

Fizikai felkészítés a MH 25. Klapka György Lövészdandárnál

1., AZ ALAKULAT BEMUTATÁSA

A honvédelmi miniszter 34/2007 (HK) 4 HM számú határozata költségvetési szerv alapításáról szóló határozata alapján:

Az alakulat megnevezése: 25. Klapka György Lövészdandár

2., RÖVID TÖRTÉNET

1950 17. ÖNÁLLÓ NEHÉZ HARCKOCSI ÉS ROHAMLÖVEG EZRED

1953 31. NEHÉZHARCKOCSI ÉS ROHAMLÖVEG EZRED

1956 25. HARCKOCSI EZRED

1987 25. KLAPKA GYÖRGY HARCKOCSI DANDÁR

1955 25. KLAPKA GYÖRGY ÖNÁLLÓ GÉPESÍTETT DANDÁR

1977 25. KLAPKA GYÖRGY GÉPESÍTETT LÖVÉSZDANDÁR

2004 25. KLAPKA GYÖRGY KÖNNYŰ LÖVÉSZDANDÁR

2007 25. KLAPKA GYÖRGY LÖVÉSZDANDÁR

3., TESTNEVELÉS KIKÉPZÉS

A katonai testnevelés kiképzés, mint fő kiképzési ág - a fizikai felkészítés meghatározó területe. Alapvetően a katonai testnevelés foglalkozásokon (*testnevelés órákon*), és az alegységek napirenden belül szervezett, irányított sportfoglalkozásain valósul meg. Ebből adódóan a szervezett fizikai felkészítésben, illetve felkészülésben való részvétel minden katonának kötelező.

Célja, hogy a katonákat – a különböző állománycsoportok és beosztások jellegének megfelelően – fizikailag felkészítse a korszerű harc eredményes megvívására, és a fizikai képességek fokozásával alkalmassá tegye a szolgálattal járó szellemi és fizikai megterhelés egészségkárosodás nélküli elviselésére.

Dandárunk kiképzésében meghatározó szerepet tölt be a fizikai felkészítés ezt egyrészt az alaprendeltetésből adódó feladataink illetve a missziós- hadműveleti területen végrehajtott feladataink eredményes végrehajtása teszi szükségessé. Ehhez járul hozzá az az egyes katonák saját maguk felé támasztott „igényesség-elvárás” ami jelenti talán a legnagyobb motiváltságot, talán ezt látom legnagyobb eredménynek az alakulatnál és ez a tendencia évről-évre javul.

A napi testnevelést a laktanya belső szabályozójában rögzített „forgószínpad” szerű mozgásanyag elosztás szabályozza ami egy téli illetve egy nyári időszakra különül el.

Testnevelési foglalkozások mozgásanyaga november 01-től március 31-ig

| | | Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|--------------------------------|--------|---|---|---------------------------|---|--------------------|
| dd. törzs | TK | 1-es mozgásanyag | 2-es mozgásanyag | 4-es mozgásanyag | 3-as mozgásanyag | 5-ös mozgásanyag |
| | Tárgya | Atlétika jellegű fogl. | 6 km-es menetgyakorlat | Úszás/ált.erősítés | Ált. erősítő gyak. | Kötélékben futás |
| | Helye | 400-mes futópálya, dd. kör | Gyakorlótér | Tatai Edzőtábor | Tornakert, aeg. konditermek, akadálypályák melletti füves rész. | dd. kör |
| 1.z. | TK | 1-es és 3-as mozgásanyag | 4-es mozgásanyag | 5-ös mozgásanyag | 2-es mozgásanyag | 4-es mozgásanyag |
| | Tárgya | Atlétika jellegű fogl./ált. erősítő fogl. | Úszás/ált.erősítés | Kötélékben futás | 6 km-es menetgyakorlat | Úszás/ált.erősítés |
| | Helye | 400-mes futópálya, dd-kör, aeg. konditermek | Tatai Edzőtábor | dd. kör | Gyakorlótér | Tatai Edzőtábor |
| Harcitámogató z. | TK | 4-es mozgásanyag | 3-as mozgásanyag | 1-es mozgásanyag | 2-es mozgásanyag | 5-ös mozgásanyag |
| | Tárgya | Úszás/ált.erősítés | Ált. erősítő gyak. | Atlétika jellegű fogl. | 6 km-es menetgyakorlat | Kötélékben futás |
| | Helye | Tatai Edzőtábor | Tornakert, aeg. konditermek, akadálypályák melletti füves rész. | 400-mes futópálya, dd-kör | Gyakorlótér | dd. kör |
| tő.tám.sz.d. | TK | 3-as mozgásanyag | 2-es mozgásanyag | 4-es mozgásanyag | 1-es mozgásanyag | 5-ös mozgásanyag |
| | Tárgya | Ált. erősítő gyak. | 6 km-es menetgyakorlat | Úszás/ált.erősítés | Atlétika jellegű fogl. | Kötélékben futás |
| | Helye | Tornakert, aeg. konditermek, akadálypályák melletti füves rész. | Gyakorlótér | Tatai Edzőtábor | 400-mes futópálya, dd. kör | dd. kör |
| heő. tám. aeg./Logisztikai z.. | TK | 2-es mozgásanyag | 3-as mozgásanyag | 1-es mozgásanyag | 4-es mozgásanyag | 5-ös mozgásanyag |
| | Tárgya | 6 km-es menetgyakorlat | Ált. erősítő gyak. | Atlétika jellegű fogl. | Úszás/ált.erősítés | Kötélékben futás |
| | Helye | Gyakorlótér | Tornakert, aeg. konditermek, akadálypályák melletti füves rész. | 400-mes futópálya, dd-kör | Tatai Edzőtábor | dd. kör |

Testnevelési foglalkozások mozgásanyaga április 01-től november 01-ig

| | | Hétfő | Kedd | Szerda | Csütörtök | Péntek |
|-------------------------------|--------|--|--|--|---------------------------|------------------|
| dd. törzs | TK | 1-es mozgásanyag | 2-es mozgásanyag | 3-as mozgásanyag | 4-es mozgásanyag | 5-ös mozgásanyag |
| | Tárgya | Atlétika jellegű fogl. | 6 km-es menetgyakorlat | Ált. erősítő gyak. | Játék | Kötélékben futás |
| | Helye | 400-mes futópálya, dd. kör | Gyakorlótér | Tornakert, aeg. konditermek, akadálypályák melleti füves rész. | Sportpályák | dd. kör |
| l.z. | TK | 1-es mozgásanyag | 2-es mozgásanyag | 3-as mozgásanyag | 4-es mozgásanyag | 5-ös mozgásanyag |
| | Tárgya | Atlétika jellegű fogl. | 6 km-es menetgyakorlat | Ált. erősítő gyak. | Játék | Kötélékben futás |
| | Helye | 400-mes futópálya, dd-kör | Gyakorlótér | Tornakert, aeg. konditermek, akadálypályák melleti füves rész. | Sportpályák | dd. kör |
| Harcitámogató z. | TK | 3-as mozgásanyag | 4-es mozgásanyag | 1-es mozgásanyag | 2-es mozgásanyag | 5-ös mozgásanyag |
| | Tárgya | Ált. erősítő gyak. | Játék | Atlétika jellegű fogl. | 6 km-es menetgyakorlat | Kötélékben futás |
| | Helye | Tornakert, aeg. konditermek, akadálypályák melleti füves rész. | Sportpályák | 400-mes futópálya, dd-kör | Gyakorlótér | dd. kör |
| tő.tám.sz.d. | TK | 3-as mozgásanyag | 4-es mozgásanyag | 1-es mozgásanyag | 2-es mozgásanyag | 5-ös mozgásanyag |
| | Tárgya | Ált. erősítő gyak. | Játék | Atlétika jellegű fogl. | 6 km-es menetgyakorlat | Kötélékben futás |
| | Helye | Tornakert, aeg. konditermek, akadálypályák melleti füves rész. | Sportpályák | 400-mes futópálya, dd-kör | Gyakorlótér | dd. kör |
| heö. tám. aeg./Logisztikai z. | TK | 2-es mozgásanyag | 3-as mozgásanyag | 4-es mozgásanyag | 1-es mozgásanyag | 5-ös mozgásanyag |
| | Tárgya | 6 km-es menetgyakorlat | Ált. erősítő gyak. | Játék | Atlétika jellegű fogl. | Kötélékben futás |
| | Helye | Gyakorlótér | Tornakert, aeg. konditermek, akadálypályák melleti füves rész. | Sportpályák | 400-mes futópálya, dd-kör | dd. kör |

Ez a reggeli napi 1 óra mi inkább 1,5 meghatározója a katonai napirendjének, hiszen a reggeli zászlóalj -illetve századosalakozók már sportruházatban történnek és ezt követően a szakasz, rajparancsnokok illetve szakasz tiszthelyettesek vezetésével valósulnak meg.

Persze nem volt ilyen könnyű idáig eljutni hiszen kezdetben „drasztikus” ellenőrzések hatására valósult ez a rendszer meg, ez irányú törekvésemet pedig csak a dandár vezetésének a magam mellé állításával sikerült elérni, de meg lett az eredménye...

A másik nagyon fontos tényező, ami a testnevelést irányító parancsnokok számára vezetett módszertani foglalkozások levezetése ami a missziós felkészülések részét is képezi. Külön figyelmet kell fordítanunk a missziós felkészülésekre hiszen a mai Honvédségben az egyik fő feladat. A hadművelési területeken egyre komolyabb illetve összetettebb feladatok végeznek a katonák ez egyértelműen igényli a kimagasló fizikai állapotot.

Fontos megemlíteni a különböző katonai bajnokságokon való részvételt amelynek résztvevőit megpróbáltunk egyre tágabb ollóval válogatni illetve egyre komolyabb felkészüléseket szervezni ezeken a felkészüléseken szerzett tapasztalatokat önállóan ültetik át a foglalkozásvezetők a napi testnevelésbe, nem titkolom, hogy szándékosan válogatnak ebből az állományból hiszen ők képezik az állomány felé a példaképet ezáltal egyre többen szeretnének bekerülni adott esetben egy mezei futócsapatba.

A heti 6 km-es illetve a 3 havonta levezetésre kerülő 20 km-es járőrtípusú menetgyakorlataink is meghatározó gerincét képezik a fizikai erőnlét, állóképesség fejlesztésében. Meg kell még említenem, hogy nálunk bevált szokás ezen menetgyakorlatokon kívül a lőtérre történő kijutás (kb. 7 km) gyalogosan, felszereléssel saját lőszer szállításával különböző harcászati, futó és egyéb feladatokkal fűszerezve valósul meg (kiemelten a lövész zászlóalj vonatkozásában). Ez mindenképp a napi testnevelés kiegészítésének számít.

4., PROBLÉMÁINK

Persze mint minden rendszer, ez sem tökéletes. Számos problémával küzdünk, nagyon nagy nehézséget jelent a megfelelő infrastruktúra hiánya. A különböző egyéb feladatokból történő leterheltség, sokszor nem tartható a napirend, illetve ami talán a legfontosabb a megfelelő szakember alacsony száma, hiszen egy közel 1200 fős dandár testnevelésének irányítása hatalmas feladatot jelent, sajnos az állománytábla összetétele 1 fő testnevelői helyet tesz lehetővé egy ekkora alakulatnál és egy 150 zászlóaljnál is, ez semmiképp sem áll összhangban egymással. Véleményem szerint egy külön testnevelési szakcsoportnak kellene dolgoznia egy ekkora alakulatnál testnevelő tiszti illetve tiszthelyettesi helyekkel megerősítve akár zászlóaljanként. Így még szakszerűbbé és irányítottabbá tudna válni a fizikai felkészítés.

Nagyon fontos megemlítenem a katonák egyéni motiváltságának javítását, ami a mai anyagi világunkban sajnos lehet, hogy az anyagi motivációt jelenti. Régebbi időkben létezett a Honvédségben arany, ezüst illetve bronz jelvény ami az adott katona fizikai felkészültségét jelentette. Elképzelhetőnek tartom például a fizikai felmérésen szerzett pontszámok bizonyos szám (300,360) fölötti teljesítésénél elnyerhető lenne első évben a bronz, másodikban az ezüst, harmadikban az arany fokozat ami adott esetben vonhatna maga után anyagi juttatást.

Véleményem szerint az emberek döntő többségét az elhivatottság, az anyagi javak és a hiúság ösztönzi. A hivatásos és szerződéses katonai pálya eleve feltételezi az elhivatottságot, mert különben nem ezt választanánk. Ha azonban a katona elhivatottsága nem olyan mértékű, hogy belássa, fizikai állapota a teljesítőképeségét oly mértékben befolyásolja, hogy az nem képes a fő célt, a haza megvédését, valamint a szolgálat ellátását, mind helyőrségében, mind külszolgálatban biztosítani, akkor le kell szerelni. Nem alkalmas! A professzionális haderőre történő áttérés ezt a célt hivatott biztosítani, a folyamat elindult, szilárdítsuk meg!

„Akinak nincsenek teljesíthetetlen álmai, annak a teljesíthetők sem válnak valóra soha”