší dostupné literatury, právních norem a jiných informačních zdrojů upravující danou problematiku. Pro potvrzení či vyvrácení stanovených hypotéz jsem následně provedl analýzu dokumentů a vyhodnocení získaných dat (výsledků prověrek). Dále pak anonymní dotazníkové šetření u policistů na vybraných okresech v rámci Středočeského kraje. Následně bylo provedeno vyhodnocení dotazníkového šetření a shrnutí získaných dat pro jejich následnou interpretaci a závěrečné srovnání a zhodnocení.

**Výsledky:** Zjištěné poznatky prezentují celkový stav a prověřování kondiční přípravy a představují názory a postoje policistů ke kondiční přípravě.

**Klíčová slova:** kondiční příprava, fyzická zdatnost, pohybové schopnosti, motorické testy, zákonné normy

## *Résumé*

**Name of the Project:** Conditional preparation of members of the Police of the Czech Republic

**The aim of the Project:** The aim of this Project is to resume and to evaluate contemporary situation of conditional preparation and its testing applied to the members of the Police of the Czech Republic in the selected districts of the Central Bohemian Region.

**Methods:** I have received information necessary for completion of my diploma work from research of available literature, law and other sources that deal with the given problem. I have analysed documents and evaluated obtained data (results of revisions) to confirm or rebut the specified hypothesis. Furthermore, I have questioned anonymously policemen in the selected districts of the Central Bohemian Region. Afterwards, I have evaluated the questionnaires and have resumed obtained data for final interpretation and final comparison and evaluation.

**Results:** Discovered knowledge presents overall state and testing of conditional preparation and introduces opinions and attitudes of policemen towards conditional preparation.

**Key words:** conditional preparation, physical fitness, movement abilities, motoric tests, lawful rules.

Touto cestou bych chtěl poděkovat **plk. PaedDr. Lubomíru Přivětivému, CSc.** za odborné vedení práce, za praktické rady a za možnost využít jeho zkušenosti v této problematice.

Dále bych chtěl poděkovat odboru personální práce a vzdělávání Policejního prezidia České republiky za poskytnutí podkladů k prověrkám z kondiční přípravy a instruktorům a policistům za pomoc při vytvoření výzkumné části diplomové práce.

Prohlašuji, že jsem diplomovou práci zpracoval samostatně a použil jsem pouze literaturu uvedenou v seznamu bibliografické citace.

-----  
Karel Agh

Svoluji k zapůjčení své diplomové práce ke studijním účelům.

Prosím, aby byla vedena přesná evidence vypůjčovatelů, kteří musejí pramen převzaté literatury řádně citovat.

---

Jméno a příjmení:    Číslo obč. průkazu:    Datum vypůjčení:    Poznámka:

---

## Obsah

<b>I. ÚVOD .....</b>	<b>9</b>
<b>II. TEORETICKÁ ČÁST.....</b>	<b>11</b>
<b>1. KONDIČNÍ PŘÍPRAVA A JEJÍ VZTAH KE SLUŽBĚ U POLICIE.....</b>	<b>11</b>
<b>2. POHYBOVÉ SCHOPNOSTI A POHYBOVÉ DOVEDNOSTI.....</b>	<b>13</b>
2.1 POHYBOVÉ SCHOPNOSTI .....	13
2.1.1 <i>Kondiční schopnosti</i> .....	14
2.1.2 <i>Koordinační schopnosti</i> .....	18
2.1.3 <i>Pohyblivost</i> .....	19
2.2 POHYBOVÉ DOVEDNOSTI .....	20
<b>3. MOTORICKÉ TESTY.....</b>	<b>22</b>
3.1 DĚLENÍ MOTORICKÝCH TESTŮ .....	22
3.2 TESTOVÉ SYSTÉMY .....	23
3.3 VLASTNOSTI MOTORICKÝCH TESTŮ.....	24
<b>4. SPORT A POLICIE ČR.....</b>	<b>26</b>
<b>5. PŘEDPISY UPRAVUJÍCÍ SLUŽEBNÍ PŘÍPRAVU DO ROKU 1990 .....</b>	<b>28</b>
<b>6. PŘEDPISY UPRAVUJÍCÍ SLUŽEBNÍ PŘÍPRAVU PO ROCE 1990 .....</b>	<b>30</b>
<b>7. ZÁKONNÁ ÚPRAVA SLUŽEBNÍ PŘÍPRAVY U POLICIE ČESKÉ REPUBLICY DO ROKU 2007 .....</b>	<b>33</b>
7.1 VÝTAH ZE ZÁKONA O SLUŽEBNÍM POMĚRU Č. 186/1992 SB. ....	34
7.2 VÝTAH ZE ZÁKONA O POLICII ČESKÉ REPUBLIKY Č. 283/1991 SB. ....	35
<b>8. INTERNÍ AKTY ŘÍZENÍ UPRAVUJÍCÍ SLUŽEBNÍ PŘÍPRAVU U POLICIE ČESKÉ REPUBLIKY OD ROKU 1999 DO ROKU 2007 .....</b>	<b>38</b>
8.1 STRUKTURA A OBSAH SLUŽEBNÍ PŘÍPRAVY PŘÍSLUŠNÍKŮ POLICIE ČESKÉ REPUBLICY.....	38
8.2 TESTY TĚLESNÉ ZDATNOSTI .....	40
<b>9. REFORMA POLICIE ČESKÉ REPUBLIKY V ROCE 2007 .....</b>	<b>43</b>
9.1 VÝTAH ZE ZÁKONA Č. 361/2003 SB. O SLUŽEBNÍM POMĚRU PŘÍSLUŠNÍKŮ BEZPEČNOSTNÍCH SBORŮ .....	43
<b>10. INTERNÍ AKTY ŘÍZENÍ UPRAVUJÍCÍ SLUŽEBNÍ PŘÍPRAVU U POLICIE ČESKÉ REPUBLIKY OD ROKU 2007 .....</b>	<b>45</b>
10.1 VÝTAH ZE ZÁVAZNÉHO POKYNU POLICEJNÍHO PREZIDENTA Č. 209 Z ROKU 2007 45	
10.2 VÝTAH ZE ZÁVAZNÉHO POKYNU POLICEJNÍHO PREZIDENTA Č. 155 Z ROKU 2007 51	
10.2.1 <i>Obsah, popis a bodové hodnocení jednotlivých testů tělesné zdatnosti</i> ....	52
10.2.2 <i>Kritéria hodnocení pro splnění testů tělesné zdatnosti</i> .....	56
10.2.3 <i>Obsah testů tělesné zdatnosti pro podskupiny</i> .....	57
10.2.4 <i>Posouzení fyzické způsobilosti uchazeče</i> .....	58
<b>11. INSTRUKTOR SLUŽEBNÍ PŘÍPRAVY .....</b>	<b>62</b>

<b>III. VÝZKUMNÁ ČÁST .....</b>	<b>65</b>
<b>12. CÍLE, ÚKOLY A HYPOTÉZY PRÁCE .....</b>	<b>65</b>
<b>13. VÝSLEDKY PROVĚREK Z KONDIČNÍ PŘÍPRAVY .....</b>	<b>67</b>
<b>14. EMPIRICKÉ DOTAZNÍKOVÉ ŠETŘENÍ.....</b>	<b>73</b>
14.1 FORMULACE DÍLČÍCH CÍLŮ .....	73
14.2 ZVOLENÉ METODY A TECHNIKY .....	73
14.3 VLASTNÍ ORGANIZACE ŠETŘENÍ.....	74
14.4 CHARAKTERISTIKA SOUBORU.....	74
14.4.1 <i>Popis zkoumaného souboru .....</i>	<i>74</i>
14.5 INTERPRETACE ZJIŠTĚNÝCH POZNATKŮ.....	78
14.5.1 <i>C1 - průzkumem rozkrýt osobní postoj ke kondiční přípravě .....</i>	<i>79</i>
14.5.2 <i>C2 - šetřením zjistit názor na současně prověrky kondiční přípravy .....</i>	<i>86</i>
14.5.3 <i>C3 - zjistit názor na absenci plavání v kondiční přípravě a případného zařazení do prověrek kondiční přípravy .....</i>	<i>90</i>
14.5.4 <i>C4 - šetřením zjistit názor týkající se motivace pro plnění prověrek z kondiční přípravy .....</i>	<i>93</i>
<b>IV. DISKUZE .....</b>	<b>96</b>
<b>V. ZÁVĚR.....</b>	<b>99</b>
<b>VI. SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY .....</b>	<b>101</b>
<b>SEZNAM TABULEK.....</b>	<b>105</b>
<b>SEZNAM GRAFŮ .....</b>	<b>106</b>
<b>SEZNAM OBRÁZKŮ .....</b>	<b>107</b>
<b>SEZNAM POUŽITÝCH ZKRATEK .....</b>	<b>108</b>
<b>SEZNAM PŘÍLOH.....</b>	<b>109</b>



## **I. Úvod**

Člověk se rodí ve společnosti, v níž existuje právo a v této společnosti i umírá. Po celý svůj život je obklopen právem jako jednou z forem společenských vztahů, z čehož vyplývá, že žije v doprovodu s určitým společenským vědomím. Právo i právní vědomí se stávají již od počátku jedním z prostředků společenského působení na člověka, a to zejména na jeho vnímání a každodenní chování. Toto působení práva na člověka usiluje o přizpůsobení společenského chování jedince v dané společnosti.

Základem pro život člověka ve svobodné a demokratické společnosti jsou různá práva a svobody občanů. Z těchto práv, které jsou upraveny zákonem jednoznačně vyplývá i právo na bezpečnost, ať již myslíme bezpečnost osobní, či majetku. Není sporu o tom, že v současné době dochází k značnému vzestupu kriminality, což vede k hrubému porušování práv a svobod jedince ve společnosti. Na tyto skutečnosti musí právní stát reagovat.

Ochrana práv a svobod pak patří k rozhodujícím předpokladům demokratického rozvoje společnosti. Dané úkoly zabezpečuje stát prostřednictvím bezpečnostních orgánů, které jsou pro plnění těchto úkolů vybaveny nezbytnými právními a technickými prostředky. Jedním z těchto orgánů, a dá se říci, že i nejdůležitějším v ochraně práv a svobod občanů, je Policie České republiky.

Zákonné normy, které ukládají Policii České republiky úkoly, mezi které patří mj. ochrana bezpečnosti osob, majetku, veřejného pořádku či například boj proti terorismu, odhalování pachatelů trestné činnosti a další, nutí policii, aby disponovala nejen takovými prostředky, ale zejména příslušníky, kteří jsou schopni stanovené úkoly plnit. Jedním z mnoha předpokladů zvládnutí náročné činnosti policie je fyzická zdatnost daného příslušníka. Fyzická zdatnost neboli připravenost příslušníka policie je jedna ze schopností, u které za pomoci obecně známých principů může dojít k jejímu zvyšování a udržení na určité úrovni. Zvyšování a udržení dané úrovně fyzické zdatnosti v systému Policie České republiky zabezpečuje jedna ze složek služební přípravy. Touto složkou je kondiční příprava příslušníků policie. Z uvedených řádků získáme otázku, zda-li je složka kondiční přípravy v současné době schopna zvyšování, popřípadě udržení fyzické zdatnosti a jak k ní přistupují samotní příslušníci Policie

České republiky. Odpovědí by měla být má diplomová práce, která je zaměřena na současný celkový náhled kondiční přípravy u policie.

K tématu diplomové práce mě přivedla skutečnost změny služebního zařazení na funkci vrchního inspektora skupiny služební přípravy (instruktor), což znamená, že se s kondiční přípravou a vším, co jí obklopuje, jako je přístup příslušníků, nadřízených, podmínky ale i zákonná a interní úprava, setkávám téměř každý den.

Cílem práce je shrnout a zhodnotit současný stav kondiční přípravy a jejího prověřování u příslušníků Policie České republiky. Teoretická část se věnuje stručnému přehledu kondičních faktorů ve vztahu k službě u policie a následně motorickým testům. Současně dojde k nastínění stručného vývoje kondiční přípravy až k současné podobě. Rozdělení, formy, metody a organizace výcviku ve vztahu k právním normám upravující kondiční přípravu. V praktické části bude využito metody kvantitativního dotazníkového šetření za účelem zjištění názorů a stavu kondiční přípravy u příslušníků Policie České republiky.

## **II. Teoretická část**

### **1. Kondiční příprava a její vztah ke službě u policie**

Kondiční příprava se zabývá kondicí člověka. Obecně lze definovat kondici jako „*tělesný a psychický stav člověka, vzhledem ke konkrétnímu požadavku*“ a ve vztahu ke sportu se jeví jako „*všestranná tělesná a psychická připravenost ke sportovnímu výkonu*“ (Demetrovič, 1988).

Kondiční přípravu je důležité, ve vztahu k výkonu služby a provádění služebních zákroků, chápat jako základní obecnou fyzickou přípravu každého policisty, která je nutná pro optimální a efektivní zvládnutí dovedností nutných při použití donucovacích prostředků, popřípadě služební zbraně. Kondiční příprava si klade za cíl ovlivnit pohybové schopnosti v takové míře, aby policista:

1. udržel vysokou práce schopnost, dobrý zdravotní stav (kondice, zdatnost) a v neposlední řadě získal pocit sebejistoty,
2. v míře svých kompetencí spolehlivě zvládl služební zákrok,
3. v případě zájmu mohl reprezentovat ve vybraném sportovním odvětví. (Zezula, 1995)

V úvodu jsem uvedl, že kondiční příprava je jedna ze složek služební přípravy, která se snaží působit na fyzickou zdatnost příslušníka policie. Fyzická nebo také tělesná zdatnost příslušníka policie představuje „*komplexní schopnost reagovat pohybovou činností účelně a efektivně na podmínky zevního prostředí. Jedním z hlavních ukazatelů tělesné zdatnosti je účinnost a hospodárnost práce organismu. Její úroveň se posuzuje také z výkonů v technicky jednoduchých a fyziologicky náročných pohybových*

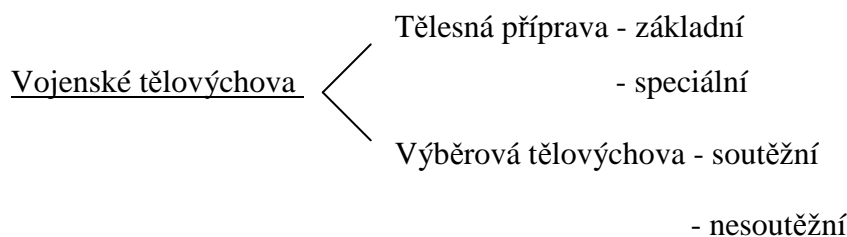
činnostech, které v sobě obsahují základní pohybové schopnosti jedince“ (Demetrovič, 1988).

Dalšími složkami, které působí v systému služební přípravy u Policie České republiky jsou:

- a) příprava k použití služební zbraně (střelecká příprava),
- b) nácvik používání vybraných donucovacích prostředků (sebeobrana),
- c) nácvik základních taktických dovedností (taktická příprava),
- d) specializovaná služební příprava - další druhy služební přípravy podle potřeb jednotlivých útvarů Policie České republiky (ZP PP č. 209/2007).

K možnému porovnání systému služební přípravy u složek Policie můžeme využít systém používaný Armádou České republiky. Armáda České republiky využívá a řeší veškeré pohybové aktivity vojáků realizované v rámci resortu obrany systémem Vojenské tělovýchovy.

Struktura vojenské tělovýchovy: (Přívětivý, 2004)



## 2. Pohybové schopnosti a pohybové dovednosti

V každé pohybové činnosti lze rozpoznat projevy rychlosti, síly, vytrvalosti atd.. Jejich poměr je v konkrétních případech různý, závisí přitom na pohybovém úkolu, který je plněn. Jedná se o pohybové schopnosti člověka, vypovídá se o nich však na základě určitých charakteristik pohybů prováděných člověkem (**Choutka, 1991**).

Rozdíl mezi pohybovými schopnostmi a pohybovými dovednostmi, v některých literaturách uváděné jako motorické schopnosti a dovednosti, můžeme vypožorovat z vysvětlení pojmů motorická schopnost, čímž „rozumíme integraci vnitřních vlastností organismu, která podmiňuje splnění určité skupiny pohybových úkolů a současně je jimi podmíněna“ (**Čelikovský, 1979**) a motorická dovednost „kterou rozumíme nejvyšší úroveň integrace vnitřních vlastností podmiňující techniku pohybové činnosti vzhledem k zadanému pohybovému úkolu (motorická dovednost je podmíněna stavem motorické schopnosti)“ (**Čelikovský, 1979**). Z jiného pohledu se dá říci, že pohybové schopnosti jsou vrozené a pohybovým dovednostem se musíme naučit a dále je rozvíjet. Z uvedených citací o schopnostech a dovednostech je patrná jistá souvislost. Platí totiž, že čím vyšší je úroveň našich pohybových schopností, tím jednodušší pro nás bude osvojení pohybových dovedností.

Pokud mluvíme o pohybových schopnostech a dovednostech policistů, nejedná se o stav, který je předpokladem pro sportovní výkony, ale o skutečnost, že policista bude dobře vykonávat svou práci jak po fyzické stránce, tak i stránce psychické. Tak jako kvalitnější kondiční připravenost sportovce předurčuje pro dosažení vyšších výkonnostních limitů, tak u policisty kvalita fyzické kondice sice přímo nezvyšuje pracovní výkonnost, ale ve spojení s výkonem služby snižuje např. riziko újmy na zdraví či ztráty života policisty nebo dalších osob.

### 2.1 Pohybové schopnosti

Schopnosti se vyvíjejí z vrozených dispozic, kterým říkáme vlohy. Vlohy následně determinují rozvoj jednotlivých pohybových schopností. Vlohy však samy o sobě

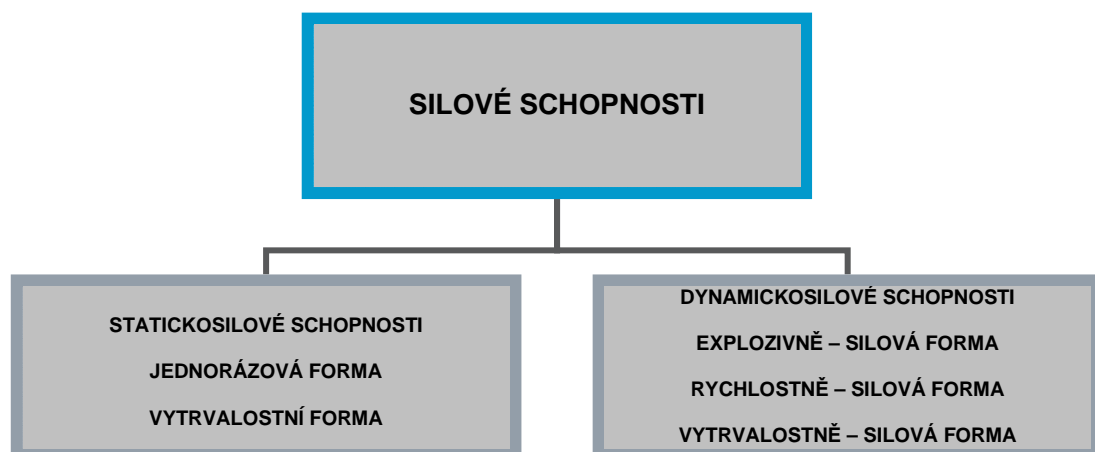
nezaručují rozvoj pohybové schopnosti, mají na ně pouze podstatný vliv. Úroveň schopností může tedy stoupat cíleným a systematickým tréninkem nebo naopak malou, či nevhodnou pohybovou aktivitou mohou zůstat na úrovni přirozeného vývoje. Pohybové schopnosti jsou v čase relativně stálé, a proto můžeme jejich úroveň předpovídat. O tom, zda jedinec může momentálně disponovat motorickými předpoklady, rozhoduje zejména aktuální zdravotní nebo psychický stav.

Pohybové schopnosti můžeme prvotně rozdělit na kondiční schopnosti, které jsou determinovány převážně energetickými procesy a koordinační schopnosti, jenž jsou determinovány procesy řízení a regulace pohybu. Specifikem v rozdělení pohybových schopností je tzv. pohyblivost. Ta se v posledních letech vyděluje jako samostatná pohybová schopnost.

### 2.1.1 Kondiční schopnosti

#### Silové schopnosti

Silové schopnosti jsou považovány za základní a rozhodující schopnosti jedince, bez kterých se nemohou ostatní schopnosti při motorické činnosti vůbec projevit. Silovou schopnost lze definovat jako schopnost překonat, udržet, nebo brzdit určitý odpor (Dovalil, 2002).

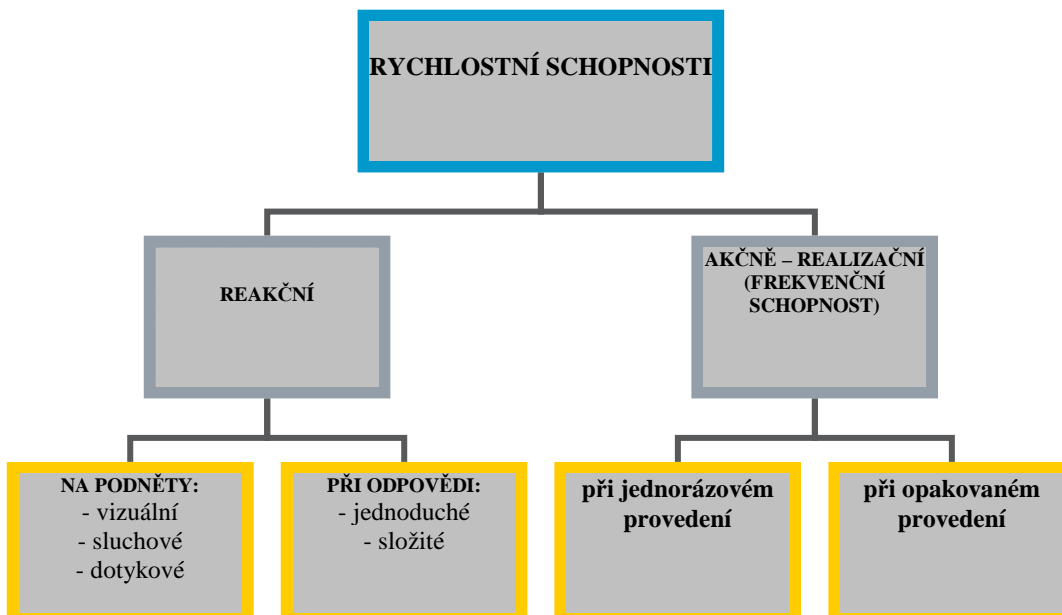


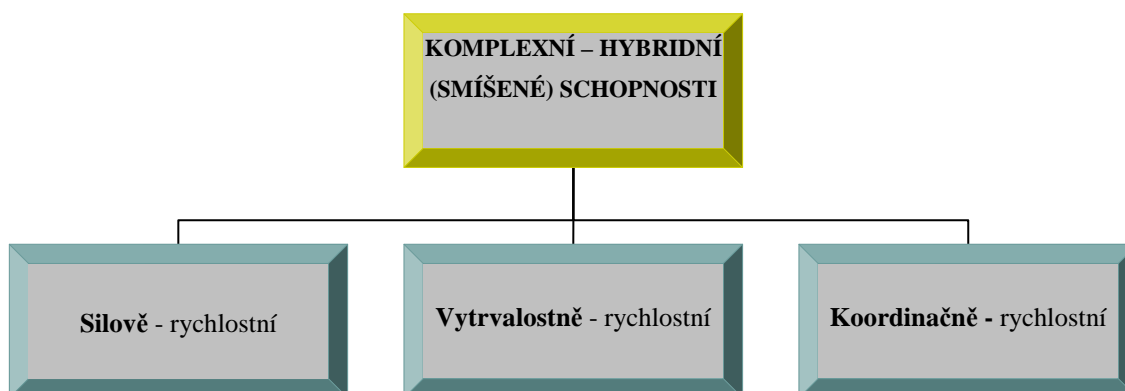
Obrázek 1 - Struktura silových schopností (Zháněl, 2003)

Pro potřeby výkonu služby jsou silové schopnosti a jejich rozvoj soustředěny na všeobecnou – kondiční sílu příslušníka. Tento rozvoj schopností se v praxi zaměřuje především na svalové skupiny, které mají tendenci k oslabení (Zezula, 1995). Následně je věnována pozornost síle horní poloviny těla a dolních končetin. Tato síla se uplatňuje převážně při práci s pachateli trestné činnosti. Sílu horních končetin policista uplatňuje především při tzv. pacifikování a eskortování osob. Tyto osoby většinou kladou pasivní odpor, který je překonáván aktivní silou policisty nebo policistů. Síla dolních končetin je též důležitá pro stabilní postoj policisty, avšak na základě zkušeností je dostačující síla dolních končetin, se kterou jedinec disponuje v rámci celkové zdatnosti.

### Rychlostní schopnosti

Rychlostní schopnost lze definovat jako schopnost provést motorickou činnost nebo realizovat určitý pohybový úkol v co nejkratším časovém úseku (Zháněl, 2003).





Obrázek 2 - Struktura rychlostních schopností (Zháněl, 2003)

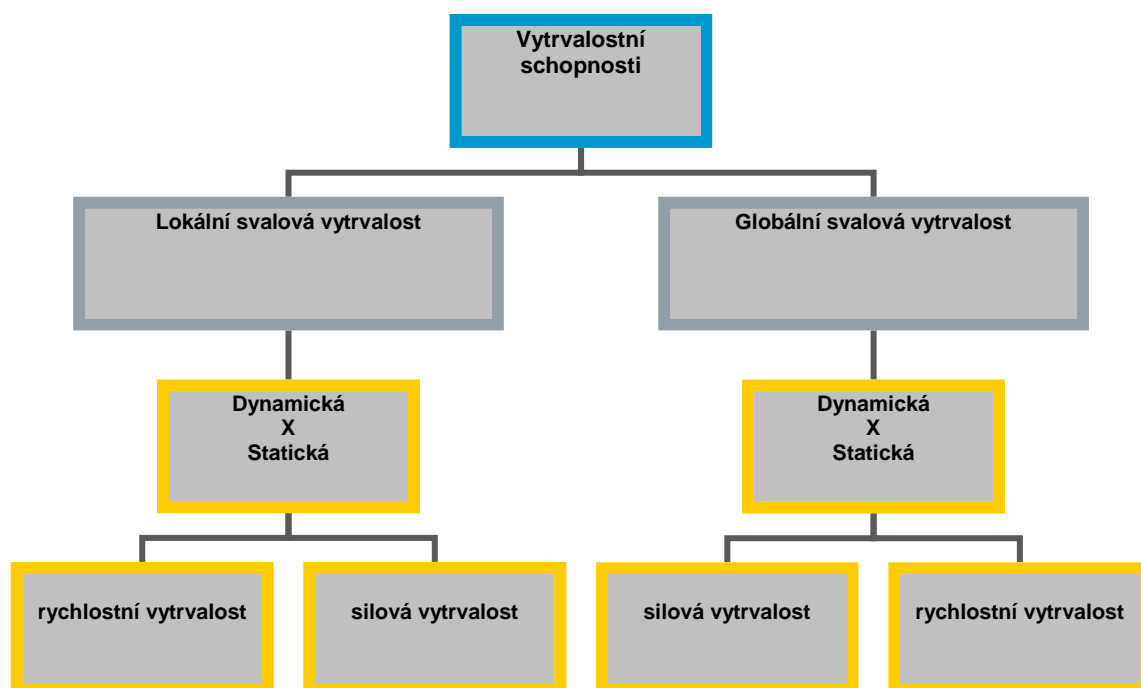
Dle zkušeností jsou pro samotný výkon služby důležité zejména tyto tři složky rychlostních schopností rychlost reakce, rychlost jednotlivého pohybu a rychlost celkového pohybu. Tyto jednotlivé složky hrají velkou roli v použití donucovacích prostředků a zbraně vůči pachatelům trestné činnosti a mohou v některých případech zachránit život zakročujícímu policistovi a nebo jiným osobám.

#### Vytrvalostní schopnosti

Vytrvalostní schopnosti lze definovat jako schopnosti provádět činnost požadovanou intenzitou co nejdéle, nebo co nejvyšší intenzitou ve stanoveném čase (Dovalil, 2002).

Komplex vytrvalostních schopností můžeme dělit podle zapojených svalů, typu kontrakce nebo doby trvání.





**Obrázek 3** - Struktura vytrvalostních schopností - členění dle podílu zapojených svalů (Zháněl, 2003)

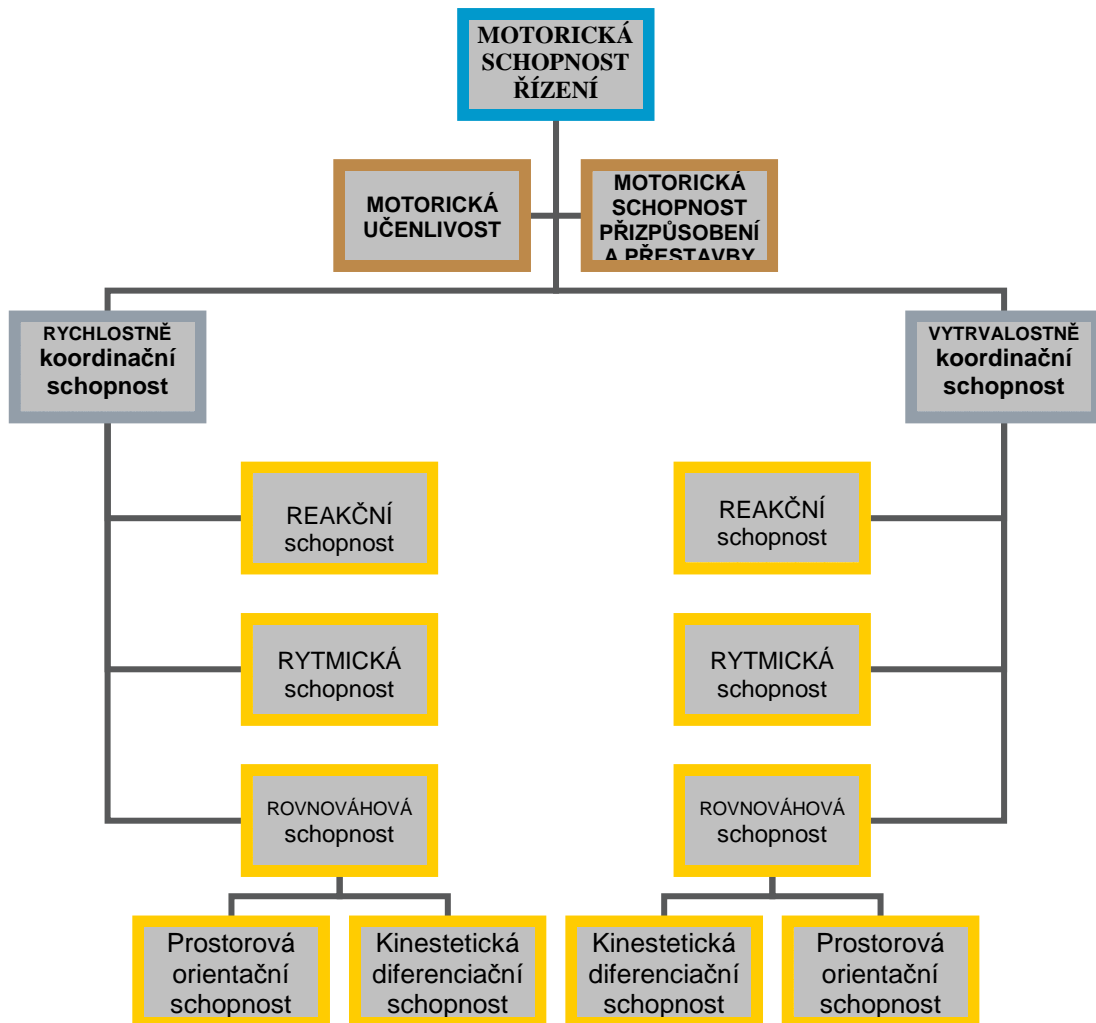
**Tabulka 1** - Struktura vytrvalostních schopností - členění dle aktivace energetických systémů (Dovalil, 2002)

Vytrvalost	Doba trvání	Aktivace energetického systému
Rychlostní	Do 20 – 30 s	ATP - CP
Krátkodobá	Do 2 – 3 min.	LA
Střednědobá	Do 8 - 10 min.	LA – O <sub>2</sub>
Dlouhodobá	nad 10 min.	O <sub>2</sub>

Pro účely kondiční přípravy se zaměřuje rozvoj vytrvalosti zejména na střednědobou složku, která se z praxe ukázala jako nejvhodnější prostředek potřebný pro výkon služby. Samozřejmě jsou v rámci policie specializované útvary, které se věnují všem formám vytrvalosti (Zezula, 1995).

### 2.1.2 Koordinační schopnosti

Vedle kondičních schopností jsou velmi důležitým článkem v realizaci pohybu koordinační schopnosti. Tyto schopnosti působí v oblasti řízení a regulace pohybu, což se přikládá funkci centrálního nervového systému a nižším řídicím článkům. Jedná se o soubor schopností, který lehce a účelně koordinuje vlastní pohyby a přizpůsobuje je měnícím se podmínkám a charakterizujeme je „jako předpoklad jedince přesně realizovat složité časoprostorové struktury pohybu“ (Čelikovský a kol., 1990).



Obrázek 4 - Hierarchické uspořádání koordinačních schopností (Zháněl, 2003)

Komplex koordinačních schopností tvoří řada dílčích relativně samostatných schopností a jejich počet se podle jednotlivých autorů pohybuje. Každá z koordinačních schopností se v podstatě neprojevuje samostatně, má své zvláštnosti, které ji charakterizují a jimiž se ve větší nebo menší míře projevuje. V policejní praxi se setkáváme s tím, že v případě dostatečné úrovně těchto schopností je proces přípravy policisty na policejní činnost daleko efektivnější. Dochází například k lepšímu zvládnutí techniky v použití donucovacích prostředků a zbraně, což může v některých případech vést k záchraně lidského života.

### 2.1.3 Pohyblivost

Pohyblivost je považována většinou za samostatnou pohybovou schopnost. Objevují se názory, že jde o dílčí součást koordinačních schopností. Jedná se o schopnost vykonávat pohyb ve velkém rozsahu kloubní soustavy. Často bývá charakterizována, nikoliv jako pohybová schopnost, ale jako anatomická kategorie (**Dovalil, 2002**). Význam pohyblivosti není jen v rozsahu pohybu, ale také v prevenci poranění. Dostatečná pohyblivost snižuje riziko natažení, natržení nebo dokonce přetržení svalů při nekoordinovaných pohybech.

Pohyblivost lze rozdělit podle způsobu dosažení krajních poloh pohybu na:

- pohyblivost aktivní
- pohyblivost pasivní (využití dopomoci)
- pohyblivost dynamickou (využití švihových pohybů)
- pohyblivost statickou (setrvání v krajní poloze po dobu 40 s a deseti opakování)

(**Havlíčková, 2006**)

Kondiční příprava se tedy zaměřuje na kombinace protahovacích, uvolňovacích a posilovacích cvičení, která napomáhají potřebnému rozvoji pohyblivosti pro samotný výkon služby.

## 2.2 Pohybové dovednosti

Jak již bylo uvedeno v úvodu, tak pohybovou dovedností rozumíme nejvyšší úroveň integrace vnitřních vlastností podmiňující techniku pohybové činnosti vzhledem k zadanému pohybovému úkolu. Pohybová dovednost přispívá k úspěšnému vykonání určité pohybové činnosti. Osvojí-li si policista při vyučujícím procesu určitou dovednost, znamená to, že je schopný řešit příslušný pohybový úkol vhodnou metodou, správně, dostatečně rychle a úsporně (Měkota, Blahuš, 1983).

Ve srovnání s pohybovými schopnostmi nečleníme pohybové dovednosti na tak přesné skupiny. Typ nebo název pohybové dovednosti je odvozen od konkrétní činnosti. Dovednosti třídíme podle různých hledisek jako např.:

- podle druhu pohybové činnosti: základní, pracovní, sportovní apod.
- rozsahu vykonávaných pohybů: jemné, hrubé
- podle sportovního odvětví: fotbalové, tenisové, hokejové apod.

Výše uvedené dělení berme spíše jako příklad, protože hledisek pro rozdělení pohybových dovedností existuje velké množství.

Než se u policisty a vlastně u každého jedince daná pohybová dovednost stane plně zautomatizovanou, projde jistý procesem. Tento proces se skládá z dílčích fází, které můžeme pojmenovat jako:

1. nácvik,
2. zdokonalování,
3. stabilizace.

Kvalita zautomatizované pohybové dovednosti je ovlivněna pohybovou schopností, z čehož vyplývá, že předpokladem kvalitní pohybové dovednosti je vysoká úroveň pohybové schopnosti.

## *2. Pohybové schopnosti a pohybové dovednosti*

U policistů se z pohybových dovedností převážně uplatňuje pracovní dovednost. Jedná se zejména o dokonalé zvládnutí technik sebeobrany, používání donucovacích prostředků, zbraně apod..

### 3. Motorické testy

Vzhledem k tomu, že se v diplomové práci setkáváme s termínem motorické testy, rád bych stručně charakterizoval i tuto oblast. Testování nepochybně patří ke kondiční přípravě jako zpětná vazba jejího provádění. U policie se s testováním setkáme v rámci posouzení fyzické způsobilosti uchazečů o přijetí do služebního poměru a u posouzení fyzické způsobilosti u policistů pro výkon služby.

Motorickým testem tedy rozumíme standardizovaný postup (zkoušku), jehož obsahem je pohybová činnost a výsledkem číselné vyjádření průběhu či výsledku této činnosti. (Čelikovský, 1979).

Policista, na kterém se testování provádí, se nazývá probandem nebo testovanou osobou. Osobu, která test či zkoušku provádí nazýváme testujícím, zkoušejícím či examínátorem. Testovaný soubor je vybraná skupina, jejíž výkonnost chceme hodnotit. Motorické testy jsou důležitým zdrojem informací pro kondiční přípravu v resortu policie, ale nejen zde. Jsou využívány například Armádou ČR, trenéry a učiteli tělesné výchovy v tomto odvětví, či jako kontrola úrovně pohybových schopností nebo dovedností.

#### 3.1 Dělení motorických testů

Motorické testy můžeme rozdělit podle různých kritérií. Ve sportovní a tělovýchovné praxi se poměrně často používá dělení na :

##### Dělení ze sportovního hlediska:

- testy pohybových schopností: např. silových, vytrvalostních, rychlostních
- testy pohybových dovedností: jedná se o dovednosti ve vybraném sportu či disciplíně

##### Podle místa provádění dělíme motorické testy na:

- laboratorní
- terénní

**Podle počtu testovaných osob rozeznáváme testy:**

- individuální
- skupinové

**Důležité hledisko dělení je podle standardizace testu na:**

- plně standardizované: jsou produktem delší výzkumné práce, mají přesně stanovený obsah
- částečně standardizované (**Měkota, Blahuš, 1983**)

Samozřejmě, že se nejedná o úplný výčet dělení motorických testů, v odborné literatuře lze najít poměrně velké množství druhů a dělení motorických testů. Zde jsem pouze představil základní dělení motorických testů.

### **3.2 Testové systémy**

Testové systémy představují složení většího počtu samostatně hodnocených testů, které tvoří jeden celek a předkládají se při jedné příležitosti (**Měkota, Blahuš, 1983**). Nejčastěji používané názvy v souvislosti s testovými systémy jsou:

- testové baterie
- testový profil

Testová baterie se vyznačuje tím, že všechny testy neboli subtesty do ní zařazené jsou standardizovány společně a výsledky subtestů se kumulují a ve svém úhrnu vytvářejí jeden výsledek neboli skóre baterie (**Měkota, Blahuš, 1983**).

Testový profil je volnější seskupení jednotlivých testů, souhrnný výsledek se většinou vůbec neurčuje. Jejich skóre je většinou několik samostatných výsledků, které jsou předkládány v samostatné grafické podobě. Hlavní rozdíl mezi baterií a profilem je ve způsobu validování (**Měkota, Blahuš, 1983**).

### 3.3 Vlastnosti motorických testů

Každý motorický test by měl být standardizován, což znamená, že má své charakteristické vlastnosti. Mezi základní vlastnosti motorických testů řadíme např.:

- validita
- reliabilita
- objektivita
- obtížnost
- délka a rozsah
- doba trvání
- dimenzionalita
- homogenita
- specifičnost (Měkota, Blahuš, 1983)

**Validita testu** neboli jinak řečeno platnost testu. To znamená, zda opravdu testujeme nebo měříme to, co chceme a co potřebujeme testovat.

**Reliabilita testu** neboli spolehlivost testu, to znamená, do jaké míry jsme eliminovali vliv náhody v testu. V praxi se vyznačuje tím, že při opakování testu dosáhneme stejného nebo podobného výsledku.

**Objektivita testu** :

a) formální objektivita souvisí se zajištěním stejných podmínek testování pro všechny testované (test nesmí ovlivňovat žádné vnější činitele),

b) obsahová objektivita souvisí s výkonem. Nesmí se vyskytnout pochybnosti o správném výkonu.

Objektivita měření představuje stupeň toho, jak jsou výsledky nezávislé na testujícím, nebo měřeném jedinci ve smyslu subjektivního nebo úmyslného zkreslení (Hendl, 2006).



**Obtížnost testu** je vyjádřena výsledkem testu, tj. splnil nebo nesplnil. Dá se říci, že se jedná o četnost úspěšných výsledků u testu.

**Délka a rozsah** může být vyjádřena různými položkami. Nejčastěji se uvádí:

- počtem položek např. počtem pokusů,
- délkou dráhy po níž se předepsaná pohybová činnost provádí,
- časem, který vyjadřuje dobu po které testovaná osoba provádí předepsanou pohybovou činnost.

**Doba trvání testu** je součet všech časů potřebných k provedení veškerých položek testu. Je-li čas předem stanoven mluvíme o testech časově omezených.

**Dimenzionalita** baterie motorických testů udává počet dimenzí, které jsou obsaženy v testových výsledcích. Je ovlivněna nejen vzájemnou validitou testů, ale i dalšími vlastnostmi (**Blahuš, 1976**).

**Homogenita** testu udává, do jaké míry měří test jednu pohybovou schopnost. Ve vztahu k dimenzionalitě je homogenita užším pojmem. Homogenita má řadu aspektů či úrovní. Jejím teoretickým vrcholem jsou motorické testy, které by byly navzájem zcela zaměnitelné a nahraditelné, tj. ideálně ekvivalentní testy, měřící zcela bez chyb stejnou pohybovou schopnost (**Blahuš, 1976**).

**Specifičnost testu** je určitý protějšek homogenity, neboť vyjadřuje do jaké míry test měří něco jiného než ostatní testy.

## 4. Sport a Policie ČR

Na sportovní činnosti policistů v rámci služby i ve volném čase, ale také činnosti jejich rodinných příslušníků, dětí a dalších občanů, se podílí Unie tělovýchovných organizací Policie České republiky. Sportovní činnost můžeme chápat jako všechny „*tělesné činnosti, které, ať již prostřednictvím organizované účasti či nikoliv si kladou za cíl projevení či zdokonalení tělesné a psychické kondice, rozvoj společenských vztahů nebo dosažení výsledků v soutěžích na všech úrovních*“ (Slepičková, 2005).

Organizace UNITOP ČR vznikla v roce 1990 jako občanské sdružení sportovních klubů policie a jejím prvořadým úkolem je vytvářet podmínky pro rozvoj tělesné zdatnosti, zdraví a psychickou regeneraci policistům po náročné službě na ochranu zdraví a majetku občanů České republiky.

UNITOP ČR v současné době sdružuje 121 sportovních klubů Policie České republiky, s více jak 30 tisíci členy, z nichž je převážná většina policistů, zaměstnanců Ministerstva vnitra nebo jejich rodinných příslušníků. Aktivně spolupracuje s odborem sportu Ministerstva vnitra. Na úrovni krajů a okresů pak jednotlivé kluby spolupracují s krajskými a okresními ředitelstvími Policie ČR na zajištění služební přípravy a na organizaci policejních mistrovství České republiky s důrazem na co nejširší zapojení policistů již v postupových kolech. Samostatně, na základě zájmu svých členů, organizuje Unie tělovýchovných organizací Policie ČR každoročně mistrovství UNITOP ČR ve vybraných sportovních odvětvích.

UNITOP ČR je velmi aktivní i v mezinárodním měřítku. Je řádným členem Světové unie policejních sportovních organizací (U.S.I.P.). Tato prestižní organizace sdružuje více jak 80 států světa a organizuje mezinárodní akce na úrovni policejních mistrovství světa. Od roku 1995 je Unie tělovýchovných organizací Policie ČR řádným členem Evropské unie policejních sportovních organizací (U.S.P.E.), která sdružuje 35 států. UNITOP ČR se aktivně podílí i na organizaci mezinárodních akcí těchto sdružení. V roce 1996 uspořádal v Praze Policejní mistrovství Evropy v judo, silovém trojboji, vzpírání a v zápasu a v roce 1999 Policejní mistrovství Evropy v judo. V řadách UNITOP ČR jsou desítky reprezentantů ČR, držitelů českých, evropských i světových rekordů v kategorii dospělých i juniorů. Tito sportovci se pravidelně zúčastňují letních a

zimních olympijských her, mistrovství světa a mistrovství Evropy, kde pro Českou republiku vybojovali olympijská vítězství, mistrovská a celou řadu medailí.  
(<http://www.policie-sport>)

## 5. Předpisy upravující služební přípravu do roku 1990

Služební příprava před rokem 1990 se netýkala policistů a policie, jak jsme v dnešní době zvyklí, ale příslušníků Sboru národní bezpečnosti. Tehdejší služební příprava se jmenovala bojová příprava a kromě příslušníku Sboru národní bezpečnosti se také vztahovala na příslušníky Pohraniční stráže a vojáky z povolání.

Bojovou přípravu upravovalo **Nařízení Ministra vnitra ČSSR č. 9/1989** o provádění bojové přípravy, příslušníků Sboru národní bezpečnosti, příslušníků Pohraniční stráže ve služebním poměru a vojáků z povolání vojsk ministra vnitra. Byla rozdělena do dvou částí:

- základní bojová příprava, která zahrnovala operační přípravu, střeleckou přípravu, tělesnou přípravu, ochranu proti účinkům zbraní hromadného ničení, topografickou přípravu, spojovací přípravu, pořadovou přípravu, školení služebních řádů a předpisů,
- zvláštní bojová příprava, která se věnovala odborným či specializovaným činnostem.

Vzhledem k tomu, že téma mé práce je zaměřeno na kondiční přípravu budu se zaměřovat na oblasti služební přípravy s tématem související.

Kondiční přípravu, neboli tehdy tělesnou přípravu upravovalo Nařízení ministra vnitra č. 8/1986, o provádění služební tělesné přípravy SNB, Pohraniční stráže a vojáků vojsk ministerstva vnitra. Cílem bylo „*zvýšení tělesné zdatnosti, rozvoj pohybových schopností a osvojování pohybových dovedností nutných pro výkon bezpečnostní služby, se současným vytvářením aktivního přístupu k péči o vlastní zdraví u každého příslušníka*“ (NMV č. 8/1986). Tělesná příprava probíhala v době služby a byla organizována tak, aby jí každý příslušník absolvoval nejméně jednou za 14 dní. Úroveň provádění tělesné přípravy byla kontrolována prověrkami, a to vždy v dvouletých cyklech. Prověrek se účastnili příslušníci do 45 let věku a příslušnice do 37 let věku. Obsah prověrek byl připravován Správou tělovýchovy a vrcholového sportu federálního

## 5. Předpisy upravující služební přípravu do roku 1990

ministerstva vnitra, s přihlédnutím na služební zařazení příslušníků (NMV č. 8/1986). Docházelo tedy k časté obměně testů. Vzhledem k široké rozpracovanosti prověřování příslušníků tyto testy neuvádím.

## 6. Předpisy upravující služební přípravu po roce 1990

Na počátku roku 1990 byl vydán **Rozkaz náčelníka tělovýchovy a sportu SNB č. 4/1990**, k organizaci a provádění služební přípravy příslušníků SNB v roce 1990, který rozvrhl služební přípravu do tří částí:

1. Odborně bezpečnostní přípravu..... v rozsahu 20 hodin v roce
2. Bojovou přípravu.....v rozsahu 40 hodin v roce
3. Tělesnou přípravu.....v rozsahu 48 hodin v roce

Dále byl v polovině roku 1991 vydán **Rozkaz ministra vnitra č. 60/1991** k zajištění služební přípravy příslušníků Sboru národní bezpečnosti, který ustanovil tělesnou přípravu jako povinnou a upravoval její provádění v průběhu roku tak, že např. u příslušníků v přímém výkonu služby došlo k navýšení na 144 hodin v roce, což činilo asi 3 hodiny týdně.

Dalším podstatně krokem v kondiční přípravě bylo stanovení prověřkových cvičení. Ve spolupráci bezpečnostního sboru s Fakultou tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy v Praze vzniká baterie motorických testů. Ta se skládala ze šesti cvičení, která měla prověřit pohybové schopnosti jako jsou rychlost, obratnost, pohyblivost, síla a vytrvalost.

Jednotlivé testy zařazené v baterii: člunkový běh, cvičební sestava s tyčí, klik, leh-sed, běh na 12 minut, plavání na 100 m. Popis a charakteristika těchto testů bude uvedena v následujících kapitolách této práce. Se vznikem prověřkových cvičení došlo také ke vzniku tří skupin kondiční přípravy pro zařazení příslušníku a pro tyto skupiny byla ustanovena i různá kritéria pro hodnocení kondičních prověrek. Každá skupina měla také dané kolikrát ročně budou příslušníci prověrky z kondiční přípravy provádět.

Skupina I.....2 x ročně

Skupina II.....1 x ročně

Skupina III..... 1 x za dva roky

Při vyhodnocování výsledků prověřkových testů se samozřejmě přihlíženo i na věk příslušníka.

	<b>Muži</b>	<b>Ženy</b>
<b>1. kategorie</b>	do 35 let	do 30 let
<b>2. kategorie</b>	do 45 let	do 40 let
<b>3. kategorie</b>	do 55 let	do 50 let

V únoru roku 1992 došlo k další úpravě služební přípravy, zejména tělesné přípravy, a to vydáním **Služebního pokynu policejního ředitele č. 4/1992**, k realizaci služební tělesné přípravy policistů ČR. Tento pokyn stanovil provádění prověrek kondiční přípravy pouze 1 x za rok u všech skupin, dále upravoval věkové kategorie, kde upřesnil, že pro policisty nad 50 let a policistky nad 45 let nejsou prověrky povinné.

Na přelomu roku 1994 a 1995 došlo v řadách policie k organizačním změnám, které postihly i služební přípravu. Služební příprava vycházela z **Rozkazu policejního prezidenta č. 105/1994**, k realizaci služební tělesné a služební střelecké přípravy příslušníků Policie ČR v roce 1995, a dále z **Metodického pokynu ředitele odboru tělesné přípravy a sportu ministerstva vnitra č. 2/1995**, obsah prověrek příslušníků policie ČR z tělesné a střelecké přípravy a kritéria pro jejich hodnocení. Zásadními změnami byl vznik teoretické části prověrek ze znalostí zákonných ustanovení vycházejících zejména ze zákona č. 283/1991 o Policii ČR, ve znění pozdějších předpisů. Další změny se týkají pouze úpravy tělesné přípravy pro třetí skupinu, které spočívají ve zrušení tělesné přípravy a prověřkových cvičení.

V porovnání kondiční přípravy před rokem 1990 a po roce 1990 je patrné, že dochází k postupnému ucelení v systému služební přípravy. Dále dochází k navýšení výcvikových hodin a rozdělení příslušníků do příslušných věkových kategorií. Vzniká jednotná testová baterie pro prověřování pohybových schopností a došlo k vytvoření tří skupin služební přípravy. Tyto vzniklé změny poukazují na to, že se kondiční příprava stává důležitou složkou v systému služební přípravy, která se snaží o zvyšování tělesné zdatnosti příslušníků.

K dalším změnám ve služební přípravě již nedochází, pouze na přelomu roku 1999 – 2000 dochází k zařazení nového prvku do služební přípravy. Jedná se o výcvik taktiky služebního zákroku. Dále vznikají nové předpisy upravující služební přípravu. Tyto předpisy se začínají označovat jako interní akty řízení. Samozřejmě, že vedle předpisů a pokynů vznikaly i zákonné normy, které upravovaly strukturu, činnost, organizaci celé Policie ČR a svým rozsahem zasahují přímo či nepřímo do oblasti služební přípravy. Tyto zákonné normy představím v následujících částech práce.

Tento stručný přehled by měl nastínit vývoj služební přípravy u nás po listopadových změnách v roce 1989. Samozřejmě, že v oblasti služební přípravy bylo vydáno více předpisů, pokynů a norem, tyto však větší měrou nemění výše uvedené skutečnosti a proto byly vybrány pouze ty předpisy, které se nějakým způsobem podílejí na změnách ve služební přípravě. Já osobně jsem nastoupil do služebního poměru k Policii ČR v roce 1999 a proto v dalších kapitolách představím ještě interní akty řízení a již zmíněné zákonné normy, se kterými jsem se setkal a řídil při výkonu služby v oblasti služební přípravy.



## 7. Zákonná úprava služební přípravy u Policie České republiky do roku 2007

Služební příprava příslušníků PČR a jejich tělesná zdatnost úzce souvisí s druhem a charakterem výkonu služby. Stupeň služební přípravy a celkové tělesné zdatnosti je předpokladem pro zvládnutí nároků výkonu služby. Samozřejmě, že nejen tělesná zdatnost je jediným předpokladem pro zvládnutí nároků služby, musíme počítat i s psychickou a odbornou připraveností, ale policista by měl vykazovat vyšší úroveň pohybových schopností, aby byl schopen naučit se novým pohybovým dovednostem, které jsou součástí výcviku v rámci služební přípravy.

Dnem 1. července 1992 nabyl účinnosti zákon o služebním poměru Policie České republiky č. 186/1992 Sb.. Tento zákon je v současné době nahrazen novým zákonem č. 361/2003 Sb., o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů. Zákon č. 186/1992 Sb. byl v platnosti celých 15 let a oba zákony o služebním poměru upravují vztah mezi bezpečnostním sborem (dále jen „policie“) a novými uchazeči o práci u PČR, stejně tak i vztah mezi policií a již sloužícími příslušníky PČR. Nalezneme v nich ustanovení, jejichž obsah má na první pohled k pojmu tělesná zdatnost a služební příprava daleko, neboť se v nich uvádí pouze základní pravidla, která jsou pak podrobněji rozpracována v dalších zákonech, interních aktech řízení a předpisech souvisejících s problematikou služební přípravy u PČR. Dalším zákonem, ze kterého vyplývají některé skutečnosti související s problematikou služební přípravy u PČR, je zákon České národní rady o Policii České republiky č. 283/1991 Sb. Tento zákon byl do současné doby několikrát novelizován a je stále v platnosti. Zákon upravuje vztah policie k veřejnosti. Zákon stanovil znění jednotlivých oprávnění a povinností policie vůči občanům ČR i cizím státním příslušníkům, věcem a institucím v ČR i mimo ni. Dále zde nalezneme ustanovení o použití donucovacích prostředků a zbraně, což můžeme z pohledu problematiky této práce charakterizovat jako zvládnutí speciálních pohybových dovedností příslušníkem PČR a jejich následné využití v praxi. Z výše uvedených zákonů bych rád citoval některá ustanovení související s tématem mé diplomové práce.

## 7.1 Výtah ze zákona o služebním poměru č. 186/1992 Sb.

### § 3

#### **Podmínky přijetí do služebního poměru**

*Do služebního poměru může být přijat občan České republiky starší 18-ti let, který:*

- a) je bezúhonný,*
- b) splňuje kvalifikační předpoklady stanovené pro výkon funkce, do které má být ustanoven; výjimku lze učinit pouze na základě rozhodnutí ministra,*
- c) je fyzicky, zdravotně a duševně způsobilý pro výkon služby,*
- d) úspěšně absolvoval přijímací řízení.*

### § 6

#### **Služební přísaha**

*(1) Policista skládá před nástupem do služby služební přísahu.*

*(2) Služební přísaha zní:*

*„Slibuji, že budu čestným, statečným a ukázněným příslušníkem Policie České republiky. Své síly a schopnosti vynaložím ve prospěch společnosti tak, abych chránil práva občanů, veřejný pořádek a bezpečnost a ústavní zřízení České republiky, a to i s nasazením vlastního života. Při plnění svých služebních povinností se budu vždy řídit ústavou a zákony a v souladu s nimi i rozkazy a pokyny svých nadřízených. Tak přísahám.“*

### § 28

*(1) Policista je povinen*

- a) plnit svědomitě a řádně úkoly uložené mu zákony a dalšími obecně závaznými právními předpisy; plnit svědomitě a řádně úkoly uložené mu rozkazy a pokyny služebních funkcionářů a nadřízených, s nimiž byl řádně seznámen,*

b) vykonávat svědomitě a řádně službu podle svých sil, znalostí a schopností.

§ 29

**Základní povinnosti nadřízeného**

(1) Nadřízený je povinen

b) zabezpečovat, aby policisté byli pro výkon služby náležitě vycvičeni a vyškoleni.

§ 61

**Povinnosti policisty**

*Policista je zejména povinen*

b) účastnit se školení a výcviku prováděného v zájmu zvýšení bezpečnosti a ochrany zdraví při výkonu služby podrobit se stanoveným zkouškám a lékařským prohlídkám. (zák.č. 186/1992 Sb.)

Z uvedených paragrafů je již patrné, že fyzická způsobilost je jedním z hlavních kritérií nově příchozích příslušníků. Dále je zřejmé, že se policista zavazuje uplatňovat své pohybové schopnosti a dovednosti při plnění služebních úkolů a že bude tyto upevňovat a rozvíjet v rámci služební přípravy. Udržení a zvyšování fyzických předpokladů pro výkon služby je jedna ze základních povinností každého policisty, ale z předchozích paragrafů zák. č. 186/92 Sb. je tato povinnost přenesena také na nadřízeného ve smyslu umožnit policistovi účast na služební přípravě tím, že bude služební příprava řádně naplánována v pracovní době policisty.

## **7.2 Výtah ze zákona o Policii České republiky č. 283/1991 Sb.**

§ 6

**Povinnosti policisty**

*(1) Při provádění služebních zákroků a služebních úkonů je policista povinen dbát cti, vážnosti a důstojnosti osob i své vlastní nepřipustit, aby osobám v souvislosti s touto činností vznikla bezdůvodná újma a případný zásah do jejich práv a svobod překročil míru nezbytnou k dosažení účelu sledovaného služebním zákrokem nebo služebním úkonem. (zák.č. 283/1991 Sb.)*

V této citaci se služebním zákrokem rozumí taková činnost policisty, při které používá oprávnění, popřípadě donucovací prostředky uvedené v zákoně č. 283/1991 Sb., k odvrácení nebezpečí nebo protiprávního jednání, kterým je ohrožen veřejný pořádek nebo bezpečnost osob a majetku. Při těchto činnostech je už policista odkázán jen na své fyzické síly, pohybové schopnosti a dovednosti popřípadě na odbornost a psychickou odolnost, aby byl služební zákrok proveden v souladu se všemi zákonnými normami.

#### § 16

##### ***Oprávnění k omezení pohybu agresivních osob***

*(1) Osobě, která fyzicky napadá jinou osobu, nebo policistu nebo poškozují cizí majetek nebo se pokusí o útěk, může být omezena možnost volného pohybu připoutáním k vhodnému předmětu. (zák.č. 283/1991 Sb.)*

Potřeby bezpečnostní praxe vyžadují, aby policisté měli odpovídající oprávnění při zákroku proti agresivním osobám, zejména s ohledem na fakt, že agresivita pachatelů v poslední době neúměrně vzrostla. A proto toto oprávnění, ale i dostatečná tělesná zdatnost umožňuje policistům realizovat omezení konkrétní agresivní osoby.

##### ***Použití donucovacích prostředků a zbraně policistou***

#### § 38

##### ***Donucovací prostředky***

*(1) Donucovacími prostředky jsou*

- a) *hmaty, chvaty, údery a kopy sebeobrany,*
- b) *obušek nebo obušek s příčnou rukojetí. (zák.č. 283/1991 Sb.)*

Tyto donucovací prostředky používají policisté běžně ve všech státech, jako účinný prostředek k zastavení útoku osoby a k vytvoření podmínek k použití jiných donucovacích prostředků, jako je třeba nasazení pout. Zakotvení, nácvik a zdokonalování těchto prostředků v rámci služební přípravy vyplývá zejména ze zvyšující se fyzické zdatnosti a připravenosti osob, proti kterým policista zakročuje. Účinnost je pak podpořena ještě celkovou tělesnou zdatností a připraveností policistů. V zákoně jsou vyjmenované ještě další donucovací prostředky, ty jsou však technického či jiného charakteru a nemají s představeným tématem práce nic společného.

Z výše uvedených citací zákonných norem vyplývá pro příslušníka PČR, že by měl být fyzicky zdatný již při vzniku služebního poměru. Posléze by měl svou úroveň fyzické zdatnosti udržet, nejlépe zvyšovat což by mu mělo v rámci služebního poměru být umožněno. Fyzická zdatnost pak přímo souvisí s použitím donucovacích prostředků a zároveň by měla přispět k lepšímu zvládnutí jeho oprávněných, popřípadě použití zmíněných donucovacích prostředků.

## 8. Interní akty řízení upravující služební přípravu u Policie České republiky od roku 1999 do roku 2007

Interní akty řízení působí v rámci Ministerstva vnitra. Akty již podrobněji rozebírají služební přípravu z pohledu její struktury, organizace, řízení, kontroly atd. V současné době jsou na základě vzniku nového zákona o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů č. 361/2003 Sb., již nahrazeny jinými akty řízení, jak bude uvedeno v další části tohoto projektu. Doslovná citace jednotlivých ustanovení byla příliš zdlouhavá a proto z těchto interních předpisů popíši pouze charakteristiky služební přípravy, které jsou důležité pro zpracovávané téma. Služební přípravu tedy upravovaly předpisy:

- a) pokyn ředitele odboru služební přípravy a sportu Ministerstva vnitra České republiky k obsahu výcviku a prověrek příslušníků Policie České republiky z tělesné, střelecké a taktické přípravy a kritéria pro jejich hodnocení č. 2/1999,
- b) nařízení ministra vnitra o provádění služební tělesné přípravy, střelecké přípravy, taktické přípravy a přípravy k použití donucovacích prostředků příslušníků Policie České republiky č. 63/2003.

Tyto IAŘ jsou každoročně doplněny závazným pokynem policejního prezidenta, rozkazem ředitelů krajských správ a okresních ředitelství.

### 8.1 *Struktura a obsah služební přípravy příslušníků Policie České republiky*

Služební příprava je zaměřena na získání a rozvíjení znalostí, praktických dovedností a pohybových schopností potřebných pro výkon služby. Služební příprava je součástí výkonu služby a zúčastňují se jí všichni policisté.

Služební přípravu tvoří na základě výše uvedených IAŘ a právních norem zejména tyto složky:

- a) tělesná příprava:
  - dovednosti pro používání donucovacích prostředků
  - kondiční příprava
  - znalosti právních předpisů týkající se používání donucovacích prostředků
- b) taktická příprava
- c) střelecká příprava
  - teorie střelby
  - právní předpisy týkající se ukládání a použití zbraně
  - suchý nácvik a manipulace s přidělenými zbraněmi
  - ostré střelby
- d) prověrky střelecké přípravy
- e) prověrky tělesné přípravy – donucovací prostředky
- f) prověrky tělesné přípravy – tělesná zdatnost

Takto můžeme stručně charakterizovat služební přípravu u PČR. Vzhledem k zaměření této práce se budeme v následujících kapitolách věnovat tělesné přípravě a prověření tělesné přípravy.

Obsahem tělesné přípravy je kondiční příprava, kterou můžeme charakterizovat jako veškerá cvičení a pohybové aktivity směřující k rozvoji pohybových schopností (síla, rychlost, vytrvalost, pohyblivost a obratnost), které jsou nezbytné pro výkon a charakter služby. Kondiční příprava je podrobněji rozebrána v předešlých kapitolách a nyní představím baterii testů pro prověření tělesné zdatnosti policistů, která je součástí výše zmíněných IAŘ. V testové baterii jsou použity testy, které jsou součástí UNIFITESTU (6-60). Jsou jimi např. člunkový běh 4x10 m, leh-sed, běh na 12 min. (Měkota, Kovář, 1996).

## 8.2 Testy tělesné zdatnosti

### TEST Č. 1 - ČLUNKOVÝ BĚH 4x10M

**Úkol:** uběhnout vzdálenost 4 x 10 m stanoveným způsobem v co nejkratším čase

**Popis:** Start (na povel) - vedle první mety, běží se šikmo mezi metami, meta č. 2 se obíhá, stejným způsobem se vrací zpět a obíhá se meta č. 1. Třetí úsek se běží přímo, následuje dotyk mety č.2, rychlý obrat a při doteku mety č. 1 se zastavuje čas.

**Měření:** na 0.1s

**Ověřovaná schopnost:** dynamická síla dolních končetin, akcelerace

### TEST Č. 2 - SESTAVA S TYČÍ

**Úkol:** Zacvičit předepsanou sestavu 5x bez přerušení držení tyče oběma rukama v co nejkratším čase

**Popis:** Mírný stoj roznožný, tyč za tělem držet v šíři ramen. Překročit tyč jednou, pak druhou nohou, plynulý přechod sedem do lehu, tyč provléknout snožmo zpět za tělo, vztyk a vzpřim (kolena n a t a ž e n a!!!) Čas se zastavuje po dokončeném pátém vzpřímení.

**Měření:** na 1.0s

**Ověřovaná schopnost:** ohebnost páteře a dolních končetin, obratnost

### TEST Č. 3 KLIK - VZPOR LEŽMO (OPAKOVANĚ)

**Úkol :** Maximální počet "kliků" bez přerušení, stanoveným způsobem a bez zapření nohou.

**Popis:** Leh na břicho, skrčené paže opřít dlaněmi o zem špičky prstů v úrovni ramen. Dopnutím paží v loktech vzpor. Pokrčením paží v loktech minimálně do 90<sup>0</sup> zpět do



kliku. Trup je zpříma, pánev nevysazuje, ani neprohýbá. Ženy - stejné provedení, paže opřeny o podložku 45-50cm.

**Měření:** Počet správně provedených cviků. (bez časového limitu)

**Ověřovaná schopnost:** Dynamická síla trojhlavého svalu pažního a pletence ramenního.

TEST Č. 4 LEH-SED, 2 MIN.

**Úkol:** Maximální počet leh-sedů v době dvou minut, lze i přerušovaně.

**Popis:** Leh na zádech, ruce spojené za hlavou, nohy pokrčen úhel v kolenou  $90^0$ , nohy fixovány partnerem na nártach nebo pod poslední příčlí žebřin. Z popsané polohy střídavě sed s mírným natočením trupu spojený s dotekem kolena protistranným loktem a postupný leh na záda až na úroveň horní části lopatek.

**Měření:** Počet správně provedených cviků za dobu dvou minut.

**Ověřovaná schopnost:** Síla svalů - bedrokyčlo stehenních a přímých břišních.

TEST Č. 5 BĚH NA 12 MINUT

**Úkol:** V čase 12-ti minut uběhnout co největší vzdálenost.

**Popis:** Skupinový start (počet běžců se volí podle počtu organizátorů, na dva organizátory maximálně 15 běžců), běžícím se průběžně sděluje počet kol a čas. Začátek poslední minuty ohlásíme signálem (píšťalkou, startovací pistolí a pod.), stejně tak konec časového limitu 12 minut. Na druhý signál se běžci zastaví. Každý označí místo kam doběhl a zdržuje se v jeho blízkosti do ukončení vyhodnocení.

**Měření:** Délku okruhu násobíme počtem dokončených kol, z bylou část určíme s přesností na 50 metrů.

## TEST Č. 6 PLAVÁNÍ 100 METRŮ

**Úkol:** Uplavat vzdálenost 100m v co nejkratším čase.

**Popis:** Start je možný z bloků, kraje bazénu i z vody. Během stanoveného úseku lze střídát plavecké styly.

**Měření:** na 1.0s.

**Ověřovaná schopnost:** Plavecká dovednost (pokyn ředitele OSPS MV č. 2/1999)

Policista provádějící testovou baterii musí absolvovat všechny uvedené testy v určeném pořadí a to v jednom pracovním dni. Každý test je bodově ohodnocen, body jsou uvedeny v tabulkách výše uvedených předpisů. Dosáhnutý výkon v jednotlivých testech je roven určitému bodovému ohodnocení. Každý policista musí dosáhnout minimálně osmi bodů v každém testu, mimo test č. 6., ve kterém stačí získat šest bodů. Celkový součet bodů ze všech testů musí dosáhnout hranice sedmdesáti dvou bodů včetně. V tabulkách je rozdílné bodování z pohledu pohlaví. Další rozdíly v bodování nalezneme u rozdělení dle dosaženého věku policisty.

### Rozdělení do věkových kategorií

muži	1. kategorie 18-29 let	ženy	1. kategorie 18-29 let
	2. kategorie 30-39 let		2. kategorie 30-39 let
	3. kategorie 40-50 let		3. kategorie 40-45 let

Muži starší 50 ti let a ženy starší 45 ti let se již nemusí podrobit prověrkám fyzické kondice. Prověrky fyzické kondice je povinen absolvovat policista jednou za kalendářní rok. Termín je stanoven instruktorem služební přípravy.

Představená testová baterie se využívá i pro posouzení fyzické způsobilosti uchazeče do služebního poměru.

## 9. Reforma Policie České republiky v roce 2007

Na počátku roku 2007 bylo v médiích velmi diskutováno téma reforma policie na základě vzniku a účinnosti nového služebního zákona příslušníků bezpečnostních sborů č. 361/2003 Sb.. Tento zákon se nevztahuje jen na Policii České republiky, ale i na Hasičský sbor, Celní a Vězeňskou správu. Účinností tohoto zákona došlo k zásadním změnám v systému řízení, organizace, přijetí nových příslušníků, profesní přípravy, služební přípravy a v neposlední řadě i odměňování za vykonanou práci. Tato účinnost nového zákona představuje zákonitou etapu transformačního procesu Policie České republiky v podmínkách integrace do evropských společenství. Služební příprava policistů je zde, stejně jako v policejních sborech všech vyspělých zemí, chápána jako příprava na kvalitní plnění služebních povinností po celou dobu trvání služebního poměru.

Vzhledem k tomu, že zatím nedošlo k změně zákona č. 283/1991 Sb., o Policii České republiky a tento zákon je stále v platnosti, jsou platná i paragrafová znění uvedená v předchozí kapitole 7.2, která se vztahují k problematice této práce. Změna zákona o Policii České republiky je součástí reformy Policie. Dne 11.srpna 2008 byl vydán ve Sbírce zákonů, částka 91 nový zákon o Policii České republiky č.273 ze dne 17. července 2008. Obsahem tohoto zákona je postavení a činnost Policie ve vztahu ke společnosti. Její organizace a řízení, spolupráce s ostatními subjekty veřejné správy, ozbrojenými a bezpečnostními sbory a fyzickými a právníckými osobami. Nově upravuje i problematiku použití donucovacích prostředků a zbraně (**zák.č. 273/2008 Sb.**). Vzhledem k tomu, že tento zákon nabývá účinnosti dnem 1. ledna 2009 nebude v této práci zmiňován.

### **9.1 Výtah ze zákona č. 361/2003 Sb. o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů**

#### § 13

#### *Předpoklady k přijetí do služebního poměru*

(1) Do služebního poměru může být přijat státní občan České republiky (dále jen „občan“), který:

e) je zdravotně, osobnostně a fyzicky způsobilý k výkonu služby,

§ 15

**Zdravotní, osobnostní a fyzická způsobilost**

(4) Za fyzicky způsobilého se považuje občan, který vyhovuje požadavkům na tělesnou zdatnost, jež stanoví ředitel bezpečnostního sboru služebním předpisem pro výkon služebního místa, na které má být ustanoven.

§ 45

**Základní povinnosti příslušníka**

(1) Příslušník je povinen

d) prohlubovat svoji odbornost a udržovat svoji fyzickou zdatnost potřebnou pro zastávané služební místo a podrobovat se jejímu ověření služebním funkcionářem,

(2) Vedoucí příslušník je též povinen

b) zabezpečovat, aby příslušníci byli pro výkon služby náležitě vyškoleni a vycvičeni  
**(zák.č. 361/2003 Sb.)**

I nová úprava zákona o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů stanoví to, že nejen psychická a zdravotní, ale i fyzická způsobilost se stává jedním z předpokladů přijetí do služebního poměru. Z dalších ustanoveních vyplývá, kdo je fyzicky způsobilý pro přijetí do služebního poměru a také to, že fyzická zdatnost, a to jak její udržení tak i zvyšování, se opět stává povinností pro policisty a jejich nadřízené, jako je tomu ve výše citovaném zákoně 186/92 Sb.

## 10. Interní akty řízení upravující služební přípravu u Policie České republiky od roku 2007

V rámci již zmíněné reformy policie ČR a vzniku nového zákona o služebním poměru č. 361/2003 Sb., došlo i k vzniku nových interních aktů řízení. Stejně jako ty předcházející IAŘ, i tyto upravují proces řízení a realizaci služební přípravy. Jsou jimi

- a) Závazný pokyn policejního prezidenta č. 209 ze dne 28. prosince 2007 k zajištění organizace služební přípravy.
- b) Závazný pokyn policejního prezidenta č.155 ze dne 2. října 2007, kterým se stanoví požadavky na tělesnou zdatnost uchazečů o přijetí do služebního poměru příslušníka Policie České republiky a příslušníků Policie České republiky pro výkon služby na služebním místě, na které mají být ustanoveni.

Z výše uvedených Závazných pokynů policejního prezidenta bych uvedl některá ustanovení, která souvisejí s tématem této diplomové práce a zaměřují se na kondiční přípravu a její prověření.

### 10.1 Výťah ze Závazného pokynu policejního prezidenta č. 209 z roku 2007

#### Čl. 2

##### *Cíl a obsah služební přípravy*

*(1) Cílem služební přípravy je osvojení, udržení a zvýšení základních znalostí, schopností a praktických dovedností potřebných pro kvalitní a bezpečný výkon služby.*

## Čl. 11

### **Organizace a řízení prověrek**

(1) *Prověrky jsou součástí služební přípravy. (ZP PP č. 209/2007)*

Z výše uvedeného vyplývá, že kondiční příprava je zařazena do služební přípravy policisty stejně tak, jako prověření fyzické zdatnosti. Tento ZP PP dále upravuje realizaci služební přípravy v rámci jednotlivých skupin zařazených policistů, zejména z pohledu počtu hodin a obsahu služební přípravy. Dále se zde uvádí i služební příprava instruktorů. O tomto tématu bych se podrobněji zmínil v samostatné kapitole. Ostatní ustanovení popisují oblasti týkající se provádění střelecké přípravy, kontrolní činnosti a plánování.

Součástí tohoto ZP PP jsou i přílohy, které podrobněji rozebírají určité oblasti služební přípravy. V jedné z příloh tohoto pokynu se upravují kritéria pro zařazení policistů do skupin služební přípravy, kde základním se stává charakter „*činnosti při plnění služebních úkolů, zejména míra nebezpečnosti vyplývající ze služebních zákroků a úkonů a pravděpodobnosti provádění služebních zákroků proti pachatelům trestné činnosti a přestupků*“ (Příloha č. 1 k ZP PP č. 209/2007). Podle tohoto kritéria vznikají čtyři skupiny služební přípravy, které můžeme charakterizovat takto:

**Skupina 1** - policisté, kteří provádějí zákroky proti nebezpečným pachatelům jak organizované trestné činnosti, tak proti pachatelům zvláště závažných úmyslných trestných činů. Dále sem patří policisté provádějící zákroky pod jednotným velením, poté ti, kteří provádí osobní ochranu osob a zajišťují doprovody letadel.

Jak již bylo uvedeno výše, tak v obsahu ZP PP nalezneme i časovou dotaci na služební přípravu. Pro jednotlivé skupiny služební přípravy je tak stanoven povinný nebo doporučený počet výcvikových dnů, resp. časová dotace výcviku pro pracovní den s dobou služby 7,5 hodin. Pro skupinu 1. je tedy tato časová dotace v minimálním rozsahu 48 pracovních dnů, resp. 360 hodin. Kondiční příprava je prováděna v rámci časové dotace pro zajištění výcviku.

**Skupina 2** - policisté, kteří vykonávají základní policejní činnosti v oblasti dohledu nad veřejným pořádkem a bezpečností, dopravou, režimem ochrany státní hranice, vstupem a pobytem cizinců na území České republiky, jejichž součástí služební náplně je provádění služebních zákroků proti pachatelům trestné činnosti a přestupků. Dále působí v oblasti ochrany objektů a bezpečnosti osob, ale i ti vykonávající operativně pátrací činnost. Do této skupiny jsou i zařazeni instruktoři služební přípravy.

Policisté zařazení ve skupině 2 provádějí služební přípravu v optimálním rozsahu 16 pracovních dnů, resp. 120 hodin. Kondiční přípravu provádějí v rámci časové dotace pro zajištění výcviku.

**Skupina 3** - policisté, kteří vykonávají základní policejní činnosti v oblasti odhalování, dokumentace a vyšetřování trestné činnosti, jejichž součástí je provádění služebních zákroků proti pachatelům trestné činnosti a přestupků.

Policisté zařazení ve skupině 3 provádějí služební přípravu v optimálním rozsahu 8 pracovních dnů, resp. 60 hodin. Kondiční přípravu provádějí v rámci časové dotace pro zajištění výcviku.

**Skupina 4** - policisté, kteří vykonávají základní policejní činnosti v oblasti odhalování, dokumentace a vyšetřování trestné činnosti, jejichž součástí není provádění služebních zákroků proti pachatelům trestné činnosti a přestupků. Dále pak policisté, u kterých převážnou část jejich pracovní náplně tvoří administrativní činnost, poskytování technického, materiálního, informačního nebo jiného zabezpečení pro výkon služby, vedoucí policisté, není-li součástí jejich činnosti přímý výkon služby.

Policisté zařazení ve skupině 4 provádějí služební přípravu v optimálním rozsahu 4 pracovních dnů, resp. 30 hodin. **(ZP PP č. 209/2007)**

V rámci služební přípravy a z míry nebezpečnosti provádění služebních zákroků, dochází ještě k dalšímu dělení těchto skupin na podskupiny (např. 1A,B,C, 2A, 4A a

atd.). Toto dělení přesněji rozlišuje některé vykonávané činnosti u policejních složek a také se zde setkáme s daleko přísnějšími předpoklady na fyzickou způsobilost.

V další příloze ZP PP je podrobněji rozebrán cíl služební přípravy pro jednotlivé skupiny. Z jednotlivých ustanoveních bych citoval pouze části související s kondiční přípravou.

### *Cíle služební přípravy*

*(1) Cílem služební přípravy u skupiny 1 je v rámci*

*e) kondiční přípravy*

*udržování fyzických předpokladů na úrovni výkonnostního sportu.*

*(2) Cílem služební přípravy u skupiny 2 je v rámci*

*d) kondiční přípravy*

*udržování fyzických předpokladů na úrovni kondiční (nad úrovní průměrné populace).*

*(3) Cílem služební přípravy u skupiny 3 je v rámci*

*c) kondiční přípravy*

*udržování fyzických předpokladů na úrovni rekreační (na úrovni průměrné populace).*

*(3) Cílem služební přípravy u skupiny 4 (Příloha č. 3 k ZP PP č. 209/2007)*

U čtvrté skupiny se kondiční příprava v rámci služební přípravy neprovádí, jelikož policisté zařazení v této skupině neprovádí služební zákroky proti pachatelům trestné činnosti a přestupků.

V neposlední řadě je v rámci příloh ZP PP řešen i rámcový obsah kondiční přípravy prováděné u PČR. Rámcový obsah kondiční přípravy podle jednotlivých oblastí slouží jako podklad pro výběr aktuálních výcvikových témat pro daný výcvikový rok.



Čl. 5  
Kondiční příprava

(2) Rychlost:

- a) základní,
- b) výbušná,
- c) rychlost reakce,
- d) reakčně-koordinací

**doporučené formy:**

- 1. atletická,
- 2. úpolová,
- 3. míčové hry.

(3) Síla:

- a) základní,
- b) výbušná,
- c) vytrvalostní

**doporučené formy:**

- 1. posilovna – silová, objemová,
- 2. atletická,
- 3. úpolová.

(4) Obratnost a koordinace:

- a) základní,
- b) speciální

**doporučené formy:**

- 1. gymnastická,
- 2. atletická,
- 3. úpolová,

4. *míčové hry.*

(5) *Pohyblivost:*

- a) *základní,*
- b) *speciální*

**doporučené formy:**

- 1. *strečinkové rozcvičení,*
- 2. *speciální strečink.*

(6) *Vytrvalost:*

- a) *základní - běh, cyklistika,*
- b) *speciální – plavání. (Příloha č. 4 k ZP PP č. 209/2007)*

V předchozím ustanovení o cílech služební přípravy se setkáváme se slovním spojením fyzické předpoklady. Toto spojení můžeme charakterizovat laicky jako „fyzicka“ a nebo jako fyzické předpoklady, které pomáhají policistovi být rychlejší, silnější a vytrvalejší a to zejména v dnešní době, kdy i pachatelé, ale i způsoby páchaní trestné činnosti, značně pokročily. Je tedy logické, že je pak hlavním cílem kondiční přípravy hlavně udržet tyto fyzické předpoklady na úrovni, která odpovídá charakteru vykonávané policejní činnosti a dalším z cílů pak zvýšení těchto fyzických předpokladů v rámci možností u každého z policistů.

U policie se k zjištění fyzických předpokladů, nebo také jinak „fyzické způsobilosti“ používá baterie testů. Tato baterie je upravena pro každou skupinu služební přípravy a také pro policisty v rámci plnění požadavků k přijetí do služebního poměru. Vše, co se týká fyzické způsobilosti, popisuje druhý ze ZP PP č. 155 z roku 2007.

## **10.2 Výťah ze Závazného pokynu policejního prezidenta č. 155 z roku 2007**

### *Čl. 1*

*(1) Cílem posuzování fyzické způsobilosti uchazečů a policistů pro výkon služby na služebním místě, na které mají být ustanoveni, (dále jen „fyzická způsobilost“) je zjistit, zda úroveň rozvoje pohybových schopností a dovedností uchazeče či policisty je dostatečná pro výkon služebního místa, na které má být uchazeč nebo policista ustanoven.*

*(2) Posuzování fyzické způsobilosti je organizováno formou testů tělesné zdatnosti.*

### *Čl. 2*

*(1) Obsah, rozsah a kritéria posuzování fyzické způsobilosti jsou určeny rozsahem oprávnění a povinností policisty, kterými je služební místo charakterizováno.*

*(2) Pro účely posuzování fyzické způsobilosti jsou všechna služební místa rozdělena do skupin.*

*(3) V případě potřeby jsou skupiny rozděleny na podskupiny, které obsahují služební místa, pro jejichž výkon je nutné splnit jiné či další specifické požadavky na tělesnou zdatnost, odpovídající charakteru činnosti na tomto služebním místě. (ZP PP č. 155/2007)*

Samozřejmě, že i tento ZP PP má své přílohy. Jedna z příloh specifikuje opět rozdělení služebních míst do skupin a podskupin s podrobnější charakteristikou, další přílohy se pak zaměřují již na obsah, popis a bodové hodnocení testů tělesné zdatnosti, které zde stručně představím.

Asi nejpočetnější skupinou policistů, kteří již působí ve služebním poměru, jsou policisté zařazení ve skupině služební přípravy číslo dvě, a proto představím testovou baterii pro tuto skupinu. Tato testová baterie je i součástí přijímacího řízení do služebního poměru. Pro další skupiny služební přípravy je pak tato baterie upravena tím, že dochází k snížení prováděných testů a bodového ohodnocení, nebo naopak

k zařazení nových testů a zvýšení hranice získaných minimálních bodů v rámci prováděného testů.

### 10.2.1 Obsah, popis a bodové hodnocení jednotlivých testů tělesné zdatnosti

#### Test č. 1 - člunkový běh 4 x 10 m

**Úkol:** uběhnout vzdálenost 4 x 10 m stanoveným způsobem v co nejkratším čase.

**Popis:** start (na povel) vedle mety, běží se šikmo mezi metami, meta č. 2 se obíhá, stejným způsobem se vrací zpět a obíhá se meta č. 1; třetí úsek se běží přímo, následuje dotek mety č. 2, rychlý obrat a při doteku mety č. 1 se zastavuje čas.

**Měření:** na 0,1 s.

**Ověřovaná schopnost:** rychlostní obratnost převážně dolních končetin.

Body	Výkon	Body	Výkon
1	16,0	11	11,4
2	15,5	12	11,2
3	15,0	13	11,0
4	14,5	14	10,8
5	14,0	15	10,5
6	13,4	16	10,3
7	12,8	17	10,1
8	12,3	18	9,8
9	11,9	19	9,6
10	11,6	20	9,4

Za každé další zrychlení o 0,2 s připočítat 1 bod.

#### Test č. 2 – Přítah na hrazdě (opakovaně)

**Úkol:** maximální počet přitahů stanoveným způsobem.

**Popis:** ve visu na hrazdě paže propnuty, úchop nadhmatem, nebo podhmatem (úchop pro provádění přitahů je na zvážení policisty), nohy bez kontaktu s podložkou, přitah tak, aby brada při dokončení cviku byla nad úrovní hrazdy, a zpět do visu s nataženými pažemi bez dopomoci nohou.

**Měření:** počet správně provedených přitahů.

**Ověřovaná schopnost:** vytrvalostní síla převážně širokého zádového svalu, svalů mezilopatkových a pletence ramenního.

Body	Výkon	Body	Výkon
1	-	11	9
2	-	12	10
3	1	13	11
4	2	14	12
5	3	15	13
6	4	16	14
7	5	17	15
8	6	18	16
9	7	19	17
10	8	20	18

Za každý další přitah připočítat 1 bod.

### Test č. 3 - klik-vzpor ležmo (opakovaně)

**Úkol:** maximální počet „kliků“ bez přerušení, stanoveným způsobem a bez zapření nohou.

**Popis:** leh na břiše, skrčené paže opřít dlaněmi o zem špičky prstů v úrovni ramen směřují vpřed, hlava směřuje vpřed. Dopnutím paží v loktech vzpor ležmo. Pokrčením

paží v loktech lehkým dotekem hrudníku o podložku a zpět do kliku. Trup je zpříma, pánev nevysazuje, ani neprohýbá.

**Měření:** počet správně provedených cviků bez přerušení. (bez časového limitu)

**Ověřovaná schopnost:** vytrvalostní síla převážně svalstva hrudníku a svalů pletence ramenního.

Body	Výkon	Body	Výkon
1	12	11	32
2	14	12	34
3	16	13	36
4	18	14	38
5	20	15	40
6	22	16	41
7	24	17	43
8	26	18	45
9	28	19	47
10	30	20	49

Za každé další dva kliky připočítat 1 bod.

Test č. 4 – celomotorický test, CMT test (opakovaně), 2 minuty

**Úkol:** maximální počet cviků stanoveným způsobem.

**Popis:** ze stoje spatného přes dřep do lehu na břicho, zvednout ruce z podložky, přejít zpět opět přes dřep do stoje spatného, dále se pokračuje přes dřep do lehu na napřímená záda, ruce se dotknou podložky podél těla a zpět přes sed a dřep do stoje spatného. Za každý přechod do stoje spatného je počítáno jedno provedení cviku.

**Měření:** počet správně provedených cviků.

**Ověřovaná schopnost:** silově-obratnostní vytrvalost svalů fázických i posturálních.

<i>Body</i>	<i>Výkon</i>	<i>Body</i>	<i>Výkon</i>
1	12	11	32
2	14	12	34
3	16	13	36
4	18	14	38
5	20	15	40
6	22	16	41
7	24	17	43
8	26	18	45
9	28	19	47
10	30	20	49

*Za každé další dva cviky do stoje spatného připočítat 1 bod.*

Test č. 5 - běh na 1000 m

**Úkol:** uběhnout vzdálenost 1000 m v co nejkratším čase.

**Popis:** skupinový start (počet běžců se volí podle počtu organizátorů, na dva organizátory maximálně 15 běžců), běžícím se průběžně sděluje čas.

**Měření:** čas měříme s přesností na 1 s.

<i>Body</i>	<i>Výkon</i>	<i>Body</i>	<i>Výkon</i>
1	6:00	11	4:00
2	5:45	12	3:50
3	5:30	13	3:40
4	5:15	14	3:30
5	5:00	15	3:20
6	4:50	16	3:10
7	4:40	17	3:05

8	4:30	18	3:00
9	4:20	19	2:55
10	4:10	20	2:50

Za každé další zrychlení o 5 s připočítat 1 bod. (Příloha č. 2 k ZP PP č. 155/2007)

### 10.2.2 Kritéria hodnocení pro splnění testů tělesné zdatnosti

(1) Kritéria hodnocení pro 1. skupinu:

- a) provádějí se testy tělesné zdatnosti č. 1 až 5,
- b) pro splnění je nutné v každém testu získat minimálně 6 bodů, v celkovém součtu je nutné získat minimálně 50 bodů,
- c) policista, resp. uchazeč, musí uplatit 100 m volným způsobem v čase do 2:30 minut.

(2) Kritéria hodnocení pro 2. skupinu:

- a) provádějí se testy tělesné zdatnosti č. 1, 3 až 5,
- b) pro splnění je nutné v každém testu získat minimálně 4 body, v celkovém součtu je nutné získat minimálně 36 bodů.

(3) Kritéria hodnocení pro 3. skupinu:

- a) provádějí se testy tělesné zdatnosti č. 1, 3 až 5,
- b) pro splnění je nutné v každém testu získat minimálně 1 bod, v celkovém součtu je nutné získat minimálně 24 bodů.



(4) *Kritéria hodnocení pro 4. skupinu:*

a) *provádějí se testy tělesné zdatnosti č. 1, 4 a 5,*

b) *pro splnění je nutné v celkovém součtu získat minimálně 9 bodů. (Příloha č. 2 k ZP PP č. 155/2007)*

Jak jsem již uvedl v předchozí části, tak těchto pět testů můžeme brát jako takovou základnu pro zjištění fyzické způsobilosti. Dále bych již stručně charakterizoval některé testy, které spadají do podskupin skupin služební přípravy.

### ***10.2.3 Obsah testů tělesné zdatnosti pro podskupiny***

Do podskupin služební přípravy jsou zařazeny i komplexní testy kondiční způsobilosti, které se provádí v delším časovém horizontu a jedná se o tyto testy:

- v průběhu 6 dnů cca 50 km chůze denně s 15 kg zátěží,
- noční zaměstnání zaměřená na takticko - speciální přípravu,
- plnění skupinových úkolů při spánkové deprivaci a se zvýšenou fyzickou zátěží zaměřenou na motorické předpoklady policistů.

Dále se v rámci podskupin setkáme například s těmito testy: sed-leh v čase 2 minut, šplh ze sedu na volném laně do výšky 4,5 m, vzpor ležmo (klik), přitah na hrazdě, rychlostní běh na vzdálenost 60 m, vytrvalostní běh na vzdálenost 500 m, plavání volným způsobem na vzdálenost 400 m, překážková dráha obsahující celkem 9 stanovišť. Specifické testy jsou zařazeny v podskupině 1 D, kde se provádí běh na 2800 m do 13 minut, běh na 100 m do 13,5 s, kliky – 40 opakování bez přerušení, sed – leh – 90 opakování v čase 2 minut, šplh na 4 m laně bez přírazu do 7 s, skok do dálky z místa minimálně 200 cm, shyby na hrazdě nadhmatem minimálně 10 opakování, plavání 100 m volný způsob do 2:05 minut. Ještě se můžeme u podskupin setkat například s testy

zaplavat 25 m pod vodní hladinou na nádech, zanoření se na nádech do hloubky 5 metrů a vytažení určeného předmětu na hladinu. (Příloha č. 3,4 k ZP PP č. 155/2007)

..

#### 10.2.4 Posouzení fyzické způsobilosti uchazeče

V předchozích kapitolách je uvedeno, že cílem prověřování fyzické způsobilosti je posoudit úroveň rozvoje pohybových schopností a dovedností, která je nezbytná pro výkon služby. Toto platí pro již přijaté příslušníky, tak i pro nové uchazeče.

Prověřování je organizováno formou testů tělesné zdatnosti před komisí, která uchazeče hodnotí v kategoriích „s p l n i l“ nebo „n e s p l n i l“ podmínky fyzické způsobilosti k přijetí. Nový uchazeč musí v testu jako celku získat minimálně 36 bodů ve čtyřech disciplínách. Minimální výkon pro uznání disciplíny jsou 4 body, proto se vyžaduje dosažení vyšších výsledků v dalších disciplínách, aby součet bodů za všechny čtyři absolvované disciplíny přesahoval minimální počet 36 bodů nebo se alespoň tomuto počtu rovnal. Uchazeč musí absolvovat všechny disciplíny, nelze nadstandardním výkonem v jedné disciplíně požadovat zproštění od absolvování jiné disciplíny.

Testová baterie pro posouzení fyzické způsobilosti uchazeče se skládá z těchto testů, u kterých jsou výsledky bodově ohodnoceny:

- člunkový běh, 4x10m

Výkon	14,5	13,4	12,3	11,6	11,2	10,8
Body	4	6	8	10	12	14

- klik vzpor ležmo (opakovaně)

Výkon	18	22	26	30	34	38
Body	4	6	8	10	12	14

- celomotorický test, CMT test (opakovaně), 2 min.

Výkon	18	22	26	30	34	38
Body	4	6	8	10	12	14

- běh na 1000 m

Výkon	5:15	4:50	4:30	4:10	3:50	3:30
Body	4	6	8	10	12	14

(<http://www.mvcr.cz>)

V předešlé části mé práce jsem stručně představil vývoj služební přípravy u PČR, kdy byla věnována pozornost jen kondiční přípravě obecně, ale také jejímu prověřování. Jak je patrné v posloupnosti let od roku 1989 a uváděných změn až do celkové reformy v roce 2007, tak čím se stávala vyspělejší společnost v našem státě, což samozřejmě vedlo i k vzrůstu a zdokonalení páčání trestné činnosti a přestupků, dochází i ke změnám v oblasti přípravy, organizace a řízení služební přípravy. Tyto změny se zákonitě dotýkají také prověřování schopností a dovedností získaných kondiční přípravou.

Jednou z největších změn, která stojí za zmínění, je bezpochybně to, že služební příprava se u někoho z dobrovolně prováděné činnosti příslušníků stává povinností každého příslušníka a tato povinnost je zařazena do rámce výkonu služby. Postupné menší změny, jako jsou např. úpravy ve skupinách služební přípravy, dále ve věkových kategoriích a nebo v plánování a časových dotacích na výcvik, nepřináší takový zásah do celého komplexu jako je kondiční příprava.

S příchodem reformy v roce 2007, která se samozřejmě dotkla i služební přípravy, bych z výše uvedených kapitol uvedl některé podstatné změny, kterými se koncepce služebních příprav liší.

Jedná se například o zrušení věkových kategorií a rozdíl mezi muži a ženami. V současné koncepci služební přípravy jsou muži a ženy na stejné úrovni, což je dle mého názoru správné. Chce-li žena vykonávat službu u policie, tak by měla dosahovat

zhruba stejných výkonů jako muž. Ženy jsou viděny v ulicích stále více a více a jsou to vedle mužů i ony, které se setkávají s pachateli trestných činů a přestupků, musejí řešit konfliktní situace a hájit práva občanů v tomto státě. Proto by měly být jejich pohybové schopnosti a dovednosti na takové úrovni, aby byl zajištěn kvalitní a bezpečný výkon služby, a to jak z pohledu příslušníka, tak i občana.

Další změnou je vznik nových služebních skupin služební přípravy. Zde dochází ke konkrétnějšímu uvedení vykonávaných činností v rámci služby pro zařazení příslušníků do té či oné skupiny nebo podskupiny. S tím také souhlasím, jelikož příslušník útvaru rychlého nasazení se setkává s jiným charakterem práce, než například dopravní policista nebo kriminalista, a proto jejich pohybové schopnosti a dovednosti nemusí být na stejné úrovni.

Ostatní vzniklé změny jsou organizačního charakteru a ve své podstatě se obě koncepce služební přípravy mezi sebou výrazně neliší.

Čím se ale liší je skutečnost vzniku nové testové baterie, která je stejně jako předchozí postavená tak, aby prověřila potřebné pohybové schopnosti a dovednosti, ale dochází k obměně testů. K obměně testů nemám žádné výhrady, pouze bych uvedl, že by bylo pro příslušníky jistě lepší, kdyby mohli mít možnost výběru některého z testů prověření, např. vytrvalostních schopností. V testové baterii je zařazen test - běh na 1000 m. Tento test může být problém pro starší příslušníky, a proto by zde třeba mohla být možnost absolvovat test chůze na 2 km. Samozřejmě takový výběr jde provést u více testů např. u shybů lze připustit výdrž ve shybu (**Eurofit, 1997**). K čemu bych ale výhrady měl, je to, že v nové testové baterii došlo k odstranění testu na prověření základní plavecké dovednosti. V dřívější testové baterii byl zařazen test plavání na 100 m v časovém limitu. Tento test byl sám o sobě někdy velkým problémem pro některé příslušníky a lze říci, že byl pro prověření plaveckých dovedností až nadstandardním. Z těchto důvodů mohlo v nové testové baterii dojít pouze k odstranění časového limitu a zvýšení požadované délky, např. na 300 m. Tento test plavání na 300 m se vyskytuje v testové baterii používané Armádou ČR, kde se dobře ujal a dokonale prověřuje základní plaveckou dovednost. U PČR v současné době dochází k tomu, že se setkáváme s příslušníky, kteří jsou neplavci. Plavání je zařazeno pouze u některých skupin a podskupin služební přípravy, což je u těchto příslušníků samozřejmostí, ale základní plaveckou dovedností by měl disponovat každý příslušník policie ČR, a to jak

ten co je na ulici, tak ten co sedí v kanceláři. Absence plavání se mi zdá velkým nedostatkem v pojetí nové koncepce služební přípravy, kdy mělo dojít pouze k obměně testu a dle mého názoru ještě k zařazení předvedení pomoci zraněnému a indisponovanému plavci a osobního zásahu při záchraně tonoucího.

K nové testové baterii bych ještě uvedl, že kritéria pro hodnocení splnění testů jsou dle mého názoru nízká, čímž je zaručeno vysoké procento úspěšnosti a nedochází k dokonalému prověření pohybových schopností a dovedností. Tento trend je bohužel v současné době takto nastaven zřejmě k velmi špatnému personálnímu stavu u PČR a dochází i k tomu, že jsou přijímáni uchazeči o práci u PČR bez úspěšného absolvování prověrek fyzické způsobilosti. To vše se následně odráží v kvalitním a bezpečném výkonu služby. Aby mohlo dojít k naplnění slov o kvalitním a bezpečném výkonu služby, musí být zajištěno aby byl příslušník řádně vyškolen a vycvičen, jak je uvedeno v zákoně č. 283/91 Sb., o Policii České republiky. Výcvik policistů je prováděn pomocí instruktorů služební přípravy.

## 11. Instruktor služební přípravy

**Instruktor** – policista nebo zaměstnanec Policie České republiky, jehož pedagogická činnost je pevnou součástí jeho pracovní náplně, organizuje a vede výcvik policistů. K tomu, aby mohl tuto činnost provádět, musí být řádně vyškolen a vycvičen. Odborná příprava instruktorů je prováděna formou osmitýdenního kvalifikačního kurzu pro instruktory služební tělesné a střelecké přípravy. Realizací této odborné přípravy byla pověřena Střední policejní škola MV v Brně. Specializační kurz je zakončen závěrečnou komisionální zkouškou a policista získá osvědčení o absolvování kurzu, které ho opravňuje k vedení služební tělesné a střelecké přípravy.

V současné době je podmínkou pro zařazení do tohoto kurzu úspěšné splnění přijímacích zkoušek na tento kurz. Což je trochu paradox, jelikož každý by předpokládal, že policista na funkci instruktora se na tomto kurzu vše potřebné teprve naučí a bude seznámen s problematikou služební přípravy. Opak je ale pravdou, vzhledem k velmi obsáhlému tématu, jako je služební příprava policistů, a to ze všech stránek, je zapotřebí, aby příslušný policista již měl nějaké základní vědomosti a zkušenosti se střeleckou přípravou, kondiční přípravou, taktickou přípravou, znal zákonné normy atd.. Dále je zapotřebí, aby pomocí přijímacích zkoušek byla provedena určitá selekce ve výběru instruktorů služební přípravy, jelikož je běžné, že se tabulkové místo instruktora služební přípravy obsadí člověkem, který o tuto práci nejeví zájem a nic o ní neví. Instruktorem by tedy měl být ten, kdo úspěšně absolvuje specializační kurz a získá potřebné osvědčení k výkonu této funkce. Samozřejmě praxe je trochu odlišná a na těchto pozicích se ještě objevují lidé bez potřebných osvědčení.

Hlavní pozornost ve vzdělávání instruktorů byla doposud zaměřena zejména na splnění předepsaného kvalifikačního požadavku, tj. úspěšného splnění výše uvedeného kurzu. Další vzdělávání bylo na samotném instruktorovi. Běžné bylo i to, že na určitých pozicích, kde by každý předpokládal instruktora s vysokoškolským vzděláním, tento stupeň vzdělání nebyl požadován.

S účinností nového služebního zákona a zlepšením systematizace v oblasti služebních míst už vzniká kvalifikační požadavek na zařazení do funkce instruktora, a to nejen absolvováním specializačního kurzu, ale v některých případech i vyšším,

popřípadě vysokoškolským vzděláním. Což by mělo přinést do celku služební přípravy a zejména její následné aplikaci odborně vzdělané a řádně vycvičené instruktory, kteří jsou schopni své znalosti a zkušenosti předávat dalším policistům.

Instruktor služební přípravy se nesoustředí jen na výcvik ostatních policistů, ale je mu dán i prostor pro výcvik sama sebe, tj. zdokonalení se v použití donucovacích prostředků a zbraně, ve střelbě a v neposlední řadě i ve zvyšování své kondice. Jako každý policista je i instruktor služební přípravy povinen se zúčastnit prověrek z použití donucovacích prostředků, střeleckých a tělesných, a to v rozsahu skupiny služební přípravy, ve které je zařazen. Vedení a organizaci prověrek instruktorů provádí a zajišťuje vždy nadřízený vyšší stupeň (např. u instruktora okresního ředitelství je to instruktor krajské správy).

Následně bych představil služební přípravu instruktora, která vyplývá ze ZP PP č. 209 ze dne 28. prosince 2007, k zajištění organizace služební přípravy.

#### Čl. 7

#### **Služební příprava instruktorů**

*(1) Instruktoři provádějí služební přípravu v minimálním rozsahu 350 hodin za výcvikový rok v následující struktuře:*

*střelecká příprava – minimálně 2x za měsíc, celkem minimálně 50 hodin za rok,  
návčik používání vybraných donucovacích prostředků a návčik taktiky služebního zákroku - minimálně 3 hodiny týdně, celkem minimálně 150 hodin za rok,*

*kondiční příprava – minimálně 3 hodiny týdně, celkem minimálně 150 hodin za rok.*

*(4) Dalšími druhy služební přípravy instruktorů jsou*

*a) výcvik formou instrukčně-metodických zaměstnání, která organizují ředitelé útvarů policie, školní policejní střediska nebo skupina vzdělávání, služební přípravy a sportu,*

b) *příprava v rámci odborných kurzů, které z pověření odboru vzdělávání a správy policejního školství Ministerstva vnitra organizují určené vzdělávací instituce,*

c) *zvyšování odborné kvalifikace formou praktického výkonu služby podle individuálního plánu výcviku instruktora v součinnosti s výkonnými útvary policie.*

**(ZP PP č. 209/2007)**



### **III. Výzkumná část**

## **12. Cíle, úkoly a hypotézy práce**

Cílem práce je shrnout a zhodnotit současný stav kondiční přípravy a jejího prověřování u příslušníků Policie České republiky na vybraných okresech v rámci Středočeského kraje.

### **Úkoly práce**

- Shromáždit a porovnat výsledky provádění prověrek z kondiční přípravy z minulých let
- Navrhnout a vyhotovit dotazník
- Vyhodnocení získaných dat z dotazníkového šetření
- Zpracování získaných dat

### **Hypotézy**

Domnívám se, že úroveň a okolnosti ovlivňující kondiční přípravu jsou pro příslušníky PČR přijatelné.

Předpokládám, že současná koncepce a náročnost prověrek kondiční přípravy bude pro příslušníky PČR akceptovatelná

Domnívám se, že nezařazení plavání do systému kondiční přípravy je pro příslušníky PČR chybné, ale zároveň předpokládám, že se neztotožňují se zařazením plavání do prověrek kondiční přípravy.

Předpokládám, že v současné době nedochází k žádné motivaci k plnění prověrek z kondiční přípravy.

### 13. Výsledky prověrek z kondiční přípravy

V následující části představím, jak docházelo k plnění prověrek z kondiční přípravy v roce 2004, 2005. A dále pak i v roce 2006, kdy již byly prověrky prováděny dle nových požadavků.

Rád bych uvedl aktuálnější výsledky prověrek kondiční přípravy, ale v roce 2007 se prověrky dle platných interních aktů řízení neprováděly a stejně je tomu i v roce 2008. Prověření fyzické způsobilosti se provádí jen v případě přijetí nového uchazeče do služebního poměru PČR. Poté by se mělo provádět v rámci výběrových řízení na jiné služební místo, kde dochází ke změně skupiny služební přípravy. Vystává zde otázka, proč prověrky z kondiční přípravy v roce 2007 a 2008 neproběhly?

Odpovědí na tuto otázku může být vznik nového služebního zákona č. 361/2003 Sb. Tento zákon, jak jsem již uvedl v předchozích kapitolách, upravuje vztahy policistů a policie. V ustanovení o vzniku služebního poměru se uvádí předpoklady pro přijetí k PČR. Jedním z předpokladů je i fyzická způsobilost k výkonu služby. V následujících ustanoveních se uvádí že „za fyzicky způsobilého se považuje občan, který vyhovuje požadavkům na tělesnou zdatnost, jež stanoví ředitel bezpečnostního sboru služebním předpisem pro výkon služebního místa, na které má být ustanoven“ (**zákon č. 361/2003 Sb.**). Z tohoto vyplývá, že každý, kdo chce být přijat do služebního poměru a podle ZP PP č. 155/2007 i ten, kdo ve služebním poměru již je, by měl absolvovat prověření fyzické způsobilosti za pomoci testů tělesné zdatnosti. V zákoně č. 361/2003 Sb. se dále upravuje i propuštění ze služebního poměru. Uvádí se zde, že příslušník musí být propuštěn, jestliže „mu bylo odňato osvědčení o tělesné zdatnosti“ (**zákon č. 361/2003 Sb.**), což znamená že příslušníkovi, který opakovaně nesplní testy tělesné zdatnosti bude odebráno osvědčení o tělesné zdatnosti a bude propuštěn. Z těchto důvodů se lze domnívat, že v posledních letech, kdy je personální situace u PČR na špatné úrovni se prověřování tělesné zdatnosti neprovádí. Další možnou odpovědí může být i zhoršený stav materiálního a finančního zabezpečení v oblasti kondiční přípravy u složek PČR.

Z předchozích řádků se nám naskytá další otázka. Má to negativní či pozitivní dopad, že se testy na tělesnou zdatnost neprovádí? Dle mého názoru to má negativní dopad. Já se domnívám, že v dnešní době, kdy je zvýšen nárůst trestné činnosti a kdy

jsou pachatelé těchto činů více agresivnější a v některých případech i fyzicky zdatnější, by měl být kladen daleko větší důraz na fyzickou způsobilost příslušníků PČR. Nemělo by docházet k tomu, že se bude dávat přednost kvantitě před kvalitou.

V roce 2004 a 2005 služební přípravu upravovaly, krom jiných, tyto dva předpisy. Pokyn ředitele odboru služební přípravy a sportu ministerstva vnitra České republiky č. 2/1999 a nařízení ministra vnitra č. 63/2003. Z těchto předpisů tedy vyplývá rozdělení příslušníků do skupiny a věkových kategorií a samozřejmě i obsah testové baterie. V roce 2006 došlo k navržení změn v oblasti kondiční přípravy, které se týkají jak vzniku nových skupin služební přípravy a zařazení policistů do nich, tak i nové testové baterie pro prověřování tělesné zdatnosti. Tyto změny byly uvedeny v ZP PP č. 153/2006 a v ZP PP č.164/ 2006 v současné době jsou nahrazeny závaznými pokyny uvedených v kapitole 10.

Tabulka 2 - Výsledky prověrek za rok 2004

Výsledky prověrek z kondiční přípravy za rok 2004											
	Praha	Stčk	Jčk	Zčk	Sčk	Včk	Smk	Jmk	PP	SCPP	Celkem
<b>Stav</b>	6919	3659	2683	3469	4135	3475	5607	5101	3903	5544	44495
1.sk.	6284	3300	2404	3132	3763	2555	4989	4277	2835	5035	38574
2.sk.	635	357	279	337	372	920	617	824	1066	509	5916
Nad 50	741	543	433	541	653	488	828	744	737	716	6424
Nemoc	733	188	112	56	190	85	99	65	45	200	1773
Osvobození	0	0	0	33	0	0	48	79	52	14	226
Nepřítomni	426	170	41	87	189	122	330	373	96	242	2076
Pozdější nástup	135	120	88	47	72	43	135	67	33	203	943
Neomluveni	919	131	100	167	152	40	23	17	0	105	1654
<b>Účast</b>	3921	2381	1761	2530	2772	2462	3720	3655	2736	3881	29919
1.sk.	3654	2228	1666	2377	2624	1993	3460	3265	2190	3618	27075
2.sk.	367	153	95	153	148	469	259	390	546	263	2844
<b>Splnili 1.sk.</b>	1923	1631	1317	1894	2002	1514	2704	2470	1882	2588	19925
<b>2.sk.</b>	216	129	84	146	143	424	254	349	534	248	2527
<b>Nesplnili 1.sk.</b>	1731	597	349	483	622	479	656	795	308	1030	7050
<b>2.sk.</b>	151	24	11	7	5	45	5	41	12	15	316
<b>Splnili 1.v.k.</b>	693	549	331	586	653	529	636	724	399	612	5712
<b>2.v.k.</b>	899	734	657	915	966	958	1490	1301	1102	1407	10429
<b>3.v.k.</b>	547	477	413	539	526	451	833	794	915	817	6312

13. Výsledky prověrek z kondiční přípravy

<b>Splnili celkem</b>	2139	1760	1401	2040	2145	1938	2959	2819	2416	2836	22452
<b>Nesplnili 1.v.k.</b>	731	179	103	137	156	101	163	179	53	182	1984
<b>2.v.k.</b>	737	261	138	197	268	240	384	358	156	497	3236
<b>3.v.k.</b>	314	181	119	156	203	183	214	299	111	366	2146
<b>Nesplnili celkem</b>	1782	621	360	490	627	524	761	836	320	1045	7366
Splnili čl.běh	3773	2326	1713	2493	2722	2402	3646	3603	2675	3799	29152
Splnili tyč	3769	2291	1712	2434	2678	2391	3604	3516	2672	3734	28801
Splnili kliky	3860	2340	1717	2482	2720	2408	3645	3601	2693	3801	29267
Splnili leh-sed	3878	2337	1720	2479	2724	2426	3650	3616	2697	3815	29342
Splnili běh 12	2860	2080	1644	2288	2554	2270	3491	3300	2614	3490	26591
Splnili plavání	2288	1880	1423	2041	2197	1623	2824	2642	1932	2771	21621
Neplavci	120	92	23	102	49	10	171	139	12	265	983

Tabulka 3 - Výsledky prověrek za rok 2005

Výsledky prověrek z kondiční přípravy za rok 2005											
	Praha	Stčk	Jčk	Zčk	Sčk	Včk	Smk	Jmk	PP	SCPP	Celkem
<b>Stav</b>	7071	3700	2511	3388	4050	3391	5673	0	3845	4746	38375
1.sk.	6166	3267	2249	3012	3627	2318	4826	0	2653	4228	32346
2.sk.	860	360	262	336	375	1072	698	0	1123	514	5600
Nad 50	220	373	245	398	623	368	371	0	264	495	3357
Nemoc	432	160	53	104	157	94	60	0	93	134	1287
Osvobození	70	1	9	22	23	65	87	0	33	14	324
Nepřítomni	430	161	40	40	168	62	382	0	103	235	1621
Pozdější nástup	99	199	14	100	135	60	104	0	1	96	808
Neomluveni	889	212	34	48	191	94	79	0	30	55	1632
<b>Účast</b>	4268	2335	1388	2521	2752	2540	3700	0	2661	3517	25682
1.sk.	3819	2183	1307	2341	2581	1889	3402	0	2050	3260	22832
2.sk.	442	148	81	174	166	651	287	0	606	253	2808
<b>Splnili 1.sk.</b>	1993	1533	1117	1994	2129	1629	2627	0	1770	2449	17241
<b>2.sk.</b>	197	111	76	154	152	583	258	0	475	124	2130
<b>Nesplnili 1.sk.</b>	1826	650	190	347	452	260	775	0	280	811	5591
<b>2.sk.</b>	245	37	5	20	14	68	29	0	131	129	678
<b>Splnili 1.v.k.</b>	802	492	235	627	662	537	536	0	310	568	4769
<b>2.v.k.</b>	970	698	581	945	1048	1081	1507	0	1053	1216	9099
<b>3.v.k.</b>	518	454	377	582	571	594	851	0	883	792	5622
<b>Splnili celkem</b>	2290	1644	1193	2154	2281	2212	2894	0	2246	2576	19490
<b>Nesplnili 1.v.k.</b>	678	160	49	74	120	62	130	0	18	135	1426
<b>2.v.k.</b>	724	224	80	155	205	142	393	0	117	401	2441
<b>3.v.k.</b>	389	175	52	126	138	102	251	0	110	317	1660
<b>Nesplnili celkem</b>	1978	691	195	367	471	328	806	0	415	941	6192

13. Výsledky prověrek z kondiční přípravy

Splnili čl.běh	3994	2181	1351	2480	2717	2500	3574	0	2519	3374	24690
Splnili tyč	3997	2170	1352	2444	2692	2480	3520	0	2507	3371	24533
Splnili kliky	4045	2212	1361	2469	2728	2486	3565	0	2538	3408	24812
Splnili leh-sed	4058	2204	1358	2460	2730	2497	3579	0	2537	3414	24837
Splnili běh 12	3028	1936	1301	2318	2525	2390	3384	0	2469	3153	22504
Splnili plavání	2560	1826	1154	2070	2317	1693	2799	0	1790	2630	18839
Neplavci	1	33	11	30	49	13	189	0	15	201	542

Tabulka 4 - Výsledky prověrek za rok 2006 - 2,3, skupina

Výsledky prověrek z kondiční přípravy 2006 – 2,3.skup.											
	Praha	Stčk	Jčk	Zčk	Sčk	Včk	Smk	Jmk	PP	SCPP	Celkem
<b>Stav</b>	1946	1853	1142	2383	1913	1593	2638	998	1465	3518	19449
Nemoc	16	57	16	63	94	55	41	47	10	219	618
Nepřítomni	33	60	60	55	114	53	200	15	37	202	829
Pozdější nástup	64	85	13	154	42	122	232	76	15	83	886
Neomluveni	345	28	35	83	110	13	38	33	1	36	722
<b>Účast</b>	1478	1497	966	1916	1527	1328	2097	736	1365	2904	15814
<b>Splnili</b>	1061	973	752	1547	1081	1116	1661	516	1106	1796	11609
Splnili čl.běh	1364	1381	948	1889	1519	1308	2006	721	1331	2841	15308
Splnili kliky	1315	1306	938	1830	1450	1302	1943	672	1305	2714	14775
Splnili CMT	1363	1373	948	1863	1519	1328	2008	719	1324	2817	15262
Splnili běh 1 km	1318	1314	921	1797	1437	1297	1975	686	1278	2616	14639

Tabulka 5 - Výsledky prověrek za rok 2006 - 4 skupina

Výsledky prověrek z kondiční přípravy 2006 - 4.skup.											
	Praha	Stčk	Jčk	Zčk	Sčk	Včk	Smk	Jmk	PP	SCPP	Celkem
<b>Stav</b>	2539	957	723	1231	1131	953	1860	742	1403	640	12179
Nemoc	51	38	7	38	63	30	37	26	23	21	334
Nepřítomni	33	15	6	15	62	15	140	8	26	24	344
Pozdější nástup	14	4	0	4	13	1	55	7	10	9	117
Neomluveni	213	85	28	31	68	39	61	11	3	4	543
<b>Účast</b>	2208	731	649	1004	912	843	1533	618	1227	561	10286
<b>Splnili</b>	1855	649	584	909	833	814	1428	575	1165	498	9310

### 13. Výsledky prověrek z kondiční přípravy

Splnili čl.běh	2032	686	622	1000	900	842	1474	612	1206	547	9921
Splnili CMT	2035	684	619	980	890	843	1478	611	1211	547	9898
Splnili běh 1 km	1896	646	593	924	857	817	1452	575	1140	508	9408

Vysvětlivky: sk.- skupina služební přípravy      v.k. – věková kategorie

Z uvedených výsledků prověrek je patrné, že od roku 2004 do roku 2006 došlo a bohužel i do současné doby dochází k poklesu službu vykonávajících policistů. Tento fakt ale nemění nic na tom, že celkový stav policistů neodpovídá celkovému stavu zúčastněných policistů na prověrkách z kondiční přípravy. Samozřejmě jsou zde omluvení a nebo indisponovaní policisté, které jsem do výzkumu nezahrnul. Spíše bych chtěl poukázat na ty neomluvené policisty, kteří se prověrek neúčastní, byť je to jejich povinností. Dále bych chtěl poukázat na stav policistů uvedených v kategorii neplavci. Tato čísla z let 2004 a 2005 se mi zdají příliš vysoká, když vezmu v potaz, že jedním z testů pro přijetí do služebního poměru PČR v uvedených letech byl test plavání na 100 m. Je tedy logické, že by měli být všichni policisté plavci, bohužel skutečnost, se kterou mám i osobní zkušenosti, je jiná. V roce 2006 byl test plavání z prověrek kondiční přípravy vyřazen, a to i z požadavků pro přijetí do služebního poměru. Dá se tedy předpokládat, že neplavců v řadách policie bude přibývat. Tento stav je dle mého názoru výsledkem špatného rozhodnutí ze strany služebních funkcionářů zabezpečující služební přípravu u PČR.

V případě porovnávání výsledků musíme brát v úvahu, jak jsem již uvedl v předchozích kapitolách, že v roce 2006 došlo k změnám v testové baterii. Já osobně se domnívám, že tyto změny vedly ke zlehčení celé testové baterie a tudíž i prověrek z kondiční přípravy. Je to patrné z porovnání procentuálních stavů zúčastněných policistů a policistů, kteří splnili.

- V roce 2004 se účastnilo prověrek 29919 policistů z toho splnilo 22452 policistů, což je 75 %.

- V roce 2005 se účastnilo prověrek 25682 policistů a z toho splnilo 19490 což je 75,8 %.

- V roce 2006 se účastnilo po součtu policistů ve skupinách 26100 policistů a splnilo 20919 což je 80,1 %.

Výše uvedené procentuální zvýšení ukazuje, že je testová baterie lehčí, a nebo se lze domnívat, že se prověrky z kondiční přípravy provádí nestandardním způsobem.

Zlehčování testové baterie není patrné jen v rámci složek Policie. Kamenická se ve své Diplomové práci zabývá základní tělesnou přípravou v Armádě ČR. Poukazuje na to, že i v resortu Armády ČR dochází ke snižování požadavků na fyzickou kondici a s tím spojené zlehčení testové baterie pro výroční přezkoušení. Výroční přezkoušení se postupně stává jen formální stránkou a získané výsledky v některých případech neodpovídají skutečnému počtu nevyhovujících vojáků. Úspěšné splnění výročního přezkoušení je pak pro některé vojáky jediným cílem celého systému základní tělesné přípravy (**Kamenická, 2007**).



## 14. Empirické dotazníkové šetření

Vlastní šetření se týká kondiční přípravy a jejího prověřování v resortu Policie ČR. Jedná se o zmapování a vyhodnocení názorů příslušníků, kteří vykonávají službu na vybraných okresech v rámci Středočeského kraje.

### 14.1 Formulace dílčích cílů

C1 – průzkumem rozkrýt osobní postoj ke kondiční přípravě

C2 – šetřením zjistit názor na součastné prověrky kondiční přípravy

C3 – zjistit názor na absenci plavání v kondiční přípravě a případného zařazení do prověrek kondiční přípravy

C4 – šetřením zjistit názor týkající se motivace pro plnění prověrek z kondiční přípravy

### 14.2 Zvolené metody a techniky

Ve vlastním empirickém šetření využívám kvantitativních metod dotazování a to formou dotazníků (Hendl, 2005).

Dotazník je rozdělen do dvou částí. První část se týká samotné problematiky zjištění vlastního názoru a postojů ke kondiční přípravě. Druhá část dotazníku je zaměřena na faktické skutečnosti týkající se respondentů jako je věk, pohlaví, délka praxe a skupina služební přípravy. Dotazník je konstruován tak, že v první části je k zadaným 12 otázkám nabídnutá pětistupňová ordinální škála v rozsahu: určitě ano x spíše ano x nevím x spíše ne x určitě ne. Další 4 otázky jsou otevřené, bez škály odpovědí. Ve druhé části dotazníku se nachází otázky otevřené.

Pro účely tohoto šetření jsem využil všechny vrácené dotazníky. Po vrácení dotazníků od respondentů probíhalo vyhodnocení a analýza získaných dat. Sebraná data byla posléze elektronicky zpracována a prezentována ve formě slovních závěrů, grafů a tabulek. Dotazník se všemi položenými otázkami tvoří přílohu č. 1 této práce.

### 14.3 Vlastní organizace šetření

Dotazníky a s ním spojené instrukce byly na počátku ledna 2008 osobně předány instruktorům služební přípravy na vybraných okresech s požadavkem o vyplnění příslušníků zúčastněných na služební přípravě. Vyplnění dotazníku bylo časově omezeno do konce dubna 2008.

### 14.4 Charakteristika souboru

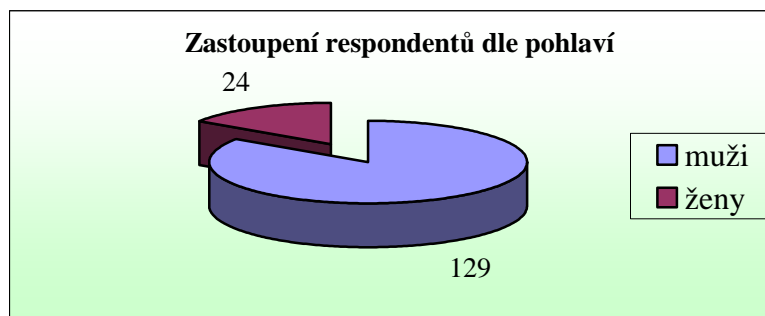
Zkoumaný soubor zahrnoval celkem 200 analytických jednotek. Jednalo se o soubor příslušníků policie na Okresních ředitelstvích Praha - Venkov, Nymburk, Mělník, Kladno a příslušných obvodních odděleních v rámci Středočeského kraje. Vzhledem k tomu, že návratnost dotazníku byla 76,5 %, pracoval jsem nakonec s 153 analytickými jednotkami.

#### 14.4.1 Popis zkoumaného souboru

Nejvhodnější formou popisu se jeví následné tabulkové a grafické znázornění.

**Tabulka 6 - Zastoupení respondentů dle pohlaví**

muži	129
ženy	24

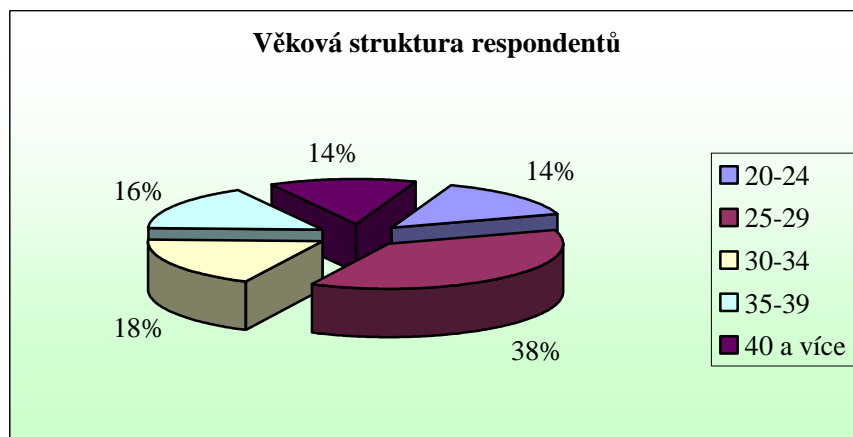


**Graf 1 - Zastoupení respondentů dle pohlaví**

V minulých letech bylo zjevné, že ve služebním poměru PČR bylo větší zastoupení mužů, což vychází z charakteru vykonávané práce. V současné době dochází k tomu, že se ve služební poměru objevují i ženy. Jejich zastoupení na některých funkcích je i žádoucí.

**Tabulka 7 - Početní zastoupení respondentů dle věkové struktury**

věk	20-24	25-29	30-34	35-39	40 a více
počet	22	57	28	25	21

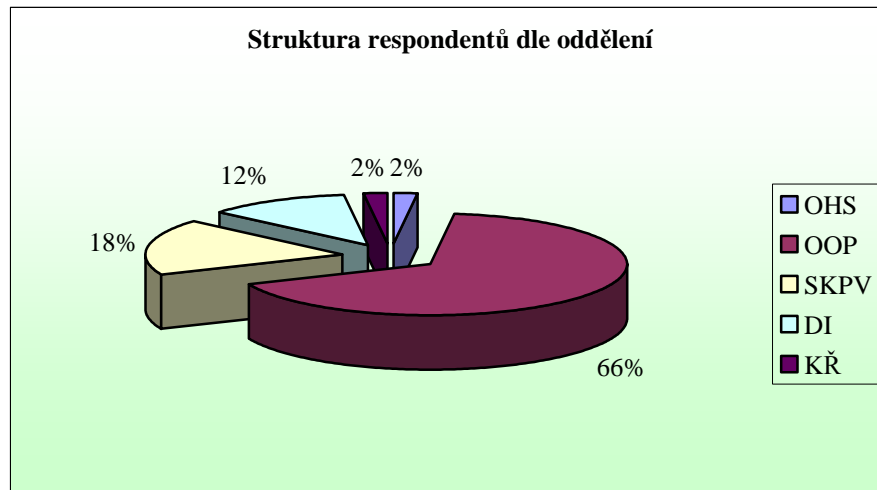


**Graf 2 - Věková struktura respondentů**

Z grafu vyplývá, že nejpočetnější skupinou je věková kategorie 25 – 29 let. Tito policisté mají odpovídající vzdělání, které je dnes požadováno pro výkon dané funkce a mělo by dojít ze strany služebních funkcionářů k dostatečné motivaci pro jejich další působení ve služebním poměru. Přístup této věkové skupiny ke kondiční přípravě by měl být pozitivní a fyzická zdatnost by měla být na nejvyšší úrovni.

Tabulka 8 - Struktura respondentů dle oddělení

oddělení	OHS	OOP	SKPV	DI	KŘ
počet	3	102	27	18	3

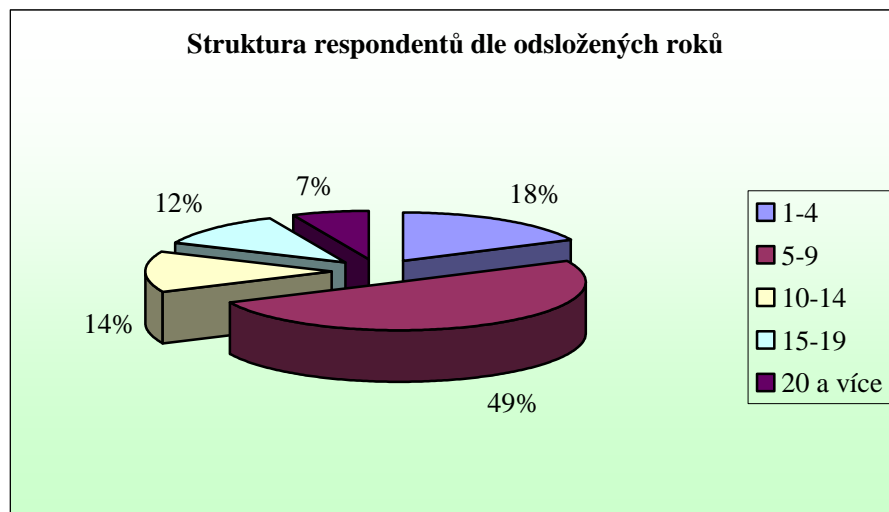


Graf 3 - Struktura respondentů dle oddělení

Nejpočetnější skupinou respondentů jak vyplývá z výše uvedeného grafu č. 3, jsou příslušníci sloužící na obvodních odděleních. Z pohledu kondiční přípravy by tyto příslušníci měli být na vyšší úrovni než ostatní policisté, jelikož každodenně přichází do kontaktu s jistým stupněm rizika. Skutečnost je alespoň z mého pohledu odlišná. Vzhledem k velmi špatnému personálnímu stavu jsou policisté sloužící na obvodních odděleních ve většině případů ve výkonu služby nebo pracují na spisových materiálech a na kondiční přípravu tudíž nezbyvá čas.

Tabulka 9 - Struktura respondentů dle odsloužených roků

odsloužené roky	1-4	5-9	10-14	15-19	20 a více
počet	27	77	21	18	10

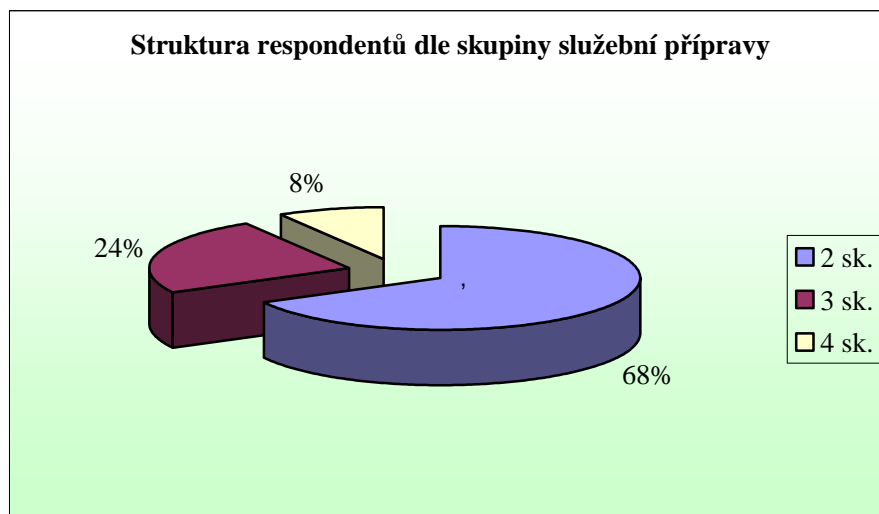


Graf 4 - Struktura respondentů dle odsloužených roků

V případě odsloužených let u PČR je zřejmé, že větší část tvoří respondenti s délkou praxe 5-9 let. V těchto případech se jedná o zkušeného policistu. Následuje skupina nově příchozích policistů a těch kteří slouží 1-4 roky. Dále pak je z grafu č.4 patný mírný procentuální pokles v odsloužených letech. Tento pokles je dán tím, že většina policistů po dosažení období k přiznání renty za vykonanou službu zvažuje odchod od PČR. Bohužel tento trend je v současné době velmi aktuální a postihuje i kondiční přípravu. Skupina policistů sloužící 5-9 let nemá vzhledem k množství práce na kondiční přípravu čas a ti mladší, z pohledu odsloužených let, nemají o kondiční přípravu zájem. Dá se říci, že se u nich projevuje celkový pokles zájmu o tělesnou aktivitu.

Tabulka 10 - Struktura respondentů dle služební přípravy

skupina služební přípravy	2 sk.	3 sk.	4 sk.
počet	103	37	13



Graf 5 - Struktura respondentů dle služební přípravy

Tento graf č. 5 navazuje na předcházející skutečnosti o respondentech, kteří slouží na obvodních odděleních. Zde jsou policisté zařazeni nejčastěji ve 2 skupinách služební přípravy, vzhledem k charakteru vykonávané služby.

### 14.5 Interpretace zjištěných poznatků

#### Operacionalizace

C1 – 1,2,3,4,5,6,7

C2 – 8,9,10

C3 – 11,12,13

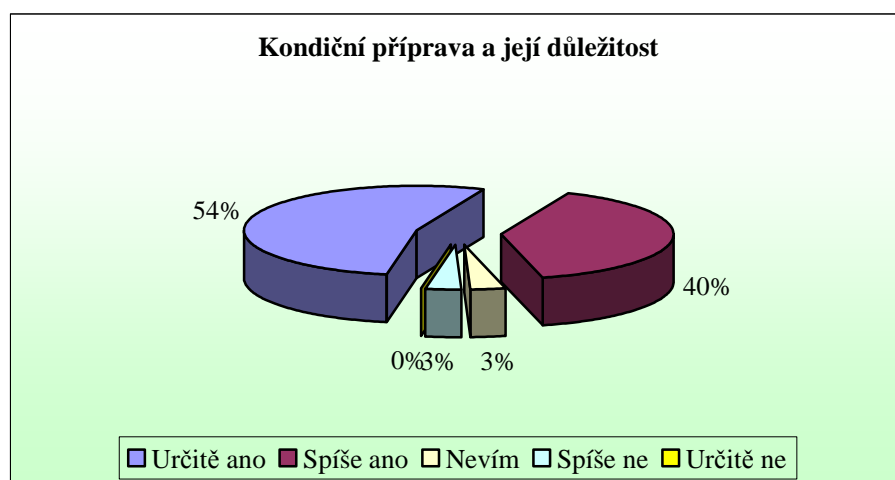
C4 – 14,15,16

Interpretace se týká otázek 1 - 16, které jsou rozděleny do dílčích cílů C1, C2, C3, C4.

### 14.5.1 C1 - průzkumem rozkrýt osobní postoj ke kondiční přípravě

#### Otázka č. 1: Považujete kondiční přípravu příslušníků PČR za důležitou?

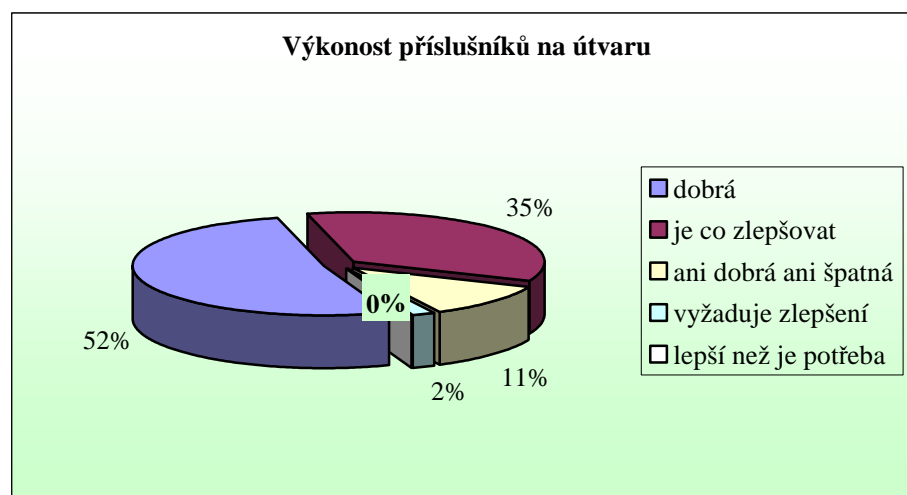
Na otázku, zda-li je kondiční příprava důležitá, odpověděli respondenti následovně: 82 (54%) určitě ano, 61 (40%) spíše ano dále pak po 5 (3%) nevím a spíše ne. Z odpovědí je patrné, že skoro všichni respondenti považují kondiční přípravu u PČR za důležitou. Tento fakt je dobrým signálem tomu, aby se kondiční přípravě věnovalo více prostoru a nedocházelo k tomu, že 10 minutový fotbal na konci výcviku zahrnuje kondiční přípravu.



Graf 6 - Kondiční příprava a její důležitost

Otázka č. 2 : Jak hodnotíte výkonnost příslušníků vašeho útvaru?

Z uvedeného grafu č 7 vyplývá, že 79 (52%) respondentů si myslí, že výkonnost na útvaru je dobrá. Dále pak 54 (35%) respondentů, že výkonnost na útvaru je potřeba zlepšovat. Ostatních 17 (11%) dotazovaných se přiklání k odpovědi ani dobrá ani špatná a 3 (2%) dotázaní by uvítali na útvaru zlepšení ve výkonnosti. Vypovídající hodnotu výkonnosti by měli mít stanovené prověrky z kondiční přípravy. Ty se bohužel v současnosti neprovádí, a tak jsou zjištěná data pouze subjektivním názorem každého dotazovaného respondenta.



**Graf 7 - Výkonnost příslušníků na útvaru**

Otázka č. 3 : Kolik hodin v průběhu měsíce je na Vašem útvaru věnováno kondiční přípravě?

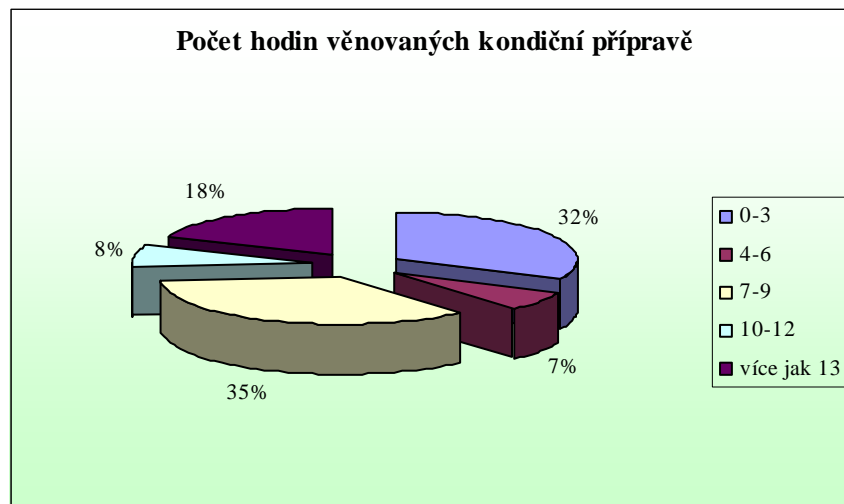
V současné době je kondiční přípravě na většině útvarů věnováno 7-9 hodin měsíčně, což uvedlo 57 respondentů (35%). Dále pak 0-3 hodiny měsíčně, což uvádí 49



(32%) respondentů. Z uvedené tabulky č.11 nebo grafu č.6 je patrné, že v rámci jednoho kraje panuje v počtu hodin, které jsou věnovány kondiční přípravě, značná nejednotnost. To může být dáno rozdílným přístupem vedoucích pracovníků k této problematice, ale stejně tak i rozdílným přístupem jednotlivých příslušníků.

**Tabulka 11 - Počet hodin věnovaných kondiční přípravě**

počet hodin	0-3	4-6	7-9	10-12	více jak 13
počet odpovědí	49	10	54	12	28

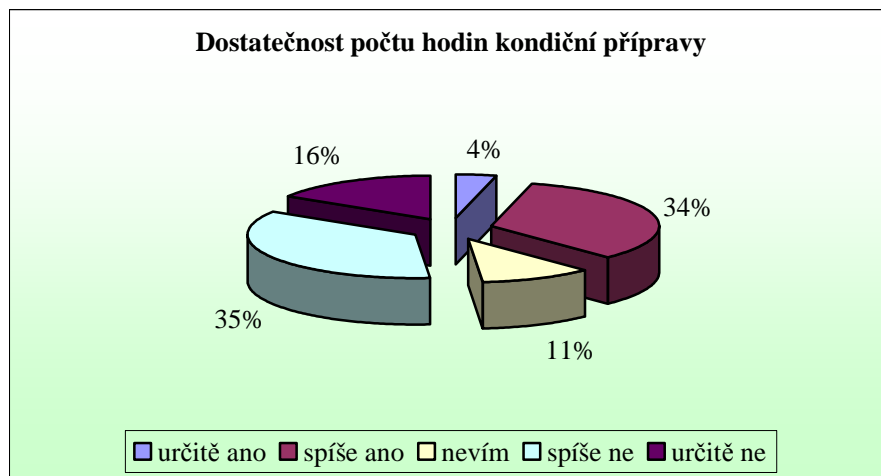


**Graf 8 - Počet hodin věnovaných kondiční přípravě**

Otázka č. 4 : Považujete tento počet za dostatečný?

K otázce dostatečnosti počtu hodin, které jsou věnované kondiční přípravě odpovědělo 52 (34%) respondentů spíše ano a 54 (35%) spíše ne. Z tohoto je patrné, že dochází k vzniku dvou skupin. Je možné se domnívat, že jedna skupina, která nemá

patřičný zájem o kondiční přípravu, se přiklání k odpovědím souhlasným. Druhá skupina, která má zájem o kondiční přípravu, se naopak přiklání k odpovědím nesouhlasným. Dále pak je z grafu č. 9 vidět, že 25 (16%) respondentů se také přiklání k nesouhlasným odpovědím, což znamená, že více respondentů by uvítalo navýšení počtu hodin z kondiční přípravy. Tento fakt by měla rozkrýt následující otázka.



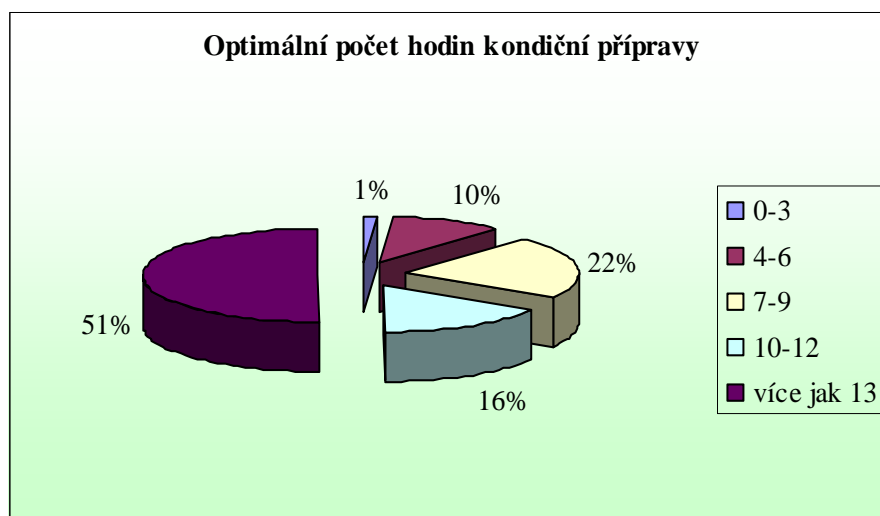
**Graf 9 - Dostatečnost počtu hodin kondiční přípravy**

Otázka č. 5 : Kolik hodin kondiční přípravy za měsíc by podle Vašeho názoru bylo optimálních?

Jak je již uvedeno v předchozích řádcích, mělo by dojít k tomu, že se respondenti přiklání k navýšení počtu hodin kondiční přípravy. Na grafu č. 10 je patrné, že polovina respondentů 77 (51%) by uvítala za optimální počet hodin 13 a více, což by v roční dotaci činilo cca 160 hodin. Dle IAŘ je dotace na kondiční přípravu u policistů zařazených ve 2 skupině služební přípravy 120 hodin za rok. Dle mého názoru by mělo dojít o menší navýšení počtu hodin, ale na druhou stranu by mělo dojít i k zvýšení zájmu o zvyšování kondice u jednotlivých příslušníků.

Tabulka 12 - Optimální počet hodin kondiční přípravy

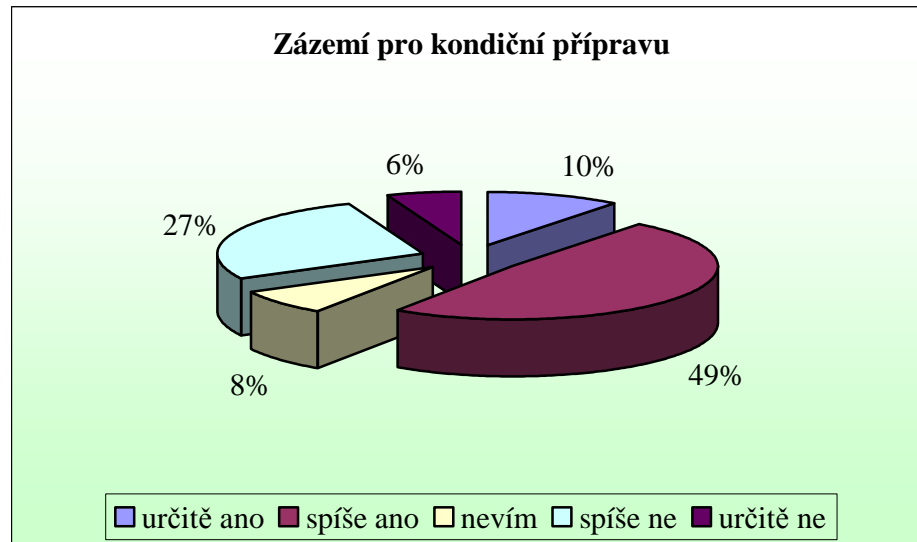
počet hodin	0-3	4-6	7-9	10-12	více jak 13
počet odpovědí	2	16	34	24	77



Graf 10 - Optimální počet hodin kondiční přípravy

Otázka č. 6 : Je zázemí pro kondiční přípravu na Vašem útvaru/okrese dostačující?

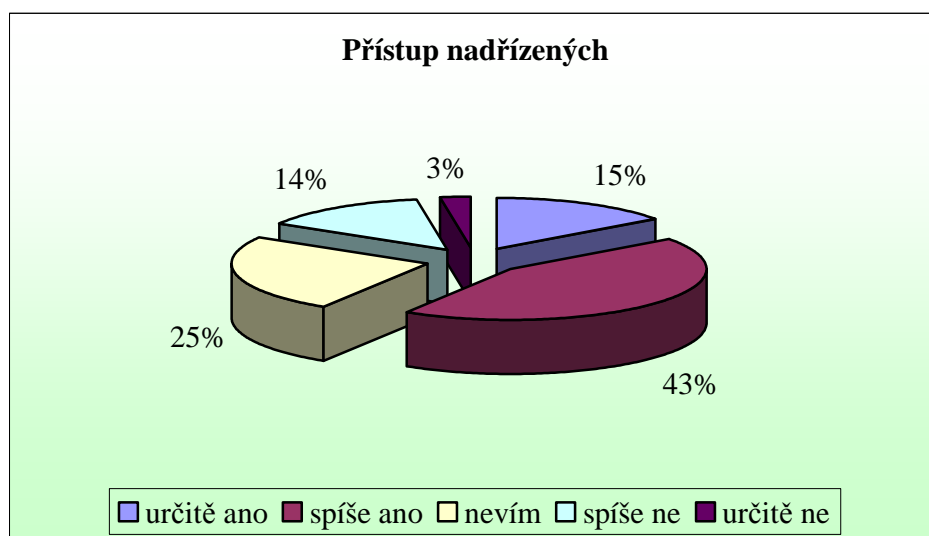
V otázce č. 6 a z uvedeného grafu vidíme, že 75 (49%) respondentů se domnívá, že je zázemí pro kondiční přípravu dostačující. Tento výsledek může vypovídat o tom, že na některých okresech je zázemí pro kondiční přípravu na dobré úrovni a na jiných okresech zase na špatné. Dalším faktorem může být také ekonomická stránka. Někde je věnováno více finančních prostředků a jsou hrazeny fitness centra a bazény. Jinde k tomuto nedochází.



Graf 11 - Zázemí pro kondiční přípravu

Otázka č. 7 : Je přístup nadřízených ke kondiční přípravě pozitivní?

Na tuto otázku z celkového počtu respondentů odpovědělo 67 (43%) a 23 (15%) respondentů, že přístup nadřízených ve smyslu kondiční přípravy je pozitivní. U ostatních odpovědí je zarážející, že 38 (25%) respondentů neví, jaký je přístup nadřízených. Vystává zde otázka, zda tito respondenti opravdu neví, nebo se bojí i přes anonymitu odpovídat, aby se možné odpovědi neobrátily proti respondentům samotným. Z celkového pohledu je zřejmé, že ve vybraných okresech je přístup nadřízených ve větší míře pozitivní.

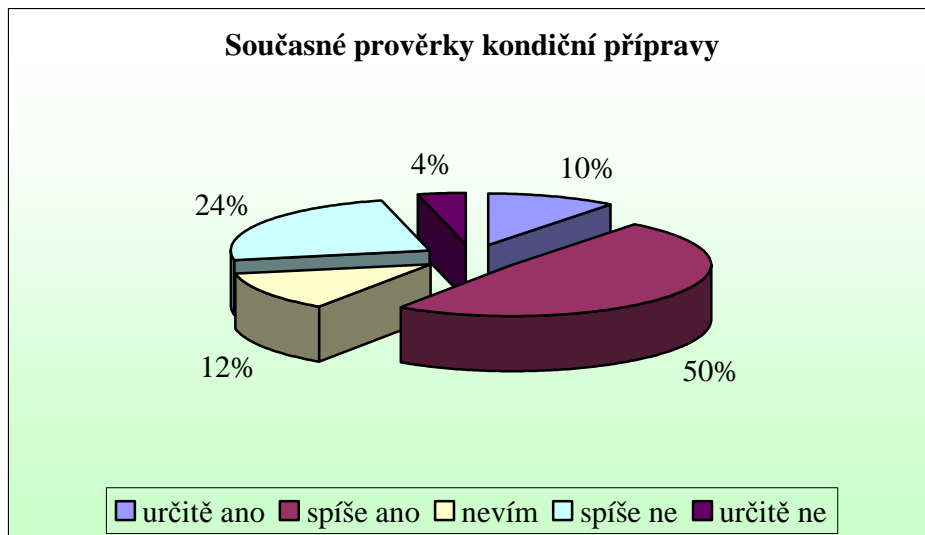


**Graf 12 - Přístup nadřízených**

### 14.5.2 C2 - šetřením zjistit názor na současné prověrky kondiční přípravy

#### Otázka č. 8 : Vyhovuje Vám koncepce současných prověrek kondiční přípravy?

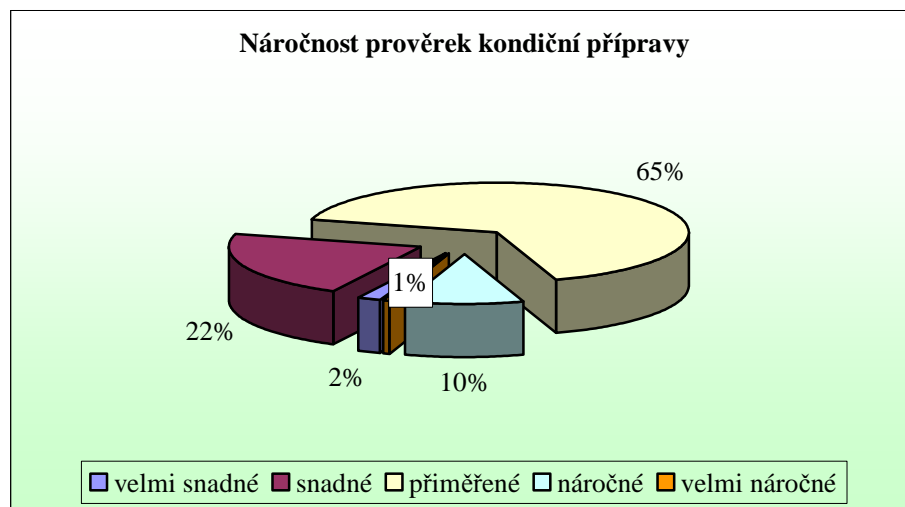
Na otázku č. 8, zda respondentům vyhovuje současná koncepce prověrek kondiční přípravy, odpovědělo 75 (50%) respondentů odpovědí spíše ano a 16 (10%) respondentů odpovědí určitě ano. Z tohoto vyplývá, že více jak polovině respondentů současná koncepce prověrek vyhovuje. Dalších 19 (12%) respondentů v odpovědi neví a ostatním současná koncepce prověrek nevyhovuje. To, že koncepce prověrek je pro většinu vyhovující, může být dáno snížením požadavků a náročnosti v celkové testové baterii a vyřazením nebo změnou některých testů, které jsou součástí testové baterie. Z vlastní zkušenosti vím, že většina příslušníků měla v minulosti problémy s testem plavání na 100 m, nebo během na 12 minut.



**Graf 13 - Současné prověrky kondiční přípravy**

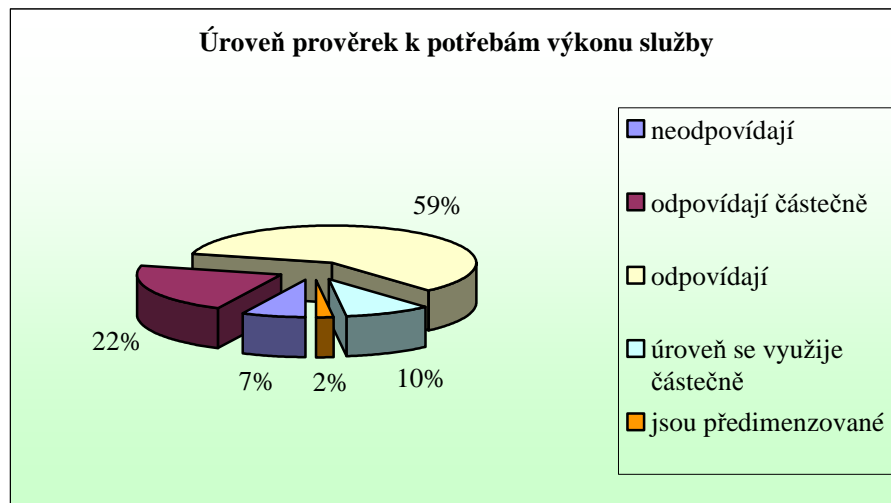
Otázka č. 9 : Jaká je podle vašeho názoru náročnost výkonostních norem prověrek kondiční přípravy a domníváte se, že odpovídají potřebám služby?

K náročnosti výkonostních norem bylo následně zjištěno 101 (65%) respondentů považuje náročnost prověrek za přiměřené, 33 (22%) respondentů za snadné, 15 (10%) respondentů za náročné a zbývající malé procento respondentů se podělilo o zbývající odpovědi, jak je patrné z následujícího grafu č. 14. Přiměřenost prověrek pro respondenty ukazuje, že došlo k snížení náročnosti testové baterie od té předešlé. Tento výsledek je patrný i v celkovém porovnání výsledku prověrek kondiční přípravy z předchozích let. Zde došlo k nárůstu příslušníků, kteří prověrky z kondiční přípravy splnili, jak se uvádí v kapitole 13.



**Graf 14 - Náročnost prověrek kondiční přípravy**

Zda-li odpovídají prověrky kondiční přípravy potřebám služby, je z odpovědí a z uvedeného grafu č. 15 patrné, že opět více jak polovina respondentů se přiklání k odpovědi odpovídají. Tento výsledek nebyl překvapující, jelikož pokud příslušníkům vyhovují prověrky a domnívají se, že jejich náročnost je přiměřená, bude většině z nich připadat že pro výkon služby jsou odpovídající.



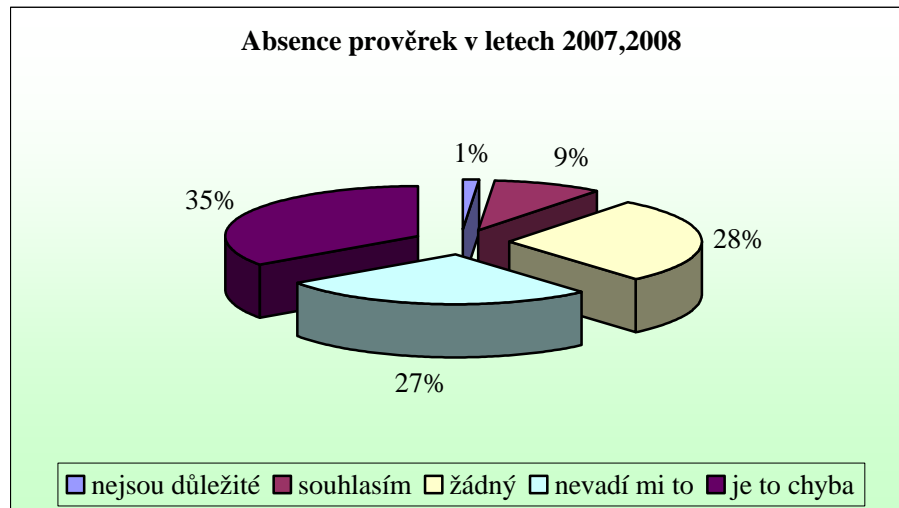
**Graf 15 - Úroveň prověrek k potřebám výkonu služby**

Otázka č.10 : Jaký je Váš názor na to, že se v roce 2007 a 2008 neprováděly prověrky z kondiční přípravy?

Tato otázka byla otevřená, a proto mohl každý z respondentů vyjádřit svůj názor k absenci prověrek z kondiční přípravy. Z odpovědí, které jsou graficky znázorněny v grafu č. 16 odpovědělo 53 (35%) respondentů, že je chybou nezařazení prověrek z kondiční přípravy v letech 2007 a 2008. Tuto odpověď komentují tím, že u většiny příslušníků došlo k útlumu zájmu a nějaký pohyb a zvyšování fyzické kondice. Bohužel 35 % není příliš vysoké procento z dotazovaných respondentů, aby se tímto problémem zabývali služební funkcionáři. Na druhou stranu není ani malým procentem a má jistou vypovídací hodnotu o tom, jakým směrem by se kondiční příprava a její prověřování mělo ubírat. Dále 43 (28%) respondentů nemá k dané problematice žádný názor, což naznačuje lhostejnost respondentů ke kondiční přípravě a jejího prověřování. Další nejčastější odpovědí, celkem u 41 (27%) respondentů byla, že jim absence prověrek nevádí a 14 (9%) respondentů uvádí souhlas s absencí prověrek. To jen potvrzuje, že zájem o kondiční přípravu a následně z toho vyplývající úroveň fyzické zdatnosti



v resortu policie klesá. Mnozí policisté se kondiční přípravě vyhýbají a některé uvedené odpovědi v dotazníku poukazují na zbytečnost kondiční přípravy.

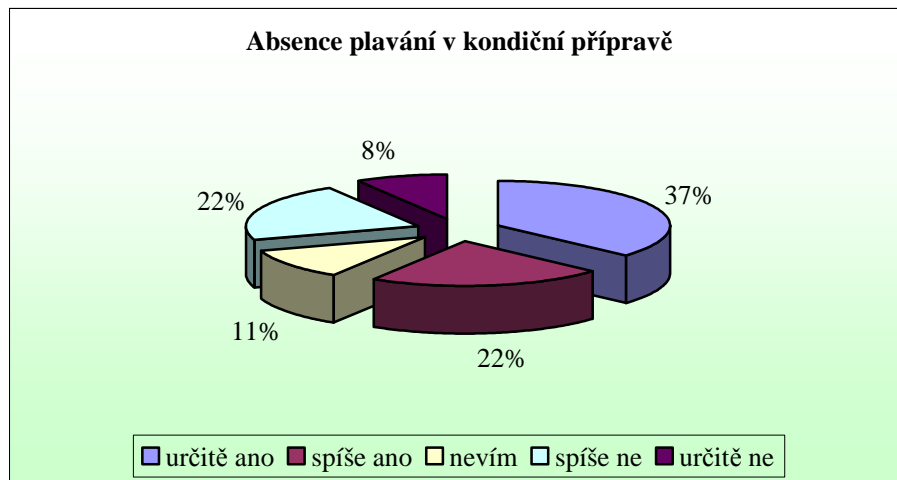


**Graf 16 - Absence prověrek kondiční přípravy v letech 2007,2008**

### 14.5.3 C3 - zjistit názor na absenci plavání v kondiční přípravě a případného zařazení do prověrek kondiční přípravy

Otázka č.11 : Myslíte si, že absence plavání v kondiční přípravě a v prověrkách kondiční přípravy je chybné?

Z odpovědí respondentů k výše uvedené otázce je patrné, že 90 (59 %) dotazovaných se přiklání k souhlasným odpovědím a 46 (30 %) dotazovaných k nesouhlasným odpovědím, zbylá procenta respondentů se přiklání k odpovědi nevím. Tento výsledek nám ukazuje, že příslušníci mají zájem o plavání v kondiční přípravě. Jakým směrem a kam by mělo být plavání všude zařazeno, by měly zodpovědět následující otázky.

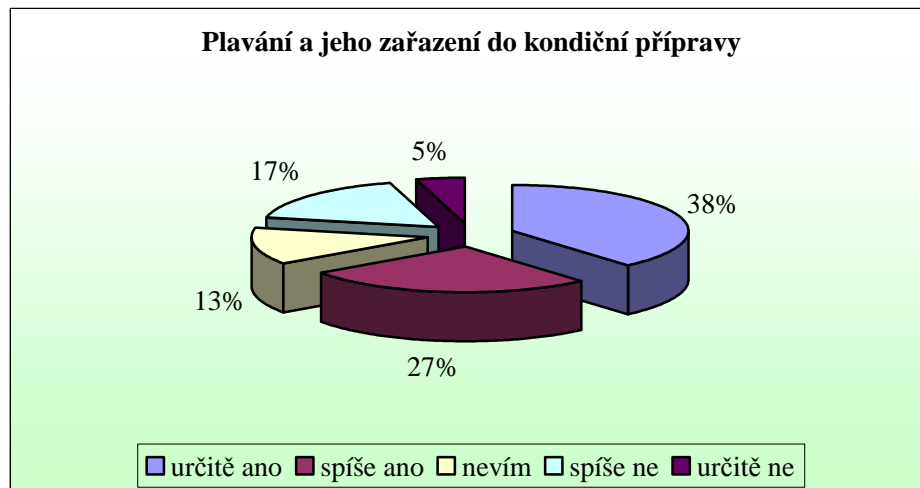


**Graf 17 - Absence plavání v kondiční přípravě**

Otázka č.12 : Mělo by podle Vašeho názoru být plavání součástí kondiční přípravy?

Jednou z možností zařazení plavání je to, aby bylo pouze součástí kondiční přípravy. K tomuto tématu se vyjádřili dotazovaní respondenti opět v nadpoloviční většině 100 (65%) souhlasnými odpověďmi. Ostatních 20 (13%) respondentů neví a 33 (22%) se

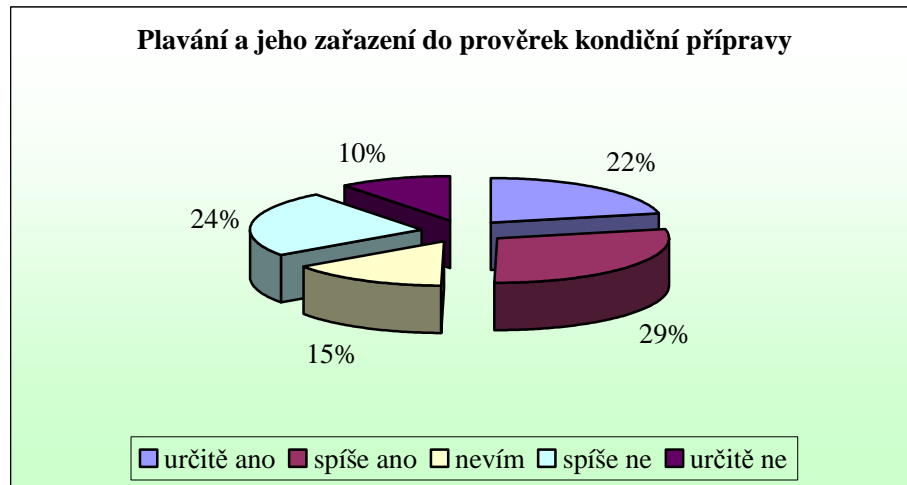
ztotožňuje s nesouhlasnými odpověďmi. Z výše uvedeného je patrné, že respondenti stojí o to, aby plavání bylo součástí kondiční přípravy. Z osobní zkušenosti vím, že většina policistů by dala přednost výcviku založeném na zvýšení fyzické kondice plavání než běhům a posilování.



**Graf 18 - Plavání a jeho zařazení do kondiční přípravy**

Otázka č.13 : Mělo by podle Vašeho názoru být plavání součástí prověrek z kondiční přípravy?

Na otázku zařazení plavání i do prověrek kondiční přípravy odpovědělo 77 (51%) respondentů souhlasně a 53 (34%) respondentů nesouhlasně. Ostatních 23 (15%) v dané otázce odpovědělo nevím. V odpovědích na dané otázky je vidět, že pro zařazení plavání do prověrek kondiční přípravy méně respondentů, než pro zařazení plavání do výcviku kondiční přípravy. Je samozřejmé, že ten, kdo nemá s plaváním žádné potíže a je schopen zvládnout nějaké nastavené limity, testu plavání bude nakloněn zařazení plavání do prověrek. Na druhou stranu neplavec nebo ten, kdo nezvládne nastavené limity, se bude přiklánět k nezařazení plavání do prověrek.

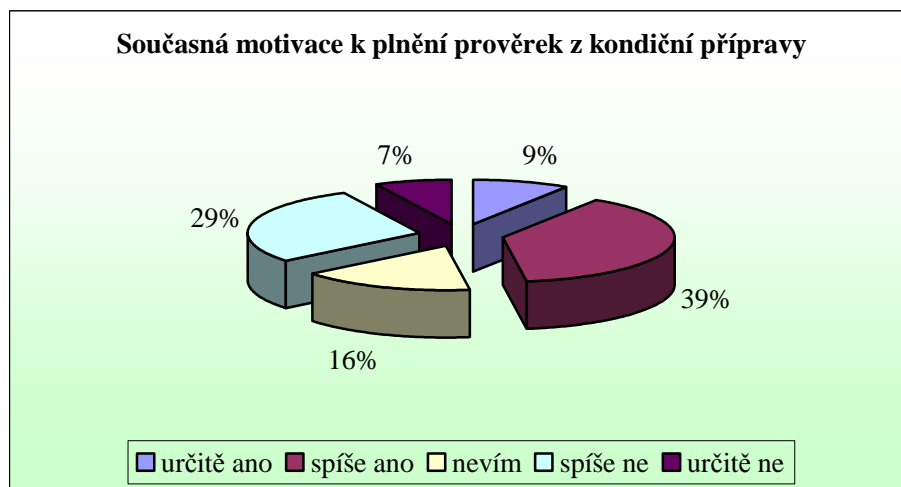


**Graf 19 - Plavání a jeho zařazení do prověrek kondiční přípravy**

#### 14.5.4 C4 - šetřením zjistit názor týkající se motivace pro plnění prověrek z kondiční přípravy

Otázka č.14 : Cítíte se být v současné době dostatečně motivován ke splnění prověrek z kondiční přípravy?

Na otázku č. 14, která se týká motivace k plnění prověrek z kondiční přípravy, se více jak polovina respondentů, jak ukazuje graf č. 20 přiklání k odpovědím souhlasným. Dále pak 25 (16%) respondentů odpovídá odpovědí nevím a zbylí se přiklánějí k odpovědím nesouhlasným. Tento výsledek ukazuje, že jistá motivace k plnění prověrek pro příslušníky je. Je ale možné, že tato motivace není ve smyslu pozitivním, např. odměna, ale ve smyslu negativním, což může představovat možnost potrestání při nesplnění.

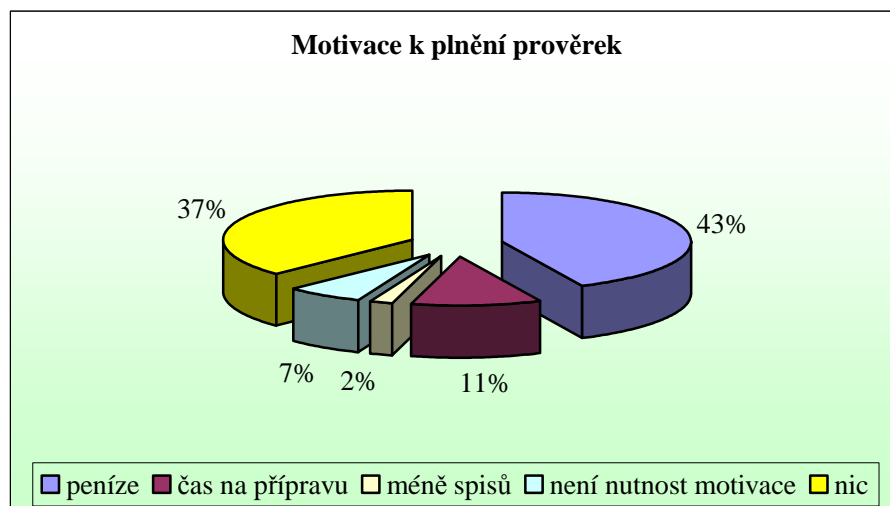


**Graf 20** - Současná motivace k plnění prověrek z kondiční přípravy

Otázka č.15 : Co by Vás motivovalo ke splnění služebních prověrek?

Otázka č. 15 byla ve svých odpovědích opět otevřená a z vrácených dotazníků a názorů respondentů vyšel tento závěr. 66 (43%) respondentů odpovědělo, že motivací

pro plnění prověrek by byla finanční hotovost, např. ve formě jednorázové odměny, nebo zvýšením osobního ohodnocení. Dále pak 57 (37%) respondentů odpovídalo tak, že motivací by pro ně nebylo nic. U těchto odpovědí se velmi často vyskytovalo vysvětlení, že prověrky řádně plní a tudíž nepotřebují motivaci. Dalším častým doplněním bylo to, že splnění či nesplnění prověrek je jim jedno vzhledem k situaci u PČR a neucelené koncepci služební přípravy, kdy ve většině případů nedochází k represí při neúspěšném absolvování prověrek. 17 (11%) respondentů se přiklání k odpovědím více času na přípravu a 3 (2%) respondenty by motivovalo méně spisové práce. 10 (7%) respondentů si myslí, že není nutnost motivace, jelikož splnění prověrek vychází z interních aktů řízení, a proto by mělo být samozřejmostí je úspěšně absolvovat.

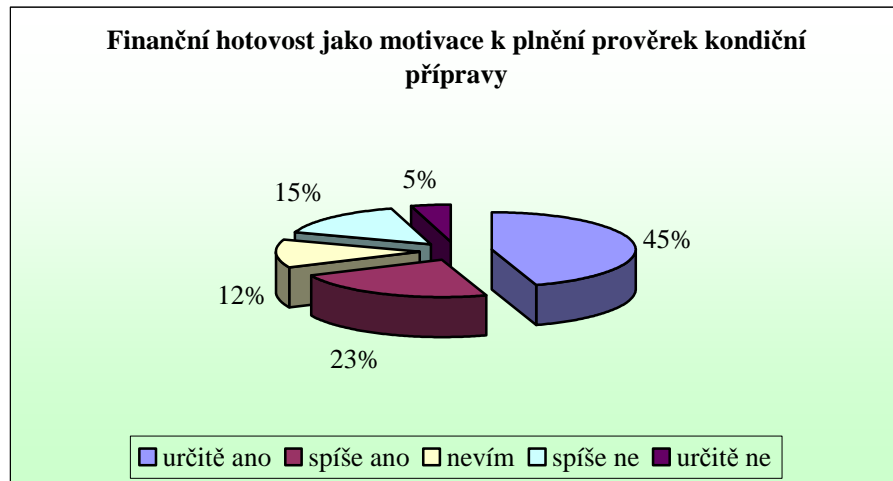


**Graf 21** - Motivace k plnění prověrek z kondiční přípravy

Otázka č.16 : Motivovala by Vás finanční hotovost ke splnění prověrek na poprvé?

K možné motivaci finanční hotovostí odpovědělo 104 (68 %) respondentů pozitivně a zbylých 30 (20%) negativně. Pouhých 19 (12 %) respondentů uvedlo, že neví, zda-li by pro ně tato forma motivace byla příznivá. Tyto výsledky potvrzují závěry uvedené

v předchozích otázkách. Finanční hotovost je pro velkou většinu respondentů přínosnou motivací k plnění prověrek z kondiční přípravy.



Graf 22 - Finanční hotovost jako motivace k plnění prověrek kondiční přípravy

## **IV. Diskuze**

V této části shrnu získané poznatky z dotazníkového šetření a porovnáám je se stanovenými hypotézami.

Z dotazníkového šetření vyplývá, že největším zastupujícím článkem respondentů, který přispěl k objasnění cíle mé práce, byli muži ve věku 25-29 let. Ti vykonávají službu na obvodních odděleních s počtem 5 - 10 odsloužených let. Jejich zařazení je ve druhé skupině služební přípravy. Z toho vyplývá, že v současné době kdy může být uchazečem o služební poměr PČR každý po absolvování přijímacího řízení a ukončení středoškolského vzdělání, se jedná o zkušené policisty, kteří by si měli uvědomovat opodstatnění a význam kondiční přípravy.

Jako první byla vyslovena domněnka, že úroveň a okolnosti ovlivňující kondiční přípravu jsou pro příslušníky PČR přijatelné. Tato hypotéza se potvrdila jen částečně. Ze získaných poznatků je patrné, že pro příslušníky je kondiční příprava pro výkon služby důležitá. Většina dotazovaných konstatuje, že výkonnost policistů a zázemí pro výcvik kondiční přípravy je na dobré úrovni. Nejednotnost získaných poznatků se vyskytuje u počtu hodin věnovaných kondiční přípravě a v konstatování, zda-li je tento počet hodin dostatečný pro výkon služby. Naopak v optimálním počtu hodin věnovaných kondiční přípravě panuje z nadpoloviční většiny jednotný názor směřující k navýšení. Tyto rozpory v počtu hodin na kondiční přípravu vznikají nejčastěji rozdílným přístupem vedoucích příslušníků a jednotlivých policistů. Dále pak i neuceleným systémem provádění kondiční přípravy v rámci kraje.

Dle mého názoru je kondiční příprava pro výkon služby a nejen pro výkon služby, ale i pro celkový profesní růst policistů velmi důležitá. Od fyzické výkonnosti policistů se následně vyvíjí a upevňují dovednosti potřebné pro ostatní složky služební přípravy (použití donucovacích prostředků, taktika služebního zákroku) a v neposlední řadě i pozitivně ovlivňuje i celkový psychický stav policistů. Skutečnost, která plyne z provedeného šetření, poukazuje na navýšení počtu hodin pro kondiční přípravu, což je dobrým signálem ze strany policistů. I já bych navrhoval částečné navýšení hodin,



jelikož pro udržení, popřípadě zvýšení fyzické kondice, je zapotřebí cíleného a pravidelného výcviku s postupným zatěžováním, což vychází z didaktických principů sportovního tréninku (princip všestrannosti, systematickosti, postupného zvyšování zatížení, cykličnosti) (Havlíčková, 2006). Dalším správným krokem by mělo být sjednocení organizačních a obsahových článků systému kondiční přípravy v rámci celé složky Policie ČR.

Hypotéza, že současná koncepce a náročnost prověrek kondiční přípravy bude pro příslušníky PČR akceptovatelná se potvrdila. Toto tvrzení plyne jak ze získaných dat, kde je se současnou koncepcí prověrek kondiční přípravy spokojena více jak polovina dotazovaných, tak i z provedené analýzy výsledků prověrek z minulých let. Z těch je zřejmé, že se zavedením nové testové baterie došlo k navýšení počtu policistů, kteří plní výkonnostní normy prověrek.

Z výše uvedených řádků předpokládám, že došlo ke snížení výkonnostních požadavků prověrek na policisty a tudíž dochází z jejich strany k akceptaci současné podoby kondiční přípravy a jejího prověřování. Bohužel nejen snížení, ale i absence konání prověrek dle stanovených podmínek vycházejících z IAR, ovlivňuje přístup policistů ke kondiční přípravě. Tyto skutečnosti nejsou tím správným směrem, kterým by se měla kondiční příprava ubírat. V současnosti, kdy ve společnosti vzrůstá agrese a dochází k navýšení trestné činnosti, by měli být kladeny vyšší požadavky na fyzickou připravenost příslušníků Policie ČR. Bylo by vhodnější navýšit výkonnostní normy prověrek příslušníků pro výkon služby, ale i nově přichozím v rámci přijímacího řízení, čímž dojde k zkvalitnění výkonu služby a zlepšení pohledu veřejnosti na policisty i celý resort Policie ČR. Je pochopitelné, že současný personální stav a neochota dnešní populace k tělesné aktivitě tomuto cíli moc nepomáhají, stejně tak jako neprovádění prověrek tělesné zdatnosti. Testování tělesné zdatnosti by mělo probíhat každý rok a měly by být nastaveny konkrétnější sankce v případě jejich nesplnění, např. snížení osobního ohodnocení.

Další domněnka, že nezařazení plavání do systému kondiční přípravy je pro příslušníky PČR chybné, ale zároveň předpoklad, že se policisté neztotožňují se zařazením plavání do prověrek kondiční přípravy se potvrdila částečně. Nezařazení plavání do systému kondiční přípravy považuje za chybu většina policistů. Zhruba stejný počet je i pro zařazení plavání do výcviků kondiční přípravy, ale více jak

polovina (vyjádřeno procenty 51% ano – 34% ne) se přiklání k zařazení plavání do prověrek kondiční přípravy. Je samozřejmé, že tyto odpovědi souvisejí s tím, zda-li dotazovaný má či nemá problémy s plaváním.

Myslím si, že problémy s plaváním by neměl mít žádný z policistů, každý by měl umět plavat a měl by ovládat záchranu tonoucího. Plavání by nemělo být jen součástí kondiční přípravy a jejího prověřování, ale mělo by být opět zařazeno do požadavků pro přijetí do služebního poměru. Otázkou zůstává, jaký test zvolit pro zjištění plavecké dovednosti. Domnívám se, že nejvhodnějším by byl test plavání např. na 300 m, který by dostatečně prověřil plaveckou dovednost. Dále by jistě nebylo na škodu zařadit do výcviku kondiční přípravy i prověrek z kondiční přípravy některé prvky ze záchrany tonoucího. Je zarážející, že ve složce, jakou je Policie ČR, se vyskytují jedinci, kteří neumí plavat a neznají a nedokážou provést záchranu tonoucího. Jak v tomto případě může být naplněno velmi populární heslo „pomáhat a chránit“ ?

Zjištěný výsledek šetření by měl vést odpovědné osoby k zamyšlení o opětovné zařazení plavání a záchrany tonoucího do kondiční přípravy.

Poslední předpoklad, že v současné době nedochází k žádné motivaci k plnění prověrek z kondiční přípravy se nepotvrdil. Jak plyne ze získaných poznatků, více dotazovaných uvádí, že dochází k motivaci policistů za účelem plnění prověrek. Výzkum v otázce motivace či demotivace policistů k plnění prověrek je pouhým začátkem v dané problematice a je zapotřebí tuto oblast dále podkrýt (např. o jakou motivaci se jedná, je-li motivace dostačující, je-li vůbec potřeba motivovat). Mnou daná uzavřená odpověď k možné podobě motivace ukazuje, že většina dotazovaných souhlasí s finanční hotovostí. To také ukazují otevřené odpovědi policistů.

Já osobně jsem se po dobu mé služby u policie s žádnou motivací k plnění prověrek z kondiční přípravy nesetkal. Přistupuji ke splnění prověrek jako k povinnosti, která je součástí výkonu této profese. Takový to přístup by měl mít každý z policistů, jelikož plnění prověrek z kondiční přípravy a nejen z ní vyplývá z aktů řízen. Vzhledem k tomuto není motivace potřeba, i když menší motivace by byla jistě přínosem a zvýšila by aktivitu policistů v přístupu ke kondiční přípravě i prověrkám.

Vzhledem k tomu, že téma kondiční přípravy u Policie České republiky je tak rozmanité, nabízí více úhlů pohledu na danou problematiku, navrhuji podrobnější zpracování se zaměřením na konkrétní cíle a požadavky v dalších projektech.

## V. Závěr

Naplněním dílčích cílů jsme dospěl k cíli této práce. Došlo ke shrnutí a zhodnocení současného stavu kondiční přípravy a jejího prověřování u příslušníků Policie České republiky na vybraných okresech v rámci Středočeského kraje.

K dovršení určeného cíle bylo využito řešerše literatury a dokumentů související s daným tématem a následných výzkumů. Jedním z nich byla analýza získaných dat a druhým bylo dotazníkové šetření. Závěry těchto výzkumů se navzájem doplňují a v některých případech spolu korespondují.

Byly zpracovány okruhy které přímo či nepřímo souvisí s kondiční přípravou a poukazují na to, že v dnešní době, kdy je vyšší výskyt kriminality a její závažnost stoupá, má ve výcviku policisty své důležité opodstatnění jeho kondiční připravenost. Kondiční příprava tvoří všeobecný a nezbytný základ pro rozvoj dovedností, které jsou zapotřebí pro zvládnutí služebního zákroku a bezpečného výkonu služby.

Veškeré učiněné závěry a zjištěné poznatky by měly vést k zamyšlení nad danou problematikou kondiční přípravy a jejího prověřování s tím, že by měly přispět k dalšímu vývoji kondiční přípravy a systému služební přípravy u složek Policie České republiky. Tento vývoj by neměl, jak je patrné ze zjištěných poznatků, směřovat k pozvolnému snižování nároků na fyzickou zdatnost policistů, ale naopak na její zvyšování. Zmíněné snižování nároků fyzické zdatnosti vychází z ulehčení testové baterie testů tělesné zdatnosti, vyřazení plavání ze systému kondiční přípravy, postupnému snižování počtu hodin věnovaných kondiční přípravě, přístupu nadřízených funkcionářů a jednotlivých policistů v podobě neúčasti na výcviku a neochotě cvičit. Bylo by tedy vhodné přehodnotit testovou baterii a zařadit do ní test na ověření plavecké dovednosti spolu s prvky záchrany tonoucího, zvýšit počet hodin pro kondiční přípravu, zlepšit kontrolu plnění požadavků kondiční přípravy, popřípadě motivovat či sankcionovat.

Vím, že za současného stavu, kdy je personální situace v resortu Policie ČR na špatné úrovni, je tento krok ke zvyšování nároků na policisty velmi problematický.

Uvědomme si ale to, že dochází ke zvyšování agresivity pachatelů páchajících trestnou činností a v některých případech i přestupků a policista by měl být schopen tuto míru agrese usměrnit. Za současného stavu, kdy nově přichází policisté nemají, až na malé výjimky, kladný vztah k pohybové aktivitě, neabsolvuji vojenský výcvik a vzhledem ke zkracování základní odborné přípravy nevěnují patřičnou pozornost zvyšování nebo udržení fyzické kondice, bude pro některé velmi těžké zvládnout míru agrese pachatelů, proti nimž zakročuje. Bohužel tento nastupující trend, kdy se snižují nároky pro přijetí příslušníků do služebního poměru, ale i nároky na policisty již sloužící, neutváří dobrý obraz a postavení Policie ČR v očích veřejnosti. Zhoršenou úroveň fyzické připravenosti policistů a systému pro její udržení nebo zvýšení může zlepšit uvědomění si důležitosti systému služební přípravy, zejména jedné z jeho složek kterou představuje kondiční příprava.

Cílem této práce bylo kromě zmapování dané problematiky a zjištění postojů a názorů jednotlivých policistů v této oblasti, poukázat na klesající úroveň fyzické připravenosti příslušníků Policie ČR a nedostatky vznikající v kondiční přípravě a jejího prověřování. Závěrem lze konstatovat, že v systému služební přípravy policistů je složka kondiční přípravy na špatné úrovni, což se prolíná i do ostatních složek, jako použití donucovacích prostředků, střelecká a taktická příprava. Obdobná situace a nebojím se tvrdit, že daleko horší, panuje ve složce použití donucovacích prostředků, která je ovlivněna kondiční přípravou.

## VI. Seznam použité literatury

### Literární odkazy:

1. BLAHUŠ, P. *K teorii testování pohybových schopností*. 1. vyd. Praha : Universita Karlova, 1976. 178 s.
2. ČELIKOVSKÝ, S. *Antropomotorika pro studující tělesnou výchovu*. Praha : SPN, 1979. 259 s. ISBN 80-04-23248-5.
3. ČELIKOVSKÝ, S. a kol. *Antropomotorika pro studující tělesnou výchovu*. Praha : SPN, 1990. 286 s. ISBN 80-04-23248-5.
4. DEMETROVIČ, E. a kol. *Encyklopedie tělesné kultury*. Praha : Olympia, 1988. 2 sv. (462, 382 s.). ISBN 80-7096-046-9.
5. DOVALIL, J. a kol. *Výkon a trénink ve sportu*. Praha : Olympia, 2002. 331 s. ISBN 80-7033-760-5.
6. *Eurofit pro dospělé : hodnocení zdravotních komponent tělesné zdatnosti* . Oja, P., Tuxworth, B. ; Kovář,R. Praha : Karolinum, 1997. 59 s. ISBN 80-7184-469-1.
7. HAVLÍČKOVÁ, L. *Fyziologie tělesné zátěže I. : Obecná část*. 2. vyd. Praha : Karolinum, 2006. 203 s. ISBN 80-7184-875-1.
8. HENDL, J. *Kvalitativní výzkum : základní metody a aplikace*. 1. vyd. Praha : Portál, 2005. 408 s. ISBN 80-7367-040-2.
9. HENDL, J. *Přehled statistických metod zpracování dat*. 1. vyd. Praha : Portál, 2004. 584 s. ISBN 80-7178-820-1.

10. CHOUTKA, M., DOVALIL, J. *Sportovní trénink*. 2. vyd. Praha : Olympia, 1991. 331 s. ISBN 80-7033-099-6.
11. KAMENICKÁ, Z. *Základní tělesná příprava v AČR*. Praha, 2007. 136 s. Vedoucí diplomové práce Mgr. Antonín Konrád.
12. MĚKOTA, K., BLAHUŠ, P. *Motorické testy v tělesné výchově*. 1. vyd. Praha : SPN, 1983. 333 s.
13. MĚKOTA, K., KOVÁŘ, R. *Unifittest (6-60) : Manuál pro hodnocení základní motorické výkonnosti a vybraných charakteristik tělesné stavby mládeže a dospělých v České republice*. 1. vyd. Praha : PF Ostrava, 1996. 94 s. ISBN 8070421118.
14. *Metodického pokynu ředitele odboru tělesné přípravy a sportu ministerstva vnitra č. 2/1995 : obsah prověrek příslušníků policie ČR z tělesné a střelecké přípravy a kritéria pro jejich hodnocení*. Praha : MV ČR, 1995.
15. *Narižení Ministra vnitra ČSSR č. 9/1989 : o provádění bojové přípravy, příslušníků Sboru národní bezpečnosti, příslušníků Pohraniční stráže ve služebním poměru a vojáků z povolání vojsk ministra vnitra*. Praha : MV ČR, 1989.
16. *Narižení ministra vnitra č. 8/1986 : o provádění služební tělesné přípravy SNB, příslušníků Pohraniční stráže ve služebním poměru a vojáků z povolání vojsk ministerstva vnitra*. Praha : MV ČR, 1986.
17. *Pokyn ředitele Odboru služební přípravy a sportu Ministerstva vnitra České republiky : k obsahu výcviku a prověrek příslušníků Policie České republiky z tělesné, střelecké a taktické přípravy a kritéria pro jejich hodnocení č. 2/1999*. Praha: MV ČR, 1999.

18. PŘÍVĚTIVÝ, L. *Vojenská tělovýchova*. 1. vyd. Praha : Karolinum, 2004. 109 s. ISBN 80-246-0805-7.
19. *Rozkaz náčelníka tělovýchovy a sportu SNB č. 4/1990 : k organizaci a provádění služební přípravy příslušníků SNB v roce 1990*. Praha, 1990.
20. *Rozkaz ministra vnitra č. 60/1991 : k zajištění služební přípravy příslušníků Sboru národní bezpečnosti*. Praha : MV ČR, 1991.
21. *Rozkazu policejního prezidenta č. 105/1994 : k realizaci služební tělesné a služební střelecké přípravy příslušníků Policie ČR v roce 1995*. Praha : Policejní prezidium, 1994.
22. SLEPIČKOVÁ, I. *Sport a volný čas*. 2. vyd. Praha : Karolinum, 2005. 115 s. ISBN 80-246-1039-6.
23. *Služebního pokynu policejního ředitele č. 4/1992 : k realizaci služební tělesné přípravy policistů ČR*. Praha : Policejní prezidium, 1992.
24. *Zákon České národní rady o služebním poměru příslušníků Policie České republiky č. 186/1992 Sb.* Praha: Sbírka zákonů č. 186/1992, částka 36, 1992.
25. *Zákon České národní rady o Policii České republiky č. 283/1991 Sb.* 1. vyd. Praha : MV Themis, 1995. 32 s. ISBN 80-85821-34-6.
26. *Zákon České národní rady o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů č. 361/2003 Sb.* Praha : Sbírka zákonů č.361/2003, 2003.
27. *Zákon o Policii České republiky č. 273/2008*. Praha : Sbírka zákonů č. 91/2008, 2008.

28. *Závazný pokyn policejního prezidenta č. 209/2007 : k zajištění organizace služební přípravy*. Praha: Sběrka aktů řízení Policejního prezidia ČR, částka 305, 2007.
29. *Závazný pokyn policejního prezidenta č.155 : kterým se stanoví požadavky na tělesnou zdatnost uchazečů o přijetí do služebního poměru příslušníka Policie České republiky a příslušníků Policie České republiky pro výkon služby na služebním místě, na které mají být ustanoveni*. Praha: Sběrka aktů řízení Policejního prezidia ČR, 2007.
30. ZEZULA, T. *Metodika kondiční přípravy policistů*. Praha : Oddělení služebních příprav Ministerstva vnitra České republiky, 1995. 24 s.

**Internetové odkazy:**

1. ZHÁNĚL, J. *Antropomotorika* [online]. Vystaveno 22.10.2003 [cit. 2007-04-03]. Dostupné na Internetu: <http://www.pef.zcu.cz/pef/ktv/pages/antropa/zhanel.pdf>
2. <http://www.mvcr.cz>
3. <http://www.policie-sport>



## Seznam tabulek

TABULKA 1 - STRUKTURA VYTRVALOSTNÍCH SCHOPNOSTÍ - ČLENĚNÍ DLE AKTIVACE ENERGETICKÝCH SYSTÉMŮ (DOVALIL, 2002).....	17
TABULKA 2 - VÝSLEDKY PROVĚREK ZA ROK 2004.....	68
TABULKA 3 - VÝSLEDKY PROVĚREK ZA ROK 2005.....	69
TABULKA 4 - VÝSLEDKY PROVĚREK ZA ROK 2006 - 2,3, SKUPINA .....	70
TABULKA 5 - VÝSLEDKY PROVĚREK ZA ROK 2006 - 4 SKUPINA .....	70
TABULKA 6 - ZASTOUPENÍ RESPONDENTŮ DLE POHLAVÍ.....	74
TABULKA 7 - POČETNÍ ZASTOUPENÍ RESPONDENTŮ DLE VĚKOVÉ STRUKTURY.....	75
TABULKA 8 - STRUKTURA RESPONDENTŮ DLE ODDĚLENÍ .....	76
TABULKA 9 - STRUKTURA RESPONDENTŮ DLE ODSLOUŽENÝCH ROKŮ.....	77
TABULKA 10 - STRUKTURA RESPONDENTŮ DLE SLUŽEBNÍ PŘÍPRAVY .....	78
TABULKA 11 - POČET HODIN VĚNOVANÝCH KONDIČNÍ PŘÍPRAVĚ.....	81
TABULKA 12 - OPTIMÁLNÍ POČET HODIN KONDIČNÍ PŘÍPRAVY .....	83

## Seznam grafů

GRAF 1 - ZASTOUPENÍ RESPONDENTŮ DLE POHLAVÍ.....	74
GRAF 2 - VĚKOVÁ STRUKTURA RESPONDENTŮ .....	75
GRAF 3 - STRUKTURA RESPONDENTŮ DLE ODDĚLENÍ .....	76
GRAF 4 - STRUKTURA RESPONDENTŮ DLE ODSLOUŽENÝCH ROKŮ.....	77
GRAF 5 - STRUKTURA RESPONDENTŮ DLE SLUŽEBNÍ PŘÍPRAVY .....	78
GRAF 6 - KONDIČNÍ PŘÍPRAVA A JEJÍ DŮLEŽITOST.....	79
GRAF 7 - VÝKONNOST PŘÍSLUŠNÍKŮ NA ÚTVARU .....	80
GRAF 8 - POČET HODIN VĚNOVANÝCH KONDIČNÍ PŘÍPRAVĚ.....	81
GRAF 9 - DOSTATEČNOST POČTU HODIN KONDIČNÍ PŘÍPRAVY .....	82
GRAF 10 - OPTIMÁLNÍ POČET HODIN KONDIČNÍ PŘÍPRAVY .....	83
GRAF 11 - ZÁZEMÍ PRO KONDIČNÍ PŘÍPRAVU.....	84
GRAF 12 - PŘÍSTUP NADŘÍZENÝCH .....	85
GRAF 13 - SOUČASNÉ PROVĚRKY KONDIČNÍ PŘÍPRAVY .....	86
GRAF 14 - NÁROČNOST PROVĚREK KONDIČNÍ PŘÍPRAVY.....	87
GRAF 15 - ÚROVEŇ PROVĚREK K POTŘEBÁM VÝKONU SLUŽBY.....	88
GRAF 16 - ABSENCE PROVĚREK KONDIČNÍ PŘÍPRAVY V LETECH 2007,2008 .....	89
GRAF 17 - ABSENCE PLAVÁNÍ V KONDIČNÍ PŘÍPRAVĚ .....	90
GRAF 18 - PLAVÁNÍ A JEHO ZAŘAZENÍ DO KONDIČNÍ PŘÍPRAVY .....	91
GRAF 19 - PLAVÁNÍ A JEHO ZAŘAZENÍ DO PROVĚREK KONDIČNÍ PŘÍPRAVY.....	92
GRAF 20 - SOUČASNÁ MOTIVACE K PLNĚNÍ PROVĚREK Z KONDIČNÍ PŘÍPRAVY .....	93
GRAF 21 - MOTIVACE K PLNĚNÍ PROVĚREK Z KONDIČNÍ PŘÍPRAVY.....	94
GRAF 22 - FINANČNÍ HOTOVOST JAKO MOTIVACE K PLNĚNÍ PROVĚREK KONDIČNÍ PŘÍPRAVY .....	95

## Seznam obrázků

OBRÁZEK 1 - STRUKTURA SILOVÝCH SCHOPNOSTÍ (ZHÁNĚL, 2003) .....	14
OBRÁZEK 2 - STRUKTURA RYCHLOSTNÍCH SCHOPNOSTÍ (ZHÁNĚL, 2003).....	16
OBRÁZEK 3 - STRUKTURA VYTRVALOSTNÍCH SCHOPNOSTÍ - ČLENĚNÍ DLE PODÍLU ZAPOJENÝCH SVALŮ (ZHÁNĚL, 2003) .....	17
OBRÁZEK 4 - HIERARCHICKÉ USPOŘÁDÁNÍ KOORDINAČNÍCH SCHOPNOSTÍ (ZHÁNĚL, 2003) .....	18

## **Seznam použitých zkratk**

**CMT** - celomotorický test  
**IAŘ** - interní akt řízení  
**Jčk** - Jihočeský kraj  
**Jmk** - Jihomoravský kraj  
**NMV** - nařízení ministra vnitra  
**OSPS MV** - odbor služební přípravy a sportu ministerstva vnitra  
**PČR** - Policie České republiky  
**PP** - Policejní prezidium  
**SCPP** - Služba cizinecké a pohraniční policie  
**Sčk** - Severočeský kraj  
**Smk** - Severomoravský kraj  
**SNB** - Sbor národní bezpečnosti  
**Stčk** - Středočeský kraj  
**UNITOP ČR** - Unie tělovýchovných organizací Policie České republiky  
**Včk** - Východočeský kraj  
**Zčk** - Západočeský kraj  
**ZPPP** - závazný pokyn policejního prezidenta

## **Seznam příloh**

**Příloha č. 1** - Dotazník ke kondiční přípravě

## Dotazník ke kondiční přípravě

Dotazník je součástí diplomové práce, jejímž tématem je kondiční příprava příslušníků PČR a měl by přispět k zjištění současného stavu kondiční přípravy a jejího prověřování. Vaše názory jsou velmi důležité, a proto prosím o vyplnění tohoto dotazníku. Odpovědi jsou anonymní a budou zpracovány hromadně za všechny respondenty. Vždy prosím zakroužkujte či vyplňte příslušnou odpověď.

Děkuji za pomoc.

nrap. Karel AGH  
student TVS-VT,FTVS Praha

### 1) Považujete kondiční přípravu příslušníků PČR za důležitou?

Určitě ano        Spíše ano        Nevím        Spíše ne        Určitě ne

### 2) Jak hodnotíte výkonnost příslušníků vašeho útvaru?

Lepší než je potřeba        Dobrá        Je co zlepšovat        Ani dobrá ani špatná        Vyžaduje zlepšení

### 3) Kolik hodin v průběhu měsíce je na Vašem útvaru věnováno kondiční přípravě?

cca.....hodin za měsíc

### 4) Považujete tento počet za dostatečný?

Určitě ano        Spíše ano        Nevím        Spíše ne        Určitě ne

### 5) Kolik hodin kondiční přípravy za měsíc by podle Vašeho názoru bylo optimálních?

cca ..... hodin za měsíc

### 6) Je zázemí pro kondiční přípravu na Vašem útvaru/okrese dostačující?

Určitě ano        Spíše ano        Nevím        Spíše ne        Určitě ne

### 7) Je přístup nadřízených ke kondiční přípravě pozitivní?

Určitě ano        Spíše ano        Nevím        Spíše ne        Určitě ne

### 8) Vyhovuje Vám koncepce současných prověrek kondiční přípravy?

Určitě ano        Spíše ano        Nevím        Spíše ne        Určitě ne

### 9) Jaká je podle vašeho názoru náročnost výkonostních norem prověrek kondiční přípravy a domníváte se, že odpovídají potřebám služby?

(označ jednu odpověď v obou řádcích)

Velmi snadné        Snadné        Přiměřené        Náročné        Velmi náročné

Neodpovídají x Odpovídají částečně x Odpovídají x Jejich úroveň se využije částečně x  
Jsou předimenzované

**10) Jaký je Váš názor na to, že se v roce 2007 a 2008 neprováděly prověrky z kondiční přípravy?**

Doplňte:

.....  
.....

**11) Myslíte si, že absence plavání v kondiční přípravě a v prověrkách kondiční přípravy je chybné?**

Určitě ano x Spíše ano x Nevím x Spíše ne x Určitě ne

**12) Mělo by podle Vašeho názoru být plavání součástí kondiční přípravy?**

Určitě ano x Spíše ano x Nevím x Spíše ne x Určitě ne

**13) Mělo by podle Vašeho názoru být plavání součástí prověrek z kondiční přípravy?**

Určitě ano x Spíše ano x Nevím x Spíše ne x Určitě ne

**14) Cítíte se být v současné době dostatečně motivován ke splnění prověrek z kondiční přípravy?**

Určitě ano x Spíše ano x Nevím x Spíše ne x Určitě ne

**15) Co by Vás motivovalo ke splnění služebních prověrek?**

Doplňte:

.....  
.....

**16) Motivovala by Vás finanční hotovost ke splnění prověrek na poprvé?**

Určitě ano x Spíše ano x Nevím x Spíše ne x Určitě ne

**Popisné údaje :** Věk: ..... Pohlaví: žena – muž

Oddělení: ..... (např.OOP, OHS, SKPV.....)

Odsloužená léta: .....

Skupina služební přípravy: .....

