

UNIVERZITA KARLOVA
Fakulta tělesné výchovy a sportu

**Zjištění aktuálního stavu výročního přezkoušení z tělesné
přípravy příslušníků Armády České republiky prizmatem
tělovýchovných pracovníků**

Diplomová práce

Vedoucí diplomové práce: **mjr. Mgr. Vladimír Michalička, Ph.D.**

Vypracoval: **rtm. Bc. Ondřej Rausa**

Praha 2023

Prohlašuji, že jsem závěrečnou diplomovou práci zpracoval samostatně a že jsem uvedl všechny použité informační zdroje a literaturu. Tato práce ani její podstatná část nebyla předložena k získání jiného nebo stejného akademického titulu.

V Praze dne

podpis.....

Evidenční list

Souhlasím se zapůjčením své diplomové práce ke studijním účelům. Uživatel svým podpisem stvrzuje, že tuto diplomovou práci použil ke studiu, a prohlašuje, že ji uvede mezi použitými prameny.

Jméno a příjmení:

Fakulta / katedra:

Datum vypůjčení:

Podpis:

Poděkování

Děkuji za odborné vedení a podporu při tvorbě diplomové práce panu mjr. Mgr. Vladimíru Michalčkoví, Ph.D., poděkování také patří všem tělovýchovným pracovníkům, kteří se dotazování účastnili.

Abstrakt

Název: Zjištění aktuálního stavu výročního přezkoušení z tělesné přípravy příslušníků Armády České republiky prizmatem tělovýchovných pracovníků.

Cíl: Cílem práce je pomocí dotazníkového šetření zjistit aktuální stav výročního přezkoušení z tělesné přípravy z pohledu tělovýchovných pracovníků.

Metoda: K získání odpovědí byl vytvořen nestandardizovaný dotazník v elektronické formě, který byl cílen na všechny tělovýchovné pracovníky. Byl proveden záměrný výběr, kdy bylo cílem plně obsáhnout celkovou populaci. Dotazník byl před spuštěním podroben pilotní studii. Otázky byly sestavovány dle oblastí týkajících se výročního přezkoušení z tělesné přípravy a konzultovány s experty na danou problematiku. Oblasti obsažené v dotazníku jsou především kontrolní testy, výkonnostní normy a bodovací škály, ale obsahem dotazníku byly například i věkové kategorie či problematika žen.

Výsledky: Výsledkem této diplomové práce je systematický názor tělovýchovných pracovníků na výroční přezkoušení z tělesné přípravy. Celkem na dotazník odpovědělo 103 respondentů, tedy 53,1 % z celkové populace. Obsahem výsledků práce jsou přehledné grafy, které vyjadřují odpovědi na konkrétní otázky. Z výsledků především vyplývá, že tělovýchovní pracovníci nejsou se současnou situací týkající se výročního přezkoušení z tělesné přípravy spokojeni, a to především na základě otázky zjišťující, zda vnímají změnu přezkoušení jako potřebnou, kdy 87,3 % respondentů je nakloněno ke změnám.

Klíčová slova: dotazníkové šetření, kontrola tělesné přípravy, pohybové schopnosti, výkonnostní normy, Armáda České republiky.

Abstract

Title: Determination of the current state of periodic physical performance testing of members of Army of the Czech Republic through the prism of physical education personnel.

Objective: The aim of this study is to determine the current status of the annual physical training examination from the point of view of physical education staff by means of a questionnaire survey.

Methods: To obtain responses, a non-standardized questionnaire in electronic form was developed and targeted at all physical education personnel. A purposive sampling was conducted with the aim of fully encompass the general population. The questionnaire was subjected to a pilot study before launch. The questions were compiled according to areas relevant to the annual physical training examination and were discussed with experts on the subject. The areas included in the questionnaire are mainly control tests, performance standards and scoring scales, but the questionnaire also included, for example, age categories or women's issues.

Results: The result of this thesis is a systematic view of the physical education staff on the annual physical training examination. A total of 103 respondents, 53.1% of the total population, answered the questionnaire. The content of the thesis results are clear graphs that express the answers to specific questions. The results show that PE staff are not satisfied with the current situation regarding the annual physical training examination, based on the question asking whether they perceive a change in the examination as necessary, with 87.3% of respondents in favor of changes.

Keywords: questionnaire survey, physical training examination, motor skills, performance standards, Army of the Czech Republic.

Obsah

1	Úvod.....	12
	Teoretická část	13
2	Tělovýchova v resortu Armády České republiky	13
2.1	System služební tělesné výchovy v AČR.....	13
2.2	Tělesná připravenost	14
2.3	Tělesná zdatnost	15
2.4	Základní tělesná příprava	16
2.5	Speciální tělesná příprava	17
2.6	Kontrola tělesné přípravy	18
2.7	Výroční přezkoušení z tělesné přípravy	18
2.7.1	Kategorizace	19
2.7.2	Kontrolní testy	19
2.7.3	Výkonnostní normy	20
2.7.4	Bodovací škála.....	21
2.7.5	Výsledky	22
2.8	Profesní přezkoušení z tělesné přípravy.....	22
3	Empirický výzkum.....	24
3.1	Kvantitativní výzkum.....	24
3.2	Dotazníkové šetření.....	25
3.3	Dotazník	25
3.4	Objektivita, reliabilita, validita	27
3.5	Způsoby výběru.....	27
	Empirická část.....	28
4	Cíl a úkoly práce	28
5	Metodika práce	29
5.1	Výzkumné metody	29

5. 2	Vytvoření dotazníku.....	29
5. 3	Pilotní studie	30
5. 4	Výzkumný soubor	31
5. 5	Distribuce dotazníku	31
5. 6	Omezení studie.....	32
5. 7	Zpracování výsledků	32
6	Výsledky	33
	Úvod dotazníku.....	33
6. 1	Otázka č. 1: Kolik let sloužíte jako tělovýchovný pracovník? (ČVO 84)	33
6. 2	Otázka č. 2: Hodnostní sbor	34
6. 3	Otázka č. 3: Vystudovali jste Vojenský obor?.....	34
6. 4	Otázka č. 4: Typ útvaru, na kterém sloužíte.....	34
	Hlavní část dotazníku.....	35
6. 5	Otázka č. 5: Vyberte pohybové schopnosti, u kterých si myslíte, že by se měl vyskytovat kontrolní test ve výročním přezkoušení?	35
6. 6	Otázka č. 6: Ke každé schopnosti přiřaďte kontrolní test, který by byl podle Vás ideální pro zařazení do výročního přezkoušení.	36
6. 6. 1	Vytrvalost.....	36
6. 6. 2	Síla dolní poloviny těla	37
6. 6. 3	Síla horní poloviny těla.....	38
6. 6. 4	Koordinace.....	39
6. 6. 5	Flexibilita.....	40
6. 6. 6	Rychlost	40
6. 7	Otázka č. 7: Mělo by být na výběr mezi plaváním a během nebo pouze jedna vytrvalostní disciplína?	41
6. 8	Otázka č. 8: Vnímali byste běh na 3 km jako vhodnější kontrolní test než běh na 12 minut?	42

6. 9	Otázka č. 9: Myslíte si, že by bylo vhodnější při testu klik-vzpor plnit minimální počet opakování oproti aktuálnímu časovému limitu?	43
6. 10	Otázka č. 10: Myslíte si, že by bylo vhodnější při testu leh-sed plnit minimální počet opakování oproti aktuálnímu časovému limitu?	43
6. 11	Otázka č. 11: Zařadili byste raději jako testování svalů trupu plank, nebo leh-sed? 44	
6. 12	Otázka č. 12: Měly by být ženy testovány stejnými cviky jako muži? Případně proč? 45	
6. 13	Otázka č. 13: Myslíte si, že je vhodné testovat sílu horních končetin žen kontrolním testem výdrž ve shybu?	46
6. 14	Otázka č. 14: Myslíte si, že vojáci nad 51 a vojákyně nad 46 let by měli plnit silové testy výročního přezkoušení?	47
6. 15	Otázka č. 15: Vnímáte snižování norem výročního přezkoušení jako vhodnou reakci na snižování fyzické výkonnosti populace?	47
6. 16	Otázka č. 16: Pokud ne, jaká jiná reakce by podle Vás byla vhodná?	48
6. 17	Otázka č. 17: Vnímáte současnou hodnotící škálu u aktuálních kontrolních testů jako vhodnou?	49
6. 18	Otázka č. 18: Pokud ne, která z následujících škál by byla podle Vás ideální? 50	
6. 19	Otázka č. 19: Vnímáte změnu výročního přezkoušení jako potřebnou?	51
6. 20	Otázka č. 20: Pokud ano, čeho se tato změna týká?	51
6. 21	Otázka č. 21: Pokud dotazník neobsáhl nějaké důležité téma, v této poslední otázce Vás žádám o doplňující poznámky, výhrady a nápady, které se výročního přezkoušení týkají.	52
7	Diskuze	54
7. 1	Úvod do výzkumu	54
7. 2	Kontrolní testy	55
7. 2. 1	Vytrvalost	55
7. 2. 2	Síla	56
7. 3	Problematika žen	57

7.4	Výkonnostní normy.....	58
7.5	Hodnotící škála.....	59
7.6	Závěr šetření.....	59
7.7	Reflexe	60
8	Závěr	61
9	Seznam použité literatury	62
10	Seznam grafické dokumentace	67
10.1	Obrázky	67
10.2	Tabulky.....	68
11	Seznam příloh	69

Seznam zkratek

Symbol	Význam
AČR	Armáda České republiky
atd.	a tak dále
ČR	České republika
ČVO	číslo vojenské odbornosti
FTVS	Fakulta tělesné výchovy a sportu
mj.	mimo jiné
MO	Ministerstvo obrany
<i>n</i>	celkový počet subjektů souboru
např.	například
NATO	The North Atlantic Treaty Organization
NVMO č.12/2011	Normativní výnos Ministerstva obrany č. 12/2011
o. z.	občanský zaměstnanec
ReMO	Resort Ministerstva Obrany
resp.	respektive
SAC	Skokansko-akrobatické cvičení
SD	směrodatná odchylka
STP	Speciální tělesná příprava
ŠIS	štábní informační systém
U.S. Army	Armáda Spojených států amerických
UK	Univerzita Karlova
WHO	Světová zdravotnická organizace
ZTP	Základní tělesná příprava

1 Úvod

Každý voják potřebuje k úspěšnému plnění požadovaných úkolů vojenského charakteru odbornou i psychickou připravenost, nikdy bychom ale neměli zapomínat na připravenost tělesnou. Ta je cílem služební tělesné výchovy, která má tělesnou připravenost vojáků zabezpečit v pedagogicky řízeném procesu tak, aby byli schopni řádně plnit úkoly, které vyplývají z jejich služebního zařazení (Normativní výnos Ministerstva obrany č. 12/2011, dále jen NVMO č. 12/2011). K ověřování stavu tělesné připravenosti slouží v Armádě České republiky (dále jen AČR) řada kontrolních testů, zejména výroční a profesní přezkoušení z tělesné přípravy. Jeho výsledky pomáhají předvídat budoucí výkonnost vojáka či je lze použít jako motivaci k dalšímu výcviku.

Tato práce byla vybrána z důvodu aktuálnosti tématu, v současném výročním přezkoušení z tělesné přípravy (dále jen výroční přezkoušení) se nachází několik nedostatků, na které řada tělovýchovných pracovníků pravidelně upozorňuje, nejčastěji jsou zmiňovány některé výkonnostní normy či nevhodné kontrolní testy. Jak už z názvu vyplývá, cílem diplomové práce je pomocí dotazníkového šetření zjistit aktuální stav výročního přezkoušení z pohledu tělovýchovných pracovníků ze všech vojenských útvarů Armády České republiky, kterých se toto přezkoušení týká. Výsledky této práce mohou být následně použity jako analytický podklad při rozhodování o budoucích změnách výročního přezkoušení.

Výzkum bude realizován na katedře vojenské tělovýchovy, hlavně z důvodu jejího zařazení do struktury armády. Struktura této teoreticko-empirické práce je spíše standardní. V teoretické části uvedeme několik teoretických východisek, která úzce souvisejí s naší prací. Je rozdělena na dvě části, v první se budeme věnovat tělovýchově v AČR jako takové, ale později především kontrolní činnosti, jako jsou mj. přezkoušení z tělesné přípravy. Dále popíšeme výzkumné metody, které se s dotazníkovým šetřením pojí, a následně konkrétní postup vytváření dotazníku. V empirické části se budeme věnovat vyhodnocování výsledků, ale také podrobně rozebereme postup při řešení práce či použité výzkumné metody. Následně se pokusíme co nejprehledněji analyzovat výsledky dotazníku pro jejich snadné využití v budoucnu.

Přínosem této práce by mělo být získání systematického názoru tělovýchovných pracovníků AČR na problematiku výročního přezkoušení.

Teoretická část

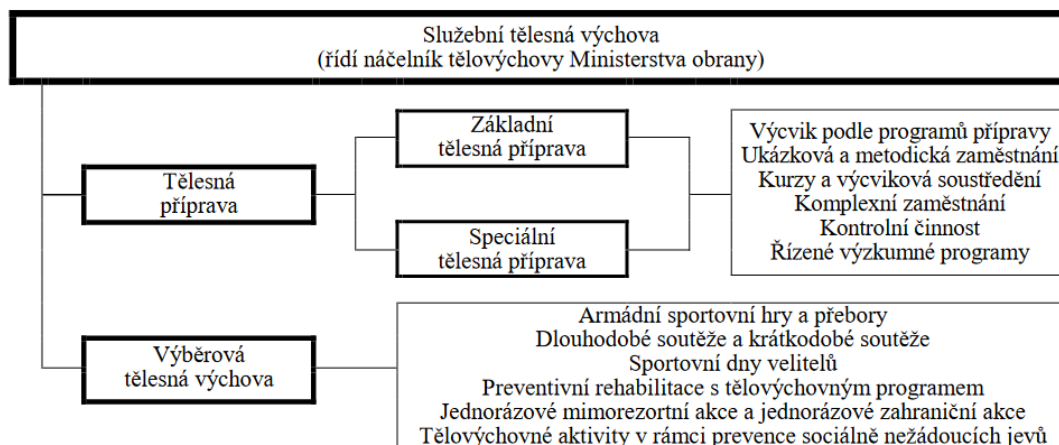
2 Tělovýchova v resortu Armády České republiky

2.1 Systém služební tělesné výchovy v AČR

„Systém vojenské tělovýchovy je soubor opatření, kterými se realizuje tělesná výchova a sport v podmínkách AČR, a je rovněž založen na nutnosti těsného propojení s všestrannou přípravou vojáků pro plnění bojových úkolů, potřeby rozvoje a regenerace fyzických a psychických sil a upevňování zdraví“ (Přivětivý, 2004, s. 41).

Cílem tělovýchovy v AČR je zvyšovat tělesnou zdatnost a zajišťovat tělesnou připravenost příslušníků armády. Realizace probíhá v ucelené podobě tělovýchovného procesu, který má za úkol dosáhnout optimální tělesné připravenosti u vojáků z povolání. Služební tělesná výchova se řídí v celém resortu Ministerstva obrany (dále jen MO) podle NVMO č. 12/2011.

Obrázek níže ukazuje rozdělení služební tělesné výchovy podrobně. Hlavní dělení ji rozděluje na **tělesnou přípravu** a **výběrovou tělesnou výchovu**.



Obrázek 1 Členění služební tělesné výchovy (Zdroj: NVMO č. 12/2011)

Tělesná příprava, prováděná v rámci služební tělesné výchovy, je velitelem řízená tělovýchovná činnost vojáků v činné službě a posluchačů a žáků vojenských škol prováděná v pracovní době a považuje se za výkon povolání (NVMO č. 12/2011).

Jde o řízený proces, ve kterém si klademe za cíl dosáhnout optimální úrovně tělesné připravenosti vojáků z povolání. Tím máme na mysli především rozvoj pohybových schopností i dovedností, zvýšení psychické odolnosti a fyzické zdatnosti a také učení

se novým pohybovým dovednostem (NVMO č. 12/2011). U pohybových schopností jde především o rozvoj silových a vytrvalostních schopností, tedy těch, které voják využije nejvíce (Přívětivý, 2006). Na tělesnou přípravu je vyčleněný počet hodin, kterých se voják z povolání musí každý týden zúčastnit.

Tělesná příprava se dále dělí na **základní** (dále jen ZTP) a **speciální tělesnou přípravu** (dále jen STP). Základní tělesná příprava je zaměřena na rozvoj pohybových schopností a představuje všeobecný pohybový základ tělesné připravenosti (více toto téma rozebereme v samostatné subkapitole 2.4). Naopak STP souvisí s profesním zařazením vojáka, rozvíjí tedy vojáky z povolání tak, aby byli schopni plnit úkoly pohybově specializované, které požadují náročný a specifický výcvik (NVMO č. 12/2011).

Výběrová tělesná výchova obsahuje pohybové aktivity, které jsou nad rámec tělesné výchovy, to znamená, že jsou pro vojáka z povolání výhradně dobrovolné (NVMO č. 12/2011). Záleží na specifčnosti útvarů, každý vojenský útvar nabízí odlišné skupinové i individuální aktivity. Výběrová tělesná výchova obsahuje aktivity, které jsou znázorněny na obrázku členění služební tělesné výchovy (viz obrázek 1).

2. 2 Tělesná připravenost

Tělesnou připravenost můžeme charakterizovat jako míru adaptace na různé tělesné a pohybové podněty zátěžového charakteru, které vyplývají z vojenské profesní činnosti (Přívětivý, 2004). Kubálek (1993) popisuje tělesnou připravenost vojáků jako komplex optimálně rozvinutých a funkčně propojených tělesných dispozic, které jim umožňují plnit pohybově náročné profesní úkoly a adekvátní jednání v bojové situaci.

„Jedná se o výsledek cílevědomého tělovýchovného procesu, zvláště služební tělesné výchovy, ve vztahu k praktickému řešení vojenských úkolů pomocí pohybových činností“ (NVMO č. 12/2011, s. 94).

Z těchto definic vyplývá, že tělesná připravenost je významnou součástí celkové připravenosti vojáka, její úroveň také vypovídá o způsobilosti vykonávat služební a bojovou činnost. Tělesná připravenost ovšem spadá pod celkovou profesionální připravenost vojáka, to znamená, že bychom měli zmínit i další komponenty profesionální připravenosti vojáka, abychom si vytvořili komplexní pohled na situaci. Tyto komponenty rozlišuje Přívětivý (2004) následovně:

Vojensko-odborná připravenost představuje schopnost vojáka z povolání efektivně a účelně plnit úkoly spojené s jeho odborností (Prívětivý, 2004).

Psychickou připravenost bychom mohli charakterizovat jako dosaženou míru adaptace na psychickou zátěž (Slepičková, 2000).

A právě výše zmíněnou **tělesnou připravenost**.

2.3 Tělesná zdatnost

Tělesnou zdatnost definuje Blair et al. (1992) jako souhrn vlastností či charakteristických znaků, které lidé buď mají, nebo jich dosahují a které úzce souvisejí se schopnostmi vykonávat jakoukoli tělesnou činnost. Podobně smýšlející definici uvádí Bunc (1995):

„Pojem tělesná zdatnost vyplývá z pohybových schopností, jejichž je výslednou formou. Jedná se o aktuální stav tělesných komponent, které se podílejí na produkci tělesné práce, jež jsou vyjádřením aktuálního stupně adaptace na dané podněty“.

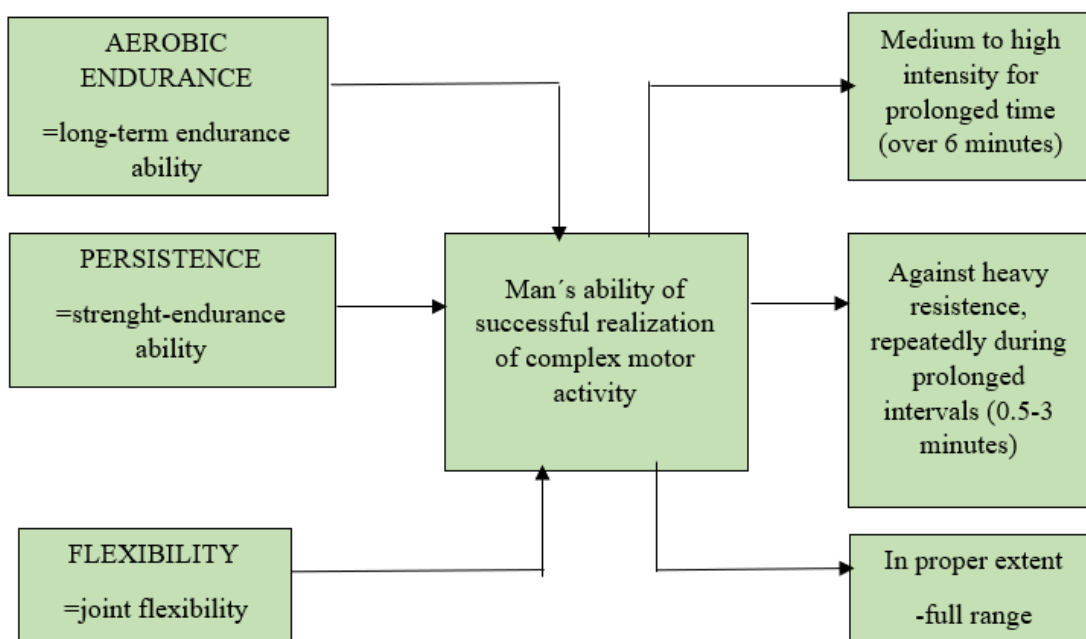
Důležitá je pro efektivní fungování organismu člověka. Je výsledkem dlouhodobého přizpůsobování lidského organismu pohybové činnosti, tedy teorii adaptace (Bunc, 1995). Vyšší úroveň tělesné zdatnosti znamená, že voják při plnění daného úkolu vynaloží menší úsilí a provedení pro něho bude energeticky méně náročné než pro vojáka, který vykazuje nižší tělesnou zdatnost.

Tělesná zdatnost je pro vojáka z povolání stěžejní faktor k výkonu jeho služby, ostatně v souladu se zákonem č. 221/1999 Sb., o vojácích z povolání, je povinností vojáka zlepšovat, popřípadě udržovat tělesnou zdatnost na vysoké úrovni, přičemž je každý voják za svou kondici zodpovědný. Důležitá funkce tělesné zdatnosti vojáků spočívá ve vytváření základů pro rozvíjení jejich pohybových schopností a dovedností, které se do dimenze tělesné zdatnosti zpětně promítají a determinují její úroveň (Černohorský, 2009).

V účelově sestaveném dotazníku pro příslušníky mírových jednotek bylo zjištěno, že po absolvování pětiměsíčního výcviku vojenského profesionála v součástech mírových jednotek OSN (Organizace spojených národů) zařadili vojáci potřebu být zdatný, schopný snášet nepohodlí a fyzickou námahu mezi deset nejpodstatnějších aktivit z 27 položek výběrového souhrnu z hlediska důležitosti (Černohorský, 2009). Tento fakt potvrzuje skutečnost, že vojenský profesionál plně doceňuje tělesnou výchovu jako prostředek

k dosažení vysoké úrovně tělesné zdatnosti a výkonnosti a ta se stává podmínkou existence v armádě (Knobloch, 1993).

Na závěr bychom chtěli uvést základní komponenty tělesné zdatnosti, které jsou nepochybně základním kamenem také pro úspěšné plnění motorických testů a které uvádí Měkota a Kovář (1995):



Obrázek 2 Základní komponenty tělesné zdatnosti (upraveno dle Měkoty a Kováře, 1995)

2. 4 Základní tělesná příprava

„Základní tělesná příprava se zaměřuje na cílevědomé utváření všeobecného pohybového a výkonnostního minima pro další rozvoj tělesné připravenosti vojáků“ (NVMO č. 12/2011, s. 102).

Tato definice vysvětluje, že ZTP je zaměřena na rozvoj pohybových schopností a představuje určitý všeobecný pohybový základ tělesné připravenosti. Jde o základní složku služební tělesné výchovy, která je zároveň pro vojáky z povolání povinná.

Její úkolem je zvyšování celkové tělesné zdatnosti příslušníků AČR, rozvoj jednotlivých pohybových schopností, zejména schopností silových a vytrvalostních, ale dále také podněcuje k osvojování specifických pohybových dovedností a působení na mentální stránku jedince z hlediska vytváření psychické odolnosti (Přívětivý, 2004).

Cílem ZTP jsou dle NVMO č.12/2011 následující body

- vyrovnat vstupní rozdíly nově příchozích vojáků,
- rozvíjet pohybové schopnosti a dovednosti a kompenzovat důsledky dlouhodobého jednostranného zatížení a psychického napětí vojáků,
- vytvářet a upevňovat návyky pravidelné tělesné aktivity.

Obsahem ZTP jsou pohybové aktivity obecného charakteru, jako například gymnastika, atletika, plavání, kolektivní, ale i individuální sporty (NVMO č.12/2011). Metody a prostředky ZTP se víceméně shodují s obecnými metodami a prostředky ze sportovního tréninku či z tělesné výchovy.

2. 5 Speciální tělesná příprava

Jak bylo zmíněno výše, STP rozlišuje vojáky podle jejich specializace. Rozvíjí tedy vojáky z povolání tak, aby byli schopni plnit úkoly pohybově specializované, které požadují náročný a specifický výcvik.

„Je zaměřena na výcvik příslušníků AČR, ve kterém se cílevědomě vytváří specifická součást jejich tělesné a psychické připravenosti k plnění pohybově specializovaných úkolů vojenské odbornosti, kterou tito příslušníci vykonávají nebo pro kterou se připravují“ (Přívětivý, 2004, s. 16).

Obsahem jsou cvičení cílená na získání dovedností a zvládnutí techniky pohybů v odborných činnostech STP při výcviku vojenských profesionálů (NVMO č. 12/2011). Cílem je, aby právě vojenští profesionálové byli schopni vykonávat tyto dovednosti především v náročných podmínkách a pod vysokým psychickým tlakem.

NVMO č. 12/2011 dělí témata STP na:

- boj zblízka,
- házení,
- překonávání překážek,
- přesuny,
- vojenské plavání,
- vojenské lezení,
- vojenské víceboje,

- základy přežití.

2.6 Kontrola tělesné přípravy

Cílem kontroly a hodnocení tělesné přípravy je dle (NVMO č. 12/2011) udržování přehledu:

- o průběhu a účinnosti tělovýchovného procesu,
- o úrovni tělesné připravenosti jednotlivců,
- o připravenosti organizačních celků.

Je žádoucí, aby každý velitel znal a soustavně kontroloval úroveň tělesné připravenosti podřízených vojáků, ale také organizačních celků a jejich složek. Kontrola tělesné přípravy se uskutečňuje pomocí základních kontrolních testů a rozšiřujících kontrolních testů. Základní testy se využívají ke zjištění stavu tělesné připravenosti na základní úrovni. Rozšiřující kontrolní testy jsou využívány ke zjištění stavu zvláštních dovedností jednotlivců, skupin a složek organizačního celku z tematiky STP (NVMO č. 12/2011).

Velitel organizačního celku je povinen v rámci své působnosti každoročně organizovat kontrolu tělesné přípravy následujícími formami:

- výroční přezkoušení,
- profesní přezkoušení,
- kontrolní cvičení.

Základní úroveň tělesné výkonnosti vojáků se zjišťuje při výročním přezkoušení, naopak schopnost jednotlivců a složek organizačního celku plnit normami stanovená kritéria se ověřuje pomocí profesního přezkoušení a kontrolních cvičení. V následujících kapitolách si tyto formy kontroly podrobněji rozebereme.

2.7 Výroční přezkoušení z tělesné přípravy

Konkrétněji se v budeme věnovat výročnímu přezkoušení, které se naší práce bezprostředně týká. Jeho všeobecné zásady a obsah se řídí podle NVMO č. 12/2011 a za jeho organizaci odpovídá náčelník tělovýchovy organizačního celku. Výroční přezkoušení je forma kontrolní činnosti, pomocí které zjišťujeme úroveň tělesné zdatnosti a výkonnosti vojáků z povolání (NVMO č. 12/2011). Název *výroční* značí, že se koná každý rok, nicméně jak upozorňuje Přívětivý (2007), pojem výroční neznamena vrchol snažení, nýbrž se jedná

pouze o formu kontroly dlouhodobého procesu snažení se o zlepšování či udržení tělesné připravenosti, i z tohoto důvodu, Přívětivý (2007) navrhuje testovat tělesnou připravenost nikoli jednou, ale dvakrát za rok. V tomto ohledu jde tedy spíše o tělesnou výkonnost to je schopnost podávat požadované výkony dlouhodobě (Dovalil, 2002).

2. 7. 1 Kategorizace

Výroční přezkoušení testuje výhradně všeobecné pohybové schopnosti vojáka. Výkonnostní normy tohoto přezkoušení berou v ohled pohlaví a věk vojáků, na rozdíl od přezkoušení profesního, kde se bere v potaz pouze profesní zařazení vojáka. Rozdělení do věkových kategorií je znázorněno na obrázku 3. Tyto kategorie by měly být v novém normativním výnosu mírně upraveny. Zajímavostí je, že muži nad 51 let a ženy starší 46 let jsou uvolněni z přezkušování ze silových testů výročního přezkoušení (NV MO č. 12/2011), jednotlivé testy rozebereme v následující kapitole.

I. do 30 let
II. 31 – 35 let
III. 36 – 40 let
IV. 41 – 45 let
V. 46 – 50 let
VI. 51 let a starší

Obrázek 3 Věkové kategorie výročního přezkoušení (Zdroj: NVMO č. 12/2011)

2. 7. 2 Kontrolní testy

Obsahem výročního přezkoušení jsou následující testy:

1. Leh - sed
2. Klik - vzpor
3. Shyby na hrazdě nadhmatem (3a - Výdrž ve shybu nadhmatem)
4. Běh na 12 minut
5. Plavání na 300 metrů

Voják se přezkušuje buď ze souborného cvičení silových testů č. 1 a č. 2, nebo silového testu č. 3. Navíc si musí ještě vybrat z vytrvalostního testu č. 4, nebo č. 5. Vojákyňe

se přezkušuje ze silového testu č. 1 nebo č. 3a. Stejně jako muži si následně ještě musí vybrat test č. 4, či test č. 5. Lze pozorovat, že testy se zaměřují pouze na testování silových a vytrvalostních schopností. Podrobný popis kontrolních testů lze najít v NVMO č. 12/2011.

2. 7. 3 Výkonnostní normy

Jak kontrolní testy, tak výkonnostní normy pro výroční přezkoušení již prošly mnoha změnami, od původně stanovených v roce 1993 (Petera, 1993) přes jejich zjednodušení v roce 2000 (Přívětivý, 2011), přes zavedení předpisu NVMO č. 12/2011 až po současné uvažování o dalších změnách, které jsou spíše benevolentní pro vojáky nezvládající plnit své povinnosti. Normy doposud korespondují s testováním v armádách NATO (Geddie, 2000), nicméně po avizovaných změnách tomu tak být již nemusí. Výkonnostní normy platné v roce 2023 jsou znázorněny níže v tabulce 1.

Tabulka 1 Výkonnostní normy dle NVMO č. 12/2011 (Zdroj: NVMO č. 12/2011)

Muži

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

Ženy

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

2. 7. 4 Bodovací škála

Z předchozí tabulky lze vyčíst, že ve výročním přezkoušení se využívá škála čtyřbodová, tedy výtečně, dobře, vyhovující a nevyhovující (1–4), první tři stupně znamenají, že voják výroční přezkoušení splnil, čtvrtý nikoli. Nicméně čtyřbodová škála není v mnoha ohledech ideální, protože se jedná o škálu sudou, tedy nemá střední hodnotu. Jak popisuje Revilla et al. (2014), u sudých škál můžeme posoudit pouze směr postoje, zatímco u lichých škál, které mají střední hodnotu, můžeme posoudit i neutralitu.

Až do roku 2011 platil v armádě bodový systém hodnocení výročního přezkoušení, jako zápory tohoto systému uvádí Přívětivý (2007) následující body:

- je pracný,
- znásobuje práci examinátorů,
- zvyšuje možnost chyby při hodnocení,
- negativně ovlivňuje standardizaci silového testu.

Nicméně jako výhody tohoto systému lze uvést

- převádění výsledků na body je motivační prvek,
- lze lépe své výsledky porovnat s ostatními vojáky.

Nicméně výše zmíněná negativa jsou v dnešní technologické době snadno odstranitelná. V minulosti byl především problém, že nebyl stanoven minimální limit, kterého musel voják v jednotlivých testech dosáhnout, to vedlo například k dosahování vysokého počtu bodů v silových testech, které následně stačily k tomu, aby se daný voják testu vytrvalostního už vůbec účastnit nemusel (Přívětivý, 2007). Dříve byla také snaha o zavedení systému, který by měl nastavené výkonnostní normy pouze na splnil/nesplnil, nicméně tento systém se neujal (Černohorský, 2009).

2. 7. 5 Výsledky

Výsledky výročního přezkoušení nám poskytují především přehled o účinnosti tělovýchovného procesu a úrovně tělesné připravenosti jedinců, ale i organizačních celků. Závěrečnou zprávu o výsledcích zpracovává tělovýchovný pracovník každého organizačního celku a následně ji služebním postupem předkládá náčelníkovi tělovýchovy resortu MO, který výsledky zpracuje a závěrečnou zprávu podá náčelníkovi generálního štábu AČR k závěrečnému ročnímu vyhodnocení. Výsledky výročního přezkoušení mají vliv na vojákovo hodnocení či finanční ohodnocení.

2. 8 Profesionální přezkoušení z tělesné přípravy

Profesionální přezkoušení z tělesné přípravy je forma kontrolní činnosti, která klade nároky především na pohybové schopnosti a zvláštní dovednosti vojáků vyplývající z jejich specializace (NVMO č. 12/2011). Již Mohorita (1968) dospěl k nutnosti specifikace organizace, obsahu a metodiky tělovýchovného procesu podle jednotlivých druhů vojsk s využitím speciálních vojensko-praktických návyků. Profesionální přezkoušení je charakteristické tím, že jeho normy neberou v úvahu ani věk, ani pohlaví vojáka.

Při profesním přezkoušení z tělesné přípravy se zjišťuje:

- *„Úroveň pohybových schopností jednotlivců ve vytrvalosti, rychlosti, obratnosti a síle pomocí základních kontrolních testů.“*
- *„Rozsah a úroveň zvláštních dovedností a návyků z výcviku jednotlivců, skupin a složek organizačního celku daného druhu vojska z tematiky speciální tělesné přípravy pomocí rozšiřujících kontrolních testů“ (NVMO č. 12/2011, s. 110).*

Organizační celky v armádě se rozdělují do tří skupin, a to A, B a C (NVMO č. 12/2011). Kritériem jsou nároky na tělesnou připravenost. Celky s označením A vyžadují největší nároky na tělesnou připravenost a celky s označením C nejnižší.

„Na profesní přezkoušení z TP se vybírají kontrolní testy z NVMO tak, aby prověřily všechny pohybové schopnosti vojáka. Využívají se všechny skupiny základních kontrolních testů (silové, rychlostní, vytrvalostní, obratnostní a koordinační testy), ale i rozšiřující testy“ (NVMO č. 12/2011, s. 110).

3 Empirický výzkum

Námi zvolená diplomová práce je teoreticko-empirického charakteru, tudíž by se neobešla bez vysvětlení empirických metod, které se běžně využívají. Výzkum podle Hendla (2015, s. 23) „*znamená systematické zkoumání přírodních nebo sociálních jevů s cílem získat poznatky, jež popisují a vysvětlují svět kolem nás*“.

Charakterizujeme také jeho určité znaky, kterými jsou:

- shromažďování údajů,
- systematicčnost,
- zvyšování znalostí,
- analýza.

Empirický výzkum pracuje s konkrétními daty, exaktními metodami a s jejich pomocí získává konkrétní poznatky (Reichel, 2009). Předmětem jsou povětšinou živé subjekty, například žáci či sportovci, v našem případě to jsou tělovýchovní pracovníci.

Hendl (2015) rozděluje výzkum do pěti následujících etap: **1.** vymezení problému a volba přístupu, to pro náš výzkum znamená volbu oblasti výzkumu, volbu metodologického přístupu a formulaci problému. **2.** plán výzkumu, kdy zvolíme postup pro výběr zkoumaných jednotek a organizaci měření. **3.** provedení, tedy samotný sběr dat. **4.** analýza a interpretace a **5.** zpráva o výzkumu, což pro nás bude znamenat podání smysluplných a jednoznačných závěrů pro následné snadné využití.

3.1 Kvantitativní výzkum

Konkrétněji se budeme věnovat kvantitativnímu výzkumu, který se vztahuje k naší diplomové práci. Tento výzkum předpokládá, že lidské chování můžeme do jisté míry měřit a předpovídat (Chráska, 2007). Charakteristikou kvantitativního výzkumu je práce s velkým počtem informací, v našem případě to budou odpovědi od relativně velkého počtu respondentů. Informace získané touto cestou lze zpravidla zobecnit na celou populaci (Hendl, 2009), nicméně k tomu je zapotřebí vhodný výběr souboru.

Mezi nejčastější metody patří například pozorování, experiment, rozhovor či v našem případě dotazování, které podrobněji rozebereme v následující kapitole.

3. 2 Dotazníkové šetření

Dotazníkové šetření je jedna z metod kvantitativního výzkumu veřejného mínění, která je hojně využívána v řadě vědních oborů (Grušin, 1972). Toto šetření spočívá ve vytvoření dotazníku. Dotazník je vhodný, pokud chceme získat velké množství dat od velkého množství respondentů. Forma dotazování může být osobní, písemná, elektronická či telefonická (Příbová, 1996). Pro naši práci bylo nejvhodnější zvolit elektronickou formu, lze ji přirovnat ke strukturovanému rozhovoru, nicméně v elektronické formě. Podle Příbové (1996) je tato forma dotazování nejlepší, a to v následujících ohledech: návratnost, výše nákladů, náročnost na organizaci a rychlost vyplnění.

3. 3 Dotazník

Pro vytvoření správného dotazníku je nutno znát řadu pravidel, doporučení. Samotný konstrukt dotazníku vyžaduje náležitou přípravu.

Nejprve je nutno znát, jak otázky formulovat, dle Malého (2008) jsou zásady pro formulaci otázek následující:

- Jednoduchý jazyk: Otázky musí být jasné a srozumitelné pro všechny respondenty.
- Používat známý slovník: Pokud je dotazník zaměřen na obecnou veřejnost, je třeba vyhnout se odborným termínům a názvům, které běžný respondent nezná
- Korektnost otázek: Otázky by měly být stručné, jasné a korektní.
- Jednoznačnost používaných výrazů: Klíčová slova by měla mít jen jeden význam. Pokud se dají tato slova chápat různými způsoby, je dobré je nahradit synonymem.
- Neslučovat více témat do jedné otázky: Dotaz se musí týkat jednoho tématu. Jakmile je tam více témat, může to být pro respondenta zavádějící.
- Vyloučit sugestivní otázky: Je třeba, aby tazatel nevkládá do otázky vyžadovanou odpověď, tedy aby byla otázka položena neutrálně.
- Vyloučit zavádějící otázky: Otázky musí být jasné, neměly by favorizovat určitý typ odpovědi.
- Vyloučit odhady: Otázka by měla formulována tak, aby respondent nemusel odhadovat a přesně věděl, jak má odpovědět.

Následně je nutná znalost typů otázek, důležité je vystřídat různé typy otázek, aby byl dotazník pestrý a umožňoval respondentovi se správně vyjádřit. Základní typy otázek se dle Reichela (2009) dělí na

- uzavřené otázky (výčet možností),
- otevřené otázky (volné odpovědi),
- polouzavřené otázky (umožňují dovysvětlení).

Otázky mohou ale také být například výčtové, výčtové s pořadím či grafické.

Poté co víme, jak konkrétní otázky vytvořit, můžeme přistoupit ke struktuře dotazníku. I ta se řídí určitými obecnými pravidly. Úvod dotazníku by měl spočívat v představení tazajícího a stručném úvodu a důvodu dotazníku. V samotném dotazníku rozděluje Reichel (2009) otázky úvodní, které obsahují například základní informace o respondentovi (např. věk, pohlaví atd.), poté začátek dotazníku by měly být otázky jednoduché a snadné pro vyplnění, následuje střed dotazníku, kde se nacházejí otázky složitější, ale pro výzkum otázky stěžejní. Poslední část otázek by měly být otázky středně složité, ale stále významné. Závěr dotazníku by měl obsahovat poděkování badatele.

Dalším důležitým aspektem je počet otázek, které dotazník obsahuje. Žádné konkrétní číslo není předepsáno, nicméně je na badateli, aby provedl správné rozhodnutí a počet otázek si stanovil. Krátký dotazník nepokryje bádané téma, ale naopak příliš dlouhý dotazník by mohl respondenty přimět nečíst pečlivě znění otázek, a tudíž může zkreslovat výsledné závěry (Chráska, 2007).

Na závěr této kapitoly bychom chtěli zmínit obecné poznatky, kterými jsme se při sestavování dotazníku řídili. Využili jsme veškerou literaturu zabývající se dotazníkovým šetřením. Mezi hlavní úkoly patří přehlednost dotazníku, z důvodu respondenta a jeho odhodlání dotazník vyplnit, přehlednější a pestřejší dotazník má pozitivní vliv na jeho návratnost. Dalším poznatkem mohou být jasná pravidla zmíněná v úvodu do dotazníku, je nutné, aby respondent věděl, jak má dotazník vyplnit a jakým způsobem na otázky odpovídat.

Úvod dotazníku by měl také obsahovat informaci, kolik otázek se v něm nachází a kolik zhruba času respondentovi jeho vyplnění zabere. Důležité je také, aby se v úvodu respondent dozvěděl, zda je dotazník anonymní a kde lze v případě jeho zájmu nalézt výsledky práce, které byl dotazník součástí.

3. 4 Objektivita, reliabilita, validita

Správný empirický výzkum by měl vždy brát v potaz **objektivitu** měření, to znamená nezávislost výsledků výzkumu na badateli (Hendl 2015). Toto je v našem případě důležité především při sestavování dotazníku, abychom neměli vliv na respondentovo rozhodnutí, výsledky by poté mohly být zkreslené.

Reliabilita je ve výzkumu důležitá z pohledu opakování určitého experimentu například jiným badatelem či v jiný čas, reliabilita vyjadřuje, jestli výsledky, které v našem případě respondent odpověděl, odpoví stejně i při změně určité podmínky, jakou může být například výše zmíněné vyplnění dotazníku v jiný čas.

Definice **validity** požaduje, aby měření skutečně zjišťovalo to, co předpokládáme, že měří. Validita odkazuje na přiměřenost, smysluplnost a užitečnost specifických závěrů, jež se provádějí na základě měření (Hendl, 2015).

3. 5 Způsoby výběru

Způsoby výběru pro výzkumný soubor Gavora (2000) rozděluje následovně:

- náhodný,
- mechanický,
- záměrný,
- dostupný.

Pro naši práci bude nejvhodnější zvolit výběr záměrný, a to z důvodu snahy pokrýt celou populaci tělovýchovných pracovníků. Dotazník bude rozeslán všem pracovníkům, nicméně návratnost nelze předem predikovat. U záměrného výběru je pravidlem, že skupina expertů se kvalifikovaným postupem na výzkumném souboru shodne (Reichel, 2009), to nicméně v tomto případě není potřeba, jelikož výzkumný soubor je jasně daný, a to ČVO 84.

Empirická část

4 Cíl a úkoly práce

V této kapitole si zřetelně stanovíme cíl a úkoly práce.

Cíl: Cílem práce je získání systematického názoru tělovýchovných pracovníků AČR na problematiku výročního přezkoušení z tělesné přípravy.

Ze stanoveného cíle poté vyplývají následující **úkoly**:

1. studium odborné literatury,
2. vymezení základních pojmů v teoretické části,
3. vytvoření nestandardizovaného dotazníku,
4. podání žádosti ke schválení Etickou komisí FTVS UK,
5. distribuce dotazníku,
6. formulování metod dotazování,
7. vyhodnocení výsledků dotazníku,
8. sestavení příslušných závěrů,
9. obhajoba diplomové práce.

5 Metodika práce

V teoretické části jsme si nastínili důležitá teoretická východiska pro naši práci. Poté jsme si zřetelně vymezili cíl a úkoly práce. Následně bylo důležité sestavení nestandardizovaného dotazníku, který by odpovídal potřebám problematiky výročního přezkoušení.

Naše práce byla schválena Etickou komisí Fakulty tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy pod jednacím číslem 236/2022 dne 17. 3. 2023 (viz příloha 1). Součástí není informovaný souhlas, a to z toho důvodu, že dotazník neobsahuje žádné citlivé otázky ani otázky, podle kterých by bylo možné jedince identifikovat. Obsahuje pouze úvod do dotazníku, který je stejný pro všechny respondenty (viz příloha 2).

5.1 Výzkumné metody

V této části rozebereme použité metody tak, aby byl zřejmý důvod jejich použití a abychom objasnili, jak jsme k daným výsledkům dospěli. Naše diplomová práce má teoreticko-empirický charakter, podrobněji se jedná o kvantitativní výzkum. Stěžejní je pro naši práci sestavení dotazníku, výběr odpovídajících metod a také správné zpracování dat. Pro zjištění informací bylo tedy zvoleno dotazníkové šetření v elektronické formě, a to z důvodu mnoha výhod, které tato forma nabízí (podrobněji v subkapitole 3.3). Metoda analýzy byla využita při třídění informací v teoretické části, při práci s literaturou byla využita také metoda indukce a dedukce. Následně jsme vytvořili nestandardizovaný dotazník, který byl podroben pilotní studii a následně distribuován na základě záměrného výběru.

5.2 Vytvoření dotazníku

Při vytváření dotazníků jsme se řídili obecnými pravidly sestavování dotazníku (více v subkapitole 3.2). Postupovali jsme následovně: nejprve jsme si stanovili okruhy výročního přezkoušení, kterými se budeme zabývat. Ty byly následující:

- úvodní otázky,
- kontrolní testy,
- výkonnostní normy,
- hodnotící škály,

- problematika žen,
- věkové kategorie.

Do úvodu dotazníku bylo potřeba zahrnout otázky, které by definovaly tělovýchovného pracovníka do určité charakteristické skupiny například podle vzdělání, nicméně jsme museli dávat pozor, aby podle těchto úvodních otázek nebylo možné respondenta identifikovat, a to z důvodu anonymity dotazníku.

Při konstruování hlavních otázek bylo postupováno od vytvoření relativně velkého počtu otázek ke každému okruhu na základě obecně konzultované problematiky mezi tělovýchovnými pracovníky. Poté postupným věcným zhodnocením, odstraňováním zdvojených otázek či opakovaným konzultováním jsme došli k menšímu počtu již relevantních otázek z každého okruhu. Tyto okruhy jsme poté logicky seřadili do struktury dotazníku, ke každému okruhu připadaly dvě až čtyři otázky. Celý dotazník se poté podrobil pilotní studii (viz subkapitola 5.3).

Ve výsledku jsme dosáhli počtu 21 otázek. Typy otázek byly různorodé, tedy jak uzavřené, polootevřené, tak otevřené. Čas vyplnění dotazníku se pohybuje zhruba od 10 do 15 minut.

Celý dotazník lze najít v přílohách práce (příloha 4).

5.3 Pilotní studie

Každý dotazník by měl být před jeho oficiálním spuštěním podroben pilotní studii, ta prověří srozumitelnost otázek a zajistí, že jsou správně položeny (Disman, 2000). I náš dotazník byl podroben pilotní studii, která proběhla v prosinci 2022. Pilotní studie byla provedena na dvou skupinách. První skupinou byli studenti třetího, čtvrtého a pátého ročníku VO FTVS UK, $n = 13$. Druhou skupinou byli pedagogové VO FTVS UK, $n = 7$. Všichni byli obeznámeni nejen s průběhem pilotní studie, ale především s jejím cílem. U skupiny studentů se daly očekávat především formální poznámky, zatímco u skupiny pedagogů poznámky hlavně obsahové. Díky této formě bylo možné probrat strukturu i obsah dotazníku s ostatními pedagogy VO FTVS UK, nejen s vedoucím práce. To vedlo k některým věcným poznatkům, které se na úpravách dotazníku projeví. Po těchto úpravách byl dle našeho názoru dotazník připraven k použití.

5.4 Výzkumný soubor

Pro naši práci byl výzkumný soubor předem daný, jeho obsahem jsou všichni tělovýchovní pracovníci, tedy vojáci s číslem vojenské odbornosti 84 (dále jen ČVO 84). Dotazník tedy cílil na celou populaci. Integrovaný subsystém o službě a personálu (dále jen ISSP) vykazuje ke dni 18. 1. 2023 konkrétně 199 tělovýchovných pracovníků. Všichni probandi byli příslušníky Armády České republiky či resortu MO. Cílem práce bylo pokrýt co největší část populace, což při takto malém počtu nebylo nereálné. Nicméně museli jsme brát v potaz, že někteří tělovýchovní pracovníci mohou být například v době dotazování v zahraniční misi či v pracovní neschopnosti. Dotazníku se na základě našeho rozhodnutí zúčastnili i studenti Vojenského oboru FTVS UK, nicméně pouze studenti třetího, čtvrtého a pátého ročníku, u kterých jsme usoudili, že již mají dostatečnou znalost problematiky daného tématu. Výzkumný soubor by měl co nejvíce charakterizovat celkovou populaci (Gavora, 2000), tedy čím větší bude návratnost dotazníku, tím budou výsledky přesnější. Proto byl použit záměrný výběr.

5.5 Distribuce dotazníku

Dotazník byl vytvořen na webové stránce survio.com, která se vytvářením dotazníků přímo zabývá, tudíž byl sběr dat uskutečněn v elektronické podobě. Distribuce dotazníku byla ztížena tím, že se jedná o civilní webovou stránku, kterou nelze otevřít na počítači, který je pod fungováním štábního informačního systému (dále jen ŠIS), jímž disponují všichni probandi. Získali jsme tedy seznam vojenských emailových adres všech tělovýchovných pracovníků, kterým jsme zaslali link s instrukcemi, jak si link převést na civilní počítač. Úvod a požadavky, které každý tělovýchovný pracovník obdržel, lze najít v přílohách této práce (příloha 2). Seznam zmíněný výše byl využit také při kontrole, kdo dotazník již vyplnil (z důvodu maximální návratnosti dotazníku), na konci období, kdy bylo možné dotazník vyplnit, jsme každého tělovýchovného pracovníka kontaktovali, zdali dotazník vyplnil, a tím jsme na něho již nemuseli naléhat. I při tomto kroku byla dodržena anonymita respondentů, a to z toho důvodu, že nám nebyl znám čas, kdy konkrétní účastník dotazník vyplnil, tedy jsme nemohli respondenta identifikovat.

Následovalo období zhruba deseti týdnů (konkrétně od 23. ledna až do konce března 2023), kdy tělovýchovní pracovníci měli čas dotazník vyplnit.

5.6 Omezení studie

Výsledky studie lze aplikovat pouze v prostředí AČR, protože výroční přezkoušení je přezkoušení jen pro vymezenou a uzavřenou populační skupinu, kterou Armáda České republiky bezprostředně je. Další limitací je samotná tvorba dotazníku, kdy šlo o dotazník nestandardizovaný a za samotný konstrukt zodpovídal především řešitel. Omezit vliv řešitele měla za úkol především pilotní studie (viz subkapitola 5.3). Limitací by také mohla být složitost a provázanost kontrolního procesu, kdy je důležité správné pochopení významu výročního přezkoušení v zasazení do kontrolního procesu tělesné připravenosti, kde výroční přezkoušení zaujímá především pozici testování základních pohybových schopností.

5.7 Zpracování výsledků

Dotazníkem bylo celkově osloveno 194 tělovýchovných pracovníků (včetně 13 studentů), celkově jich na dotazník odpovědělo 103, návratnost dotazníku tedy činila 53,1 %. Pro přehlednost bude výsledková část pojata jako prvotní představení výsledků a následovat bude kapitola diskuze, kde budou rozebírána nejvýznamnější témata. Kapitola s výsledky bude rozčleněna do subkapitol podle otázek dotazníku, kdy po prezentaci odpovědí budou následně výsledky jednotlivých otázek stručně komentovány. Získaná data budou interpretována pomocí základních deskriptivních statistik a znázorněna graficky. Po diskuzi výsledků budou vytvořeny příslušné závěry na základě dostupných dat.

Výsledky budou zpracovány v MS Excel, verze 2019.

6 Výsledky

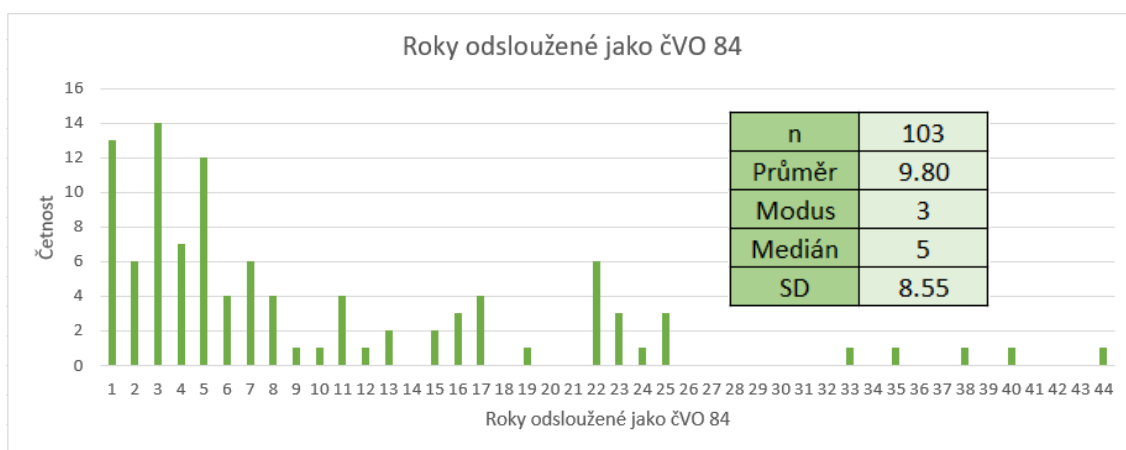
V předchozí kapitole (kapitola 5) jsme nastínili a zdůvodnili příslušné metody postupu při aktuálním výzkumu. V této kapitole předložíme dosažené výsledky, které statisticky podložíme a náležitě zhodnotíme. Data budou v následujících subkapitolách podrobněji zpracována a znázorněna v grafech, které budou doplněny slovním popisem. Uvedené výsledky jsou čísla vypovídajícími o jediné charakteristice (počet odpovědí dotazníku vyjádřen v %). V příloze 5 této práce lze nalézt veškeré výsledky dohromady.

Úvod dotazníku

Úvod dotazníku se skládal ze 4 úvodních otázek pro zjištění základních informací o našem výzkumném souboru a také z důvodu zařazení respondenta do určité skupiny, například podle vzdělání. Úvod se skládal z následujících otázek:

6.1 Otázka č. 1: Kolik let sloužíte jako tělovýchovný pracovník? (ČVO 84)

První otázka měla zjistit, jak moc je náš výzkumný soubor zkušený, a tedy seznámen s problematikou výročního přezkoušení. Níže můžeme vidět graf a tabulku se základními deskriptivními statistikami.



Obrázek 4 Otázka č. 1: Roky odsloužené jako ČVO 84

6.2 Otázka č. 2: Hodnostní sbor

Druhá otázka se týkala zařazení do hodnostního sboru a měla svým způsobem ilustrovat úroveň orientace v problematice a zároveň možnost systém služební tělesné výchovy ovlivňovat.

Tabulka 2 Otázka č. 2: Hodnostní sbor

n	103	%
Poddůstojník	9	8,7
Praporčík	28	27,2
Nižší důstojník	51	49,5
Vyšší důstojník	15	14,6

6.3 Otázka č. 3: Vystudovali jste Vojenský obor?

Tato otázka měla výzkumný soubor rozdělit na vysokoškolsky a středoškolsky vzdělané respondenty, navíc jsme se z této otázky dozvěděli, kolik respondentů vystudovalo přímo Vojenský obor při FTVS UK. V tabulce níže (tabulka č. 3) lze vidět i odpověď *jiné*, která znamená, že tělovýchovný pracovník má vysokoškolské vzdělání, ale nevystudoval konkrétně Vojenský obor.

Tabulka 3 Otázka č. 3: Vystudovali jste Vojenský obor?

n	103	%
Ano	59	57,3
Ne	36	35,0
Jiné	8	7,8

Tabulka 4 Vzdělání výzkumného souboru

n	Ab. četnost	Rel. četnost
Vysokoškolské vzdělání	66	64,1
Středoškolské vzdělání	37	35,9

6.4 Otázka č. 4: Typ útvaru, na kterém sloužíte

Otázka na typ útvaru měla respondenty rozřadit podle odbornosti daného organizačního celku (převážně vojenský útvar). Na této otázce bychom také chtěli ověřit reprezentativnost našeho výzkumného souboru, která je znázorněna v tabulce níže (tabulka 5). Lze konstatovat, že rozdělení našeho souboru a hodnoty relativní četnosti

v celkovém souboru se liší pouze nepatrně, což hraje důležitou roli při zobecňování výsledků na celkovou populaci.

Tabulka 5 Otázka č. 4: Typ útvaru, na kterém sloužíte

	n=103	%	Ab. čet. v celk. souboru (n=194)	Rel. čet. v celk. souboru v %
Bojová jednotka	24	23,3	42	21,6
Jednotka bojové podpory	20	19,4	40	20,6
Jednotka bojového zabezpečení	11	10,7	12	6,2
Jiná (Napište)	48	46,6	100	51,5

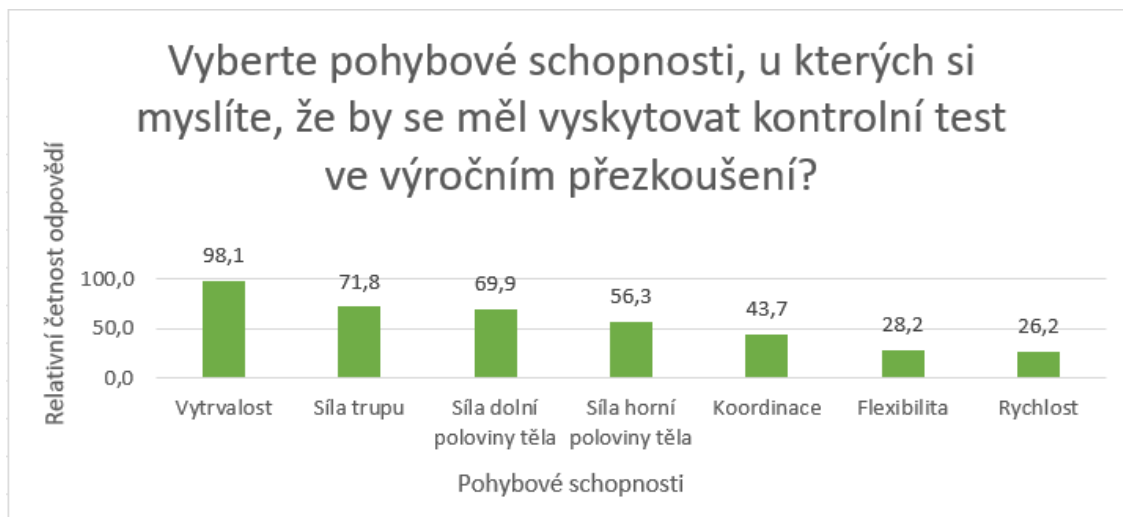
Hlavní část dotazníku

V hlavní části dotazníku jsou obsažena stěžejní témata výročního přezkoušení, proto obsahuje následující otázky:

6. 5 Otázka č. 5: Vyberte pohybové schopnosti, u kterých si myslíte, že by se měl vyskytovat kontrolní test ve výročním přezkoušení?

V této otázce mohli respondenti vybrat více možností. Pohybová schopnost síla byla dále rozdělena na další 3, a to „sílu trupu“, „sílu horních a sílu dolních končetin“, to vše z důvodu odlišných nároků, které jsou na vojáky kladeny. Tato otázka by měla ukázat, které pohybové schopnosti by mělo zejména výroční přezkoušení obsahovat.

Co se týče odpovědí respondentů, lze v grafu níže (obrázek 5) vidět, že podle odpovědí respondentů by měla být vytrvalost základním pilířem každého vojáka, protože 98,1 % respondentů vybralo právě tuto schopnost. Druhá v pořadí je pohybová schopnost síla, ovšem je důležité zdůraznit dříve zmíněné rozdělení, tedy 71,8 % respondentů vidí sílu trupu jako důležitější než sílu horních a dolních končetin, nicméně shoda panuje v tom, že síla by měla být současně s vytrvalostí stavebním kamenem tělesné zdatnosti každého vojáka. Co se týče zbylých schopností, téměř polovina respondentů vybrala pohybovou schopnost koordinaci (43,7 %), další, již na první pohled pro respondenty méně důležité, byly pohybové schopnosti flexibilita (28,2 %) a rychlost (26,2 %). Vycházíme samozřejmě z předpokladu, že pokud respondent chce, aby byla daná schopnost předmětem výročního přezkoušení, považuje ji pro všechny vojáky z povolání za důležitou.



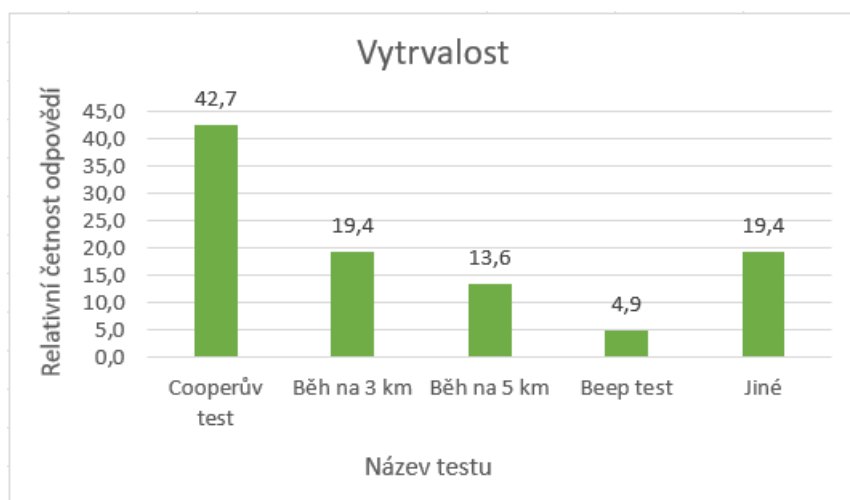
Obrázek 5 Otázka č. 5: Vyberte pohybové schopnosti, u kterých si myslíte, že by se měl vyskytovat kontrolní test ve výročním přezkoušení?

6. 6 Otázka č. 6: Ke každé schopnosti přiřad'te kontrolní test, který by byl podle Vás ideální pro zařazení do výročního přezkoušení.

V této otázce byly uvedeny stejné kategorie jako v předchozí otázce (otázka č. 5), ovšem zde se jednalo o zcela otevřenou otázku, kdy měli respondenti možnost vyjádřit osobní názor. Tato kapitola bude rozdělena do subkapitol podle výše zmíněných kategorií. Veškeré výsledky níže znázorněné budou z celkového počtu respondentů, tedy $n = 103$ (100 %).

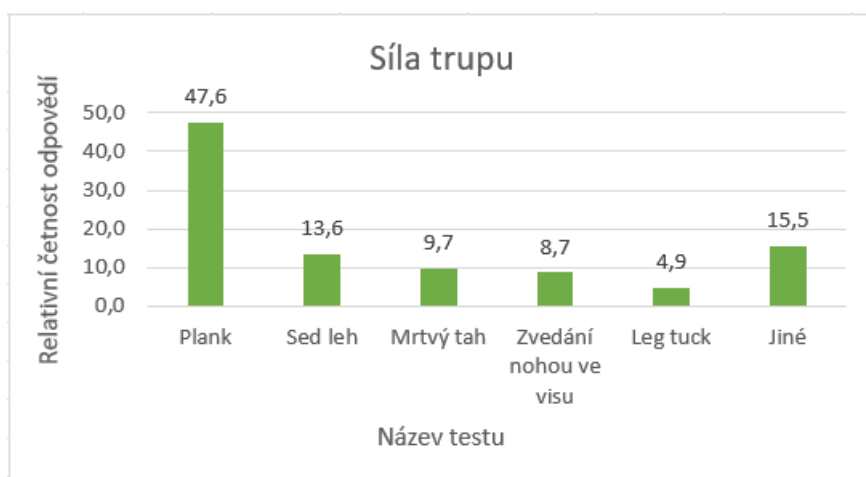
6. 6. 1 Vytrvalost

Pokud začneme vytrvalostí, která je dle odpovědí respondentů nejdůležitější pohybovou schopností, lze dle grafu níže (obrázek 6) vyčíst, že téměř polovina respondentů napsala Cooperův test (42,7 %), tedy kontrolní test, který současné výroční přezkoušení obsahuje. Nicméně hned druhou položkou v grafu je běh na 3 km (19,4 %), čili pro zdatné vojáky téměř totožný test, právě tomuto tématu se bude konkrétněji věnovat samostatná otázka (otázka č. 8). Třetí položkou je běh na 5 km (13,6 %), lze tedy vidět, že ideální je dle odpovědí respondentů určitá forma běhu. Pod položkou jiné, která má na první pohled vysoké zastoupení (19,4 %), se nicméně skrývá celá řada „rozporuplných“ odpovědí, které nepřesahovaly hranici 4 %, tedy pouze uvedeme, že pod touto položkou se nachází například plavání, Bronco test či překážková dráha.



Obrázek 6 Otázka č. 6: Vytrvalost

Budeme-li zpětnou vazbu respondentů na otázku svalových partií komentovat postupně, další v pořadí bude síla trupu. Dle odpovědí téměř polovina respondentů (47,6 %) vybrala jako nejvhodnější cvik plank, na dalších pozicích je už zastoupení odpovědí menší, a to leh-sed (13,6 %), mrtvý tah (9,7 %), zvedání nohou ve visu (8,7 %) a leg tuck (4,9 %). Zajímavostí odpovědí na tuto otázku je, že pouze plank je cvikem statickým, všechny ostatní výše zmíněné cviky jsou cviky dynamickými, a právě toto může být tématem diskuze. Pod položkou jiné (15,5 %) lze opět nalézt cviky, které nepřesáhly hranici 4 %, jako například výmyk či klik.



Obrázek 7 Otázka č. 6: Síla trupu

6. 6. 2 Síla dolní poloviny těla

Další v pořadí je síla dolní poloviny těla, tedy další důležitá schopnost, kterou by dle odpovědí respondentů měl mít každý voják na přiměřené úrovni. Na grafu níže

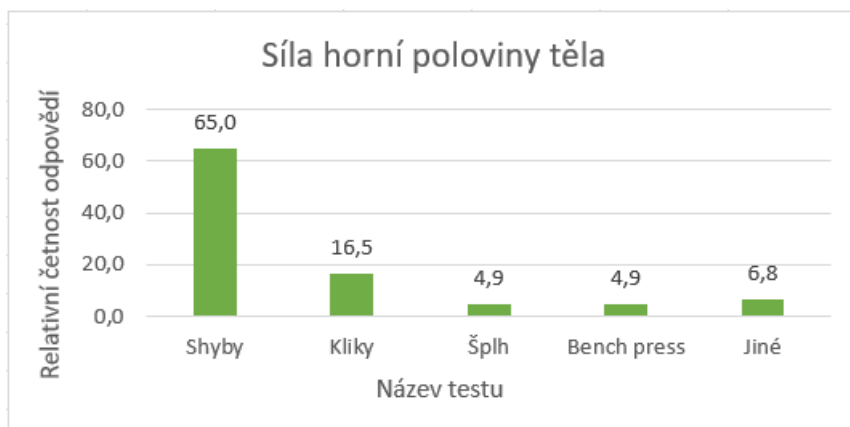
(obrázek 8) lze vidět, že více než polovina, tedy 54,4 % respondentů, vybrala určitou formu dřepu se zátěží, nicméně ve velikosti zátěže a konkrétní formě dřepu se odpovědi lišily. Jako další v pořadí je skok z místa (18,4 %), následují cviky jako deadlift (8,7 %), výskoky na bednu (4,9 %) a určitá forma přenášení zátěže (4,9 %).



Obrázek 8 Otázka č. 6: Síla dolní poloviny těla

6. 6. 3 Síla horní poloviny těla

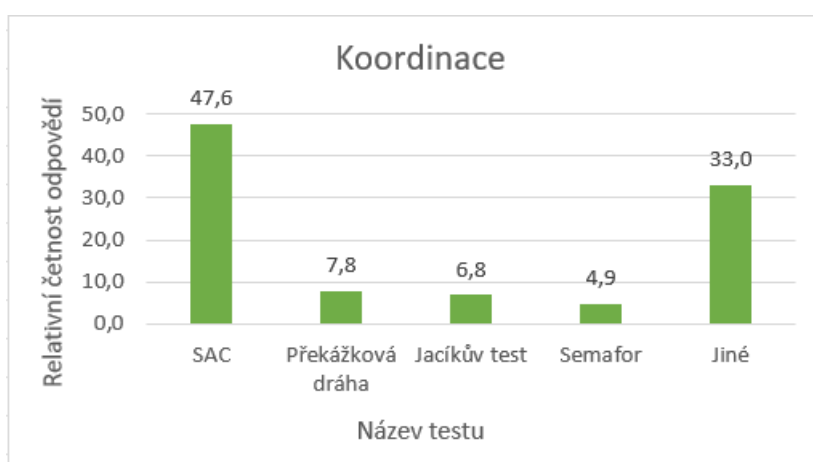
Následuje síla horní poloviny těla, tedy stále pohybová schopnost, u které si více jak polovina respondentů (56,3 %) myslí, že by měla být obsahem výročního přezkoušení. Z grafu níže (obrázek 9) můžeme vyčíst poměrně jasnou odpověď, kdy 65 % respondentů vybralo shyb jako ideální kontrolní test, ten se již vyskytuje ve výročním přezkoušení, nicméně pouze jako alternativa ke kontrolnímu testu klik – vzpor, který je hned na druhém místě s 16,5 %. Otázkou je, zda je shyb v možnostech tělesné zdatnosti většiny vojáků, i toto může být předmětem závěrečné diskuze. Méně početnou odpovědí byl například šplh (4,9 %) či bench press (4,9 %).



Obrázek 9 Otázka č.6: Síla horní poloviny těla

6. 6. 4 Koordinace

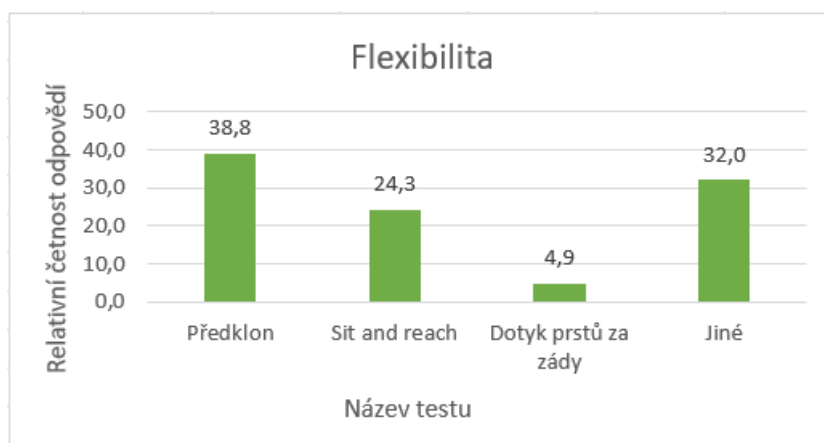
Nyní se dostáváme k pohybovým schopnostem, které již nemají více jak poloviční zastoupení v odpovědích respondentů, konkrétněji ke koordinaci (43,7 %). Odpověď na tuto otázku mohla být poměrně zavádějící tím, že se koordinace rozděluje na další podskupiny, které mezi sebou někdy nekorespondují, na druhou stranu odpovědi, které můžeme vidět níže na obrázku 10, začínají velkým zastoupením (47,6 %) u testu SAC (skokansko-akrobatické cvičení), tudíž by se dalo konstatovat, že tento test může mít vysoký potenciál. Nicméně z dat lze také vyčíst vysoké procento odpovědi *jiné* (33 %), ovšem žádná z těchto variant nepřesahovala 4 %, což téměř jistě vypovídá o komplikovanosti uchopení této pohybové schopnosti. Další odpovědi na tuto otázku byla překážková dráha (7,8 %), nicméně za překážkovou dráhu by se dalo považovat i SAC. Následovaly odpovědi jako Jacíkův test (6,8 %) či semafor (4,9 %).



Obrázek 10 Otázka č.6: Koordinace

6. 6. 5 Flexibilita

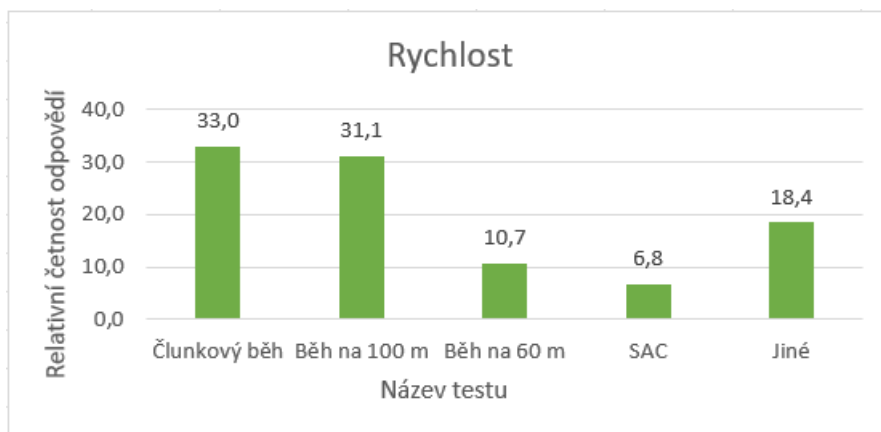
Další v pořadí méně volených schopností mezi respondenty byla flexibilita (28,2 %). Možným důvodem, že se tato schopnost umístila před rychlostí, může být to, že výroční přezkoušení a obecně základní tělesná příprava by měly dbát také na zdravotní stránku vojáků a jejich prevenci zranění, kde hraje flexibilita vysokou roli. Níže lze z grafu (obrázek 11) vyčíst, že odpovědi předklon (38,8 %) a Sit and reach (24,3 %) jsou zastoupeny nejvíce, a navíc se jedná o cviky, které sledují shodné parametry, rozdíl je pouze v poloze těla. Dotyk prstů za zády byl pak obsažen 4,9 %. Velké procento odpovědí *jiné* je znovu zastoupeno z důvodu odpovědí, které nepřesáhly 4% hranici, ale také proto, že řada odpovědí byla typu „nevím“ či „netestoval bych“.



Obrázek 11 Otázka č. 6: Flexibilita

6. 6. 6 Rychlost

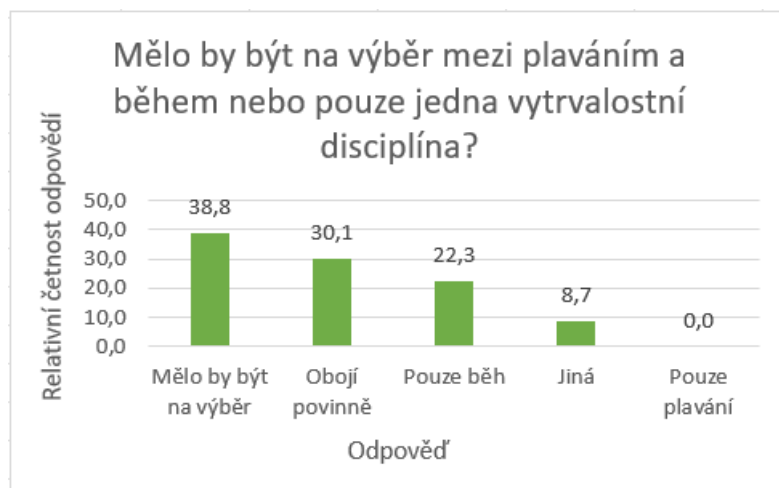
Rychlost jako nejméně podstatnou pohybovou schopnost vybralo pouze 26,2 % respondentů. V odpovědích respondentů nebylo jasné, který test by byl podle nich ideální, člunkový běh vybralo 33 % respondentů a běh na 100 metrů 31,1 %, následoval běh na 60 m (10,7 %) a již dříve zmíněné SAC s 6,8 %.



Obrázek 12 Otázka č. 6: Rychlost

6.7 Otázka č. 7: Mělo by být na výběr mezi plaváním a během nebo pouze jedna vytrvalostní disciplína?

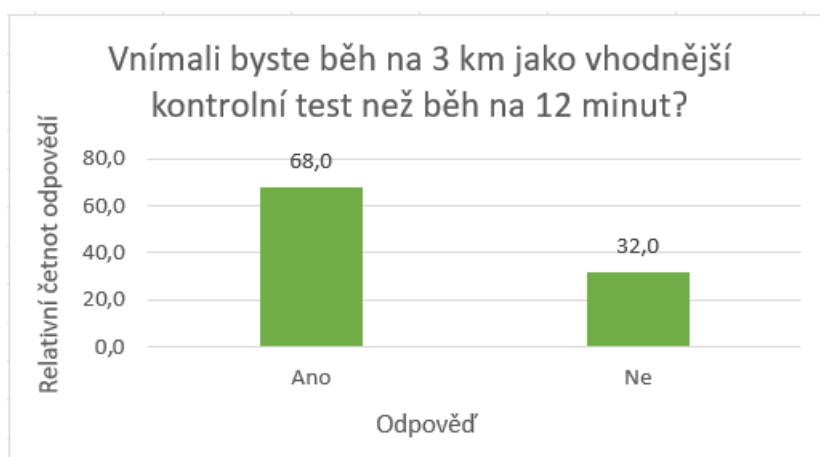
Zde se dostáváme k více konkrétním otázkám, nicméně stále se týkají oblasti kontrolních testů. Tato navazuje na otázku ohledně vytrvalostních testů (viz subkapitola 6.3.1) a zjišťuje názor na současný stav vytrvalostního kontrolního testu ve výročním přezkoušení. Z grafu níže (obrázek 13) lze vyčíst, že 38,8 % respondentů je pro zachování současného formátu, tedy že by měla být možnost volby mezi během a plaváním. Oproti tomu 30,1 % respondentů si myslí, že by mělo být obojí povinné, nicméně to by znamenalo mít ve výročním přezkoušení dvě vytrvalostní disciplíny. Zajímavost těchto dvou testů ale je, že při Cooper testu vykonává voják pohybovou aktivitu 12 minut, při plavání je to zhruba o polovinu času méně. Dále vidíme, že 22,3 % je pro zařazení běhu jako jediného kontrolního testu vytrvalostních schopností.



Obrázek 13 Otázka č. 7: Mělo by být na výběr mezi plaváním a během nebo pouze jedna vytrvalostní disciplína?

6. 8 Otázka č. 8: Vnímali byste běh na 3 km jako vhodnější kontrolní test než běh na 12 minut?

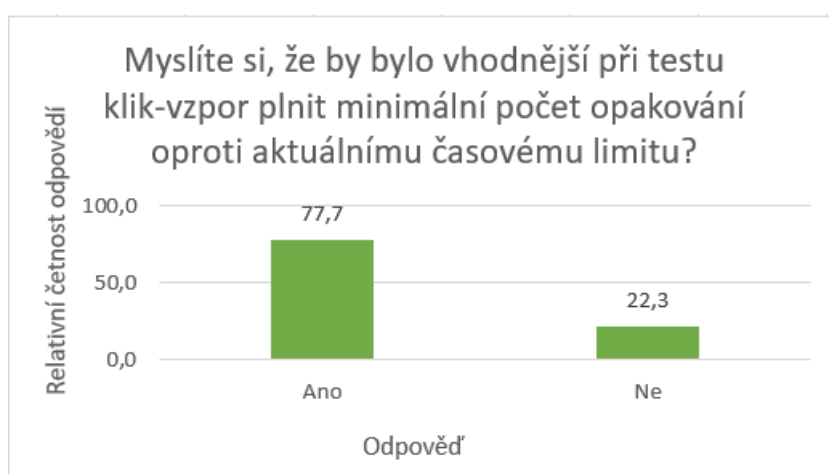
V této otázce stále pokračujeme v oblasti vytrvalosti a dáváme respondentům na výběr pouze ze dvou odpovědí. Zajímavé je, že v otázce č. 5 (subkapitola 6.3.1) napsalo běh na 12 minut (tedy Cooperův běh) 42,7 % respondentů a běh na 3 km pouze 19,4 %, nicméně jakmile jsme dali na výběr pouze tyto dvě možnosti, v grafu níže (obrázek 14) lze vidět, že většina respondentů zvolila právě běh na 3 km (68 %) jako alternativu k běhu na 12 minut (32 %). Ač jde o dva velmi podobné kontrolní testy, každý z nich má pro přezkoušení určité výhody.



Obrázek 14 Otázka č. 8: Vnímali byste běh na 3 km jako vhodnější kontrolní test než běh na 12 minut?

6. 9 Otázka č. 9: Myslíte si, že by bylo vhodnější při testu klik-vzpor plnit minimální počet opakování oproti aktuálnímu časovému limitu?

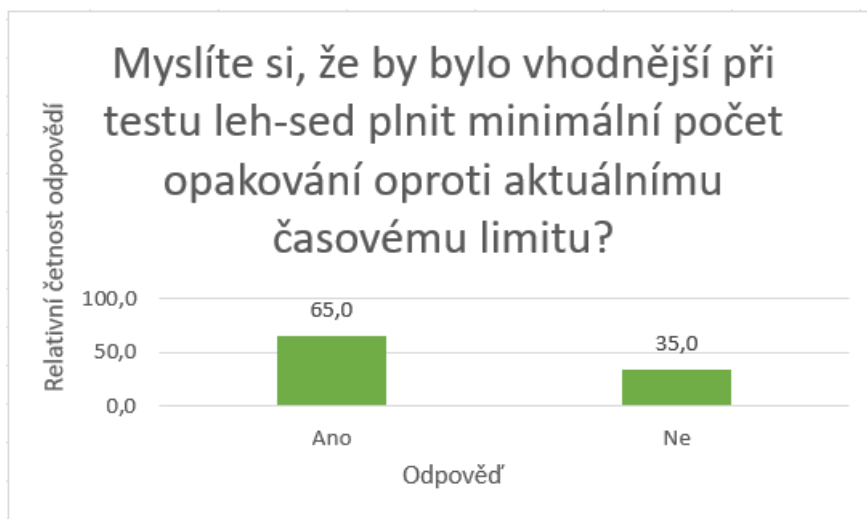
S touto otázkou se dostáváme k silovým testům výročního přezkoušení. Cílem této otázky bylo zjistit, zda dle respondentů nebude lepší plnit určitý počet opakování oproti aktuálnímu časovému limitu, to by znamenalo přesnější počítání počtu opakování, test by proběhl bez časového tlaku a vojáci by museli dodržovat správnou techniku cviku, což je obtížné kontrolovat v tak krátkém časovém úseku, jakým aktuálních 30 sekund je. Z grafu níže (obrázek 15) lze vyčíst, že tuto variantu vybralo 77,7 % respondentů.



Obrázek 15 Otázka č. 9: Myslíte si, že by bylo vhodnější při testu klik-vzpor plnit minimální počet opakování oproti aktuálnímu časovému limitu?

6. 10 Otázka č. 10: Myslíte si, že by bylo vhodnější při testu leh-sed plnit minimální počet opakování oproti aktuálnímu časovému limitu?

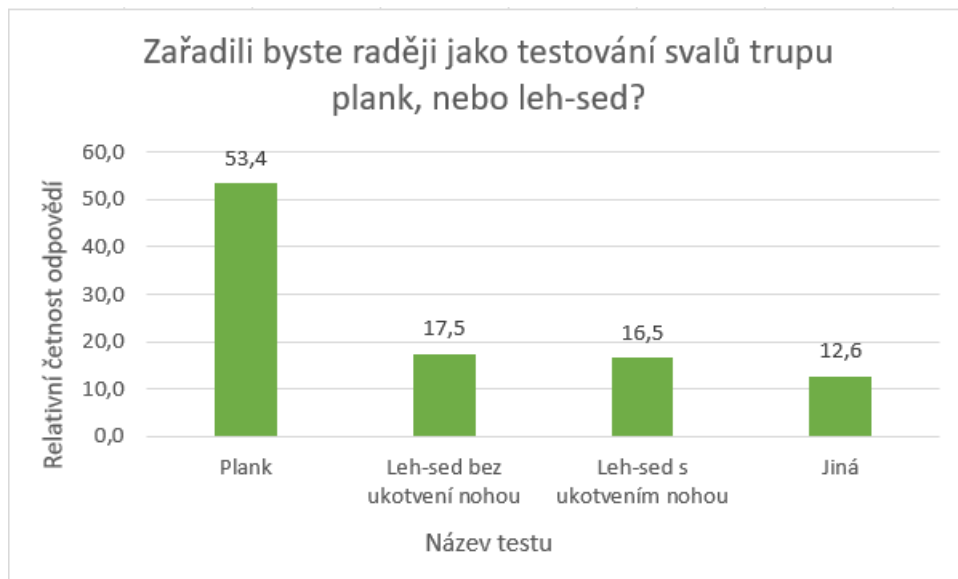
Tato otázka koresponduje s předchozí a ptá se na stejné téma, nicméně tentokrát u kontrolního testu leh-sed, který je stejně jako test klik-vzpor již součástí výročního přezkoušení. V grafu níže (obrázek 16) vidíme, že odpovědi jsou podobné jako u předchozí otázky, a to ano (65 %) a ne (35 %). Zajímavé je, že tato procenta nejsou tak dominantní ve prospěch odpovědi *ano* jako u předchozí otázky.



Obrázek 16 Otázka č. 10: Myslíte si, že by bylo vhodnější při testu leh-sed plnit minimální počet opakování oproti aktuálnímu časovému limitu?

6.11 Otázka č. 11: Zařadili byste raději jako testování svalů trupu plank, nebo leh-sed?

Tato otázka navazuje na tu předchozí a stále se věnuje problematice testování svalů trupu, kdy tělovýchovní pracovníci, široká veřejnost i věda vidí problém jak ve spolehlivosti leh-sedů pro testování svalů trupu, tak v oblasti zdravotních rizik spojených právě s leh-sedy (Gottschall, 2013), navíc s ukotvením nohou. Respondentů jsme se tedy zeptali, již konkrétněji, který ze cviků by vybrali, na výběr byly níže (obrázek 17) zobrazené možnosti, tedy testy využívající se nejčastěji. 53,4 % respondentů zvolilo plank, následně 17,5 % leh-sed bez ukotvení nohou a 16,5 % leh-sed s ukotvením nohou, tedy současnou variantu výročního přezkoušení. Pod položkou „jiné“ respondenti zmiňovali především dynamické cviky, jako jsou mrtvý tah či leg tuck. Odpovědi respondentů tedy naznačují, že tělovýchovní pracovníci by také preferovali změnu tohoto kontrolního testu. Problém může být ale v dynamické odlišnosti výše zmíněných testů, při planku je testována statická síla trupu, ostatní cviky jsou dynamické, nastává tedy otázka, zdali jsou nároky na svaly trupu vojáka především v dynamické síle, či statické.



Obrázek 17 Otázka č. 11: Zařadili byste raději jako testování svalů trupu plank, nebo leh-sed?

6. 12 Otázka č. 12: Měly by být ženy testovány stejnými cviky jako muži? Případně proč?

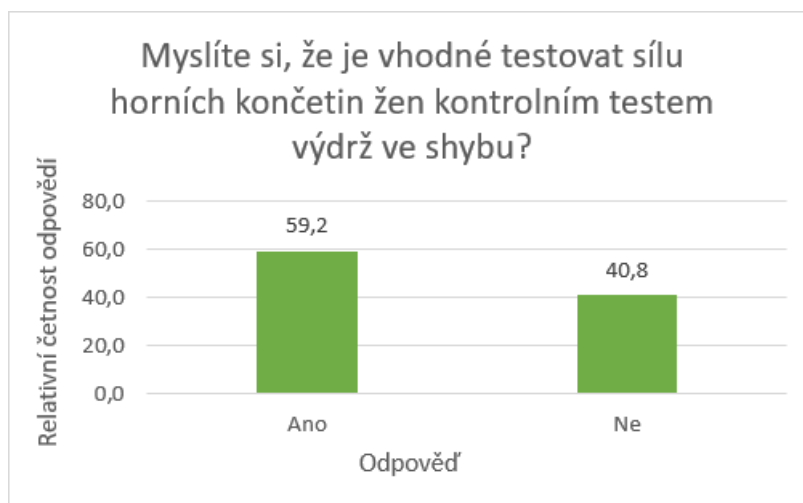
Dostáváme se k otázce, která se týká pohlaví. Nikoli ovšem o to, zda mají mít muži a ženy stejné normy v kontrolních testech, ale pouze toho, jestli mají být testovány stejnými cviky. V současném výročním přezkoušení mají ženy na výběr ze silového testu leh-sed nebo výdrž ve shybu, které spolu v žádném případě nesouvisí, na rozdíl od mužů, kteří mají na výběr mezi shyby a souborným cvičení klik-vzpor a leh-sed. Níže lze z grafu (obrázek 18) vyčíst, že polovina (49,5 %) respondentů je pro to, aby byly cviky pro všechny stejné, pro opačnou variantu je 19,4 %. Dále 13,6 % je pro stejné cviky, ale jiné normy, což bohužel nelze lépe vyhodnotit, protože tito respondenti pouze zdůraznili, že mají být jiné normy, tedy v krajním případě se dají tyto výsledky spojit s výsledky *ano* (49,5 %). Pro to, aby byly ženy testovány stejnými cviky v ostatních pohybových schopnostech, ale v síle nikoli, je 7,8 %. Do položky *jiné* (9,7 %) spadají především odpovědi, které žádají rozlišení výkonnostních norem a kontrolních testů podle toho, na kterém útvaru daná žena slouží.



Obrázek 18 Otázka č. 12: Měly by být ženy testovány stejnými cviky jako muži? Případně proč?

6. 13 Otázka č. 13: Myslíte si, že je vhodné testovat sílu horních končetin žen kontrolním testem výdrž ve shybu?

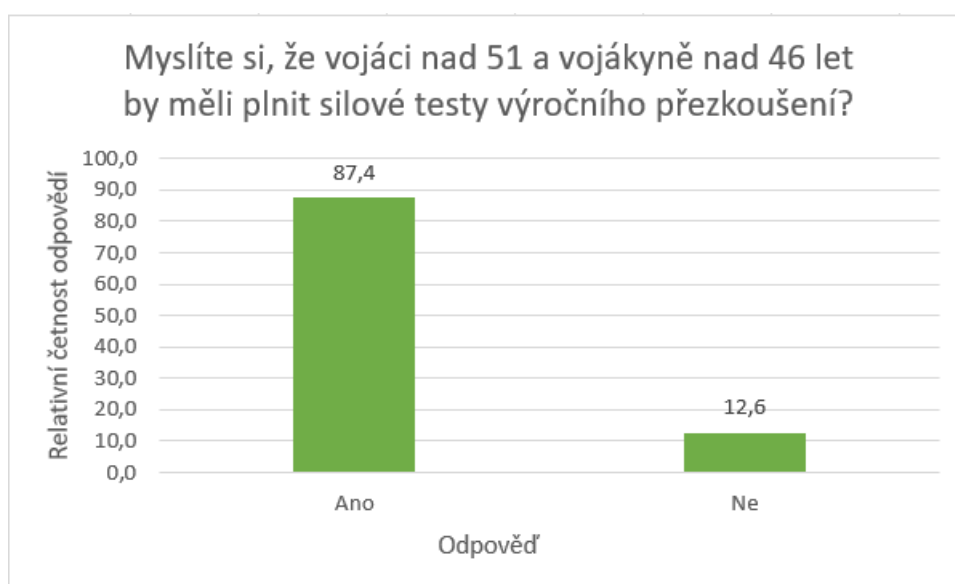
Tato otázka navazuje na předchozí, a i nadále se věnuje problematice kontrolních testů u žen. Důvodem této otázky bylo to, že muži mají na výběr shyby a ženy výdrž ve shybu, tedy dva odlišné cviky. Nicméně názor respondentů není nijak radikální, z grafu níže (obrázek 19) lze vidět, že většina (59,2 %) je pro ano a 40,8 % pro ne.



Obrázek 19 Otázka č. 13: Myslíte si, že je vhodné testovat sílu horních končetin žen kontrolním testem výdrž ve shybu?

6. 14 Otázka č. 14: Myslíte si, že vojáci nad 51 a vojákyně nad 46 let by měli plnit silové testy výročního přezkoušení?

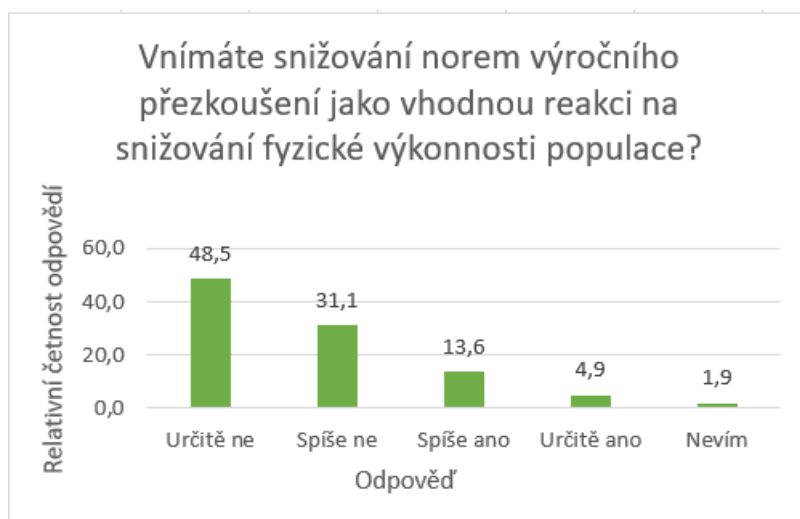
V této otázce jsme řešili věkové kategorie výročního přezkoušení. Současné jsou nastaveny tak, že muži nad 51 a ženy nad 46 let nemusí plnit silové testy přezkoušení. Zeptali jsme se respondentů na jejich názor a graf níže (obrázek 20) jasně vyjadřuje převahu odpovědí ano (87,4 %), tedy respondenti si myslí, že by mělo být právě naopak, a tedy silové testy u této kategorie přezkušovat.



Obrázek 20 Otázka č. 14: Myslíte si, že vojáci nad 51 a vojákyně nad 46 let by měli plnit silové testy výročního přezkoušení?

6. 15 Otázka č. 15: Vnímáte snižování norem výročního přezkoušení jako vhodnou reakci na snižování fyzické výkonnosti populace?

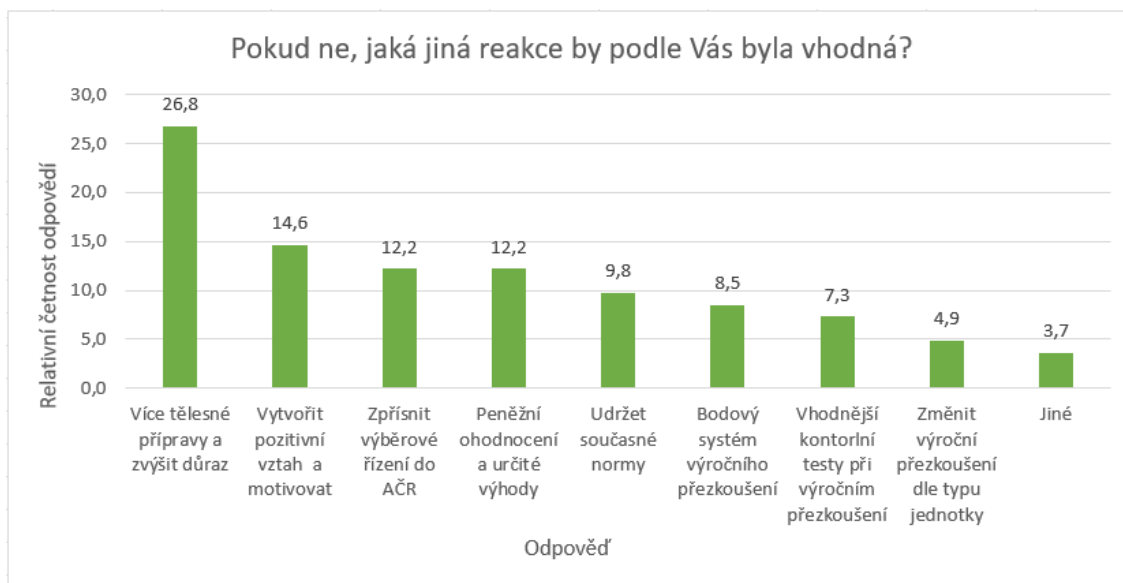
Touto otázkou se dostáváme do kategorie problematiky výkonnostních norem. Položení této otázky bylo reakcí na plánované snížení norem v budoucím normativním výnosu, který zamýšlí sekce tělovýchovy generálního štábu AČR. Dle grafu níže (obrázek 21) vidíme, že polovina (48,5 %) respondentů je „zásadně proti“, dále „spíše ne“ atp. zvolilo 31,1 % respondentů. Opačný názor vypadá následovně: spíše ano (13,6 %) a určitě ano (4,9 %). Lze tedy vidět, že většina tělovýchovných pracovníků (79,6 %) nepodporuje tento způsob reakce, odpověď na to, jak by danou situaci řešili, se dozvíme v následující otázce.



Obrázek 21 Otázka č. 15: Vnímáte snižování norem výročního přezkoušení jako vhodnou reakci na snižování fyzické výkonnosti populace?

6.16 Otázka č. 16: Pokud ne, jaká jiná reakce by podle Vás byla vhodná?

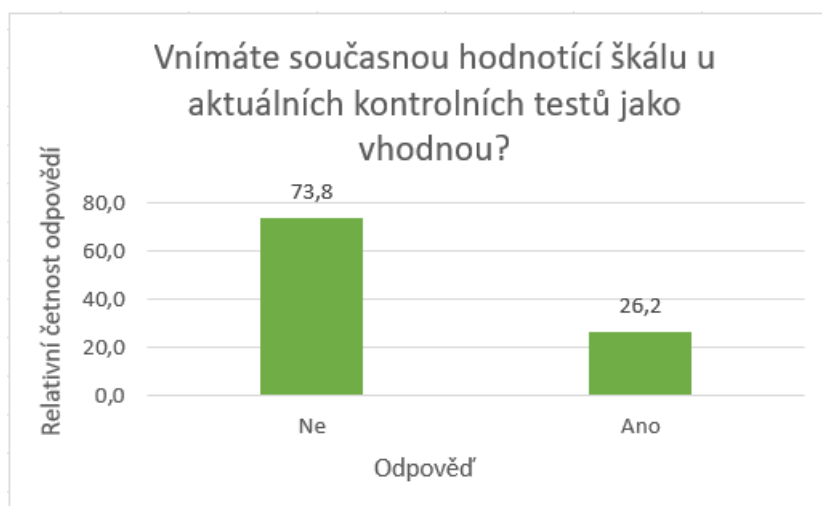
Touto otázkou navazujeme na tu předchozí, a ptáme se respondentů, kteří zvolili odpověď určitě ne a spíše ne (tedy 79,6 % respondentů z našeho souboru), jakou jinou reakci by doporučili. Níže (obrázek 22) lze vidět graf s odpověďmi. Celkem 26,8 % je pro posílení tělesné přípravy a zvýšení důrazu na ni, následuje položka respondentů s 14,6 %, kteří jsou pro vytváření pozitivního vztahu a motivaci v rámci tělesné přípravy. Můžeme vidět, že názory respondentů se v této otázce podstatně liší, nicméně všichni jsou zastánci toho, že bychom výkonnostní normy snižovat neměli. Následuje zpřísnění výběrového řízení do AČR (12,2 %) a peněžní ohodnocení a jiné určité výhody (12,2 %), které mají shodné zastoupení. Pro prosté udržení současných norem je 9,8 % respondentů. Co se týče dalších dvou odpovědí, tedy změnit bodový systém výročního přezkoušení (8,5 %) a změnit jeho kontrolní testy (7,3 %), lze vidět, že i změna těchto komponent výročního přezkoušení by mohla dle respondentů vést ke zlepšení situace.



Obrázek 22 Otázka č. 16: Pokud ne, jaká jiná reakce by podle Vás byla vhodná?

6. 17 Otázka č. 17: Vnímáte současnou hodnotící škálu u aktuálních kontrolních testů jako vhodnou?

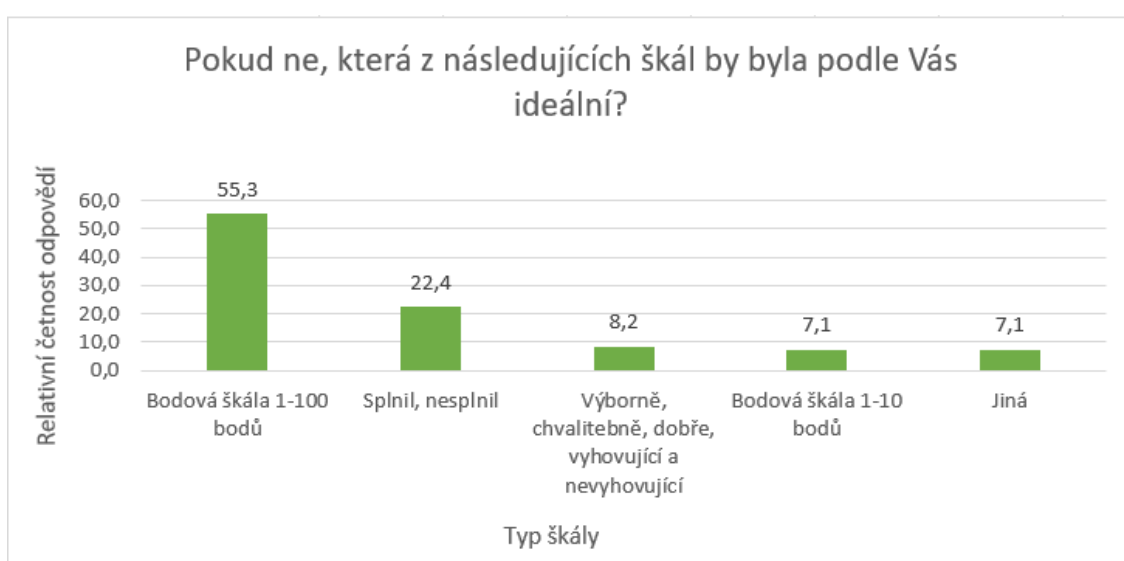
Již v předchozí otázce bylo patrné, že určitá část respondentů vidí problém také v hodnotící škále, která se ve výročním přezkoušení nyní využívá. Dostáváme se tedy k otázkám, které se týkají právě bodovacích škál. Zeptali jsme se respondentů, zda vnímají současnou hodnotící škálu (výtečně, dobře, vyhovující a nevhovující) jako vhodnou, dle výsledků níže (obrázek 23) je vidět, že 73,8 % respondentů vnímá současnou hodnotící škálu jako nevhodnou, naopak 26,2 % respondentů jako vhodnou. Lze spatřit, že téměř tři čtvrtiny tělovýchovných pracovníků jsou nespokojené s aktuální hodnotící škálou. Jakou jinou hodnotící škálu by preferovali, lze vidět v otázce č. 18 (viz subkapitola 6.18).



Obrázek 23 Otázka č. 17: Vnímáte současnou hodnoticí škálu u aktuálních kontrolních testů jako vhodnou?

6. 18 Otázka č. 18: Pokud ne, která z následujících škál by byla podle Vás ideální?

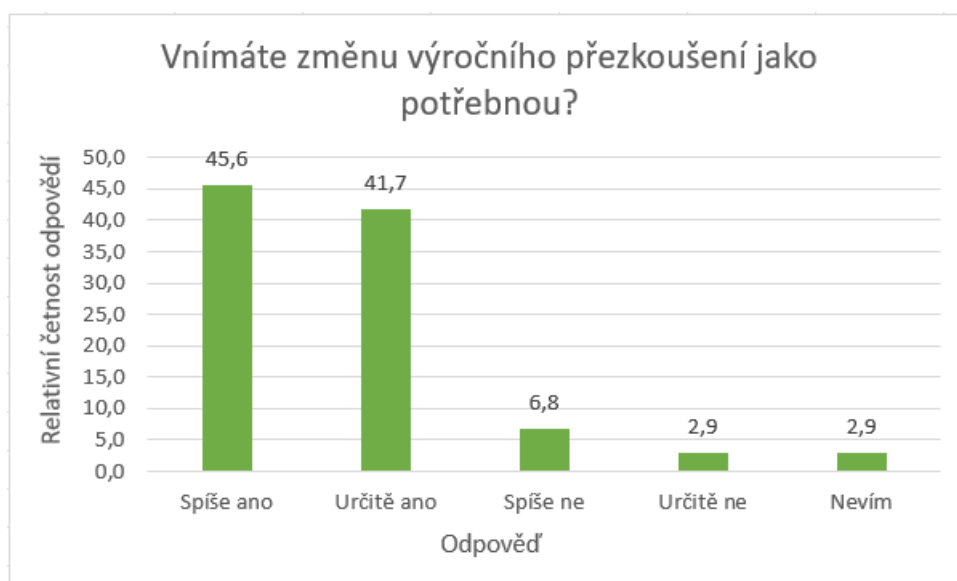
Respondentů, kteří odpověděli na předchozí otázku negativně, jsme se dále ptali, jakou jinou bodovací škálu by upřednostnili. Otázka byla polouzavřená a na výběr dostali níže znázorněné odpovědi (obrázek 24). Více jak polovina respondentů (55,3 %) zvolila 100bodovou škálu, tedy škálu, která byla dříve ve výročním přezkoušení obsažena (NNGŠ č. 10/2000). Na druhou stranu lze postavit protipól 100bodové škály, tedy splnil/nesplnil, který zvolilo 22,4 % respondentů. Poté pětibodovou a desetibodovou škálu zvolilo 8,2 %, resp. 7,1 % respondentů.



Obrázek 24 Otázka č. 18: Pokud ne, která z následujících škál by byla podle Vás ideální?

6. 19 Otázka č. 19: Vnímáte změnu výročního přezkoušení jako potřebnou?

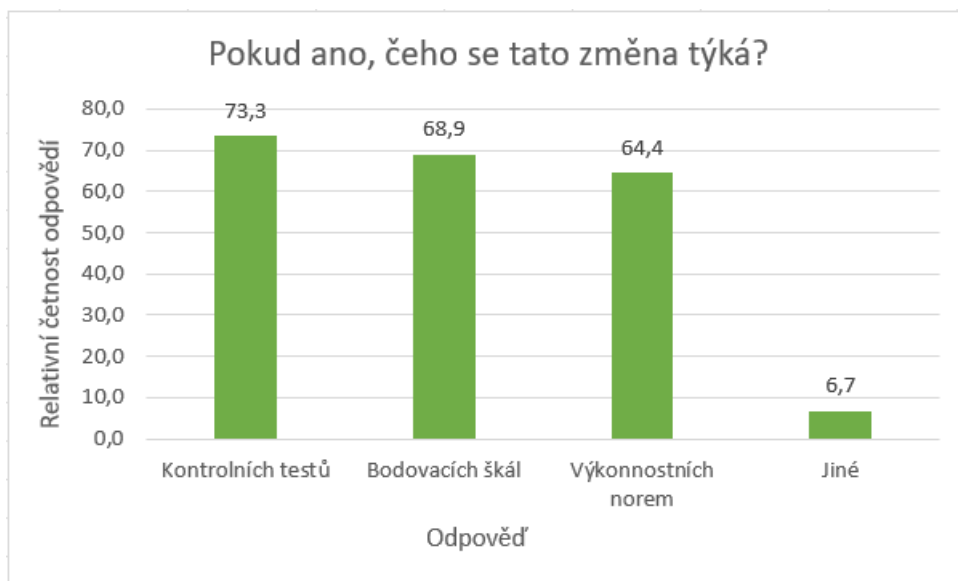
Touto otázkou se dostáváme k závěru dotazníku. Aktuální otázka měla shrnuje názor všech respondentů na to, zda by určitou změnu ve výročním přezkoušení provedli. Níže z grafu (obrázek 25) vyčteme, že pro změnu je až 87,3 % (45,6 % + 41,7 %) respondentů. Naopak proti změnám je 9,7 % (6,8 % + 2,9 %). Bez názoru je pouze 2,9 %. Tyto odpovědi celkem jasně vykreslují současnou situaci výročního přezkoušení a budou v diskuzi náležitě komentovány.



Obrázek 25 Otázka č. 19: Vnímáte změnu výročního přezkoušení jako potřebnou?

6. 20 Otázka č. 20: Pokud ano, čeho se tato změna týká?

Pro upřesnění předchozí otázky jsme se respondentů, kteří uvedli, že by byli pro změnu, zeptali konkrétněji, jakou změnu by navrhli. V této otázce bylo možné vybrat více odpovědí. Z grafu níže (obrázek 26) lze vidět, že všechna hlavní témata výročního přezkoušení jsou na podobné úrovni (73,3 %, 68,9 % a 64,4 %). Nejvíce by respondenti změnili kontrolní testy výročního přezkoušení.



Obrázek 26 Otázka č. 20: Pokud ano, čeho se tato změna týká?

6. 21 Otázka č. 21: Pokud dotazník neobsáhl nějaké důležité téma, v této poslední otázce Vás žádám o doplňující poznámky, výhrady a nápady, které se výročního přezkoušení týkají.

Poslední otázka měla poskytnout respondentům prostor vyjádřit názor či zmínit téma, které je ve výročním přezkoušení problematické, ale dotazník jej neobsáhl. Prostor využilo celkem 34,6 % respondentů. Ač některé poznámky byly spíše úsměvné, pokusíme se uvést ty nejpřínosnější, či ty, které již nebyly zmíněny v otázkách výše.

Nejčastěji (celkem 7x) se objevilo zrušení řádného (květen a červen) a opravného (září) termínu, tedy možnost přezkušovat kdykoli během roku. Někteří zmiňovali například alespoň duben–říjen, tedy měsíce, kdy je víceméně příznivé počasí.

Dále byly (celkem 5x) zmiňovány odměny pro ty, kteří pravidelně dosahují velmi dobrých výsledků výročního přezkoušení, a postihy těch, kteří svoje povinnosti neplní.

Zmiňováno bylo (celkem 4x) také navýšení kontrolních testů, které by mělo výroční přezkoušení obsahovat.

Dalším problémem, který vidí celkem 3 respondenti, byly výkonnostní normy u ženských kategorií, kdy kromě plavání jsou podle nich normy již podhodnoceny.

Předposlední připomínkou, která stojí za zmínku, je uvedení (celkem 3x) a chvála americké testové baterie ACFT (Army Combat Fitness Test), která je nově platná pro

přezkoušení ve Spojených státech amerických, tedy respondenti doporučují nahlédnout do zahraničí a inspirovat se tam.

Poslední připomínku, kterou zmíníme, je změna organizace vlastního testování. Aktuální vojenské předpisy stanovují, že výroční přezkoušení může organizovat a vést pouze důstojník, tedy vysokoškolsky vzdělaný odborník, tuto změnu žádají celkem 2 respondenti.

7 Diskuze

Po přehledném zobrazení výsledků dotazníku v předchozí kapitole a jejich stručném zhodnocení bude následovat diskuze výsledků. Diskuze bude strukturována do kapitol dle okruhů dotazníku, kdy budeme konfrontovat dosažené výsledky dotazníku s aktuální literaturou a vědeckými poznatky.

Podobnému tématu se již věnoval Černohorský v disertační práci Optimalizace systému tělesné výchovy v AČR z roku 2009, která ovšem vznikla před rokem 2011, tedy řeší především problematiku předchůdce NVMO č. 12/11 – předpisu Těl-1-1 z roku 1989.

Diskuze níže se bude věnovat pouze výsledkům otázek, které vykazaly zajímavé odpovědi, a to včetně nejvíce problematických témat.

7.1 Úvod do výzkumu

Česká republika je připravována v součinnosti s NATO (The North Atlantic Treaty Organization), z čehož pro ni vyplývá odpovědnost, která se týká nejen celkové připravenosti, ale i připravenosti tělesné. Ozbrojené síly ČR povedou vojenské operace téměř výhradně v operační sestavě spojeneckých vojsk. Budou tak působit ve stejném operačním prostředí jako síly koaličních partnerů (Koziel, 2006). Vzhledem k těmto požadavkům se proto jeví jako nutné nastavit i systém tělesné výchovy v AČR, který zabezpečí požadovanou úroveň tělesné připravenosti vojáků, kvantitativně i kvalitativně srovnatelnou s vojáky jiných armád působících ve společných koaličních silách (Černohorský, 2009). Při současných bojových činnostech se předpokládá masivní nasazení moderní vojenské techniky, které může evokovat zdánlivě se snižující význam tělesné připravenosti vojáků v těchto činnostech. Erudované názory však vypovídají o narůstajícím významu lidského faktoru a vysoké úrovně tělesné připravenosti vojáků pro jejich úspěšné jednání a chování v hraničních zátěžových situacích (Černohorský, 2009). Kostelka (2003) zároveň upozorňuje, že transformace současného personálu do cílové struktury by měla probíhat tak, aby nebyly ohroženy schopnosti ozbrojených sil ČR a aby nedošlo ke zbytečnému úniku odborného, již dokonale vycvičeného personálu.

V účelově sestaveném dotazníku pro příslušníky mírových jednotek bylo zjištěno, že po absolvování pětíměsíčního výcviku vojenského profesionála v gesci mírových jednotek OSN zařadili vojáci potřebu být zdatný, schopný snášet nepohodlí a fyzickou

námahu mezi deset nejpodstatnějších aktivit z 27 položek výběrového souhrnu jak z hlediska důležitosti, tak z hlediska míry uspokojování potřeb v každodenním životě. Tento fakt tedy potvrzuje skutečnost, že vojenský profesionál plně docení tělesnou přípravu jako prostředek k dosažení vysoké úrovně tělesné zdatnosti a výkonnosti a ta se stává podmínkou existence v armádě (Knobloch, 1993).

Profesionální voják je za službu odměňován platem, vstupuje do armády dobrovolně a tím přebírá osobní zodpovědnost za plnění uložených úkolů, své podřízené, svěřenou techniku, materiál, ale mimo jiné především i za svou tělesnou zdatnost v souladu se zákonem č.221/1999 Sb., o vojácích z povolání (*Zákon o vojácích z povolání*, 1999).

Problematika výročního přezkoušení je obsáhlá a není účelem této práce hodnotit všechna její témata a věnovat se jim, tento úvod měl pouze poskytnout a zdůraznit náhled na tělesnou připravenost vojáků AČR. V dalších kapitolách se již budeme věnovat konkrétním výsledkům dotazníku.

7. 2 Kontrolní testy

První okruh našeho dotazníku se po úvodních otázkách věnoval kontrolním testům a pohybovým schopnostem, které by mělo výroční přezkoušení obsahovat. Výsledky dotazníku potvrzují, že obsahem výročního přezkoušení by měla být především vytrvalost a síla celého těla, ostatní pohybové schopnosti nedosáhly hranice 50 %, tedy je respondenti nepovažují za příliš důležité z hlediska výročního přezkoušení, nicméně zahraniční zdroje naznačují, že obsahem testování v zahraničních armádách je také rychlost a agility (tedy obratnost), pohybová schopnost koordinace je již zastoupena v mizivé míře Kohout (2022).

7. 2. 1 Vytrvalost

Pokud se dostaneme k hodnotám ohledně jednotlivých výsledků, u vytrvalosti téměř polovina (42,7 %) respondentů zvolila jako ideální kontrolní test Cooperův běh a 19,4 % zvolilo běh na 3 km. Jestliže tyto výsledky srovnáme se zahraničními armádními testovými bateriemi, výsledky se relativně liší. Dle Matouška (2022) se v zahraničních armádách nejvíce vyskytuje běh na 3,2 km (tedy 2 míle), následovaný přesunem se zátěží. Naši respondenti přesun se zátěží zřejmě nezmiňovali, a to z důvodu výročního

přezkoušení a jeho zasazení do kontrolního procesu, kdy přesun se zátěží je předmětem přezkoušení profesního, nicméně také úzce souvisí s vytrvalostí.

Problematika vytrvalostního testu ve výročním přezkoušení není složitá, Cooperův běh se vyznačuje vysokou korelací ($r = 0,9$) mezi dosaženým výkonem a aerobní zdatností (Cooper, 1968), což potvrzují i novější výzkumy, jako například Bandyopadhyay (2015), který udává korelaci ještě větší, a to $r = 0,93$. Když k těmto výsledkům přidáme praktičnost měření Cooperova testu, cíl výročního přezkoušení zjišťovat základní úroveň pohybových schopností a výsledky respondentů našeho dotazníku, tak se tento test jeví jako ideální a není potřeba žádné změny.

S tímto tématem souvisela ale také otázka č.8, která na druhou stranu rozporuje předchozí postuláty. Pokud jsme respondentům dali na výběr, zda by upřednostňovali Cooperův běh, nebo běh na 3 km, tedy jednalo se o uzavřenou otázku, tak většina (68 %) respondentů zvolila právě běh na 3 km. Jedná se samozřejmě o drobnou změnu, nicméně nastává otázka, zdali nebude lepší právě běh na 3 km, tak jak je tomu zhruba v zahraničních armádách, kdy například v U.S. Army je k dosažení nejvyššího počtu bodů pro nejmladší kategorii potřeba dosáhnout času 13:22 v běhu na 2 míle (tedy 3,2 km) (Townsend 2018).

7. 2. 2 Síla

U této pohybové schopnosti je dle respondentů vhodné testovat sílu všech částí těla, tedy sílu horní a dolní poloviny těla a sílu trupu. Problematika testování síly v současném výročním přezkoušení spočívá především v kontrolních testech a netestování síly dolních končetin, ačkoliv to 56,3 % respondentů požaduje. V zahraničních armádách se dokonce síla dolních končetin vyzdvihuje nad sílu ostatních částí těla (Mašek, 2022). U síly horní a dolní poloviny těla není problematika tak složitá a respondenti se víceméně shodují, problém nastává u testování síly trupu.

Síla trupu se testuje především pro zjištění, zda je voják schopen například překonat překážku či nést požadovanou zátěž (East et al., 2017), samozřejmě za předpokladu zapojení ostatních pohybových schopností. Nicméně je důležité si stanovit, chceme-li testovat sílu statickou, či dynamickou. Téměř polovina (47,6 %) respondentů zvolila jako ideální kontrolní cvik plank oproti současnému testu leh-sed. Problémem je především

zdravotní riziko provádění testu leh-sed (Gottschall, 2013), ale také jeho výpovědní hodnota, kdy validita pro kontrolní test leh-sed za 1 minutu je pouze 0,44 (Diener, 1992).

Oblasti kontrolních testů silových schopností se věnovaly také otázky č. 9 a 10., kdy jsme se respondentů ptali, zda si myslí, že by bylo vhodnější u kontrolních testů klik-vzpor a leh-sed měřit počet opakování oproti časovému limitu. Tyto otázky zvažovaly pouhé upravení současného výročního přezkoušení. Odpovědi na tyto otázky jsou zajímavé z důvodu vysokého zastoupení respondentů, kteří by tuto změnu uvítali, a to u testu klik-vzpor 77 % a u testu leh-sed 65 %. Lze tedy pozorovat, že ani současné nastavení podmínek testu není ideální, a případná změna by napomohla lepší standardizaci testu. To ostatně potvrzují nastavené podmínky například testu ACFT (Hibbard, 2019), který je v tomto ohledu velmi propracovaný, a právě časový limit není jeho předmětem.

7.3 Problematika žen

Některé otázky v dotazníku se týkaly problematiky žen v kontextu výročního přezkoušení. Předmětem výzkumu není ani tak rozlišení výkonnostních norem pro ženy, ale spíše silové kontrolní testy, jež ženy plní jiné než muži. Otázka č. 15 měla za cíl zjistit, zda by měly být ženy testovány stejnými kontrolními testy jako muži. Polovina (63,1 %) respondentů si myslí, že ano. Je obecně známo, že v silových schopnostech jsou ženy oproti mužům znevýhodněny nejvíce v porovnání s ostatními pohybovými schopnostmi (Havlíčková, 2003). Na druhou stranu je vhodné uvést, že není důležité, kdo úkol plní, ale to, aby úkol byl splněn (Přívětivý, 2006). Nutno však říci, že podle dostupných studií mají ženy v důsledku výcviku až dvojnásobné počty zranění v porovnání s muži (Knapik et al., 2001). Co je, avšak pozoruhodné, že ženy dosahují konstantně lepších výsledků ve výročním přezkoušení z TP (Lašák, 2022), například v kontrolním testu leh-sed dosahuje až 85,9 % žen výborného hodnocení, u mužů je to 46 %. Také u běhu na 12 minut dosahuje 45,9 % žen výborného hodnocení, naopak u mužů je to 19,3 %. Nastává tedy otázka, zda nejsou normy žen podhodnoceny, či má tato skutečnost jiné vysvětlení.

Je známo, že maximální fyzická síla střední části těla průměrné ženy dosahuje 63,5 %, maximální fyzická síla horní části těla ženy 55,8 % a maximální fyzická síla dolní části těla ženy 71,9 % maximální fyzické síly odpovídajících částí těla průměrného muže (Laubach, 1976). Víme tedy, že ženy v tomto ohledu zaostávají, nicméně mohou

plnit stejné kontrolní testy jako muži, pouze s nižšími normami, protože víme, že rozvoj svalové síly je zásadní komponentou pro tělesnou připravenost ve většině vojenských profesích stejně jako ve sportu (Zatsiorsky et al., 2001).

V čem si spolu s respondenty oponujeme, je problematika otázky č.13, která se stále týká ženského pohlaví. Ptali jsme se respondentů, jestli si myslí, že je vhodné testovat sílu horní poloviny u žen výdrž ve shybu, kdy 59,2 % respondentů odpovědělo, že je to správné, tedy více jak polovina. Co se týče výdrže ve shybu, u které testujeme statickou sílu horní poloviny těla, je vhodné připomenout, že na druhou stranu u mužů testujeme kontrolním testem shyb, tedy dynamickou sílu horní poloviny těla. Nasnadě je otázka, proč testovat a znát hodnoty statické síly u žen. Ideální by mohlo být hledání genderově neutrálních cviků, tak jako tomu bylo například při vytváření testové baterie ACFT (Cox, 2019).

Výše popsané téma možná trochu ztrácí na významu z toho důvodu, že se ve výročním přezkoušení nacházejí alternativy, tedy možnost si vybrat v našem případě u žen mezi kontrolním testem výdrž ve shybu a leh-sedy. Pokud se podíváme na výkonnostní normy, které jsou v současné době platné (viz tabulka 1), lze jednoduše posoudit, že pro ženu bude jednodušší splnit 45 opakování v kontrolním testu leh-sed než 50 sekund v kontrolním testu výdrž ve shybu. I po konzultaci s tělovýchovnými pracovníky můžeme potvrdit, že kontrolní test výdrž ve shybu si vybere pouze minimum žen. Nastává tedy otázka alternativ jako součásti výročního přezkoušení. Pokud máme na vojáky určitý požadavek a chceme znát úroveň jejich pohybové schopnosti, proč dáváme vojákům na výběr, aby prováděli jiný kontrolní test, který nám vypoví hodnoty jiné oblasti pohybové schopnosti než té, kterou požadujeme? Před vytvářením testové baterie je nutné si stanovit, jakou úroveň pohybových schopností od vojáků potřebujeme, a pečlivě zajistit vysokou validitu kontrolních testů při jejich výběru (East et al., 2017).

7.4 Výkonnostní normy

Tématu výkonnostních norem se v dotazníku věnovaly celkem 2 otázky. Cílem bylo zjistit, jaký mají respondenti názor na plánované snižování norem, které se týká výročního přezkoušení, protože to je v současné době jedinou reakcí na snižování tělesné výkonnosti v AČR. Obecně se tělesná výkonnost běžné populace spíše snižuje (WHO, 2022), ovšem AČR jako výběrová populace by se neměla podřizovat obecné populaci, s čímž souhlasí také naši respondenti. Lze odvodit, že pokud nesnížíme

výkonnostní normy, bude stále procento nevyhovujících narůstat, což potvrdila studie Testování tělesné výkonnosti (Paukner, 2014), kdy po zpřísnění norem vlivem vydání NVMO č. 12/2011 narostl počet nevyhovujících až o 26 %, a to pouze během jednotek let. Navíc podle některých zahraničních studií nízká úroveň aerobní kondice a svalové vytrvalosti vede k vyššímu riziku zranění během výcviku (Heir a Eide, 1997)

Zajímavé je, že v letech 2000 až 2017 probíhalo v AČR dlouhodobé monitorování tělesné zdatnosti vojáků. Z výsledků měření vyplývá, že trend neustále se zhoršujícího zdravotního a fyzického stavu běžné populace se u vojáků na počátku základního výcviku ve výcvikovém středisku ve Vyškově výrazněji neprojevuje (Přívětivý, 2018). Na druhou stranu Zemánek (2015) uvádí, že úroveň tělesné zdatnosti klesá již od roku 2010, to může být ale způsobeno zavedením předpisu NVMO č. 12/2011. Také bylo zjištěno, že úroveň výkonů uchazečů o studium Vojenského oboru při FTVS UK má v průběhu sledovaných let převážně klesající tendenci (Ploček, 2021), tedy můžeme v tomto případě sledovat určité zhoršení tělesné výkonnosti běžné populace i populace vojáků, profesionálů. Další zajímavou informací může být také to, že počet vojáků, kteří jsou hodnoceni známkou 4 (nevyhovující) v letech 2011 až 2021 klesá (z 9,5 % na 4,6 %) (Lašák, 2022), na druhou stranu počet vojáků, kteří mají dočasná zdravotní omezení vzrostl (z 4,4 % na 6 %).

Co se týče odpovědí našich respondentů, celkem 79,6 % jich je proti snižování výkonnostních norem výročního přezkoušení a jsou spíše pro hledání určité alternativy, jejichž výčet lze sledovat ve výsledcích otázky č. 16 (viz subkapitola 6.16).

7.5 Hodnotící škála

V teoretické části (viz subkapitola 2.7.4) jsme zmiňovali problematiku hodnotících škál, stejně jako výhody a nevýhody bodového hodnocení. Je tedy zajímavé, že 73,8 % respondentů shledává současnou hodnotící škálu jako nevhodnou a celkem 55,3 % by ji nahradilo bodovací škálou 1–100 bodů. Jsou tedy pro návrat k minulému způsobu hodnocení, které fungovalo před vydáním předpisu NVMO č. 12/2011, nicméně by bylo nutné vytvořit škálu a příslušné normy dle nového standardizovaného měření, protože bodové hodnocení mělo v minulosti mnoho nedostatků (Černohorský, 2009)

7.6 Závěr šetření

Otázky na závěr dotazníku měly shrnout názory respondentů, a tedy ucelit jejich postoj ke změnám výročního přezkoušení. Je alarmující, že 86,3 % našich respondentů

požaduje změnu výročního přezkoušení, tento výsledek by měl být brán v úvahu pro budoucí představitele, kteří budou mít možnost přezkoušení změnit. Jak jsme se od respondentů dozvěděli, změnu požadují u všech hlavních komponent výročního přezkoušení, a tedy jak kontrolních testů, výkonnostních norem, tak i bodovacích škál.

7.7 Reflexe

I přes promyšlené přípravy a samotné provedení lze na předložené studii najít určité problémy, jichž by se dalo při nadcházející podobné studii vyvarovat. Tyto důvody jsou jak objektivní, tak subjektivní. Tuto subkapitolu bychom chtěli věnovat určité sebereflexi po výzkumné části práce.

Jako objektivní limitaci bychom chtěli uvést okolnosti návratnosti dotazníku. Bylo vynaloženo maximální úsilí řešitele a vedoucího práce k tomu, aby byla návratnost co nejvyšší, bohužel výsledky nereflektují vynaložené úsilí a to se promítá v 46,9 % tělovýchovných pracovníků, kteří dotazník nevyplnili i přes to, že časový rámec pro vyplnění dotazníku byl déle než 2 měsíce. Celková populace tělovýchovných pracovníků není tak velká, aby nebylo možné dosahovat 100% návratnosti. Pokud chceme uvažovat a brát v potaz názory tělovýchovných pracovníků, bude pro příště lepší, když bude dotazování povinné, cestou náčelníka tělovýchovy ReMO. Sekce tělovýchovy generálního štábu AČR by se v tomto ohledu měla více zaměřit na důležité oblasti týkající se tělovýchovného procesu.

Mezi subjektivní důvody limitující naši práci patří například nezahrnutí mladších studentů do pilotní studie, a to z důvodu cíle pilotní studie, který se týkal jak obsahové, ale také formální stránky, tedy mladší studenti by byli především přínosem například pro srozumitelnost otázek. Další polemiku lze spatřovat v otázce č. 2v níž jsme nenabídli možnost odpovědi o. z., tedy občanský zaměstnanec, ačkoli ne všichni tělovýchovní pracovníci mají v AČR hodnostní označení a jsou vojáky z povolání. Zmíněné subjektivní důvody bude v příštím obdobném výzkumu potřeba lépe ošetřit.

8 Závěr

Cílem předložené práce bylo v teoretické části vysvětlit a formulovat základní pojmy, které s daným tématem souvisejí, dále formulovat metody testování a vysvětlit jejich použití. V praktické části pak provést metodou dotazování sběr a následné vyhodnocení dat.

Hlavním cílem bylo pomocí dotazníkového šetření zjistit aktuální stav výročního přezkoušení z pohledu tělovýchovných pracovníků ze všech vojenských útvarů Armády České republiky, kterých se toto přezkoušení týká. Výsledky předkládané práce mohou být použity jako analytický podklad při rozhodování o případných změnách výročního přezkoušení.

Přínosem práce je získání systematického názoru tělovýchovných pracovníků AČR na problematiku výročního přezkoušení, kdy výsledkem práce byla vysoká nespokojenost se současnou formou výročního přezkoušení.

Věřím, že podklady získané naší prací mohou posloužit jako návrh, jak postupovat při podobných studiích, kladoucích si za cíl vyřešení obdobné systémové problematiky služební tělesné výchovy.

Navázat na tuto práci by se dalo vytvořením práce, která by si kladla za cíl celkovou optimalizaci tělovýchovného procesu a která by navrhla, jak by mělo výroční přezkoušení z tělesné přípravy za ideálních podmínek vypadat.

9 Seznam použité literatury

1. BANDYOPADHYAY, Amit. Validity of cooper's 12-minute run test for estimation of maximum oxygen uptake in male university students. *Biol Sport*. 2015, **32**(1):59–63.
2. BLAIR Steven N., KOHL Herold W., GORDON Neil F. a PAFFENBARGER Ralph S, 1992. *How much physical activity is good for health?* [online]. B.m.: Annual Reviews Inc. ISSN 01647525. Dostupné z: doi:10.1146/annurev.pu.13.050192.000531.
3. BUNC, Václav, 1995. Pojetí tělesné zdatnosti a jejích složek. *Tělesná výchova a sport mládeže: odborný časopis pro učitele, trenéry a cvičitele*. Praha: Karolinum. **61**(5), 6-9. ISSN 1210-7689.
4. COOPER, Kenneth. A means of assessing maximal oxygen uptake. *Journal of the American Medical Association*. 1968, 203:201-204.
5. COX, Matthew, 2019. *Senate Proposal May Delay Launch of ACFT | Military.com* [online]. Dostupné z: <https://www.military.com/daily-news/2020/06/29/senate-proposal-may-delay-launch-of-acft.html>.
6. ČERNOHORSKÝ, Tomáš. *Optimalizace systému TV v AČR*. Disertační práce. Masarykova univerzita, Fakulta sportovních studií, Brno, 2009.
7. DIENER, Maria. *The validity and reliability of a 1-minute half sit-ups test* [online]. Las Vegas: University of Nevada, 1992. Dostupné z: <http://dx.doi.org/10.25669/iu6v-mijv>
8. DISMAN, Miroslav: *Jak se vyrábí sociologická znalost*. Praha, Karolinum 2000. ISBN 80-246-0139-7
9. DOVALIL, Josef. *Výkon a trénink ve sportu*. Praha: Olympia 2002. ISBN 80-7033-760-5.
10. EAST, Whitfield, Stephanie MURACA-GRABOWSKI, Michael MCGURK, David DEGROOT, Keith HAURET, Tyson GREER, Marilyn A. SHARP, Stephen FOULIS a Jan REDMOND, 2017. Baseline soldier physical readiness requirements study. *Journal of Science and Medicine in Sport* [online]. **20**, S24–S25. ISSN 14402440. Dostupné z: doi:10.1016/j.jsams.2017.09.076.
11. GAVORA, Peter. *Úvod do pedagogického výzkumu*, Brno: Paido, 2000.
12. GEDDIE, John. *NATO Soldier Target Audience Description*. RTO-TR-22, 2000.

13. Gottschall, Jinger. S., Mills, Jackie., & Hastings, Bryce. (2013). Integration core exercises elicit greater muscle activation than isolation exercises. *Journal of Strength and Conditioning Research*, **27**(3), 590–596. <https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e31825c2cc7>.
14. GRUŠIN, Andrejevič. *Veřejné mínění a jeho výzkum*. Praha: Svoboda, 1972.
15. HÁJEK, Jeroným. *Antropomotorika*. Praha: Pedagogická fakulta Univerzity Karlovy, 2012. ISBN 978-80-7290-598-0.
16. HAVLÍČKOVÁ, Ladislava. *Fyziologie tělesné zátěže I. Obecná část*. 2. vyd. Praha: Karolinum, 2003. ISBN 80-7184-875-1.
17. HEIR, Trond a EIDE, G. Injury Proneness in Infantry Conscripts Undergoing a Physical Training Programme: Smokeless Tobacco Use, Higher Age, and Lower Level of Physical Fitness Are Risk Factors". *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sport*. October 1997, stránky 307-311.
18. HENDL, Jan. *Kvalitativní výzkum: Základní teorie, metody a aplikace*. [3. vyd.] Praha: Portal, 2012. ISBN 978-80-262-0219-6.
19. HENDL, Jan. *Přehled statistických metod*. 3. vyd. Praha: Portál, 2008. ISBN 978-80-7367-482-3.
20. HIBBARD, Lonnie, 2019. *Army Combat Fitness Test* [online]. Dostupné z: https://www.usar.army.mil/Portals/98/Documents/ACFT/acft_ioc.pdf?ver=2019-11-04-145108-703.
21. CHRÁSKA, Miroslav. *Metody pedagogického výzkumu: základy kvantitativního výzkumu*. Vyd. 1. Praha: Grada, 2007. ISBN 9788024713694.
22. KNAPIK, Joseph, SHARP Marilyn, CANHAM-CHERVAK Michelle, HAURET Keith, PATTON John F. a JONES Bruce H., 2001. Risk factors for training-related injuries among men and women in basic combat training. *Medicine and Science in Sports and Exercise* [online]. **33**(6), 946–954. ISSN 01959131. Dostupné z: doi:10.1097/00005768-200106000-00014.
23. KNOBLOCH, František. *Hodnotová orientace příslušníků jednotky MS OSN*. *Vojenské rozhledy*, 1993, č.2, s. 1-8.
24. KOHOUT, Tomáš. *Testování motorické kontroly a koordinačních a rychlostních schopností* [online]. Praha, 2022. Bakalářská práce. Fakulta tělesné výchovy a sportu. Vedoucí práce Přívětivý Lubomír.

25. KOSTELKA, Miroslav. *Koncepce výstavby profesionální Armády České republiky a mobilizace ozbrojených sil České republiky přepracovaná na změněný zdrojový rámec*. A-report, 2003, č.24, s.3-40. ISSN 1211-801X.
26. KOZIEL, Piotr. *Informační analýza č. 1/2006 - Network Enabled Capability*. Vyškov: SpD ŘeVD, 2006.
27. KUBÁLEK, Ladislav. *Koncepce speciální tělesné přípravy*. Vojenský profesionál, 1993. ISSN 1210-3179.
28. LAŠÁK, Petr. *Výroční přezkoušení příslušníků AČR – analýza dat*. Hradec Králové, 2022. Disertační práce. Fakulta vojenského zdravotnictví. Nepublikováno.
29. LAUBACH LL. *Comparative muscular strength of men and women: a review of the literature*. Aviat Space Environ Med. 1976 May; 47(5):534-42. PMID: 1275845.
30. MALÝ, Václav. *Marketingový výzkum*. [2. vyd.] Praha: Oeconomica, 2008. ISBN 978-80-265-0038-4.
31. MAŠEK, David. *Cviky a motorické testy silových schopností používané k výcviku a testování vojenského personálu: systematická rešerše* [online]. Praha, 2022. Bakalářská práce. Fakulta tělesné výchovy a sportu. Vedoucí práce Vágner Michal.
32. MATOUŠEK, Ondřej. *Vytrvalostní schopnosti a jejich testování v armádním prostředí: systematická rešerše* [online]. Praha, 2022. Bakalářská práce. Fakulta tělesné výchovy a sportu. Vedoucí práce Maleček Jan.
33. MĚKOTA, Karel a Rudolf KOVÁŘ. *UNIFITTEST (6-60) Tests and Norms of Motor Performance and Physical Fitness in Youth and in Adult Age*. Olomouc: Vydavatelství Univerzity Palackého, 1995. ISBN 80-7067-581-0.
34. MOHORITA, Ivan. *Výzkum pohybových vlastností (kvalit) vojáků – příslušníků motostřeleckých jednotek v útočném boji a aplikace výsledků výzkumu v jejich tělesné přípravě*. Kandidátská disertační práce. Praha, 1968.
35. NNGŠ č. 10/2000 1.doplňk k NNGŠ č. 5/1993 – Bodový systém výročního přezkoušení tělesné výkonnosti příslušníků AČR.
36. **NORMATIVNÍ VÝNOS MINISTERSTVA OBRANY č. 12. Služební tělesná výchova v rezortu Ministerstva obrany**. Ministerstvo obrany, 2011. Čj. 384/2011-SRDS-OS MO .

37. PAUKNER, Martin. *Výkony uchazečů o studium Vojenského oboru při FTVS UK v letech 2009-2019* [online]. Praha, 2014. Bakalářská práce. Fakulta tělesné výchovy a sportu. Vedoucí práce Přívětivý Lubomír.
38. PETERA, Ladislav. *Hodnocení a ovlivňování tělesné zdatnosti vojáků profesionální Armády České republiky*. Kandidátská dizertační práce, Praha: FTVS UK, 1993.
39. PLOČEK, David. *Výkony uchazečů o studium Vojenského oboru při FTVS UK v letech 2009-2019* [online]. Praha, 2021. Bakalářská práce. Fakulta tělesné výchovy a sportu. Vedoucí práce Přívětivý Lubomír.
40. Předpis č. 221/1999 Sb. (1999). *Zákon o vojácích z povolání*. Praha.
41. PŘIBOVÁ, Marie. *Marketingový výzkum v praxi*. 1. vyd. Praha: Grada Publishing a.s., 1996. ISBN 80-7169-299-9.
42. PŘÍVĚTIVÝ, Lubomír. *Podstata změn v testování tělesné výkonnosti vojáků II*. *Vojenské rozhledy*, 2007, č. 3, s. 181-185.
43. PŘÍVĚTIVÝ, Lubomír, 2006. Tělesná zdatnost a ženy v Armádě České republiky. *Vojenské rozhledy*. **15** (47), 1, 144-149, ISSN 1210-3292 (tištěná verze), ISSN 2336-2995 (online). Dostupné z <https://vojenskerozhledy.cz/kategorie/telesna-zdatnost-a-zeny-v-armade-ceske-republiky>.
44. PŘÍVĚTIVÝ, Lubomír, 2011. Služební tělesná výchova v rezortu Ministerstva obrany (Nový normativní výnos MO). *Vojenské rozhledy*, **20** (52), 2, ISSN 1210-3292 . Dostupné z <https://vojenskerozhledy.cz/kategorie/sluzebni-telesna-vychova-v-rezortu-ministerstva-obrany>.
45. PŘÍVĚTIVÝ, Lubomír. *Vojenská tělovýchova*. Praha: Karolinum, 2004. Učební texty Univerzity Karlovy v Praze. ISBN 80-246-0805-7 .
46. REICHEL, Jiří. *Kapitoly metodologie sociálních výzkumů*. Vyd. 1. Praha (2009).
47. REVILLA, Melanie A.; SARIS, Willem E.; KROSNICK, Jon A, 2014. Choosing the number of categories in agree–disagree scales. *Sociological Methods & Research*, 43.1: 73-97. Dostupné z <https://doi.org/10.1177/0049124113509605>.
48. SLEPIČKOVÁ, Irena. *Sport a volný čas*. Praha: Karolinum, 2000. ISBN 80-246-0044-7.
49. SOUMAROVÁ, Jitka and David GERYCH, Čestmír OBERMAN, Lubomír PŘÍVĚTIVÝ. *Vývoj tělesné připravenosti vojáků během základního výcviku*

- v Armádě České republiky. *Vojenské rozhledy*. 2018, **27** (2), 83-94. ISSN 1210-3292, 2336-2995 (on-line). Dostupné z: www.vojenskerozhledy.cz.
50. Těl-1-1 Tělesná příprava v ČSLA (1989).
 51. TOWNSEND, Stephen, 2018. *The Army Combat Fitness Test* [online]. Dostupné z: [Army Combat Fitness Test - CALL 18-37.pdf](#) (apftscore.com).
 52. WHO. *Global status report on physical activity 2022* [online]. 2022. ISBN 9789240059153.
 53. ZATSIORSKY, Vladimír M. a William J. KRAEMER. *Silový trénink: praxe a věda*. Praha: Mladá fronta, 2014. *Edice Českého olympijského výboru. Modrá řada*. ISBN 978-80-204-3261-2.
 54. ZEMÁNEK, Jan. *Longitudinalní monitorování tělesné výkonnosti příslušníků AČR*. Olomouc, 2015. Rigorózní práce. Vedoucí práce Svatopluk Horák.

10 Seznam grafické dokumentace

10.1 Obrázky

Obrázek 1 Členění služební tělesné výchovy (Zdroj: NVMO č. 12/2011).....	13
Obrázek 2 Základní komponenty tělesné zdatnosti (upraveno dle Měkoty a Kováře, 1995)	16
Obrázek 3 Věkové kategorie výroční přezkoušení (Zdroj: NVMO č. 12/11).....	19
Obrázek 4 Otázka č. 1: Roky odsloužené jako ČVO 84	33
Obrázek 5 Otázka č. 5: Vyberte pohybové schopnosti, u kterých si myslíte, že by se měl vyskytovat kontrolní test ve výročním přezkoušení?.....	36
Obrázek 6 Vytrvalost	Chyba! Záložka není definována.
Obrázek 7 Síla trupu	Chyba! Záložka není definována.
Obrázek 8 Síla dolní poloviny těla.....	38
Obrázek 9 Síla horní poloviny těla.....	39
Obrázek 10 Koordinace	39
Obrázek 11 Flexibilita.....	40
Obrázek 12 Rychlost.....	41
Obrázek 13 Otázka č. 7: Mělo by být na výběr mezi plaváním a během nebo pouze jedna vytrvalostní disciplína?	42
Obrázek 14 Otázka č. 8: Vnímali byste běh na 3 km jako vhodnější kontrolní test než běh na 12 minut?	42
Obrázek 15 Otázka č. 9: Myslíte si, že by bylo vhodnější při testu klik-vzpor plnit minimální počet opakování oproti aktuálnímu časovému limitu?.....	43
Obrázek 16 Otázka č. 10: Myslíte si, že by bylo vhodnější při testu leh-sed plnit minimální počet opakování oproti aktuálnímu časovému limitu?	44
Obrázek 17 Otázka č. 11: Zařadili byste raději jako testování svalů trupu plank nebo leh-sed? 45	
Obrázek 18 Otázka č. 12: Měly by být ženy testovány stejnými cviky jako muži? Případně proč?	46

Obrázek 19 Otázka č. 13: Myslíte si, že je vhodné testovat sílu horních končetin žen kontrolním testem výdrž ve shybu?	46
Obrázek 20 Otázka č. 14: Myslíte si, že vojáci nad 51 a vojákyně nad 46 let by měli plnit silové testy výročního přezkoušení?	47
Obrázek 21 Otázka č. 15: Vnímáte snižování norem výročního přezkoušení jako vhodnou reakci na snižování fyzické výkonnosti populace?	48
Obrázek 22 Otázka č. 16: Pokud ne, jaká jiná reakce by podle Vás byla vhodná?	49
Obrázek 23 Otázka č. 17: Vnímáte současnou hodnotící škálu u aktuálních kontrolních testů jako vhodnou?	50
Obrázek 24 Otázka č. 18: Pokud ne, která z následujících škál by byla podle Vás ideální?	50
Obrázek 25 Otázka č. 19: Vnímáte změnu výročního přezkoušení jako potřebnou?	51
Obrázek 26 Otázka č. 20: Pokud ano, čeho se tato změna týká?	52

10. 2 Tabulky

Tabulka 1 Výkonnostní normy dle NVMO č. 12/2011 (Zdroj: NVMO č. 12/2011)	21
Tabulka 2 Otázka č. 2: Hodnostní sbor	34
Tabulka 3 Otázka č. 3: Vystudovali jste Vojenský obor?	34
Tabulka 4 Vzdělání výzkumného souboru	34
Tabulka 5 Otázka č. 4: Typ útvaru, na kterém sloužíte	35

11 Seznam příloh

Příloha 1 Vyjádření etické komise (strana první)	
Příloha 2 Vyjádření etické komise (strana druhá).....	
Příloha 3 Úvod dotazníku	
Příloha 4 Dotazník	
Příloha 5 Výsledky.....	

Příloha I Vyjádření etické komise (strana první)

Žádost o vyjádření Etické komise UK FTVS

k projektu výzkumné, kvalifikační či seminární práce zahrnující lidské účastníky

Název projektu: Zjištění aktuálního stavu výročního přezkoušení z tělesné přípravy příslušníků Armády České republiky prizmatem tělovýchovných pracovníků

Forma projektu: výzkumná práce - diplomová práce

Období realizace: březen 2023 – květen 2023

Výzkum bude realizován v souladu s platnými epidemiologickými opatřeními Ministerstva zdravotnictví ČR.

Předkladatel: rtm. Bc Ondřej Rausa UK FTVS, Katedra vojenské tělovýchovy

Hlavní řešitel: rtm. Bc. Ondřej Rausa UK FTVS, Katedra vojenské tělovýchovy

Místo výzkumu (pracoviště): Katedra vojenské tělovýchovy – FTVS

Vedoucí práce: mjr. Mgr. Vladimír Michalička, Ph.D.

Popis projektu: Cílem diplomové práce je pomocí dotazníkového šetření zjistit aktuální stav výročního přezkoušení z tělesné přípravy z pohledu tělovýchovných pracovníků ze všech vojenských útvarů Armády České republiky, kterých se toto přezkoušení týká. Výsledky této práce budou použity při rozhodování o budoucím výročním přezkoušení z tělesné přípravy. Bude se jednat o empiricko-teoretickou práci, konkrétně kvantitativní výzkum.

Kontakty na respondenty získám ze seznamu tělovýchovných pracovníků rezortu Ministerstva obrany, poskytnutém plk. T. Říhou (viz podpis odpovědného pracovníka z místa výzkumu níže).

Otázky nebudou zjišťovat žádná citlivá data. Otázky se budou týkat pouze věcí, které se bezprostředně týkají problematiky výročního přezkoušení či otázky, na základě kterých nebude možno jedince identifikovat. Mezi otázky netýkající se bezprostředně výročního přezkoušení budou patřit otázky na hodnostní sbor a zdali jedinec vystudoval Vojenský obor při UK FTVS, tedy otázky, na základě kterých nelze zjistit, o kterého jedince jde.

Charakteristika účastníků výzkumu: Dotazování se budou účastnit tělovýchovní pracovníci Armády České republiky. Předpokládaný počet účastníků se bude pohybovat mezi 150 až 180. Věk probandů se bude pohybovat od 20 do 65 let.

Výzkumu se nezúčastní osoby s akutním (zejména infekční) onemocněním.

Zajištění bezpečnosti: Jedná se o neinvazivní metodu výzkumu. Rizika prováděného výzkumu nebudou vyšší než běžně očekávaná rizika v rámci tohoto typu výzkumu.

Etické aspekty výzkumu: Žádný z účastníků nepatří do vulnerabilní skupiny.

Potenciální střet zájmů: Nejsem v rámci tohoto výzkumu v potenciálním nebo skutečném střetu zájmů. Výzkum je prováděn v zájmu Armády České republiky k získání informací, ovšem já jako výzkumník ani Armáda České republiky nebudeme nijak zasahovat či ovlivňovat objektivitu výzkumu. Výzkum nevede k žádnému osobnímu prospěchu, tudíž nebude narušena důvěryhodnost výzkumu. Provedení této práce je v zájmu tělovýchovné služby a téma bylo vymyšleno řešitelem, který se sám toto téma rozhodl realizovat. Téma bylo schváleno náčelníkem vojenského oboru plk. gšt. doc. PaedDr. Lubomírem Pfvětivým, CSc. Já ani nikdo z Armády České republiky nemáme soukromý zájem na výsledku výzkumu. Výsledky zpracuji nezávisle. Výzkum nevede k mému osobnímu prospěchu ani k prospěchu žádného z účastníků výzkumu. Vedoucí práce bude dohlížet nad korektností a nestranností posuzování výsledků výzkumu mou osobou. Neexistuje žádná skutečnost, která by mohla ohrozit integritu a důvěryhodnost výzkumu.

Ochrana osobních dat: Data budou shromažďována a zpracovávána v souladu s pravidly vymezenými nařízením Evropské Unie č. 2016/679 a zákonem č. 110/2019 Sb. – o zpracování osobních údajů. Budou získávány pouze e-mail (pro rozeslání linku na dotazník) a odpovědi na otázky – které budou bezpečně uchovány na heslem zajištěném počítači v uzamčeném prostoru, přístup k nim bude mít hlavní řešitel.

Uvědomuji si, že text je anonymizován, neobsahuje-li jakékoli informace, které jednotlivě či ve svém souhrnu mohou vést k identifikaci konkrétní osoby – budu dbát na to, aby jednotlivé osoby nebyly rozpoznatelné v textu práce. Osobní data, která by vedla k identifikaci účastníků výzkumu, budou bezprostředně do 1 dne po testování anonymizována.

Získaná data budou zpracovávána, bezpečně uchována a publikována v anonymní podobě v bakalářské práci, případně v odborných časopisech, monografiích a prezentována na konferencích, případně budou využita při další výzkumné práci na UK FTVS.

Příloha 2 Vyjádření etické komise (strana druhá)

UNIVERZITA KARLOVA
FAKULTA TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU
Josef Martího 31, 162 52 Praha 6-Vešelavín

Pořizování fotografií/videí/audio nahrávek účastníků: Během výzkumu nebudou pořizovány žádné fotografie, audionahrávky ani videozáznamy.

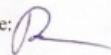
V maximální možné míře zajistím, aby získaná data nebyla zneužita.

Text informovaného souhlasu (IS): přiložen zjednodušený IS pro dotazníky

Povinností všech účastníků výzkumu na straně řešitele je chránit život, zdraví, důstojnost, integritu, právo na sebeurčení, soukromí a osobní data zkoumaných subjektů, a podniknout k tomu veškerá preventivní opatření. Odpovědnost za ochranu zkoumaných subjektů leží vždy na účastnících výzkumu na straně řešitele, nikdy na zkoumaných, byť dali svůj souhlas k účasti na výzkumu. Všichni účastníci výzkumu na straně řešitele musí brát v potaz etické, právní a regulační normy a standardy výzkumu na lidských subjektech, které platí v České republice, stejně jako ty, jež platí mezinárodně.

Potvrzuji, že tento popis projektu odpovídá návrhu realizace projektu a že při jakékoli změně projektu, zejména použitých metod, zašlu Etické komisi UK FTVS revidovanou žádost.

V Praze dne: 16. 3. 2023

Podpis předkladatele: 

Datum a podpis odpovědného pracovníka z místa výzkumu:

Vyjádření Etické komise UK FTVS

Složení komise: Předsedkyně: doc. PhDr. Irena Parry Martinková, Ph.D.

Členové: prof. MUDr. Jan Heller, CSc.

prof. PhDr. Pavel Slepíčka, DrSc.

PhDr. Pavel Hráský, Ph.D.

Mgr. Eva Prokešová, Ph.D.

Mgr. Tomáš Ruda, Ph.D.

MUDr. Simona Majorová

Projekt práce byl schválen Etickou komisí UK FTVS pod jednacím číslem: *236/2022*


dne: *14. 3. 2023*

Etická komise UK FTVS zhodnotila předložený projekt a neshledala rozpory s platnými zásadami, předpisy a mezinárodními směnicemi pro provádění výzkumu zahrnujícího lidské účastníky.

Řešitel projektu splnil podmínky nutné k získání souhlasu Etické komise UK FTVS.

UNIVERZITA KARLOVA
Fakulta tělesné výchovy a sportu
razítko UK FTVS
Josef Martího 31, 162 52, Praha 6

- 20 -


podpis předsedkyně EK UK FTVS

Příloha 3 Úvod dotazníku

Vážený pane/Vážená paní,

jmenuji se Ondřej Rausa a jsem studentem posledního ročníku vojenské tělovýchovy na Vojenském oboru při UK FTVS. Téma mé diplomové práce je **zjištění aktuálního stavu výročního přezkoušení z tělesné přípravy příslušníků Armády České republiky prizmatem tělovýchovných pracovníků**, která je vedena majorem Mgr. Vladimírem Michaličkou, Ph.D., a která spočívá ve vytvoření dotazníku směřovaného právě k Vám. Cílem dotazníku je zjistit mínění o výročním přezkoušení z tělesné přípravy a všech oblastí, které se tohoto tématu týkají. Výsledkem by měl být systematický názor všech tělovýchovných pracovníků, který by mohl být použit při vytváření nového výročního přezkoušení či k úpravám toho stávajícího. Berte dotazník jako prostředek, k vyjádření Vašeho názoru ve snaze se podílet na rozvoji tělovýchovy v AČR.

Do dotazníku nevyplňujete své jméno ani příjmení. Dotazník obsahuje 22 otázek a měl by Vám zabrat zhruba 15 minut. Rád bych Vás požádal o spolupráci a jeho vyplnění **do konce května 2023**. Otázky označené hvězdičkou jsou otázky povinné a je jich většina.

Získaná data budou zpracovávána, bezpečně uchována a publikována v anonymní podobě ve výzkumných pracích, případně v odborných časopisech, monografiích a prezentována na konferencích, případně budou využita při další výzkumné práci na UK FTVS. S výsledky studie se můžete seznámit na emailové adrese: o.rausa@seznam.cz.

Tím, že dotazník odešlete řešiteli, souhlasíte a byl/a jste informován/a, o právu odmítnout účast nebo svůj souhlas kdykoli odvolat bez represí, a to písemně Etické komisi UK FTVS. Účast jednotlivých tělocvikářů je zcela dobrovolná a každý z nich může účast odmítnout, případně z účasti kdykoliv během vyplňování odstoupit.

Výzkum byl schválen Etickou komisí UK FTVS pod číslem: 236/22.

Link na dotazník: <https://www.surveio.com/survey/d/H8T9B7G2J6W5M4R3C>

Děkuji Vám za spolupráci

Příloha 4 Dotazník

1. **Kolik let sloužíte jako tělovýchovný pracovník? (ČVO 84)**
2. **Hodnostní sbor?** Vyšší důstojník, nižší důstojník, poddůstojník, praporčík.
3. **Vystudovali jste Vojenský obor? ANO/NE/Jiná**
4. **Typ útvaru**
 1. a, Bojová jednotka
 2. b, Jednotka bojové podpory
 3. c, Jednotka bojového zabezpečení
 4. d, Jiné (Napište)
5. **Vyberte pohybové schopnosti, u kterých si myslíte, že by se měl vyskytovat kontrolní test ve výročním přezkoušení?**
 1. Síla horních končetin
 2. Síla dolních končetin
 3. Síla trupu

Vytrvalost
Rychlost
Koordinace
Pohyblivost
6. **Ke každé schopnosti přiřadte ideální kontrolní test, který by byl podle Vás ideální pro zařazení do výročního přezkoušení.**

Síla horních končetin-
Síla dolních končetin-
Síla trupu-
Rychlost-
Vytrvalost-
Koordinace-
Flexibilita-
7. **Mělo by být na výběr mezi plaváním a během nebo pouze jedna vytrvalostní disciplína?**
 - a, Pouze běh
 - b, Pouze plavání
 - c, Mělo by být na výběr
 - d, Obě povinné
 - e, Jiné (Napište, např. změna vzdálenosti současných testů)

- 8. Vnímali byste běh na 3 km jako vhodnější kontrolní test než běh na 12 minut?**
Danou vzdálenost by musel uběhnout každý voják,.
- a, Ano
 - b, Ne
- 9. Myslíte si, že by bylo vhodnější při testu klik-vzpor plnit minimální počet opakování oproti aktuálnímu časovému limitu? (Bude snadnější kontrola techniky, ale voják by nesměl při testu odpočívat)**
- a, Ano
 - b, Ne
- 10. Myslíte si, že by bylo vhodnější při testu leh – sed plnit minimální počet opakování oproti aktuálnímu časovému limitu? (Bude snadnější kontrola techniky, ale voják by nesměl při testu odpočívat)**
- a, Ano
 - b, Ne
- 11. Zařadili byste raději jako testování svalů trupu plank, nebo leh-sed?**
- a, Plank
 - b, Leh-sed s držení nohou
 - c, Leh-sed bez držení nohou
 - d, Jiné (Napište)
- 12. Měly by být ženy testovány stejnými cviky jako muži? Případně proč?**
Napiště slovně
- 13. Myslíte si, že je vhodné testovat sílu horních končetin u žen kontrolním testem výdrž ve shybu?**
- a, Ano
 - b, Pokud ne, čím?
- 14. Myslíte si, že vojáci nad 51 a vojákyně nad 46 let by měli plnit silové testy výročního přezkoušení?**
- a, Ano
 - b, Ne
- 15. Vnímáte snižování norem výročního přezkoušení jako vhodnou reakci na snižování fyzické výkonnosti populace?**
- a, Určitě ano
 - b, Spíše ano
 - c, Nevím
 - d, Spíše ne
 - e, Určitě ne

16. Pokud ne, jaká jiná reakce na snižování fyzické výkonnosti by podle Vás byla vhodná?

Napiště slovně

17. Vnímáte současnou hodnotící škálu u aktuálních kontrolních testů jako vhodnou?

Změna hodnotící škály by mohla například napomoci motivaci vojáků dosáhnout lepších výsledků a bylo by například možné lepší porovnání s ostatními vojáky.

a, Ano

b, Ne

18. Pokud ne, která z následujících škál by byla podle Vás ideální?

a, Splnil, nesplnil

b, Výborně, chvalitebně, dobře, vyhovující, nevyhovující

c, Bodová škála 1-10 bodů

d, Bodová škála 1-100 bodů

e, Jiné (Napište)

19. Vnímáte změnu výročního přezkoušení jako potřebnou?

a, Určitě ne

b, Spíše ne

c, Nevím

d, Spíše ano

e, Určitě ano

20. Pokud ano, čeho se tato změna týká?

Lze vybrat více možností

a, Kontrolních testů

b, Bodovacích škál

c, Výkonnostních norem

d, Jiné (doplňt)

21. Pokud dotazník neobsáhl nějaké důležité téma, v této poslední otázce Vás žádám o doplňující poznámky, výhrady a nápady, které se výročního přezkoušení týkají.

Příloha 5 Výsledky

Otázka 5	103	%			Vytrvalost	n	%
Vytrvalost	101	98,1			Cooperův test	44	42,7
Síla trupu	74	71,8			Běh na 3 km	20	19,4
Síla dolní poloviny těla	72	69,9			Běh na 5 km	14	13,6
Síla dolní poloviny těla	58	56,3			Beep test	5	4,9
Koordinace	45	43,7			Jiné	20	19,4
Flexibilita	29	28,2					
Rychlost	27	26,2					
Síla horní polovina těla	n	%			Rychlost	n	%
Shyby	67	65,0			Člunkový běh	34	33,0
Kliky	17	16,5			Běh na 100 m	32	31,1
Šplh	5	4,9			Běh na 60 m	11	10,7
Bench press	5	4,9			SAC	7	6,8
Jiné	7	6,8			Jiné	19	18,4
Síla dolní polovina těla	n	%			Koordinace	n	%
Dřep se zátěží	56	54,4			SAC	49	47,6
Skok z místa	19	18,4			Překážková dráha	8	7,8
Deadlift	9	8,7			Jacikův test	7	6,8
Výskok na bednu	5	4,9			Semafor	5	4,9
Přenášení zátěže	5	4,9			Jiné	34	33,0
Jiné	9	8,7					
Síla trupu	n	%			Flexibilita	n	%
Plank	49	47,6			Předklon	40	38,8
Sed leh	14	13,6			Sit and reach	25	24,3
Mrtvý tah	10	9,7			Dotyk prstů za zády	5	4,9
Zvedání nohou ve visu	9	8,7			Jiné	33	32,0
Leg tuck	5	4,9					
Jiné	16	15,5					
Otázka 7	n	%			Otázka 12	n	%
Mělo by být na výběr	40	38,8			Ano	51	49,5
Obojí povinně	31	30,1			Ne	20	19,4
Pouze běh	23	22,3			Ano, ale jiné normy	14	13,6
Jiná	9	8,7			V síle ne v ostatních ano	8	7,8
Pouze plavání	0	0,0			Jiné	10	9,7
Otázka 8	n	%			Otázka 13	n	%
Ano	70	68			Ano	61	59,2
Ne	33	32			Ne	42	40,8
Otázka 9	n	%			Otázka 14	n	%
Ano	80	77,7			Ano	90	87,4
Ne	23	22,3			Ne	13	12,6
Otázka 10	n	%			Otázka 15	n	%
Ano	67	65,0			Určitě ne	50	48,5
Ne	36	35,0			Spíše ne	32	31,1
					Spíše ano	14	13,6
Otázka 11	n	%			Určitě ano	5	4,9
Plank	55	53,4			Nevím	2	1,9
Leh-sed bez ukotvení nohou	18	17,5					
Leh-sed s ukotvením nohou	17	16,5					
Jiná	13	12,6					

Otázka 16	n	%
Více tělesné přípravy a zvýšit důraz	22	26,8
Vytvořit pozitivní vztah a motivovat	12	14,6
Zpřísnit výběrové řízení do AČR	10	12,2
Peněžní ohodnocení a určité výhody	10	12,2
Udržet současné normy	8	9,8
Bodový systém výročního přezkoušení	7	8,5
Vhodnější kontrolní testy při výročním přezkoušení	6	7,3
Změnit výroční přezkoušení dle typu jednotky	4	4,9
Jiné	3	3,7
Otázka 17	n	%
Ne	76	73,8
Ano	27	26,2
Otázka 18	n	%
Bodová škála 1-100 bodů	47	55,3
Splnil, nesplnil	19	22,4
Výborně, chvalitebně, dobře, vyhovující a nevhovující	7	8,2
Bodová škála 1-10 bodů	6	7,1
Jiná	6	7,1
Otázka 19	n	%
Spíše ano	47	45,6
Určitě ano	43	41,7
Spíše ne	7	6,8
Určitě ne	3	2,9
Nevím	3	2,9
Otázka 20	n	%
Kontrolních testů	66	73,3
Bodovacích škál	62	68,9
Výkonnostních norem	58	64,4
Jiné	6	6,7