

Kondiční příprava bezpečnostních a ozbrojených složek

Informace k předmětu

- Den výuky: Pondělí
- Časové rozložení: 17:00 – 17:50 přednáška
18:40 – 19:30 seminář
- V roce 2020: od 05. 10. do 14. 12.
- V roce 2021: od 04. 01. do 11. 01.
- Výuka: 13 x přednáška, 13 x seminář

Přednášky jsou z důvodu opatření převedeny do distanční formy!!!

Úvod



- Bezpečnostní složky nazýváme organizace zřízené státem nebo ministerstvy za účelem zvyšování bezpečí, ochrany života, zdraví a majetku, dodržování zákonů a udržování pořádku na stanoveném území. Patří sem:
 - Policie České republiky,
 - Celní správa České republiky,
 - Vězeňská služba České republiky,
 - Bezpečnostní informační služba,
 - Generální inspekci bezpečnostních sborů,
 - Hasičský záchranný sbor České republiky,
 - Úřad pro zahraniční styky a informace.
 - Armáda České republiky

PČR

Policie České republiky je rozdělena podle pole působnosti a povinností do několika útvarů a to na:

- Pořádkovou policii,
- Dopravní policii,
- Cizineckou policii,
- Leteckou službu,
- Pyrotechnickou službu,
- Ochrannou službu (prezidenta a ústavních činitelů),
- Kriminální a vyšetřovací službu,
- Speciální složky (Zásahové jednotky, potápěči...).



PČR

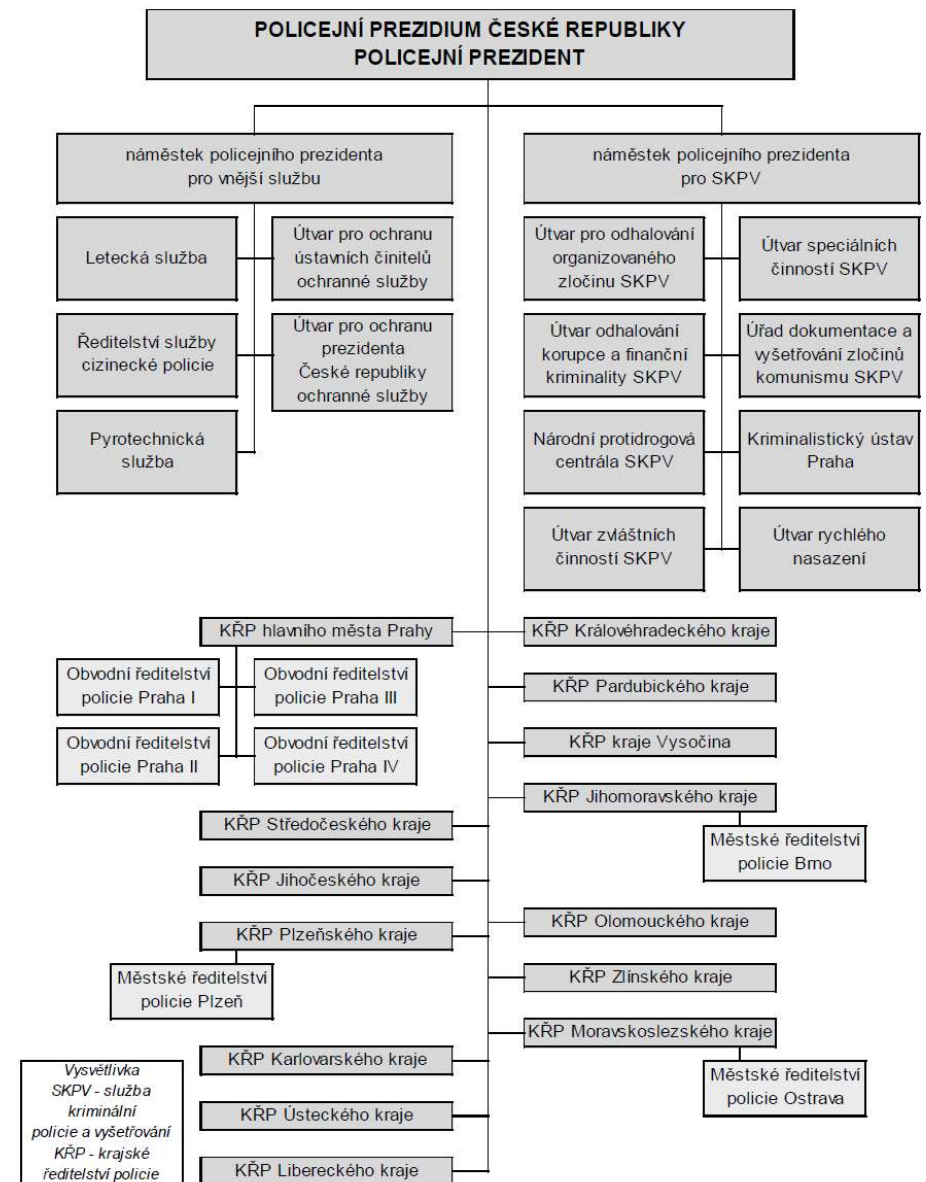
- Struktura PČR

- Územní oddělení

- Obvodní oddělení
- Dopravní police
- Kriminální police

- Krajská ředitelství

- Policejní prezidium



Kondiční aspekty PČR

- Výběrové řízení
- Profesní přezkoušení
- Rozvoj fyzické kondice



Výběrové řízení k PČR

- Člunkový běh, 4x10m
- Klik vzpor ležmo (opakovaně)
- Celomotorický test, CMT test (opakovaně), 2 min.
- Běh na 1000 m



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

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

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

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



Profesní přezkoušení

- Čtyři výkonnostní skupiny
 1. Zásahové jednotky,
 2. Hlídková služba (Pohotovostní motorizované jednotky PMJ, Oddělení hlídkové služby OHS + dlouhé zbraně),
 3. Operativa kriminálka,
 4. Vyšetřovatelé (1x do roka střelby a taktika).



Rozvoj fyzické kondice

- Pozitiva

Sportovní policejní kluby.

Unie tělovýchovných organizací policie ČR (UNITOP).

Sít posiloven na jednotlivých služebnách (každé větší obvodní oddělení disponuje posilovnou, nebo funkční zónou).

Rehabilitační pobyty.

- Negativa

Jde o dobrovolnou činnost.

Nejde o řízený proces.

Absence kondičních trenérů.

Absence programů pro rozvoj fyzické zdatnosti či kompenzace.