

UNIVERZA V LJUBLJANI

FAKULTETA ZA ŠPORT

DIPLOMSKA NALOGA

MELITA SLAK PAJNTAR

Ljubljana, 2015

UNIVERZA V LJUBLJANI

FAKULTETA ZA ŠPORT

Športno treniranje
Odbojka

ŠPORT IN ŠPORTNA REKREACIJA 10. PEHOTNEGA POLKA

DIPLOMSKA NALOGA

MENTOR:

Prof. dr. Mojca Doupona Topič

SOMENTOR:

Asist. dr. Marko Zdražnik

RECENZENTKA

Prof. dr. Maja Pori

Avtorica dela

MELITA SLAK PAJNTAR

Ljubljana, 2015

ZAHVALA

Za vso pomoč pri nastajanju diplomske naloge se zahvaljujem somentorju asist. dr. Marku Zadražniku za strokovno vodenje, svetovanje in prijazno spodbudo.

Hvaležna sem sinu Toniju in hčerki Kristini ter možu Tomažu za njihovo potrpežljivost, pomoč in podporo.

KLJUČNE BESEDE: Slovenska vojska, šport v SV, šport in športna rekreacija

ŠPORT IN ŠPORTNA REKREACIJA 10. PEHOTNEGA POLKA

Melita Slak Pajntar

Univerza v Ljubljani, Fakulteta za šport, 2015

Športno treniranje, odbojka

Število strani: 56, število slik: 26, število virov: 6

POVZETEK

Dosežen rezultat iz preverjanja gibalnih sposobnosti posameznika in enot Slovenske vojske je eden izmed standardov ugotavljanja bojne pripravljenosti in ima v strukturi vsake sodobne vojske ključen pomen. Prehod Slovenske vojske v profesionalno vojsko in integracija v NATO sta prinesla višje standarde usposobljenosti na vseh področjih.

Področje raziskovanja, ki ga preučujemo v tej diplomski nalogi, je šport in športna rekreacija v 10. pehotnem polku. Zanima nas, koliko časa imajo na voljo pripadniki 10. pehotnega polka za šport, v kakšni obliki poteka, kakšen vpliv ima vadba na končno oceno pri preverjanju gibalnih sposobnosti. Ugotavljali smo priljubljenost športov med anketiranci in preverili, ali imajo anketiranci željo po tekmovalnem udejstvovanju. V vojski je zelo poudarjena hierarhija odnosov, vsak natančno ve, kdo je njegov nadrejeni in kdo njegov podrejeni. Zato nas je tudi zanimalo, ali je prisotna hierarhija med športno vadbo.

Podatke smo pridobili s pomočjo ankete. V anketi so sodelovali pripadniki 10. pehotnega polka. V razpravi so predstavljene ugotovitve zastavljenih ciljev.

Za poseganje v najvišje ocene pri preverjanju gibalnih sposobnosti se morajo anketiranci ukvarjati s športno vadbo tudi v prostem času. S katero obliko športne vadbe se anketiranci najraje ukvarjajo, ko imajo možnost izbire, smo ugotovili, da anketiranci najraje izberejo vadbo v fitnesu. Sledi tek v naravi. Med kolektivnimi športi pa je najpogosteje izvajana odbojka. Vpliv hierarhije je najbolj opazen v času športne vadbe med častniki in podčastniki ter med podčastniki in vojaki. Skoraj neviden vpliv hierarhije med športno vadbo pa je med častniki in vojaki. Pri ugotavljanju vpliva stopnje izobrazbe na ozaveščanje zdravega načina življenja in s tem ukvarjanje s športom smo ugotovili, da stopnja izobrazbe ne vpliva na odločitev »ali se ukvarjati s športom ali ne«.

ABSTRACT

The achieved result in motoric abilities testings of the Slovenian army units and individuals is one of the combat readiness determination standards and plays the key role in every modern army's structure. The transition of Slovenian army into an professional army and the NATO integration process have brought higher standards of the qualification in every area.

Sport and sports recreation in the 10th infantry regiment represents the research field, examined in thesis. We were interested in the amount of time, given to the members of the 10th infantry regiment for sport, which activities are there and what impact does the exercise have on the motoric abilities testings final score. Among the respondents we were examining the sport activities popularity and checking whether the respondents express any desire to compete. In the army there is a main focus on the relations hierarchy; everybody exactly knows, who the subordinates and the seniors are. That is why we were interested if the hierarchy is also present during the sports training.

The data was obtained through the survey in which the members of the 10th infantry regiment were included. The findings are presented inside the discussion.

In order to reach the motoric abilities testings highest score, the respondents have to be engaged into sports activities also in their spare time. If choice offered, which form of sports activities they prefer, the respondents mostly choose fitness, followed by jogging. Volleyball dominates among the team sports. In the time of exercise, the impact of the hierarchy is mostly visible between the officers and NCOs and between the NCOs and combats. The impact of the hierarchy during the sports exercise between officers and combats is almost invisible. By examining the influence of the education level on the awareness of the healthy way of life including sports exercise, we have discovered that the level of education does not influence the decision whether to be active or not.

KAZALO VSEBINE

1. UVOD	9
1.1 Struktura Slovenske vojske.....	10
1.2 Vrste sil.....	10
1.3 Organiziranost sil.....	11
1.4 Današnja vloga vojske.....	11
1.5 Usposobljenost in vloge zaposlenih v Slovenski vojski.....	12
1.5.1 Častniki in podčastniki.....	12
1.5.2 Vojaki.....	12
1.6 Šport v Slovenski vojski.....	13
1.6.1 Kondicijska vadba – redna športna vadba.....	13
1.6.2 Športna vzgoja.....	14
1.6.3 Šport za vse.....	14
1.6.4. Športna tekmovanja Slovenske vojske.....	15
1.6.5. Vrhunski šport v Slovenski vojski.....	15
1.6.6. Mednarodno športno tekmovanje.....	16
1.6.7. Preverjanje telesne pripravljenosti v Slovenski vojski.....	16
1.6.8. Baterija motoričnih testov v Slovenski vojski.....	17
1.7. Tradicionalna tekmovanja za uslužbence SV.....	18
1.8. Skupne naloge (GŠSV, ZOC, CVŠ, 1. BR, 72. BR, LOGBR, 15. PVL, ESD, 430. MOD in OE pod GŠSV).....	19
1.9. Vojaška disciplina.....	19
2. CILJI	21
3. METODE DELA	22
3.1 Vzorec.....	22
3.2 Pripomočki.....	22
3.3 Postopek.....	22
4. REZULTATI	23
4.1 Pogostost ukvarjanja s športom.....	24
4.2 Priljubljenost športov glede na skupino anketirancev.....	26
4.3 Zadovoljstvo anketirancev s kakovostjo in obsegom športnih aktivnosti v SV.....	27
4.4 Udeležba anketirancev na športnih tekmovanjih.....	28
4.5 Odnosi med skupinami pri kolektivnem športu.....	30

4.6 Vpliv obsega športne vadbe in način izvedbe na končno oceno pri preverjanju gibalnih sposobnosti	32
4.7 Vpliv stopnje izobrazbe na ozaveščanje zdravega načina življenja in s tem ukvarjanje s športom v prostem času	33
4.8 Ugotoviti, ali obstaja v delovnem času tudi kakšna druga telesna aktivnost, če šport odmislimo	35
4.9 Razlog ukvarjanja anketirancev s športno vadbo na delovnem mestu	36
5. RAZPRAVA	37
5.1. Pogostost ukvarjanja s športom	37
5.2. Tek v skupini – vodena vadba	38
5.3. Vpliv obsega športne vadbe na končno oceno pri preverjanju gibalnih sposobnosti	39
5.4. Udeležba anketirancev na športnih tekmovanjih	39
5.5. Odnosi med skupinami pri kolektivnih športih	40
5.6. Vpliv stopnje izobrazbe na ozaveščanje zdravega načina življenja in s tem ukvarjanje s športom	41
5.7. Razlog ukvarjanja anketirancev s športno vadbo na delovnem mestu	41
6. SKLEP	43
7. VIRI	46
8. PRILOGE	47
8.1 Anketa o športu in športni rekreaciji v 10. pehotnem polku	47

KAZALO SLIK

Slika 1. Stalna sestava Slovenske vojske – razmerje glede na status zaposlenih	9
Slika 2, Slika 3, Slika 4.....	23
Slika 5: Starost anketirancev	23
Slika 6: Pogostost ukvarjanja s športom med delovnim časom	24
Slika 7: Število ur vadbe v delovnem času glede na posamezno skupino anketirancev	24
Slika 8: Pogostost ukvarjanja s športom v prostem času	25
Slika 9: Število ur vadbe v prostem času glede na posamezno skupino anketirancev.....	26
Slika 10: Priljubljenost športov glede na skupino anketirancev odkar so zaposleni v SV	26
Slika 11: Zadovoljstvo skupin anketirancev s kakovostjo in obsegom športnih aktivnosti v SV	27
Slika 12: Število udeležbe tekmovanj v zadnjem letu	28
Slika 13: Prikazuje, na kakšen način se anketiranci ukvarjajo s športno vadbo v prostem času. Ali je tekmovalno-rekreativno ali redno-občasno.....	28
Slika 14: Pomen množično rekreativnih prireditev za anketirance.....	29
Slika 15: Prikazuje, katere dejavnosti bi se anketiranci v prihodnje radi udeleževali	30
Slika 16: Udeležba pri kolektivnih športih glede na skupino anketirancev	30
Slika 17: Želje anketirancev o razvrstitvi po skupinah pri izvajanju kolektivnih športov	31
Slika 18: Nivo tekmovalnosti v prisotnosti nadrejenega	31
Slika 19: Vpliv vodene vadbe na anketirance.....	32
Slika 20: Kdo od poveljujočih največkrat izvaja jutranjo vadbo	32
Slika 21: Ocene anketirancev pri preverjanju gibalnih sposobnosti	33
Slika 22: Izobrazba anketirancev	33

KAZALO TABEL

Tabela 1. Sestava Slovenske vojske po številu pripadnikov	9
---	---

1. UVOD

Slovenska vojska (kratica: SV) so vse organizirane formacijske in druge kadrovske sestave, namenjene izvajanju vojaške obrambe Republike Slovenije, ki so pod enotnim poveljstvom, z enotnimi oznakami pripadnosti SV in odkrito nosijo orožje. Slovenska vojska je nastala leta 1993 iz takratne Teritorialne obrambe Republike Slovenije (TO). Sprva je temeljila na naborniškemu sistemu, ki pa je bil leta 2003 ukinjen, nadomestila ga je profesionalna vojska. Velika prelomnica za Slovensko vojsko je bil vstop Slovenije v NATO in Evropsko unijo. Danes je Slovenska vojska moderna oborožena sila s 7264 pripadniki stalne in 1172 pripadniki rezervne sestave, ki izvajajo različne naloge doma in po svetu. Stalna sestava so poklicni pripadniki Slovenske vojske, rezervna pa državljani, ki sklenejo pogodbo o službi v rezervni sestavi, in vojaški obvezniki, ki so dolžni služiti v rezervni sestavi. Prostovoljci so vojaški obvezniki, ki se sami odločijo za trimesečno vojaško usposabljanje (vir: <http://www.slovenskavojska.si/o-slovenski-vojski/>).

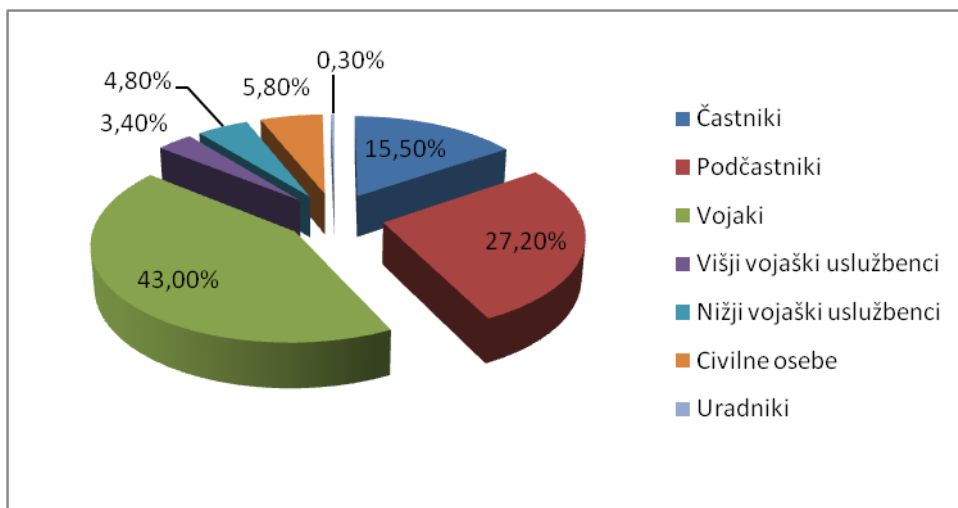
Tabela 1. Sestava Slovenske vojske po številu pripadnikov

Sestava SV	Število	Delež
Stalna sestava	7264	86,1 %
Pogodbena rezerva	1172	13,9 %
Skupaj	8436	100 %

Podatki za julij 2014.

(vir: <http://www.slovenskavojska.si/o-slovenski-vojski/>)

Stalna sestava vojske so poklicni pripadniki vojske, to so vojaki, podčastniki, častniki in vojaški uslužbenci (vojaške osebe) ter civilne osebe. Civilne osebe delajo v vojski, vendar ne opravljajo vojaške službe.



Slika 1. Stalna sestava Slovenske vojske – razmerje glede na status zaposlenih

Po podatkih Ministrstva za obrambo za julij 2014 je v vojski zaposlenih 1129 častnikov (15,5 %), 1973 podčastnikov (27,2 %), 3127 vojakov (43 %), 244 višjih vojaških uslužbencev (3,4 %), 349 nižjih vojaških uslužbencev (4,8 %), 421 civilnih oseb (5,8 %) in 21 uradnikov (0,3

%). Največji delež glede na rodovno pripadnost imajo pehotne enote, pri katerih pa je v zadnjih letih najbolj opazno zmanjševanje na račun okrepitve drugih rodov Slovenske vojske. Po podatkih iz leta 2008 je viden padec števila častnikov za cca 5 %, odstotek vojakov pa se je iz leta 2008 povečal za 4 %, število podčastnikov pa za 1 %. Medtem ko število civilnih oseb in uradnikov ostaja enako.

1.1 Struktura Slovenske vojske

Slovenska vojska je organizirana kot enotna vojska brez delitve na zvrsti ter deluje na strateški, operativni in taktični ravni. Na strateški ravni deluje Generalštab Slovenske vojske (GŠSV), na operativni ravni delujeta Poveljstvo sil ter Poveljstvo za doktrino razvoj, izobraževanje in usposabljanje (PDRIU), na taktični ravni pa delujejo brigade in bataljoni.

Glede na svojo organiziranost vojska opravlja naloge na kopnem, v zraku in morju.

Deli se na naslednje rodove:

- pehota,
- oklepne enote,
- letalstvo,
- pomorstvo,
- artilerija,
- zračna obramba,
- inženirstvo,
- jedrsko-radiološko-kemično-biološka obramba,
- zveze.

1.2 Vrste sil

Glede na vlogo v bojnem delovanju se sile Slovenske vojske delijo na:

- sile za bojevanje,
- sile za bojno podporo,
- sile za zagotovitev delovanja in
- sile za podporo poveljevanja.

Glede na sposobnost premeščanja se sile Slovenske vojske delijo na:

- premestljive in
- nepremestljive .

Glede na stopnjo pripravljenosti so sile Slovenske vojske razvrščene v tri skupine:

- sile visoke stopnje pripravljenosti (2–90 dni)
- sile nizke stopnje pripravljenosti (91–180 dni)
- sile z daljšim časom vzpostavljenosti za delovanje (več kot 365 dni)

Glavne naloge slovenske vojske so:

- izvajanje obrambe Republike Slovenije (mobilizacija, ofenzivno in defenzivno delovanje, odvracanje agresije, vzpostavljanje suverenosti na ozemlju RS ...)
- pomoč ob naravnih in drugih nesrečah (poplave, potresi, požari ...),

- prispevanje k mednarodnemu miru in stabilnosti (različne mirovne operacije po svetu).

1.3 Organiziranost sil

Glede na poslanstvo so sile Slovenske vojske organizirane kot bojne skupine in odzivne sile. Glede na potrebe po usklajenem načrtovanju ter delovanju sil po konceptu skupnih združenih namenskih so sile organizirane po komponentah:

- kopenska komponenta,
- mornariška komponenta,
- zračna komponenta in,
- specialne sile.

1.4 Današnja vloga vojske

Vojaška organizacija je specifičen sistem v okviru globalnega družbenega sistema oziroma njegov specifičen podsistem (Lubi, 1995). Berčič (1980) vojsko opredeljuje kot posebno področje človekovega življenja in dela, delovne razmere pa so specifične in zahtevajo veliko psihičnega in telesnega napora. Iz tega izhajajoč ima vojska svoje značilnosti in s tem tudi posebne zahteve za opravljanje vojaške službe oziroma opravljanje vojaškega poklica. Ena od teh je bojna pripravljenost, v sklopu katere se nahaja tudi telesna pripravljenost kot temelj funkcioniranja na ravni človekovega individuuma, za dosego tiste ravni v sposobnostih, ki omogočajo opravljanje vojaškega poklica.

Slovenci imamo vojaško tradicijo, na katero smo ponosni, lastno vojsko v samostojni državi pa komaj dve desetletji. V tem kratkem času smo iz naborniške vojske, dopolnjene z obvezno rezervno sestavo, prešli v poklicno vojsko, ki jo dopolnjujemo s pogodbeno rezervo. Slovenska vojska postaja velik kolektiv, v katerem je vsak posameznik vključen v učinkovito delovanje celote. Cilj Slovenske vojske so izurjeni in motivirani pripadniki, ki v svojem delu najdejo izziv in zadovoljstvo. Vsak dober pripadnik prispeva k ustvarjanju močnega kolektiva.

Slovenska vojska je sestavljena iz sil za posredovanje ter glavnih in dopolnilnih sil. Sile za posredovanje sestavljajo enote, namenjene delovanju na področju celotne države ter so usposobljene in opremljene za izpolnjevanje obveznosti, ki jih je država sprejela v mednarodnih pogodbah. Glavne sile sestavljajo taktične enote, ki so namenjene in opremljene za delovanje v območju države ter za izvajanje vseh oblik in sestavin bojevanja. Dopolnilne sile sestavljajo enote, organizirane po teritorialnem načelu. Namenjene so bojnemu nadzoru državnega ozemlja, zavarovanju objektov, posebnemu pomenu za obrambo, logistični oskrbi in drugim nalogam. Del dopolnilnih sil zagotavlja sprejem in nastanitev zavezniških sil ter logistično podporo zanje (Primožič 2007).

Slovenija je v zadnjem desetletju doživela veliko sprememb, postala je tudi članica NATA in Evropske Unije. To postavlja nove izzive in terja drugačne rešitve v organizaciji in delovanju Slovenske vojske. Obrambni sistem dandanes sloni na profesionalni sestavi in prostovoljni rezervi (Meško, Karpljuk, Podbregar, Videmšek in Župančič, 2008). Pojavljajo se spremembe v globalnih varnostnih razmerah, grožnje pa so postale asimetrične. Slovenija je tako del varnostne situacije v svetu. S prevzemanjem delovanja na kriznih območjih tudi izven svoje države, pomeni, da prevzema tudi višje zahteve in mora zadostiti kompleksnim ter ciljno

naravnanim pripravam za bojno delovanje. Slovenska vojska danes tako ne funkcioniira več sama zase in tudi cilji niso več usmerjeni zgolj na teritorij naše države.

1.5 Usposobljenost in vloge zaposlenih v Slovenski vojski

1.5.1 Častniki in podčastniki

Častniki imajo temeljno znanje in praktične veščine, ki zagotavljajo uspešno izvajanje vseh nalog v slovenskem in mednarodnem vojaškem okolju. Častniki lahko prevzemajo in vodijo vode naslednjih rodov in služb: pehote, oklepno-mehaniziranih enot, RKBO, pomorstva, zvez, zračne obrambe, logistike, nadzora zračnega prostora in protioklepni enot. Častniki imajo osvojeno osnovno znanje o izvajanju nalog strelca ter potrebno znanje za poveljevanje skupini med izvajanjem bojnih nalog v vseh načinih bojnega delovanja samostojno in v sestavi oddelka v različnih razmerah.

Podčastniki so hrbtenica vojske, nosilci neposrednega dela s posamezniki (vojaki in podčastniki) in predvsem mojstri veščin. Podčastnik je pomemben podporni člen vsakemu častniku pri uspešni izvedbi nalog. Podčastnik ima dopolnjeno temeljno in splošno vojaško znanje, veščine in navade ter pridobljeno osnovno vojaškostrokovno znanje in veščine za opravljanje dolžnosti poveljnika oddelka ali v ustreznem rodu ali službi Slovenske vojske (logistični dejavnosti) v miru ter oboroženem boju. Podčastnik ima tudi pridobljeno znanje, veščine in navade za opravljanje dolžnosti poveljnika oddelka v miru in vojni.

Podčastnik od mladega častnika, ki pride v enoto, pričakuje, da bo prinesel novo znanje, bo odprt za nova spoznanja ter bo deloval in delal korektno. Mlad častnik, ki pride v enoto, pričakuje od enotovnega podčastnika, da mu bo pomagal pri delu z nasveti in izkušnjami. Enotovni podčastniki imajo pomembno vlogo pri postavljanju temeljev in graditvi uspešne kariere mladih častnikov. Za kakovostno delo podčastnika in častnika so pomembni sodelovanje, skupni cilji, razmejevanje medsebojnih nalog, medsebojno spoštovanje, strokovnost.

1.5.2 Vojaki

Vojaki so izurjeni za preživetje na bojišču ter samostojno opravljanje bojnih nalog v različnih razmerah. Dosegati morajo ustrezno raven psihofizične pripravljenosti. Izurjeni so za izvajanje bojnih nalog strelca samostojno in v sestavi posadke oziroma oddelka v različnih razmerah oziroma podnevi in ponoči. Poleg tega so naučeni uporabljati in vzdrževati vsa orožja in opremo pehotnega oddelka. Vojaki imajo osnovno znanje, ki jih pri svojem delu potrebujejo za opravljanje začetnih dolžnosti v vojaški organizaciji.

Fizično varovanje objektov opravlja oborožena enota ali skupina vojaških oseb. V določenih razmerah lahko stražarsko službo oziroma varovanje objektov opravlja tudi posameznik, če je postavljen na to dolžnost z ukazom pristojnega poveljnika oziroma dežurnega. Straža je spremenljive sestave in moči. Sestavljajo jo poveljnik straže, razvodnik straže, potrebno število vojakov stražarjev, rajonski stražarji, opazovalci in patrolje. Če je potrebno, so v straži tudi pomočnik poveljnika straže, kurirji, vodniki službenih psov in drugo moštvo.

1.6 Šport v Slovenski vojski

V današnjem času je vojska, lahko rečemo, ena redkih institucij v slovenskem prostoru, ki omogoča redno športno vadbo v delovnem času. Glavni namen športa v Slovenski vojski je doseganje telesne pripravljenosti. Je ena od vsebin in nalog, ki temelji na splošnih in specialnih ciljih.

»Pomen gibalnih sposobnosti posameznika in enot kot eden izmed elementov pripravljenosti za delovanje dobiva v strukturi usposabljanja vsake sodobne vojske čedalje večji pomen. Prehod SV v profesionalno vojsko in integracija SV v NATO sta prinesla višje standarde usposobljenosti na vseh področjih« (Direktiva za šport, 2009). Šport v Slovenski vojski pa je ne glede na temeljno zahtevo po telesni pripravljenosti zastavljen širše. Direktiva za šport zagotavlja podlago za načrtovanje in izvedbo športnih aktivnosti v Slovenski vojski.

Šport v Slovenski vojski sestavljajo naslednje oblike gibalnih aktivnosti:

- kondicijska vadba,
- športna vzgoja,
- športna rekreacija,
- športna tekmovanja.

Poleg tega vsebuje tudi vrhunski šport, mednarodno športno sodelovanje in razvoj športa v Slovenski vojski. Skozi vse te oblike aktivnosti gradimo vojake, vojaške kolektive in tudi športnike, ki zastopajo Slovensko vojsko na mednarodnih tekmovanjih, dvigujemo delovno storilnost in telesno pripravljenost ter skrbimo za boljše zdravje in počutje pripadnikov Slovenske vojske.

Ocenjevanje gibalnih sposobnosti je element vrednotenja uspešnosti programov usposabljanja, načrtovanja, organiziranja in izvedbe športnih aktivnosti v Slovenski vojski.

Z vidika zagotavljanja redne kondicijske vadbe v delovnem času lahko rečemo tudi, da vpliva na morfološke, gibalne in funkcionalne sposobnosti ter s tem tudi na kakovost življenja posameznika, s spodbujanjem k aktivnemu življenjskemu slogu.

Navkljub pomenu telesne pripravljenosti vojakov za opravljanje vojaške službe in načrtnemu zagotavljanju vadbe ter v zvezi s tem tudi zahtevam se marsikatero vojske sveta ukvarjajo s problematiko pripadnikov, ki niso redno športno dejavni, čeprav imajo športno vadbo v rednem delovnem času (Tkavc in Karpljuk, 2006).

Gibalne aktivnosti se delijo na:

- individualne (hoja, tek, skoki, meti, plazenja, lazenja, dviganja, nošenja, plezanja),
- skupinske (igre z žogo).

1.6.1 Kondicijska vadba – redna športna vadba

Redna športna vadba se mora načrtovati in izvajati za vse pripadnike vsak dan po eno uro v delovnem času. Vsakodnevna vadba mora biti strokovno vodena, nadzorovana in namenjena predvsem kondicijski vadbi.

Izvajajo se vsebine:

- hoja in različne oblike teka (kontinuirani tek, fartlek, tempo tek, stopnjevanja),
- kondicijski pohodi, katerih vsebina je dopolnjena z vsebinami vojaške topografije, orientacije,
- orientacijski tek in kolesarjenje,
- fitnes vadba in vaje za moč v različnih oblikah,
- premagovanje pehotnih ovir, met bombe v cilj, borilne veščine,
- različne vrste plezanja,
- igre z žogo in plavanje.

1.6.2 Športna vzgoja

Za športno vzgojo direktiva pravi, da je to organizirana oblika pouka za kandidate na temeljnem in osnovnem vojaškem usposabljanju. Za izvajanje športne vzgoje je potreben strokoven kader, ki se je usposobil na Fakulteti za šport (Direktiva za šport, 2009). Namen športne vzgoje v SV je tudi skrb za vsestranski pravilen psihomotorični razvoj pripadnikov (Jošt, 1994).

Vsebinske zasnove športne vzgoje v SV (povzeto po Jošt, 1994):

- spodbujati veselje in zanimanje za športno aktivnost s športnimi programi v prostem času,
- spodbujati tekmovalno dejavnost in preko nje vplivati na razvoj borbenosti, vztrajnosti in discipliniranosti,
- utrditi temeljna znanja s področja orientacije v naravi,
- naučiti se varno in zanesljivo plavati ter razviti nekatere spretnosti na področju vodnih aktivnosti,
- razviti visoke sposobnosti in spretnosti pri premagovanju naravnih in umetnih ovir,
- seznaniti vojake z vsebinami za razvoj psihomotoričnih sposobnosti v okviru kondicijske vadbe.

1.6.3 Šport za vse

Je vseevropsko gibanje, ki povezuje, spodbuja in združuje ljudi ob organizirani rekreaciji. Pomemben je za telesno in mentalno zdravje, za večjo delovno sposobnost, motiviranost in socializacijo. Ima pa tudi velik pomen za povezovanje Slovenske vojske s civilno družbo (Tkavc, 1999).

Vsebine:

- športni dnevi za pripadnike SV (kolektivne športne igre),
- sodelovanje na lokalnih in regionalnih športnih tekmovanjih civilne družbe,
- v času dnevov odprtih vrat vojašnic se izvajajo različne aktivnosti (tekmovanja, predstavitvev premagovanja ovir, borilnih veščin).

1.6.4. Športna tekmovanja Slovenske vojske

Tkavčeva pravi, da samo tekmovanje lahko deluje kot motivacijsko sredstvo za ukvarjanje s športom med vojaki (Tkavc, 1999).

Skozi zagnanost in napore na posamičnih in ekipnih tekmovanjih se razvija smisel za kolektivno delo in življenje, tekmovalni duh, volja in upornost ter prijateljstvo in moralne kvalitete tekmovalcev. Cilj športnih tekmovanj je tudi, da se vsem pripadnikom Slovenske vojske omogoči, da pokažejo svoje individualne in kolektivne športne zmožnosti (Jošt, 1994).

Vsebina športnih tekmovanj SV:

- Prvenstvo SV v veleslalomu in teku na smučeh, vojaški peterboj, streljanje s pištolo in puško, orientacijski tek, judo, triatlon itd.
- Tradicionalna tekmovanja, patroljni tek s smučmi na Pokljuki, vojaški maraton itd.
- Tekmovanja panožnih športnih zvez, ki se jih udeležujejo pripadniki Slovenske vojske (borilne veščine, plavanje, streljanje, plezanje itd.).

V to kategorijo spadajo še prvenstva Slovenske vojske, ki so tudi najvišja oblika tekmovanj, tradicionalna tekmovanja, ki se izvajajo že vrsto let, udeležujejo pa se jih tudi tekmovalci, ki niso pripadniki SV (Direktiva za šport, 2009).

1.6.5. Vrhunski šport v Slovenski vojski

To je oblika športa, ki v reprezentancah SV združuje tiste pripadnike, ki s svojimi rezultati dosegajo najvišje kriterije v posameznih športnih panogah. Reprezentance sestavljajo kategorizirani vrhunski športniki (kriterij določa Olimpijski komite Slovenije) in najboljši športniki Slovenske vojske. Reprezentance po posameznih športih vodijo vodje reprezentanc SV, delo pa koordinira vodja športnih reprezentanc Slovenske vojske. Danes je vodja športnih reprezentanc poročnik Miran Stanovnik, ki pa je tudi poveljnik Športne enote v SV. V tej enoti je sedaj zaposlenih okoli 60 vrhunskih športnikov in trenerjev, ki jim SV poleg zaposlitve in socialne varnosti v okviru predpisov in zmožnosti pomaga pri nakupu športne opreme, zagotavlja čim boljše materialne pogoje za izvedbo treningov in priprav, nudi pa jim tudi periodne in specialne zdravniške preglede. V okviru športnih reprezentanc Slovenska vojska športnikom omogoča tudi različne mednarodne izmenjave in izobraževanja. Po končani karieri ima športnik možnost zaposlitve v Slovenski vojski. Seveda pa imajo športniki in trenerji tudi obveznosti, ki jih določa Sporazum o zaposlovanju vrhunskih športnikov in trenerjev. Najmanj 15 dni morajo izvajati promocije SV po državi, najmanj 30 dni morajo sodelovati pri usposabljanju in organizaciji, najmanj 15 dni morajo tekmovati v okviru tekmovanj SV in najmanj 30 dni v koledarskem letu morajo tekmovati na vojaških, regionalnih, evropskih in svetovnih prvenstvih. Količinska razporeditev dela ter naloge športnikov in trenerjev se razlikujejo tudi glede na njihov status – če so v državnem in perspektivnem razredu, imajo službene obveznosti najmanj 90 dni v letu, v mednarodnem razredu najmanj 60 dni v letu in v svetovnem razredu najmanj 30 dni v letu (Direktiva za šport, 2009).

1.6.6. Mednarodno športno tekmovanje

Največje športno vojaško tekmovanje so svetovne vojaške igre, ki jih vsaka štiri leta pripravi ena izmed članic Mednarodne organizacije za vojaški šport. Organizirajo se pod okriljem Sveta za mednarodni vojaški šport (CISM), ki združuje 127 držav z vsega sveta na področju vojaškega športa. Prijateljstvo skozi šport je temeljno vodilo vojaškega športa in osrednje geslo Mednarodne organizacije za vojaški šport. Države ustanoviteljice so Belgija, Danska, Francija, Nizozemska in Luksemburg, ki so leta 1948 šport prepoznale kot dejavnik povezovanja vojsk po drugi svetovni vojni. Slovenija je polnopravna članica CISM že od leta 1992. Prve svetovne vojaške igre so bile leta 1995 v Rimu, kjer so športniki SV osvojili dve kolajni, leta 1999 v Zagrebu 14 kolajn, 2003 v Catanii 6 kolajn, na zadnjih vojaških igrah v Indiji 2007 pa so športniki SV osvojili 9 kolajn, od tega kar 4 zlate. Tako so svetovni vojaški prvaki postali Primož Kozmus, Miro Vodovnik, Brigita Langerholc in Lucija Palander (Jarm, 2007; http://www.cfpsa.com/en/psp/cism/history_e.asp).

Mednarodna vojaška športna tekmovanja sestavljajo naslednje discipline: aeronavtični peterboj, vojaški in mornariški peterboj, padalstvo in strelstvo. Individualni športi so: atletika, kros, kolesarstvo, konjeništvu, plavanje, orientacija, moderni peterboj, smučanje (nordijsko in alpsko), golf, jadrnanje in triatlon. Borilni športi so: boks, sabljanje, judo in rokoborba. Na svetovnih vojaških igrah se merijo tudi v ekipnih športih – v košarki, nogometu, rokometu in odbojki (Srnđelj, 2004).

Slovenski vojaki in vojakinje dosegajo lepe uspehe tudi na olimpijskih igrah. Rajmond Debevc, ki je dolgoletni član športne enote, je v Sydneyju leta 2000 osvojil zlato medaljo, Urška Žolnir pa je v Atenah leta 2004 osvojila bronasto olimpijsko medaljo. Seveda pa so lepe uspehe dosegli tudi mnogi drugi in lahko rečemo, da športniki Slovenske vojske dvigujejo ugled naše države in tudi naše vojske po svetu.

1.6.7. Preverjanje telesne pripravljenosti v Slovenski vojski

Narava dela v vojaški organizaciji vključuje visoko odgovornost, vključno z odločanjem o človeških življenjih. Iz tega razloga je tako postopek selekcije kandidatov za opravljanje vojaškega poklica kot tudi redno spremljanje telesne pripravljenosti pripadnika izrednega pomena (Karpļjuk, Meško, Videmšek in Tkavc, 2010b).

Osnovni namen preverjanja gibalnih sposobnosti v Slovenski vojski pa je zagotovitev sistematičnega vpogleda v telesno pripravljenost pripadnikov, razporejenih na vojaške dolžnosti in predstavlja osnovo za načrtovanje in izvajanje športnih dejavnosti v ministrstvu (Navodilo, 2007).

Preverjanje in ocenjevanje gibalnih sposobnosti posameznika in enot Slovenske vojske sta sestavni del usposabljanja in omogoča vpogled v telesno pripravljenost, hkrati pa lahko z njim ocenimo sposobnosti, ki jih vojaške osebe potrebujejo za uspešno in učinkovito opravljanje nalog. Preverjanje in ocenjevanje gibalnih sposobnosti omogoča tudi ustrezen razvoj in oblikovanje programov športnih dejavnosti.

Redno preverjanje gibalnih sposobnosti poteka skozi vse leto, razen pozimi. Vsaj enkrat na leto se ga morajo udeležiti vsi pripadniki, razporejeni na vojaške dolžnosti in pripadniki pogodbene rezerve. Izredna preverjanja, s katerim se ugotavlja stanje gibalne usposobljenosti

zaradi napotitve na šolanje, opravljanja dodatnih izrednih nalog, usposobljenosti enot ali posameznika, napredovanja in službene ocene, potekajo skozi vse leto.

Ocena iz preverjanja gibalnih sposobnosti je poleg strelske, splošno vojaške usposobljenosti in drugih ocen sestavni del službene ocene posameznika. Pravila službe v Slovenski vojski (2009) opredeljujejo službeno ocenjevanje, ki vpliva na povišanje in napredovanje, je podlaga za dajanje predlogov za priznanja, razporejanja na druga zahtevnejše dolžnosti ter določanje kandidatov za vključevanje v programe vojaško-strokovnega izobraževanja. Službena ocena in s tem tudi gibalna pripravljenost vplivata na kariero posameznika.

1.6.8. Baterija motoričnih testov v Slovenski vojski

Z Navodilom za preverjanje in ocenjevanje gibalnih sposobnosti zaposlenih v Ministrstvu za obrambo, razporejenih na vojaške dolžnosti in kandidatov za pogodbenega pripadnika rezervne sestave SV in kandidatov za pripadnika Slovenske vojske (2007) so določeni enotni postopki in kriteriji za preverjanje ter ocenjevanje gibalnih sposobnosti.

Slovenska vojska je baterijo temeljnih motoričnih testov (sklece, dvigovanje trupa, tek na 3200 metrov) in enega alternativnega (hoja na 3800 metrov) povzela po ameriški vojski. Enaki testi in kriteriji za gibalne sposobnosti veljajo za vse zaposlene na Ministrstvu za obrambo, razporejena na vojaško dolžnosti, ne glede na položaj, čin ali delovno mesto. Tako glede na status v vojski ni razlik v kriterijih, saj so ti enaki za vojake, podčastnike in častnike. Prav tako ni razlik med posameznimi službami ali rodovi. Norme se v zahtevnosti razlikujejo le po spolu in starosti.

MOTORIČNI TESTI

- sklece,
- dvigovanje trupa,
- tek na 3200 metrov,
- hoja na 3800 metrov.

Rezultat posameznih testov so ovrednoteni s točkovno lestvico. Govorimo lahko o standardizaciji motoričnih nalog (Šturm in Strojnik, 1994) tako z vidika točno določenih postopkov za izvedbo posameznih motoričnih nalog kot z vidika standardizacije rezultatov s pretvorbo v točke, ki dajejo oceno gibalne sposobnosti.

Rezultate se preračuna v točke:

- Izurjen, če je pripadnik dosegel 250 točk v vseh treh testih in pri nobenem testu manj kot 50 točk.
- Usposobljen, če je posameznik dosegel 180 točk v vseh treh testih in pri nobenem manj kot 50 točk.
- Delno usposobljen, če je dosegel 150 točk v vseh treh testih in pri nobenem manj kot 50 točk.
- Neusposobljen, če je dosegel manj kot 150 točk v vseh treh testih, ali če je v enem testu dosegel manj kot 50 točk.

(Povzeto po Navodilo za preverjanje in ocenjevanje gibalnih sposobnosti zaposlenih v MORS 2002)

1.7. Tradicionalna tekmovanja za uslužbence SV

Neodvisno od mednarodnih vojaških iger potekajo znotraj SV tudi tradicionalna tekmovanja prvenstva SV, prvenstva enot in športne priprave na tekmovanja. Teh se lahko udeležujejo samo pripadniki SV. Prvenstva SV predstavljajo najvišjo raven tekmovanja v SV in so selektivna – za uvrstitev pripadnikov v stalne sestave, v ekipe za mednarodna tekmovanja. Za udeležbo na teh prvenstvih se na enotah nižje ravni izvedejo predtekmovanja za izbor in sestavo ekip.

Tradicionalna tekmovanja so organizirana z namenom privabiti čim večje število pripadnikov SV. Organizirajo se Partizanske smučine na Cerknem, Memorialni tek Boštjana Kekca, Brajnikov memorial, Tek v Evropo, Tekmovanja v spomin na Dražgoško bitko – po stezah partizanske Jelovice, Pohorske smučine idr.

Odmevno tekmovanje predstavlja vsakoletni tradicionalni maraton Celje – Logarska dolina, na katerem se udeleženci pomerijo v teku na 75 ali 42 km. Organizira ga društvo maratoncev in pohodnikov iz Celja in velja za evropski pokal ultramaratoncev. Društvo hkrati z 38. VTP iz Celja pripravi tudi vojaški maraton Military. Slovenska vojska kot soorganizator prireditve od leta 1991 poskrbi za tabor na cilju v Logarski dolini, hrano in prhanje za udeležence maratona, sanitetno oskrbo ter varnost ob progi in na cilju. Na vojaškem maratonu je npr. leta 2004 na cilj priteklo kar 405 pripadnikov Slovenske vojske, zaposlenih v upravnem delu MO, njihovih družinskih članov in članov Zveze slovenskih častnikov (ZSČ) ter veteranskih društev, ki so tekmovali na 75, 40 in 15 kilometrskih dolgih progah (*Grmek 2004b:29*).

Večina vojaških tekmovanj ima omejitve udeležbe za civilne tekmovalce. Na tekmovanjih imajo pravico nastopa tako pripadniki GŠSV, poveljstev, zavodov in enot SV, zaposleni v upravah, službah in drugih organih MO, člani organizacij in društev, kot so ZČS, ZVVS, Sever in podobni, družinski člani zaposlenih na MO in v SV ter upokojenci MO.

Najštevilčnejše tekmovanje, na katerem nastopajo samo pripadniki SV, je Tradicionalno prvenstvo SV v športu. Takrat se v različnih disciplinah med seboj pomeri tudi več kot 500 pripadnikov SV. Tekmujejo v vojaškem peteroboju, judu, streljanju s puško in pištolo, v malem nogometu, odbojki, košarki, orientacijskem teku in lokostrelstvu ter triatlonu. V okviru CISM se jim pri določenih disciplinah vsako leto pridruži še nekaj ekip iz tujine (*Pišlar 2005a: 20–21*).

Tekmovanja so motivacija za delo pripadnikov, spodbujajo tekmovalnost med enotami znotraj vojašnice in posledično v celotni SV, krepijo pa tudi medsebojno tovarištvo. Znotraj vojaške organizacije se navadno organizirajo tekmovanja v vojaških veščinah, kot so streljanje, lokostrelstvo, orientacija, patroljni teki, smučanje in vojaški mnogoboj. Velikokrat se s strani vojakov in nadrejenih predlagajo tudi igre z žogo – košarka, odbojka in rokomet.

V teh športih se organizirajo tudi tekmovanja v sodelovanju s civilnim okoljem, tekmuje npr. ekipa kakšne vojašnice in ekipa lokalne osnovne ali srednje šole, lokalnih veljakov ali podjetnikov. Tako pride do stika med civilnim in vojaškim okoljem.

1.8. Skupne naloge (GŠSV, ZOC, CVŠ, 1. BR, 72. BR, LOGBR, 15. PVL, ESD, 430. MOD in OE pod GŠSV)

- Za vojaške osebe načrtujte kondicijsko vadbo v okviru usposabljanja, in sicer vsak dan v trajanju do 60 minut. Načrtujte do 5 ur kondicijske vadbe tedensko, načeloma vsak dan v trajanju do 60 minut. Za izvedbo naloge je odgovoren vsak vodja svoje OE. Čas, kraj in načini izvedbe opredelite v SOP za področje športa.
- Pohode izvajajte v bojni uniformi na razdaljah od 10 do 15 km. Načrtujte štiri pohode letno, od tega enega z višinsko razliko vzpona najmanj 600 m in enega v zimskih pogojih. Čas, kraj in način izvedbe opredelite z ukazi in načrti. 6/8
- Letno načrtujte in izvedite dva športna dneva, in sicer enega z zimskimi in drugega z letnimi športnimi vsebinami. Športne dneve izvajajte v športni opremi. Čas, kraj in način izvedbe opredelite z ukazi in načrti.
- Z mesečnim načrtom usposabljanja načrtujte dodatne vsebine kondicijske vadbe, ki podpirajo usposobljenost glede na seznam bistvenih nalog.
- Načrtujte udeležbo na tekmovanjih SV kot tudi na tekmovanjih, ki jih organizirajo lokalne in regionalne skupnosti oziroma športne organizacije in društva.
- Zagotovite načrtno, organizirano, varno in strokovno izvajanje športnih aktivnosti.
- Uporabljajte vse oblike vojaškega športa za promoviranje SV v Sloveniji in v tujini. Enote v programe "dnevi odprtih vrat" enot in vojašnic vključite tudi športne vsebine.

1.9. Vojaška disciplina

O uspešnosti oboroženih sil kljub visoko razviti tehnologiji še vedno odloča človek. Pri vodenju ljudi si moramo pridobiti zaupanje, njihove zmožnosti so določene na podlagi izurjenosti, poguma, hrabrosti, discipline, samostojnosti, značajskih, duševnih in telesnih zmožnosti ter morale. Zavedanje, da vojaška disciplina predstavlja pogoj, ki omogoča preživetje posameznika in vojaških enot, je zadosten vzrok, da se vojaška disciplina pravilno razume. Tako podrejeni kot nadrejeni morajo biti vojaško disciplinirani. Ustrezna vojaška disciplina temelji na pozitivnem odnosu in ne na podlagi groženj ter kaznovanja in represije. Zahtevati vojaško disciplino na bojišču, je prepozno, disciplino je potrebno privzgojiti v procesih izobraževanja in usposabljanja ter pri tem upoštevati svojevrstno vojaško okolje, ki vsebuje drugačne sestavne dele, kot so organizacijska struktura, naloge, tehnologija, osebe in voditeljstvo (Leadership, 1991, str. 1–6).

Disciplina je temeljna predpostavka za sodelovanje in skupinsko življenje posamezne vojaške enote ter vpliva na medsebojne odnose v enoti. Odraža se v poslušnosti, ki omogoča enoti na podlagi enotne volje hitre odzive in dejanja. Disciplina je del samoobvladovanja (nadzora nad seboj) in pomaga vojakom pod obremenitvijo (pritiski) ter v nevarnosti zanesljivo izpolniti zahtevane naloge. Ne zadostna vojaška disciplina lahko ogroža človeška življenja in postavi pod vprašaj izpolnitev naloge ter zahteva od predpostavljenih ostre posege. Poveljujoči, ki pričakuje v vojaškem spopadu disciplino, jo mora pri vsakodnevnem delu vedno znova zahtevati in jo tudi sam spoštovati.

V vojaških organizacijah ima vojaška disciplina poseben pomen, ki izhaja iz hierarhične urejenosti, sistema vodenja in poveljevanja ob upoštevanju vojaških vrednot ter predpisov. Z ustrezno vojaško disciplino se vzpostavi v enoti urejen sistem sporazumevanja, določijo se meje dopustnega in nedopustnega vedenja, oblikujeta se delovna klima ter morala za

izpolnjevanje nalog. Tako se zagotovijo zadovoljstvo v skupini, predvsem pa varnost in popolnost opravljanja nalog, saj malomarno opravljanje nalog in nespoštovanje ukazov ter predpisov in navodil v vojski odločata o življenju in smrti.

2. CILJI

Področje raziskovanja, ki ga proučujemo v tej diplomski nalogi, je šport in športna rekreacija v 10. pehotnem polku. Zanima nas, koliko časa imajo na voljo pripadniki 10. pehotnega polka za šport, v kakšni obliki poteka, kašen vpliv ima vadba na končno oceno pri preverjanju gibalnih sposobnosti. Ugotavljali smo priljubljenost športov med anketiranci in preverili ali imajo anketiranci željo po tekmovalnem udejstvovanju. V vojski je zelo poudarjena hierarhija odnosov, vsak natančno ve, kdo je njegov nadrejeni in kdo njegov podrejeni. Zato nas je tudi zanimalo, ali je prisotna hierarhija med športno vadbo.

- Ugotoviti, ali se posamezne skupine anketirancev več časa ukvarjajo s športom in športno rekreacijo med delovnim časom ali med prostim časom.
- Ugotoviti, kateri šport je najbolj priljubljen med posameznimi skupinami anketirancev med delovnim časom.
- Ugotoviti, zadovoljstvo posameznih skupin anketirancev s kakovostjo in obsegom športnih aktivnosti v SV.
- Ugotoviti, kolikokrat v zadnjem letu so se anketiranci udeležili raznih športnih tekmovanj in kaj za anketirance pomeni udeležba na množičnih rekreativnih prireditvah.
- Ugotoviti, kakšni odnosi vladajo med posameznimi skupinami preko kolektivnih športnih aktivnosti.
- Ugotoviti, kako obseg športne vadbe in način izvedbe vplivata na končno oceno pri preverjanju gibalnih sposobnosti.
- Ugotoviti, kako stopnja izobrazbe vpliva na ozaveščanje zdravega načina življenja in s tem ukvarjanje s športom v prostem času.
- Ugotoviti, ali obstaja v delovnem času tudi kakšna druga telesna aktivnost, če šport odmislimo.

3. METODE DE LA

3.1 Vzorec

V raziskavo je bilo vključenih 55 pripadnikov stalne sestave Slovenske vojske. Anketo je izpolnilo 20 vojakov, 20 podčastnikov in 15 častnikov. Od tega so bile 3 podčastnice in 5 častnic. Vsi anketiranci so bili v času izpolnjevanja ankete pripadniki 10. pehotnega polka.

3.2 Pripomočki

Uporabljen je bil anketni vprašalnik. Vprašalnik je zajemal 32 vprašanj in je bil anonimen. Vprašanja so bila odprtega tipa, pri katerih so anketiranci poskušali odgovore formulirati čim bolj natančno in odkrito, in tudi zaprtega tipa, pri katerih so obkrožili ustrezen odgovor. Štiri vprašanja so sestavljena s številčno lestvico od 1 do 10, tri vprašanja pa s številčno lestvico od 1 do 5. Na lestvici od 1 do 5 so anketiranci obkrožili številko, ki je najbolj ustrezala njihovi osebni izkušnji. 1 – sploh se ne strinjam; 5 – popolnoma se strinjam. Anketni vprašalniki so bili dani poveljniku čete, ki jih je nato razdelil med vojake, podčastnike in častnike.

Rezultati, ki sem jih pridobila iz ankete, so zaupni. Ankete sem lahko izvedla na podlagi prošnje, ki so mi jo odobrili na Ministrstvu za obrambo v oddelku Poveljstvo za doktrino, razvoj, izobraževanje in usposabljanje in jih lahko uporabim le za izdelavo diplomske naloge.

3.3 Postopek

Podatke sem pridobila s pomočjo anketnih vprašalnikov, ki so bili opisani v poglavju pripomočki. Dobljeni podatki so bili šifrirani, vneseni in zbrani v programu Microsoft Excel ter obdelani z računalniškim programom SPSS. Uporabljena je bila deskriptivna statistika in primerjalna analiza, s katerim se je preverila povezanost med proučevanimi spremenljivkami. V veliko pomoč in bolj jasno predstavitev je bilo opazovanje z neposredno udeležbo. V nadaljevanju so rezultati prikazani v grafih.

4. REZULTATI

Anketirani vzorec predstavlja cca 0,8 % pripadnikov stalne sestave SV. Vseh pripadnikov stalne sestave, ki so zaposleni v SV, je $n=7264$. Sicer je tak delež v družboslovju še reprezentativen, vendar ker je numerus vzorca $n=55$ sam po sebi majhen, velja opozoriti, da je potrebno biti previden pri posploševanju rezultatov vzorca na populacijo.



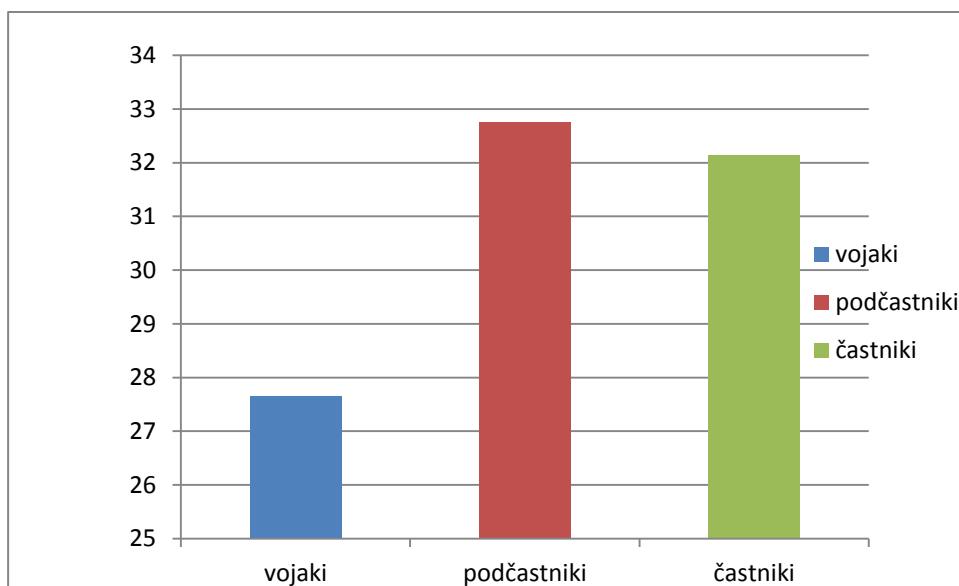
Slika 2

Slika 3

Slika 4

Slika 2, 3 in 4: Spol anketirancev

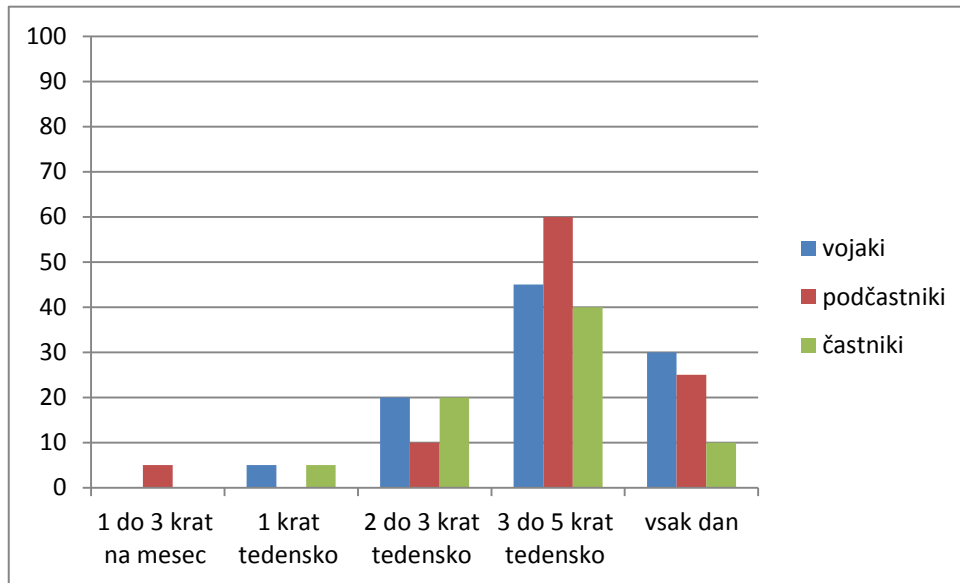
V anketi je sodelovalo 20 vojakov moškega spola, 17 podčastnikov (85 %) in 3 podčastnice (15 %), 10 častnikov (66%) in 5 častnic (34 %). V Slovenski vojski je zaposlenih cca 15 % žensk, v poveljstvih in logističnih bataljonih je odstotek nekoliko višji. Anketa je bila narejena v pehotni četi, zato je odstotek vseh anketiranih žensk nekoliko manjši (14 %).



Slika 5: Starost anketirancev

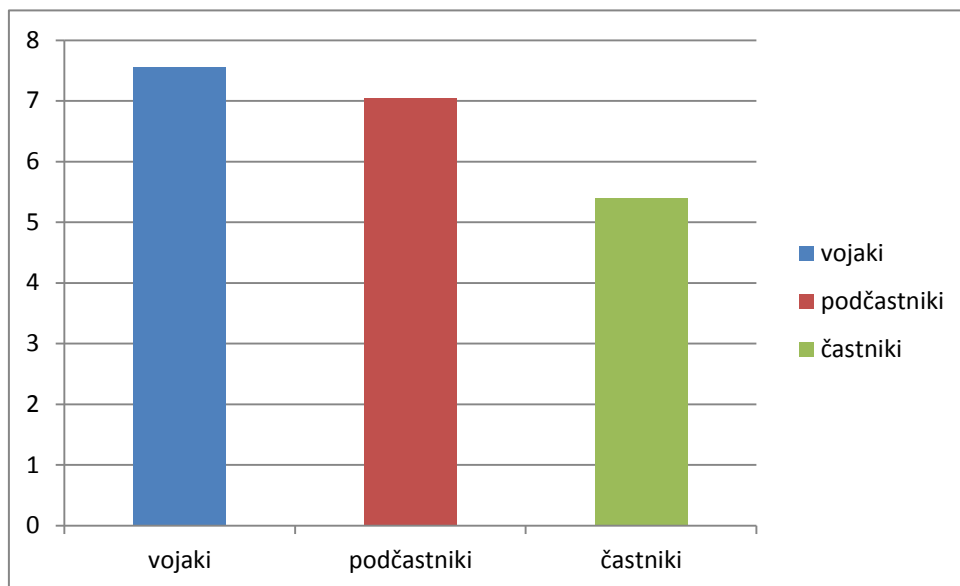
Slika 5 prikazuje povprečno starost anketirancev. Povprečna starost anketiranih vojakov je 27,5 let, podčastnikov 32,5 let, častnikov pa 32 let. S Slike 5 vidimo, da imajo vojaki najnižjo povprečno starost. Dobljeni rezultati so posledica starostne omejitve pri zaposlovanju vojakov.

4.1 Pogostost ukvarjanja s športom



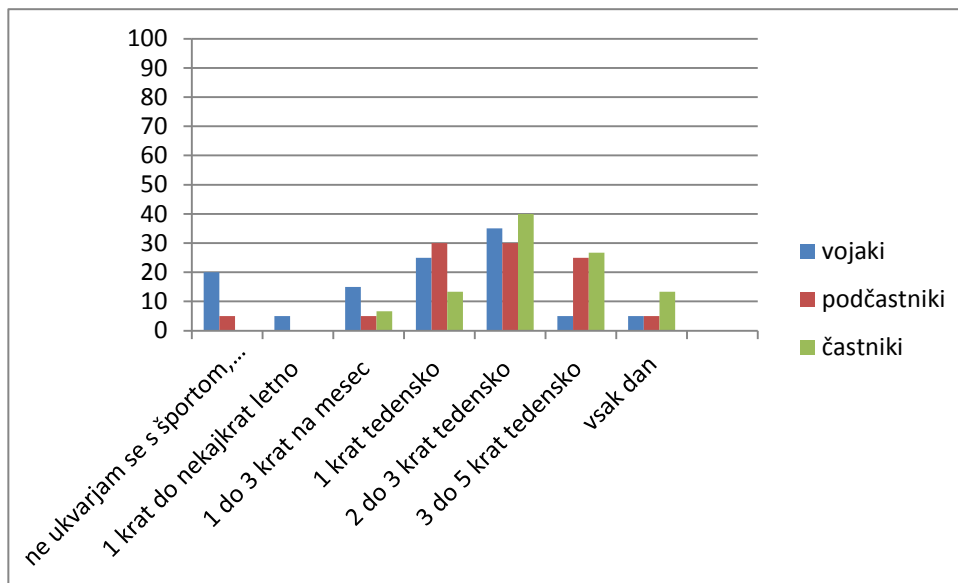
Slika 6: Pogostost ukvarjanja s športom med delovnim časom

S Slike 6 je razvidno, da se kar 60 % podčastnikov ukvarja s športno vadbo med delovnim časom 3 do 5-krat na teden, 45 % vojakov in 40 % častnikov.



Slika 7: Število ur vadbe v delovnem času glede na posamezno skupino anketirancev

Največ časa za izvajanje športne vadbe je namenjeno vojakom. Povprečno se vsak vojak na teden v delovnem času ukvarja 7,5 ure, podčastnik 7,05 ure na teden, častnik pa 5,4 ure na teden. S Slike 6 vidimo, da se največkrat na teden ukvarjajo podčastniki. In sicer večkrat kot vojaki, čeprav je največ časa za izvajanje športne vadbe namenjeno vojakom.

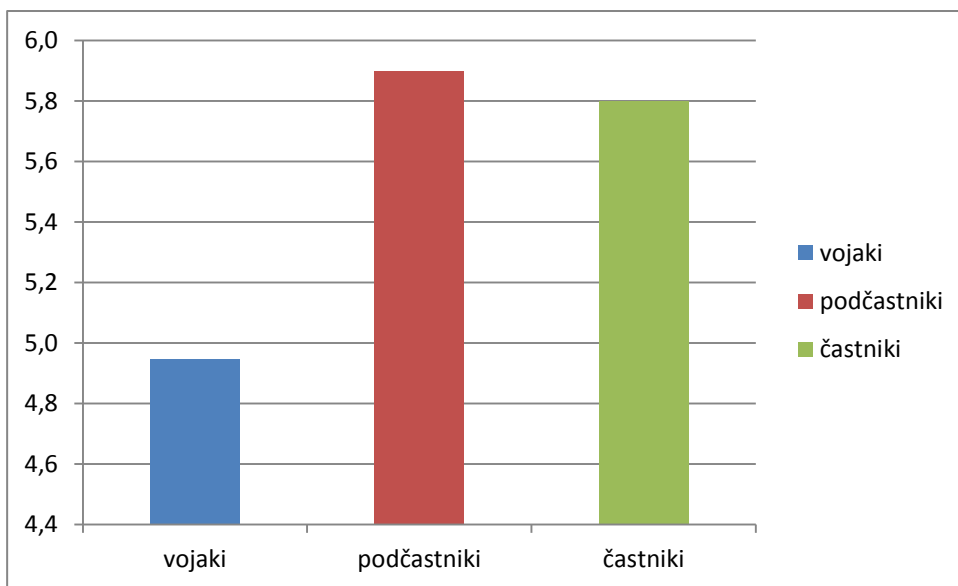


Slika 8: Pogostost ukvarjanja s športom v prostem času

Med anketiranci, ki se vsak dan ukvarjajo s športno vadbo v prostem času, je 13,3 % častnikov in le 5% podčastnikov in vojakov.

Največ anketirancev se ukvarja s športno vadbo v prostem času 2 do 3-krat na teden, in sicer 40 % častnikov, 35 % vojakov in 30 % podčastnikov. Častniki so zaradi narave dela prikrajšani za športno vadbo med delovnim časom, zato morajo, da ugodijo standardom motorični in fizični pripravljenost, poskrbeti za športno vadbo v prostem času.

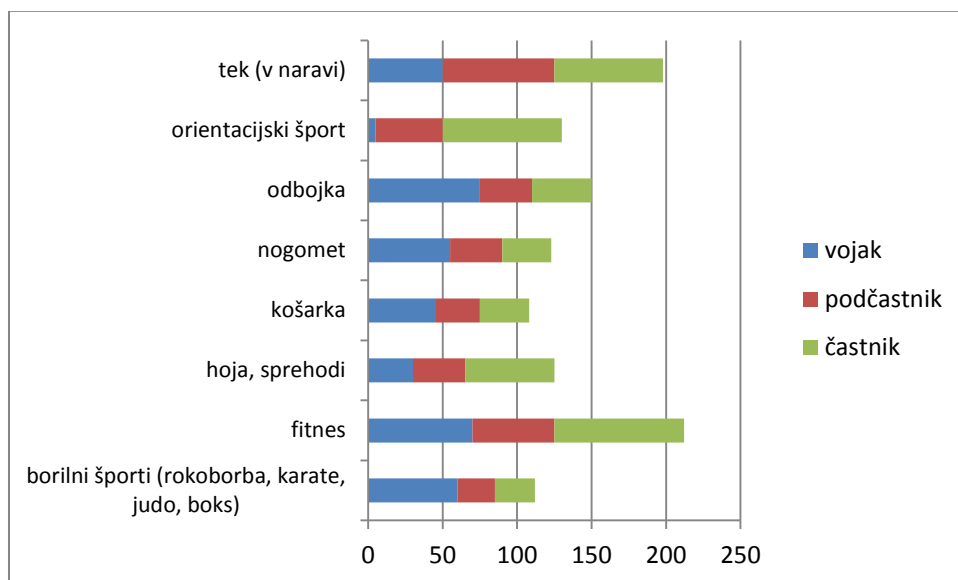
Med anketiranci, ki se s športno vadbo v prostem času ne ukvarjajo, je največ vojakov 20 % in 5 % podčastnikov. Slika 5 nam pokaže, da je največ časa za izvajanje športne vadbe med delovnim časom namenjeno vojakom. Kar pove tudi dokaj velik odstotek vojakov, ki se s športno vadbo v prostem času ne ukvarjajo.



Slika 9: Število ur vadbe v prostem času glede na posamezno skupino anketirancev

Največ se v prostem času s športno vadbo ukvarjajo podčastniki (6 ur), sledijo častniki (5,5 ure) in vojaki (5 ur). Na splošno velja v Slovenski vojski, da so najboljše fizično pripravljene podčastniki. Saj so podčastniki tisti, ki vodijo vojake pri vseh aktivnostih, ki se dogajajo med delovnim časom (tako na terenu kot v učilnici).

4.2 Priljubljenost športov glede na skupino anketirancev



Slika 10: Priljubljenost športov glede na skupino anketirancev odkar so zaposleni v SV

S Slike 10 je razvidno, da je največ udeležbe med anketiranci pri vadbi v fitnesu. Temu rezultatu lahko pripisujemo novo športno infrastrukturo, ki je na voljo anketirancem med delovnim časom. Sledi tek v naravi. Kar 75 % podčastnikov, 73 % častnikov in 50 % vojakov, ki so sodelovali pri anketi, teče v naravi. Poglavitni razlog je v mesečnem načrtu dela, v

katerem je določeno, katera vrsta jutranje vadbe se bo izvajala. To pa je v toplih mesecih najpogosteje tek. Na mesečnem načrtu dela je samo en dan na teden določen za igre z žogo. Zato je tudi s Slike 10 razvidna manjša udeležba anketirancev. Vseeno pa vidimo, da je največja udeležba med športi z žogo pri odbojki. Odbojki sledi nogomet in košarka.

Odbojko najraje igrajo vojaki (75 %), podčastniki pa imajo najraje tek v naravi (75 %), 87 % častnikov pa ima najraje vadbo v fitnessu.

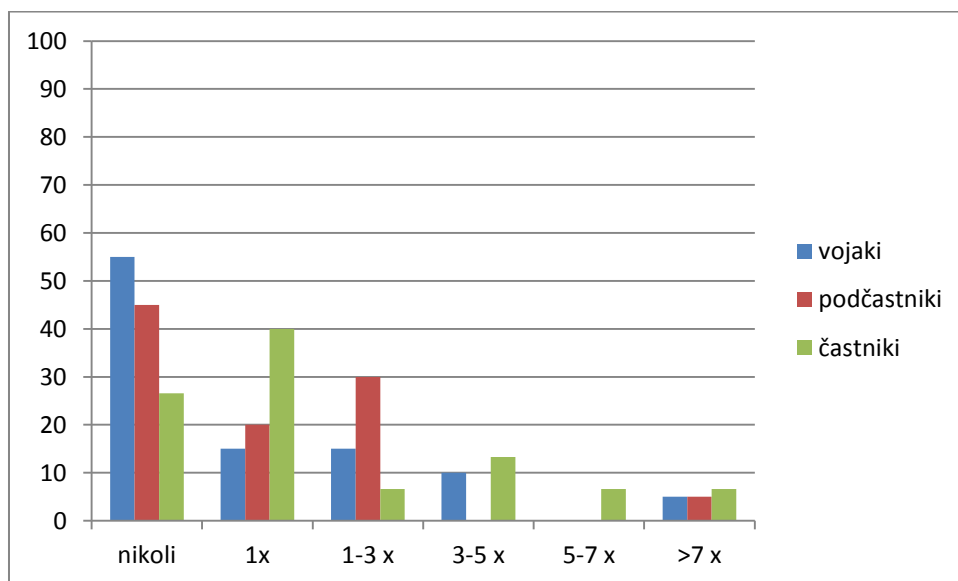
4.3 Zadovoljstvo anketirancev s kakovostjo in obsegom športnih aktivnosti v SV



Slika 11: Zadovoljstvo skupin anketirancev s kakovostjo in obsegom športnih aktivnosti v SV

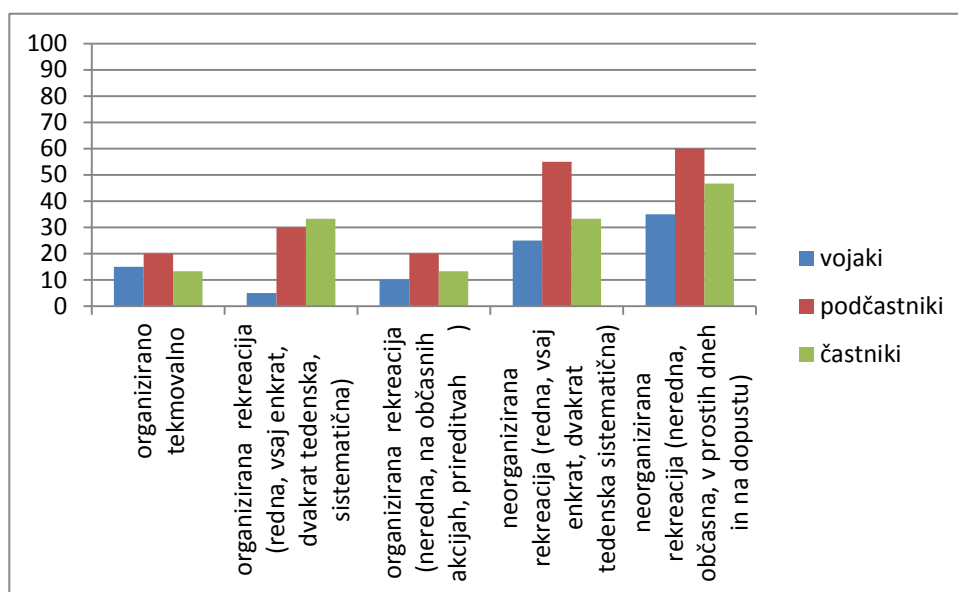
Na Sliki 11 so prikazane povprečne vrednosti zadovoljstva s kakovostjo in obsegom športnih aktivnosti v SV. Najbolj zadovoljni s kakovostjo in obsegom športnih aktivnosti v SV so podčastniki. Vzrok temu rezultatu vidimo tudi na Sliki 6, ki nam pokaže, da se 60 % podčastnikov ukvarja s športno vadbo 3 do 5-krat na teden in Sliki 24, kjer so podčastniki dosegli najvišjo povprečno vrednost na vprašanje »Koliko je za vas v vašem življenju pomembna vaša športna aktivnost?«. Sklepamo lahko, da ker je podčastnikom zelo pomembna športna aktivnost v življenju, se tudi velikokrat udeležijo športne vadbe in zato bolje poznajo organizacijo športnih aktivnosti. Sledijo častniki in vojaki.

4.4 Udeležba anketirancev na športnih tekmovanjih



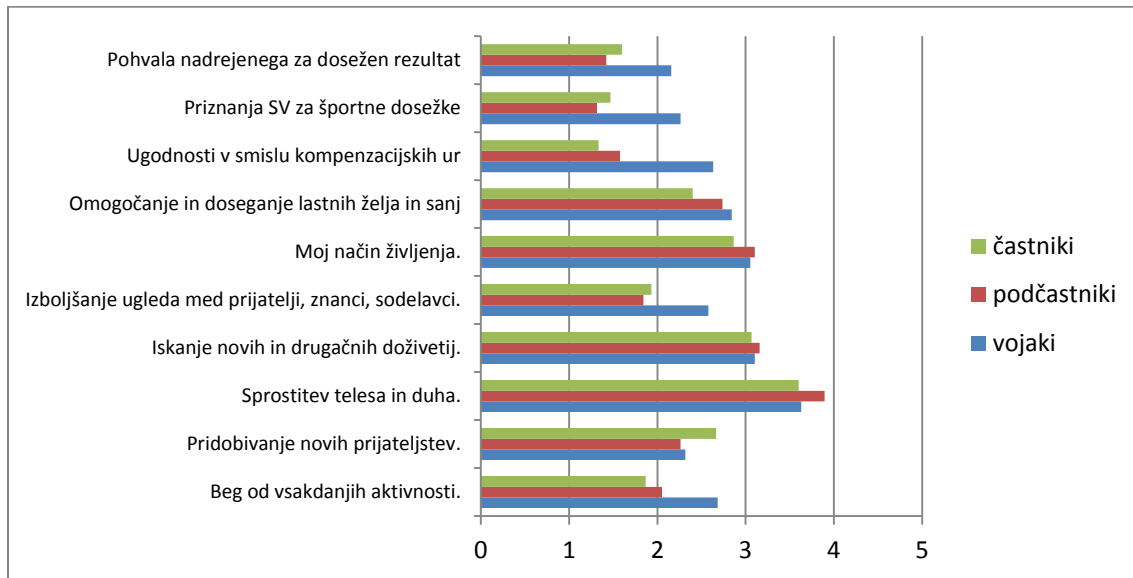
Slika 12: Število udeležbe tekmovanj v zadnjem letu

Na Sliki 12 vidimo, da se največ anketirancev nikoli ne udeležuje raznih tekmovanj. Največ je vojakov (55 %), sledijo podčastniki (45 %) in častniki (26 %). 1-krat se je v zadnjem letu udeležilo raznih tekmovanj 40 % častnikov, 20 % podčastnikov in 15 % vojakov. 1 do 3-krat se je v zadnjem letu udeležilo raznih tekmovanj 30 % podčastnikov, 15 % vojakov in 6 % častnikov. Več kot 7-krat so se v zadnjem letu udeležili raznih tekmovanj trije anketiranci. 1 častnik, 1 podčastnik in 1 vojak. Ti trije anketiranci se tudi v prostem času udeležujejo tekmovanj. S Slike 13 je razvidno, na kakšen način se anketiranci ukvarjajo s športno vadbo v prostem času. Zato lahko za te tri anketirance vidimo, da se v prostem času udeležujejo organizirane športne vadbe.



Slika 13: Prikazuje, na kakšen način se anketiranci ukvarjajo s športno vadbo v prostem času. Ali je tekmovalno-rekreativno ali redno-občasno

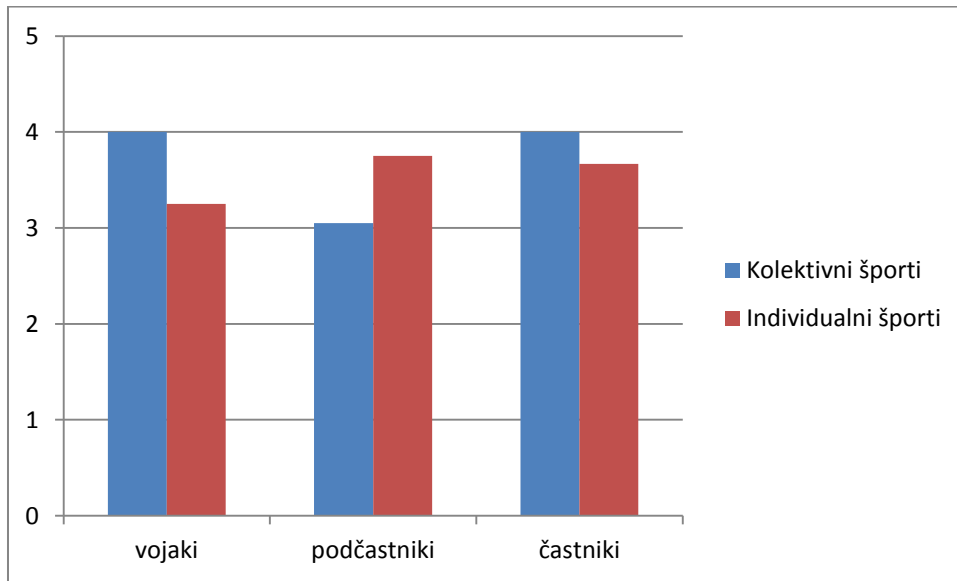
Na Sliki 13 lahko vidimo na kakšen način poteka športna vadba v prostem času. Največji odstotek anketirancev se udeležuje neorganizirane rekreacije (neredna, občasna, v prostih dneh in na dopustu). Kar 60 % podčastnikov, 46,7 % častnikov in 35 % vojakov se udeležuje neredne rekreacije. V prostem času so najbolj aktivni podčastniki, to vidimo tudi v stolpcu neorganizirane rekreacije (redna, vsaj enkrat dvakrat tedenska, sistematična). Kar 55 % podčastnikov se udeležuje neorganizirane rekreacije, najmanj pa vojaki (25 %). Iz grafa pa lahko vidimo, da se 20 % podčastnikov, 15 % vojakov in 13,3 % častnikov udeležuje športnih tekmovanj.



Slika 14: Pomen množično rekreativnih prireditvev za anketirance

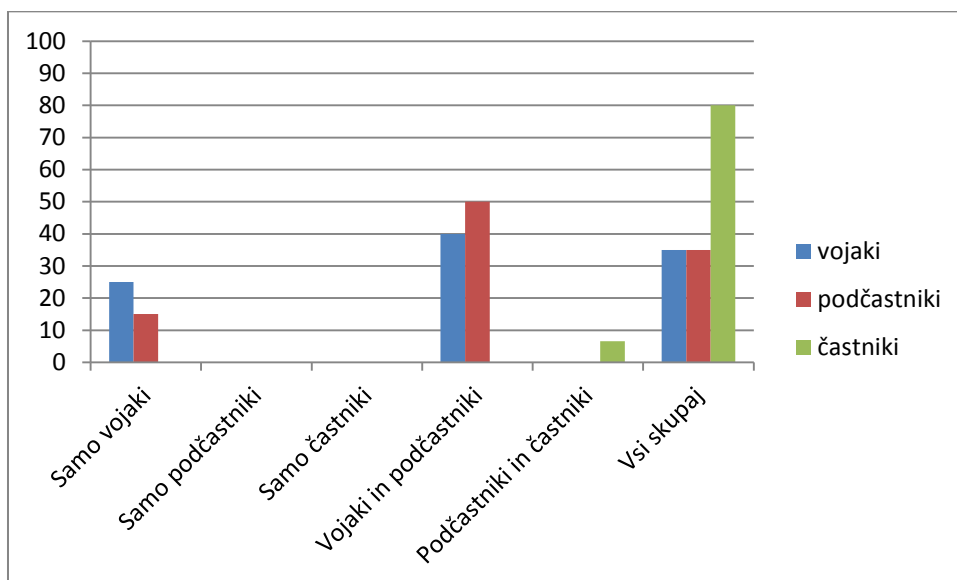
Slika 14 prikazuje pomen množično rekreativnih prireditvah za anketirance. Anketiranci, ki so pomen ocenjevali z oceno od 1 do 5, so največji pomen pripisali »Sprostitev telesa in duha«. Srednjo oceno 3 sta dobili trditvi »Iskanje novih in drugačnih doživetij« in »Moj način življenja«. Pri teh trditvah je le malo odstopanja v srednjih ocenah med skupinami. Nepomembno pa se anketiranim častnikom in podčastnikom zdijo trditve »Pohvala nadrejenega za dosežen rezultat«, »Priznanje SV za športne dosežke«, »Ugodnosti v smislu kompenzacijskih ur«. Prav pri teh treh trditvah pa vojaki močno izstopajo iz povprečja v primerjavi s častniki in podčastniki.

4.5 Odnosi med skupinami pri kolektivnem športu



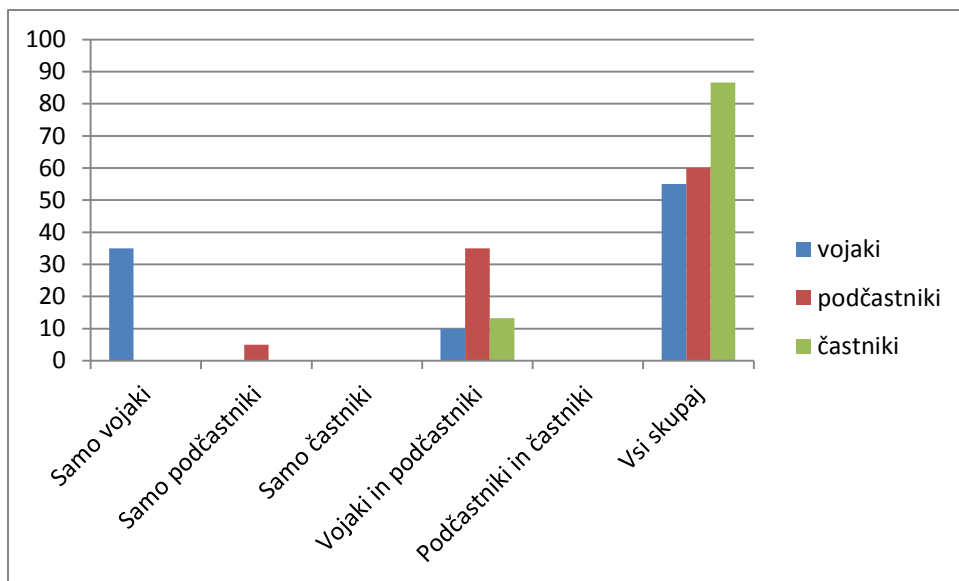
Slika 15: Prikazuje, katere dejavnosti bi se anketiranci v prihodnje radi udeleževali

Slika 15 prikazuje želje anketirancev po bodočih športnih udeležbah. Vojaki in častniki imajo enako željo po ukvarjanju s kolektivnimi športi. Obe skupini bi se raje udeleževali kolektivnih športov kot individualnih. Podčastniki pa bi se raje udeleževali individualnih športov.



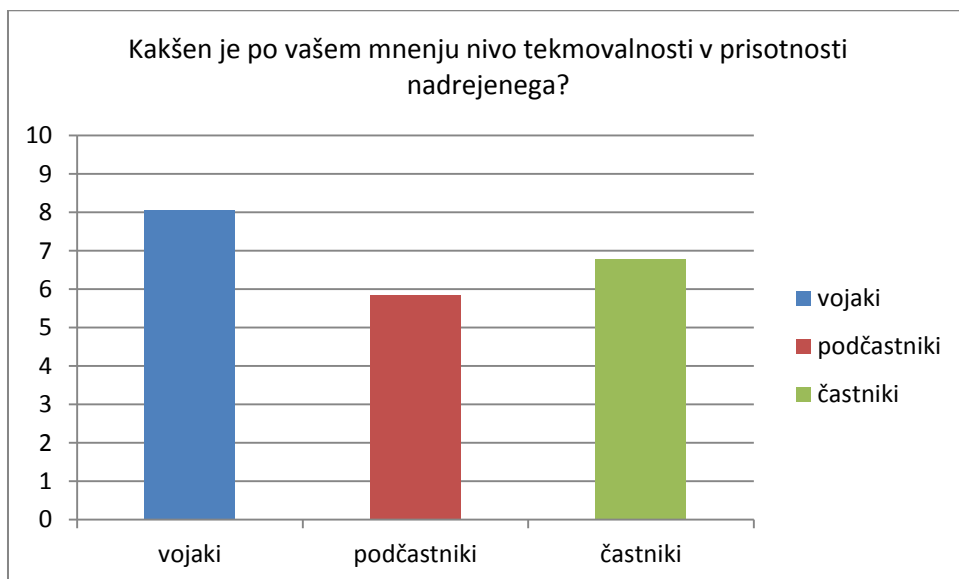
Slika 16: Udeležba pri kolektivnih športih glede na skupino anketirancev

Na Sliki 16 je prikazano, kdo od posameznih skupin anketirancev sodeluje pri kolektivnih športih najpogosteje. Kar 50 % podčastnikov in 40 % vojakov je mnenja, da v kolektivnih športih sodelujejo le vojaki in podčastniki. Zelo je velik odstotek (80 %) častnikov mnenja, da sodelujejo vse tri skupine skupaj. Častniki niso vedno prisotni pri izvajanju kolektivnih športov, zato je tako veliko odstopanje v odstotkih v primerjavi z ostalima dvema skupinama.



Slika 17: Želje anketirancev o razvrstitvi po skupinah pri izvajanju kolektivnih športov

Na Sliki 17 vidimo, kako bi si anketiranci želeli, da potekajo kolektivni športi. Imeli smo na voljo več skupin in anketiranci so izbrali, v kateri skupini bi želeli sodelovati. Zelo velik odstotek (86,6 %) anketiranih častnikov si želi, da bi se kolektivnih športov udeleževale vse tri skupine skupaj. Prav takega mnenja je večina podčastnikov (60 %) in vojakov (55 %). Kar 35 % podčastnikov si želi udeleževati kolektivnih športov v skupini, kjer sodelujejo vojaki in podčastniki. Zanimivo velik je odstotek (35 %), kjer si vojaki želijo udeleževati kolektivnih športov v skupini samo vojaki.

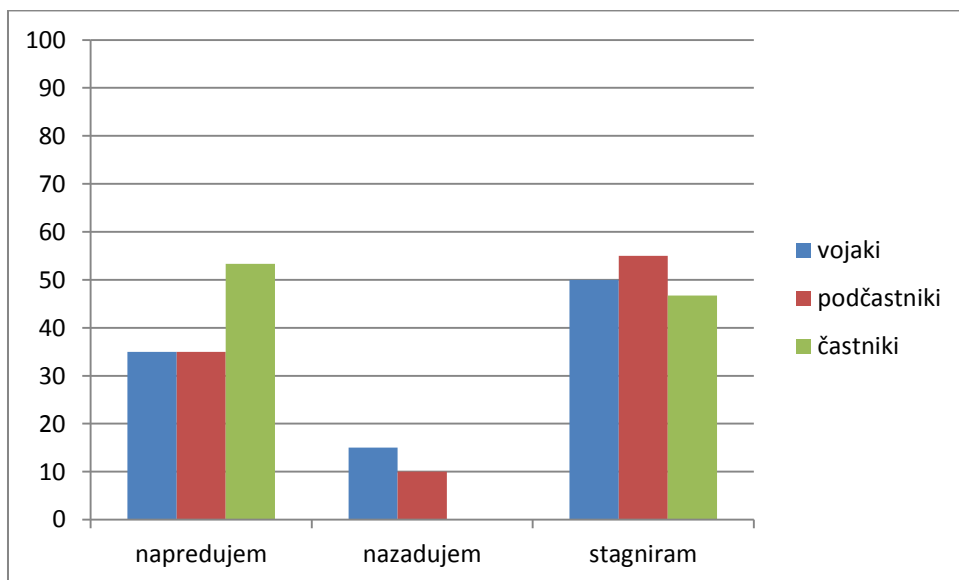


Slika 18: Nivo tekmovalnosti v prisotnosti nadrejenega

Na Sliki 18 vidimo, kako visok je nivo tekmovalnosti anketirancev, kadar je prisoten njihov nadrejeni. Zelo visok tekmovalni vpliv imajo nadrejeni na vojake. Verjetno zato, ker imajo vojaki največ nadrejenih. S Slike 18 vidimo, da tekmovalnost v prisotnosti nadrejenega vpliva v veliki meri tudi na podčastnike. To vidimo tudi na Sliki 17, kjer je 35 % podčastnikov

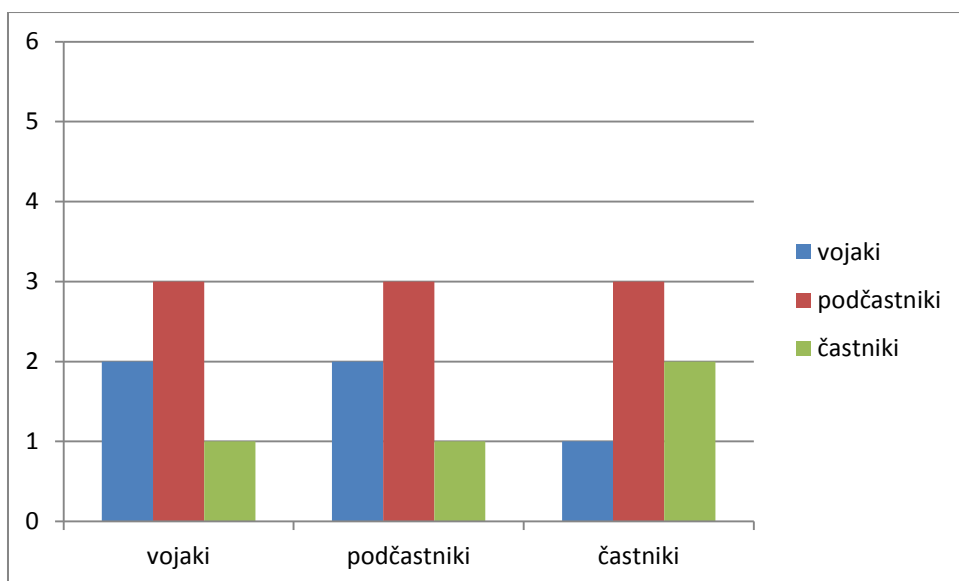
izrazilo željo, da se kolektivni športi izvajajo v skupini, kjer so prisotni le vojaki in podčastniki.

4.6 Vpliv obsega športne vadbe in način izvedbe na končno oceno pri preverjanju gibalnih sposobnosti



Slika 19: Vpliv vodene vadbe na anketirance

Slika 19 nam pokaže, kako vodena vadba vpliva na anketirance. Največ anketiranih podčastnikov meni, da vodena vadba na njih ne vpliva veliko, saj z njo ne pridobivajo na kondiciji niti je ne izgublajo. Prav takega mnenja je tudi 50 % vojakov in 46,7 % častnikov. Ostali anketirani častniki (53,3 %) v vadbi napredujejo, tako kot tudi 35 % vojakov in podčastnikov. Kar 15 % vojakov in 10 % podčastnikov v vodeni vadbi nazaduje.



Slika 20: Kdo od poveljujočih največkrat izvaja jutranjo vadbo

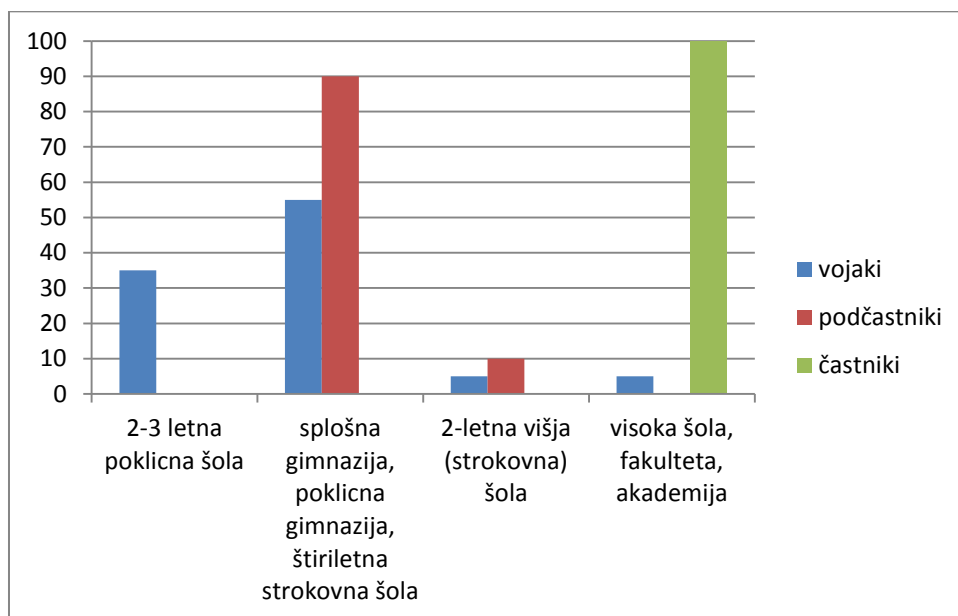
Slika 20 prikazuje, kdo od poveljujočih največkrat vodi jutranjo vadbo. Tako so vojaki in podčastniki enakega mnenja in pravijo, da jo največkrat vodi podčastnik, sledita vojak in častnik. Častniki pa so mnenja, da največkrat jutranjo vadbo vodi podčastnik nato častnik in vojak.



Slika 21: Ocene anketirancev pri preverjanju gibalnih sposobnosti

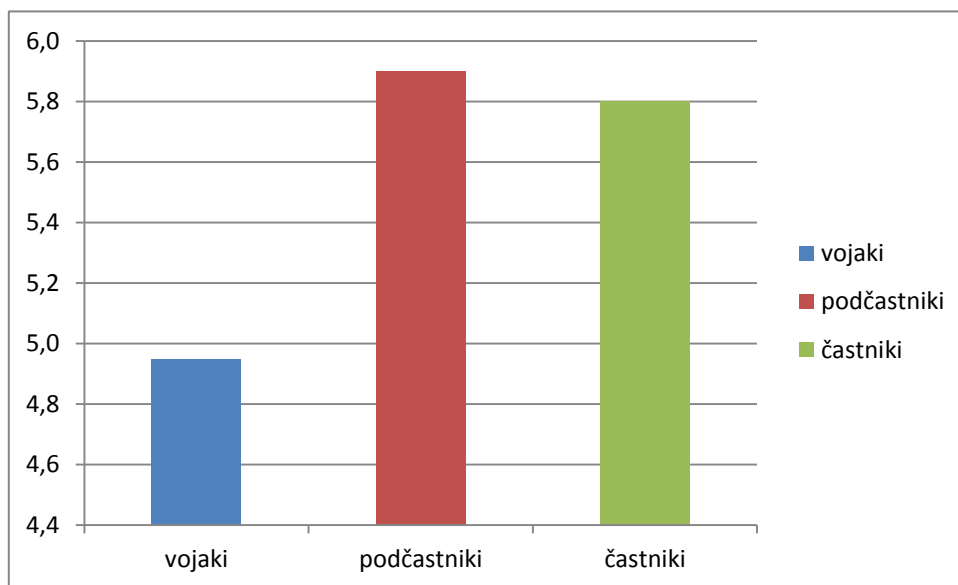
Slika 21 prikazuje srednjo oceno posameznih skupin, ki so jih dosegli pri preverjanju gibalnih sposobnosti. Najvišjo oceno so dosegli podčastniki. Sledijo vojaki in nato častniki.

4.7 Vpliv stopnje izobrazbe na ozaveščanje zdravega načina življenja in s tem ukvarjanje s športom v prostem času



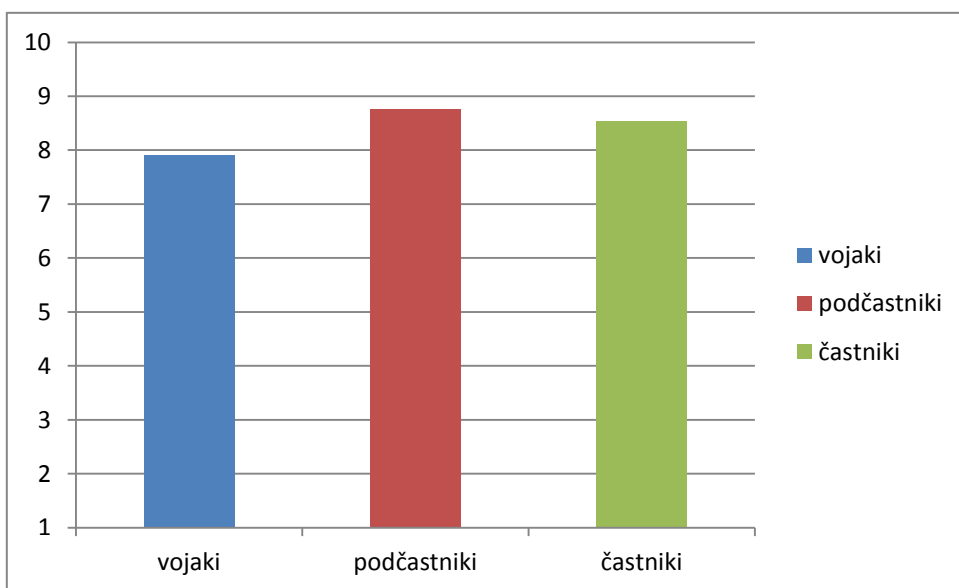
Slika 22: Izobrazba anketirancev

S Slike 22 je razvidno, kar je zapisano v Zakonu o službi v Slovenski vojski, saj častniki nimajo nižje izobrazbe, kot so visoka šola, fakulteta, akademija. Med anketiranimi podčastniki so bili vsi podčastniki v petem kariernem razredu, zato ima 90 % teh dokončano splošno gimnazijo, poklicno gimnazijo, štiriletno strokovno šolo. Za vojake pa je zahtevana najmanj 2–3 letna poklicna šola, vendar ima kar 55 % vojakov narejeno splošno gimnazijo, poklicno gimnazijo ali štiriletno strokovno šolo. To pa pomeni, da imajo ti vojaki možnost napredovanja, saj izpolnjujejo pogoje glede izobrazbe, ki je predpisana za podčastniško delovno mesto. Ravno tako ima 5 % vojakov možnost napredovanja na častniško delovno mesto, saj imajo dokončano visoko šolo, fakulteto ali akademijo. Seveda pa morajo za napredovanje izpolnjevati tudi druge vojaškostrokovne veščine, imeti dobro psihofizično kondicijo itd.



Slika 23: Število ur vadbe v prostem času glede na posamezno skupino anketirancev

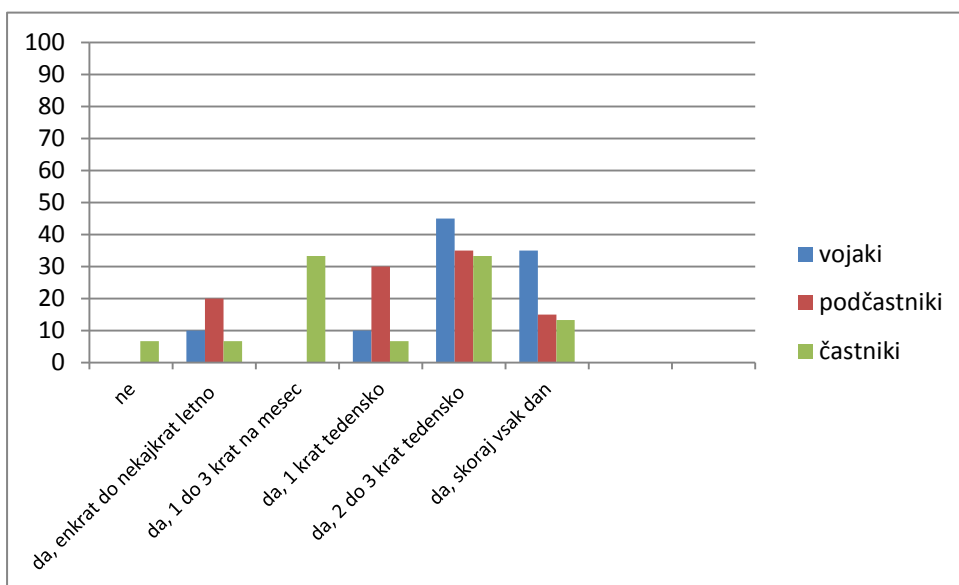
Največ se v prostem času s športno vadbo ukvarjajo podčastniki (5,9 ur), sledijo častniki (5,5 ur) in vojaki (4,9 ure). Na splošno velja v Slovenski vojski, da so najboljše fizično pripravljene podčastniki. Saj so ti tisti, ki vodijo vojake pri vseh aktivnostih, ki se dogajajo med delovnim časom (tako na terenu kot v učilnici).



Slika 24: Pomembnost športne vadbe v življenju posamezne skupine

Slika 24 prikazuje, kako pomembna je športna aktivnost posameznih skupini. Prikazane so povprečne vrednosti na deset-stopenjski lestvici in ugotovili smo, da športno vadbo najbolj cenijo podčastniki sledijo častniki in nato vojaki.

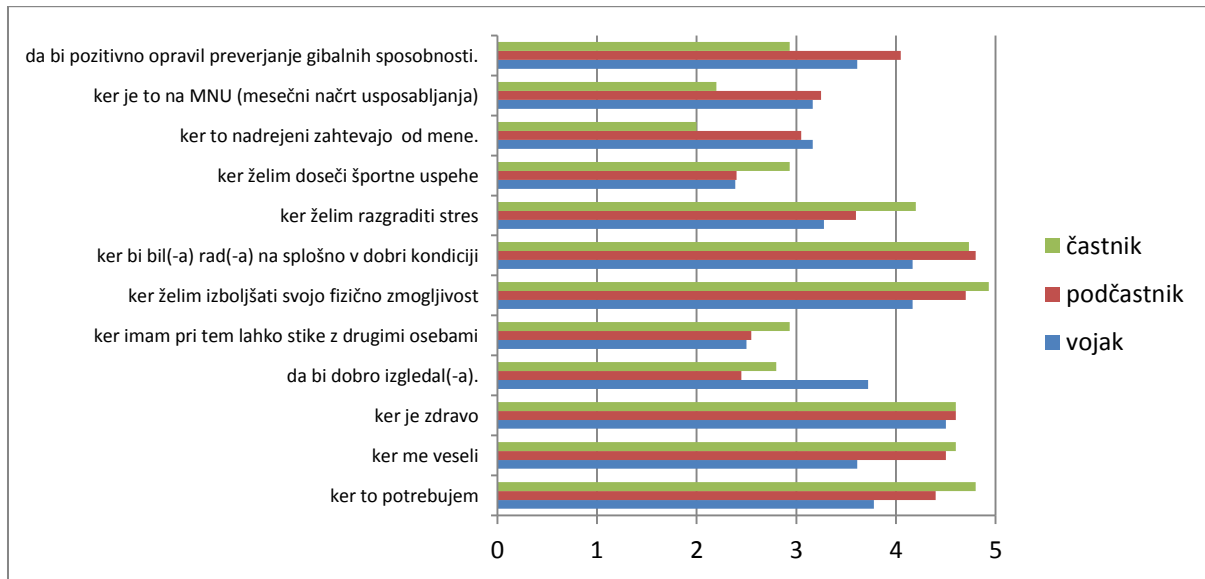
4.8 Ugotoviti, ali obstaja v delovnem času tudi kakšna druga telesna aktivnost, če šport odmislimo



Slika 25: Telesno aktivnost anketirancev (če šport odmislimo). Npr. anketiranci se trudijo, zadihajo, prepotijo ...

Slika 25 prikazuje telesno aktivnost anketirancev, kjer se anketiranci utrudijo, zadihajo, prepotijo. Slike 26 je razvidno, da so največkrat in najbolj telesno aktivni vojaki. 35 % vojakov je aktivnih vsak dan v delovnem času. 45 % vojakov je aktivnih 2–3-krat na teden. Medtem, ko je 35 % podčastnikov aktivnih 2–3-krat na teden in 30 % podčastnikov 1-krat na teden.

4.9 Razlog ukvarjanja anketirancev s športno vadbo na delovnem mestu



Slika 26: Prikazuje, zakaj se anketiranci ukvarjajo s športno vadbo med delovnim časom

Na Sliki 26 so prikazane povprečne vrednosti lestvice. Zanimiv je skok povprečja anketiranih vojakov v primerjavi z ostalima dvema skupinama, pri trditvi »da bi dobro izgledal(-a)«. Če govorimo o stresu na delovnem mestu, to prav gotovo lahko pripišemo vodji. To je tudi prikazano na Sliki 26, saj so na trditev »ker želim razgraditi stres« častniki dosegli največje povprečje v primerjavi z ostalima dvema skupinama. Najmanj pa je anketirancem pomemben razlog ukvarjanja s športom »ker imam pri tem stike z drugimi osebami« in »ker želim doseči športne uspehe.«

5. RAZPRAVA

Poveljniški kader enot Slovenske vojske (v nadaljevanju SV), kot so poveljniki vodov in poveljniki oddelkov so neposredni izvajalci usposabljanja posameznikov in enot ter strokovnjaki iz vojaških veščin. Dobra izurjenost posameznikov in enot je večinoma odvisna od kvalitetnega dela v enoti in dobre usposobljenosti neposrednih izvajalcev usposabljanja, njihovih delovnih izkušenj, strokovnega sodelovanja in medsebojnega spoštovanja.

Povprečna starost anketiranih vojakov je 27,5, podčastnikov 32,5, častnikov pa 32 let. S Slike 5 vidimo, da imajo vojaki najnižjo povprečno starost. Dobljeni rezultati so posledica starostne omejitve pri zaposlovanju vojakov. Anketa pa nam je pokazala tudi, da je 35 % vojakov v Slovenski vojski zaposlenih 5 do 9 let, prav toliko časa je zaposlenih 33 % častnikov. 25 % vojakov je zaposlenih od 1 do 3 let. 40 % podčastnikov je zaposlenih v Slovenski vojski 9 do 12 let. Prikazani odstotki nam povedo, da ima približno enak odstotek vojakov in častnikov, enako dobo zaposlitve v SV. Največ let so zaposleni v SV podčastniki, kar se pokaže tudi na znanju in izkušnjah, ki jih imajo, ter jih prenašajo na vojake in tudi mlade častnike, ki šele začenjajo svojo častniško kariero. Podčastniki v enoti ostanejo dalj časa kot častniki, zato lahko v tem času pridobijo več vojaškostrokovnega znanja, kot npr. mlad častnik za šolskimi klopmi. Podčastnik lahko napreduje po činu in zasede delovno mesto v isti enoti kot do sedaj. Medtem ko je za častnike na razpolago manj delovnih mest in ko napreduje gre v večini primerov v drugo enoto, poveljstvo ipd. Zato lahko rečemo, da so med vsemi tremi skupinami, ki jih obravnavamo, podčastniki najbolj stalen del vojske.

5.1. Pogostost ukvarjanja s športom

V Zakonu v obrambi je predpisano, da je po odločitvi nadrejenega vojak, podčastnik in častnik dolžan zaradi potreb službe opravljati delo v posebnih delovnih pogojih. Ti pogoji so: delo ob nedeljah ali praznikih, delo v deljenem delovnem času, delo daljše od polnega delovnega časa, dežurstvo kot redna oblika dela oziroma dežurstvo, ki se odreja izjemoma, delo v terenskih razmerah v določenem kraju in času, pripravljenost za delo, bivanje v vojaški enoti ali zavodu in na drugem določenem mestu, izraba ali prekinitev dopusta v skladu s potrebami službe in delo v izrednih razmerah. Častnik je lahko napoten tudi na opravljanje vojaške službe v tujini.

Vse te naloge pripadnikov Slovenske vojske so prioritete in zato vplivajo na jutranjo rutino, ki je določena z mesečnim načrtom usposabljanja. V to rutino spada tudi športna vadba, ki je naš predmet preučevanja.

Na splošno se največ anketirancev ukvarja s športno vadbo 3 do 5-krat na teden v delovnem času, kar je predvideno v mesečnem načrtu usposabljanja. Izjeme, ko v delovnem času športne vadbe ni mogoče izvesti, so razna strokovna usposabljanja, terenska usposabljanja, varovanje objektov, službena izobraževanja v tujini in doma ipd.

Ugotovili smo, da se v delovnem času vsi anketiranci skupaj ukvarjajo s športno vadbo 19,95 ur na teden. Največ se ukvarjajo s športno vadbo v delovnem času vojaki 7,5 ur sledijo podčastniki s 7,05 ure in častniki s 5,4 ure. V prostem času pa se vsi anketiranci skupaj ukvarjajo s športno vadbo 16,6 ur na teden. Največ podčastniki s 6 urami sledijo častniki 5,5 ure in vojaki s 5 urami. Te ure športe aktivnosti največ anketirancev razporedi v tri do pet dni v tednu. Ugotovili smo, da se skupaj anketiranci več časa ukvarjajo s športno vadbo tako v

delovnem kot tudi v prostem času. Izjema so častniki, saj se s športno vadbo dlje časa ukvarjajo v prostem času.

S Slike 10 je razvidno, da je največ udeležbe med anketiranci pri vadbi v fitnessu. Sledi tek v naravi. Kar 75 % podčastnikov, 73 % častnikov in 50 % vojakov, ki so sodelovali pri anketi, teče v naravi. Na Sliki 10 lahko vidimo, da je največja udeležba med športi z žogo pri odbojki. Odbojki sledita nogomet in košarka. Odbojko najraje igrajo vojaki (75 %), podčastniki pa imajo najraje tek v naravi (75 %), 87 % častnikov ima najraje vadbo v fitnessu.

Opravljanje vojaškega poklica pomeni biti stalno v gibanju. Vrste gibanj vojaka pehote so npr. dolgotrajna hoja in tek, nizko in visoko plazenje, osnovni strelski postopki z različnim orožjem, nošenje lažjih in težjih bremen, skoki v globino, premagovanje različnih taktičnih ovir, premagovanje vodnih ovir s plavanjem, bližinsko bojevanje na naseljenem območju, izdelava različnih vrst zaklonilnikov, plezanje skozi in čez ovire, plezanje v kopnih stenah itd. S Slike 26 je razvidno, da so največkrat in najbolj telesno aktivni vojaki. 35 % vojakov je aktivnih vsak dan v delovnem času. 45 % je aktivnih 2–3-krat na teden. Medtem ko je 35 % podčastnikov aktivnih 2–3-krat na teden in 30 % podčastnikov 1-krat na teden.

5.2. Tek v skupini – vodena vadba

Tek je individualen šport, kjer je uspeh odvisen samo in zgolj od tega, koliko energije in časa vложи tekač v vadbo. Zaradi te močno izražene individualnosti so tekači navadno tudi osebnostno drugačni od drugih športnikov, sploh če izhajajo iz kolektivnih športov.

Teči je potrebno v družbi, s svojimi prijatelji, ki so na podobni ravni pripravljenosti, kot smo sami. Tek v skupini ima veliko pozitivnih vidikov. Deluje motivacijsko, saj je lažje potrpeti kakšno minuto dlje, če je okoli nas nekaj sotekačev, ki tečejo podobno.

Treba je opozoriti na pojav negativnih vplivov pri teku v skupini. Zadeva je problematična za tiste, ki so v skupini najšibkejši. Takšni tekači navadno tečejo prehitro oziroma na previsoki intenzivnosti, saj so venomer v lovu za preostalimi člani skupine. Tega se je potrebno zavedati ter vadbo opraviti tako, da bo imela za vas kar največji doprinos.

Kar 15 % vojakov in 10 % podčastnikov v vodeni vadbi nazadujejo. Razlog je v tem, da se vojaki in podčastniki, ki nazadujejo v vodeni vadbi, ukvarjajo s tekmovalnim športom in se morajo prilagajati slabšim tekačem. Anketiranci, ki stagnirajo v vodeni vadbi, se udeležujejo tudi vadbe v prostem času, zato je za te anketirance vodena vadba premalo intenzivna, kar pa njim verjetno odgovarja, saj ta poteka v jutranjih urah. Tako lahko sklepamo, da je vodena vadba prilagojena tistim anketirancem, ki v njej napredujejo. Ima tako negativne kot tudi pozitivne lastnosti.

Podobna težava v skupini je lahko ta, da se vseskozi preintenzivno teče. Ne samo, da je ritem prehitro za šibkejša tekača, ampak je vsa vadba prehitra. Da se to ne bi zgodilo, potrebujemo v skupini vsaj enega, ki je sposoben racionalno spremljati zadevo in skupino tudi usmerjati. Preprosto povedano, če hočemo imeti kaj od skupine, mora eden prevzeti vlogo vodje oziroma možganov v skupini.

Po mesečnem načrtu dela je vedno predviden podčastnik za vodenje jutranje vadbe. Lahko pa se zgodi, da imajo podčastniki nepredvideno nalogo, zato preložijo vodenje jutranje vadbe na

vojaka z najvišjim činom. Vedno je to vojak z desetniškim činom. Desetnik opravlja delo vodje skupine in kot namestnik vodje oddelka v izrednih primerih tudi delo vodje oddelka. Častniki niso vedno prisotni pri jutranji vadbi oziroma jo prilagodijo po svojem urniku, ki je bolj nepredviden kot vojaški in podčastniški.

Skupine za tek naj bodo sestavljene glede na sposobnost tekačev v skupini. Bolj ko bo skupina homogena (udeleženci so enaki po sposobnosti), večji bo pozitiven učinek za vse udeležence. In seveda nasprotno, v zelo heterogeni skupini (udeleženci so neenaki po sposobnosti) je potrebno veliko prilagajanja in modifikacij vadbe, da je vadba učinkovita za vse udeležence.

5.3. Vpliv obsega športne vadbe na končno oceno pri preverjanju gibalnih sposobnosti

Ugotavljali smo vpliv obsega športne vadbe in način izvedbe na končno oceno pri preverjanju gibalnih sposobnosti. Rezultati so nagnjeni k temu, kdor ima največ časa med delovnim in prostim časom za športno vadbo. S Slike 7 je razvidno, da imajo največ časa na voljo za športno vadbo med delovnim časom vojaki. Sledijo podčastniki in nato častniki. Klub temu pa vojaki nimajo najvišje povprečne ocene. S Slike 9 vidimo, da v prostem času največ časa namenijo športni vadbi podčastniki, vojaki pa najmanj. Če seštejemo ure aktivnosti v delovnem času in prostem času, vidimo, da so podčastniki športno aktivni 13 ur na teden, vojaki 12,4 ure na teden in častniki 11,2 ure na teden. Zato lahko sklepamo, da so podčastniki dosegli najvišjo povprečno oceno, ker se največ ukvarjajo s športno vadbo tako med delovnim kot tudi v prostem času. Ocene teh anketirancev so na splošno zelo visoke. Tudi razlike ocen med skupinami anketirancev so zelo majhne.

5.4. Udeležba anketirancev na športnih tekmovanjih

V uvodnem poglavju 1.6.4. Športna tekmovanja Slovenske vojske smo predstavili vrste tekmovanj, ki jih ponuja SV. Kljub veliki izbiri ni veliko zanimanja za udeležbo na tovrstnih tekmovanjih.

Na sliki 12 vidimo, da se največ anketirancev nikoli ne udeležuje teh in podobnih tekmovanj. Več kot 7-krat so se v zadnjem letu udeležili raznih tekmovanj trije anketiranci. 1 častnik, 1 podčastnik in 1 vojak. Ti trije anketiranci se tudi v prostem času udeležujejo tekmovanj. S Slike 13 je razvidno, na kakšen način se anketiranci ukvarjajo s športno vadbo v prostem času. Zato lahko za te tri anketirance trdimo, da se v prostem času udeležujejo organizirane tekmovalne športne vadbe.

Najbolj zadovoljni s kakovostjo in obsegom športnih aktivnosti v SV so podčastniki. Vzrok temu rezultatu vidimo tudi na Sliki 6, ki nam pokaže, da se 60 % podčastnikov ukvarja s športno vadbo 3 do 5-krat na teden in Sliki 24, kjer so podčastniki dosegli najvišjo povprečno vrednost na vprašanje »Koliko je za vas v vašem življenju pomembna vaša športna aktivnost?« Sklepamo lahko, da, ker je podčastnikom zelo pomembna športna aktivnost, se tudi velikokrat udeležijo športne vadbe in zato bolje poznajo organizacijo športnih aktivnosti. Sledijo častniki in vojaki.

5.5. Odnosi med skupinami pri kolektivnih športih

Za formiranje tima je potrebna skupina posameznikov, ki uspešno medsebojno sodelujejo, ter sposoben vodja. Uspešnost tima pa je odvisna še od cele vrste dejavnikov. Tu gre predvsem za dinamične procese, kamor sodijo komuniciranje, vedenje, motiviranje in reševanje konfliktov.

West (1994) je mnenja, da na delo v timu močno vplivajo tudi:

- subtilni procesi,
- hierarhija in njeni vplivi,
- razlike med osebnostmi članov tima,
- organizacijski standardi in določila, znotraj katerih morajo timi delovati,
- redne ali neredne povratne informacije celemu timu.

V Slovenski vojski lahko najbolj izpostavimo hierarhijo in njen vpliv. Vojaški čini označujejo rang/položaj v vojaški hierarhiji, na katerega se navezujejo dolžnosti, odgovornost in pravice pripadnika oboroženih sil. Hierarhija pa je prisotna tudi med športnim udejstvovanjem. Pri ugotavljanju, kako hierarhija vpliva na športne udeležence, smo ugotovili, da bi se vojaki in častniki raje udeleževali kolektivnih športov kot individualnih. Častniki in vojaki med delovnim časom niso veliko v neposrednem stiku, saj vsa usposabljanja vodijo podčastniki ali njihovi namestniki (vojak desetnik). Podčastniki pa bi se raje udeleževali individualnih športov. Zato lahko sklepamo, da si želijo tako vojaki kot častniki več družiti in se tako spoznavati med kolektivnimi športi. Vpliv hierarhije je v tem primeru najbolj opazen med častniki in podčastniki.

Kot vemo, so podčastniki vodje oddelkov. Podčastnik poveljuje oddelku med izvajanjem bojnih nalog in usposabljanjem. Usposablja posameznike in skupine v oddelku. Vzdržuje disciplino in nadzira izvajanje nalog. Ima največji neposredni vpliv na podrejene. Zato lahko sklepamo, da bi se zaradi nenehnega stika z ljudmi podčastniki v prihodnje raje odločili za individualen kot za kolektiven šport.

Zelo velik odstotek (86,6 %) anketiranih častnikov si želi, da bi se kolektivnih športov udeleževale vse tri skupine skupaj. Prav takega mnenja je večina podčastnikov (60 %) in vojakov (55 %). Kljub veliki želji častnikov, da bi v kolektivnih športih sodelovale vse skupine anketirancev, se to v realnosti ne dogaja. Kar 50 % podčastnikov in 40 % vojakov je mnenja, da v kolektivnih športih sodelujejo le vojaki in podčastniki. V tej isti skupini si želi udeleževati kolektivnih športov 35 % podčastnikov. Kar tudi pojasni prvi odstavek, saj se večina podčastnikov raje udeležuje individualnih športov.

Zanimivo velik je odstotek (35 %), kjer si vojaki želijo udeleževati kolektivnih športov v skupini samo vojaki. Na ta odstotek vojakov imajo nadrejeni zelo velik negativni tekmovalni vpliv in med samim izvajanjem kolektivnega športa niso sproščeni in se ne vživijo v dano situacijo. Kolektivni šport je najbolje izvajati v družbi prijateljev, kjer je sproščeno vzdušje. Vojaki so med seboj povezani, saj preživljajo veliko časa skupaj. Zato hoče 35 % vojakov v času kolektivnih športov sodelovati le s skupino vojakov.

5.6. Vpliv stopnje izobrazbe na ozaveščanje zdravega načina življenja in s tem ukvarjanje s športom

Ustrezna stopnja izobrazbe je za vojaka praviloma končana srednja poklicna šola, za podčastnika srednja ali višja šola in za častnika najmanj visoka strokovna šola.

Ustrezna stopnja izobrazbe iz tretjega in petega odstavka 88. člena Zakona o obrambi je za podčastnika petega kariernega razreda srednja splošna ali srednja strokovna izobrazba, za podčastnike četrtega kariernega razreda najmanj višja strokovna izobrazba, za podčastnike tretjega in drugega kariernega razreda in častnika pa najmanj visoka strokovna izobrazba. Zakon o službi v Slovenski vojski (2007).

Med anketiranimi podčastniki so bili vsi podčastniki v petem kariernem razredu, zato ima 90 % teh dokončano splošno gimnazijo, poklicno gimnazijo, štiriletno strokovno šolo. Za vojake pa je zahtevana najmanj 2–3-letna poklicna šola, vendar ima kar 55 odstotkov vojakov narejeno splošno gimnazijo, poklicno gimnazijo ali štiriletno strokovno šolo. To pa pomeni, da imajo ti vojaki možnost napredovanja, saj izpolnjujejo pogojem glede izobrazbe, ki je predpisana za podčastniško delovno mesto. Ravno tako ima 5 odstotkov vojakov možnost napredovanja na častniško delovno mesto, saj imajo dokončano visoko šolo, fakulteto ali akademijo. Seveda pa morajo za napredovanje izpolnjevati tudi druge vojaškostrokovne veščine, imeti dobro psihofizično kondicijo itd.

Pri ugotavljanju vpliva stopnje izobrazbe na ozaveščanje zdravega načina življenja in s tem ukvarjanje s športom smo ugotovili, da stopnja izobrazbe ne vpliva na odločitev »ali se ukvarjati s športom ali ne«. Rezultati nam pokažejo, da so v prostem času najdlje časa na teden aktivni podčastniki (5,9 ure), za katere je v osnovi predpisana 5. stopnja izobrazbe, kot ima tudi večina vojakov, ki se ukvarjajo s športom v prostem času najmanj od vseh skupin, to je 4,9 ure na teden. Najvišjo izobrazbo imajo častniki, ki se ukvarjajo s športno vadbo v prostem času, le malo manj kot podčastniki (5,8 ure).

5.7. Razlog ukvarjanja anketirancev s športno vadbo na delovnem mestu

Šport na delovnem mestu pozitivno vpliva na delovno storilnost podjetij kot tudi zaposlenih v Slovenski vojski. Ugotavljali smo, zakaj se pripadniki stalne sestave SV ukvarjajo s športom med delovnim časom. Pri treh trditvah se vse tri skupine anketirancev (vojaki, podčastniki in častniki) popolnoma strinjajo, in sicer s trditvijo:

- »ker bi bil(-a) rad(-a) na splošno v dobri kondiciji«,
- »ker želim izboljšati svojo fizično zmogljivost« in
- »ker je zdravo«.

Častniki se popolnoma strinjajo v treh trditvah, in sicer

- »ker želim izboljšati svojo fizično zmogljivost«,
- »ker to potrebujem« in
- »ker bi bil(-a) rad(-a) na splošno v dobri kondiciji«.

Podčastniki so največjo povprečno vrednost dosegli pri dveh trditvah:

- »ker bi bil(-a) rad(-a) na splošno v dobri kondiciji« in
- »ker želim izboljšati svojo fizično zmogljivost«.

Nepomembni pa se anketirancem zdita dve trditvi:

- »ker imam pri tem lahko stike z drugimi osebami« in
- »ker želim doseči športne uspehe«.

Zanimiv je skok povprečja anketiranih vojakov v primerjavi z ostalima dvema skupinama, pri trditvi »da bi dobro izgledal(-a)«. Če govorimo o stresu na delovnem mestu, to prav gotovo lahko pripišemo vodji. To je tudi prikazano na Sliki 27, saj so na trditev »ker želim razgraditi stres« častniki dosegli največje povprečje v primerjavi z ostalima dvema skupinama. Najmanj pa je anketirancem pomemben razlog ukvarjanja s športom »ker imam pri tem stike z drugimi osebami« in »ker želim doseči športne uspehe«.

6. SKLEP

V današnjem času je vojska, lahko rečemo, ena redkih institucij v slovenskem prostoru, ki omogoča redno športno vadbo v delovnem času. Glavni namen športa v Slovenski vojski je doseganje telesne pripravljenosti. Je ena od vsebin in nalog, ki temelji na splošnih in specialnih ciljih. Za uspešno obvladovanje vseh splošnih in specialnih individualnih veščin ter za doseganje visoke stopnje bojne pripravljenosti se od vojaka zahteva visoka razvitost gibalnih sposobnosti.

»Pomen gibalnih sposobnosti posameznika in enot kot enega izmed elementov pripravljenosti za delovanje dobiva v strukturi usposabljanja vsake sodobne vojske čedalje večji pomen. Prehod SV v profesionalno vojsko in integracija SV v NATO sta prinesla višje standarde usposobljenosti na vseh področjih« (Direktiva za šport, 2009). Šport v Slovenski vojski pa je ne glede na temeljno zahtevo po telesni pripravljenosti zastavljen širše. Direktiva za šport zagotavlja podlago za načrtovanje in izvedbo športnih aktivnosti v Slovenski vojski.

Z vidika zagotavljanja redne kondicijske vadbe v delovnem času lahko rečemo tudi, da vpliva na morfološke, gibalne in funkcionalne sposobnosti ter s tem tudi na kakovost življenja posameznika, s spodbujanjem k aktivnemu življenjskemu slogu.

Zastavili smo si več ciljev, ki smo jih raziskali in grafično predstavili v tej diplomski nalogi. Zanimalo nas je, koliko časa imajo na voljo pripadniki 10. pehotnega polka za šport, v kakšni obliki poteka, kašen vpliv ima vadba na končno oceno pri preverjanju gibalnih sposobnosti. Ugotavljali smo priljubljenost športov med anketiranci in preverili ali imajo anketiranci željo po tekmovalnem udejstvovanju. V vojski je zelo poudarjena hierarhija odnosov, vsak natančno ve, kdo je njegov nadrejeni in kdo njegov podrejeni. Zato nas je tudi zanimalo ali je prisotna hierarhija med športno vadbo.

Prvi cilj diplomske naloge je bilo ugotoviti ali se posamezne skupine anketirancev več časa ukvarjajo s športom in športno rekreacijo med delovnim časom ali med prostim časom. Največ se s športno vadbo v delovnem času ukvarjajo vojaki, sledijo podčastniki in častniki. Največ se s športno vadbo v prostem času ukvarjajo podčastniki sledijo častniki in vojaki. Te ure športe aktivnosti največ anketirancev razporedi v tri do pet dni v tednu. Ugotovili smo, da se anketiranci več časa ukvarjajo s športno vadbo v delovnem času kot v prostem času. Seštete ure aktivnosti v delovnem času in prostem času nam povedo, da so podčastniki športno aktivni 13 ur na teden, vojaki 12,4 ure na teden in častniki 11,2 ure na teden.

Preverjanje in ocenjevanje gibalnih sposobnosti posameznika in enot Slovenske vojske sta sestavni del usposabljanja in omogoča vpogled v telesno pripravljenost, hkrati pa lahko z njim ocenimo sposobnosti, ki jih vojaške osebe potrebujejo za uspešno in učinkovito opravljanje nalog. Preverjanje in ocenjevanje gibalnih sposobnosti omogoča tudi ustrezen razvoj in oblikovanje programov športnih dejavnosti.

Obseg športne vadbe in način izvedbe vplivata na končne rezultate pri preverjanju gibalnih sposobnosti. Ugotovili smo, da so anketiranci največkrat udeleženci vodene vadbe. Za vodeno vadbo smo ugotovili, da vpliva nazadujoče za kar 15 % vojakov in 10 % podčastnikov. Razlog je v tem, da se vojaki in podčastniki, ki nazadujejo v vodeni vadbi ukvarjajo s tekmovalnim športom in se morajo prilagajati slabšim tekačem. Anketiranci, ki stagnirajo v vodeni vadbi se udeležujejo tudi vadbe v prostem času, zato je za te anketirance vodena vadba premalo intenzivna, kar pa njim verjetno odgovarja, saj ta vodena vadba poteka v jutranjih

urah. Tako lahko sklepamo, da je vodena vadba prilagojena tistim anketirancem, ki v njej napredujejo. Se pravi, da je ta prilagojena 53,3 odstotkov anketiranih častnikov kot tudi 35 odstotkov vojakov in podčastnikov. Da bi zmanjšali odstotek nazadujočih anketirancev bi se morala izvajati vadba v dveh po pripravljenosti ločenih skupinah.

Na končno oceno pri preverjanju gibalnih sposobnosti poleg športne vadbe v delovnem času vpliva tudi športna vadba v prostem času. Podčastniki so dosegli najvišjo povprečno oceno pri preverjanju gibalnih sposobnosti, ker se največ ukvarjajo s športno vadbo tako med delovnim kot tudi v prostem času. To pa pomeni dodaten čas, ki ga podčastniki porabijo za športno vadbo v prostem času, ki je v bistvu namenjen kvalitetnemu opravljanju svojega poklica.

Da bi lahko rekli ali je športna vadba med delovnim časom dovolj učinkovita za doseganje najvišjih ocen pri preverjanju gibalnih sposobnosti, bi morali imeti anketirance, ki se v prostem času nikoli ne ukvarjajo s športom. V našem primeru takšnih anketirancev ni bilo. Zato sklepamo, da se za poseganje v najvišje ocene pri preverjanju gibalnih sposobnosti, morajo anketiranci ukvarjati s športno vadbo tudi v prostem času.

Gibalne aktivnosti v SV se delijo na:

- individualne (hoja, tek, skoki, meti, plazenja, lazenja, dviganja, nošenja, plezanja);
- skupinske (igre z žogo).

S katero obliko športne vadbe se anketiranci najraje ukvarjajo, ko imajo možnost izbire, smo ugotovili, da najraje izberejo vadbo v fitnessu. Sledi tek v naravi. Zaradi vremenskih pogojev, ki niso vedno ugodni za vadbo na prostem, so anketiranci izbrali vadbo v fitnessu kot največkrat izvajano vadbo na delovnem mestu. Vadbo v fitnessu obiskuje kar 87 % anketiranih častnikov. Med kolektivnimi športi pa je najpogosteje izvajana odbojka. Odbojke se najraje udeležujejo vojaki, podčastniki pa raje tečejo v naravi.

V uvodnem poglavju 1.6.4. Športna tekmovanja Slovenske vojske smo predstavili vrste tekmovanj, ki jih ponuja SV. Kljub veliki izbiri ni veliko zanimanja za udeležbo na tovrstnih tekmovanjih. Od vseh 55 anketirancev so samo trije, ki se redno udeležujejo vojaških športnih tekmovanj. Ti trije anketiranci se tudi v prostem času udeležujejo tekmovanj. Ostali anketiranci so le občasno udeleženci vojaških tekmovanj. Bodisi je to udeležba zaradi svoje osebne koristi ali pa je udeležba z ukazom nadrejenega. V želji, da se število udeležencev na vojaških športnih tekmovanjih poveča, so se nadrejeni odločili osnovati reprezentance za posamezne športne discipline. Vojaki so se lahko sami odločili za šport, ki bi ga radi zastopali. Pri priljubljenih športih, kot so nogomet, odbojka košarka ni bilo težav. Za športe, ki niso priljubljeni, pa so nadrejeni sami določili kandidate. Ali bo ta način udeležbe vojaških športnih tekmovanj učinkovit?

Ugotovili smo, da je hierarhija prisotna tudi med športnim udejstvom. Vpliv hierarhije je najbolj opazen med častniki in podčastniki. Zato podčastniki raje izberejo (kadar lahko) individualen šport. Med vojaki in častniki ni občutiti velikega vpliva hierarhije, kar pa ne pomeni, da se je ne upošteva. Častniki in vojaki med delovnim časom niso veliko v neposrednem stiku, saj vsa usposabljanja vodijo podčastniki ali njihovi namestniki (vojak desetnik). Zato lahko sklepamo, da si želijo tako vojaki kot častniki več družiti in se tako spoznavati med kolektivnimi športi. Večina častnikov si želi, da bi pri kolektivnih športih

sodelovale vse tri skupine (vojaki, podčastniki in častniki). V realnosti se to ne dogaja, saj se kolektivni šport največkrat izvaja v skupini samo z vojaki in podčastniki. Velik odstotek vojakov pa si želi izvajati kolektivne športe sami.

Ugotovili smo, da je vpliv hierarhije najbolj opazen v času športne vadbe med častniki in podčastniki ter med podčastniki in vojaki. Skoraj neviden vpliv hierarhije med športno vadbo pa je med častniki in vojaki.

Pri ugotavljanju vpliva stopnje izobrazbe na ozaveščanje zdravega načina življenja in s tem ukvarjanje s športom smo ugotovili, da stopnja izobrazbe ne vpliva na odločitev »ali se ukvarjati s športom ali ne«. Rezultati nam pokažejo, da so v prostem času najdlje časa na teden aktivni podčastniki (5,9 ure), za katere je v osnovi predpisana 5. stopnja izobrazbe. Tudi večina vojakov, ki ima 5. stopnjo izobrazbe, se ukvarjajo s športom v prostem času najmanj od vseh skupin, to je 4,9 ure na teden. Najvišjo izobrazbo imajo častniki, ki se ukvarjajo s športno vadbo v prostem času, le malo manj kot podčastniki (5,8 ure).

Tkavčeva pravi, da samo tekmovanje lahko deluje kot motivacijsko sredstvo za ukvarjanje s športom med vojaki (Tkavc, 1999).

Skozi zagnanost in napore na posamičnih in ekipnih tekmovanjih se razvija smisel za kolektivno delo in življenje, tekmovalni duh, volja in upornost ter prijateljstvo in moralne kvalitete tekmovalcev. Cilj športnih tekmovanj je tudi, da se vsem pripadnikom Slovenske vojske omogoči, da pokažejo svoje individualne in kolektivne športne zmožnosti (Jošt, 1994).

7. VIRI

- Direktiva za šport v Slovenski vojski 2013
- Ožbolt, A. (2008). *Pogostost športne vadbe kot pomemben dejavnik pri razvoju motoričnih sposobnosti pripadnikov Slovenske vojske* (Diplomsko delo). Univerza v Ljubljani, Ljubljana.
- Tušak, M. (2003). *Strategije motiviranja v športu*. Ljubljana: Fakulteta za šport, Inštitut za šport.
- 88. člen Zakona o obrambi, Uradni list RS, št. 103/04-UPB-1
- Laurenčak K. (2014). Načrt vadbe in tek v skupini. Pridobljeno iz <http://www.polet.si>
- <http://www.slovenskavojska.si>

8. PRILOGE

8.1 Anketa o športu in športni rekreaciji v 10. pehotnem polku

1. |__| **SPOL** (v okence vpiši M ali Ž)

2. |__|__| **Starost** (v okence vpiši starost)

3. **Osebni čin v Slovenski vojski (dopišite kateri)**

0 -	Častnik.....
1 -	Podčastnik.....
2 -	Vojak.....

4. **Koliko časa ste zaposleni v SV?**

0 -	1 leto
1 -	1-3 leta
2 -	3-5 let
3 -	5-9 let
4 -	9-12 let
5 -	Več kot 12 let

5. **Katera je zadnja šola, ki ste jo končali, redno ali izredno?**

0 -	nedokončana osnovna šola
1 -	dokončana osnovna šola
2 -	2-3 letna poklicna šola
3 -	splošna gimnazija, poklicna gimnazija, štiriletna strokovna šola
4 -	2-letna višja (strokovna) šola

5 -	visoka šola, fakulteta, akademija
6 -	magisterij, doktorat
8 -	(ne vem)

6. **Obkrožite številko, ki najbolje označuje skupni mesečni neto dohodek vašega gospodinjstva (neto - brez davkov in prispevkov). Seštejte dohodke iz vseh virov. Če ne veste natančno, povejte približno.**

01 -	manj kot 650 €
02 -	od 650 do 800 €
03 -	od 800 do 950 €
04 -	od 950 do 1100 €
05 -	od 1100 do 1300 €
06 -	od 1300 do 1600 €
07 -	od 1600 do 1900 €
08 -	od 1900 do 2200 €
09 -	od 2200 do 3000 €
10 -	3000 € in več
77 -	(zavrnil odgovor)

7. **Kako vidite situacijo z dohodkom v vašem gospodinjstvu? Kateri od naslednjih opisov ji najbolj ustreza?**

1 -	s sedanjimi dohodki se lahko brez težav preživljamo
2 -	s sedanjimi dohodki ravno še shajamo
3 -	s sedanjimi dohodki se le težko preživljamo
4 -	s sedanjimi dohodki se izredno težko preživljamo
5 -	s sedanjimi dohodki se ne moremo več preživljati

8. Kako pogosto se ukvarjate s športom - športno rekreacijo v delovnem času?

1 -	ne ukvarjam se s športom, rekreacijo
2 -	1 krat do nekajkrat letno
3 -	1 do 3 krat na mesec
4 -	1 krat tedensko
5 -	2 do 3 krat tedensko
6 -	3 do 5 krat tedensko
7 -	vsak dan
9 -	ne vem

9. Koliko ur športne aktivnosti je to povprečno na teden?

|__|__| (Vpiši število ur)

10. Kako pogosto se ukvarjate s športom - športno rekreacijo v prostem času?

1 -	ne ukvarjam se s športom, rekreacijo
2 -	1 krat do nekajkrat letno
3 -	1 do 3 krat na mesec
4 -	1 krat tedensko
5 -	2 do 3 krat tedensko
6 -	4 do 6 krat tedensko
7 -	vsak dan
9 -	ne vem

11. Koliko ur športne aktivnosti je to povprečno na teden?

|__|__| (Vpiši število ur)

12. Na kakšen način se ukvarjate s športom (tekmovalno ali rekreativno) ter organizirano ali neorganizirano (redno ali občasno) v prostem času?

		DA	NE
a	organizirano tekmovalno	1	2
	<u>organizirana rekreacija</u>		
b1	- redna, vsaj enkrat, dvakrat tedenska, sistematična	1	2
b2	- neredna, na občasnih akcijah, prireditvah	1	2
	<u>neorganizirana rekreacija</u>		
c1	- redna, vsaj enkrat, dvakrat tedenska sistematična	1	2
c2	- neredna, občasna, v prostih dneh in na dopustu	1	2

13. Ali ste, če šport odmislite, v službenem času kako drugače telesno aktivni, tako da se npr. utrudite, zadihate ali prepotite?

1	- ne
2	- da, enkrat do nekajkrat letno
3	- da, 1 do 3 krat na mesec
4	- da, 1 krat tedensko
5	- da, 2 do 3 krat tedensko
6	- da, skoraj vsak dan
9	- ne vem

14. Koliko je za vas v vašem življenju pomembna vaša športna aktivnost?

nepomembna							zelo pomembna				brez odg.
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	99	

15. S športno dejavnostjo v delovnem času se ukvarjam:

(1-sploš se ne strinjam; 5- popolnoma se strinjam)

1 -	ker to potrebujem	1	2	3	4	5
2 -	ker me veseli	1	2	3	4	5

3 -	ker je zdravo	1	2	3	4	5
4 -	da bi dobro izgledal(-a).	1	2	3	4	5
5 -	ker imam pri tem lahko stike z drugimi osebami	1	2	3	4	5
6 -	ker želim izboljšati svojo fizično zmogljivost	1	2	3	4	5
7 -	ker bi bil(-a) rad(-a) na splošno v dobri kondiciji	1	2	3	4	5
8 -	ker želim razgraditi stres	1	2	3	4	5
9 -	ker želim doseči športne uspehe	1	2	3	4	5
10 -	ker to nadrejeni zahtevajo od mene.	1	2	3	4	5
11 -	ker je to na MNU (mesečni načrt usposabljanja)	1	2	3	4	5
12 -	da bi pozitivno opravil preverjanje gibalnih sposobnosti.	1	2	3	4	5

16. V spodnji tabeli označite športe s katerimi od njih ste se ukvarjali v službenem času, odkar ste zaposleni v SV.

Dopišite/ocenite tudi koliko dni v letu ste se ukvarjali s tem športom in ali je šlo za organizirano ali neorganizirano aktivnost. (npr. 1-krat na teden je 52-krat)

		kolikokrat v 12 mesecih	organi- zirano	neorgani- zirano
1 -	alpinizem	_____	1	2
2 -	atletika	_____	1	2
3 -	badminton	_____	1	2
4 -	borilni športi (rokoborba, karate, judo, boks)	_____	1	2
5 -	fitnes	_____	1	2
6 -	fitnes – skupinska vadba	_____	1	2
7 -	hoja, sprehodi	_____	1	2
8 -	kolesarstvo	_____	1	2
9 -	košarka	_____	1	2
10 -	lokostrelstvo	_____	1	2

11 - lov	_____	1	2
12 - namizni tenis	_____	1	2
13 - nogomet	_____	1	2
14 - obiskovanje trimskih stez	_____	1	2
15 - odbojka	_____	1	2
16 - orientacijski šport	_____	1	2
17 - planinstvo, gorništvo	_____	1	2
18 - plavanje	_____	1	2
19 - rokomet	_____	1	2
20 - smučanje alpsko	_____	1	2
21 - smučarski tek	_____	1	2
22 - smučanje - turno	_____	1	2
23 - strelstvo	_____	1	2
24 - športno plezanje	_____	1	2
25 - tek (v naravi)	_____	1	2
26 - triatlon	_____	1	2
27 - druge športne aktivnosti	_____	1	2

17. Kje ste športno aktivni in kako pogosto? (1- nikoli ; 2- nekajkrat letno; 3- nekajkrat mesečno; 4- enkrat tedensko; 5- večkrat tedensko). Pred trditvijo vpišite ustrezno številko.

narava (npr. travniki, gore, morje) brez športne infrastrukture kakršnihkoli objektov

urejene površine v naravi (npr. parki, trimske steze, smučišča, ipd)

zunanji športni objekti, igrišča in površine

notranji športni objekti

vadba doma

18. **Kako zadovoljni ste s kakovostjo in obsegom športnih aktivnosti v SV? (1- nezadovoljen; 10- zelo zadovoljen)**

nezadovoljen					zelo zadovoljen					brez odg.
01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	99

19. **Kolikokrat ste bili v zadnjem letu udeleženci raznih tekmovanj in v katerem športu?**

	ŠPORTNA PANOGA
1 - nikoli	
2 - enkrat	
3 - 1 do 3 krat	
4 - 3 do 5 krat	
5 - 5 do 7 krat	
6- več kot 7 krat	

20. **Udeležba na množično rekreativnih prireditvah predstavlja zame ... (1-se ne strinjam; 5- popolnoma se strinjam)**

1 - Beg od vsakdanjih aktivnosti.	1	2	3	4	5
2 - Pridobivanje novih prijateljstev.	1	2	3	4	5
3 - Sprostitev telesa in duha.	1	2	3	4	5
4 - Iskanje novih in drugačnih doživetij.	1	2	3	4	5
5 - Izboljšanje ugleda med prijatelji, znanci, sodelavci.	1	2	3	4	5
6 - Moj način življenja.	1	2	3	4	5
7 - Omogočanje in doseganje lastnih želja in sanj	1	2	3	4	5
8 - Ugodnosti v smislu kompenzacijskih ur	1	2	3	4	5
9 - Priznanja SV za športne dosežke	1	2	3	4	5
10 - Pohvala nadrejenega za dosežen rezultat	1	2	3	4	5

21. Katerih izmed spodaj navedenih dejavnosti bi se v prihodnosti najbolj želeli udeleževati? (1- me ne bi zanimalo; 5- zelo bi me zanimalo)

1 - Kolektivni športi	1	2	3	4	5
2 - Individualni športi	1	2	3	4	5

22. Če se udeležujete športnih aktivnosti v kolektivnih športih, označite kdo običajno sodeluje v skupini.

0 - Samo vojaki
1 - Samo podčastniki
2 - Samo častniki
3 - Vojaki in podčastniki
4 - Podčastniki in častniki
5 - Vsi skupaj
6- Drugo.....

23. V kateri skupini bi želeli izvajati kolektivni šport?

0 - Samo vojaki
1 - Samo podčastniki
2 - Samo častniki
3 - Vojaki in podčastniki
4 - Podčastniki in častniki
5 - Vsi skupaj
6- Drugo.....

24. Kakšen je po vašem mnenju nivo tekmovalnosti v prisotnosti nadrejenega?

izjemno nizek										izjemno visok	(ne vem)
	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	88

25. **Katera vrsta jutranje vadbe največkrat izvajate? (razvrstite od 1 največkrat do 5 najmanjkrat).**

|__| vzdržljivostni tek

|__| vaje za moč

|__| bojna vadba

|__| kombinirana vadba (tek + vaje za moč)

|__| igre z žogo

|__| drugo_____

26. **Glede na vašo fizično pripravljenost vodena vadba na vas vpliva:**

0 -	Z vadbo napredujem
1 -	Z vadbo nazadujem
2 -	Z vadbo stagniram
3 -	Drugo (.....)

27. **Vodeno vadbo izvajate na nivoju:**

0 -	Oddelka
1 -	Voda
2 -	Čete
3 -	Bataljona
4 -	Brigade

28. **Kdo od poveljujočih (dopišite čin) največkrat izvaja jutranjo vadbo? (razvrstite 1 največkrat do 3 najmanjkrat)**

|__| vojak_____

|__| podčastnik_____

|__| častnik_____

29. **Kakšno je po vašem mnenju splošno stanje športne ponudbe v SV?**

izjemno slabo										izjemno dobro	(ne vem)
	01	02	03	04	05	06	07	08	09	10	88

30. Če se primerjate z drugimi sodelavci, kako pogosto bi zase rekli, da se udeležujete športno rekreativnih prireditev?

1 - precej manj kot večina drugih
2 - manj kot večina drugih
3 - približno enako
4 - več kot večina drugih
5 - precej več kot večina drugih
8 - (ne vem)

31. Kakšno oceno ste dobili pri preverjanju gibalnih sposobnosti v preteklem letu?

5 - Odlično
4 - Prav dobro
3 - Dobro
2 - Zadostno
1 - Ni opraviil

32. V kolikor ste v prejšnjem vprašanju obkrožili 1, 2, 3, 4, kje je razlog, da niste dosegli odlične ocene?

0 - Premalo intenzivna jutranja vadba
1 - Neaktivnost v prostem času
2 - Počutje
3 - Vreme
4 - Poškodba
5 - Drugo.....