

**Zigurds Labalaiks, NBS
Juris Dravnieks, LSPA**

Latvijas NBS karavīru fiziskās sagatavotības kontrole

The Physical Fitness Tests Of The Latvian National Armed Forces

Atslēgvārdi: fiziskā sagatavotība, tests

Keywords: physical condition, test

According to the order of the minister of defence the new “Tentative regulations of physical fitness in the Ministry of Defence and National Armed Forces” (AMR 600-22) were developed 3 years ago. Within the regulations the new standard system of physical fitness for National Armed Forces’ soldiers was carried out. At that time there was an appropriate standard database of physical fitness only for compulsory service soldiers. The results of other age groups were elaborated in conformity with minimal number of tested soldiers.

At this moment there is sufficient number of soldiers, both - men and women, at all age groups that have been tested, so that after the summary of physical fitness test data it would be possible to evaluate its objectivity and in case of necessity to perform the indispensable changes according to the conventional scientific principles.

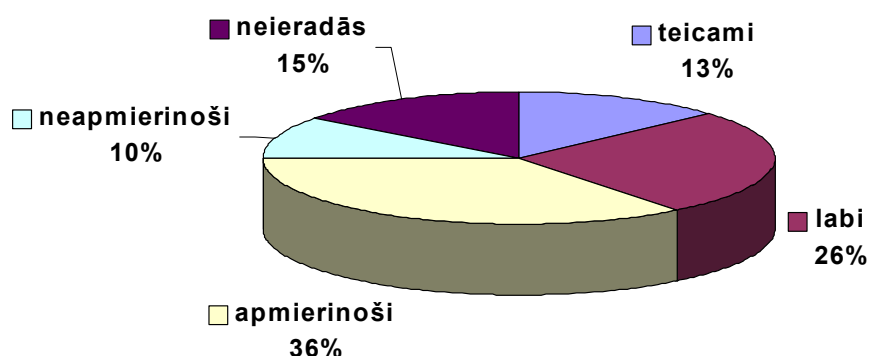
Ievads. Lai garantētu augstu kaujas gatavību, labas darbaspējas un veselību, daļu no karavīra dienesta laika aizņem plānotas fiziskās sagatavošanas un sporta nodarbības. Katrs karavīrs divas reizes gadā (pavasārī un rudenī) saskaņā ar „AM un NBS fiziskās sagatavošanas pagaidu reglamentu (AMR-600-22)” piedalās vispārējās fiziskās sagatavotības (VFS) pārbaudes sacensībās, izpildot paredzētos kontrolvingrinājumus. Pēc VFS daudzciņas (3 testi) rezultāta tiek vērtēta karavīru fiziskās sagatavotības atbilstība spēkā esošajām normām [1]. Izmanto trīs fiziskās sagatavotības pārbaudes testus: roku saliekšana un iztaisnošana balstā guļus, ķermeņa augšdaļas pacelšana no stāvokļa guļus uz muguras un 3000 m (1500 m – sievietēm) skrējieni. Atbilstoši NATO valstu standartam ir mainīts vecuma grupu skaits kā vīriešiem, tā arī sievietēm (4 grupu vietā - 7) [5, 6]. Patlaban testu rezultātu vērtēšanai izmanto pagaidu punktu tabulas un pagaidu fiziskās sagatavotības normas, kas izstrādātas pamatojoties saskaņā ar “AMR-600-22”.

Mūsu pētījuma uzdevumi ir:

- raksturot karavīru fiziskās sagatavotības līmeni atbilstoši spēkā esošajām normām;
- pārbaudīt VFS kontroles sistēmas adekvātumu: testu rezultātu vērtēšanas metodikas un normu atbilstību;
- izstrādāt punktu tabulu rezultātu vērtēšanai, kas nodrošina vienādu punktu devumu par vienādas grūtības sasniegumiem dažādos testos.

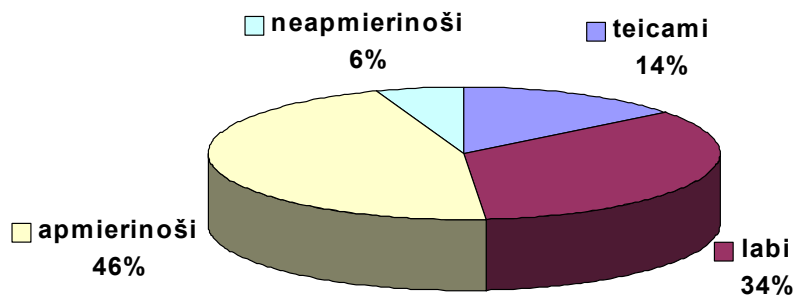
Metodes. Analīzē izmantoti virsnieku un štābu (Sauszemes, Jūras un Gaisa spēku) darbinieku 2003.gadā uzrādītie rezultāti. Atlasīti tikai tie dalībnieki, kuri kārtojuši visus pārbaudes testus saskaņā ar reglamenta AMR 600-22 prasībām. 2003.gadā fiziskās sagatavotības pārbaudes testus kārtoja 1135 virsnieks. Datu analīzē izmantota aprakstošā statistika, aprēķinot: vidējo aritmētisko (\bar{x}), standartnovirzi (s), variācijas koeficientu ($s\%$), vidējā aritmētiskā standartklūdu ($s_{\bar{x}}$). Punktu tabulu izstrādāšanai izmantota mūsu metodika - rezultātu vērtējumu (procentiņu skala) aproksimācija normālā sadalījuma kumulatīvai funkcijai [4]. S-veida skala, kas par vienu un to pašu rezultātu pieaugumu vairāk punktu dod vidēju sasniegumu līmenī, bet mazāk zemo un augsto sasniegumu līmenī stimulē fiziskās sagatavošanas vispusību – vidēji augstu rezultātu sasniegšanu visos testos – un izslēdz iespēju kompensēt kādas fiziskās īpašības vājumu ar izcilu citas īpašības raksturojumu [3, 4].

Rezultāti un to analīze. Nacionālo Bruņoto spēku virsnieku fiziskās sagatavotības kontroles rezultātu sadalījums atbilstoši spēkā esošajām VFS normām (1. att.) ļauj secināt, ka 25% virsnieku personālsastāva fiziskā sagatavotība neatbilst vēlamajam līmenim vai arī viņu attieksme pret šo jautājumu ir bezatbildīga.



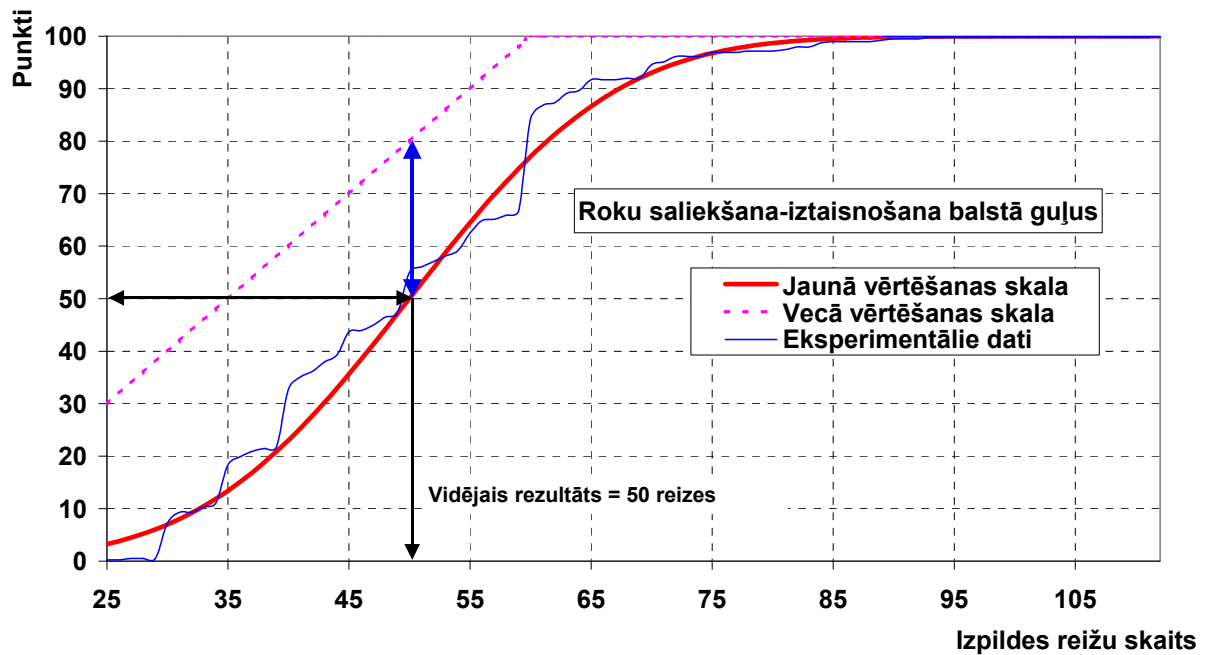
1. att. NBS virsnieku fiziskā sagatavotība 2003. gadā (n = 1135)

Nedaudz labāka situācija ir virsdienesta karavīru vidū – tikai 6% fiziskā sagatavotība neatbilst vēlamajam līmenim (2. att.).



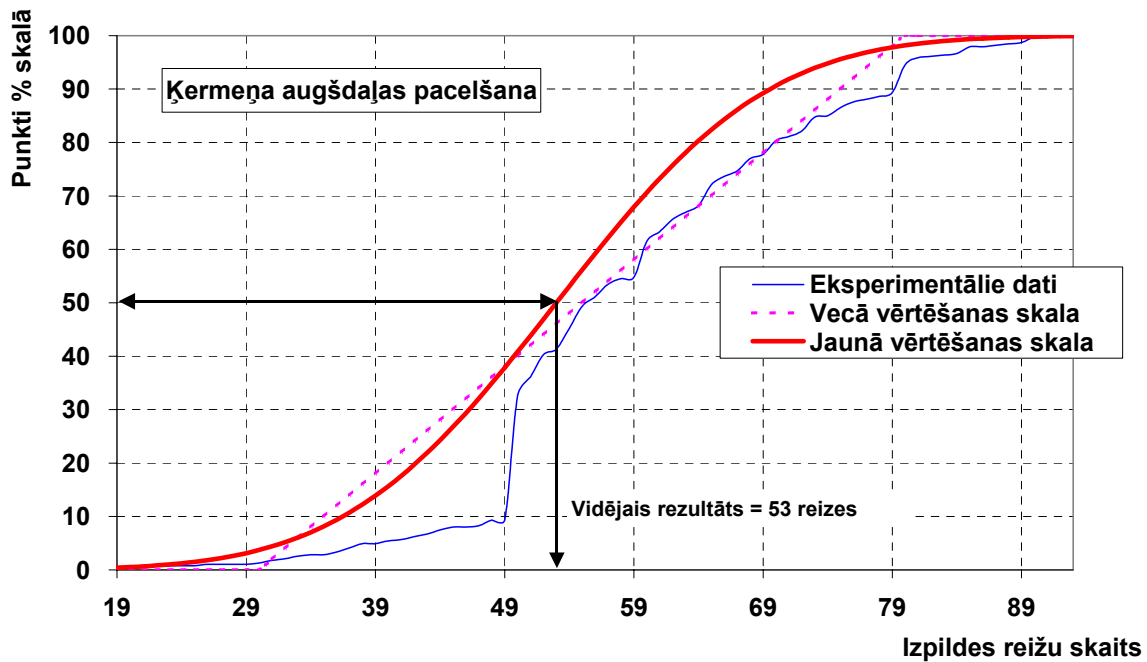
2. att. Virsdienesta karavīru fiziskā sagatavotība 2003. gadā (n = 2131)

Labs adekvātas vērtēšanas indikators ir procentiņu skala – sacensību dalībnieks saņem tik punktu, cik dalībnieku (% no kopējā skaita) ir pārspējis. Tādējādi dažādos testos grūtības ziņā līdzvērtīgi ir rezultāti, kuri ir pa spēkam 10%, 20%, 30% utt. dalībnieku. Ja rezultātu variēšana tuvojās normālajam sadalījumam, tad vidējais rezultāts (vidējais aritmētiskais) vienmēr ir pa spēkam 50% dalībnieku un atbilst 50 punktiem. Jaunveidoto punktu tabulā vērtējumu skalas robežas ir no 0 līdz 100%. Arī šobrīd spēkā esošo tabulu vērtējumi punktos ir tādās pat robežās. Tas ļauj grafiski salīdzināt vecās un jaunās punktu tabulas, kā arī konstatēt, vai vecās skalas nodrošina līdzīgu punktu devumu vienādas grūtības sasniegumiem dažādos testos. V-1 grupā (18-27 g.) pārbaudīto 388 virsnieku vidējais rezultāts roku saliekšanas un iztaisnošanas testā ir 50 reizes. Procentiņu skalā vidējais rezultāts (vidējais aritmētiskais) vienmēr atbilst 50 punktiem. Pēc grafiskā attēla redzama vecās skalas krasa nobīde (30 punkti) no jaunās – procentiņu skalas un eksperimentālajiem datiem (3. att.). Tas liecina, ka vecajā skalā vērtējumi ir pārāk augsti – par šādu rezultātu tā dod 80 punktus.



3. att. Rezultātu vērtēšana spēka testā (V-1 grupas virsnieki; n = 388)

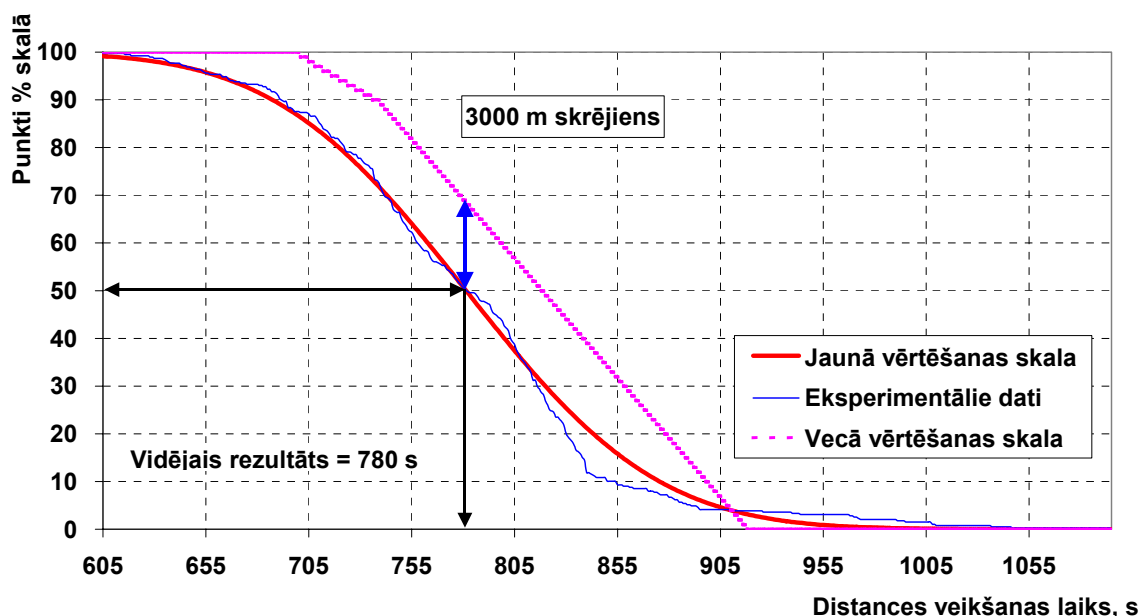
Ķermeņa augšdaļas pacelšanas testā vidējais rezultāts ir 53 reizes, kas procentiņu skalā arī atbilst 50 punktiem. Vecā vērtēšanas skala ir visai tuvu jaunajai - dod par šo sasniegumu 47 punktus, tātad gandrīz adekvāta, bet salīdzinot ar iepriekšējo testu par tādas pat grūtības pakāpes rezultātu dod par 33 punktiem mazāk (4. att.).



4. att. Rezultātu vērtēšana spēka izturības testā (V-1 grupas virsnieki; n = 388)

Apskatot 3000 m skrējiena vērtējumus redzams, ka vecā punktu tabula par vidējo rezultātu dod paaugstinātu vērtējumu – aptuveni 68 punktus (5. att.). Šīs

vecuma grupas pārstāvju vidējais rezultāts ir 13 : 00 minūtes (780 s), tātad atbilst procentiņu skalas 50 punktiem.



5. att. Rezultāti vērtēšana izturības testā (V-1 grupas virsnieki; n = 388)

Grafiskā analīze uzskatāmi parāda, ka spēkā esošās punktu tabulas nenodrošina vienādu vērtējumu (punktu devumu) par vienādas grūtības sasniegumiem dažādos testos, tātad nav atbilstošas prasībām un ir steidzoši jāmaina. Protams, līdz ar to nākošais neatliekamais uzdevums ir pārveidot arī normas.

SECINĀJUMI

1. Vērtējot NBS karavīru fiziskās sagatavotības līmeni pēc spēkā esošajām normām, jāatzīst, ka ne vienmēr tas atbilst vēlāmajam.
2. Veicot 2003. gada VFS sacensību rezultātu analīzi konstatēts, ka izmantotās punktu tabulas nenodrošina adekvātu rezultātu vērtējumu izmantotajos testos, tādēļ tās jāpārveido.
3. Mūsu izveidotās punktu tabulās ir novērsta šī neprecizitāte un tiek garantēts līdzvērtīgs punktu devums par vienādas grūtības sasniegumiem visos VFS testos. Tādēļ tās piedāvājamās reglamenta izmaiņām.

LITERATŪRA

1. Aizsardzības ministrijas un Nacionālo bruņoto spēku fiziskās sagatavošanas pagaidu reglaments: (AMR 600-22) / Latvijas Republikas Aizsardzības ministrija. –32 lpp.
2. Dravnieks J. Bakalaura pavārgrāmata [Tiešsaistes pakalpojums] / LSPA. Rīga : LSPA, 2004. Pieejas veids: Tīmeklis WWW.
URL: <http://lspa.lanet.lv/metron/Koks.html> .
3. Dravnieks J., Popovs E., Paeglītis A. Sporta zinātnisko pētījumu tehnoloģija. Rīga, 1997. 1. daļa. 98. lpp.
2. daļa. 86. lpp.
3. daļa. 86. lpp.
4. daļa. 52 lpp..
4. Dravnieks J., Šīmane I., Labalaiks Z. Fiziskās sagatavotības testu rezultātu vērtēšana // Zinātniski metodiskie raksti 1997./1998 / LSPA ; U.Švinks. - Rīga : [b.i.], 1998, 31.-36. lpp.
5. Combatives /Headquarters US Department of the Army. – Washington: [s.n.], 1992. – 300 p.
6. FM 21-22 Physical Fitness training / Headquarters Department of the Army, Washington, DC, 30 September 1992. – 242 p.
7. Задиорский В. Основы спортивной метрологии. – Москва : Физкультура и спорт, 1979. – 152 с.