

כוחו הפיזי של החייל

שלום רב לך יעקב,

מכתבי אליך פותחים, בדרך-כלל, בסיפור-מעשה, הבא להגיש מצב השורר בשטח משטחי ההדרכה בנודדי. הפעם לא אפתח בסיפור-מעשה כיון שהמצב ידוע והליקויים ברורים. הנידון: שמירת כוחו הפיזי של החייל כפרט ושמירת כוחה הפיזי של היחידה בכללה.

לעתים נתקלתי בהתנהגות של חייל, או חיילים, שגראתה לי כרשלנות, או כחוסר-רצון למלא פקודה או לבצע אימונים: קצב ההליכה איטי מדי; בקטע האחרון של ההסתערות — אין הריצה ראויה כלל לשמה; פה ושם עלול משהו לצנוח חסר-אונים תוך כדי אמירת „אין לי כוח יותר“.

במקביל לכך מצאתי תור ארוך לפני פתח המר-פאה; מצאתי אנשים המשתתפים באימונים על-אף היותם צולעים או פצועים קל; מצאתי אנשים, שלאחר עברים מסלול הסתערות, מתנשמים בכבודת והזיעה ניגרת מגופם.

מאחר שהייתי סבור כי הדבר מדאיג, בדקתי מקרים אלה, חקרתי כמה וכמה מהם — והשויתי את שני סוגי-תופעות אלו. כעת ידוע לי שאין כאן רשלנות, חוסר-רצון, או משהו בדומה לאלו. כל הסימנים העידו על-כך כי כוחו של החייל, או כוחה של היחידה, בוזבוזו בשלבים הראשונים של הפעולה — ולא גותר מהם לביצוע השלבים האחרון גים שלה. והתוצאה? כמה התעלפויות.

וזאת — כתוצאה מחוסר ההבנה השורר, לפעמים, לגבי גורם חשוב ביותר במלחמה, והוא כוח-ההתנגד-דות של החייל לתנאי השדה. הבעיה היא, איפוא, כיצד לשמור על כוחם הפיזי של החיילים — שהוא חיוני לביצוע פעולות בשדה — לבל יבוזבו בזמן ובמקום שאינם נכונים ולמטרות שאינן חיוניות. מאחר שחשיבות כוחו הפיזי של החייל אינה מוטלת בספק, מתעוררים מיד שני צרכים נוספים: (א) כושרו הגופני של החייל; (ב) שמירה על כוחו ובריאותו תוכידי תהליך הפיתוח הנ"ל. צרכים אלה, הדרושים לכל איש צבא, דרושים, על אחת כמה וכמה, לאיש המילואים. חיילי המילואים הם אזרחים ברוב חודשי השנה. מעטים מהם עובדים עבודה פיזית קשה. ומאלה רק מקצתם עובדים בשדה.

ואילו רובם חיים בתנאים השונים תכלית שינוי מחיי-שדה. נשאלת השאלה: כיצד — בזמן הקצר המוקצה לאימונו — לעשות את האזרח (בעל-החנות, בעל-המלאכה, והסטודנט) שוב לאיש-שדה קל-תנועה וקשיח.

מסירתם של אנשי-המילואים לידי מ"כים ולידי קצינים צעירים השבים זה עתה מקורס, כדי שיוציאו האחרונים את מרצם על הראשונים בצורה בלתי מכוונת, תגרום לשבירתם של אלה תוך יום אחד.

אזהרה זו יפה לגבי קביעת מסע ליום שלם ביום האימונים הראשון של תודש האימונים השנתי. היא יפה גם לגבי ריצת-בוקר של 6 ק"מ מיד עם פתיחתו של חודש זה.

המתכנן מסע מעין זה מתכננו מתוך רצון טוב: הוא רוצה להחזיר את האזרח מיד לחיי שדה, כדי להקל את תקופת האימונים גם על האזרח וגם על עצמו. אולם, הוא שוכח שאין אדם מסוגל להליכה ממושכת ללא אימון קודם.

לעתים קורה, שגדוד מילואים מתרכז ליום או לשלושה ימים והמפקדים מתליטים שעריכת מסע היא הדרך הטובה לנצל תקופה כה קצרה. לכאורה, הפתרון הוא טוב. שני יתרונות לו: (א) החייל שוב חי ונע בשדה; (ב) החייל מכיר את ארצו. אולם זאת רק „לכאורה“. כי מסע זה, ללא אימון מוקדם, הורס את החייל תחת שיהא בונה אותו. מהו, אם-כן, הפתרון?

ככלל ראשון יש לקבוע, שאין לבנות כושר גופני בבת אחת אלא בהדרגה. בהתאם לזה הייתי מציע, ש„יום האימון החודשי“ יפוצל: מדי-שבוע תוקדש שעה אחת לאימון-גופני, ויתר השעות תרוכזנה וינתן בהן אותו האימון שבתכנית האימון השנתית.

במידה והיחידה מתרכזת לשלושה ימים — ואין אפשרות לאמן אותה אימון גופני במפוזר על-פני התודש כולו (שעות ההתעמלות בערב) — תוקדש או שעה אחת ביום להתעמלות. התעמלות זו חייבת להיות קלה ובלתי מאמצת ביותר. רצוי אף לגון שעה זאת במספר משחקים.

ביום הראשון לא יעלה טוח ריצת-הבוקר על 500

קדם הוליכו מצביאי ישראל עובדי־אדמה שבאו
 „מאחרי הצאן” — לקרב. איך הדריכו־ם?
 גדעון: „ממני תראו וכן תעשו”. אביר
 מלך, להבדיל: „מה ראיתם עשיתי —
 מהרו עשו כמוני”.

לפעול לומדים מפעילות. לכן — יש ליצור
 תנאים לפעילות. הנך מלמד זריקת רימון?
 ספק רימוני אימון (רכו אותם מכל המחלקות!).
 משקלות, אפילו אבנים שקולות, ותן לחניכים לזרוק.
 יהיה המורד לשיעור: כמה רימונים זרק כל איש
 למטרה במשך השיעור? בקלות יוכל מי־כ לשלוט
 במחצית כיתה הזורקת יחד, ולתרגל — זהו מלאכת
 המ״כים.

ולסיכום: הסבר „קצר וקולע” (לאוזן, ולעין!) :
 „100% הצגה; והעיקר — זמן מכסימלי, לתר-
 גול מכסימלי, למספר המכסימלי.
 כש„הלכות” אלה בוצעו למעשה, ב„דומר”
 הקיים ובמ״כים שצמחו מתוכם — הוכח שאפשר
 לעצבו ל„כוח־אדם”, במלא משמעות שתי
 המלים.

ההדרכה הצבאית מלמדת לפעול. הידיעות
 נלמדות לצורך הפעולה. לכן — „אמור מעט
 ועשה הרבה”; ובשגור נוסח: פעל מעט —
 והפעל הרבה!

אכן, ההסבר נוטע רצון. אבל כיצד ל„אמר
 מעט”? דבר בשפה פשוטה, מובנת לחניכים!
 ניתן למצוא בחוברות ניסוח כזה: „מטרת השיעור
 — להקנות לחייל צורות תנועה בשדה”. נכון; אבל
 האם מובנים הדברים? ואולי יהיה מובן יותר לחני-
 כים הניסוח: „בשיעור זה נלמד לנוע בשדה כך
 שהאויב לא יראה אותנו; וכך שאם נתגלה — לא
 יוכל לפגוע בנו.”

נזכור: „אין דומה שמיעה לראיה”. אכן,
 קולע הפתגם הסיני: „תמונה אחת — אלף מלים”
 נדבר בשפה מוחשית, ונמנע מלהשתמש
 ב„זרגון צבאי”. למשל: הביטוי „להשחיל” יהיה
 ברור לחניכים מהביטוי „לאנפלד באש”!
 כדי להשיג יכולת — שכנע בהצגה בימי

כוחו הפיזי של החייל

סוף מעמוד 76

המסע על מסמרים המתגלים פתאום הורסים את
 רגלי החייל.
 אין לדגול באימונים בשיטת ה„נאגלות” לפי
 הסיסמה: „זה אשר מעביר את אנשיו יותר נאגלות
 (באימון הכיתה, המחלקה וכד’) הוא המדריך הטוב”.
 אמנם, נכון שחלק מהתורה הצבאית נכנס דרך
 הרגליים למוח, אלא שיש לעשות הכל במידה. תשומת
 לב רבה יש להקדיש לדברים חיוניים — כגון הסואה
 נכונה, תפיסה נכונה של עמדה וניצול יעיל של פגיו-
 השטח — יותר מאשר ל„הספק” רב (8 פעמים
 בבוקר) בביצוע תרגיל כיתה בהתקפה שלב ג’.

שלך מדריכך־לשעבר

מטר, ביום השני — על 1000 מטר וביום השלישי
 יש שוב לרדת ל־500—600 מטר. כאשר יצאו האנשים
 לחודש ימים של אימונים מרוכזים, אפשר יהיה
 בהדרגה להגיע גם לריצת 6 ק״מ בבוקר.
 בדרך כלל יש לבנות את התכנית באופן שהמאמץ
 הנדרש מהחייל יעלה בהדרגה ויגיע לשיאו בשבוע
 השלישי של האימונים — וירד שוב בשבוע הרביעי.
 כאשר לשמירת רגליהם של אנשים במסע, קיימים
 האמצעים הבדוקים: בדיקת הרגליים, שיש לבצעה
 לפני המסע; בדיקת התאמתן של הנעליים ושל־מותן
 של הגרביים ותיקונן הנכון; ונוסף לכך: יש לקחת
 למסע סדן קטן, פטיש ואיזמל, כדי להתגבר תוך כדי

