

Pohybové aktivity policie a jejich připravenost pro krizové situace

Martina Přecechtělová

Bakalářská práce
2014



Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta logistiky a krizového řízení

Univerzita Tomáše Bati ve Zlíně
Fakulta logistiky a krizového řízení
Ústav krizového řízení
akademický rok: 2013/2014

ZADÁNÍ BAKALÁŘSKÉ PRÁCE

(PROJEKTU, UMĚLECKÉHO DÍLA, UMĚLECKÉHO VÝKONU)

Jméno a příjmení: **Martina Přecechtělová**
Osobní číslo: **L11282**
Studijní program: **B3909 Procesní inženýrství**
Studijní obor: **Ovládání rizik**
Forma studia: **kombinovaná**

Téma práce: **Pohybové aktivity policie a jejich připravenost pro krizové situace**

Zásady pro vypracování:

1. Zpracujte teorii o pohybových aktivitách policie
2. Charakterizujte úkoly policie ČR a městské policie
3. Zhodnoťte současný stav pohybových aktivit policie
4. Formulujte doporučení a návrhy na zlepšení pohybových aktivit policie

Rozsah bakalářské práce:

Rozsah příloh:

Forma zpracování bakalářské práce: **tištěná/elektronická**

Seznam odborné literatury:

[1] **JUŘINOVÁ, I. STEJSKAL, F.** Rozvoj pohybových schopností ve školní tělesné výchově. Vyd.1.Praha. Karlova Univerzita,1987. ISBN 80-210-3099-2.

[2] **MĚKOTA, K. NOVOSAD, J.** Motorické schopnosti. Vyd.2.Olomouc. Univerzita Palatského v Olomouci,2005. ISBN 80-224-0981-X.

[3] **RYCHTECKÝ, A. FIALOVÁ, L.** Didaktika školní tělesné výchovy. Vyd.2.Praha. Karoliium,2006. IBNS 80-7184-659-7.

Další odborná literatura dle doporučení vedoucího bakalářské práce.

Vedoucí bakalářské práce: **doc. PhDr. Ferdinand Mazal, CSc.**
Ústav krizového řízení

Datum zadání bakalářské práce: **21. února 2014**

Termín odevzdání bakalářské práce: **9. května 2014**

V Uherském Hradišti dne 21. února 2014


prof. PhDr. Ivo Barteček, CSc.
děkan




doc. PhDr. Ferdinand Mazal, CSc.
ředitel ústavu

ABSTRAKT

Předmětem mé bakalářské práce je pokus o pohled na pohybové aktivity Policie ČR a městské policie působících na území hlavního města Prahy. Teoretická část je zaměřena na pohybové aktivity související s danými profesemi, dále na legislativní úpravu krizových situací a úkoly Policie ČR a městské policie při běžném stavu a při krizových situacích. V praktické části budou popsány pohybové aktivity Policie ČR a městské policie a pokusíme se najít alternativní rozdíly mezi oběma organizacemi. V řízeném interviu se pokusíme zhodnotit názory policistů a strážníků na danou problematiku. V závěru vyhodnotíme a případně doporučíme řešení některých problémů.

Klíčová slova: pohyb, pohybové aktivity, krizová situace, Městská policie hl. m. Prahy, Policie České republiky.

ABSTRACT

The subject of my thesis is an attempt to look at physical activity police and municipal police operating in the capital city of Prague. The theoretical part focuses on physical activity associated with the respective professions, as well as the legislative regulation of crises and challenges police and municipal police in the normal state and in crisis situations. The practical part describes the physical activity police and municipal police and temptations we must find an alternative to the differences between the two organizations. In controlled interviews with temptations we must assess the views of police officers and constables on the issue. In conclusion, evaluate and, where appropriate, recommend solutions to some problems.

Keywords: movement, physical activity, crisis situation, Municipal Police of the city of Prague, Police of the Czech Republic

Chtěla bych poděkovat vedoucímu mé bakalářské práce panu doc. PhDr. Mazalovi CSc. za odborné vedení mé bakalářské práce za cenné připomínky a rady. Dále bych chtěla poděkovat za poskytnuté informace instruktorům Policie České republiky a Městské policie hlavního města Prahy.

„Nezáleží na tom, jaký titul Ti dala Vysoká škola, záleží na tom, jaký titul Ti přidělí život!“

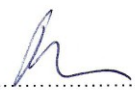
Prohlašuji, že

- beru na vědomí, že odevzdáním bakalářské práce souhlasím se zveřejněním své práce podle zákona č. 111/1998 Sb. o vysokých školách a o změně a doplnění dalších zákonů (zákon o vysokých školách), ve znění pozdějších předpisů, bez ohledu na výsledek obhajoby;
- beru na vědomí, že bakalářská práce bude uložena v elektronické podobě v univerzitním informačním systému dostupná k prezenčnímu nahlédnutí, že jeden výtisk bakalářské práce bude uložen v archivu Fakulty logistiky a krizového řízení Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně;
- byl/a jsem seznámen/a s tím, že na moji bakalářskou práci se plně vztahuje zákon č. 121/2000 Sb. o právu autorském, o právech souvisejících s právem autorským a o změně některých zákonů (autorský zákon) ve znění pozdějších předpisů, zejm. § 35 odst. 3;
- beru na vědomí, že podle § 60 odst. 1 autorského zákona má UTB ve Zlíně právo na uzavření licenční smlouvy o užití školního díla v rozsahu § 12 odst. 4 autorského zákona;
- beru na vědomí, že podle § 60 odst. 2 a 3 autorského zákona mohu užít své dílo – bakalářskou práci nebo poskytnout licenci k jejímu využití jen s předchozím písemným souhlasem Univerzity Tomáše Bati ve Zlíně, která je oprávněna v takovém případě ode mne požadovat přiměřený příspěvek na úhradu nákladů, které byly Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně na vytvoření díla vynaloženy (až do jejich skutečné výše);
- beru na vědomí, že pokud bylo k vypracování bakalářské práce využito softwaru poskytnutého Univerzitou Tomáše Bati ve Zlíně nebo jinými subjekty pouze ke studijním a výzkumným účelům (tedy pouze k nekomerčnímu využití), nelze výsledky bakalářské práce využít ke komerčním účelům;
- beru na vědomí, že pokud je výstupem bakalářské práce jakýkoliv softwarový produkt, považují se za součást práce rovněž i zdrojové kódy, popř. soubory, ze kterých se projekt skládá. Neodevzdání této součásti může být důvodem k neobhájení práce.

Prohlašuji,

- že jsem na bakalářské práci pracoval/a samostatně a použitou literaturu jsem citoval/a. V případě publikace výsledků budu uveden/a jako spoluautor/ka
- že odevzdaná verze bakalářské práce a verze elektronická nahraná do IS/STAG jsou totožné.

V Uherském Hradišti dne 5.5.2014


.....
podpis studenta/ky

OBSAH

ÚVOD	9
I TEORETICKÁ ČÁST	10
1 TĚLESNÝ POHYB	11
1.1 POHYBOVÉ AKTIVITY.....	11
1.2 ANTROPOMOTORIKA.....	11
1.3 POHYBOVÉ SCHOPNOSTI A DOVEDNOSTI.....	11
1.3.1 Pohybové schopnosti.....	12
1.3.2 Kondiční schopnosti.....	12
1.3.3 Koordinační schopnosti.....	12
1.3.3.1 Silové schopnosti.....	13
1.3.3.2 Obratnostní schopnosti.....	13
1.3.3.3 Rychlostní schopnost.....	13
1.3.3.4 Vytrvalostní schopnosti.....	13
1.4 POHYBOVÉ DOVEDNOSTI.....	14
2 LEGISLATIVA KRIZOVÉHO ŘÍZENÍ	15
2.1 KRIZOVÁ SITUACE A MIMOŘÁDNÁ UDÁLOST.....	15
2.2 KRIZOVÉ STAVY	15
2.2.1 Stav nebezpečí.....	15
2.2.2 Nouzový stav.....	15
2.2.3 Stav ohrožení státu.....	16
2.2.4 Válečný stav.....	16
2.3 INTEGROVANÝ ZÁCHRANNÝ SYSTÉM.....	16
2.3.1 Složky integrovaného záchranného systému.....	16
2.4 OMEZENÍ PRÁV OBČANŮ ČESKÉ REPUBLIKY.....	17
3 POLICIE ČESKÉ REPUBLIKY	18
3.1 TESTY FYZICKÉ ZPŮSOBILOSTI.....	18
3.1.1 Člunkový běh 4x10 metrů.....	18
3.1.2 Klik vzpor ležmo.....	19
3.1.3 Celo-motorický test.....	19
3.1.4 Běh na 1000 metrů.....	20
3.2 ÚKOLY POLICIE ČR.....	20
3.3 DONUCOVACÍ PROSTŘEDKY.....	21
4 MĚSTSKÁ POLICIE HL. M. PRAHY	22
4.1 TESTY FYZICKÉ ZPŮSOBILOSTI.....	22
4.1.1 Člunkový běh 4x10 metrů.....	22
4.1.2 Cvičební sestava s tyčí.....	23
4.1.3 Klik vzpor ležmo.....	24
4.1.4 Leh sed.....	24
4.1.5 Běh na 12 minut.....	25

4.2	ÚKOLY MĚSTSKÉ POLICIE	26
4.3	DONUCOVACÍ PROSTŘEDKY	26
II	PRAKTICKÁ ČÁST	28
5	SLUŽEBNÍ PŘÍPRAVA POLICISTŮ ČESKÉ REPUBLIKY.....	29
5.1	KONDIČNÍ PŘÍPRAVA	30
5.2	TAKTICKÁ PŘÍPRAVA	30
5.3	SLUŽEBNÍ STŘELECKÁ PŘÍPRAVA K POUŽITÍ ZBRANĚ	31
6	PROVĚRKY FYZICKÉ ZDATNOSTI A SPECIÁLNÍCH DOVEDNOSTÍ STRÁŽNÍKŮ MĚSTSKÉ POLICIE	33
6.1	POHYBOVÁ PŘÍPRAVA STRÁŽNÍKŮ V SUDÉM KALENDÁRNÍM ROCE	33
6.2	SPECIÁLNÍ FYZICKÝ VÝCVIK	33
6.2.1	Testy fyzické kondice.....	33
6.2.1.1	Člunkový běh 4x10 metrů.....	34
6.2.1.2	Celo-motorický test.....	34
6.2.1.3	Klik vzpor ležmo	35
6.2.1.4	Leh sed.....	36
6.2.1.5	Běh na 1000 metrů.....	36
6.2.2	Test ze speciální fyzické přípravy.....	37
6.2.3	Střelecký výcvik.....	37
6.2.3.1	Mířená střelba	38
6.2.3.2	Dynamická obranná střelba.....	38
6.3	VÝSLEDKY PROVĚREK SPECIÁLNÍCH DOVEDNOSTÍ PRO ROK 2013	39
6.4	POHYBOVÁ PŘÍPRAVA STRÁŽNÍKŮ V SUDÉM KALENDÁRNÍM ROCE	40
7	ŘÍZENÉ INTERWIEV	41
7.1	POLICIE ČESKÉ REPUBLIKY	42
7.1.1	Kondiční příprava.....	42
7.1.2	Taktická příprava.....	44
7.1.3	Střelecká příprava.....	46
7.2	MĚSTSKÁ POLICIE HLAVNÍHO MĚSTA PRAHY	49
7.2.1	Kondiční příprava.....	49
7.2.2	Taktická příprava.....	51
7.2.3	Střelecké příprava.....	53
7.3	ZHODNOCENÍ ŘÍZENÉHO INTERVIEW A NÁVRHY OPATŘENÍ	55
7.3.1	Zhodnocení Policie České republiky.....	55
7.3.2	Zhodnocení Městská policie hlavního města Prahy	56
	ZÁVĚR	58
	SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY.....	59
	SEZNAM OBRÁZKŮ	61
	SEZNAM TABULEK A GRAFŮ	62

ÚVOD

Jako téma této bakalářské práce jsem zvolila pohybové aktivity policie a jejich připravenost pro krizové situace. Krizových situací v poslední době značně přibývá. Krizové situace v hlavním městě Praze jsou zejména přírodního charakteru a to především opakující se povodně. Hlavní město Praha je svým rozsahem a osídlením velice náročné na zvládnutí pro všechny složky integrovaného záchranného systému. Z tohoto důvodu je nezbytná pohybová příprava policistů a strážníků. Pohybová příprava musí být samozřejmě zaměřena na všechny reálné krizové situace, které hrozí hl. m. Praze, byť jejich procento výskytu je malé.

Pohybové aktivity, legislativní úprava krizových situací a úkoly Policie ČR a městské policie budou tvořit základ teoretické části práce. V praktické části popíšeme a pokusíme se zhodnotit pohybové aktivity policistů a strážníků, které musí absolvovat v každém kalendářním roce v rámci pohybové přípravy nejen na krizové situace.

I. TEORETICKÁ ČÁST

1 TĚLESNÝ POHYB

Pohyb je nezbytnou součástí v životě každého člověka. U policistů a strážníků je o to důležitější, jelikož zasahují jak proti nebezpečným pachatelům, tak při krizových situacích a mimořádných událostech, kterých v dnešní době narůstá.

Tělesný pohyb je základní vlastnost živého organismu, změna místa nebo polohy těla, která je způsobená vlastními silami. Zajišťuje pohybový systém člověka, který je tvořen těmi komponentami lidského organismu, pomocí nichž jsou uskutečňovány jeho mechanické interakce s okolím. [1, 2]

1.1 Pohybové aktivity

Pohybová aktivita je druh tělesného pohybu člověka, charakteristického svébytnými vnitřními determinanty (fyziologickými, psychickými, nervosvalovou koordinací, požadavky na svalovou zdatnost, intenzitou apod.) i vnější podobou a formou, vykonávaného hybnou soustavou při vyšší kalorické spotřebě, tj. při energickém výdeji vyšším než při stavu člověka v klidovém metabolismu. Pohybovou aktivitu bychom měli chápat jako celou škálu činností v oblasti lidského konání. [3, 4]

1.2 Antropomotorika

V naší bakalářské práci je Antropomotorika věda, která nejvíce souvisí s pohybovou přípravou policistů a strážníků. Antropomotorika je věda o vztazích mezi pohybovými vlastnostmi, schopnostmi a dovednostmi a tělesnou výkonností. Předmětem antropomotoriky, je zkoumání lidské motoriky (pohybu) ve dvou základních oblastech vnitřní (motorické předpoklady), vnější (pohybové projevy). [5]

1.3 Pohybové schopnosti a dovednosti

Z definice antropomotoriky je tedy patrné, že pro potřeby této práce budou pohybové schopnosti (motorické předpoklady) a pohybové dovednosti (pohybové projevy) nejdůležitějším pohybem pro policisty a strážníky.

1.3.1 Pohybové schopnosti

Pohybové schopnosti (motorické předpoklady) jsou nezbytné již při přijímacím řízení k policii, jelikož každý uchazeč o zaměstnání policisty a strážníka musí splnit fyzické testy. Pohybové schopnosti označují motorické schopnosti jako obecné rysy (vlastnosti) či kapacity, které podkládají výkonnost v řadě pohybových dovedností. Pohybovou schopností se rozumí dynamický komplex vybraných vlastností organismu člověka, integrovaných podle třídy pohybového úkolu a zajišťující jeho plnění. Pohybové schopnosti jsou zformované činiteli genetickými a činiteli prostředí, zároveň spočívající ve vzájemných interakcích. [5, 6]

Žádná z pohybových schopností neexistuje izolovaně. Pohybové schopnosti představují dílčí stránky určitého motorického projevu člověka. Při pohybové činnosti jsou jednotlivé pohybové schopnosti propojeny anatomickými, fyziologickými, biomechanickými a psychologickými zákonitostmi. Na každé pohybové činnosti se tedy podílí všechny pohybové schopnosti, i když jejich poměr zastoupení je různý a je závislý na charakteru dané činnosti. Rozvoj jedné pohybové schopnosti působí na rozvoj ostatních. [7]

1.3.2 Kondiční schopnosti

Kondiční schopnosti potřebují policisté a strážníci pro zvyšování zejména fyzické výkonnosti. Kondiční schopnosti (též schopnosti kondičně-energetické) jsou determinovány převážně faktory a procesy energetickými. Mezi kondiční schopnosti patří schopnosti vytrvalostní, silové a z části i rychlostní. [6]

1.3.3 Koordinační schopnosti

Koordinační schopnosti slouží zejména pro nácvik taktické přípravy policistů a strážníků. Koordinační schopnosti jsou podmíněny funkcemi a procesy pohybové koordinace, jsou spjaty především s řízením a regulací pohybové činnosti. Řadí se sem schopnosti orientační, diferenciací, reakční, rovno-váhové, rytmické aj. Na rozhraní mezi kondičními a koordinačními schopnostmi se nachází schopnosti rychlostní. Dalo by se říci, že se jedná o schopnosti hybridní, jelikož nesou znaky obou seskupení, jak kondičního, tak koordinačního. Koordinační schopnosti představují třídu motorických schopností, které jsou podmíněny především procesy řízení a regulace pohybové činnosti. Komplex koordinačních schop-

ností se skládá z řady dílčích relativně samostatných pod schopností, které jsou v konkrétních motorických projevech vzájemně propojeny. [6, 8]

Spojením pojmů kondice a koordinace (kondičně – koordinační cvičení) se vyhneme otázce, zda cvičení stimuluje spíše kondici nebo koordinaci, což není až tak podstatné. Podstatné je, aby bylo při cvičení použito jen takové síly a v takovém časovém rozložení (silová obratnost), aby byl pohybový úkol proveden technicky správně. [9]

1.3.3.1 Silové schopnosti

Sílové schopnosti jsou charakterizovány všeobecně jako schopnosti spojené s překonáváním nebo udržováním vnějšího odporu prostřednictvím svalového úsilí. [7]

1.3.3.2 Obratnostní schopnosti

Obratnostní schopnosti představují provedení pohybové činnosti takovým způsobem, aby se její průběh vyznačoval co nejúčelnější časovou, prostorovou a dynamickou strukturou. Z čehož vyplývá, že se obratnostní schopnosti projevují v přesnosti provedení pohybu, v jeho koordinační náročnosti a čase nezbytném na provedení. Přesnost pohybu lze chápat jako charakteristický rys obratnostních schopností. Obratnostní schopnosti lze rozdělit do dvou základních skupin, a to na obecnou obratnost, která se projevuje v základních pohybových činnostech, a obratnost speciální. Ta zahrnuje projevy dílčích obratnostních schopností a jejich úroveň v konkrétní tělovýchovné či sportovní činnosti. [6, 7]

1.3.3.3 Rychlostní schopnost

Rychlost je pohybová schopnost konat krátkodobou pohybovou činností do 20 s v daných podmínkách co nejrychleji. Oblast rychlostních schopností je strukturována a tvoří ji komplex samostatných schopností. [6]

1.3.3.4 Vytrvalostní schopnosti

Vytrvalost je pohybová schopnost provádět déletrvající tělesnou činnost na určité úrovni aniž by se snížila efektivita této činnosti. Pod pojmem vytrvalost chápeme celý komplex vytrvalostních schopností, který je základním pilířem fyzické kondice. Tvoří významnou součást zdravotně orientované zdatnosti a výkonnosti, protože bezprostředně odráží funkč-

ní stav kapacity oběhu. Vytrvalost je definována dlouhodobým prováděním pohybové činnosti a schopností překonávat únavu. [6]

1.4 Pohybové dovednosti

Jsou učením získaný předpoklad správně, rychle a ekonomicky řešit určitý pohybový úkol. Dá se nazvat jako určitá kapacita dovést nějakou činnost do konečného výsledku s maximální jistotou a minimem výdaje energie, nebo času a energie. Pohybové dovednosti jsou zpravidla výsledkem motorického učení. O pohybových dovednostech se začíná mluvit až poté, co kvalitativní a kvantitativní znaky daného pohybu dosáhnou určité úrovně. [6, 10]

Vztah mezi pohybovými schopnostmi a dovednostmi je dynamický a má charakter vzájemného podmiňování a ovlivňování. Pohybový potenciál člověka, který je daný úrovní jeho pohybových schopností se účinně realizuje ve formě pohybových dovedností a návyků. Pohybové dovednosti jsou tedy definovány jako účelné způsoby realizace pohybových schopností. Osvojení pohybových dovedností i rozvoj pohybových schopností má reflexní podstatu, a proto je řízeno všemi zákonitostmi podmíněných reflexů. Aby mohl být jakýkoli pohyb osvojen, musí dojít k učení se tomuto pohybu. Tento proces se nazývá motorické učení. Motorické učení a rozvoj pohybových schopností tvoří nedělitelný celek, jednotu pohybového projevu člověka. Při dobře zvládnuté pohybové dovednosti se účelně využívá pohybových schopností a tím dochází k menší ztrátě energie při stejném výkonu. Vztah mezi pohybovými schopnostmi a dovednostmi je oboustranný, což znamená, že pohybové schopnosti umožňují efektivnější nácvik pohybových dovedností a ty zpětně příznivě ovlivňují rozvoj pohybových schopností. [7]

2 LEGISLATIVA KRIZOVÉHO ŘÍZENÍ

2.1 Krizová situace a mimořádná událost

Krizových situací a mimořádných událostí v posledních letech přibývá. V našich podmínkách se to týká především přírodních katastrof a to zejména povodní, které se opakují v krátkých časových intervalech a postihují velkou část území. Havárie jsou další častou událostí, které značně zasahuje především životní prostředí. Při krizových situacích a mimořádných událostech vznikají velké škody na majetku a je ohrožen život a zdraví občanů. K tomu je nutné využívat i legislativu České republiky při krizových stavech.

Krizovou situací je mimořádná událost podle zákona o integrovaném záchranném systému, narušení kritické infrastruktury nebo jiné nebezpečí, při nichž je vyhlášen stav nebezpečí, nouzový stav nebo stav ohrožení státu. [11]

Mimořádnou událostí je škodlivé působení sil a jevů vyvolaných činností člověka, přírodními vlivy, a také havárie, které ohrožují život, zdraví, majetek nebo životní prostředí a vyžadují provedení záchranných a likvidačních prací. [12]

2.2 Krizové stavy

Krizové stavy se vyhláší v případě vzniklých krizových situacích.

2.2.1 Stav nebezpečí

Ohrožení života, zdraví, majetku, životního prostředí, pokud nedosahuje intenzita ohrožení značného rozsahu a není možné odvrátit ohrožen běžnou činností správních úřadů, orgánů krajů a obcí, IZS nebo subjektu kritické infrastruktury.

2.2.2 Nouzový stav

V případě živelných pohrom, ekologických nebo průmyslových havárií, nehod nebo jiného nebezpečí, které ve značném rozsahu ohrožují životy, zdraví nebo majetkové hodnoty anebo vnitřní pořádek a bezpečnost.

2.2.3 Stav ohrožení státu

Je-li bezprostředně ohrožena svrchovanost státu nebo územní celistvost státu anebo jeho demokratické základy.

2.2.4 Válečný stav

Je-li Česká republika napadena nebo je-li třeba plnit mezinárodní smluvní závazky o společné obraně proti napadení. [11]

2.3 Integrovaný záchranný systém

Integrovaným záchranným systémem je koordinovaný postup jeho složek při přípravě na mimořádné události a při provádění záchranných a likvidačních prací. Integrovaný záchranný systém se použije v přípravě na vznik mimořádné události a při potřebě provádět současně záchranné a likvidační práce dvěma anebo více složkami integrovaného záchranného systému. [12]

2.3.1 Složky integrovaného záchranného systému

Základními složkami integrovaného záchranného systému jsou Hasičský záchranný sbor České republiky, jednotky požární ochrany zařazené do plošného pokrytí kraje jednotkami požární ochrany, poskytovatelé zdravotnické záchranné služby a Policie České republiky.

Ostatními složkami integrovaného záchranného systému jsou vyčleněné síly a prostředky ozbrojených sil, ostatní ozbrojené bezpečnostní sbory, ostatní záchranné sbory, orgány ochrany veřejného zdraví, havarijní, pohotovostní, odborné a jiné služby, zařízení civilní ochrany, neziskové organizace a sdružení občanů, která lze využít k záchranným a likvidačním pracím. Ostatní složky integrovaného záchranného systému poskytují při záchranných a likvidačních pracích plánovanou pomoc na vyžádání.

Složky integrovaného záchranného systému jsou při zásahu povinny se řídit příkazy velitele zásahu, popřípadě pokyny starosty obce s rozšířenou působností, hejtmána kraje, v Praze primátora hlavního města Prahy nebo Ministerstva vnitra, pokud provádějí koordinaci záchranných a likvidačních prací.

Při provádění záchranných a likvidačních prací za nouzového stavu, stavu ohrožení státu nebo válečného stavu se složky integrovaného záchranného systému řídí pokyny Minister-

stva vnitra. Za stavu nebezpečí se složky integrovaného záchranného systému na území příslušného kraje řídí pokyny toho, kdo vyhlásil stav nebezpečí podle zvláštního právního předpisu. [12]

2.4 Omezení práv občanů České republiky

Za nouzového stavu nebo za stavu ohrožení státu lze na nezbytně nutnou dobu a v nezbytně nutném rozsahu omezit:

- Právo na nedotknutelnost osoby a nedotknutelnost obydlí při evakuaci osoby z místa, na kterém je bezprostředně ohrožena na život nebo zdraví
- Vlastnické a užívací právo právnických a fyzických osob k majetku, pokud jde o nucené omezení práva vlastníka nebo uživatele z důvodu ochrany života, zdraví, majetku nebo životního prostředí, které jsou ohroženy krizovou situací, přičemž je za toto omezení poskytnuta přiměřená náhrada
- Svobodu pohybu nebo pobytu ve vymezeném prostoru území ohroženého nebo postiženého krizovou situací
- Právo provozovat podnikatelskou činnost, která by ohrožovala prováděná krizová opatření nebo narušovala, popřípadě znemožňovala jejich provádění
- Právo na stávku, pokud by tato stávka vedla k narušení, případně znemožnění záchranných a likvidačních prací. [11]

3 POLICIE ČESKÉ REPUBLIKY

V první kapitole bylo již zmíněno, že uchazeč o místo policisty musí být fyzicky způsobilý. V této kapitole si podrobně rozvedeme pohybové schopnosti a dovednosti uchazečů o místo policisty. Pokud uchazeč není schopen splnit tyto podmínky přijetí, nemá dostatek pohybových schopností a dovedností pro jejich rozvoj a následnou přípravu na krizové situace.

Mezi základní podmínky pro přijetí do služebního poměru patří:

- Občanství České republiky
- Věk nad 18 let
- Bezúhonnost
- Minimální střední vzdělání s maturitní zkouškou
- Fyzickou, zdravotní a osobní 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 [13]

3.1 Testy fyzické způsobilosti

U Policie ČR je základní podmínkou fyzická způsobilost. Cílem prověřování fyzické způsobilosti je posoudit úroveň rozvoje pohybových schopností a dovedností uchazeče, která je nezbytná pro výkon služby. Toto prověřování je organizováno formou testů tělesné zdatnosti před komisí, která uchazeče hodnotí „splnil“ nebo „nesplnil“ podmínky fyzické způsobilosti k přijetí. Uchazeči v rámci přijímacího řízení pro přijetí do služebního poměru Policie ČR absolvují čtyři povinné disciplíny. Nadstandardní výkon v jedné disciplíně není důvodem pro zproštění od absolvování od jiné disciplíny. Bodově jsou hodnoceny cviky provedené správně a stanoveným způsobem. Pro splnění kritérií je nutné v každém testu získat minimálně čtyři body a v celkovém součtu minimálně 36 bodů.

3.1.1 Člunkový běh 4x10 metrů

Běh se provádí mezi dvěma metami vzdálenými 10 metrů. Startuje se vedle mety č. 1 a běží se šikmo mezi metami k metě č. 2, která se obíhá. Stejným způsobem se vrací zpět a obíhá se meta č. 1. Třetí úsek se běží přímo, následuje dotyk mety č. 2, rychlý obrat a při doteku mety č. 1 se zastavuje čas.

Tabulka 1 Člunkový běh 4x10 metrů

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

3.1.2 Klik vzpor ležmo

Správně vykonaný cvik vypadá následovně. Leh na břicho, skrčené paže opřít dlaněmi o zem, špičky prstů v úrovni ramen směřují vpřed. Dopnutím paží v loktech vzpor ležmo. Pokrčením paží v loktech lehkým dotykem hrudníku o podložku a zpět do kliku. Trup je zpříma, pánev se nevysazuje ani neprohýbá.

Tabulka 2 Klik vzpor ležmo

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

3.1.3 Celo-motorický test

Při tomto testu jde o co největší počet provedených cviků v době dvou minut. Cvičící ze stoje spatného přechází přes dřep do lehu na břicho a zvedne ruce z podložky, přechází zpět opět přes dřep do stoje spatného, dále pokračuje přes dřep do lehu na napřímená záda, ruce se dotknou podložky podél těla a zpět přechází přes sed a dřep do stoje spatného. Za každý přechod do stoje spatného je počítáno jedno provedení cviku.

Tabulka 3 Celo-motorický test

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

3.1.4 Běh na 1000 metrů

Úkolem je uběhnout uvedenou vzdálenost v co nejkratším čase. Ověřuje se střednědobá vytrvalost.

Tabulka 4 Běh na 1000 metrů

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

Přijímací řízení k policii ČR se zaměřuje na sílu, obratnost a vytrvalost. [14]

3.2 Úkoly Policie ČR

Policie slouží veřejnosti. Jejich úkolem je chránit bezpečnost osob a majetku a veřejný pořádek, předcházet trestné činnosti, plnit úkoly podle trestního řádu a další úkoly na úseku vnitřního pořádku a bezpečnosti svěřené jí zákony, přímo použitelnými předpisy Evropské unie nebo mezinárodními smlouvami, které jsou součástí právního řádu.

Úkoly policistů se v hl. m. Praze zaměřují především na odhalování trestné činnosti, zajišťování pachatelů trestné činnosti a řešení všech přestupků na které městské policie nemá pravomoci. Policie ČR a městská policie má v rámci plnění úkolů v hl. m. Praze sjednanou koordinační dohodu. Koordinační dohoda rozděluje v rámci efektivity úkoly policistů a strážníků.

3.3 Donucovací prostředky

V rámci úkolů, které musí plnit Policie ČR má tyto donucovací prostředky. Donucovacími prostředky jsou hmaty, chvaty, údery a kopy, slzotvorný, elektrický nebo jiný obdobně dočasně zneschopňující prostředek, obušek a jiný úderný prostředek, vrhací prostředek mající povahu střelné zbraně podle jiného právního předpisu s dočasně zneschopňujícími účinky, vrhací prostředek, který má povahu zbraně podle § 56 odst. 5, zastavovací pás, zahrazení cesty vozidlem a jiný prostředek k násilnému zastavení vozidla nebo zabránění odjezdu vozidla, vytlačování vozidlem, vytlačování štítem, vytlačování koněm, služební pes, vodní stříkač, zásahová výbušnina, úder střelnou zbraní, hrozba namířenou střelnou zbraní, varovný výstřel, pouta, prostředek k zamezení prostorové orientace.

Policista je oprávněn použít donucovací prostředek k ochraně bezpečnosti své osoby, jiné osoby nebo majetku anebo k ochraně veřejného pořádku. Policista je oprávněn použít donucovací prostředek, který umožní dosažení účelu sledovaného zákrokem a je nezbytný k překonání odporu nebo útoku osoby, proti níž je zakročuje. Elektrický donucovací prostředek je policista oprávněn použít pouze, pokud by použití jiného donucovacího prostředku zjevně nebylo dostatečné k dosažení účelu sledovaného zákrokem. Policista při použití donucovacího prostředku dbá na to, aby nezpůsobil osobě újmu zřejmě nepřiměřenou povaze a nebezpečnosti protiprávního jednání. [15]

4 MĚSTSKÁ POLICIE HL. M. PRAHY

Stejně jako u Policie ČR i městské policie vyžaduje při přijetí splnění testů fyzické způsobilosti.

Strážníkem městské policie může být občan České republiky, který je:

- Bezúhonný
- Spolehlivý
- Starší 21 let
- Zdravotně způsobilý
- Dosáhl středního vzdělání s maturitní zkouškou
- Má osvědčení o splnění stanovených odborných předpokladů

Kromě těchto zákonných podmínek vyžaduje Městská policie hl. města Prahy mimo jiné také splnění testů fyzické způsobilosti. [16]

4.1 Testy fyzické způsobilosti

Pro úspěšné zvládnutí testů fyzické způsobilosti je zapotřebí získat nejméně 45 bodů, přičemž v každé disciplíně musí uchazeč dosáhnout minimálně 5 bodů. Bodové ohodnocení je rozdílné podle věkových kategorií.

4.1.1 Člunkový běh 4x10 metrů

K testu potřebujeme rovný terén, na kterém dvěma metami vyznačíme úsek 10 metrů. Úkolem je proběhnout předepsaným způsobem co nejrychleji vyznačenou trať.

Na povel vyběháme od startovní mety, kterou máme po levé ruce – oběhneme přední metu z levé strany a vracíme se ke startovní metě, tu obíháme z pravé strany a pokračujeme znovu k přední metě. Tu již neobíháme, jen se jí dotkneme rukou a vracíme se ke startovní metě. Test končí proběhnutím kolem startovní mety. Test měří tzv. běžeckou rychlost, ale současně i schopnost rychlých změn při pohybu, obratnost a koordinaci.

Tabulka 5 Člunkový běh 4x10 metrů

Body	21 - 29 let	30 let a více	Body	21 - 29 let	30 let a více
1	16	17	11	11,4	12,4
2	15,5	16,5	12	11,2	12,1
3	15	16	13	11	11,8
4	14,5	15,5	14	10,8	11,5
5	14	15	15	10,5	11,2
6	13,4	14,5	16	10,3	11
7	12,8	14	17	10,1	10,7
8	12,3	13,5	18	9,8	10,5
9	11,9	13,1	19	9,6	10,2
10	11,6	12,7	20	9,4	10

Dále za každé další zrychlení o 0,2 sekundy připočteme 1 bod.

4.1.2 Cvičební sestava s tyčí

Ze stoje mírně rozkročeného, tyč držíme v šíři ramen vzadu za tělem – překročíme tyč levou pak pravou nohou – plynule přejdeme sedem do lehu na zádech se skrčenýma nohama – provlečeme obě nohy nad tyč a sedem se opět dostaneme do stoje mírně rozkročeného. Tuto cvičební sestavu provedeme 5x, co nejrychleji bez přerušení. Chyba je, jestliže tyč třeba jen jednou rukou pustíme, v tom případě je třeba pokus ještě jednou opakovat. Dbáme na to, abychom každý cvičební cyklus zahájili i ukončili vzpřímeným postojem. Test informuje o celkové obratnosti a pohyblivosti páteře.

Tabulka 6 Cvičební sestavy s tyčí

Body	21 - 30 let	30 let a více	Body	21 - 30 let	30 let a více
1	42	46	11	24	27
2	40	44	12	23	26
3	38	42	13	21	24
4	36	40	14	20	22
5	34	38	15	18	21
6	32	36	16	17	20
7	30	34	17	15	19
8	29	32	18	14	18
9	27	30	19	12	16
10	26	29	20	11	15

Dále za každé zrychlení o 1 vteřinu připočteme 1 bod.

4.1.3 Klik vzpor ležmo

V lehu na břicho pokrčíme paže a opřeme se dlaněmi o zem v úrovni prsou. Prsty směřují vpřed. Napnutím paží provedeme vzpor ležmo – pokrčením paží se vrátíme zpět do kliku. Po celou dobu cvičení musí cvičenec udržet zpevněné tělo – hlava rovně, ruce v šíři ramen, trup a dolní končetiny v jedné přímce, nohy u sebe. Výkon hodnotíme počtem úplně dokončených vzporů ležmo, tzv. že test provádíme až do únavy, případně jej ukončíme v době, kdy se cvičenec začne prohýbat či vysazovat. Testem hodnotíme dynamickou sílu svalstva a pletence ramenního.

Tabulka 7 Klik vzpor ležmo

Body	21 - 30 let	30 let a více	Body	21 - 30 let	30 let a více
1	12	9	11	32	26
2	14	10	12	34	28
3	16	12	13	36	30
4	18	14	14	38	31
5	20	15	15	40	32
6	22	17	16	41	33
7	24	19	17	43	34
8	26	21	18	45	35
9	28	23	19	47	36
10	30	25	20	49	37

Dále za každé dva kliky připočteme 1 bod.

4.1.4 Leh sed

Základní polohou je leh na zádech. Nohy jsou mírně pokrčeny a mírně roznoženy, kolena jsou asi 30 cm nad zemí, ruce spojeny za hlavou v týl, lokty se dotýkají země. Z této základní polohy provádíme sed s pootočením trupu tak, abychom se loktem lehce dotkli opačného kolena, a vracíme se zpět do lehu. Směr pootočení trupu neustále střídáme. Úkolem je opakovat popsany cvičební cyklus po dobu dvou minut. Testem posuzujeme úroveň dynamické síly břišních svalů.

Tabulka 8 Leh sed

Body	21 - 30 let	30 let a více	Body	21 - 30 let	30 let a více
1	18	13	11	40	35
2	19	14	12	43	38
3	20	15	13	46	41
4	21	16	14	49	44
5	22	17	15	52	47
6	25	20	16	55	50
7	28	23	17	58	53
8	31	26	18	61	56
9	34	29	19	64	59
10	37	32	20	66	62

Dále za každé ukončené tři leh sedy navíc připočteme 1 bod.

4.1.5 Běh na 12 minut

Běžec test se uskuteční na běžecké dráze. Úkolem je uběhnout za 12 minut co nejdelší trať. Testem posuzujeme obecnou vytrvalost, to znamená především výkonnost srdce a dýchací soustavy.

Tabulka 9 Běh na 12 minut

Body	21 - 30 let	30 let a více	Body	21 - 30 let	30 a více let
1	1650	1500	11	2500	2300
2	1700	1550	12	2600	2350
3	1750	1600	13	2650	2400
4	1800	1700	14	2700	2450
5	1900	1800	15	2750	2500
6	2000	1900	16	2800	2550
7	2100	2000	17	2850	2600
8	2200	2100	18	2900	2650
9	2300	2200	19	2950	2700
10	2400	2250	20	3000	2750

Dále za každých 50 metrů uběhnutých navíc připočteme 1 bod.

Přijímací řízení k Městské policii hlavního města Prahy se stejně jako u Policie ČR zaměřuje na sílu, obratnost a vytrvalost přesto, že nejsou všechny disciplíny totožné. Přijímací řízení k městské policii z testů fyzické způsobilosti je nepatrně náročnější než u Policie ČR. Logicky to vyplývá z využívání strážníku především na pěších hlídkách, které jsou fyzicky náročnější než autohlídky, které preferuje Policie ČR. [17]

4.2 Úkoly městské policie

Obecní policie při zabezpečování místních záležitostí veřejného pořádku a plnění dalších úkolů podle zákona 553/1991 sb. nebo zvláštního zákona:

- Přispívá k ochraně a bezpečnosti osob a majetku
- Dohlíží na dodržování pravidel občanského soužití
- Dohlíží na dodržování obecně závazných vyhlášek a nařízení obce
- Podílí se v rozsahu stanoveném tímto nebo zvláštním zákonem na dohledu na bezpečnost a plynulost provozu na pozemních komunikacích
- Podílí se na dodržování právních předpisů o ochraně veřejného pořádku a rozsahu svých povinností a oprávnění stanovených tímto nebo zvláštním zákonem činí opatření k jeho obnovení
- Podílí se na prevenci kriminality v obci
- Provádí dohled nad dodržováním čistoty na veřejných prostranstvích v obci
- Odhaluje přestupky a jiné správní delikty, jejich projednávání je v působnosti obce
- Poskytuje za účelem zpracování statistických údajů Ministerstvu vnitra na požádání údaje o obecní policii

Strážník je v pracovní době povinen v mezích tohoto nebo zvláštního zákona provést zá-
krok nebo úkon, nebo učinit jiné opatření, je-li páchán trestný čin nebo přestupek či jiný
správní delikt anebo je-li důvodné podezření z jejich páchání.

Strážník je i mimo pracovní dobu povinen v mezích tohoto zákona provést zákrok, popří-
padě provést jiná opatření, zejména vyrozumět nejbližší útvar policie, je-li páchán trestný
čin nebo přestupek, kterým je bezprostředně ohrožen život nebo majetek.

Z úkolů městské policie je patrné, že se strážníci zaměřují především na zabezpečení veřej-
ného pořádku, dodržování vyhlášek hl. m. Prahy a na dopravní situaci, která je v Praze
značně komplikovaná. V rámci koordinační dohody jsou pravomoci strážníků maximálně
využívány.

4.3 Donucovací prostředky

Vzhledem k pravomocem, které má městská policie oproti Policii ČR omezeny, má ze zá-
kona i menší možnost využití donucovacích prostředků.

Donucovací prostředky jsou hmaty, chvaty, údery a kopy, slzotvorný, elektrický nebo jiný
obdobně dočasně zneschopňující prostředek, obušek a jiný úderný prostředek, pouta, úder

služební zbraní, hrozba namířenou služební zbraní, varovný výstřel ze služební zbraně, technický prostředek k zabránění odjezdu vozidla.

Donucovací prostředky je strážník oprávněn použít v zájmu ochrany a bezpečnosti druhé osoby nebo své vlastní, majetku nebo zabránění výtržnosti, rvačce nebo jinému jednání, jímž je vážně narušován veřejný pořádek.

O tom, který z donucovacích prostředků použije, rozhoduje strážník podle konkrétní situace tak, aby dosáhl účelu sledovaného zákrokem, přitom použije takového donucovacího prostředku, který je nezbytně nutný k překonání odporu osoby, která se dopouští protiprávního jednání. Strážník je povinen dbát, aby použitím donucovacích prostředků nezpůsobil osobě újmu zřejmě nepřiměřenou povaze jejího protiprávního jednání. [16]

II. PRAKTICKÁ ČÁST

5 SLUŽEBNÍ PŘÍPRAVA POLICISTŮ ČESKÉ REPUBLIKY

V této části práce si podrobně rozepíšeme služební přípravu policistů, kterou jsou povinni absolvovat v každém kalendářním roce, abychom ji následně mohli porovnat v řízeném interviu s pohybovou přípravou strážníků městské policie hl. m. Prahy.

Služební příprava je příprava určená k soustavnému získávání, udržování a prohlubování odborné způsobilosti potřebné pro výkon služby. Služební příprava navazuje na předcházející služební přípravu, která je dále rozšiřována. Cílem služební přípravy je osvojení, udržení a prohloubení základních znalostí, schopností a praktických dovedností potřebných pro kvalitní a bezpečný výkon služby. Rámcový obsah služební přípravy podle jednotlivých oblastí slouží jako podklad pro výběr aktuálních výcvikových témat pro daný výcvikový rok.

Organizace služební přípravy

Služební příprava podle čl. 1 odst. 4 písm. b) obsahuje

- a) Výcvik profesní manipulace a použití zbraně
- b) Výcvik používání donucovacích prostředků
- c) Taktickou přípravu
- d) Kondiční přípravu
- e) Další druhy služební přípravy podle potřeb jednotlivých útvarů policie

Služební příprava je organizována a prováděna zejména na úrovni školících policejních středisek krajských ředitelství policie, útvarů policie s celostátní působností, Policejního prezidenta České republiky.

Pro potřeby služební přípravy jsou policisté zařazeni na základě specifikace policejních činností do jednotlivých skupin služební přípravy. Do první skupiny jsou zařazeni policisté ze speciálních útvarů Policie ČR, do druhé skupiny jsou řazeni policisté v přímém výkonu a do třetí skupiny patří policisté zařazení do nepřímého výkonu. Pro účely této práce budeme srovnávat přípravu policistů v přímém výkonu.

Cílem služební přípravy u policistů v přímém výkonu je v rámci přípravy k použití služební zbraně získání, udržování a prohlubování nadprůměrných teoretických znalostí a praktických dovedností při manipulaci a zacházení se všemi přidělenými služebními zbraněmi v souladu s právním předpisem. Návěkem používání donucovacích prostředků včetně profesní sebeobrany získání, udržování a prohlubování nadprůměrných znalostí a dovedností

v oblasti racionální obrany a útoku, včetně použití přidělených donucovacích prostředků. Nácvik taktických dovedností zvládnutí rizikových situací ohrožujících život a zdraví při služebním zákroku proti pachatelům trestné činnosti a přestupků a schopnost volit optimální postup k dosažení stanoveného cíle takového zákroku. Kondiční přípravy udržování fyzických předpokladů na úrovni kondiční (nad úrovní průměrné populace).

5.1 Kondiční příprava

Kondiční přípravu mohou policisté provádět v rámci časové dotace pro zajištění výcviku. Tam, kde to podmínky umožňují, se policisté účastní integrovaného výcviku.

Kondiční příprava se zaměřuje na:

- Rychlost – základní, výbušnou, rychlost reakce a reakčně koordinační.
- Sílu – základní, výbušnou a vytrvalostní
- Obratnost a koordinaci – základní a speciální
- Pohyblivost – základní a speciální
- Vytrvalost – základní a speciální

5.2 Taktická příprava

Nácvik používání donucovacích prostředků a nácvik základních taktických dovedností provádějí policisté minimálně 8x za rok. Proškolení z taktické přípravy a použití donucovacích prostředků je organizováno ve formě samostatných výcvikových bloků. Každý policista je povinen se zúčastnit všech výcvikových bloků stanovených pro příslušnou skupinu služební přípravy.

Struktura výcvikových bloků

Donucovací prostředky – údery a kopy, hmaty a chvaty, obušek, úder střelnou zbraní, slzotvorné prostředky,

Taktika osoby - poutání ozbrojeného nebezpečného pachatele na zemi, v leže na břicho s pokyny pod hrozbou namířené střelné zbraně – se skrytou střelnou zbraní, s bodnou nebo střelnou zbraní v ruce.

Kontrola totožnosti osoby – kontrola totožnosti jednotlivce, kontrola totožnosti osádky dopravního prostředku.

Eskorta zadrženého pachatele – pěší hlídkou, motorovou hlídkou

Taktika budova – přístup a přiblížení k budově, způsoby vstupu, vniknutí do objektu a místností, postup a pohyb v místnostech, pohyb po chodbě a schodištích.

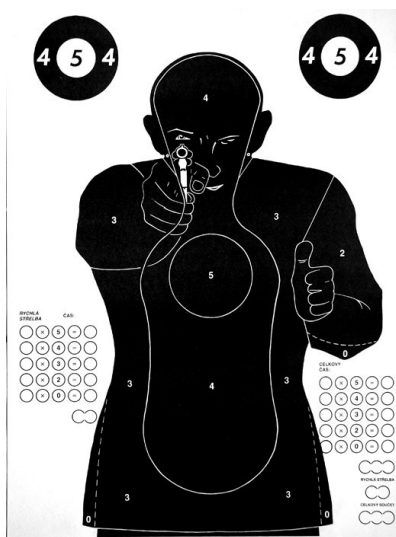
Taktika vozidlo – zastavení a kontrola vozidla pěší hlídkou, zastavení a kontrola vozidla motorizovanou hlídkou, zahrazení cesty vozidlem.

5.3 Služební střelecká příprava k použití zbraně

Součástí střelecké přípravy jsou písemné testy ze znalosti právních předpisů a interních aktů řízení o použití zbraně a donucovacích prostředků. Obsah a hodnocení testu stanoví vedoucí odboru vzdělávání. Písemné testy provádějí všichni policisté na začátku výcvikového roku.

Policisté zařazení ve druhé skupině provádějí služební přípravu v optimálním rozsahu 16 pracovních dnů, resp. 120 hodin. Ostré střelby ze služební pistole provádějí minimálně 8x za rok v objemu minimálně 400 vystřelených nábojů na jednoho policistu.

Celkový počet nábojů pro cvičení ze střelecké přípravy je 18 nábojů. Pro každé ze tří střeleckých cvičení má policista k dispozici 6 nábojů. Pro střelecké cvičení se používá střelecký terč PT001.



Obrázek 1 Střelecký terč PT001

Cvičení ze střelecké přípravy

- 10 m: střelba v kleku obouřuč a v stoje obouřuč, zpoza krytu z pravé strany a zpoza krytu z levé strany s taktickým a bojovým přebitím, čas 35 sekund na střelbu

- 7 m: střelba ve stoje jednoruč silnou rukou a slabou rukou, s následním vybitím zbraně, čas 25 sekund na střelbu
- 5 m: střelba ve stoje obouruč, čas 10 sekund na střelbu

Hodnocení střeleckého cvičení

Jako platný zásah se hodnotí zásah v černé části figury. Za každý výstřel po časovém limitu se z výsledku odečte jeden platný zásah. Pro splnění střeleckého cvičení je nutné 15 a více platných zásahů. [18]

6 PROVĚRKY FYZICKÉ ZDATNOSTI A SPECIÁLNÍCH DOVEDNOSTÍ STRÁŽNÍKŮ MĚSTSKÉ POLICIE

Městská policie hl. m. Prahy rozdělila pohybovou přípravu strážníků na sudý a lichý kalendářní rok v této části uvedeme oba roky.

6.1 Pohybová příprava strážníků v lichém kalendářním roce

Strážníci v přímém výkonu služby jsou v prvním pololetí lichého kalendářního roku povinni se zúčastnit prověrek fyzické zdatnosti a speciálních dovedností.

Prověrky fyzických zdatností a speciálních dovedností jsou složeny z následujících částí:

- a) Kontrolní cvičení ze střelecké přípravy
- b) Test ze speciální fyzické přípravy
- c) Testy fyzické kondice

Pokud strážník nesplní některou z částí prověrek, je povinen se zúčastnit opakování nesplněné části ve vypsanych termínech v měsících září až prosinci prověřkového roku.

6.2 Speciální fyzický výcvik

Speciální fyzický výcvik je určen pro čekatele, strážníky zařazené v nastavbovém kurzu a strážníky v přímém výkonu služby. Obsahově je zaměřen na výcvik podle zvláštního právního předpisu (§2 vyhlášky č. 418/2008Sb.) s důrazem na provádění základních sebeobraných praktik strážníka, vedení zákroku, ofenzivní použití donucovacích prostředků, procvičování taktických prvků a speciálních dovedností navazujících na střeleckou a taktickou přípravu s využitím modelových situací.

Strážníci v přímém výkonu služby se výcviku povinně účastní minimálně v rozsahu šesti výcvikových lekcí v příslušném kalendářním roce. Strážníci v přímém výkonu služby, kteří se nezúčastnili prověrek, nebo nesplnili v prověřkovém roce ani po opakování test ze speciální fyzické přípravy, se speciálního fyzického výcviku zúčastní v následujícím neprověřkovém roce v rozsahu jedné výcvikové lekce měsíčně, nejméně však desetkrát v roce.

6.2.1 Testy fyzické kondice

Testy fyzické zdatnosti se skládají z pěti disciplín. Pro splnění minimálního počtu bodů není nutno absolvovat všechny disciplíny.

6.2.1.1 Člunkový běh 4x10 metrů

Na rovném terénu se dvěma metami vyznačí úsek 10 m. Úkolem je proběhnout předepsaným způsobem co nejrychleji vytyčenou trať. Výkon se hodnotí časem s přesností na desetinu sekundy. Test měří tzv. běžeckou rychlost, ale současně i schopnost rychlých změn při pohybu, obratnost a koordinaci.

Tabulka 10 Člunkový běh 4x10 metrů

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

Za každé další zrychlení o 0,2 sekundy se připočte jeden bod.

6.2.1.2 Celo-motorický test

Úkolem je maximální počet opakování předepsaným způsobem po dobu dvou minut. Cvičenec přejde ze stoje spatného přes dřep do lehu na břiše, zvedne ruce z podložky a přejde zpět opět přes dřep do stoje spatného. Dále pokračuje přes dřep do lehu na zpřímená 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. Hodnotí se maximální počet opakování po dobu dvou minut předepsaným způsobem. Dbá se na to, aby každý cvičební cyklus byl zahájen a ukončen vzpřímeným stojem. Test informuje o silové obratnosti.

Tabulka 11 Celo-motorický test

Body	Výkon	Body	Výkon
1	8	11	27
2	10	12	29
3	12	13	31
4	14	14	33
5	16	15	35
6	18	16	36
7	20	17	37
8	22	18	38
9	24	19	39
10	25	20	40

Za každý další jeden cvik do stoje spatného navíc se připočte 1 bod.

6.2.1.3 Klik vzpor ležmo

V lehu na břicho se pokrčí paže a opřou se dlaněmi o zem v úrovni prsou. Napnutím paží se provede vzpor ležmo, pokrčením paží návrat zpět do kliku. Po celou dobu cvičení musí cvičenec udržet zpevněné tělo, hlavu rovně, ruce v šíři ramen, trup a dolní končetiny v jedné přímce, nohy u sebe. Výkon je hodnocen počtem úplně dokončených vzporů ležmo, tzn., že test se provádí až do únavy, případně je ukončen v době, kdy se cvičenec začne prohýbat či vysazovat tělo. Testem je hodnocena dynamická síla svalstva paží a pletence ramenního.

Tabulka 12 Klik vzpor ležmo

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

6.2.1.4 Leh sed

Základní polohou je leh na zádech. Nohy jsou mírně pokrčeny a mírně roznoženy, kolena jsou asi 30 cm nad zemí, ruce spojeny za hlavou v týl, lokty se dotýkají země. Z této základní polohy se provádí sed s pootočením trupu tak, aby se cvičenec loktem lehce dotkl opačného kolena a vrátil se zpět do lehu. Směr pootočení trupu neustále střídá, při prvním sedu se dotkne levým loktem pravého kolena, při dalším pravým loktem levého kolena. Při testu je zapotřebí, aby testovanému byly přidržovány nohy za kotníky u země. Úkolem je opakovat popsany cvičební cyklus, tj. z lehu sed a zpět leh, po dobu dvou minut. Testem je posuzována úroveň dynamické síly břišních svalů.

Tabulka 13 Leh sed

Body	Výkon	Body	Výkon
1	12	11	42
2	15	12	45
3	18	13	48
4	21	14	51
5	24	15	54
6	27	16	57
7	30	17	60
8	33	18	63
9	36	19	66
10	39	20	69

6.2.1.5 Běh na 1000 metrů

Test se provádí na přehledném, přesně vyměřeném okruhu nebo úseku tratě s rovným povrchem, bez výrazného převýšení. Test posuzuje obecnou vytrvalost, tzn. Především výkonnost srdce a dýchací soustavy a sílu převážně dolních končetin.

Tabulka 14 Běh na 1000 metrů

Body	Výkon	Body	Výkon
1	7:00	11	4:40
2	6:45	12	4:30
3	6:30	13	4:20
4	6:15	14	4:10
5	6:00	15	4:00
6	5:45	16	3:50
7	5:30	17	3:40
8	5:15	18	3:30
9	5:00	19	3:20
10	4:50	20	3:15

6.2.2 Test ze speciální fyzické přípravy

- Úderové a kopací techniky – údery, kopy, údery obuškem
- Obranné techniky proti úchopu – za oděv, přes ruce, škrcení, kravata, proti úderům, proti kopům
- Obranné techniky – proti bodno-řezné zbraně, proti úderu, proti úchopu služební zbraně v namířené poloze, proti úchopu služební zbraně v pouzdře, proti ohrožení palnou zbraní z kontaktní vzdálenosti
- Obranné techniky pomocí obušku – pokus zachycení za oděv, při úchopu za oděv, proti úchopu obušku protivníkem, proti úderu rukou, proti kopům protivníka, proti úderu vedeného shora, proti bodnutím nožem
- Odváděcí techniky – vstoje s úchopem k předmětu za ruku, vstoje s úchopem k předmětu za krk, vsedě na zemi, na židli za ruku, vsedě na zemi, na židli za krk, ze sedu obuškem
- Poutání – v kleče, vleže, vstoje

Strážník na pokyn řídicího prověrek převede úderové a kopací techniky, odváděcí techniky, poutání a obrannou techniku vybranou řídicím prověrek. Jednotlivé předvedené techniky jsou hodnoceny stupněm „splnil-nesplnil“. Pro úspěšné zvládnutí je nutné získat nadpoloviční hodnocení „splnil“ v celém testu ze speciální fyzické přípravy.

6.2.3 Střelecký výcvik

Střelecký výcvik probíhá i v příslušném kalendářním roce, který není prověřkovým rokem a účastní se ho povinně strážníci v přímém výkonu služby alespoň jednou ročně maximálně však dvakrát v příslušném kalendářním roce.

6.2.3.1 Mířená střelba

Strážník stojí na palebné čáře ve vzdálenosti 10 m od terče. Na povel instruktora naplní do každého zásobníku čtyři náboje. Na povel „pálit“ vyjme zbraň z pouzdra, a pálí čtyři rány obouruč na cíl. Jakmile mu dojde střelivo, přebije a pokračuje ve střelbě jednoruč na určený cíl. Po dokončení střelby si samostatně zkontroluje zbraň a uloží ji do pouzdra.

Cílem mířené střelby je prověřit základní manipulaci se zbraní, postoj, držení, spouštění, přebití, mířená střelba přes jednočinnou spoušť.

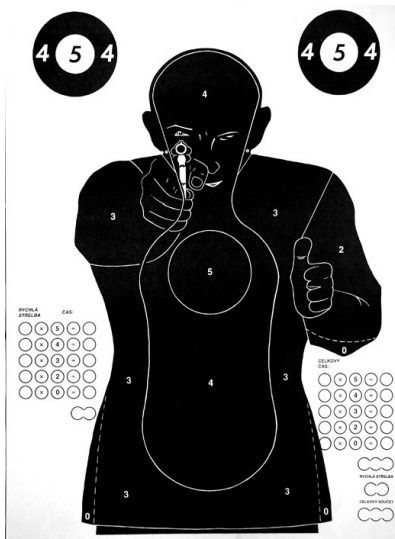
Minimální počet zásahů jsou čtyři rány v každém kolečku dvě.

6.2.3.2 Dynamická obranná střelba

Strážník stojí na palebné čáře ve vzdálenosti 5 m od terče. Na povel instruktora naplní do každého zásobníku osm nábojů. Na zvukový signál tasí zbraň, s přesunem do strany dynamicky nabije a střílí dvě rány vstoje. Následuje kontrola cíle, kontrola okolí a čeká na signál v pohotovostní poloze. Na každý další zvukový nebo jiný signál se opět přesouvá do předem určeného prostoru s prstem mimo spoušť a střílí dvě rány. Jakmile mu dojde střelivo, samostatně přebíjí a provádí kontrolu cíle a okolí již s nabitou zbraní. Po dokončení cvičení střelec samostatně provede kontrolu zbraně a uloží ji do pouzdra.

Cílem dynamické střelby je prověřit základní dovednosti, taseň, zaujetí polohy vstoje s přesunem a nabitím, výstřel přes jednočinnou i dvočinnou spoušť, odhled cíle, kontrola prostoru, stažení zbraně, kontrola a uložení zbraně.

Minimální počet zásahů je 25 ve vitální zóně figury z 32 možných.

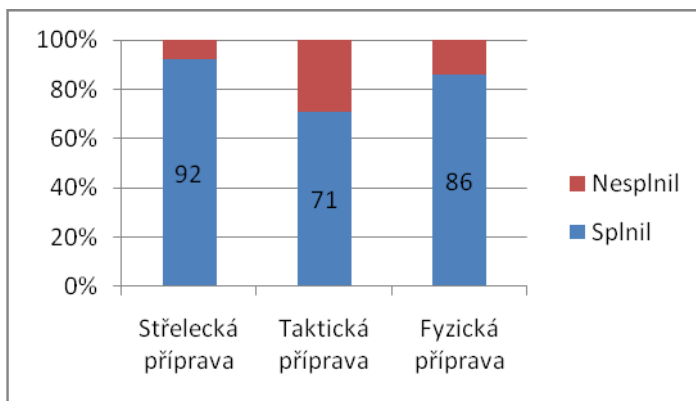


Obrázek 2 Střelecký terč

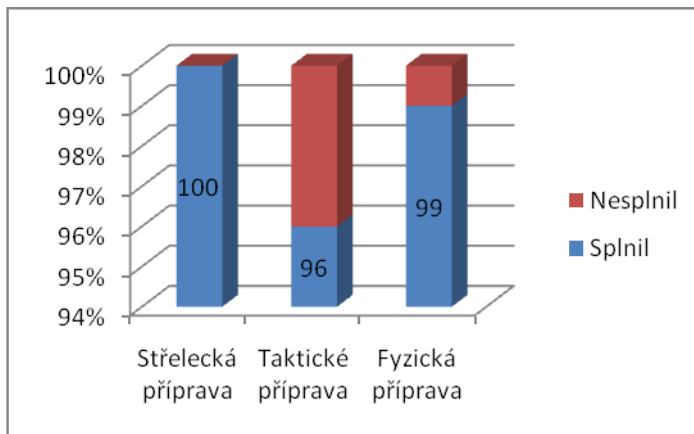
Celkové hodnocení je zaměřeno na zvládnutí bezpečné manipulace se zbraní, mířenou střelbu a dynamickou obrannou střelbu. Pro dosažení hodnocení „splnil“ musí střelce splnit minimálně dvě kritéria celkového hodnocení.

6.3 Výsledky prověrek speciálních dovedností pro rok 2013

Graf 1 Výsledky prvního kola prověrek speciálních dovedností



Graf 2 Výsledky druhého kola prověrek speciálních dovedností



6.4 Pohybová příprava strážníků v sudém kalendářním roce

Pohybová příprava strážníků Městské policie hl. m. Prahy je v sudém kalendářním roce organizována formou výcvikových hodin ve školícím středisku městské policie. Strážníci, kteří nesplnili v lichém kalendářním roce prověrky speciálních dovedností, se musí zúčastnit deseti výcvikových hodin v sudém kalendářním roce. Strážníci, kteří splnili prověrky speciálních dovedností, se zúčastní šesti výcvikových hodin v sudém kalendářním roce. Rozsah výcvikových hodin se zaměřuje na kondiční přípravu a taktickou přípravu. Střelecká příprava je stejná jako v lichém kalendářním roce. [19]

7 ŘÍZENÉ INTERWIEV

Řízené interview je jedna z technik sběru dat v sociálním výzkumu. Tazatel postupuje otázku za otázkou podle dotazníku a respondent odpovídá. Tazatel zaznamenává odpovědi do dotazníku. Aby byly získané odpovědi reprezentativní, měli by respondenti být vybráni jako náhodný vzorek. [20]

V naší práci jsme použili metodu řízeného interview, která je pro účely této práce ideální. Protože jak již bylo zmíněno, Policie ČR před pěti lety zrušila každoroční přezkoušení policistů, tudíž s výsledky strážníků nelze statisticky srovnat. Z dosavadní práce je možno říci, že policisté a strážníci prochází podobným výcvikem což je samozřejmě dané i úkoly, pro které byly tyto složky vytvořeny. Bude tedy možno formou otázek řízeného interview zjistit, jestli je pohybová příprava policistů a strážníků dostatečná pro jejich připravenost pro krizové situace.

Řízené interview jsme realizovali do tří výcvikových bloků a to na část kondiční, taktickou a střeleckou. V každém bloku je stejný počet otázek v dané problematice. Celkový počet otázek je třináct. Každý blok vychází z vnitřních příkazů obou organizací. Policisté a strážníci jsou dotazováni na spokojenost či nespokojenost v daném bloku, případně na nutnost zařazení chybějících cvičení.

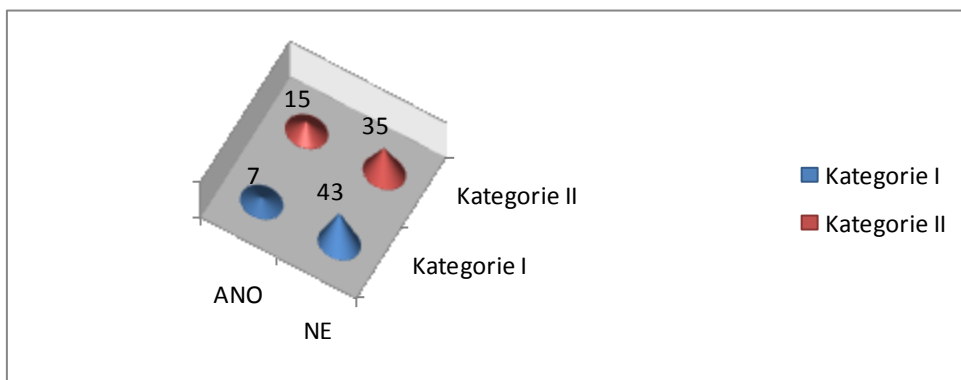
Počet dotazovaných policistů a strážníků je padesát v každé kategorii. Policisté a strážníci jsou rozděleni do dvou věkových kategorií a do dvou kategorií podle odpracovaných let bez rozdílů pohlaví. Bude tak možno získat přesnější pohled na danou problematiku. První kategorie u Policie ČR je od 18 do 28 let s maximální dobou služby 10 let. U strážníků městské policie je první kategorie od 21 do 31 let s maximální dobou služby 10 let. Věková hranice vychází z možnosti přijetí k Policii ČR a městské policii. Druhá kategorie je u Policie ČR od 29 do 39 let s maximální dobou služby do 20 let. U městské policie je druhá kategorie od 32 do 42 let s maximální dobou služby do 20 let. V obou organizacích samozřejmě pracují i starší a déle sloužící policisté a strážníci, ovšem v přímém výkonu služby již nemají tak silné zastoupení jako vybrané kategorie.

7.1 Policie České republiky

7.1.1 Kondiční příprava

1. V rámci přijímacího řízení k Policii ČR musí policista splnit kondiční cvičení ovšem hl. m. Praha před pěti lety zrušilo každoroční přezkoušení. Myslíte si, že je to správné rozhodnutí?

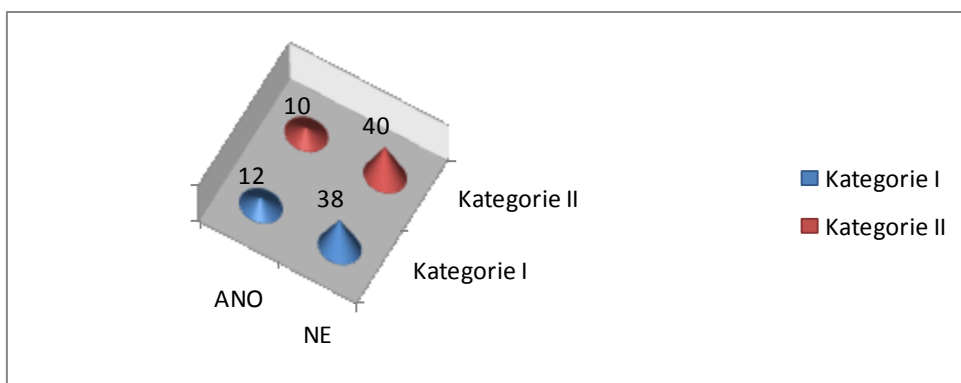
Graf 3 Policie ČR otázka č. 1.



Policisté v kategorii I i policisté v kategorii II, si myslí, že by bylo vhodné opět zavést kondiční přezkoušení. Pouze 22 dotázaným strážníkům s obou kategorií vyhovuje zrušení kondičního přezkoušení.

2. Myslíte si, že kondiční cvičení by mělo být náročnější?

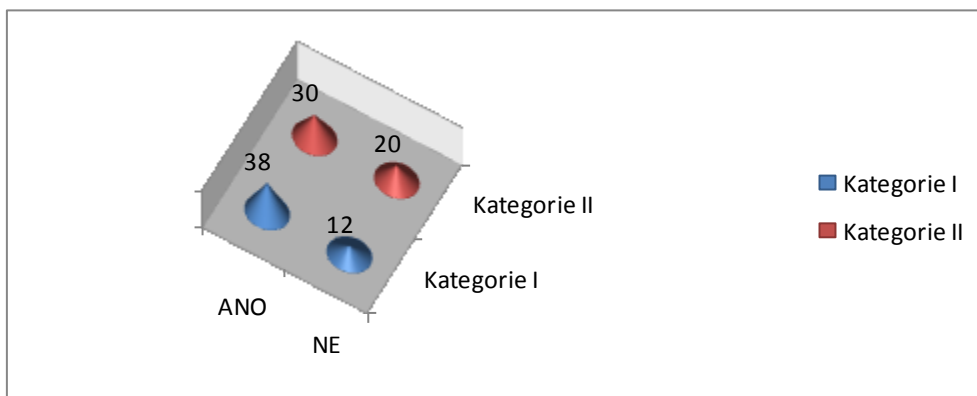
Graf 4 Policie ČR otázka č. 2.



Kondiční cvičení je ve stávající podobě nastaveno tak, že vyhovuje většině policistů, avšak již z předcházející otázky je zřejmé, že je potřeba policisty prověřovat v rámci kondičních prověrek.

3. Každé obvodní oddělení Policie ČR nemá jako městská police svou vlastní posilovnu, ale v rámci dobrých vztahů je umožněno policistům navštěvovat posilovny městské policie. Myslíte si, že by měla být vyčleněna doba z týdenního pracovního fondu na zvyšování kondiční přípravy?

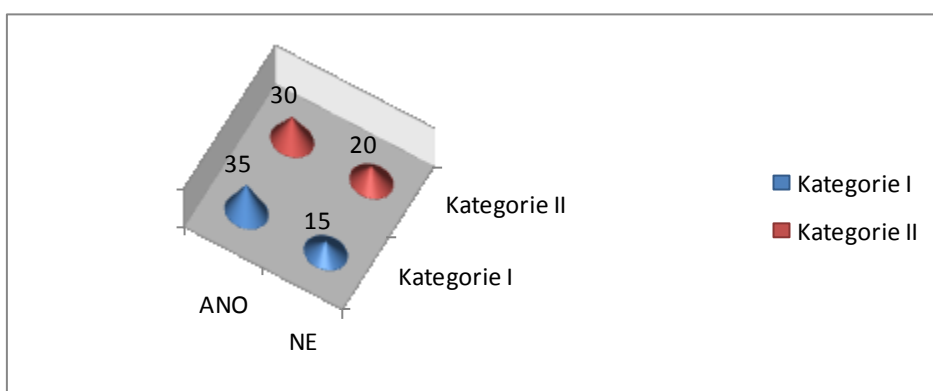
Graf 5 Policie ČR otázka č. 3.



Kategorie I v počtu 38 policistů a kategorie II v počtu 30 policistů by uvítala vyčlenění dvou hodin z týdenního pracovního fondu na kondiční přípravu. Zbylí dotázaní, by sice také uvítaly vyčlenění dvou hodin z týdenního pracovního fondu, ale v rámci vytíženosti policistů tuší, že je to nereálné.

4. Využíváte těchto zařízení v osobním volnu?

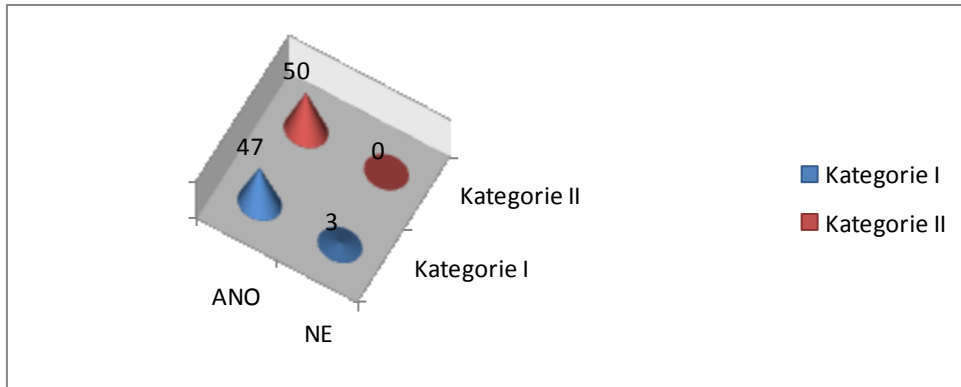
Graf 6 Policie ČR otázka č. 4.



Ze všech dotázaných využívá posilovnu ve svém osobním volnu nadpoloviční většina. Ostatní bohužel těchto zařízení nemohou využívat, jelikož do hl. m. Prahy dojíždí z daleka.

5. Chtěli byste některou z disciplín u kondičního cvičení nahradit jinou či úplně vyřadit z důvodu neefektivnosti?

Graf 7 Policie ČR otázka č. 5.

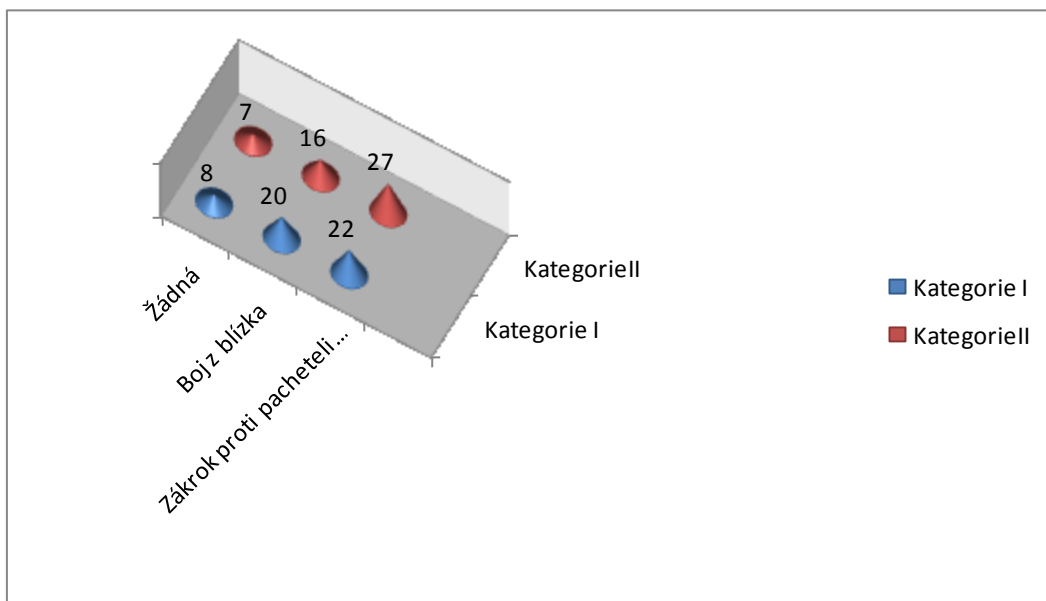


Z této otázky vyplývá, že kategorii II zcela vyhovuje stávající disciplíny kondiční přípravy. V kategorii I jsou pouze 3 policisté, kteří by chtěli zvolit jiné disciplíny kondiční přípravy.

7.1.2 Taktická příprava

6. Je některá obranná technika v rámci taktické přípravy, která vám schází?

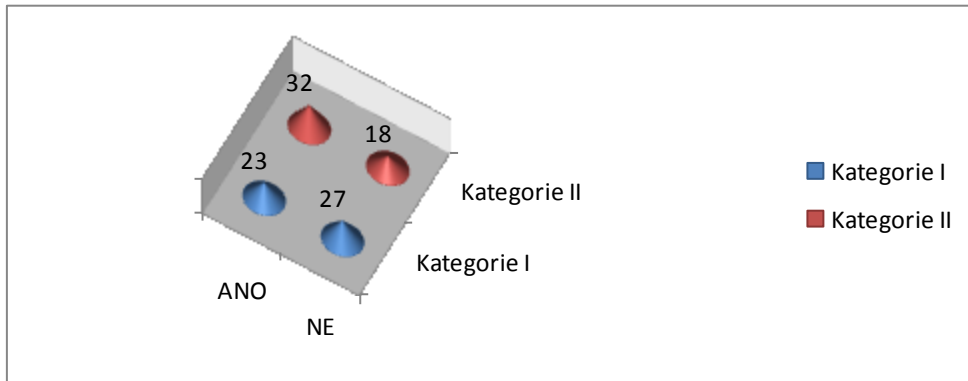
Graf 8 Policie ČR otázka č. 6.



Policisté mají rozsáhlou taktickou přípravu, přesto jen 15 policistů ze všech dotázaných nechybí žádná obranná technika. Policistům v kategorii I i kategorii II chybí takřka ve stejném počtu obranná technika boj z blízka a zákrok proti pacheteli ve vozidle.

7. U Policie ČR bylo před pěti lety zrušeno přezkoušení z taktické přípravy, policista je pouze povinen účastnit se osmkrát ročně taktického cvičení. Myslíte si, že je to správné rozhodnutí?

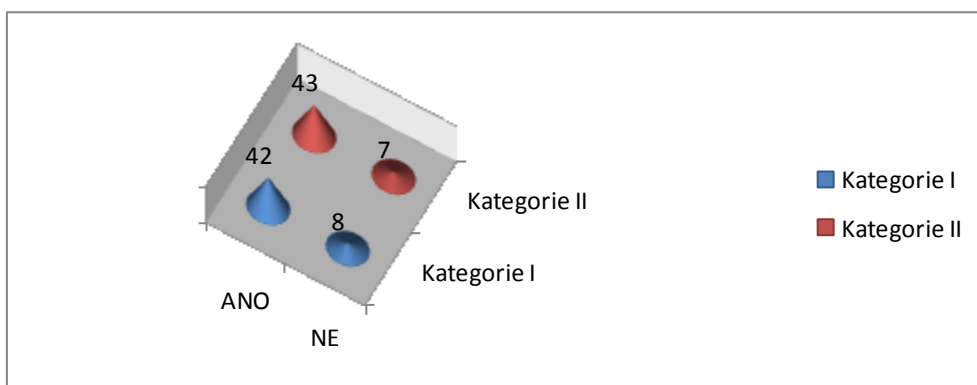
Graf 9 Policie ČR otázka č. 7.



V 7. otázce se názory policistů rozcházejí. V kategorii I je 27 policistů a v kategorii II je 18 policistů, kteří by přezkoušení z taktické přípravy opět obnovili. Dvacet tři policistů si myslí, že postačuje taktické cvičení v současné podobě. Stejného názoru je i 32 policistů v kategorii II.

8. Myslíte si, že služební příprava policistů působících na území hl. m. Prahy dostatečně zdokonaluje jejich připravenost pro výkon povolání?

Graf 10 Policie ČR otázka č. 8.

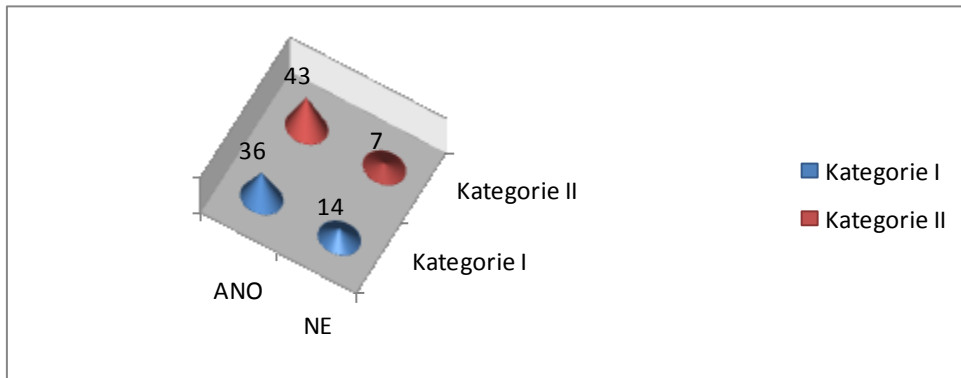


Policisté v obou kategoriích se skoro ve stejném počtu shodují, že služební příprava je dostatečná, přesto je třeba využívat, každé možnosti ke zdokonalování se.

7.1.3 Střelecká příprava

9. U Policie ČR je střelecké příprava podle závazného pokynu policejního prezidenta osm krát ročně. Policista však není povinen vlastnit zbrojní průkaz. Myslíte si, že je střelecké příprava dostatečná?

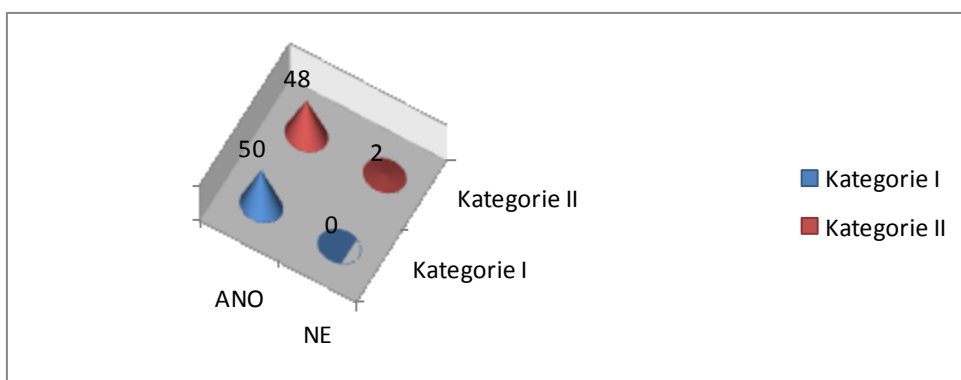
Graf 11 Policie ČR otázka č. 9.



První kategorie v počtu 36 policistů i druhá kategorie v počtu 43 policistů má za to, že střelecká příprava osm krát ročně je dostatečná, avšak v rámci zdokonalování se může být i častěji.

10. Policie ČR vlastní zbraně FX. Myslíte si, že by bylo vhodné využívat tyto zbraně častěji pro taktickou přípravu?

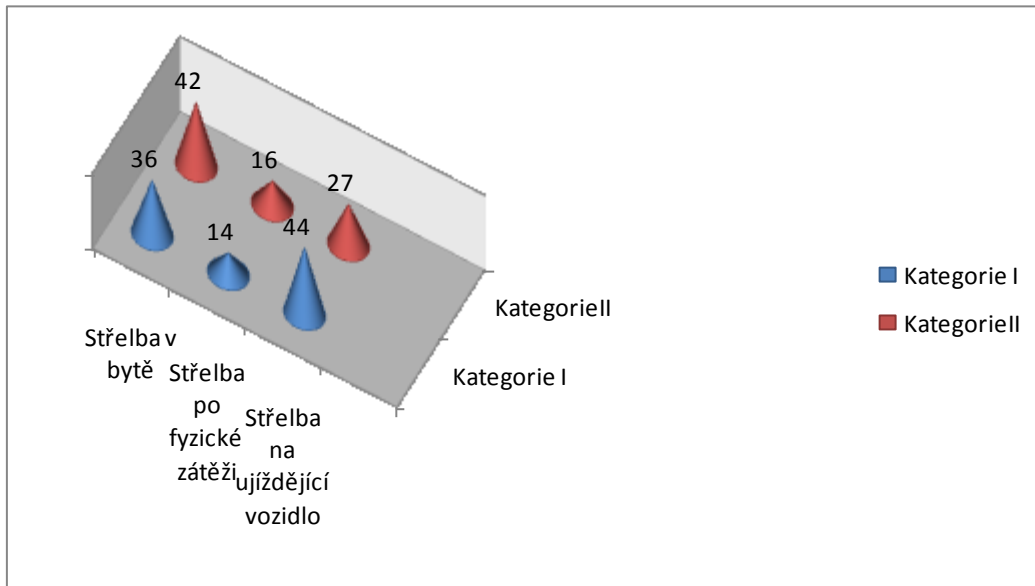
Graf 12 Policie ČR otázka č. 10.



Z desáté otázky je jednoznačně patrné, že by rádi podstatně častěji využívali zbraní FX, protože je možné vyzkoušet si s nimi střelbu v reálných situacích.

11. Vzhledem k službě, jaké cvičení se zbraněmi FX byste preferovali?

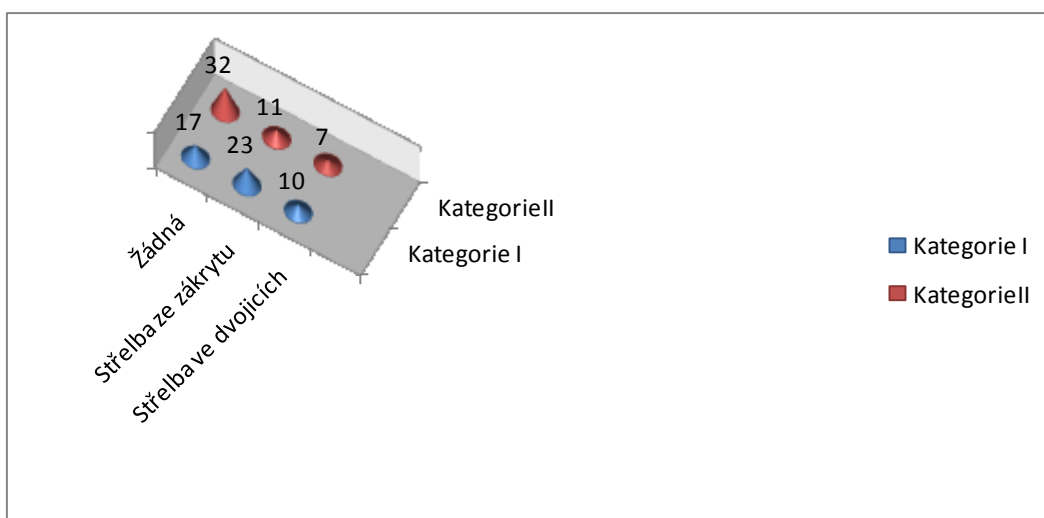
Graf 13 Policie ČR otázka č. 11.



Z jedenácté otázky jednoznačně vyplívá nedostatečná možnost vyzkoušet si uvedené reálné situace. Nejvíce by policisté ocenili nácvik střelby na ujíždějící vozidlo a střelbu v bytě. Střelba po fyzické zátěži, není sice tak často zmiňovaná, ovšem každý nácvik jakékoliv reálné situace je vhodný pro střeleckou přípravu.

12. Jaké střelecké cvičení vám chybí případně, na které stávající by se měli instruktoři zaměřit?

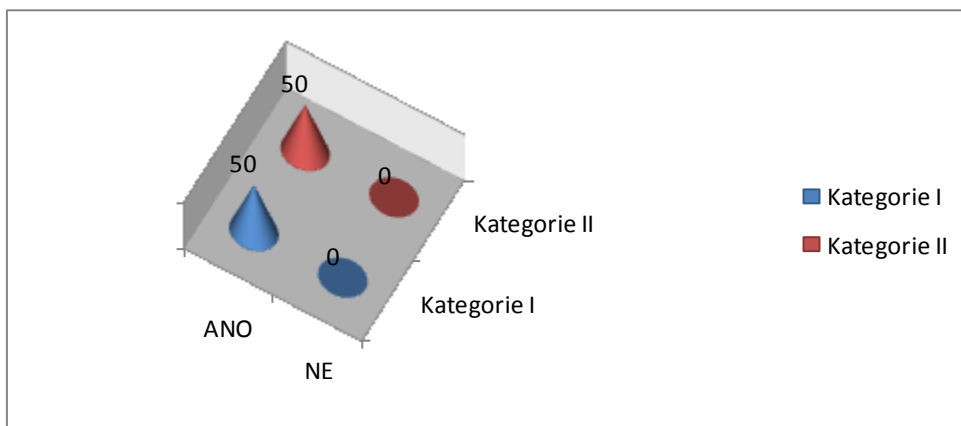
Graf 14 Policie ČR otázka č. 12.



Z dvanácté otázky vyplývá, že druhá kategorie dotázaných je se stávající ostrou střeleckou přípravou podstatně spokojenější. Jen 18 policistů by chtělo přidat nácvik střelby ze zákrytu a střelby ve dvojicích. Naproti tomu první kategorie již tak spokojená není, současná střelecká příprava vyhovuje pouze 17 policistům. Zbýlých 33 policistů by uvítalo nácvik střelby ze zákrytu a střelby ve dvojicích.

13. Při střelecké přípravě se zejména dbá na bezpečnou manipulaci se zbraní. Myslíte si, že je tato část dostatečná?

Graf 15 Policie ČR otázka č. 13.



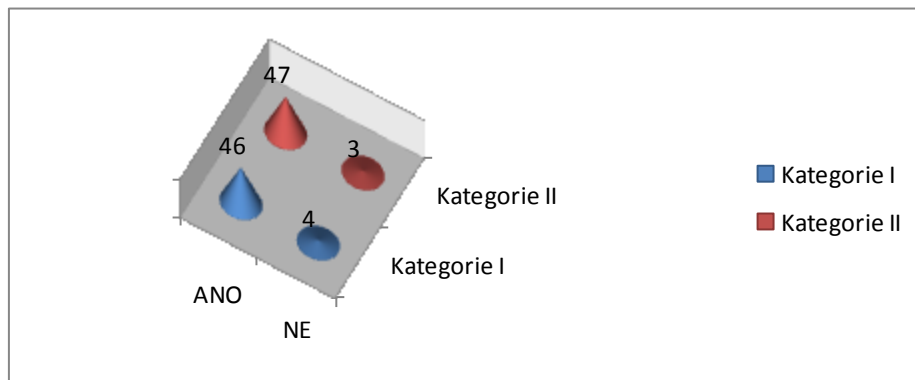
Poslední otázka má jednoznačnou odpověď v obou kategoriích a to že nácvik bezpečné manipulace se zbraní je dostatečný.

7.2 Městská policie hlavního města Prahy

7.2.1 Kondiční příprava

1. V rámci přezkoušení fyzické přípravy u městské policie je možno účastnit se pouze některých disciplín pro splnění, na rozdíl od přijímacího řízení. Myslíte si, že je to správné rozhodnutí?

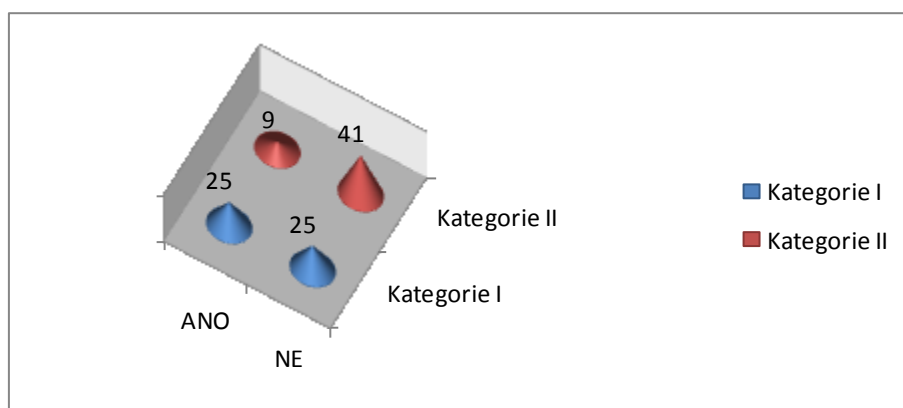
Graf 16 Městské policie otázka č. 1.



Z první otázky vyplývá, že tato varianta je pro strážníky podstatně lepší, jelikož mohou využít svých předpokladů v jednotlivých disciplínách.

2. Myslíte si, že fyzická příprava by měla být náročnější?

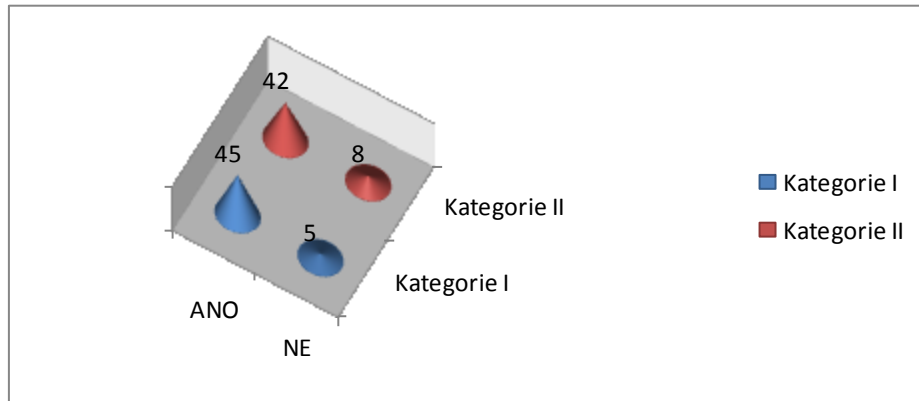
Graf 17 Městské policie otázka č. 2.



V kategorii I se strážníci rozdělili v názorech přesně na polovinu. Pro aktivní sportovce mezi strážníky je fyzická příprava snadná, naopak pro ty pasivnější je logicky náročnější, tudíž se domnívají, že je dostatečná. V kategorii II by chtělo jen 9 strážníků přísnější kritéria.

3. Každé obvodní oddělení městské policie má svou vlastní posilovnu, myslíte si, že by měla být vyčleněna doba z týdenního pracovního fondu na zvyšování fyzické výkonnosti?

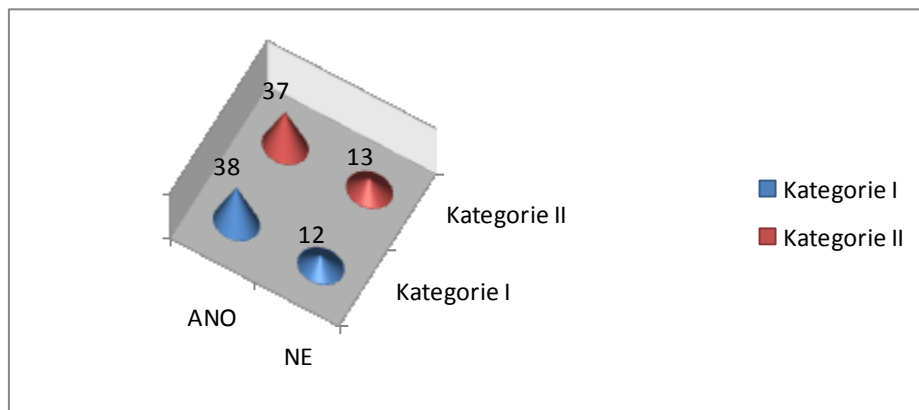
Graf 18 Městské policie otázka č. 3.



Strážníci obou kategorií by, ve značné míře uvítaly v rámci fyzické přípravy, vyčlenění doby z týdenního pracovního fondu.

4. Využíváte těchto zařízení ve svém osobním volnu?

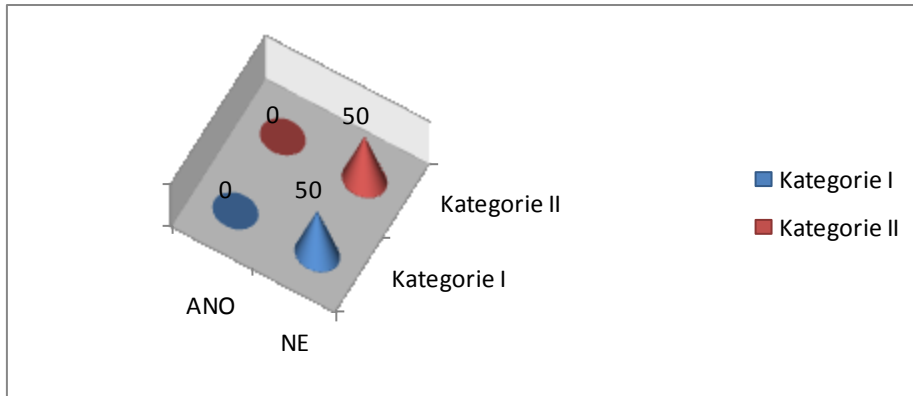
Graf 19 Městské policie otázka č. 4.



Z kategorie I i kategorie II je patrné, že většina strážníků využívá posilovnu ve své osobním volnu.

5. Chtěli byste některou z disciplín u fyzického přezkoušení nahradit jinou, či úplně vyřadit z důvodu neefektivnosti?

Graf 20 Městské policie otázka č. 5.

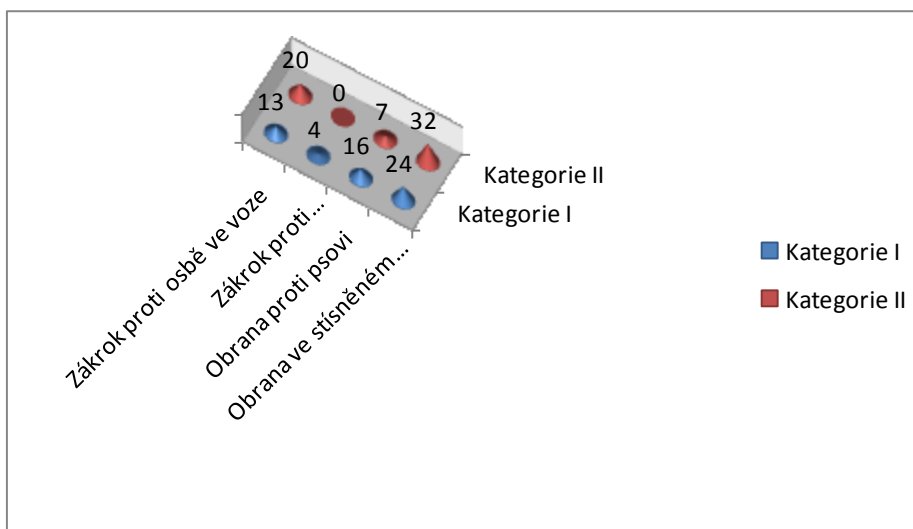


Disciplíny u fyzického přezkoušení naprosto vyhovují jak kategorii I tak i kategorii II a není potřeba je měnit.

7.2.2 Taktická příprava

6. Je některá obranná technika v rámci taktické přípravy, která vám schází?

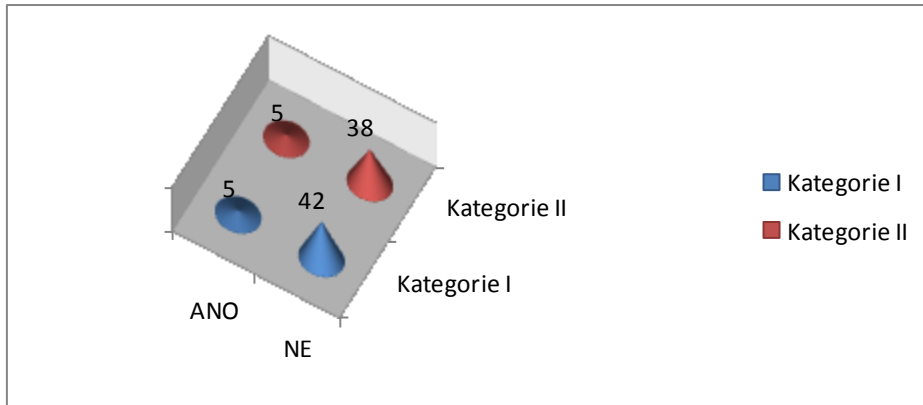
Graf 21 Městské policie otázka č. 6.



Strážníci nemají tak rozsáhlou taktickou přípravu jako policisté, ovšem rizika spojená s výkonem povolání jsou takřka totožná. Každému ze strážníků chybí, alespoň jedna obranná technika a to zákrok proti osobě ve voze, zákrok proti motocyklistovi, obrana proti psovi a obrana ve stísněném prostoru.

7. U městské policie je při taktickém přezkoušení nejvyšší procento neúspěšnosti. Myslíte si, že je to z důvodu špatné přípravy strážníků?

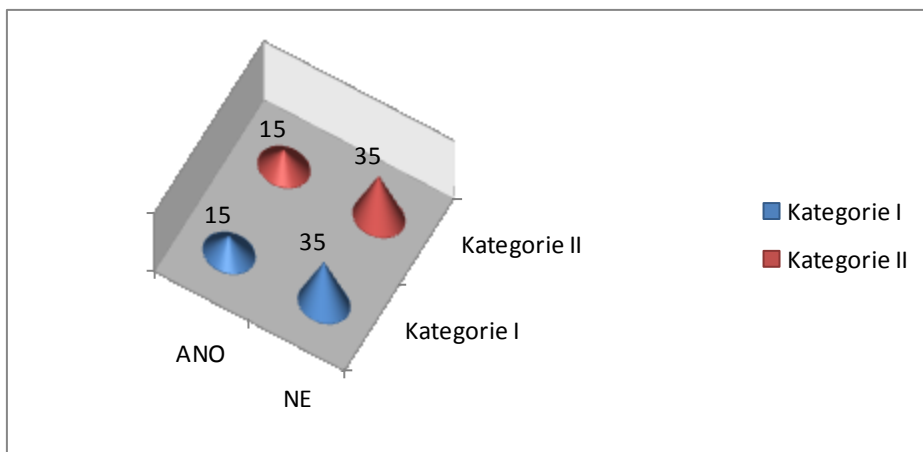
Graf 22 Městské policie otázka č. 7.



Strážníci mají za to, že neúspěšnost při taktickém přezkoušení je spíše vinou samotných strážníků a jejich přístupu k taktické přípravě. Jen 10 strážníků ze všech dotazovaných dává vinu instruktorům taktické přípravy.

8. Myslíte si, že prověrky fyzické zdatnosti a speciálních dovedností zdokonalují připravenost strážníků pro výkon povolání?

Graf 23 Městské policie otázka č. 8.

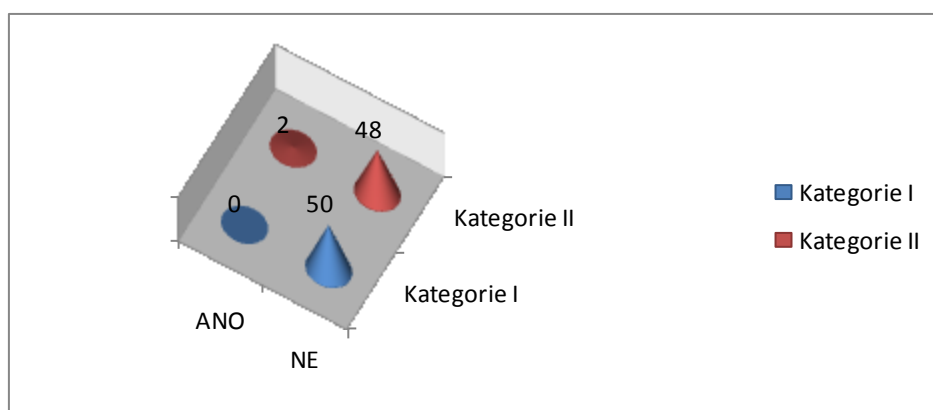


Obě kategorie se shodli, ve stejném počtu, že samotné prověrky fyzické zdatnosti a speciálních dovedností nezdokonalují připravenost strážníků pro výkon povolání, avšak příprava na ně ano. Pro ostatní strážníky jsou pozitivním přínosem i samotné prověrky.

7.2.3 Střelecké příprava

9. U městské policie musí být střelecká příprava podle zákona o zbraních a střelivu minimálně jedenkrát v kalendářním roce. Podle příkazu ředitele Městské policie hl. m. Prahy č. 14/2013 se strážník může účastnit střelecké přípravy maximálně dvakrát ročně. Myslíte si, že je to dostatečné?

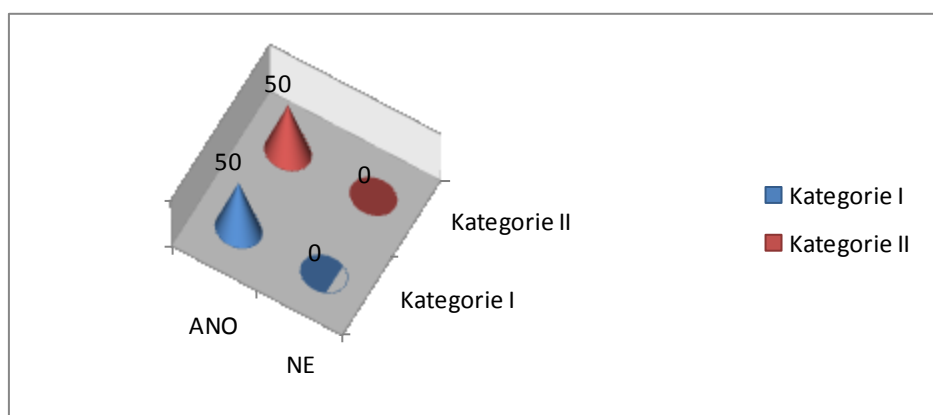
Graf 24 Městské policie otázka č. 9.



Z odpovědí strážníků je patrné, že střelecká příprava je zcela nedostatečná, vzhledem k závažnosti použití zbraně. Strážníci by uvítali alespoň stejnou střeleckou přípravu jako policisté.

10. Městská policie hl. m. Prahy vlastní zbraně FX. Myslíte si, že by bylo vhodné využívat tyto zbraně častěji?

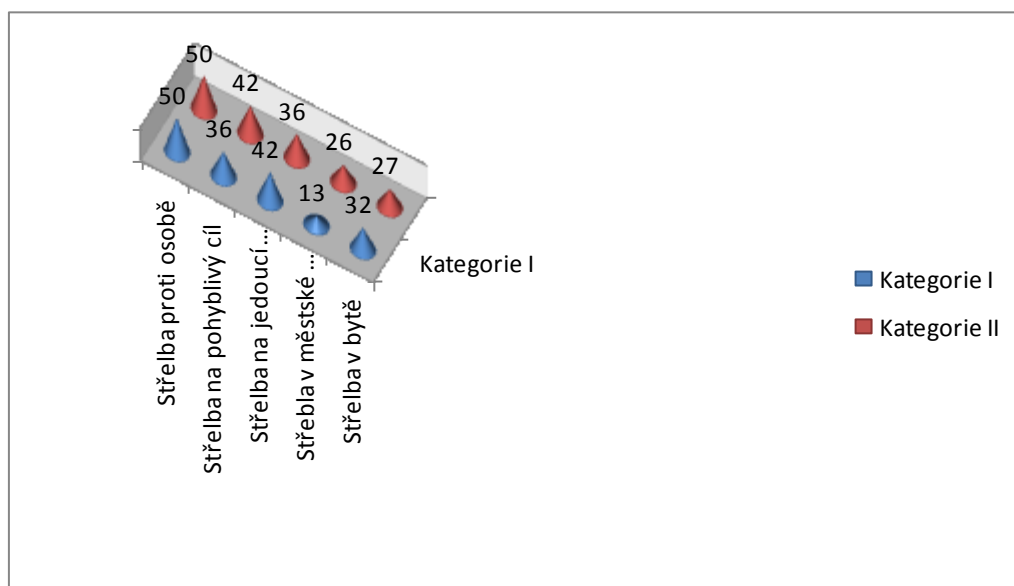
Graf 25 Městské policie otázka č. 10.



I desátá otázka je zcela jednoznačná. Všichni dotázaní se shodli, že nácvik reálných situací je velice přínosný pro výkon povolání.

11. Vzhledem k výkonu služby, jaké cvičení se zbraněmi FX byste preferovali?

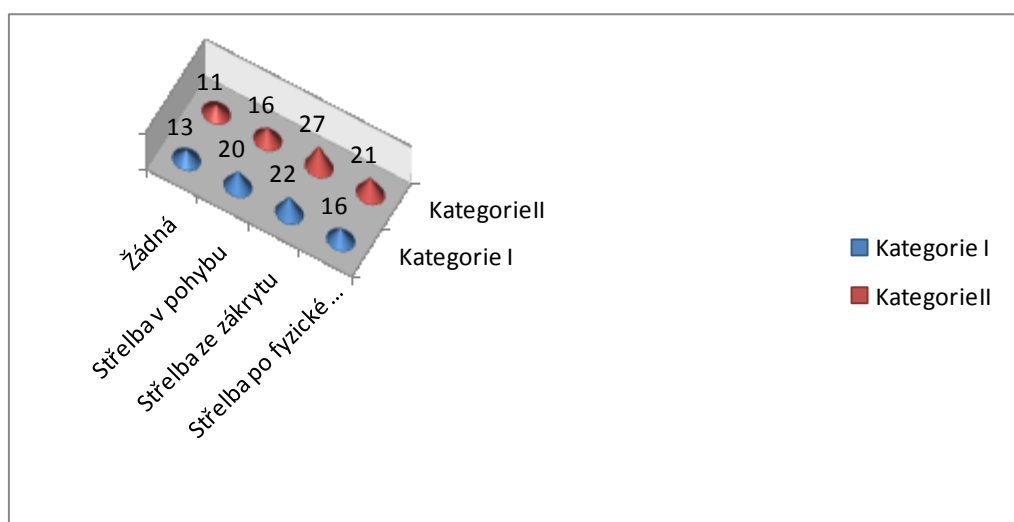
Graf 26 Městské policie otázka č. 11.



Strážníci jsou v této otázce náročnější než policisté. Zbraně FX by chtěli využít pro nácvik střelby proti osobě, střelby na pohyblivý cíl, střelby na jedoucí vozidlo, střelby v městské zástavbě a v neposlední řadě střelby v bytě.

12. Jaké střelecké cvičení vám chybí případně, na které stávající by se měli instruktoři zaměřit?

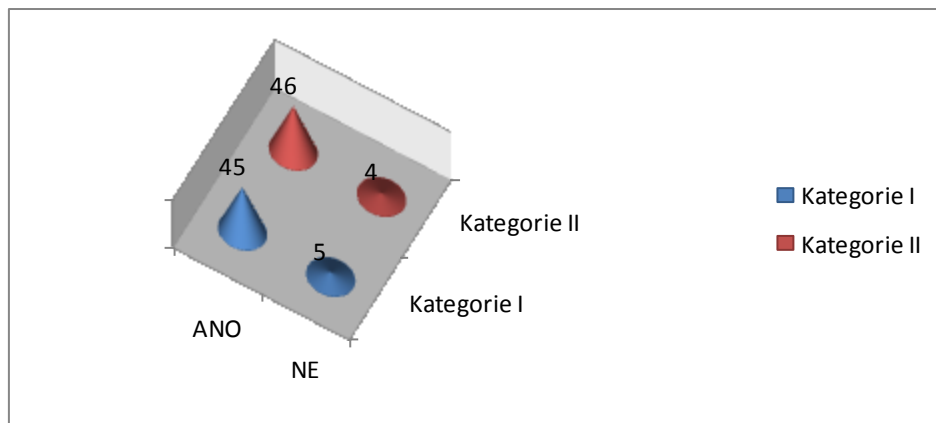
Graf 27 Městská policie otázka č. 12.



Z této otázky vyplývá, že 24 strážníkům vyhovuje současná střelecká příprava a ostatní by uvítali nácvik střelby v pohybu, střelbu ze zákrytu a střelbu po fyzické zátěži.

13. Při střelecké přípravě se zejména dbá na bezpečnou manipulaci se zbraní. Myslíte si, že je tato část dostatečná?

Graf 28 Městská policie otázka č. 13.



Na grafu vidíme, že obě kategorie dotazovaných vidí nácvik bezpečné manipulace za dostatečný, ale 9 strážníků z obou kategorií si myslí, že vždy je co zlepšovat.

7.3 Zhodnocení řízeného interview a návrhy opatření

V této části se pokusíme zhodnotit a porovnat odpovědi získané na základě řízeného interview. Nejprve zhodnotíme odpovědi policistů poté strážníků.

7.3.1 Zhodnocení Policie České republiky

První blok řízeného interview byl věnován kondiční přípravě. V kondiční přípravě bylo položeno pět otázek, které jsou směřovány na náročnost, dostatečnost a efektivitu daných disciplín. Z odpovědí policistů vyplývá, že náročnost a efektivita daných disciplín, dostatečně prověřuje jejich fyzickou výkonnost. Určité nedostatky vidí v četnosti kondiční přípravy a nemožnosti prověření jejich fyzických schopností. Možný návrh k zamyšlení pro instruktory kondiční přípravy je vyčlenění 2 hodin z týdenního pracovního fondu na kondiční přípravu, i když je to z důvodů pracovní vytíženosti policistů obtížné. Dalším možným návrhem na zvýšení fyzické výkonnosti je opětovné zavedení prověrek, které byly před pěti lety zrušeny. Bylo by tak možné statisticky porovnat policisty a strážníky.

Druhý blok řízeného interview je zaměřen na taktickou přípravu. V taktické přípravě odpovídali policisté na tři otázky. Otázky se týkaly vhodných obranných technik, obnovení prověrek z taktické přípravy a dostatečné taktické přípravy. Z odpovědí je patrné, že i když je

taktická příprava u Policie ČR rozsáhlá, vždy se najde některá obranná technika, která policistům chybí. Obnovení prověrek taktické přípravy je otázka, u které se názory policistů značně rozchází. Přesto, že se domnívají, že je taktická příprava dostatečná, není možné si tuto teorii ověřit. Možným návrhem v této části je taktéž jako u fyzické přípravy obnovit prověrky taktické přípravy.

Třetí blok je věnován střelecké přípravě, ve které je kladeno pět otázek policistům. Otázky na střeleckou přípravu se zaměřují na bezpečnou manipulaci, četnost a cvičební sestavy střelby, dále nevyužití zbraní FX. Četnost střelecké přípravy a bezpečná manipulace je podle policistů dostatečná, menší nedostatky spatřují ve cvičebních sestavách, které by rádi doplnily. Podstatně větší nedostatky spatřují ve využívání zbraní FX, do kterých je sice střelivo trojnásobně dražší než do klasických zbraní. Možným návrhem na zlepšení střelecké přípravy je zařadit, alespoň třikrát ročně střelbu ze zbraní FX.

7.3.2 Zhodnocení Městská policie hlavního města Prahy

Otázky na kondiční přípravu městské policie jsou ve stejném počtu jako u Policie ČR. Kondiční příprava se zaměřuje opět na náročnost, dostatečnost a efektivitu daných disciplín. Efektivitu jednotlivých disciplín strážníci spatřují jako dostatečnou, stejně tak i způsob přezkoušení fyzické přípravy. Nedostatky spatřují v náročnosti a také četnosti kondiční přípravy. Možným návrhem na posouzení je nepatrné zvýšení náročnosti fyzické přípravy a možnost vyčlenění doby z týdenního pracovního fondu.

V druhém bloku jsou otázky také ve stejném počtu. Dotazy jsou na obranné techniky, přípravu strážníků na taktické přezkoušení a s ním související zdokonalování se. Z odpovědí strážníků vyplývá, že příprava od instruktorů na taktické přezkoušení je dostatečná, ovšem četnost hlavně v lichém kalendářním roce nikoliv. Stejně tak panuje mírná nespokojenost s menším množstvím procvičovaných obranných technik. Možným návrhem na zamyšlení je na každé obvodní oddělení přijmout jednoho instruktora, který bude dané techniky procvičovat se strážníky, jelikož kapacita výcvikového střediska neumožňuje častější trénink.

Třetí bok se specializuje na střeleckou přípravu. Počet otázek je znovu stejný jako u Policie ČR. Taktéž jsou otázky směřovány na bezpečnou manipulaci, četnost a dostatečnost střeleckých cvičení a využití zbraní FX. Bohužel pouze u jedné otázky panuje spokojenost a to při bezpečné manipulaci. U ostatních otázek spatřují strážníci velké nedostatky. Možným

návrhem je proto pokusit se zorganizovat střeleckou přípravu častěji a zařadit chybějící střelecká cvičení jak u klasických zbraní, tak i u zbraní FX.

Porovnáním obou organizací zjistíme, že kondiční příprava se dá považovat za vyrovnanou. Policisté mají sice kondiční přípravu častěji než strážníci, ti ovšem musí splnit prověrky fyzické zdatnosti, takže jejich příprava je takřka totožná. Taktická příprava je nejspíše lépe řešena u Policie ČR. Policie ČR nemá jako městská policie přezkoušení z taktické přípravy ovšem rozvržení cvičení osmkrát ročně se zdá být výhodnější. U střelecké přípravy jsou rozdíly nejpatrnější. Strážníci absolvují střelby maximálně dvakrát ročně, z čehož zřetelně vyplývá, že Policie ČR má tuto přípravu podstatně lépe vyřešenou.

ZÁVĚR

Závěrem této práce lze konstatovat, že problematika pohybových aktivit policie pro krizové situace je velmi komplikovaná. Cílem této práce bylo pokusit se o srovnání všech pohybových aktivit policie a posoudit jejich přípravu pro krizové situace. Po vyhodnocení všech pohybových aktivit policie si dovolíme shledat, pohybovou přípravu dostatečnou nikoliv však dokonalou. Obě organizace by měly stále pracovat na zdokonalování policistů a strážníků. Policisté a strážníci by si zároveň měli být vědomi, že jejich povolání by mělo být jejich posláním. Z čehož vyplývá, že by na sobě měli pracovat i individuálně nejen v rámci organizace. Toto povolání vyžaduje nejen při krizových situacích maximální nasazení.

Bakalářskou práci poskytnu k posouzení vedoucím instruktorům obou organizací, záleží však pouze na nich jestli jim tato práce poskytne inspiraci pro vylepšení pohybové přípravy policistů a strážníků.

SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY

- [1] MACHÁČEK, Miloš. *Pohybová aktivita a sport v dětském věku*. In: *Fyziologie a klinické aspekty pohybové aktivity*. Praha: Galen, 2011. ISBN 978-80-7262-784-4.
- [2] *Encyklopedie BOZP. Tělesný pohyb* [online]. 2009 [cit. 2014-04-16]. Dostupné z: http://ebozp.vubp.cz/wiki/index.php/T%C4%9Blesn%C3%A9_pohyby
- [3] DOBRÝ, Lubomír.a kol.. *Kinantropologie a pohybové aktivity*: In: *Tělesná výchova a sport mládeže v 21. století*. Brno: Masarykova univerzita, 2009. ISBN 978-80-210-4858-4.
- [4] KALMAN, Michal, Zdeněk HAMŘÍK a Jan PAVELKA. *Podpora pohybové aktivity pro odbornou veřejnost*. Olomouc: ORE - institut, 2009. ISBN 978-80-254-5965-2.
- [5] ČELIKOVSKÝ, Stanislav. *Antropomotorika pro studující tělesnou výchovu*. Praha: Státní pedagogické nakladatelství, 1990. ISBN 80-042-3248-5.
- [6] MĚKOTA, Karel a Jiří NOVOSAD. *Motorické schopnosti*. Olomouc: Grada, 2005. ISBN 80-244-0981-8.
- [7] JUŘINOVÁ, Irina a František STEJSKAL. *Rozvoj pohybových schopností ve školní tělesné výchově*. Praha: Karlova univerzita, 1987. ISBN 80-210-3099-2.
- [8] DOVADIL, Josef a Miroslav CHOUTKA. *Výkon a trénink ve sportu*. Praha: Olympia, 2012. ISBN 80-737-6326-5.
- [9] KRIŠTOFIČ, Jaroslav. *Pohybová příprava dětí*. Praha: Grada, 2006. ISBN 80-247-1636-4.
- [10] RYCHTECKÝ, Antonín a Ludmila FIAOVÁ. *Didaktika školní tělesné výchovy*. Praha: Karolium, 1998. ISBN 80-718-4659-7.
- [11] Zákon č. 240/2000 sb., o *Krizovém řízení* v platném znění a ve znění pozdějších právních předpisů
- [12] Zákon č. 239/2000 sb., o *Hasičském záchranném sboru České republiky* v platném znění a ve znění pozdějších právních předpisů
- [13] Zákon č. 361/2003 sb., o *Služebním poměru příslušníků bezpečnostních sborů* v platném znění a ve znění pozdějších právních předpisů

- [14] Policie České republiky. *Posouzení fyzické způsobilosti uchazeče* [online]. 2008 [cit. 2014-04-16]. Dostupné z: <http://www.policie.cz/clanek/posouzeni-fyzicke-zpusobilosti-uchazece.aspx>
- [15] Zákon č. 273/2008 sb., o *Policii České republiky* v platném znění a ve znění pozdějších právních předpisů
- [16] Zákon č. 553/1991 sb., o *Obecní policii* v platném znění a ve znění pozdějších právních předpisů
- [17] Městská policie hlavního města Prahy. *Testy fyzické způsobilosti* [online]. 1999 [cit. 2014-04-16]. Dostupné z: <http://www.mppraha.cz/nabor/testy/>
- [18] POLICIE ČESKÉ REPUBLIKY. *Závazný pokyn policejního prezidenta č.4/2009*. Praha, 2009.
- [19] MĚSTSKÁ POLICIE HLAVNÍHO MĚSTA PRAHY. *Příkaz ředitele městské policie hl. m. Prahy č. 14/2013*. Praha, 2013.
- [20] Manegement mania. *Řízené interview* [online]. 2013 [cit. 2014-04-16]. Dostupné z: <https://managementmania.com/cs/rizeny-strukturovany-rozhovor>

SEZNAM OBRÁZKŮ

Obrázek 1 Střelecký terč PT001	31
Obrázek 2 Střelecký terč	39

SEZNAM TABULEK A GRAFŮ

Tabulka 1 Člunkový běh 4x10 metrů.....	19
Tabulka 2 Klik vzpor ležmo	19
Tabulka 3 Celo-motorický test.....	20
Tabulka 4 Běh na 1000 metrů.....	20
Tabulka 5 Člunkový běh 4x10 metrů.....	23
Tabulka 6 Cvičební sestavy s tyčí.....	23
Tabulka 7 Klik vzpor ležmo	24
Tabulka 8 Leh sed.....	25
Tabulka 9 Běh na 12 minut.....	25
Tabulka 10 Člunkový běh 4x10 metrů.....	34
Tabulka 11 Celo-motorický test.....	35
Tabulka 12 Klik vzpor ležmo	35
Tabulka 13 Leh sed.....	36
Tabulka 14 Běh na 1000 metrů.....	37
Graf 1 Výsledky prvního kola prověrek speciálních dovedností	39
Graf 2 Výsledky druhého kola prověrek speciálních dovedností	40
Graf 3 Policie ČR otázka č. 1.	42
Graf 4 Policie ČR otázka č. 2.	42
Graf 5 Policie ČR otázka č. 3.	43
Graf 6 Policie ČR otázka č. 4.	43
Graf 7 Policie ČR otázka č. 5.	44
Graf 8 Policie ČR otázka č. 6.	44
Graf 9 Policie ČR otázka č. 7.	45
Graf 10 Policie ČR otázka č. 8.	45
Graf 11 Policie ČR otázka č. 9.	46
Graf 12 Policie ČR otázka č. 10.	46
Graf 13 Policie ČR otázka č. 11.	47
Graf 14 Policie ČR otázka č. 12.	47
Graf 15 Policie ČR otázka č. 13.	48
Graf 16 Městské policie otázka č. 1.....	49

Graf 17 Městské policie otázka č. 2.....	49
Graf 18 Městské policie otázka č. 3.....	50
Graf 19 Městské policie otázka č. 4.....	50
Graf 20 Městské policie otázka č. 5.....	51
Graf 21 Městské policie otázka č. 6.....	51
Graf 22 Městské policie otázka č. 7.....	52
Graf 23 Městské policie otázka č. 8.....	52
Graf 24 Městské policie otázka č. 9.....	53
Graf 25 Městské policie otázka č. 10.....	53
Graf 26 Městské policie otázka č. 11.....	54
Graf 27 Městská policie otázka č. 12.....	54
Graf 28 Městská policie otázka č. 13.....	55