



РЕПУБЛИКА СРБИЈА  
МИНИСТАРСТВО ОДБРАНЕ

## **Тема 6: ФИЗИЧКА СПРЕМНОСТ, ПРЕДУСЛОВ ЗА ВОЈНИ ПОЗИВ**

Београд, 25.09.2018. године

## **ТЕМА 6: ФИЗИЧКА СПРЕМНОСТ, ПРЕДУСЛОВ ЗА ВОЈНИ ПОЗИВ**

### **САДРЖАЈ:**

1. Физичка способност и провере као предуслов за војни позив
2. Значај и место физичке културе у Војсци Србије
3. Вештине и физичке способности у родовима и службама
4. Пешадијске препреке – заштитни знак припадника Војске Србије

### **1. ФИЗИЧКА СПОСОБНОСТ И ПРОВЕРЕ КАО ПРЕДУСЛОВ ЗА ВОЈНИ ПОЗИВ**

У историји ратовања, физичка способност је увек играла значајну улогу у припремљености војника за борбу. У првобитним ратовима физичка способност и физичке вештине имале су готово пресудну улогу.

Исход борби је у највећој мери, зависио од физичких потенцијала појединаца, јер су се борбе водиле „прса у прса”. Са развојем науке и технике и других технологија, а нарочито у последњој деценији, тај значај се привидно смањивао. Доминација технике и технологија, само је привидно редуковала физичко ангажовање војника на бојишту.

Нарушено здравље је често последица више фактора, али један од основних је недовољна брига о физичкој кондицији. Ове чињенице могу значајно да угрожавају способност јединица, радни и економски потенцијал сваке војске (боловања, трошкови лечења и др.).

Друштвено-економска и социјална стварност у којима одрастају данашње генерације оставља последице и на њихов психо-физички развој. Општа друштвено-социјална кретања у целом свету изазвала су знатан пораст зависника (дрога, дуван, алкохол и др.), а време „седачког живљења“, условљено начином живота (често седење испред компјутера, телевизора, закупаљеност мобилним телефонима и др.) угрожавају биолошки потенцијал младих људи. Нажалост, ни у току школовања ученика и студената у грађанству, није створена у довољној мери навика бављења физичким вежбањем и спортом.

Ове чињенице намећу Војсци Србије сложен задатак да, за релативно кратко време, превазиђе ове негативне последице и оствари постављене циљеве у подизању и одржавању високог нивоа физичких способности њених припадника.

### **2. ЗНАЧАЈ И МЕСТО ФИЗИЧКЕ КУЛТУРЕ У ВОЈСЦИ СРБИЈЕ**

Циљ физичке обуке је планско и систематско развијање и одржавање физичких способности; стицање и овладавање одређеним нивоом вештина; очување здравља и развијање морално–вољних и других особина личности неопходних за успешно извршавање додељених мисија и задатака команди, јединица и установа Војске.

У Војсци Србије, физичка обука се спроводи плански и систематски као трајан процес обучавања и увежбавања њених припадника, и то извођењем: јутарњег вежбања, физичког вежбања, примењеног физичког вежбања, спортског дана, спортских такмичења и провере физичких способности.

**Јутарње вежбање** има за циљ да утиче на брже увођење организма у дневни режим рада и подизање оптималног нивоа издржљивости.

**Часови физичке обуке** су основни облик физичке активности на којем се стичу и усвајају вештине, тј. конкретна знања и навике и подижу и одржавају физичке способности неопходне за успешно савлађивање процеса обуке.

**Примењено физичко вежбање**, као облик физичке обуке изводи се у оквиру посебних форми обуке (одлазак и повратак са обуке, након извођења тактичких вежби, гађања, припреме за логоровања и друге облике обуке, увежбавања одређених радњи под оптерећењем и сл.). То је облик физичке обуке који мора бити непосредно повезан са војностручном обуком у целини. Изводи се у свим условима, уз максимално коришћење природних објеката на земљишту, приручних средстава и вежбалишта.

**Спортски дан** је организовани облик физичке обуке, који омогућава бављење свим активностима из физичке културе, кроз такмичење и разоноду, а ради подизања физичких способности на виши ниво.

**Слободне спортске активности** намењене су задовољењу афинитета и потреба појединаца за бављење спортом, кроз организоване форме рада, као што су рад у спортским секцијама, такмичења и друго.

**Провера физичких способности** изводи се ради утврђивања нивоа физичких способности професионалних војних лица за извршавање задатака у оквиру додељене мисије команде, јединице или установе.

Поред тога, у Војсци Србије предвиђена је реализација спортских такмичења и првенства редовно и на свим нивоима, закључно са спортским првенством Војске Србије. Припадници Војске Србије плански, организовано и активно учествују на бројним домаћим и међународним спортским такмичењима.

### **3. ВЕШТИНЕ И ФИЗИЧКЕ СПОСОБНОСТИ У РОДОВИМА И СЛУЖБАМА**

У Војсци Србије, поклања се изузетна пажња физичком обучавању јединица специјалне намене (падобранске, противтерористичке, извиђачке, диверзантске и других), за које је неопходан висок ниво физичке способности због природе ангажовања. Са порастом тероризма, значај ових јединица је све већи и од њих се тражи све квалитетнија обука, где се врхунска физичка припремљеност и оспособљеност подразумевају.

Поред тога, у ратним условима, физички способнији борци су отпорнији на различите врсте стресова, напоре и недаће свих врста, од чега зависи морал и воља за борбу. Физички слаби војници у рату опајају себе као неупотребљиве и често беже од стварности одавајући се алкохолу и другим облицима непожељног понашања. Физички способнији имају већу

отпорност и бољу адаптацију на различите климатске и температурне промене, на глад, жеђ, неспавање и друго. Посебно је значајно да се физички способан борац лакше одупире замору и брже се од њега опоравља. Физичка способност војника, у миру и рату, има непосредан утицај на ефикасност извршавања задатака. Поред тога што физички способнији борац лакше подноси напоре и потешкоће током извршења задатака, он се мање повређује приликом савладавања различитих терена и препрека, а рањени се брже опорављају.

#### **4. ПЕШАДИЈСКЕ ПРЕПРЕКЕ – ЗАШТИТНИ ЗНАК ПРИПАДНИКА ВОЈСКЕ СРБИЈЕ**

Услед природе посла који обављају припадници Војске Србије, значају физичке спремности посвећује се посебна пажња у односу на друге структуре. Сегмент оспособљености припадника укључује и савлађивање пешадијских препрека. Стечена искуства, доприносе развијању способности за савлађивања природних препрека, док на психичком нивоу утичу на веће самопоуздање и развијање врлина попут храбрости, смелости, одлучност и непоколебљивости.

Приказ савлађивања пешадијских препрека у Војсци Србије може се погледати на РТС Емисији „Дозволите“ (<https://www.youtube.com/watch?v=U2gnmJvSoLs>), као и на интернет адреси „Више о спорту у Војсци Србије“ ([www.sport.mod.gov.rs](http://www.sport.mod.gov.rs))

#### **ПРИЛОГ:**

– Пример савлађивања пешадијских препрека.