

**VYSOKÁ ŠKOLA EVROPSKÝCH A  
REGIONÁLNÍCH  
STUDIÍ, Z. Ú., ČESKÉ BUDĚJOVICE**

**BAKALÁŘSKÁ PRÁCE**

**FYZICKÁ KONDICE A JEJÍ ROZVOJ U  
PŘÍSLUŠNÍKŮ VYBRANÝCH SLOŽEK  
INTEGROVANÉHO ZÁCHRANNÉHO SYSTÉMU**

**Autor práce:** Bohumil Žák, DiS.

**Studijní obor:** Bezpečnostně právní činnost ve veřejné správě

**Forma studia:** Kombinovaná

**Vedoucí práce:** Mgr. et Bc. Josef Kříha

**Katedra:** Katedra právních oborů a bezpečnostních studií

**2019**

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracoval samostatně, na základě vlastních zjištění a s použitím odborné literatury a materiálů uvedených v seznamu použitých zdrojů.

Prohlašuji, že v souladu s § 47b zákona č. 111/1998 Sb. v platném znění souhlasím se zveřejněním své bakalářské práce – v elektronické podobě ve veřejně přístupné části infodisku VŠERS a v tištěné podobě knihovnou VŠERS, a to se zachováním mého autorského práva k odevzdanému textu této kvalifikační práce. Souhlasím dále s tím, aby toutéž cestou byly v souladu s uvedeným ustanovením zákona č. 111/1998 Sb. zveřejněny posudky vedoucího a oponentů práce i záznam o průběhu a výsledku obhajoby kvalifikační práce. Rovněž souhlasím s porovnáním textu mé kvalifikační práce systémem na odhalování plagiátů.

.....

Děkuji vedoucímu bakalářské práce Mgr. et Bc. Josefu Kříhovi za cenné rady, připomínky a metodické vedení práce.

## ABSTRAKT

ŽÁK, B. *Fyzická kondice a její rozvoj u příslušníků vybraných složek Integrovaného záchranného systému*. České Budějovice : Vysoká škola evropských a regionálních studií, 2019. 51 s. Vedoucí bakalářské práce : Mgr. et Bc. Josef Kříha

**Klíčová slova:** fyzická kondice, integrovaný záchranný systém, rozvoj kondice, fyzické testy

Tématem bakalářské práce (dále jen „práce“) je monitoring fyzické kondice příslušníků bezpečnostních sborů a její rozvoj během působení u vybraných složek Integrovaného záchranného systému. Teoretická část primárně vymezuje základní pojmosloví a východiska zkoumané oblasti. Formou širšího teoreticko-praxeologického vhledu demonstruje organizační strukturu operačních prostor vybraných složek Integrovaného záchranného systému, který je definován zákonem č. 239/2000 Sb., o integrovaném záchranném systému, ve znění pozdějších předpisů. Věcná část práce v užším tematickém postihu zájmově specifikuje služební náplň a podmínky přijetí k vybraným složkám – Policie ČR, Hasičský záchranný sbor ČR a Armáda ČR. Zvláštní pozornost je zaměřena na fyzické požadavky k přijímacím testům. V empirické části je představen a vyhodnocen vlastní výzkum. Byla použita kvalitativní metoda výzkumu formou polostrukturovaného rozhovoru s vybranými členy příslušných složek Integrovaného záchranného systému. Rozhovory jsou zaměřeny na vývoj fyzické kondice respondentů. Hlavním cílem práce je porovnat úroveň fyzické kondice u vybraných složek Integrovaného záchranného systému, vedlejší cíl je zhodnocení nezbytnosti rozvoje fyzické kondice příslušníků dotčených složek.

## ABSTRACT

ŽÁK, B. *Physical Condition and its Development of Members at Chosed Parts of the Integrated Rescue System*. České Budějovice : The College of European and Regional Studies, 2019. 51 p. Supervisor : Mgr. et Bc. Josef Kříha

**Keywords:** physical condition, integrated rescue system, development of condition, physical tests

The title of the bachelor thesis (hereinafter „thesis“) is the monitoring of physical condition of the members of the security forces and its development during activity at choosed parts of Integrated rescue system. The theoretical part delimits general key concepts and solutions of researched sphere. It demonstrates the organizational structure of the operational areas of choosed parts of the Integrated Rescue System by the form of wider theoretical-praxeological insight, which is defined by law no. 239/2000 Sb., about integrated rescue system, as amended. The subject part interest specifies the official charge and conditions of admission to choosed units the Police of the Czech republic, the Fire department of the Czech republic and the Army of the Czech republic, at narrower thematical recourse. The special attention is focused on physical requirements for entrance exams. The own research was done and evaluated in the empirical part. It has been used a qualitative method of research which was based on semi-structured interviews with selected members from relevant parts of the Integrated rescue systems. The interviews are focused on development of physical condition of respondents. The main aim of the thesis is comparison of level of physical condition at choosed parts of the Integrated rescue system, the secondary aim is the evaluation of necessary development of physical condition of members of given units.

## Obsah

<b>ÚVOD.....</b>	<b>8</b>
<b>1 CÍL A METODIKA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE.....</b>	<b>9</b>
<b>2 INTEGROVANÝ ZÁCHRANNÝ SYSTÉM.....</b>	<b>10</b>
2.1 Vymezení integrovaného záchranného systému.....	10
2.2 Struktura integrovaného záchranného systému.....	12
<b>3 CHARAKTERISTIKA VYBRANÝCH SLOŽEK IZS.....</b>	<b>15</b>
3.1 Policie České republiky.....	15
3.1.1 Organizace a řízení Policie České republiky.....	15
3.1.2 Základní policejní služby.....	16
3.1.3 Podmínky přijetí k Policii České republiky.....	18
3.2 Hasičský záchranný sbor České republiky.....	20
3.2.1 Organizace a řízení HZS ČR.....	21
3.2.2 Podmínky přijetí uchazeče k HZS ČR.....	21
3.3 15. ženijní pluk „Generála Karla Husárka“.....	24
3.3.1 Organizace a řízení 15. ženijního pluku „Generála Karla Husárka“.....	24
3.3.2 Podmínky přijetí uchazeče k Armádě České republiky.....	25
<b>4 FYZICKÁ KONDICE.....</b>	<b>28</b>
4.1 Sportovní výkon.....	28
4.2 Kondiční schopnosti.....	30
4.2.1 Silové schopnosti.....	31
4.2.2 Rychlostní schopnosti.....	32
4.2.3 Vytrvalostní schopnosti.....	33
<b>5 EMPIRICKÁ ČÁST.....</b>	<b>34</b>
5.1 Předpoklady a metodologie výzkumu.....	34
5.2 Vlastní výzkum a popis zkoumaného souboru.....	35
5.3 Interpretace výsledků výzkumu.....	37

5.4 Ověření předpokladů výzkumu .....	42
5.5 Dílčí a zevšeobecňující výstupy empirické části .....	43
5.6 Kazuistika příslušníka IZS .....	44
<b>ZÁVĚR .....</b>	<b>47</b>
<b>Seznam použitých zdrojů .....</b>	<b>49</b>

# ÚVOD

Tématem bakalářské práce (dále jen „práce“) je fyzická kondice a její rozvoj u vybraných složek Integrovaného záchranného systému. Volba tématu práce byla determinována praxeologickými zkušenostmi jejího zpracovatele, který v rámci služebního zařazení aktuálně vykonává službu osobního ochránce ústavních činitelů při Ochranné službě Policie ČR. Sport a fyzická aktivita jsou od dětství největší zálibou zpracovatele, i to ho motivovalo ke zlepšování fyzické kondice, které mu umožnilo povýšení do speciálních jednotek Policie ČR. Během studia se zpracovatel seznámil s kolegy, příslušníky různých složek Integrovaného záchranného systému. Právě to ho přivedlo k tématu práce, myšlenka porovnat náročnost služby z hlediska fyzické kondice u různých služeb Integrovaného záchranného systému.

Hlavním cílem práce je porovnat úroveň fyzické kondice a proces jejího rozvoje u vybraných složek Integrovaného záchranného systému. Práce se zaměřuje na testy fyzické zdatnosti potřebných pro přijetí k Policii ČR, Hasičskému záchrannému sboru ČR a také k Armádě ČR. Tato práce se zabývá výhradně zmíněnými složkami. Vedlejším cílem je komparativní formou poukázat na požadavky a specifikace k přijetí k vybraným složkám a zhodnotit nezbytnost rozvoje fyzické kondice příslušníků vybraných složek Integrovaného záchranného systému.

Text se skládá z teoretické a empirické části. Teoretická část se zabývá organizační strukturou Integrovaného záchranného systému, popisem jeho činnosti a významu. Následující kapitoly a podkapitoly jsou pak zaměřené na výše zmíněné složky. U každé ze složek je popsána její organizace a řízení, hlavní úkoly, a především podmínky k přijetí uchazeče. Poslední kapitola první části práce je zaměřena na samotnou fyzickou kondici a její teoretické vymezení. Cílem teoretické části je shrnutí informací, které zajistí pochopení dané problematiky a souvislosti s vlastním výzkumem. Na teoretickou část navazuje část empirická. V empirické části je uvedeno vlastní výzkumné šetření, které je založené na kvalitativním výzkumu. Vzhledem k cíli této práce byl zvolen hlavní výzkumnou metodou polostrukturovaný rozhovor. Rozhovory jsou zaměřené na fyzickou kondici a vlastní progres respondentů v rámci výkonu služby. Empirická část obsahuje předpoklady výzkumu, představuje a vyhodnocuje získaná data. V závěru práce jsou formou dílčích a zevšeobecňujících závěrů demonstrovány výsledky vyplývající z této práce.



# 1 CÍL A METODIKA BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

Téma práce vyplývá již ze samotného názvu, tedy fyzická kondice a její rozvoj u příslušníků vybraných složek Integrovaného záchranného systému (dále jen „IZS“). Předkládaná práce má hlavní a vedlejší cíle uvedené již v samotném zadání práce. **Hlavním cílem** práce je porovnat úroveň fyzické kondice u vybraných složek IZS. Dosažení hlavního cíle je podmíněno cíli vedlejšími. Autor komparativní formou poukáže na požadavky a specifikace k přijetí ke složkám IZS a dále zhodnotí nezbytnost rozvoje fyzické kondice příslušníku vybraných složek IZS. Aby mohl autor dosáhnout cíle práce, provedl primárně **analýzu literatury** s účelem vytvoření přehledu poznatků o fungování a významu Integrovaného záchranného systému a jeho příslušných složek. Práce tak nabízí ucelený přehled organizace a struktury vybraných složek IZS a podmínek přijetí uchazeče k těmto složkám. Vybranými složkami má autor na mysli takové složky, kterým se blíže věnuje. Jsou to složky Policie ČR, Hasičského záchranného sboru ČR a Armády ČR. Pro další postup práce je nezbytné **vymezení základních pojmů**, které budou použity při vlastním výzkumu. Této problematice se věnuje poslední kapitola teoretické části práce, kde se čtenář blíže seznámí s významem fyzické kondice a jejími parametry.

Po ukončení analýzy literatury a dostupných dat následuje vlastní výzkum, kterému se věnuje empirická část práce. Potřebné informace získal autor komparací a generalizací dat. Prvním krokem bylo stanovení **hypotézy**: Rozvoj fyzické kondice je nezbytný pro kvalitní výkon služby příslušníka složek Integrovaného záchranného systému. Na základě hypotézy si autor zvolil jako nejvhodnější výzkumnou metodu **kvalitativní výzkum**, techniku **polostrukturovaného rozhovoru**. Autor vedl strukturovaný rozhovor s pěti respondenty. Každý z respondentů je příslušník jedné z vybraných složek IZS, které jsou popsány v teoretické části práce. Tři respondenti jsou členy policejního sboru, jeden je členem Hasičského záchranného sboru, poslední je profesionální voják. Rozhovor je pokaždé zaměřený na fyzickou kondici respondentů, vliv jejich kondice na výkon zaměstnání a potřebu rozvoje fyzické kondice v souvislosti s kariérním postupem, a i kvalitním plněním služební činnosti. Rozhovory s respondenty poskytují autorovi dostatek poznatků k naplnění cíle práce. Jako doplňkovou metodu autor zvolil kazuistiku jednoho vybraného respondenta, na kterém bude blíže popsán jeho kariérní postup v rámci složek IZS, který byl podmíněn určitým rozvojem fyzické kondice.

## 2 INTEGROVANÝ ZÁCHRANNÝ SYSTÉM

Druhá kapitola práce vymezuje Integrovaný záchranný systém. Je zaměřena především na myšlenku vzniku tohoto systému, jeho význam, funkci a složky. Integrovaný záchranný systém je v samotném názvu práce, proto je nezbytné s tímto pojmem pracovat.

### 2.1 Vymezení integrovaného záchranného systému

Jednotlivé záchranné složky mají bohatou historii, jejich význam je nesporný při plnění úkolů záchrany. Do konce minulého století však chyběla taková legislativa, která by vymezila úlohu státu, samosprávy, soukromého sektoru i samotných občanů při hrozbě nebo vzniku mimořádné situace. Zlomovým se stal rok 1997, konkrétně povodně na Moravě. Mimořádnost této situace dala do pohybu mechanismus zavedení připravovaných legislativních dokumentů. Pojem IZS je nový, do roku 2001 nebyl tento pojem legislativně vymezen. Jednotlivá ustanovení **zákona č. 239/2000 Sb.**, o integrovaném záchranném systému, ve znění pozdějších předpisů (dále jen „zákon o IZS“) vymezují nové základní pojmy. Zákon vymezuje především jednotlivé složky IZS a jejich působnost a pravomoc, dále práva a povinnosti fyzických a právnických osob při přípravě na mimořádné události, při záchranných a likvidačních pracích a při ochraně obyvatelstva před i po dobu vyhlášení krizových stavů. Jako krizové stavy označujeme stav nebezpečí, stav ohrožení státu, nouzový stav a válečný stav. Vlastní pojem integrovaný záchranný systém chápe VILÁŠEK a kolektiv<sup>1</sup> jako „*koordinovaný postup jeho složek při přípravě na mimořádné události a při provádění záchranných a likvidačních prací*“. V souvislosti s IZS se objevují pojmy jako mimořádná událost, složky IZS, likvidační či záchranné práce a podobně. Zákon o integrovaném záchranném systému uvedené pojmy přesně vymezuje, VILÁŠEK a kolektiv<sup>2</sup> vymezení uvádí:

1. **Mimořádná událost** je škodlivé působení sil a jevů, které vyvolala činnost člověka, přírodní vlivy nebo havárie, které vyžadují provedení záchranných a likvidačních prací.

---

<sup>1</sup> VILÁŠEK, J., FIALA, M. a VONDRÁŠEK, D. *Integrovaný záchranný systém ČR na počátku 21. století*. Praha, 2014, s. 10-11.

<sup>2</sup> Tamtéž, s. 11-12.

2. **Záchranné práce** jsou činnosti, které vedou k omezení nebo odvrácení působení rizik vzniklých mimořádnou událostí. Vztahují se zejména k ohrožení života, zdraví, majetku nebo životního prostředí.
3. **Likvidační práce** vedou k odstranění následků mimořádných situací.
4. **Ochrana obyvatelstva** zahrnuje plnění úkolů civilní ochrany, především varování, evakuace, ukrytí a další nezbytná opatření vedoucí k zabezpečení ochrany života, zdraví a majetku.
5. **Zařízení civilní ochrany** je součástí právnické osoby nebo obce, určené k ochraně obyvatelstva. Jsou tvořené zaměstnanci nebo jinými osobami na základě dohody a věcnými prostředky.
6. **Věcnou pomocí** se rozumí poskytnutí věcných prostředků během provádění záchranných a likvidačních prací a při cvičení, ke kterému dá pokyn velitel zásahu, hejtman kraje nebo starosta obce. Věcná pomoc může být poskytnuta i dobrovolně, ovšem se souhlasem velitele zásahu, hejtmána kraje nebo starosty obce.
7. **Osobní pomocí** je taková činnost či služba, při které jsou prováděny záchranné a likvidační práce a při cvičení. Do osobní pomoci spadá také pomoc poskytnutá dobrovolně bez výzvy se souhlasem nebo s vědomím velitele zásahu, hejtmána kraje či starosty obce.

VILÁŠEK a kolektiv<sup>3</sup> zmiňují situace, při kterých je nasazen IZS: „*použije se v přípravě na mimořádné události a při potřebě provádět současně záchranné a likvidační práce dvěma a více složkami IZS*“. Složky integrovaného záchranného systému se podílí na přípravě mimořádné události, záchraně i likvidaci spolu s dalším úkoly jako je varování, evakuace, nouzové přežití. Propracovaný systém tak pokrývá celý rozsah ochrany obyvatelstva.

Při základním vymezování IZS je nezbytné popsat klíčový pojem *koordinovaný postup*. LUKÁŠ a kolektiv<sup>4</sup> uvádí, že koordinací postupu složek IZS při společném zásahu se rozumí: „*koordinace záchranných a likvidačních prací včetně řízení jejich součinnosti*“. Význam pojmů záchranné a likvidační práce byl popsán výše, nyní si přiblížme, co je tedy úkolem těchto prací. Úkolem záchranných prací je vzhledem k okolnostem zachránit životy, zdraví osob a další hodnoty, které jsou zasažené danou

<sup>3</sup> VILÁŠEK, J., FIALA, M. a VONDRÁŠEK, D. *Integrovaný záchranný systém ČR na počátku 21. století*. Praha, 2014, s. 12.

<sup>4</sup> LUKÁŠ, L. *Informační podpora integrovaného záchranného systému*. Ostrava, 2011, s. 4.

mimořádnou událostí. V momentě dokončení záchranných prací se pokračuje likvidačními pracemi, které mají za cíl odstraňovat následky mimořádných událostí. Odstranění následků by mělo dosáhnout obnovení původního stavu nebo alespoň stavu, který obnovení původního stavu umožní. Aby mohl IZS skutečně koordinovaně pracovat, musí být naplněny jeho základní funkce. Tyto funkce uvádí ve své knize LUKÁŠ<sup>5</sup>: příprava na mimořádné události, výkonná funkce (záchranné a likvidační práce), personální, technická, varovná a vyzumívací, logistická a legislativní.

Jinými slovy lze říci, že integrovaný záchranný systém představuje komplexní ochranu obyvatel. V případě mimořádné události dochází ke koordinovaným zásahům všech dostupných složek IZS, přičemž každá složka má vymezenou oblast svého působení a každý zásah probíhá tak, aby byl maximálně efektivní a došlo k odstranění nebezpečí či následků v co nejkratším čase. Následující podkapitola přibližuje strukturu IZS.

## 2.2 Struktura integrovaného záchranného systému

Každý záchranný úkol je jedinečný. Není možné vytvořit dopředu systém, který by byl univerzální a bylo ho tedy možné použít při každé mimořádné události. Proto hovoříme o IZS jako koordinovaném celku. Řešení jednotlivých událostí je zajištěno dostupnými silami a prostředky složek IZS. O silách a prostředcích, které budou vyslány k řešení dané mimořádné události rozhoduje operační důstojník krajského operačního informačního střediska, kterému byl úkol přidělen. Operační důstojník po zjištění stavu a rozsahu mimořádné události vyžaduje síly a prostředky, které jsou nezbytné k záchranným a likvidačním pracím. Mezi nejčastější mimořádné události patří dopravní nehody a požáry. Zákon č. 239/2000 Sb., o integrovaném záchranném systému, definuje složky IZS, které společně vytváří koordinovaný postup pomoci. Jsou děleny na složky základní a ostatní.<sup>6</sup>

Dle autora VILÁŠKA<sup>7</sup> je struktura IZS kategorizována na základní a ostatní složky. **Základními složkami IZS** jsou:

---

<sup>5</sup> LUKÁŠ, L. *Informační podpora integrovaného záchranného systému*. Ostrava, 2011, s. 4-5.

<sup>6</sup> Tamtéž, s. 6-7.

<sup>7</sup> VILÁŠEK, J., FIALA, M. a VONDRÁŠEK, D. *Integrovaný záchranný systém ČR na počátku 21. století*. Praha, 2014, s. 12.

1. Hasičský záchranný sbor ČR,
2. jednotky požární ochrany zařazené do plošného pokrytí kraje jednotkami požární ochrany,
3. poskytovatelé zdravotnické záchranné služby,
4. Policie České republiky.

Základní složky IZS jsou ze zákona povinny nepřetržitě zasahovat na celém území České republiky. Základní složky IZS doplňuje složky ostatní. Ostatní složky zajišťují a poskytují při mimořádných událostech pomoc na vyžádání, poskytování plánované pomoci na vyžádání je zahrnuto do poplachového plánu IZS. **Ostatní složky IZS**, které autor VILÁŠEK<sup>8</sup> uvádí, jsou:

1. vyčleněné síly a prostředky ozbrojených sil,
2. ostatní ozbrojené bezpečnostní sbory,
3. ostatní záchranné sbory,
4. orgány ochrany veřejného zdraví,
5. havarijní, pohotovostní, odborné a jiné služby,
6. zařízení civilní ochrany,
7. neziskové organizace a sdružení občanů, která lze využít k záchranným a likvidačním pracím.

Ostatní složky IZS jsou povolávány podle druhu mimořádné události. V době výjimečných stavů se k ostatním složkám IZS přidávají poskytovatelé akutní lůžkové péče, kteří disponují urgentním příjmem. Na základě smlouvy poskytovatele zdravotnické péče s místně příslušným poskytovatelem Zdravotnické záchranné služby nebo s krajským úřadem se může stát ostatní složkou IZS i mimo krizový stav. Zásah integrovaného záchranného systému znamená, že je potřeba na místo mimořádné události vyslat dvě a více složek IZS. VILÁŠEK<sup>9</sup> zmiňuje, že činnost IZS je řízena na třech úrovních, a to na: „*taktické, operační a strategické*“. **Taktickou úroveň** je myšleno řízení velitelem zásahu v místě mimořádné události. Ten zodpovídá za záchranné a likvidační práce. Velitelem zásahu je zpravidla velitel jednotky požární ochrany, odkud není zvláštním právním předpisem určeno jinak. **Operační úroveň** řízení zajišťuje operační středisko záchranných složek IZS, kterými jsou současně

---

<sup>8</sup> VILÁŠEK, J., FIALA, M. a VONDRÁŠEK, D. *Integrovaný záchranný systém ČR na počátku 21. století*. Praha, 2014, s. 13.

<sup>9</sup> Tamtéž, s. 14.

operační a informační střediska Hasičské záchranné služby ČR. Operační střediska spadají pod kraje a ministerstvo vnitra, jejich úkolem je zajištění obsluhy tísňových linek 150, 155, a 158. Krajské operační a informační středisko IZS koordinuje operační střediska – ovládá systému varování obyvatel, spojuje místo zásahu s nejvyšší úrovní řízení a mimo jiné zajišťuje tísňovou linku volání 112. Strategickou úroveň řízení představuje přímé zapojení starosty obecního úřadu s rozšířenou působností, hejtmána kraje nebo ministerstva vnitra do koordinační činnosti spojené s řešení mimořádné události. K této činnosti výše zmíněné osoby využívají předem ustavený krizový štáb a zpracované krizové plány.<sup>10</sup>

---

<sup>10</sup> VILÁŠEK, J., FIALA, M. a VONDRÁŠEK, D. *Integrovaný záchranný systém ČR na počátku 21. století*. Praha, 2014, s. 14-15.

## 3 CHARAKTERISTIKA VYBRANÝCH SLOŽEK IZS

Již z názvu práce vyplývá, že se její text zaměřuje pouze na teoreticko-praxeologické porovnání vybraných složek IZS, nikoliv všech. Autor si vybral pro porovnání Hasičský záchranný sbor ČR, vybrané složky Policie ČR a Ženíjný pluk „Generála Karla Husárka“, který patří pod Armádu ČR. Následující kapitola práce je zaměřena na základní charakteristiku struktury složek a jejich význam a předmět činnosti v rámci IZS.

### 3.1 Policie České republiky

Autor VOKUŠ<sup>11</sup> ve své knize Policii České republiky vymezuje jako jednotný ozbrojený bezpečnostní sbor, který byl zřízen dne 21. června 1991 zákonem české národní rady. Tento ozbrojený sbor má sloužit veřejnosti. Mezi jeho úkoly spadá chránit životy a zdraví osob, chránit majetek, udržovat veřejný pořádek a předcházet trestné činnosti. Policie České republiky plní úkoly dle trestního řádu a na úseku vnitřního pořádku, předpisy Evropských společenství a mezinárodní smlouvy, které jsou součástí právního řádu České republiky.

#### 3.1.1 Organizace a řízení Policie České republiky

Dle autora VOKUŠE<sup>12</sup> činnost Policie České republiky řídí **policejní prezidium**. V čele je **policejní prezident**, který odpovídá za činnost policie ministru vnitra, nyní Janu Hamáčkovi. V současné době je policejním prezidentem plk. Jan Švejdar. Policejní prezidium je nadřízené útvarům s celostátní působností a krajským ředitelstvím policie. Útvary s celostátní působností zřizuje ministr vnitra na návrh policejního prezidenta, krajská ředitelství policie jsou zřizována zákonem. Úkolem policejního prezidia je především určování cílů rozvoje policie, řešení koncepce organizace a stanovování úkolů jednotlivých služeb. V rámci Policie ČR působí služba pořádkové policie, služba dopravní policie, služba cizinecké policie, letecká služba, pyrotechnická služba, ochranná služba, služba kriminální policie a vyšetřování a další specializované služby Policie České republiky. Policejní prezidium také kontroluje a analyzuje činnost policie. Policejním útvarům vytváří podmínky pro plnění úkolů a koordinuje jejich činnost při plnění úkolů, které přesahují jejich územní nebo věcnou působnost.

---

<sup>11</sup> VOKUŠ, J. *Policie České republiky: pomáhat a chránit*. Praha, 2010, s. 3.

<sup>12</sup> Tamtéž, s. 6.

**Krajská ředitelství policie** jsou dle autora VOKUŠE<sup>13</sup> útvary, které mají územně vymezenou působnost. Slouží veřejnosti na vymezeném teritoriu, představují samostatné organizační složky státu a během plnění úkolů samostatně hospodaří s finančními prostředky ze státního rozpočtu. Krajská ředitelství zajišťují činnost i další teritoriální útvary, které jsou jim podřízeny. Takové útvary zřizuje policejní prezident na návrh krajského ředitele v Praze a v dalších velkých městech. Útvary s celostátní působností plní vysoce specializované úkoly na celém území státu. Jejich úkolem může být poskytování specifického servisu ostatním policejním útvarům, jiné útvary se specializují například na odhalování organizovaného zločinu nebo korupce a závažné finanční kriminality. Tyto útvary se zabývají také drogovou kriminalitou nebo zajišťováním ochrany prezidentu republiky a dalším ústavním činitelům.

### 3.1.2 Základní policejní služby

Mezi základní policejní služby patří služba pořádkové policie, služba dopravní policie a služba cizinecké policie. Ve svém díle autor VOKUŠ<sup>14</sup> vymezuje základní policejní služby takto:

1. **Služba pořádkové policie** je hlavním pilířem Policie České republiky. Z hlediska počtu policistů je nejpočetnější službou, z hlediska obsahu činnosti je to služba nejuniverzálnější. V České republice vykonává tuto službu zhruba 19 000 policistů, kteří chrání bezpečnost osob a majetku i veřejný pořádek. Dále také plní úkoly v trestním, přestupkovém a správním řízení, dohlíží na bezpečnost a plynulost silničního provozu, na bezpečnou dopravu osob a přepravu zásilek po železnicích. Pořádková policie je rozložena do sítě obvodních oddělení na území celé České republiky a místních oddělení na území hlavního města Prahy. Na těchto pracovištích je policisty vykonávána nepřetržitá dozorčí služba, díky které je zachovávána neustálá akceschopnost. Dozorčí služba přijímá oznámení a žádosti, které následně zpracovává. Veřejnost pořádkovou službu vidí nejčastěji při občůzkové a hlídkové službě. Během výkonu této služby policisté předcházejí a snaží se zabránit přestupkům a trestným činům, odhalují a zakročují proti pachatelům. Pořádková policie provádí prvotní opatření na místě činu a pátrá po hledaných osobách

---

<sup>13</sup> VOKUŠ, J. *Policie České republiky: pomáhat a chránit*. Praha, 2010, s. 6.

<sup>14</sup> Tamtéž, s. 22, 30, 38.



nebo věcech. V oblasti trestního a přestupkového řízení mají pořádkoví policisté na starost především drobnou majetkovou kriminalitu a ostatní delikty, které patří mezi nejrozšířenější. Takové nejrozšířenější delikty jsou zároveň pro veřejnost i nejvíce obtěžující. Stejně zaměřená je preventivní činnost pořádkové policie, kdy policisté spolupracují s obcemi a s jejich obyvateli.

2. **Služba dopravní policie** má za úkol zejména dohled na bezpečnost a plynulost provozu na pozemních komunikacích, kontrolu dodržování podmínek provozování silniční dopravy a šetření dopravních nehod. Dohled na silniční provoz spočívá především v řízení provozu na pozemních komunikacích, kontrole dodržování pravidel silničního provozu a také kontrole dodržování povinností všech jeho účastníků. Dopravní policie má jeden hlavní cíl, tím je snížit počet dopravních nehod, a především počet jejich obětí. Proto také dopravní policisté dohlíží na kontrolu technického stavu vozidel, dodržování zákazu požívání alkoholických nápojů a drog, dodržování stanovené nejvyšší povolené rychlosti jízdy a kontroly bezpečnostních přestávek u řidičů nákladní dopravy a autobusů. Šetřením dopravních nehod se zabývají specializovaná pracoviště. Ta také zjišťují a dokumentují trestné činy spáchané v souvislosti s porušením zákona o silničním provozu a plní úkoly policejního orgánu dle trestního řádu. Stejně tak řeší dopravní přestupky, buď je sami projednávají nebo je oznamují příslušnému správnímu orgánu. U dopravní policie je zřízen ještě dopravně inženýrský úsek, který provádí výkon státní správy v oblasti bezpečnosti a plynulosti silničního provozu. do jeho kompetencí spadá odborné posuzování řešení sítě pozemních komunikací a řízení provozu, posuzování užití dopravních značek nebo uplatňování preventivních opatření k omezení dopravní nehodovosti.
3. **Služba cizinecké policie** plní zejména úkoly, které vyplývají ze zákona o pobytu cizinců na území České republiky, dále úkoly, které vyplývají z mezinárodních smluv a právních předpisů Evropského společenství. Cizinecká policie působí na celém území našeho státu. Zabývá se státní správou ve věcech povolování vstupu cizinců do země a povolování jejich pobytu v zemi. Příslušníci cizinecké policie rozhodují mimo jiné i

o zákazu vstupu nebo vyhoštění cizince, dále odhalují nelegální a přeshraniční kriminalitu. Ve vnitrozemí cizinecká policie provádí kontroly pobytu cizinců. V rámci své působnosti odhaluje padělání, pozměňování nebo zneužívání dokladů. Do její působnosti spadá také ochrana státní hranice, kterou po vstupu České republiky do schengenského prostoru provádějí jen tehdy, je-li z bezpečnostních důvodů hranice státu dočasně obnovena. Pravidelné hraniční kontroly vykonávají cizinečtí policisté na mezinárodních letištích. Posledním zmíněným úkolem cizinecké policie je kontrola značení státní hranice v terénu. Příslušníci cizinecké policie se podílejí na mezinárodní policejní spolupráci, udržují spolupráci s orgány ochrany státních hranic našich sousedních států, účastní se přeshraničních pronásledování pachatelů trestné činnosti.

### **3.1.3 Podmínky přijetí k Policii České republiky**

Co v sobě skrývá povolání policisty je popsáno na webových stránkách<sup>15</sup> Policie České republiky. Povolání policisty znamená, že pracujete v jednom z bezpečnostních sborů Policie České republiky. Samotný výkon policejní služby je vhodné chápat jako celoživotní povolání, kde je nezbytné dodržovat všechna zákonná a morální pravidla. Úkolem příslušníka Policie České republiky (policisty) je především: ochrana bezpečnosti a pořádku v dané společnosti, prosazování zákonnosti, ochraňovat práva a svobodu osob, preventivní působení proti trestné i jiné protiprávní činnosti, jakožto ji také potírat a usilovat o trvalou podporu a důvěru široké veřejnosti. Práce policisty je vhodná pro občana, který chce svým jednáním zastávat a prosazovat zákon, přistupovat individuálně a spravedlivě ke každému občanovi a také prohlubovat svoje znalosti i odbornou kvalifikaci po celou dobu trvání služebního poměru.

Uchazeči, kteří mají zájem o to, stát se policistou, musí na příslušné personální pracoviště policie doručit písemnou žádost o přijetí do služebního poměru. Dále musí uchazeč splňovat následující podmínky, které jsou zveřejněné na internetových stránkách Policie ČR<sup>16</sup>:

---

<sup>15</sup> Policie České republiky. *Povolání policista*. [online]. Dostupné z WWW: <https://www.policie.cz/clanek/povolani-policista.aspx>

<sup>16</sup> Policie České republiky. *Informace pro uchazeče*. [online]. Dostupné z WWW: <https://www.policie.cz/informace-pro-uchazece.aspx>

- *občanství České republiky*
- *věk nad 18 let*
- *plná způsobilost k právním úkonům*
- *bezúhonnost*
- *střední vzdělání a vyšší*
- *fyzickou, zdravotní a osobnostní způsobilost k výkonu služby*
- *není členem politické strany nebo politického hnutí*
- *nevykonává živnostenskou nebo jinou výdělečnou činnost a není členem řídicích nebo kontrolních orgánů právnických osob, které vykonávají podnikatelskou činnost.*

Z informací uvedených na webovém portálu Policie ČR<sup>17</sup> vyplývá, že bezúhonnost uchazeče se řeší **zákonem č. 361/2003 Sb. o služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů** ve znění pozdějších předpisů. Trestní bezúhonnost uchazeče se prokazuje opisem z evidence Rejstříků trestů, který zajišťuje Policie ČR. Policie ČR je oprávněna během přijímacího řízení využívat vlastní evidence a evidence Ministerstva vnitra ČR k účelu ověřování údajů o uchazeči.

Klíčovým faktorem přijetí uchazeče k Policii ČR je fyzická, zdravotní a osobnostní způsobilost. Ta se prokazuje v průběhu přijímacího řízení. Součástí přijímacího řízení je i vyšetření zaměřené na zjištění přítomnosti omamných a psychotropních látek. Bližší informace k posuzování fyzické způsobilosti najdeme na webovém portálu Policie ČR.<sup>18</sup> **Fyzická způsobilost** je prokazována testy tělesné zdatnosti (čtyři testy: *člunkový běh, běh na 1000 metrů, celomotorický test a cvičení kliků*), **zdravotní způsobilost** je posouzena lékařem při komplexní zdravotní prohlídce, a **osobnostní způsobilost** se prověřuje psychologickým vyšetřením. Psychologické vyšetření je zaměřené na zjišťování osobnostních předpokladů potřebných pro výkon policejní služby. Uchazeči musí projít celodenním vyšetřením, podrobují se výkonovým testům a absolvují řízený rozhovor s psychologem. Cílem tohoto vyšetření je komplexní posouzení vhodnosti uchazeče pro výkon policejní služby. Pokud uchazeč nutná kritéria nesplní, může znovu psychologické vyšetření podstoupit nejdříve za 2 roky. Vzhledem

<sup>17</sup> Policie České republiky. *Podmínky přijetí do služebního poměru* [online]. Dostupné z WWW: <https://www.policie.cz/clanek/podminky-prijeti-do-sluzebniho-pomeru.aspx>

<sup>18</sup> Policie České republiky *Posouzení fyzické způsobilosti uchazeče* [online]. Dostupné z WWW: <https://www.policie.cz/clanek/posouzeni-fyzicke-zpusobilosti-uchazece.aspx>

k tematickému zaměření práce je nezbytné přiblížit náplň testů fyzické způsobilosti, která je popsána na webovém portálu Policie ČR<sup>19</sup>:

**1. Člunkový běh 4 x 10 m** – uchazeč startuje u první mety, běží šikmo mezi metami, meta č. 2 se obíhá, stejným způsobem se vrací zpět a obíhá se meta č. 1. Třetí úsek se běží přímo, následuje dotek mety č. 2, rychlý obrat a při doteku mety č. 1 se zastavuje čas.

**2. Klik – vzpor ležmo** – leh na břicho, skrčené paže opřít dlaněmi o zem, špičky prstů v úrovni ramen směřují vpřed, hlava směřuje vpřed, je v prodloužení trupu. Dopnutím paží v loktech provedeme vzpor ležmo. Pokrčením paží v loktech lehkým dotekem hrudníku o podložku a zpět do kliku. Trup je zpřímá, pánev nevysazujeme, ani neprohýbáme.

**3. Celomotorický test** – za 2 minuty – začínáme ze stoje spatného, přes dřep do lehu na břicho, zvednout ruce z podložky, přejít zpět přes dřep do stoje spatného, dále se pokračuje přes dřep do lehu na záda, ruce se dotknou podložky podél těla a zpět přes sed a dřep do stoje spatného. Za každý přechod do stoje spatného je počítáno jedno provedení cviku.

**4. Běh na 1000 m** – uchazeč musí uběhnout vzdálenost 1000 m v co nejkratším čase. Běžícím se průběžně sděluje čas.

Uchazeč musí v každé disciplíně dosáhnout zisku minimálně 4 bodů. V celkovém součtu pro splnění testů fyzické zdatnosti musí uchazeč dosáhnout součtu **minimálně 36 bodů**.

### **3.2 Hasičský záchranný sbor České republiky**

Hasičský záchranný sbor České republiky (dále HZS ČR), je od 1. ledna 2001 složkou IZS. Jedná se o složku, která má v naší zemi dlouholetou tradici. V následující podkapitole práce bude HZS ČR blíže popsán. Formálně HZS ČR vymezuje **zákon č. 320/2015 Sb., o Hasičském záchranném sboru České republiky** v platném znění.

---

<sup>19</sup> Policie České republiky *Posouzení fyzické způsobilosti uchazeče* [online]. Dostupné z WWW: <https://www.policie.cz/clanek/posouzeni-fyzicke-zpusobilosti-uchazece.aspx>

### 3.2.1 Organizace a řízení HZS ČR

VYKOUKAL<sup>20</sup> ve své knize popisuje základní organizační strukturu HZS ČR. Činnost této složky IZS spadá pod gesci Ministerstva vnitra, je tvořena generálním ředitelstvím HZS ČR, hasičskými záchrannými sbory krajů, Záchranným útvarům HZS ČR a Střední odbornou školou požární ochrany a Vyšší odbornou školou požární ochrany ve Frýdku-Místku. Generální ředitelství HZS ČR má za úkol řídit činnost HZS ČR krajů, které jsou organizačními složkami státu. Hasičský záchranný sbor kraje má podle VAVERY<sup>21</sup> shodný územní obvod s územním obvodem vyššího územního samosprávného celku, v němž má sídlo. V čele HZS kraje stojí ředitel, příslušníci HZS kraje v daném území zajišťují požární ochranu, ochranu obyvatelstva, civilní nouzové plánování, činnost v rámci IZS a krizové řízení. HZS kraje mj. zřizuje operační a informační střediska, která plní úkoly operačního a informačního střediska integrovaného záchranného systému.

Zvláštnost HZS ČR uvádí autor VAVERA<sup>22</sup>: „*HZS ČR je jediným neozbrojeným bezpečnostním sborem, v rámci množiny veřejných sborů*“. VYKOUKAL<sup>23</sup> pak zmiňuje úkoly a zaměření činnosti HZS ČR. Stěžejní činností HZS ČR je záchranná a humanitární činnost. Pod tuto činnost spadá dle autora VYKOUKALA následující: „*vyhledávání, vyprošťování a záchrana osob, záchranné a potápěčské práce ve vodě, zemní práce, vyprošťování uvízlé nebo havarované techniky, demoliční práce, radiační a chemický průzkum, vytyčování nebezpečných oblastí, dekontaminace osob, techniky, materiálu či terénu, likvidace úniku ropných produktů, sběr a likvidace uhynulých zvířat, evakuace osob, přeprava hospodářských zvířat a materiálu, distribuce pitné vody, zajištění nouzového přežití obyvatel pomocí humanitární základny*“. HZS ČR také zajišťuje obnovu postižených míst, například zásobováním pitnou vodou, elektrickou energií a humanitárním materiálem, dále přečerpáváním vody čerpadly a zdravotní podporou.

### 3.2.2 Podmínky přijetí uchazeče k HZS ČR

Podmínky přijetí do služebního poměru jsou mj. zveřejněny na webovém portálu HZS ČR<sup>24</sup>. Uchazečem o přijetí může být státní občan České republiky, z informací zde

<sup>20</sup> VYKOUKAL, J. *Hasičský záchranný sbor České republiky*. Praha, 2009, s. 2.

<sup>21</sup> VAVERA, F. *Zákon o Hasičském záchranném sboru ČR*. Praha, 2017, s. 58-59.

<sup>22</sup> Tamtéž, s. 17.

<sup>23</sup> VYKOUKAL, J. *Hasičský záchranný sbor České republiky*. Praha, 2009, s. 5.

<sup>24</sup> Hasičský záchranný sbor České republiky. *Přijetí do služebního poměru* [online]. Dostupné z WWW: <https://www.hzscr.cz/clanek/podminky-prijeti-a-dalsi-informace.aspx>

uvedených vyplývá, že uchazeč může být přijat do služebního poměru po splnění následujících podmínek:

- *je starší 18 let*
- *je bezúhonný a plně způsobilý k právním úkonům*
- *splňuje podmínky stanovené pro výkon obsazovaného služebního místa, zejména: stupeň vzdělání (minimálně střední s maturitní zkouškou), obor nebo zaměření vzdělání (pokud je stanoven) či další odborné a jiné zvláštní požadavky (pokud jsou stanoveny)*
- *je fyzicky, zdravotně a osobnostně způsobilý k výkonu služby*
- *je oprávněný seznamovat se s utajovanými informacemi podle zvláštního právního předpisu, má-li být ustanoven na služební místo, pro které se tato způsobilost vyžaduje*
- *není členem politické strany nebo politického hnutí*
- *nevykonává živnostenskou nebo jinou výdělečnou činnost a není členem řídicích nebo kontrolních orgánů právnických osob, které vykonávají podnikatelskou činnost*
- *písemně požádal o přijetí do služebního poměru a úspěšně absolvoval přijímací řízení*

Podobně jako u Policie České republiky i v rámci přijetí do službu u HZS ČR musí uchazeč splnit dané fyzické požadavky. Uchazeči se dělí do několika skupin. Testy jsou různé pro čtyři skupiny, podle fyzických nároků jednotlivých služeb HZS ČR. Nejnáročnější jsou fyzické testy pro uchazeče, kteří se hlásí k přijetí do složek HZS ČR, které zasahují v terénu a jejichž činnost vyžaduje náležitou fyzickou kondici. Vedle fyzické náročnosti daných služeb při testech k přijetí rozhoduje také pohlaví a věk uchazeče. Podle věku je pro každé pohlaví stanoveno šest kategorií podle věku. Pro splnění podmínek přijetí jsou pak dány body, které musí uchazeč v testu fyzické zdatnosti získat. Pro účel práce je nutné popsat konkrétní podobu fyzických testů, popisem dílčích kategorií se nebudeme blíže zabývat. Podoba fyzických testů a všechny bližší informace jsou uvedeny v *Pokynu generálního ředitele HZS ČR*<sup>25</sup>. Z informací uvedených v citované sbírce vyplývá, že **test** je rozdělen na **tři části**, dvě silové a jednu

---

<sup>25</sup> Pokyn GR HZS ČR č. 58/2008, 2008, Praha, s. 4.

vytrvalostní. *Příloha č. 2 Pokynu GŘ HZS ČR*<sup>26</sup> popisuje přesné provedení předepsaných cviků v rámci testů fyzických požadavků:

**Test č. 1** - disciplína kliky a shyby. **Kliky** se cvičí 2 minuty, základním postavením je vzpor ležmo, ruce v libovolné šíři. Hlava, trup a propnuté nohy v jedné rovině, nohy do 30 cm od sebe. Předepsané provedení kliku má dvě doby: 1. doba – flexi v loktech klikem ležmo, nejméně do polohy, ve které je podélná osa paže rovnoběžná s podložkou; 2. doba – zpět do základního postavení. **Shyby** nejsou časově omezeny, základním postavením je svis nadhmatem, ruce v šíři ramen, ramena a lokty vyvěšeny. Provedení cviku má dvě doby: 1 doba – tahem obouruč – shyb, 2. doba – zpět do základního postavení. K zaujetí základního postavení je povolena pomoc jiné osoby, ve shybu se musí brada zkoušeného dostat nad úroveň vodorovné roviny žerdě hrazdy. Je zakázána změna šíře úchopu žerdě hrazdy v průběhu provádění disciplíny.

**Test č. 2** – disciplína leh-sed a přednožování v lehu. **Leh-sedy** se provádí 2 minuty, vždy na standardní žíněnce nejméně 5 cm vysoké. Základní postavení je leh na zádech roznožený pokrčmo, chodidla 20–30 cm od sebe fixována k podložce, úhel bérce a stehna v kolenním kloubu 90 stupňů, ruce se dotýkají hlavy. Provedení má dvě doby: 1. doba – postupný sed, předklon až do polohy, ve které osa vedená ramenními klouby protne svislou rovinu vedenou osou kyčelních kloubů; 2. doba – zpět do základního postavení. **Přednožování v lehu** se provádí na stejné žíněnce jako leh-sedy, opět po dobu 2 minuty. Základním postavením je leh na zádech snožný, ruce ve vzpažení fixovány úchopem za pevnou oporu nebo za pomoci druhé osoby. Provedení cviku má dvě doby: 1. doba – přednožení obou propnutých nohou současně do svislé polohy; 2. doba – zpět do základního postavení. Cvičení začíná a končí v lehu, nohy musí být po dobu cvičení propnuté v kolenním kloubu a ve vzájemném kontaktu.

**Test č. 3** – disciplína běh na 2000 metrů a plavání. **Běh na 2000 metrů** se provádí na atletické dráze nebo přehledné rovné trati v terénu bez převýšení. Cvičení na povel vybíhají a bez přerušení běží nebo střídají běh s chůzí po dráze. Čas v cíli se měří s přesností 1 sekundy. **Plavání na 200 metrů** se provádí v krytém nebo otevřeném bazénu délky 25 nebo 50 metrů s vyznačenými oddělenými dráhami. Po startovním povelu cvičenci plavou 200 metrů libovolným způsobem. Čas se zastavuje s dohmátnutím na stěnu bazénu. Čas v cíli se měří s přesností na 1 sekundu. Plnění

---

<sup>26</sup> Pokyn GŘ HZS ČR č. 58/2008. *Příloha č. 2*, 2008, Praha, s. 12-17.

disciplíny začíná skokem ze startovního bloku nebo ze břehu bazénu, je povolen i start z vody. V průběhu plavání lze střídát libovolně plavecké styly.

### 3.3 15. ženijní pluk „Generála Karla Husárka“

Jako třetí složku IZS, kterou v práci blíže představíme je právě 15. ženijní pluk „Generála Karla Husárka“. Historií 15. ženijního pluku se zabývá ve své knize autorka Štenclová a Sedláčková. Předchůdcem tohoto pluku byla 15. ženijní brigáda, která vznikla v souvislosti s reformou Armády České republiky dne 1. 12. 2003. V podobě, v jaké funguje nyní je od 1. 12. 2013. Organizace a úkoly 15. ženijního pluku popisují ve své knize ŠTENCLOVÁ a SEDLÁČKOVÁ.<sup>27</sup> Záchranné prapory Armády ČR byly předurčeny pro podporu složek IZS při mimořádných událostech. Zmíněné autorky ve své knize uvádí síly a prostředky záchranného praporu, které mohou být nasazeny v následujících situacích, zmíníme vybrané z nich<sup>28</sup>:

- záchrana osob a odstraňování následků živelných pohrom
- průmyslové a ekologické havárie
- radiační a chemické havárie
- rozsáhlé lesní požáry, likvidace polomů
- evakuace obyvatelstva, včetně zabezpečení nouzového ubytování
- vyprošťování ze závalů
- složité dopravní nehody

#### 3.3.1 Organizace a řízení 15. ženijního pluku „Generála Karla Husárka“

15. ženijní pluk je součástí Armády České republiky. Organizací Armády ČR se zabývá VILÁŠEK<sup>29</sup>, z jeho knihy vyplývají následující informace. V roce 1993 v České republice začal nový proces budování armády, bylo zohledněno nové pojetí ozbrojených sil a jejich profesionalizace. Ozbrojené síly se člení na Armádu České republiky, Vojenskou kancelář prezidenta republiky a Hradní stráž. Výchozím dokumentem pro tvorbu legislativy ozbrojených sil byl **ústavní zákon č. 110/1998 Sb., o bezpečnosti České republiky**, ve znění pozdějších ústavních zákonů. Na ústavní zákon navazují další zákony branného zákonodárství, zmíníme **zákon č. 219/1999 Sb., o ozbrojených silách České republiky** ve znění pozdějších předpisů. Tento zákon mj. určuje, že

<sup>27</sup> ŠTENCLOVÁ, M., SEDLÁČKOVÁ, J., 15. ženijní pluk „Generála Karla Husárka“, Praha, 2017, s. 4-9.

<sup>28</sup> Tamtéž, s. 9

<sup>29</sup> VILÁŠEK, J., FIALA, M. a VONDRÁŠEK, D. *Integrovaný záchranný systém ČR na počátku 21. století*. Praha, 2014, s. 81-84.



jedním z hlavních úkolů armády je její použití<sup>30</sup>: „*k záchranným pracím při pohromách nebo při jiných závažných situacích ohrožující životy, zdraví, značné majetkové hodnoty nebo životní prostředí nebo k likvidaci následků pohromy*“. Právě výše popsany úkol Armády ČR zaručuje součinnost s IZS. V rámci Armády ČR vznikl k 1. 12. 2013<sup>31</sup> 15. ženijní pluk „Generála Husárka“ se sídlem v Bechyni. Pluk se dále dělí na dva prapory, 151. ženijní prapor Bechyně a 153. ženijní prapor Olomouc. Velitelem je v současné době plukovník gšt. Ing. Jiří Lustyk. Jsou vymezeny dva hlavní úkoly 15. ženijního pluku<sup>32</sup>:

*Poskytování bojové a všeobecné ženijní podpory všech druhů činností a operací Armády ČR. Podpora integrovaného záchranného systému a plnění humanitárních úkolů:*

- *ženijní a záchranné odřady (mosty, závaly, kalamity...)*
- *odřady dekontaminace při havárii jaderné elektrárny.*

### **3.3.2 Podmínky přijetí uchazeče k Armádě České republiky**

15. ženijní pluk je součástí Armády České republiky. Stejně jako ostatní složky IZS jsou i u Armády ČR přesně vymezeny podmínky k přijetí uchazeče. Pro přijetí do aktivní vojenské služby velitelství Armády ČR zřídilo speciální webové stránky, na kterých jsou všechny potřebné informace.<sup>33</sup> Podmínky pro přijetí do Armády ČR stanovuje **zákon č. 221/1999 Sb., o vojácích z povolání** ve znění pozdějších předpisů:

- věk 18 let a více
- občanství ČR
- trestní bezúhonnost
- zdravotní způsobilost
- splnění kvalifikačních předpokladů, tedy mít alespoň výuční list
- ke dni nástupu do služby nebýt členem politické strany či hnutí anebo odborové organizace
- složení vojenské přísahy

---

<sup>30</sup> Tamtéž, s. 83.

<sup>31</sup> ŠTENCLOVÁ, M., SEDLÁČKOVÁ, J., 15. ženijní pluk „Generála Karla Husárka“, Praha, 2017, s. 31-34.

<sup>32</sup> Tamtéž, s. 32.

<sup>33</sup> Armáda České republiky. *Jak se stát vojákem z povolání* [online]. Dostupné z WWW: <https://kariera.army.cz/vojak-z-povolani#>

Po podání přihlášky, ověření dokumentů a lékařské prohlídce následují fyzické testy. Portál pro uchazeče<sup>34</sup> popisuje jednotlivé kroky. Na splnění fyzických testů má uchazeč dva pokusy. Testy se provádí z disciplín: sed-leh, klik-vzpor (pouze muži), skok daleký z místa a sálový test W170, to znamená výkon při tepové frekvenci 170 tepů/min. Počet opakování jednotlivých cviků se dělí podle pohlaví a věku uchazeče. Věkové kategorie jsou dvě, uchazeč do 30 let a uchazeč nad 31 let. Sed-leh je bodován počtem opakování v provedení v 1 minutě, klik-vzpor počtem opakování provedených za 30 sekund, skok daleký z místa proveden snožmo je počítán na dosažené centimetry, u testu W170 je měřen výkon uchazeče. PO splnění fyzických testů následuje pohovor, na základě kterého, bude uchazeči určena jednotka, ke které bude přidělen. Pro všechny uchazeče je dále povinný Kurz základní přípravy ve Vyškově na Moravě, který trvá zpravidla 6 týdnů. O jeho podobě podrobně informuje webový portál Velitelství výcviku – Vojenská akademie<sup>35</sup>, který rozděluje kurz na čtyři fáze:

## **I. Jsem voják!**

Tato fáze základní přípravy je velmi důležitá, neboť veškerá další příprava a úroveň závěrečné bojové připravenosti vojáka bude vycházet z této fáze.

Hlavním cílem přípravy je položit základy k dosažení požadovaných fyzických a psychických vlastností a schopností pro formování nového vojáka jako budoucího profesionála.

Voják je svými instruktory výcviku veden k získání návyků v dodržování rozkazů a nařízení, k přesnému plnění povinností vojáka při činnosti na povely, k udržování čistoty výzbroje a výstroje.

V každém družstvu jsou vojáci rozděleni do dvojic, ve kterých plní všechny úkoly zpravidla po celou dobu základní přípravy s cílem posilovat týmového ducha, odpovědnost k jednotce, vzájemnou sounáležitost a pomoc.

Náplní fáze jsou především vojenské předměty, zaměřené na počáteční etapu výuky a výcviku (pořadová příprava, základní řády, teoretická část odborných předmětů, apod.).

---

<sup>34</sup> Tamtéž

<sup>35</sup> Velitelství výcviku – Vojenská akademie. *Průběh kurzů základní přípravy* [online]. Dostupné z WWW: <https://www.vavyskov.cz/content/prubeh-kurzu-zakladni-pripravy>

Fáze je ukončena postupovou zkouškou, I. fáze je charakterizována vysokou náročností po odborné, fyzické a psychické stránce.

## **II. Střelecká příprava**

V průběhu II. fáze základní přípravy dochází k získávání nových znalostí, schopností a praktických dovedností a k prohlubování těch, které byly získány už v první fázi.

Těžiště je zaměřeno na získání maxima dovedností v praktické činnosti s útočnou puškou (samopalem), pistolí a ručními granáty.

Stálá pozornost je věnována zvyšování tělesné zdatnosti a provádění základních taktických činností jednotlivce.

Fáze je ukončena postupovou zkouškou.

## **III. Taktická příprava**

Příprava zahrnuje aplikaci již zvládnutých témat polní přípravy do složitějších činností jako je přesun, obrana a útok, kde si voják uvědomí, jak důležité je přesné plnění úkolů jednotlivce pro úspěšné splnění úkolu celé jednotky.

V průběhu III. fáze vrcholí základní příprava i ve střelecké přípravě, kde jsou vojáci hodnoceni při činnosti se zbraněmi splněním cvičení střelb a cvičení v házení ostrých ručních granátů.

Fáze je ukončena závěrečnou zkouškou.

## **IV. Jsem profesionál!**

Ve IV. fázi probíhá nejnáročnější příprava zaměřená na prověření znalostí a dovedností vojáků především v rámci plnění úkolů II. komplexního polního výcviku, kde největší důraz je položen na splnění úkolů bojové hry a manévr pod palbou nepřítele (přestřelování).

Kurz je ukončen slavnostním vyřazením absolventů základní přípravy.

## 4 FYZICKÁ KONDICE

Poslední kapitola teoretické části práce je zaměřena na fyzickou kondici, dělí se na dvě části, na sportovní výkon a jednotlivé kondiční schopnosti. Pro účel práce je nezbytné vymezit především sílu, rychlost a vytrvalost. Protože právě tyto tři schopnosti jsou nejvíce ověřovány při testech fyzické způsobilosti, které jsou popsány v předešlých kapitolách práce. Na tyto pojmy pak dále naváže výzkumná část práce.

LEHNERT a kolektiv<sup>36</sup> ve své publikaci poukazují na fakt, že **fyzická kondice** je označení z anglického jazyka. V českém jazyce můžeme používat překlad **tělesná zdatnost**. Definicí tělesné zdatnosti uvádí MĚKOTA a CUBEREK<sup>37</sup>: „*Tělesná zdatnost je schopnost řešit dané úkoly s dostatkem energie a pohotově, bez zjevné únavy a s dostatečnou rezervou pro příjemné trávení volného času.*“

Fyzická kondice má na výkon služby příslušníku IZS zásadní vliv. Potvrzuje to studie australských vědců<sup>38</sup>, kteří zkoumali fyzickou kondici vojáků na mezinárodních misích a její vliv na výkon služby. Z jejich výzkumu vyplývá, že dobrá tělesná zdatnost má fyziologické i psychologické výhody. Snižuje stres, sklon k nemocem i ke zranění. Rozvoj fyzické kondice u vojáků zlepšuje morálku celých jednotek a zlepšuje vnímání vojáků a jejich připravenost na akci.

### 4.1 Sportovní výkon

ZVONAR<sup>39</sup> s dalšími autory definují sportovní výkon: „*Sportovní (pohybový, motorický) výkon je obvykle chápán jako jednota průběhu a výsledku pohybové či sportovní činnosti.*“ Sportovní výkon patří mezi stěžejní pojmy sportu i sportovního tréninku. Hlubší poznání sportovního výkonu má dle autora ZVONAR<sup>40</sup> význam především pro oblast tréninku, při kterém se výkon buduje a formuje. Sportovní výkony probíhají ve specifických pohybových činnostech, které jsou dané vybraným sportem.

---

<sup>36</sup> LEHNERT, M. *Trénink kondice ve sportu*. Olomouc, 2010, s. 6.

<sup>37</sup> MĚKOTA, K. a R. CUBEREK. *Pohybové dovednosti - činnosti - výkony*. Olomouc, 2007, s. 143.

<sup>38</sup> DYSRSTAD S.M., GISKE R. *Relationship between soldiers' service performance and physical training volume*. Dostupné z: [https://jmvh.org/wp-content/uploads/2012/12/JMVHVol18No-2\\_Relationshipbetweensoldiers.pdf](https://jmvh.org/wp-content/uploads/2012/12/JMVHVol18No-2_Relationshipbetweensoldiers.pdf)

<sup>39</sup> ZVONAR, M., DUVAČ, I. a kol. *Antropomotorika: pro magisterský program tělesná výchova a sport*. Brno, 2011, s. 172.

<sup>40</sup> Tamtéž, s. 172.

Rozvoj výkonnosti člověka je dlouhodobý proces, který musí být systematicky veden. Proces rozvoje výkonnosti je dle autora PANUŠKY<sup>41</sup> ovlivňován vlastním sportovním tréninkem, přirozeným tělesným vývojem člověka a také jeho přírodními a sociálními podmínkami. Dědičným základem pro budování sportovní výkonnosti jsou vrozené dispozice. Mezi vrozené dispozice řadíme míru talentu, nadání a vlohy. Vrozené dispozice dále PANUŠKA<sup>42</sup> dělí na:

- *morfologické* (tělesná výška, hmotnost, složení a stavba těla atd.)
- *fyzilogické* (např. transportní kapacita pro kyslík)
- *psychologické* (osobnostní charakteristika, temperament, intelektové schopnosti atd.)

Povolání záchranářů účastnících se zásahů IZS vyžaduje určitou úroveň fyzické kondice a výkonnosti, která je zjišťována fyzickými testy během přijímacího řízení. Pokud chtějí záchranáři postoupit ve službě ke specializovaným jednotkám, musí jejich fyzická kondice odpovídat vyšším výkonům. Podobně jako u sportovců můžeme tento postup ukázat na stupnici, kterou popisuje ve své knize autor PANUŠKA<sup>43</sup>. Dlouhodobý program tréninku u sportovců vymezil do čtyř stupňů: seznamování se se sportem, základní trénink, specializovaný trénink a vrcholový trénink. Tato stupnice jde použít také na postup v kariéře u složek IZS. Nejprve se člověk rozhoduje, jestli chce pracovat v rámci složek IZS, ve druhém stupni trénuje na přijímací řízení, ve třetím stupni probíhá trénink pro danou práci a stupeň vrcholového tréninku můžeme považovat za přípravu pro povýšení mezi specializované jednotky.

Sportovní výkon a jeho progres je nutné chápat jako výsledek mnohaletého působení nejrůznějších faktorů (například dědičnosti, prostředí, tréninku, materiálních podmínek atd.). Autor DOVALIL<sup>44</sup> uvádí, že výsledkem je skladba dovedností, vlastností, schopností a vědomostí člověka, která mu jako sportovci umožní podat sportovní výkon. Ukazuje se, že čím vyšší má být sportovní výkonnost (kterou chápeme jako dispozici opakovaně podávat výkon), tím větší důležitost má optimální skladba faktorů podmiňující tuto výkonnost. Pokud chápeme výkon jako propojení faktorů, je logické, že absence nebo nižší úroveň některého z nich znamená oslabení celého

---

<sup>41</sup> PANUŠKA, P. *Rozvoj vytrvalostních schopností*. Praha, 2014, s. 12.

<sup>42</sup> Tamtéž, s. 12.

<sup>43</sup> PANUŠKA, P. *Rozvoj vytrvalostních schopností*. Praha, 2014, s. 12-13.

<sup>44</sup> DOVALIL, J. *Výkon a trénink ve sportu*. 3. vyd. Praha, 2009, s. 19.

sportovního výkonu. Velké množství proměnných, které ovlivňují a spoluvytvářejí sportovní výkon můžeme rozdělit na faktory: somatické, kondiční, faktory techniky, taktiky a faktory psychické. A právě kondičními faktory se bude zabývat další podkapitola práce.

## 4.2 Kondiční schopnosti

Kondiční faktory jsou jednotlivé soubory pohybových schopností. LEHNERT<sup>45</sup> s dalšími autory definují pojem kondice: „*Kondici chápeme jako energetický, funkční a pohybový potenciál sportovce determinovaný kondičními a kondičně-koordináčními motorickými schopnostmi, který je nezbytný pro realizaci techniky a taktiky při podávání sportovního výkonu. Uplatňuje se rovněž při vyrovnání se s požadavky tréninkového a soutěžního zatěžování.*“. Kondice označuje všestrannou fyzickou i psychickou připravenost ke sportovnímu výkonu. Kondice je tedy základ pro podání sportovního výkonu. Kondici ovlivňuje například věk, genetické faktory, technika, psychika nebo pravidelný trénink a podobně.

Autor LEHNERT<sup>46</sup> s dalšími kolegy rozděluje kondici do dvou základních forem, a to na kondici obecnou a speciální. Obecná kondice znamená širší základ všech sportovních disciplín, rozvíjí se tréninkem. Takový trénink zaručuje všestranný rozvoj schopnosti kondice i koordinace. Tím, jak se organismus adaptuje na různé zátěže, dochází k nepřímé podpoře zvyšování sportovní výkonosti. Na těchto základech vzniká později speciální kondice. Speciální kondice musí, co nejpřesněji odrážet kondiční požadavky sportovního výkonu v daném sportovním odvětví a je spojena s vytvořením specifických adaptací v organismu.

Kondiční pohybové **schopnosti** rozděluje DOVALIL<sup>47</sup> na **silové, rychlostní a vytrvalostní**. Rozlišujeme je podle toho, která fyzikální charakteristika v daném pohybovém projevu převažuje. Může to být síla svalové kontrakce, rychlost pohybu nebo trvání. Každá tato schopnost je něčím typická, podle toho je můžeme rozlišovat. Projevem **rychlostních schopností** jsou pohyby prováděné vysokou až maximální rychlostí, pohybový úkol je řešen v několika vteřinách. **Silové schopnosti** jsou požadovány při pohybech, kdy se překonává větší odpor. Vytrvalostní schopnosti jsou nezbytné při dlouhotrvající pohybové činnosti.

---

<sup>45</sup> LEHNERT, M. *Trénink kondice ve sportu*. Olomouc, 2010, s. 8.

<sup>46</sup> LEHNERT, M. *Trénink kondice ve sportu*. Olomouc, 2010, s. 8-9.

<sup>47</sup> DOVALIL, J. *Výkon a trénink ve sportu*. 3. vyd. Praha, 2009, s. 26.

Právě kondice je určující při testech fyzické zdatnosti, která je prověřována u všech uchazečů i stávajících členů záchranných sborů v rámci IZS. V předchozích kapitolách práce jsou popsány cviky, které kondici ověřují. Poslední podkapitoly teoretické části práce dovysvětlí pojmy síla, rychlost a vytrvalost, které jsou popsány cviky prověřovány.

#### 4.2.1 Silové schopnosti

Silové schopnosti definují autoři PERIČ s DOVALILEM<sup>48</sup> jako: „*schopnost překonávat či udržovat vnější odpor svalovou kontrakcí (kontrakce = stah svalu).*“ Úroveň silových schopností se většinou sportovních disciplín podílí na struktuře sportovního výkonu. Rozhodující význam mají ve sportovních odvětvích, při kterých se překonává velký odpor náčiní (vzpírání, vrhy a hody ...), odpor vlastního těla (skoky, gymnastika...), aktivní odpor soupeře či odpor prostředí.

Pro členy sborů IZS je nejdůležitější síla odporu vlastního těla a aktivní odpor jiné osoby. Silové schopnosti dělíme do několika druhů, podle typu svalové kontrakce. Autoři PERIČ a DOVALIL<sup>49</sup> silové schopnosti dělí jsou statické nebo dynamické, ve své knize je dále rozvádí. Při **statické síle** se zvyšuje napětí svalu a jeho délka se nemění. Statická síla je charakteristická tím, že se úsilí neprojevuje pohybem. Jedná se většinou o udržení těla nebo břemena v určité pozici. Při **dynamické síle** se mění délka svalu, jeho napětí zůstává přibližně stejné. Dynamická síla se projevuje pohybem hybného systému. V souvislosti s velikostí odporu a s rychlostí pohybu rozlišujeme dynamickou sílu na víc druhů<sup>50</sup>:

1. *výbušná síla* – maximální zrychlení s nízkým odporem – odrazy, hody, kopy...
2. *rychlá síla* – nemaximální zrychlení, nízký odpor – starty, série úderů, běh přes překážky...
3. *vytrvalostní síla* – nízký odpor, nevelká stálá rychlost
4. *maximální síla* – vysoký odpor s malou rychlostí – zápas, vzpírání – základ pro ostatní druhy silové schopnosti.

---

<sup>48</sup> PERIČ, T. DOVALIL, J. *Sportovní trénink*. Praha, 2010, s. 79.

<sup>49</sup> PERIČ, T. DOVALIL, J. *Sportovní trénink*. Praha, 2010, s. 79-80.

<sup>50</sup> Tamtéž, s. 79-80.

Odborníci zdůrazňují<sup>51</sup>, že silové schopnosti vyžadují pravidelné zatěžování po dlouhou dobu. Rozvoj silových schopností je komplexní a systémová záležitost. Základem je rozvoj maximální a vytrvalostní síly především svalových oblastí zad, břicha, kyčelního a ramenního kloubu. Tím se vytvoří silový základ, který je později rozvíjen speciálními silovými tréninky.

#### 4.2.2 Rychlostní schopnosti

Rychlostní schopnosti jsou definovány autory PERIČEM a DOVALILEM<sup>52</sup> jako: „*schopnost vyvíjet činnost s maximální intenzitou. Chápeme je jako schopnost konat krátkodobou pohybovou činnost (do 20 sekund), a to bez odporu nebo jen s malým odporem.*“. V tréninku rychlostních schopností je nezbytné zaměřovat se na zotavovací funkci, je to předpoklad pro provádění rychlostní výkonů opakovaně a bez ztráty kvality. Zmínění autoři<sup>53</sup> dále uvádí, že rychlostní schopnosti ovlivňují některé faktory, které se dají v určité míře tréninkem zlepšovat, jde o nervosvalovou koordinaci, druhy svalového vlákna a speciální cviky a velikost svalové síly. Rychlostní schopnosti je možné rozvíjet tréninkem jen v omezené míře. Je vědecky prokázáno, že geneticky vrozené dispozice ovlivňují rychlostní schopnosti až z 80 %. Podobně jako u silových, tak i u rychlostních schopností, můžeme činnost dělit na tři základní projevy: rychlost reakce, rychlost jednotlivého pohybu a rychlost lokomoce. Rychlostní zatížení je vhodné zařadit do tréninku pravidelně, a to i v době, kdy je zaměřený na rozvoj jiných schopností. Například u vytrvalosti zařazujeme do tréninku dlouhodobé běhy.

U testů fyzické zdatnosti např. u Policie ČR se opakuje test běhu na 100 metrů. Tento běh se rozděluje na **tři fáze: zrychlení, maximální rychlosti a udržení maximální rychlosti**. Je třeba, aby uchazeč během tréninku dbal na to, že pro optimální výkon je třeba, aby maximální rychlosti dosáhl už zhruba mezi 50-60 metrem trati. Téměř polovinu trati je pak nutné udržovat maximální rychlost. Autor DUFOUR<sup>54</sup> zmiňuje, že se tedy jedná vlastně už o „*rychlostní vytrvalost*“. Je to specifická disciplína, která vyžaduje speciální trénink.

---

<sup>51</sup> PERIČ, T. DOVALIL, J. *Sportovní trénink*. Praha, 2010, s. 91.

<sup>52</sup> Tamtéž, s. 93.

<sup>53</sup> Tamtéž, s. 93-104.

<sup>54</sup> DUFOUR, M. *Pohybové schopnosti v tréninku: rychlost*. Praha, 2015, s. 21-29.



### 4.2.3 Vytrvalostní schopnosti

*„Za vytrvalost je všeobecně považována pohybová schopnost člověka k dlouhotrvající tělesné činnosti: soubor předpokladů provádět cvičení s určitou nižší než maximální intenzitou co nejdéle, nebo po stanovenou potřebnou dobu co nejvyšší možnou intenzitou“*, takto definují autoři PERIČ a DOVALIL<sup>55</sup> vytrvalost, a dále uvádí, že lze obecně říct, že vytrvalost je schopnost odolávat únavě. Tuto schopnost ovlivňuje například úroveň rozvoje fyziologických funkcí, rozvoj oběhově-dýchacího systému, psychické a morálně-volní procesy. Schopnost vytrvalosti je základ a předpoklad pro vysokou výkonost sportovce. Její rozvoj je základ pro větší specifické zatížení. Trénink vytrvalosti ukazuje, že je nevhodné zaměřit trénink na rozvoj jen jedné omezené pohybové schopnosti. Je nutné k tréninku přistupovat komplexně. Vytrvalostní schopnosti můžeme dělit z několika hledisek:

1. podle účasti svalových skupin (celková a lokální)
2. podle typu svalové kontrakce (statická a dynamická)
3. podle délky trvání (dlouhodobá, střednědobá, krátkodobá, rychlostní)
4. podle podílu uvolněné energie (aerobní a anaerobní)
5. silová vytrvalost, rychlostní vytrvalost – vytrvalost spojená s rozvojem jiné pohybové schopnosti.

---

<sup>55</sup> PERIČ, T. DOVALIL, J. *Sportovní trénink*. Praha, 2010, s. 106-115.

## 5 EMPIRICKÁ ČÁST

Pátá kapitola práce představuje vlastní výzkumné šetření, text je členěn do pěti podkapitol. První je zmíněn předpoklad výzkumu a jeho metodologie, dále bližší představení výzkumu, popis výzkumného souboru, interpretace výsledků a jejich shrnutí spolu s ověřením ústřední hypotézy výzkumného šetření.

### 5.1 Předpoklady a metodologie výzkumu

Autor si pro naplnění cíle výzkumu zvolil ústřední **hypotézu**:

**Rozvoj fyzické kondice je nezbytný pro kvalitní výkon služby příslušníka složek Integrovaného záchranného systému.**

Aby došlo ke zjištění potřebných dat pro ověření hypotézy, stanovil si autor dílčí **výzkumné otázky**.

1. Jaký význam má rozvoj fyzické kondice v rámci výkonu služby příslušníků IZS?
2. Jak vnímá příslušník IZS rozvoj své fyzické kondice během výkonu služby i mimo ni?
3. Jakým způsobem se příslušníci IZS připravovali na testy fyzické zdatnosti absolvované v rámci přijímacího řízení?
4. Jaká je fyzická náročnost výkonu služby příslušníků IZS?

S ohledem na výzkumný záměr byl zvolen kvalitativní typ výzkumu. Cílem výzkumu nebylo získat a vyhodnotit velké množství dat, která by se dala zobecnit. Cílem práce je poukázat na složitost a nezbytnost rozvoje fyzické kondice u příslušníku složek Integrovaného záchranného systému. Pro získání požadovaných dat proto autor použil metody dotazování, techniku **polostrukturovaného rozhovoru**. GAVORA<sup>56</sup> tuto techniku definuje jako druh rozhovoru, který je částečně připravený. Výzkumník vychází z předem připravených otázek. Rozhovor ale může být během vývoje různě přizpůsoben. Cílem rozhovorů bylo získat potřebná data od respondentů výzkumu. Polostrukturované rozhovory zajistily autorovi potřebné informace vztahující se k výzkumným otázkám. Každý rozhovor je složen z pěti předem stanovených otázek,

---

<sup>56</sup> GAVORA, P. *Úvod do pedagogického výzkumu*. Brno, 2010, s. 202.

kteře jsou zaměřené na získání potřebných informací vzhledem k výzkumným otázkám. Vedle předem stanovených otázek vyplývaly během rozhovoru i některé další. Rozhovory byly po souhlasu respondentů nahrávány na diktafon, po ukončení byly doslovně přepsány. Z přepisů byly vybírány informace zaměřené na ověření hypotézy. Tyto vybrané informace byly zpracovány do tabulek a slovního shrnutí. Pro lepší pochopení získaných dat byla u některých otázek použita metoda **škálování**. Ke každé otázce z rozhovoru je sestavena přehledná tabulka. Škála určená k převodu dat je u příslušných otázek uvedena. V následující části textu je vymezeno **pět otázek**, které jsou ústřední částí výzkumného rozhovoru.

1. Jaký význam má podle vás fyzická kondice pro výkon vaší služby?
2. Rozvíjí se vaše fyzická kondice během výkonu služby, popř. jak?
3. Jakým způsobem pracujete s rozvojem kondice v čase mimo službu?
4. Jak jste se připravoval na testy fyzické zdatnosti k přijímacímu řízení z hlediska rozvoje fyzické kondice?
5. Jaké oblasti výkonu vaší služby považujete za fyzicky nejnáročnější?

## **5.2 Vlastní výzkum a popis zkoumaného souboru**

Při oslovování vhodných respondentů čerpal autor ze svých známostí získaných během působení u Policie ČR, a především v rámci vysokoškolského studia. Autor oslovil sedm příslušníků složek IZS, pět z nich dalo souhlas k účasti na výzkumu. Tři respondenti jsou příslušníci speciálních jednotek Policie ČR s praxí delší pěti let, jeden respondent je příslušník Hasičského záchranného sboru a poslední je profesionální voják vykonávající službu u 15. ženijní pluku „Generála Karla Husárka“. Výběr těchto respondentů není náhodný, přesně navazuje na složky IZS, které autor blíže popsal v teoretické části práce. Otázky k rozhovoru znali respondenti v časovém předstihu, souhlasili s nimi stejně jako s nahráváním rozhovoru. Před prvním výzkumným rozhovorem provedl autor pilotní šetření, oslovil svého kolegu a ten souhlasil s nacvičením vedení rozhovoru. Autor si tak mohl zkusit způsob kladení připravených otázek, a především si ověřit jejich srozumitelnost.

### **Rozhovory s respondenty**

První rozhovor se uskutečnil 15. 12. 2018 v Praze s policistou, který je ve službě Speciální pořádkové jednotky. Ve službě je policista již 10 let, vztah s ním autor navázal během studia vyšší odborné školy. Po předchozí domluvě proběhl rozhovor

v bytě respondenta. Průběh rozhovoru byl klidný, celý trval přibližně 45 minut. Všechny autorovy otázky byly zodpovězeny, respondent poskytl pro účel výzkumu zajímavé postřehy z vlastní policejní služby a obzvláště k jeho kariernímu postupu, který je úzce spjat s fyzickou kondicí.

Druhý rozhovor proběhl 29. 12. 2018 v Ostravě. Kolega, respondent č. 2, je příslušník Zásahové jednotky v Moravskoslezském kraji, ve službě je 12 let. Po předchozí domluvě proběhl druhý rozhovor v bytě respondenta. Tento rozhovor lze považovat za zajímavý už proto, že druhý respondent slouží u Policie ČR ze všech dotazovaných nejdéle. Díky tomu mohl během rozhovoru poskytovat informace ze široké škály svého působení v policejní službě. Během rozhovoru byly zodpovězeny všechny připravené otázky, doba rozhovoru byla bezmála hodina a půl.

Třetí rozhovor proběhl 2. 1. 2019 v Praze. Po předchozí telefonické domluvě došlo k setkání v restauraci. Atmosféra rozhovoru byla klidná, setkání trvalo přibližně půl hodiny. Během rozhovoru byly zodpovězeny všechny připravené otázky, během nich ještě celá řada vyplynula. Pro autora jako tazatele byl rozhovor velmi přínosný. Od respondenta získal i rady cenné pro vlastní karierní postup u Policie ČR. Respondent č. 3 pracuje u Policie ČR 11 let, v současné době v Ochranné službě Policie ČR – odbor ochrany chráněných osob.

Čtvrtý rozhovor, tentokrát s příslušníkem Hasičského záchranného sboru Hlavního města Prahy, se uskutečnil 9. 1. 2019 v Horoměřicích u Prahy. Respondent č. 4 pracuje jako hasič 8 let. Kontakt s ním navázal autor díky studiu vysoké školy. Tento rozhovor byl pro autora velmi nosný, získal náhled do problematiky jiného sboru než policejního. Během rozhovoru byly zodpovězeny všechny připravené otázky, celé setkání trvalo bezmála hodinu.

Pátý rozhovor proběhl 27. 1. 2018 v Praze. Respondent č. 5, poslední z oslovených kolegů, zvolil neformálnější prostředí rozhovoru, uskutečnil se v kavárně. Oslovený pracuje u Armády ČR 10 let, v posledních třech letech v 15. ženijním pluku „Generála Karla Husárka“. Výzkumný rozhovor trval přibližně půl hodiny. Všechny autorem položené otázky byly zodpovězeny. Pátý respondent byl stručný, mluvil vždy k věci. Během rozhovoru se svěřil, že dělá respondenta studentům už počtvrté.

### 5.3 Interpretace výsledků výzkumu

Pět rozhovorů získal autor informace, které bylo nutné přetřídit, zredukovat a vyhodnotit. Pro zpracování dat a jejich prezentaci bylo použito škálování a tabulkových přehledů. Tyto přehledy jsou předkládány v následující podkapitole práce. Každá tabulka je doprovázena komentářem autora.

**Otázka č. 1:** Jaký význam má podle vás fyzická kondice pro výkon vaší služby?

škála: zásadní význam - zanedbatelný význam - nevýznamný

*Tabulka č. 1: Zjištěné odpovědi respondentů na otázku č. 1*

	<b>Význam rozvoje fyzické kondice</b>
<b>Respondent č. 1</b>	Zásadní význam
<b>Respondent č. 2</b>	Zásadní význam
<b>Respondent č. 3</b>	Zásadní význam
<b>Respondent č. 4</b>	Zásadní význam
<b>Respondent č. 5</b>	Zásadní význam

Z výše uvedených dat vyplývá, že 5 z 5 respondentů považuje fyzickou kondici během výkonu služby za zásadní a zcela nezbytnou. Všech pět dotázaných kolegů se shodlo v tom, že fyzická kondice je znakem jejich profesní připravenosti. Fyzická kondice a její rozvoj umožňuje všem dotázaným pohotově reagovat během výkonu služby. Čím lepší je fyzická kondice, tím déle je příslušník bezpečnostních sborů schopen provádět svou službu naplno. Respondenti z řad Policie ČR dále zdůraznili, že zejména u speciálních jednotek je naprosto nezbytná vytrvalost. Právě vytrvalost je nutná pro plnění časově náročných úkolů bez námahy. Vytrvalost je jedním ze tří atributů fyzické kondice. Rozvoj fyzické kondice je podle všech dotázaných policistů nezbytný, obzvláště pokud chtějí postupovat do speciálních jednotek. Respondent č. 4 zdůraznil, že výkon služby hasiče je fyzicky náročný vzhledem ke hmotnosti výstroje (až 25 kg) a k podmínkám, ve kterých je hasič nucen pracovat – jako fyzicky nejnáročnější označil práci ve vysokých teplotách s plnou výstrojí a dále také dlouhodobou manipulaci s těžkou technikou. Právě tyto zdůrazněné činnosti vyžadují podle respondenta č. 4 nejvyšší úroveň fyzické kondice.

**Otázka č. 2:** Rozvíjí se vaše fyzická kondice během výkonu služby, popř. jak?

škála: ANO - NE

*Tabulka č. 2: Zjištěné odpovědi respondentů na otázku č. 2*

	<b>Rozvíjí se vaše kondice v rámci výkonu služby?</b>
<b>Respondent č. 1</b>	ANO
<b>Respondent č. 2</b>	NE
<b>Respondent č. 3</b>	NE
<b>Respondent č. 4</b>	ANO
<b>Respondent č. 5</b>	NE

Z rozhovorů vyplývá, že pouze 2 z 5 respondentů pociťují rozvoj své kondice během výkonu služby. Respondent č. 1, který vykonává službu u Speciální pořádkové jednotky uvedl, že jeho fyzická kondice se rozvíjí během služby buď v přímé terénní akci, ale spíš více v rámci pracovní doby, která je určená pro trénink policistů. V rámci takového tréninku tedy policista pracuje na udržování a příležitostněm zvyšování kondice především v posilovnách nebo při plavání. Velmi podobnou odpověď zvolil i respondent č. 4 – hasič. Uvedl, že jeho kondice se rozvíjí během nejnáročnějších zásahů velké rozsahu a také při časově náročných zásazích. I hasiči mají v rámci výkonu služby čas na fyzickou přípravu, která je povinná. Právě tuto přípravu hodnotí dotazovaný kolega jako velice přínosnou.

3 z 5 respondentů ale uvádí, že jejich služba jim nepřináší zlepšení v oblasti fyzické kondice. Výkon jejich služby je nárazově náročný a velmi záleží na typu jednotlivých úkolů. Všichni tři tito respondenti uvedli, že fyzická kondice pro ně byla důležitá během přijímacího řízení do stávající služby. Během výkonu služby ale už není fyzická kondice často potřeba, proto nedochází k jejímu rozvoji v rámci služby. Právě proto tito respondenti shodně uvedli, že věnují rozvoji kondice značnou část svého volného času v rámci sportů, kterým se věnují či na specializovaných silových či vytrvalostních trénincích.

**Otázka č. 3:** Jakým způsobem pracujete s rozvojem kondice v čase mimo službu?

Pro přehlednost autor v tabulce uvádí konkrétní sportovní disciplíny, kterým se dotázaní respondenti věnují mimo službu:

*Tabulka č. 3: Zjištěné odpovědi respondentů na otázku č. 3*

	<b>Oblasti rozvíjení fyzické kondice mimo službu</b>
<b>Respondent č. 1</b>	fitness, běhání, crossfit
<b>Respondent č. 2</b>	běhání, cyklistika, plavání, fitness
<b>Respondent č. 3</b>	fitness, běhání, box
<b>Respondent č. 4</b>	cyklistika, běhání, plavání, fitness
<b>Respondent č. 5</b>	běhání, shyby, kruhový trénink

Na rozdíl od předchozí otázky se u téhle všichni respondenti shodovali. Všechny pět dotázaných se velmi aktivně věnuje rozvoji fyzické kondice ve svém volném čase. Zajímavé je, že i sportovní oblasti jsou shodné nebo velmi podobné. 5 z 5 dotázaných se věnuje především rozvoji vytrvalosti a síly. Právě tyto dva atributy fyzické kondice potřebují pro výkon své služby nejvíce. Všichni se věnují běhu, krátkým i dlouhým tratím, uvádějí i běh se zátěží. Na schopnost vytrvalosti je zaměřeno také plavání a cyklistika. Každý z dotázaných má ve svém tréninku i část silovou. Tu nejčastěji provádí v posilovnách, na specializovaných trénincích boxu, crossfitu a bojových umění.

5 z 5 dotázaných uvedlo, že sport mimo výkon služby je pro ně hlavní cestou odreagování a aktivního odpočinku. Díky svým kariérním postupům vykonávají stále psychicky náročnější službu a aktivní odpočinek jim pomáhá udržet si psychickou stabilitu. Sport je pro dotázané celoživotní zálibou, a proto trénink mimo službu je pro ně vlastně nutností, nikoliv povinností.

**Otázka č. 4:** Jak jste se připravoval na testy fyzické zdatnosti k přijímacímu řízení z hlediska rozvoje fyzické kondice?

U této otázky nebyla použita škála. Pro lepší přehlednost byla vybrána nejdůležitější data a převedena do tabulky.

*Tabulka č. 4: Zjištěné odpovědi respondentů na otázku č. 4*

<b>Respondent č. 1</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- vytrvalostní běh na delších úsecích</li> <li>- rozvoj síly zaměřený na práci s vlastní vahou</li> <li>- komplexní cvičení na sílu, rychlost i vytrvalost – tréninky crossfitu</li> </ul>
<b>Respondent č. 2</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- vytrvalostní běh 15-20 kilometrů minimálně 3x týdně</li> <li>- běh sprintu</li> <li>- kruhové tréninky zaměřené na posilovací cviky s vlastní vahou (kliky, dřepy, sed-lehy, shyby)</li> <li>- vytrvalostní plavání</li> </ul>
<b>Respondent č. 3</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- zimní a letní příprava hráče hokeje – na testy se připravoval během hokejových tréninků</li> <li>- 4x týdně běh na trať 10 km</li> <li>- silové tréninky v posilovně</li> <li>- kondiční běhání do vrchu</li> </ul>
<b>Respondent č. 4</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- tréninky v české reprezentaci hasičských závodů</li> <li>- plavání – vytrvalostní i sprinty</li> <li>- posilovací cviky s vlastní vahou – kliky, sed-lehy, shyby</li> <li>- běhání</li> </ul>
<b>Respondent č. 5</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- kruhové tréninky zaměřené na posílení</li> <li>- vytrvalostní běh se zátěží – až 3x týdně 20 km</li> <li>- běh sprintu 50 – 100 m s opakováním</li> </ul>

Popsané tréninky všech respondentů jsou si vzájemně podobné. Opakuje se běh, kruhový trénink s posilováním a plavání. Zajímavé je, že 4 z 5 respondentů uvedli, že takový trénink plní normálně, nejen v rámci přípravy na testy. Cviky popsané v tabulce jsou tedy standartním tréninkem většiny respondentů. Trénink se ukázal respondentům jako velmi efektivní, zajistil všem úspěšné přijetí do služby



**Otázka č. 5:** Jaké oblasti výkonu vaší služby považujete za fyzicky nejnáročnější?

U této otázky nebyla použita škála. Pro lepší přehlednost byla vybrána nejdůležitější data a převedena do tabulky.

*Tabulka č. 5: Zjištěné odpovědi respondentů na otázku č. 5*

<b>Respondent č. 1</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- nejnáročnější jsou zásahy při fotbalových utkáních – dlouhé pochodování s plnou výzbrojí s maximální koncentrací a pozorností</li><li>- zvýšené silové nároky – práce s davem</li></ul>
<b>Respondent č. 2</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- udržení ostražitosti při dlouhotrvající službě</li><li>- eliminovat únavu fyzickou i psychickou – udržení pozornosti a obezřetnosti</li></ul>
<b>Respondent č. 3</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- nárazové fyzické vypětí</li><li>- vysoký požadavek pozornosti, koncentrace a soustředění</li><li>- schopnost okamžitě reagovat</li></ul>
<b>Respondent č. 4</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- nejnáročnější jsou zásahy dlouhého rozsahu (práce s těžkou technikou ve výstroji)</li><li>- zvládání fyzicky náročné práce ve vysokých teplotách</li><li>- psychická náročnost nočních zásahů v otevřeném neznámém terénu</li></ul>
<b>Respondent č. 5</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>- pravidelné cvičné pochody 20 km se zátěží 20 kg</li><li>- noční přesuny s plnou výstrojí v náročném terénu</li><li>- psychická náročnost při přírodních kalamitách, evakuacích obyvatel</li></ul>

Poslední otázka má odpovědi nejrozdílnější, to samozřejmě vyplývá z vykonávání rozdílných služeb. V zásadě ale můžeme říci, že velmi podceňovaná je psychická náročnost zásahů všech jednotek IZS. Všichni respondenti uvedli, že právě vysoká fyzická kondice pomáhá také ke zvládnutí psychického vypětí. Odpovědi na tuto otázku mají za cíl doložit a dokreslit představu náročnosti výkonu služby u složek IZS.

## **5.4 Ověření předpokladů výzkumu**

Aby mohla být ověřena platnost stanovené hypotézy, je nutné zformulovat odpovědi na výzkumné otázky, které byly všechny zodpovězeny.

### **Jaký význam má rozvoj fyzické kondice v rámci výkonu služby příslušníků IZS?**

Vzhledem k získaným datům můžeme říct, že fyzická kondice a její rozvoj mají v rámci výkonu služby zásadní význam. Respondenti na sobě pozorují rozvoj vlastní fyzické kondice a shodují se, že rozvoj je nezbytný pro karierní postup i pro plnohodnotné plnění výkonu služby v rámci složek Integrovaného záchranného systému.

### **Jak vnímá příslušník IZS rozvoj své fyzické kondice během výkonu služby i mimo ni?**

Z uskutečněných rozhovorů vyplývá, že pouze 2 z 5 respondentů vnímají rozvoj fyzické kondice i v rámci výkonu své služby. Zbývající dotázaní díky postupu v kariéře již nevykonávají fyzicky náročnou službu, ale spíše psychicky náročnou. Ovšem všichni dotázaní aktivně rozvíjí svou fyzickou kondici mimo službu ve svém volném čase. Fyzická aktivita je pro všechny z dotázaných velmi významná, je určitou formou psychické motivace. Fyzická kondice umožňuje podávat maximální výkon služby, proto jejímu rozvoji věnují většinu času i mimo službu.

### **Jakým způsobem se příslušníci IZS připravovali na testy fyzické zdatnosti absolvované v rámci přijímacího řízení?**

Ze získaných dat vyplývá, že testy fyzické zdatnosti jsou psychicky i fyzicky náročné. Je to způsobené nezbytnou dlouhodobou přípravou a více kolovým náročným testováním fyzické i psychické zdatnosti uchazeče. Příprava dotázaných respondentů byla vesměs velmi podobná. Nezbytnou oblastí vyžadující trénink je vytrvalostní běh, silové tréninky a plavání. Téměř všichni dotázaní uvedli, že trénink před přijímacím řízením odpovídá jejich standardnímu tréninku mimo službu.

## **Jaká je fyzická náročnost výkonu služby příslušníků IZS?**

Fyzicky náročných aspektů výkonu služby příslušníků IZS je celá řada. Výše jsou popsány konkrétní fyzicky nejnáročnější činnosti. Obecně lze říct, že bez fyzické kondice není výkon služby u IZS možný. Velmi náročná je práce s technikou, práce v plné výstroji, nezbytná je schopnost flexibility a pohotových reakcí, vysoká zodpovědnost a neposlední řadě předpoklad zvládnutí fyzického vypětí během nejnáročnějších zásahů.

### **5.5 Dílčí a zevšeobecňující výstupy empirické části**

Byla stanovena ústřední **hypotéza**:

Rozvoj fyzické kondice je nezbytný pro kvalitní výkon služby příslušníka složek Integrovaného záchranného systému.

Respondenty poskytnuté informace ve vztahu k výzkumným otázkám hypotézu potvrdily, hypotéza je tedy vzhledem k výzkumu **platná**.

Provedením výzkumného šetření dosáhl autor vlastního hlubšího poznání v dané problematice. V předchozích částech práce jsou uváděny podrobněji odpovědi na jednotlivé výzkumné otázky. Je však nezbytné shrnout základní a nejdůležitější poznání výzkumu. Z výše zmíněných informací vyplývá, že podle dotázaných kolegů je rozvoj fyzické kondice pro výkon služby nezbytný. Z výzkumu dále vyplývá, že rozvoj fyzické kondice je nezbytný i u příslušníků IZS, kteří nemají ambice postupovat v kariéře v rámci své služby. Určitá úroveň fyzické kondice je nezbytná pro plnohodnotné plnění výkonu služby u jakékoliv ze složek IZS. Každý příslušník záchranných sborů musí být fyzicky připraven reagovat na neočekávané situace v rámci své služby.

Ze získaných informací dále vyplynulo, že příslušníci záchranných sborů na své fyzické kondici pracují nejen ve volném čase v rámci sportu ale někteří i prostřednictvím vlastní služby. To, jak pracuje každý z nich se svou kondicí, je otázka vůle, motivace a ambicí k podání kvalitních výkonů v rámci služby.

Pro autora samotného bylo vedení výzkumného šetření velice cenné. V současné době sám na své fyzické kondici a kariérním postupu neustále pracuje. Kolegové mu během rozhovorů přinesli mnoho užitečných rad a informací.

## 5.6 Kazuistika příslušníka IZS

Případová studie použita jako doplňková výzkumná metoda v této práci představí karierní postup jednoho z respondentů výzkumu. V rámci zachování anonymity byl kolega pojmenován Martin.

### a. osobní anamnéza

Martin se narodil 26. 1. 1989, je mu 30 let. Narodil se jako druhý ze tří synů do úplné rodiny. Dětství strávil s rodinou převážně v Praze, z města odjížděl jen během prázdnin. Základní školu Martin absolvoval bez větších potíží, náročnější pro něj byly pouze hodiny matematiky. Již v pěti letech ho rodiče přihlásili na sportovní aktivity. Do dvanácti let hrál fotbal, ke kterému v osmi letech přidal atletiku. Jeho největší zálibou bylo běhání. S nástupem puberty s fotbalem přestal, začal se věnovat bojovým sportům, především boxu. Boxu se věnuje Martin rekreačně dodnes. Oblíbenými předměty na druhém stupni ZŠ byla občanská nauka, dějepis a anglický jazyk. Společně se zájmem o fyzické aktivity mu rodiče pomohli vybrat budoucí povolání. Martin se rozhodl stát policistou.

### b. školní anamnéza

Po úspěšném absolvování základní školy Martin nastoupil na Střední policejní školu MV v Praze. Na této škole studoval obor Bezpečnostně právní činnost 4 roky, studium zakončil maturitní zkouškou. Mezi jeho nejoblíbenější předměty patřily fyzické přípravy, střelby, psychologie a právo. Po ukončení střední školy se Martin přihlásil k Policii ČR. Musel samozřejmě složit příslušné zkoušky a fyzické testy, na jeho předchozí vzdělání nebyl brán u přijímacích testů zřetel. Testy Martin zvládnul a v roce 2008 nastoupil do služby pořádkové policie. Po roce v zaměstnání se Martin přihlásil na Vyšší policejní školu, obor Bezpečnostně právní činnost a obor úspěšně absolvoval kombinovaným studiem a získal titul DiS. Se studiem neskončil a přihlásil se na Vysokou školu evropských a regionálních studií v Českých Budějovicích. Tady po absolvování jednoho roku získal titul Bc. Nadále se vzdělává pouze formou celoživotního vzdělávání a sportovních kurzů.

### c. karierní postup u Policie ČR

Již bylo zmíněno, že Martin nastoupil do služby pořádkové policie. Byl ve službě u státní policie a začal od těch nejnižších pozic. S nástupem na vyšší odbornou školu společně se sběrem zkušeností se Martin vypracoval na službu zesílení dozorců služby u pořádkové policie. Na této pozici setrval čtyři roky. Jeho studium vysoké školy a silná záliba ve sportovních aktivitách ho motivovala také ke kariernímu postupu. Postup do speciálních jednotek je však podmíněn jistou úrovní fyzické kondice. Martin si vybral Ochrannou službu, přihlásil se tedy do výběrového řízení. Ještě předtím ale mnohonásobně navýšil intenzitu svých tréninků, zaměřil se především na vytrvalostní běh a silové tréninky v posilovně.

První kolo fyzických testů u Ochranné služby se skládalo z pěti disciplín: člunkový běh, přitahy na hrazdě, vzpor ležmo (kliky), celomotorický test a běh na 1000 metrů. Po úspěšném absolvování prvního kola musel Martin projít komplexním ověřením kondiční způsobilosti, tedy týdenními testy, kterým se mezi policisty hovorově říká „Pekelný týden“. Co přesně bude muset uchazeč plnit během tohoto týdne není přesně známo, tyto informace se na veřejnost nedostávají. Je to samozřejmě cíleně nezveřejněné, aby opravdu uchazeči předem neznali situaci, do které se dostanou. Je však znám obecný popis týdenního testu, který má tři hlavní body:

1. V průběhu 6 dnů cca **50 kilometrů chůze denně s 15 kilogramy zátěží**.
2. **Noční zaměstnání** zaměřená na takticko – speciální přípravu.
3. Plnění **skupinových úkolů při spánkové deprivaci** a se zvýšenou fyzickou zátěží zaměřenou na motorické předpoklady policistů, resp. uchazečů, pro výkon služby.

Martin tento týdenní test absolvoval, prošel výběrovým řízením a nastoupil k Ochranné službě Policie ČR – odbor ochrany chráněných osob. O týdenních testech hovoří i s odstupem času s velkým respektem. Každý z účastníků se sáhl na své dno, Martin jako náročnější shledal psychickou zátěž. Jeho velmi dobrá fyzická kondice mu umožnila testy zvládnout a napomáhala i jeho psychice. Fyzická kondice na vysoké úrovni je dle Martina nezbytná pro karierní postup do speciálních jednotek.

Dnes Martin neplní službu fyzicky příliš náročnou, jeho kondice se ve službě nezlepšuje. Proto se věnuje fyzickým aktivitám v čase mimo službu a zodpovědně plní organizačně a psychicky náročnější službu.

Na stávající službě Martin nejvíce vyzdvihuje pracovní náplň. Jeho služba je časově náročná nárazově, slouží na předem domluvených akcích. V době, kdy jeho jednotka nemá uplatnění v akci v terénu, věnují se policisté fyzické přípravě v rámci služby. Vedoucí jeho služby Martina motivuje k dalšímu studiu. Získáním magisterského vzdělání by mohl být povýšen a získat velitelskou pozici. Martinovou silnou stránkou je schopnost organizace lidí a akcí, koordinace více faktorů pro splnění úkolu. Byl proto ideálním vedoucím pracovníkem a s velkou pravděpodobností se příští rok k navazujícímu studiu přihlásí.

## ZÁVĚR

Tématem práce byla fyzická kondice a její rozvoj u vybraných složek Integrovaného záchranného systému. Hlavním cílem předkládané práce bylo porovnat úroveň fyzické kondice a proces jejího rozvoje u vybraných složek Integrovaného záchranného systému. Práce se zaměřila na testy fyzické zdatnosti potřebné pro přijetí k Policii ČR, Hasičskému záchrannému sboru ČR a také k Armádě ČR. Tato práce se zabývala výhradně zmíněnými složkami. Vedlejším cílem práce bylo komparativní formou poukázat na požadavky a specifikace k přijetí k vybraným složkám a zhodnotit nezbytnost rozvoje fyzické kondice příslušníků vybraných složek Integrovaného záchranného systému.

K dosažení stanoveného cíle bylo nutné nejprve zformulovat teoretická východiska a následně provést výzkum, který by teoretická východiska ověřil v praxi. V rámci výzkumu této práce byla zvolena kvalitativní metoda, konkrétně technika polostrukturovaného rozhovoru. Výzkum byl proveden na úzkém vzorku příslušníků IZS, kteří pracují u výše zmíněných složek. Cíl práce byl podle názoru autora splněn.

Při psaní práce bylo dosaženo několika zjištění. Jedním z nich je potvrzení platnosti hypotézy u výzkumného šetření. Tedy, že rozvoj fyzické kondice je nezbytný pro kvalitní výkon služby příslušníka složek Integrovaného záchranného systému. V teoretické části byly konkrétně popsány fyzické požadavky u vybraných jednotek, tyto informace pak reflektovali respondenti během rozhovorů. Ve vztahu k fyzické kondici nabyl autor dalšího zjištění. Lze říci, že u každé z blíže představených složek má určitá složka fyzické kondice výsostné postavení. U policejních složek je velmi nutná rychlost, u hasičského sboru je nezbytná vytrvalost a síla a u vojáků je naprosto nezbytná kombinace všech aspektů fyzické kondice. Pro splnění fyzických testů a pozdější kvalitní plnění služby je nezbytné systematicky rozvíjet všechny tři aspekty fyzické kondice, tedy rychlost, sílu i vytrvalost, a to bez ohledu na záchranný sbor, ve kterém je služba plněna.

Tato zjištění jsou podložena informacemi v teoretické části. Při studiu příslušné literatury dosáhl autor hlubšího poznání. Díky kontaktu s kolegy v rámci výzkumu se dokázal lépe zorientovat v dané problematice a odhalit svou vlastní chybu při tréninku. Pokud má být trénink fyzické kondice efektivní, musí se pracovat se silou, rychlostí a

vytrvalostí jako jedním komplexem. Ani jedna z částí nesmí být na úkor těch ostatních. Jen tak může člověk dosáhnout svých nejlepších výsledků.

Bakalářská práce v této podobě má podle autorova názoru přínos nejen pro něj samotného, ale i pro kolegy policisty, příslušníky složek IZS i pro člověka z řad veřejnosti. Pro příslušníky složek IZS může práce nabídnout přehled a porovnání fyzických požadavků a náplně služby kolegů. Policistovi, který přemýšlí nad postupem ke speciálním jednotkám, může text předat zpětnou vazbu od kolegů, kteří prošli stejnou situací. Pro osoby z řad široké veřejnosti může práce poskytnout vhled do organizační struktury Integrovaného záchranného systému, do popisu práce jednotlivých složek a do jejich vzájemného provázání. I civilní osoba může získat přehled o tom, co vlastně práce u bezpečnostních sborů obnáší nejen z hlediska fyzické kondice ale z pohledu zodpovědnosti vůči společnosti, a především psychické zátěže každého z členů napříč všemi složkami Integrovaného záchranného systému.



## Seznam použitých zdrojů

### Literární zdroje

DOVALIL, Josef. *Výkon a trénink ve sportu*. 3. vyd. Praha: Olympia, 2009. 331 s. ISBN 978-80-7376-130-1.

DUFOUR, Michel. *Pohybové schopnosti v tréninku: rychlost*. Praha: Mladá fronta, 2015. Edice Českého olympijského výboru. 185 s. ISBN 978-80-204-3461-6.

GAVORA, Peter. *Úvod do pedagogického výzkumu*. 2., rozš. české vyd. Přeložil Vladimír JŮVA, přeložil Vendula HLAVATÁ. Brno: Paido, 2010. 261 s. ISBN 978-80-7315-185-0.

LEHNERT, Michal. *Trénink kondice ve sportu*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2010. 143 s. ISBN 978-80-244-2614-3.

LUKÁŠ, L. *Informační podpora integrovaného záchranného systému*. V Ostravě: Sdružení požárního a bezpečnostního inženýrství, 2011. 182 s. Spektrum (Sdružení požárního a bezpečnostního inženýrství). ISBN 978-80-7385-105-7.

MĚKOTA, Karel a Roman CUBEREK. *Pohybové dovednosti - činnosti - výkony*. Olomouc: Univerzita Palackého v Olomouci, 2007. 163 s. ISBN 978-80-244-1728-8.

PANUŠKA, Přemysl. *Rozvoj vytrvalostních schopností*. Praha: Mladá fronta, 2014. Edice Českého olympijského výboru. 117 s. ISBN 978-80-204-3391-6.

PERIČ, Tomáš a Josef DOVALIL. *Sportovní trénink*. Praha: Grada, 2010. Fitness, síla, kondice. 157 s. ISBN 978-80-247-2118-7.

ŠTENCLOVÁ, Miroslava a Jana SEDLÁČKOVÁ. *15. ženijní pluk "Generála Karla Husárka"*. 2. aktualizované vydání. Praha: Ministerstvo obrany České republiky, Vojenský historický ústav Praha, 2017. 50 s. ISBN 978-80-7278-713-5.

VAVERA, František. *Zákon o Hasičském záchranném sboru ČR*. Praha: MV - generální ředitelství Hasičského záchranného sboru ČR, 2017. 103 s. ISBN 978-80-87544-65-5.

VILÁŠEK, J., M. FIALA a D. VONDRÁŠEK. *Integrovaný záchranný systém ČR na počátku 21. století*. Praha: Karolinum, 2014. 173 s. ISBN 978-80-246-2477-8.

VOKUŠ, J. *Policie České republiky: Police of the Czech Republic: pomáhat a chránit*. Praha: Policejní prezidium České republiky, 2010. 84 s. ISBN 978-80-254-6098-6.

VYKOUKAL, J. *Hasičský záchranný sbor České republiky*. Praha: MV – generální ředitelství Hasičského záchranného sboru ČR, c2009. 16 s. ISBN 987-80-86640-80-8.

ZVONARĚ, Martin a Igor DUVAČ. *Antropomotorika pro magisterský program tělesná výchova a sport*. Brno: Masarykova univerzita, 2011. 231 s. ISBN 978-80-210-5380-9.

### **Internetové zdroje**

HASIČSKÝ ZÁCHRANNÝ SBOR ČESKÉ REPUBLIKY. *Přijetí do služebního poměru*. 2018. Dostupné z: <https://www.hzscr.cz/clanek/podminky-prijeti-a-dalsi-informace.aspx>

POLICIE ČESKÉ REPUBLIKY. *Povolání policista*. 2018. Dostupné z: <https://www.policie.cz/clanek/povolani-policista.aspx> [cit. dne 2018-12-02].

POLICIE ČESKÉ REPUBLIKY. *Povolání policista*. 2018. Dostupné z: <https://www.policie.cz/informace-pro-uchazece.aspx> [cit. dne 2018-12-02].

POLICIE ČESKÉ REPUBLIKY. *Podmínky přijetí do služebního poměru*. 2018. Dostupné z: <https://www.policie.cz/clanek/podminky-prijeti-do-sluzebniho-pomeru.aspx> [cit. dne 2018-12-02].

POLICIE ČESKÉ REPUBLIKY. *Podmínky přijetí do služebního poměru*. 2018. Dostupné z: <https://www.policie.cz/clanek/posouzeni-fyzicke-zpusobilosti-uchazece.aspx> [cit. dne 2018-12-02].

VELITELSTVÍ VÝCVIKU – VOJENSKÁ AKADEMIE. *Průběh kurzů základní přípravy*. 2018. Dostupné z: <https://www.vavyskov.cz/content/prubeh-kurzu-zakladni-pripravy> [cit. dne 2018-12-28].

## **Elektronické dokumenty**

DYRSTAD S.M., GISKE R., PhD. *Relationship between soldiers' service performance and physical training volume*. Journal of Military and Veterans' Health. Volume 18, p. 7. [online]. 2010. [cit. dne 2018-12-19]. Dostupné z WWW: [https://jmvh.org/wp-content/uploads/2012/12/JMVHVol18No-2\\_Relationshipbetweensoldiers.pdf](https://jmvh.org/wp-content/uploads/2012/12/JMVHVol18No-2_Relationshipbetweensoldiers.pdf)

ŠTĚPÁN, M. *Pokyn GŘ HZS ČR č. 58/2008*. Sbíрка interních aktů řízení generálního ředitele HZS ČR – částka 70/2008. 19 s. [online]. HZS ČR, 2008 [cit. dne 2018-12-15]. Dostupné z WWW: <https://www.hzscr.cz/soubor/pokyn58-08-pdf.aspx>