

# כחאת אערכות

## אגרות קוראים

### כושר הסבילות של איש המילואים

מחלקו של פקיד, סוחר ובעל מקצוע חופשי, אשר במשך כל חייהם האזרחיים אינם יודעים מאמץ גופני קשה.

מצב זה מעלה את השאלה: האם לא רצוי היה לתת לאזרח שהוא מתאימה להתמצא בתנאים חדשים ולסגל את גופו ואת נפשו למאמץ הבלתי רגיל? פרק הזמן הקצר בו משרת האזרח במילואים מכתיב את התשובה מראש, אולם ספק הוא אם רצוי הדבר גם מבחינה נפשית. הרי בשעת חירום ודאי לא נתחן לאיש המילואים שהוא של הסתגלות בין מועד גיוסו לבין מועד עמידתו במבחן הקשה ביותר לנפש ולגוף האדם — מבחן הקרב. איש המילואים — ללא התחשבות בכושרו הגופני, בעבודתו האזרחית, במוצאו הסוציאלי או ברמתו התרבותית — חייב להיות נכון למאמץ מיד מרגע התגייסותו. אנו מצויים לחתור לקראת נכונות זו, ולאמן את אנשינו לכך.

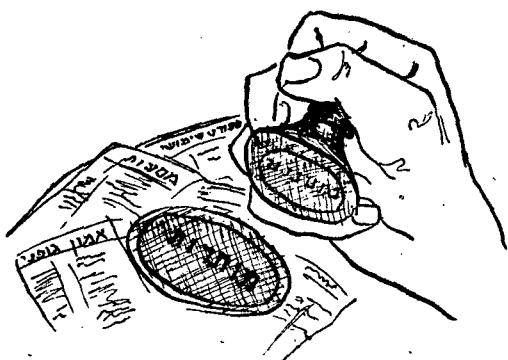
הגורמים הקובעים את רמת הסבילות קשורים בגוף ובנפש כאחד. הגורם הגופני הראשון הוא ה"כושר הפיסי". הוא נקבע ע"י גיל, מוצא, רמה סוצי-

אחד מגורמי היסוד של הלחימה הוא האדם; האדם בכללותו — רמתו האנושית והתרבותית, תכונותיו הגופניות, הכרתו וכושר הסתגלותו. אחת ה"תכונות העיקריות הנדרשות מחייל בשירותו בכלל ובקרב בפרט הנה הסבילות, במובנה הרחב ביותר. כושר-סבילות גבוה חוסך אמצעי-לחימה רבים, וכל צבא, וצבא הנחות מבחינה מספרית בפרט, חייב לשקוד השכם והערב על רמת כושר הסבילות של חייליו, ובכך יעלה את טיבו לאין ערוך. לקח זה נלמד בכל הזמנים ובכל הצבאות.

לגבי צה"ל — צבא החייב להעמיד את האכינות לעומת הכמות המספרית — קיימת הבעיה בכל חרי-פותה. לצבא הסדיר ישנן אפשרויות רבות לפעולה בענין זה, ואילו לגבי המילואים, המהווים את חלק הארי של צבאנו, דורש הענין מחשבה רבה, והוא ראוי שניתן את דעתנו עליו.

צבאות אחרים יכולים להיות בררניים יותר מאשר צה"ל בכל הנוגע לסוג הבריאות ורמת הגיל. אולם לא יתכן כי נתונים אלו ישפיעו בכיוון של שינוי ערכים ברמת הסבילות הנדרשת בצבאנו.

מן הרגע בו דורכות רגליו של איש המילואים על אדמת המחנה, בשעת התגייסותו, הריהו נתון במבחן הסבילות. ככל חייל משאיר מאחוריו גם הוא את חייו המסודרים כאזרח, וחי בתנאי דיור, תזונה והלבשה שהם קשים לאין ערוך מאלה שהוא רגיל בהם בכל ימות השנה. גם בלעדי אימונים מפורטים אין דרכו סוגה בשושנים. כעת בא תור האימונים, הדורשים כושר גופני רב, והכרוכים בסבל ובמחסור ללא התחשבות. ישנם אמנם אזרחים רבים העובדים עבודה גופנית בחייהם האזרחיים, אך עבודה זו, לרוב, אינה מביאה אותם אל השדה, והיא חד-צדדית מאוד, ואינה תובעת מאמץ דומה לזה הנדרש מהם באימונים הצבאיים. עם כל זאת טוב חלקו של פועל



האימון הספציפי לסבילות הופך בתנאים אלה למותרות



תנאים מנהלתיים טובים

ולא ישברם. יצוין רק כי אנשינו מסוגלים לשאת הרבה ובודאי הרבה יותר, מאשר הם עצמם מאמינים!

אכן, כלל פסיכולוגי חשוב הוא, כי אין שביעות רצון גדולה מאשר אחר הישג יחידתי, או אישי, בלתי צפוי. כל כמה שהחיילים ירטנו נגד משטר האימונים הקשה, הרי בסופו של האיומן ימלאו גאווה על עצמם ועל יחידתם.

\*

עתה נפנה אל לקח מעשי של יחידת חי"ר במילואים אשר עברה איומן שנתי בתקופת החורף אשתקד. שני כללים היו נר לרגלי המפקדים:

- (1) להעביר תכנית אימונים מאומצת בזמן מוגבל.
  - (2) לבצע את האימונים בכל תנאי מזג אוויר.
- החיילים התאמנו בממוצע 13 שעות ביממה. הישגם וריצת הבוקר התנהלו בעוד חשיכה. לסידור רים לפני היציאה לאימונים ניתנו 20 דקות. לאור חות לא הוקצו למעלה מ-45 דקות. לפנות ערב קיבלו החיילים מנוחה של שעה וחצי. אימוני ההשדה הועברו גם בגשם. אמנם לא היה ביצוע מושלם, אך האיש הורגל לפעול בשדה בכל התנאים. נדרש מאמץ על-יון, כי פגעה ביחידה העונה הגשומה ביותר. ימים רצופים ירדו מטרות — אך האימונים לא הופסקו. המאמץ נמשך.

מאלפת מאוד היתה העובדה, כי אחוז התחלואה היה נמוך ביותר. לרשות כל חייל עמדו 2 מערכות בגדי עבודה, אך זוג נעלים אחד בלבד אשר לעולם לא התיבש. אפשר לקבוע בבטחון, כי לו היו אותם האנשים נתקלים כתנאים אלה בחייהם האזרחיים, לא היו מחזיקים מעמד והיו נופלים למשכב. אך

אלית, תעסוקה ועוד. הכושר הפיסי ניתן לשיפור ניכר באימונים מכוונים ובאימונים בכלל. שמירה על הכושר הפיסי מותנית גם בצידוד האישי והיחידתי, במזון ובטיפול הרפואי. רמה גבוהה של האחרונים היא שלב אלמנטרי בהעלאת הכושר. אולם תהיה הרמה הגופנית אשר תהיה, הכושר הפיסי לא יגיע למלוא ניצולו, אלא אם יודרך ויופעל ע"י גורמים נפשיים. ההכרה והרצון הם המביאים את ההכרעה בכל מאמץ — בעבודה, בספורט או בכל ענין אחר. אנו חייבים לבנות על ההכרה המפעמת באנשינו באשר לצורך ביעילות ובהעלאת כושרו של הצבא — דהיינו, בחשיבות גיוסם ואימונם הם. הכרה זו, כשהיא קיימת אצל החייל הפרט — אצל כל חייל — מוכרחה ליהפך להכרזת הכלל, וכך נבנית אותה רוח יחידה המדרבנת את האנשים למאמצים ולהישגים העליונים. המפתח לחינוך החיילים למאמץ הנפשי העליון, הדרוש לניצול יעיל של הכושר הגופני, נמצא בידי המפקד, וטיפוח רוח היחידה המדרבנת הוא מחובתו — ממש כמו חובת הדאגה לביצוע האימון. זאת לזכור: איומן וחיוןן יביאו גם את חייל המילואים שלנו בזמן מוגבל וללא איומן ספציפי לרמה גבוהה של סבילות.

הזמן המוגבל של השירות השנתי של חיילי המילואים מחייב את מפקד המילואים לאיומן תכליתי בלבד. האיומן הספציפי לסבילות — איומן גופני, מסעות לשמם, ספורט שימושי וכד' — הופך כתנאים אלו למותרות. נצטרך להסתפק בהתעמלות-בוקר קצרה, המלווה ריצה לא ארוכה, מסעות יתבצעו רק במסגרת איומן טקטי של היחידות ברמות השונות. אבל בויתור על האיומן המיוחד הזה, הנעשה בלחץ התנאים, איננו נוטשים את הרעיון של טיפוח הכושר הגופני. טיפוח כושר זה צריך למצוא את ביטויו באימונים התכליתיים של אותה תקופה, בין אם עוסקים אנו באיומן הפרט, באיומן הצות, או באיומן יחידתי.

ישנם 4 כללים עיקריים לניצול תכנית אימונים רגילה לטיפוח הכושר הגופני: —

- א. תנאים מנהלתיים טובים (בשדה).
- ב. אי מתן שהות מיוחדת לקליטה במסגרת השירות.
- ג. תכנית אימונים דחוסה.
- ד. שעות איומן רבות.

קשה לתת הנחיות מדויקות כיצד לקיים את שני הכללים האחרונים. המפקד חייב לדעת מה מידת העומס אשר יוכל להטיל על פיקודיו למען יחזקם,