

БИЕ БЯЛДРЫН ШАЛГАЛТ БА СЭТГЭЛЗҮЙ, ТЭСВЭР ТЭВЧЭЭРИЙН ЧУХАЛ АЧ ХОЛБОГДОЛ

Д.Түмэнцэцэг

*Дотоод хэргийн их сургуулийн
Биеийн тамир, албаны
бэлтгэлийн институтын багш,
дэслэгч*

Товч агуулга: 2024 онд Дотоод хэргийн их сургуулийн харьяа сургуулиудын сонсогчдын дунд зохион байгуулагдсан бие бялдрын түвшин тогтоох шалгалтад нийт 1,113 сонсогч хамрагдсан. Шалгалтын зорилго нь сонсогчдын биеийн хөгжлийн түвшин, сэтгэлзүйн тогтвортой байдал, ирээдүйн үүрэг гүйцэтгэх чадамжийг тодорхойлох явдал байв. Үнэлгээний таван шалгуур үзүүлэлтээр дүгнэгдсэн ба шалгалтын дүнг сургуулиудын хооронд харьцуулан дүн шинжилгээ хийсэн. Үр дүнгээс харахад Онцгой байдлын сургуулийн сонсогчид хамгийн өндөр амжилт, чанарын үзүүлэлттэй байсан бол Цагдаагийн болон Шүүхийн шийдвэр гүйцэтгэлийн албаны сургуулиудын сонсогчид харьцангуй доогуур үзүүлэлттэй байв. Бие бялдрын хөгжил нь хууль сахиулах, аюулгүй байдлын байгууллагын алба хаагчдын мэргэжлийн чадамж, бэлэн байдлын чухал үзүүлэлт юм. Иймд сонсогчдын бие бялдрын байдлыг бодитой үнэлэх, сургалтын хөтөлбөрт дүн

шинжилгээ хийх, сайжруулах үндэслэл бүрдүүлэх зорилгоор энэхүү шалгалтыг зохион байгуулсан. Шалгалтад хамрагдсан сонсогчдын гүйцэтгэлийг таван төрлийн шалгуураар үнэлж, А–F үнэлгээ өгсөн. Судалгаанд нийт оролцсон, амжилттай дүгнэгдсэн, чанарын үнэлгээ авсан сонсогчдын хувь хэмжээг тооцож, сургуулиудын хоорондын харьцуулалт хийж, чанарыг тоон судалгааны аргаар судалж үр дагавраар нь нэгтгэн дүгнэлээ.

Түлхүүр үгс: Бие бялдрын шалгалт, гүйцэтгэлийн үнэлгээ, чанарын үзүүлэлт, чадварын үнэлгээ.

Удиртгал

Хууль сахиулах, аюулгүй байдлын байгууллагын алба хаагчид нь өндөр хариуцлага хүлээдэг, биеийн болон сэтгэлийн тэнцвэртэй, онцгой нөхцөлд шуурхай, оновчтой шийдвэр гаргах чадвартай байх шаардлагатай. Энэ шаардлагыг хангах үндэс нь албанд бэлтгэгдэж буй сонсогчдын бие бялдрын хөгжлийн түвшин, сэтгэл зүйн тогтвортой байдал, тэсвэр хатуужилтай шууд холбоотой.

Иймээс Дотоод хэргийн их сургуулийн харьяа сургуулиудын сонсогчдын дунд жил бүр зохион байгуулагддаг бие бялдрын түвшин тогтоох шалгалт нь сонсогчдын цаашдын мэргэжлийн үйл ажиллагаанд шаардлагатай суурь бэлтгэлийг бүрдүүлэх,

сургалтын чанарт нөлөөлөх чухал шалгуур болдог. Энэхүү шалгалт нь зөвхөн биеийн хүч чадлыг үнэлэхээс гадна авхаалж самбаа, сэтгэлзүйн бэлтгэлжилт, хариу үйлдэл үзүүлэх чадвар зэрэг олон талт үзүүлэлтээр үнэлэгддэг онцлогтой.

Энэхүү илтгэлд Дотоод хэргийн их сургуулийн Цагдаагийн сургууль, Хилийн албаны сургууль, Шүүхийн шийдвэр гүйцэтгэлийн албаны сургууль, Онцгой байдлын сургуулийн сонсогчдын бие бялдрын түвшин тогтоох шалгалтын дүнг харьцуулан судалж, тэдний бэлтгэлжилтийн түвшнийг үнэлэн, сургалтын хөтөлбөрт цаашид анхаарах шаардлагатай чиглэлүүдийг тодорхойлсон болно.

Үндсэн хэсэг

Цэргийн биеийн тамирын бэлтгэлжилтийн эрх зүйн үндэс ба ач холбогдол

Цэргийн биеийн тамирын заавар ба түүний зорилго

Монгол Улсын “Цэргийн биеийн тамирын заавар” (ЦБТЗ-18) нь зэвсэгт хүчний болон хууль сахиулах байгууллагын алба хаагчдын бие бялдрын бэлтгэлжилтийг төлөвлөх, удирдан зохион байгуулах, хэрэгжилтийг хянах үндсэн баримт бичиг юм. Энэхүү заавар нь биеийн тамирын сургалт, дасгалжуулалт, тоног төхөөрөмж,

орчин нөхцөлийг тодорхойлох, аюулгүй ажиллагааг хангах чиглэлээр нэгдсэн арга зүйг тогтоодог.¹

Цэргийн алба хаагчийн бие бялдрын бэлтгэлжилт нь байлдааны болон хуулиар хүлээсэн тайван цагийн үүргийг гүйцэтгэхэд зайлшгүй шаардлагатай бөгөөд тухайн алба хаагчийн мэргэжлийн чадамж, эрүүл мэнд, сэтгэлзүйн тогтвортой байдлын үндэс болдог. Иймд “Цэргийн биеийн тамирын заавар” нь зөвхөн сургалт-дасгалын төлөвлөлтөөс гадна алба хаагчдын чадавхыг үнэлэх, цаашдын хөгжлийн чиглэлийг тодорхойлоход чухал суурь баримт бичиг болдог.

Цэргийн биеийн тамирын зорилго ба утга агуулга

“Цэргийн биеийн тамир” нь зөвхөн биеийн хүчний дасгал хөдөлгөөнөөс бүрдэхгүй бөгөөд алба хаагчдад сэтгэл зүйн тэсвэр, сахилга бат, хатуужил, авхаалж самбаа зэрэг олон талын чадваруудыг эзэмшүүлэх цогц үйл ажиллагааг хамардаг.² Энэхүү хандлага нь байлдааны нөхцөлд ажиллах чадвар, түргэн шуурхай шийдвэр гаргах, эрсдэлтэй нөхцөлд амь биеэ хамгаалах, бусдын аюулгүй байдлыг хангах чадамжийг төлөвшүүлдэг.

Сонсогчдын бие бялдрын түвшин тогтоох шалгалт нь дээрх заавар, арга зүйтэй нийцсэн, бодит үнэлгээ хийх, сургалтын

¹ ЦБТЗ-18, 2018

² ЦБТЗ-18, 2018

хэрэгцээ шаардлагыг тодорхойлох ач холбогдолтой. Энэ нь сургалтын үр дүнг хэмжих, дүн шинжилгээ хийх, системтэй хөгжүүлэх үндэс болдог.

Бусад орны цэргийн сургуулийн биеийн тамирын шалгалтын жишиг

Дэлхийн улс орнуудын цэргийн сургуулиудад сонсогчдын бие бялдрын түвшинг тогтоох шалгалтыг тусгай заавар, стандартын дагуу авдаг. Жишээ нь:

- АНУ: *Candidate Fitness Assessment* (CFA) шалгалтад сагсан бөмбөгийн шидэлт, сунналт, гэдэсний дасгал, shuttle run, 1 милийн гүйлт зэрэг багтдаг бөгөөд сонсогчийн ерөнхий биеийн хөгжил, шийдвэр гаргах чадварыг үнэлдэг (United States Military Academy, n.d.).

- Их Британи: Сандхурстийн Цэргийн Академи нь “Role Fitness Test”-ийг хэрэгжүүлдэг. Энэ нь бодит байдалд ойр дасгалууд (ачаа зөөх, бөмбөг шидэх, үхлийн өргөлт, саадтай гүйлт) агуулсан бөгөөд нас, хүйс ялгалгүй авдаг (British Army, 2023).

- Канад: “FORCES Fitness Test” нь sandbag carry, push/pull sled, shuttle run, plank гэх мэт дасгалуудаар биеийн тамирын чадавхыг шалгадаг (Government of Canada, 2022).

- Герман: Bundeswehr-ийн шалгалт нь 11x10 м shuttle run, гарын түлхэлт, 1000 м гүйлтээс бүрддэг бөгөөд цэргийн албаны

суурь бэлтгэлийг шалгадаг (Bundeswehr, n.d.).

- ОХУ: Бие бялдрын шалгалт нь нас, хүйс, мэргэжлийн чиглэлд тохирсон байдлаар явагддаг. Үүнд сунналт, гэдэсний дасгал, 100 м болон 3 км гүйлт багтдаг (Ministry of Defence of the Russian Federation, 2021).

- Өмнөд Солонгос: 2 км гүйлт, хэвтээгээс гэдэсний дасгал, сунналт зэрэг дасгалуудын шалгалтыг жил бүр тогтмол авдаг бөгөөд сахилга, тэсвэрийг үнэлдэг (Republic of Korea Armed Forces, 2023).

Эдгээр жишээнүүд нь бүх орны цэргийн байгууллагууд өөрсдийн онцлогт нийцүүлэн бэлтгэлжилтийн шалгуур тогтоодог боловч нийтлэг шинж нь хүч чадал, тэсвэр тэвчээр, сэтгэлзүй, авхаалж самбааг хамарсан бодит шалгуурт үндэслэдэг болохыг харуулж байна.

Сонсогчдын бие бялдрын шалгалтын нэгдсэн дүн

Дотоод хэргийн их сургуулийн Цагдаагийн сургууль, Хилийн албаны сургууль, Шүүхийн шийдвэр гүйцэтгэлийн албаны сургууль, Онцгой байдлын сургуулийн сонсогчдын дунд зохион байгуулагдсан бие бялдрын түвшин тогтоох шалгалт нь 2024 оны __ дугаар сарын __-ны өдрөөс __ дугаар сарын __-ны өдрийг хүртэл нийт __ өдрийн хугацаанд амжилттай явагдсан.

Шалгалтад нийт __ сонсогч хамрагдсан бөгөөд үнэлгээ нь

дараах таван төрлийн гүйцэтгэлийн шалгуур үзүүлэлтээр хэмжигдсэн. Үүнд:

✚ Авхаалж самбаа – хурдан сэтгэх, шийдвэр гаргах, хариу үйлдэл үзүүлэх чадварыг шалгах дасгалууд;

✚ Хүч – булчин, биеийн ерөнхий хүч чадал, физик ачаалал даах чадвар;

✚ Уян хатан байдал – үе мөчний хөдөлгөөний уян налархай, хөдөлгөөн хязгаарлалтаас сэргийлэх чадамж;

✚ Хурд – богино хугацаанд тодорхой зайнд гүйцэтгэл үзүүлэх чадвар;

✚ Тэсвэр тэвчээр – урт хугацааны ачааллыг даван туулах чадвар, амьсгал, зүрх судасны тогтолцооны бэлтгэлжилт.

Шалгалтын төрлүүдэд зориулсан онооны жишиг, үнэлгээний шалгуурт үндэслэн сонсогч бүрийн гүйцэтгэлийг биеийн тамирын бэлтгэлжилтийн стандартаар дүгнэж, нэгтгэн гаргасан бөгөөд уг дүнг дараах бүлэгт шалгалтын дүнгийн харьцуулсан судалгааг танилцуулж байна. *Дүнг хүснэгтээр харуулбал:*

Үзүүлэлт	Онцгой байдлын сургууль	Хилийн албаны сургууль	Цагдаагийн сургууль	ШШГАлбаны сургууль
Нийт сонсогч	77	255	665	116
Шалгалтад оролцсон	64 (83.1%)	233 (91.4%)	605 (91%)	107 (92.2%)
A	0	3	2	0
B	13	25	59	11
C	13	39	83	10
D	19	63	159	34
F	19	103	302	52
Амжилттай (A–C)	26 (40.6%)	67 (28.8%)	144 (23.8%)	21 (19.6%)
Амжилтын хувь	20.31%	12.02%	10.08%	10.28%
Чанарын хувь (A–B)	70.31%	55.79%	—	51.40%

Дүгнэлт

1. Онцгой байдлын сургууль Амжилтын хувь хамгийн өндөр буюу 20.31%

Чанарын үзүүлэлт хамгийн сайн буюу A-B: 70.31%

A үнэлгээтэй хүн байхгүй ч B, C-д өндөр үзүүлэлттэй байна.

Шалгалтад оролцсон сонсогчдын тоо хамгийн бага ч үр дүн хамгийн сайн гарсан.

2. Хилийн албаны сургууль

Дундаж амжилтын хувьтай 12.02% бөгөөд бусад сургуулиудтай харьцуулахад 255 сонсогчоос 233 нь оролцсон нь сайн үзүүлэлт юм.

Бусад сургуультай харьцуулахад А үнэлгээтэй сонсогч хамгийн их.

Чанарын хувь 55.79% буюу хоёрдугаарт орсон.

3. Цагдаагийн сургууль

Хамгийн олон оролцогчтой (605 хүн), гэхдээ хамгийн бага амжилттай буюу 10.08%

Г үнэлгээтэй хамгийн олон хүнтэй буюу 302 хүн буюу 49.9%-тай

А үнэлгээтэй ердөө 2 хүн байна.

Чанарын хувь өгөгдөөгүй боловч А-В 61 хүнтэй (10%) байна.

4. ШШГАлбаны сургууль

Оролцсон хүний хувь өндөр ч амжилтын хувь буюу 19.6%, болон чанар (51.4%) нь доогуур.

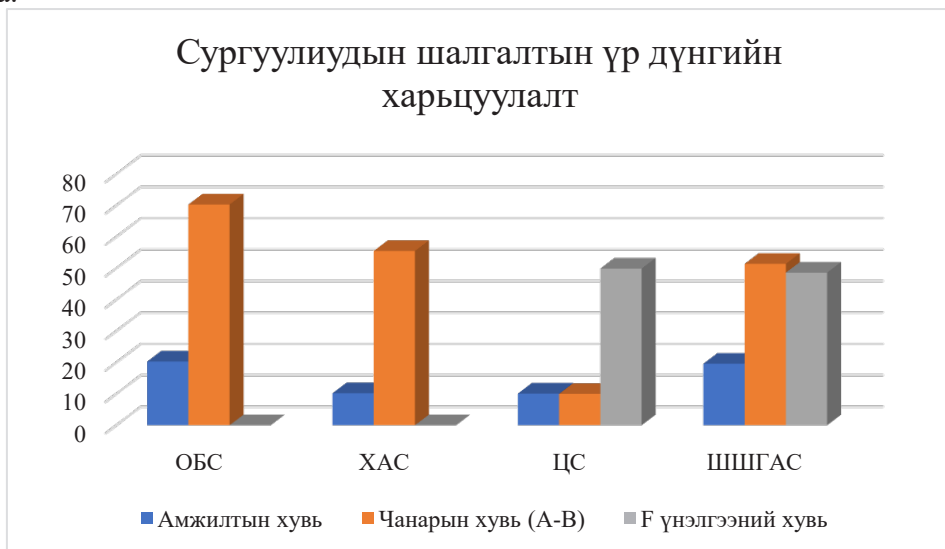
А үнэлгээ огт байхгүй, харин Г үнэлгээ өндөр байна (52 хүн буюу 48.6%)

Дээрх харьцуулсан судалгаанаас дүгнэхэд:

1.Онцгой байдлын сургуулийн сонсогчид бие бялдрын шалгалтад бусдаас илүү амжилттай, чанартай оролцсон байна.

2.Цагдаагийн сургууль, ШШГАлбаны сургуульд амжилт болон чанарын хувьд анхаарах шаардлагатай.

3.Хилийн албаны сургууль нь А үнэлгээ хамгийн их байгаа ч нийт амжилтын хувь нь дунд түвшинд байна.



Санал

Биеийн бэлтгэл, тэсвэр тэвчээрийн чанарыг сайжруулах: Цагдаагийн сургууль болон ШШГАлбаны сургуулиудын хувьд нийтлэг дутагдал нь биеийн хүч чадал болон тэсвэр тэвчээрийн үзүүлэлт бага байгаагаас, тэсвэр тэвчээрийн болон хүч чадлын дасгалуудыг илүү гүнзгий, нарийвчилсан түвшинд оруулах шаардлагатай байна. Эдгээр сургуулиудад эмэгтэй сонсогчдын тоо харьцангуй өндөр байгааг анхаарах хэрэгтэй бөгөөд энэ нь бие бялдрын дасгалуудыг илүү зохицуулалттай, тохиромжтой байдлаар явуулах шаардлагатайг харуулж байна. Мөн, хичээлийн ачаалал, кредит цаг нь харьцангуй бага байгаагаас, бие бялдрын бэлтгэл хангалттай түвшинд хийгдэхгүй байгаа бөгөөд үүнийг сайжруулахын тулд хичээлийн ачааллыг нэмэгдүүлэх, сургалтын хөтөлбөрийг эрчимжүүлэх хэрэгтэй байна.

Шалгалтын системийг сайжруулах: Бие бялдрын шалгалт нь зөвхөн хүч чадал, гүйцэтгэлд төвлөрөх биш, харин сонсогчдын амьсгалын чадавх, сэтгэл зүйн тэсвэр, хурдан шийдвэр гаргах чадварыг ч мөн шалгах хэрэгтэй. Үүнтэй холбогдуулан, шалгалтын сэдэв, дасгалуудыг өргөжүүлж, олон талын чадварыг хамруулах нь сургалтын үр дүнд эерэг нөлөө үзүүлнэ.

Эх сурвалж

1. Батлан хамгаалахын яам. (2018). *Цэргийн биеийн тамирын заавар (ЦБТЗ-18)*. Улаанбаатар: Батлан хамгаалахын яам.

2. United States Military Academy. (n.d.). *Candidate Fitness Assessment Guidelines*. Retrieved from <https://www.westpoint.edu>

3. British Army. (2023). *Army Role Fitness Test (RFT)*. Retrieved from <https://www.army.mod.uk>

4. Government of Canada. (2022). *FORCES Fitness Test*. Retrieved from <https://www.canada.ca/en/department-national-defence>

5. Bundeswehr (German Armed Forces). (n.d.). *Sporttest bei der Bundeswehr*. Retrieved from <https://www.bundeswehrkarriere.de>

6. Ministry of Defence of the Russian Federation. (2021). *Military Fitness Training Manual*. Москва: Министерство обороны Российской Федерации.

7. Republic of Korea Armed Forces. (2023). *Physical Fitness Test Manual*. Seoul: Ministry of National Defense.

8. Монгол Улсын Засгийн газар. (2022). *Цэргийн алба хаагчийн сургалт, бэлтгэлжилтийн журам*. Улаанбаатар: Төрийн хэвлэлийн газар.