



Ryszard Bartoszewicz\*, Paweł Zalewski  
AKADEMIA WYCHOWANIA FIZYCZNEGO WE WROCŁAWIU

## WIEDZA A SAMODOSKONALENIE KOMPETENCJI MOTORYCZNYCH PRZEZ POLICJANTÓW

Abstract

Knowledge and improvement motorial competences by policemen

**Introduction.** The aim of the research was to clarify the relationship between policemen's knowledge and their real motor competence and physical fitness that enable them to execute operational tasks. **Material and methods.** The study was conducted on a group of 52 out of 224 officers of the Intelligence Department and the Municipal Police Intervention in Wrocław in 2011. It analyzed the responses to the questionnaire developed by the authors and the internal police reports on the results of the physical competence test. **Results and conclusions.** Analysis of the test results obtained by officers in periodic performance testing indicates a low level of motor skill competence. The mean overall score of all trials is 3.41 for the whole sample. This represents only 56% of the lower limit of the maximum level of efficiency, but in practice, considering the nature of any potential operational activities taken, in many individual cases it seems to be insufficient. The profile of the tested police officers' efficiency is rather strength-oriented with a clear trunk muscle strength dominance (4.25). Definitely, a weaker motor competence of all subjects is was the one identified on the basis of running tests. Strength test results can be considered quite as bad (2.85). The state of knowledge regarding the nature and manner of motor competence development is low and insufficient to affect self-improvement in the tested officers' fitness. The respondents generally do not take advantage of the opportunity to improve their motor competence in specialized activities carried out by trained staff. A low level of health awareness of the policemen can also result in a low motor competence condition. The age of officers and their level of education slightly differentiates the results and do not give the grounds to a clear indication of dependence.

**Key words:** police officers, motor competence, police training, knowledge, health behaviors  
**Słowa kluczowe:** funkcjonariusze policji, kompetencje motoryczne, szkolenie policji, wiedza, zachowania zdrowotne

### WPROWADZENIE

Około 100 000 polskich policjantów pełni obowiązki jako umundurowana oraz uzbrojona formacja utworzona na mocy Ustawy z dnia 6 kwietnia 1990 r. o Policji. Głównymi celami jej funkcjonowania są: ochrona bezpieczeństwa społeczeństwa oraz utrzymanie bezpieczeństwa i porządku publicznego. Ogólne cele zostały uszczegółowione w ustawie i sprowadzone do następujących zadań:

1) „ochrona życia i zdrowia ludzi oraz mienia przed bezprawnymi zamachami naruszającymi te dobra;

2) ochrona bezpieczeństwa i porządku publicznego, w tym zapewnienie spokoju w miejscach publicznych oraz w środkach publicznego transportu i komunikacji publicznej, w ruchu drogowym i na wodach przeznaczonych do powszechnego korzystania;

3) inicjowanie i organizowanie działań mających na celu zapobieganie popełnianiu przestępstw i wykroczeń oraz zjawiskom kryminogennym i współdziałanie w tym zakresie z organami państwowymi, samorządowymi i organizacjami społecznymi;

4) wykrywanie przestępstw i wykroczeń oraz ściganie ich sprawców;

5) nadzór nad strażami gminnymi (miejskimi) oraz nad specjalistycznymi uzbrojonymi formacjami ochronnymi w zakresie określonym w odrębnych przepisach;

---

\* Autor korespondencyjny

6) kontrola przestrzegania przepisów porządkowych i administracyjnych związanych z działalnością publiczną lub obowiązujących w miejscach publicznych;

7) współdziałanie z policjami innych państw oraz ich organizacjami międzynarodowymi na podstawie umów i porozumień międzynarodowych oraz odrębnych przepisów;

8) gromadzenie, przetwarzanie i przekazywanie informacji kryminalnych;

9) prowadzenie bazy danych zawierającej informacje o wynikach analizy kwasu deoksyrybonukleinowego (DNA);

10) utworzenie, eksploatacja i utrzymanie systemu informacyjnego umożliwiającego organom administracji rządowej i organom sprawiedliwości przekazywanie oraz dostęp do danych gromadzonych w Systemie Informacyjnym Schengen (SIS), niezbędnych z punktu widzenia funkcjonowania obszaru Schengen” (Ustawa z dnia 6 kwietnia 1990 r. o Policji, s. 1–2).

Treść pierwszych czterech zadań jednoznacznie wskazuje, że w zawodowym profilu kompetencyjnym funkcjonariusza policji muszą być zawarte predyspozycje fizyczne motoryczne i somatyczne. Wypełnianie obowiązków służbowych niesie ze sobą w wielu wypadkach konieczność korzystania ze sprawności i władz własnego ciała, jego funkcji i umiejętności w ekstremalnych sytuacjach zagrożenia dla ochranianego obywatela, ale też dla samego policjanta. Dlatego predyspozycje określane w niniejszej pracy jako kompetencje zawodowe o charakterze motorycznym, są równie ważne jak przygotowanie teoretyczne, prawne, dyscyplinarne czy organizacyjne. Nie wszyscy funkcjonariusze w swojej codziennej służbie wykonują tak specyficzne zadania, są jednak wydziały, od których z założenia wymaga się takiego rodzaju interwencji. Należą do nich z pewnością służby prewencji. Schemat organizacji policji, model kariery zawodowej, a w związku z tym proces rekrutacji do służby i szkolenie zawodowe stawiają przed każdym funkcjonariuszem wymóg wysokich kompetencji sprawnościowo-ruchowych. Kompetencje (zdolności) motoryczne niezbędne w realizowaniu wszelkich czynności człowieka są uwarunkowane jego rozwojem ontogene-

tycznym, a także kulturowym kontekstem, uwzględniającym wzory zachowań ruchowych podejmowanych w różnych obszarach praktyki społecznej kultury społecznej (Cantell i wsp. 2008).

Ustawa o Policji w artykule 25 określa ogólne wymagania kompetencyjne, jakich się oczekuje od kandydatów do służby. Wskazuje m.in. na konieczność wykazania się zdolnościami fizycznymi i psychicznymi do służby w formacjach uzbrojonych, podległych szczególnej dyscyplinie służbowej, której kandydat gotów jest się podporządkować. Zdolność do służby jest ustalana przez odpowiednie komisje lekarskie, zgodnie z zasadami oceny ustalonej przez ministra właściwego dla spraw wewnętrznych. Kandydaci spełniający wymogi mogą podjąć służbę rozpoczynając się szkoleniem zawodowym. Nowo przyjęci funkcjonariusze kierowani są na kilkumiesięczne kursy podstawowe do policyjnych szkół i ośrodków szkolenia na terenie Polski, gdzie zdobywają wiedzę i umiejętności z zakresu prawa, prewencji, ruchu drogowego, udzielania pierwszej pomocy, a także praw człowieka i etyki zawodowej. Zapoznają się też z technikami interwencji, są szkoleni z taktyki oraz umiejętności strzelania. W szkoleniu istotną rolę odgrywa przygotowanie fizyczne – motoryczne i ruchowe, prowadzące do uzyskania kompetencji umożliwiających posługiwanie się własnym ciałem w realizacji zadań służbowych.

Po zakończeniu szkolenia podstawowego policjanci odbywają staż w oddziałach prewencji, czyli pełnią kilkumiesięczną służbę na ulicach. Jednocześnie mają zajęcia z zakresu użycia broni, środków przymusu bezpośredniego, zabezpieczania imprez masowych, demonstracji itp. Jeśli funkcjonariusz chce doskonalić swoją wiedzę i umiejętności, może być skierowany na kurs doskonalenia zawodowego w swojej specjalizacji. Funkcjonariusz rutynowo pełniący służbę np. w prewencji nie jest poddawany systematycznemu szkoleniu fizycznemu, ma natomiast możliwość uczestniczenia w fakultatywnych zajęciach tego typu. Kwestia utrzymywania sprawności fizycznej jest indywidualną sprawą funkcjonariusza, chociaż w świetle obowiązujących przepisów obligatoryjną. Dotyczy to nie tylko członków oddziałów prewencji.

Niezależnie od zajmowanego stanowiska funkcjonariusz policji może w każdej chwili zostać postawiony w sytuacji wymagającej od niego podjęcia skutecznej interwencji. A tę warunkuje m.in. sprawność fizyczna oraz zdolność podejmowania decyzji.

W celu zminimalizowania ryzyka niepowodzenia w realizacji zadań służbowych oraz uzyskania informacji o stanie sprawności fizycznej policjantów funkcjonariusze obligatoryjnie raz w roku poddawani są egzaminowi oceniającemu ich kompetencje motoryczne. Obecnie funkcjonujący system oceny sprawności fizycznej funkcjonariuszy policji uwzględnia wiek kalendarzowy policjanta, różnicując skalę ocen. Sprawność fizyczna oceniana jest na podstawie czterech prób sprawnościowych wykonywanych w ciągu jednego dnia. Ocenie podlega siła eksplozywna kończyn górnych i obręczy barkowej, siła mięśni brzucha, szybkość lokomocyjna wraz z koordynacją ruchową oraz wytrzymałość. Warunkiem dopuszczenia do testu jest przedstawienie aktualnego zaświadczenia lekarskiego niestwierdzającego przeciwwskazań zdrowotnych. Niewypełnienie norm sprawności określonych w rozporządzeniu ministra może skutkować zawieszeniem funkcjonariusza w służbie lub nawet zwolnieniem z niej.

Przedstawiony system szkolenia oraz system służby w formacjach policji wymaga bardzo skrupulatnej i trafnej procedury naboru kandydatów. Poza oczywistymi wymogami dotyczącymi budowy somatycznej i zdolności motorycznych niezwykle pożądanym jest też poczucie obowiązku samodoskonalenia się oraz wiedza i właściwe zachowania w tym zakresie.

## CEL BADAŃ

Celem badań eksploracyjnych jest wyjaśnienie zależności między wiedzą policjantów a ich kompetencjami zawodowymi w zakresie sprawności fizycznej, umożliwiającymi podejmowanie zadań operacyjnych.

Pytania badawcze:

1. Jakimi kompetencjami motorycznymi wykazują się badani policjanci?
2. Jaka jest wiedza policjantów na temat metod samodoskonalenia sprawności fizycznej?

3. Jaka jest zależność między deklarowanymi zachowaniami zdrowotnymi i antyzdrowotnymi a kompetencjami motorycznymi badanych policjantów?

4. Jaka jest zależność między wiekiem i wykształceniem badanych policjantów a ich kompetencjami motorycznymi?

## MATERIAŁ I METODY

Oceny kompetencji motorycznych policjantów dokonano na podstawie danych zawartych w dokumentacji wyników kontroli okresowej funkcjonariuszy regulowanej Zarządzeniem nr 418 Komendanta Głównego Policji z dnia 15 kwietnia 2011 r. w sprawie zakresu oraz szczegółowych warunków, trybu przeprowadzania oraz zasad oceniania sprawności fizycznej policjantów (art. 7 ust 1, pkt 4b ustawy o Policji). Narzędziem pomiaru kompetencji był test stanowiący załącznik do zarządzenia, zawierający 4 próby:

– próba I – ocena siły eksplozywnej kończyn górnych i obręczy barkowej – rzut oburącz znad głowy do przodu piłką lekarską o ciężarze 3 kg dla mężczyzn;

– próba II – ocena siły mięśni brzucha – z leżenia tyłem skłony tułowia w przód przez 30 s;

– próba III – ocena szybkości i koordynacji ruchowej – bieg ze zmianami kierunków po tzw. kopercie;

– próba IV – ocena wytrzymałości – bieg na dystansie 1000 m dla mężczyzn.

Uzyskane wyniki prób przeliczane były na ocenę końcową w sześciostopniowej skali z uwzględnieniem kryterium wieku, zróżnicowanego w trzech grupach.

Stan wiedzy i przejawiane zachowania zdrowotne policjantów rozpoznano na drodze sondażu diagnostycznego, w którym zastosowano kwestionariusz ankiety własnej konstrukcji.

Badaniami objęto 52 policjantów spośród 224 funkcjonariuszy Wydziału Wywiadowczego i Interwencyjnego Komendy Miejskiej Policji we Wrocławiu (tab. 1).

Tab. 1. Wiek i wykształcenie badanych policjantów

Zmienna	Liczebność	Wiek (AVG/SD)
Ogół badanych	52 (100%)	30,6/7,2
Wiek ≤ 29 lat	26 (50%)	25,2/2,5
Wiek 30–39 lat	18 (35%)	32,4/2,4
Wiek 40–50 lat	8 (15%)	44,1/3,7
Wykształcenie średnie	38 (73%)	31,9/7,9
Wykształcenie wyższe	14 (27%)	27,1/2,4

## WYNIKI

Analiza wyników uzyskanych przez badanych funkcjonariuszy w okresowych testach sprawności pozwoliła wskazać na niski poziom ich kompetencji motorycznych (tab. 2). Uśredniony wynik ogólny wszystkich prób wyniósł dla całej grupy 3,41. Stanowiło to zaledwie 56% wartości najwyższego wskaźnika poziomu sprawności. Wartość odchylenia standardowego 1,06 umożliwia umieszczenie w granicach normy policjantów o niskiej sprawności.

Najwyższy średni wskaźnik sprawności ogólnej (3,58) uzyskali policjanci w drugiej grupie wiekowej. Był on nieznacznie lepszy niż w grupie policjantów najmłodszych (3,52). Różnicowanie wewnętrzne w tych grupach było na zbliżonym poziomie – odchylenie standardowe wynosiło odpowiednio: 1,15 i 1,19. W grupie najstarszych funkcjonariuszy ogólny wskaźnik sprawności był wyraźnie niższy (3,12), jednak wartość odchylenia standardowego wskazuje na mniejsze zróżnicowanie sprawności w tej grupie.

Wyniki poszczególnych prób wskazują na siłowy profil sprawności badanych, z wyraźną dominacją siły mięśni tułowia (średnio 4,25 przy odchyleniu 1,13), która jako jedyna kształtowała się na poziomie ponadprzeciętnym. Wyraźnie słabsze były wyniki prób biegowych. Wyniki próby wytrzymałościowej można uznać za niedostateczne (2,85), a biorąc pod uwagę wartość odchylenia standardowego (1,1), należy stwierdzić, że niektórzy policjanci wykazali się bardzo niskim poziomem tej zdolności motorycznej.

Na podstawie analizy wskaźników uzyskanych w kontekście wykształcenia można stwierdzić, że w większości prób wyższym poziomem sprawności odznaczali się funkcjonariusze z wykształceniem średnim (tab. 3). Policjanci z wykształceniem wyższym uzyskali wyniki lepsze w próbie siły dynamicznej kończyn górnych i obręczy barkowej.

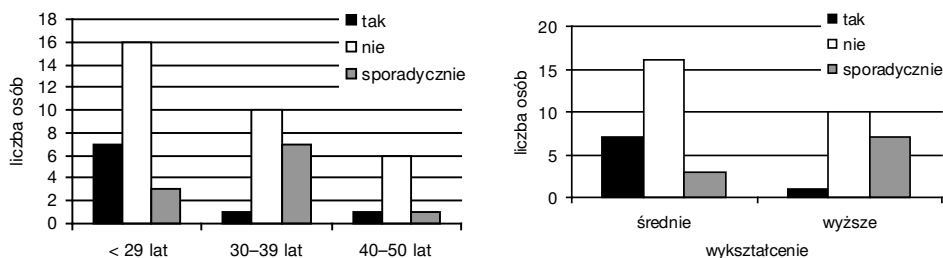
Za interesujące można uznać wyniki samooceny sprawności fizycznej. Wskaźnik ogólny samooceny wyniósł 4,29 AVG przy wartości odchylenia 0,8. Zdecydowanie najwyżej oceniali swoją sprawność policjanci najmłodszy

Tab. 2. Wiek a sprawność fizyczna badanych policjantów

Wiek [lata]		Ocena							
		próba I		próba II		próba III		próba IV	
		test	samoocena	test	samoocena	test	samoocena	test	samoocena
≤ 29	AVG	3,50	4,31	4,42	4,31	3,19	4,00	3,00	3,81
	SD	0,86	0,93	1,21	1,05	1,20	1,13	1,33	0,85
30–39	AVG	3,83	4,44	4,44	4,61	3,39	4,28	2,67	3,56
	SD	1,34	1,15	1,34	1,20	1,24	0,89	0,84	1,34
40–50	AVG	3,25	3,88	3,88	3,50	2,50	4,00	2,88	3,63
	SD	0,89	1,55	0,83	1,07	0,53	0,59	1,13	0,92

Tab. 3. Wykształcenie a sprawność fizyczna badanych policjantów

Wykształcenie		Ocena							
		próba I		próba II		próba III		próba IV	
		test	samoocena	test	samoocena	test	samoocena	test	samoocena
Średnie	AVG	3,53	4,37	4,47	4,45	3,18	4,34	2,92	3,74
	SD	1,08	1,15	1,16	1,11	1,18	0,91	1,10	1,06
Wyższe	AVG	3,71	4,07	4,00	3,86	3,07	3,43	2,71	3,57
	SD	0,99	1,00	1,30	1,17	1,14	0,85	1,27	1,02



Ryc. 1. Korzystanie z fakultatywnych zajęć wychowania fizycznego w ramach służby

(4,42AVG/0,7SD), natomiast podobnie należą do kolejnych grup wiekowych (4,17–4,13AVG/0,99–0,83SD). Największy błąd w samoocenie popełniali policjanci najstarsi wiekiem. Najmniej trafna była samoocena policjantów w próbach biegowych.

Chybiona samoocena sprawności fizycznej policjantów może wyjaśniać przyczynę ich niskich kompetencji motorycznych. Zawyżanie własnej oceny może działać demotywująco i ograniczać działania prowadzące do samodoskonalenia się.

Takie przypuszczenie mogą potwierdzać dane przedstawione na rycinie 1, z których wynika, że jedynie nieliczne osoby deklarowały, iż podejmują regularnie ćwiczenia w ramach fakultatywnych zajęć wychowania fizycznego; przy czym rzadziej uczestniczą w nich policjanci z drugiej i trzeciej grupy wiekowej oraz posiadający wyższe wykształcenie. Jest to zaskakujące, bo praktycznie wszyscy uznali w sondażu, że sprawność fizyczna jest w ich zawodzie przydatna. Jednocześnie większość z badanych deklaruowała podejmowanie aktywności ruchowej co najmniej raz w tygodniu, a blisko połowa 2–3 razy. Nie przesądza to jednak o utrzymaniu pożądanego stanu kompetencji mo-

torycznych. Samodzielna aktywność ruchowa w przypadku badanych nie kompensuje braku zajęć prowadzonych na wysokim poziomie merytorycznym przez specjalistów o najwyższych kwalifikacjach. Zaskakujące było uzasadnianie przez 77% badanych swojej absencji na zajęciach fakultatywnych brakiem czasu.

Dane ukazane w tabeli 4 i 5 wskazują na ogólnie niski stan wiedzy oraz niedostatek umiejętności policjantów w zakresie samodoskonalenia sprawności fizycznej. Zaskakujące jest to, że stan wiedzy był odwrotnie proporcjonalny do poziomu poszczególnych zakresów sprawności fizycznej. Jest to jeszcze jedna z przesłanek wskazująca na niską efektywność samodoskonalenia sprawnościowego badanych. Stan wiedzy w omawianym zakresie nie miał też powiązania z poziomem wykształcenia badanych.

Analizując wiedzę badanych, warto również wskazać na niedostateczny poziom ich świadomości zdrowotnej. Ponad 30% policjantów nie potrafiło określić, czy prowadzą zdrowy styl życia; ponad 42% przyznało, że pali papierosy, około 52% że nie przestrzega higieny snu. Wskaźnik szczupłości BMI policjantów (25,97) wskazuje na nadwagę. Na

Tab. 4. Wiek a wiedza policjantów o istocie (I) i sposobie rozwijania (R) kompetencji motorycznych (w skali 0–3)

Wiek [lata]		Ocena							
		próba I		próba II		próba III		próba IV	
		I	R	I	R	I	R	I	R
≤ 29	AVG	0,9	1,8	1,0	1,8	1,2	2,3	1,2	2,2
	SD	0,7	0,7	0,9	0,7	0,7	0,8	0,8	0,9
30–39	AVG	0,9	1,6	0,8	1,4	1,1	2,0	1,2	1,2
	SD	0,5	0,7	0,8	0,8	0,6	0,9	0,7	0,4
40–50	AVG	1,0	1,0	1,1	1,6	1,5	2,1	1,3	1,5
	SD	1,1	0,8	1,0	0,7	0,8	1,0	0,7	0,5

Tab. 5. Wykształcenie policjantów a wiedza dotycząca istoty (I) i sposobu rozwijania (R) kompetencji motorycznych (w skali 0–3)

Wykształcenie		Ocena							
		próba I		próba II		próba III		próba IV	
		I	R	I	R	I	R	I	R
Średnie	AVG	0,9	1,5	1,0	1,6	1,3	2,1	1,3	1,7
	SD	0,6	0,8	0,9	0,7	0,7	0,9	0,8	0,8
Wyższe	AVG	1,1	1,8	0,9	1,7	1,1	2,3	1,0	1,9
	SD	0,7	0,7	0,8	0,8	0,7	0,8	0,7	0,8

podstawie deklaracji badanych policjantów można uznać, że spożycie alkoholu przez nich jest wstrzemięźliwe.

Uzupełnieniem charakterystyki kompetencji motorycznych policjantów są dane uzyskane w sondażu. Jedynie niespełna co trzeci z badanych twierdził, że podejmuje aktywność ruchową w związku z wykonywanym zawodem. Jeśli weźmie się pod uwagę charakter służby w policji oraz system szkolenia, fakt ten nabiera szczególnego wymiaru, może bowiem świadczyć o braku świadomości i odpowiedzialności zawodowo-etycznej funkcjonariuszy. Nie jest to konkluzja z przeprowadzonych badań, a jedynie refleksja nasuwająca się po przeanalizowaniu uzyskanych wyników. Refleksja oparta również na tym, że spośród 224 etatowych funkcjonariuszy Wydziału Wywiadowczego i Interwencyjnego 54, czyli ponad 25%, nie przystąpiło w 2011 r. do obowiązkowej kontroli i oceny sprawności fizycznej odbywającej się od maja do października. Ich absencja egzaminacyjna usprawiedliwiana była różnymi

okolicznościami, najczęściej (65%) względami zdrowotnymi.

## DYSKUSJA

W literaturze polskiej związanej z problematyką niniejszego opracowania nie ma zbyt wielu opracowań dających możliwość porównawczej analizy wyników badań własnych. Ich autorzy poruszali zróżnicowane zagadnienia z obszaru kultury fizycznej, a w pracach traktujących o sprawności fizycznej policjantów posługiwali się niejednorodnym podejściem metodologicznym.

W „Rocznikach Naukowych AWF w Warszawie” ukazały się wyniki badań poświęconych sprawności fizycznej policjantów oraz policjantek (Kalina i wsp. 2002). Autorzy przeprowadzili badania wśród 910 słuchaczy, w tym 775 policjantów różnych form studiów i kursów o specjalizacji prewencyjnej i kryminalnej. Poziom wszechstronnej sprawności fizycznej określonej za

pomocą Policyjnego Testu Sprawności Fizycznej (PTSF-1) obejmującego próby: bieg zygzakiem po „kopercie” (szybkość, zwinność), rzut piłką lekarską w tył (siła), skok w dal z miejsca (moc) odpowiadał poziomowi wskaźników ogólnopopulacyjnych i nie był zbyt wysoki. Sprawność motoryczna policjantów garnizonu wrocławskiego była tematem pracy doktorskiej Gwardyńskiego (2002). Autor dokonał w niej pomiaru i oceny poziomu sprawności motorycznej 105 słuchaczy kursu podstawowego oraz poziomu zdolności motorycznych i ich zmian w 3-letnim okresie u 117 funkcjonariuszy służby stałej. Do oceny sprawności motorycznej wykorzystał Międzynarodowy Test Sprawności Fizycznej składający się z ośmiu prób, uzyskując przeciętne wyniki. Pracę poświęconą zagadnieniu sprawności fizycznej w służbach policyjnych opublikowała także Bukowiecka i wsp. (2003). Głównym celem badań była weryfikacja tezy o niskiej współzależności między oceną wszechstronnej sprawności fizycznej a wiekiem kalendarzowym policjantów. Badaniami objęto 228 funkcjonariuszy będących słuchaczami Wyższej Szkoły Policyjnej w Szczytnie. Reprezentowali oni wszystkie etapy szkolenia o różnych profilach. W badaniach zastosowano Międzynarodowy Test Sprawności Fizycznej składający się z ośmiu kompletnych prób umożliwiających wszechstronną ocenę sprawności motorycznej. Umiastowska i Pławińska (2003) zajęły się w swojej pracy zagadnieniem udziału pracowników policji w różnych formach ruchu i określenia form spędzania czasu wolnego, stopnia ich udziału w rekreacji ruchowej, a także czynników motywujących do podejmowania przez funkcjonariuszy wysiłku fizycznego w czasie wolnym. Garbaciak i Głowacki (2005) opracowali wyniki badań dotyczących efektywności szkolenia sprawnościowego słuchaczy kursu podstawowego Szkoły Policji w Katowicach w sferze sprawności motorycznej jako jednego z rodzajów kompetencji funkcjonariusza. Badaniom poddano 24 mężczyzn w wieku 30–35 lat. Zastosowano metodę obserwacji z wykorzystaniem testów motorycznych. Celem badań było m.in. przedstawienie uczestnikom celowości oraz sensu systematycznej aktywności ruchowej w związku z

podtrzymaniem lub doskonaleniem własnej sprawności fizycznej. Zadania polegające na określeniu oceny sprawności fizycznej policjantów, a także czynników motywujących funkcjonariuszy do poprawy własnej sprawności i aktywności fizycznej podjął się Zbijowski (2008). W jego badaniach uczestniczyło 40 osób podzielonych na kategorie wiekowe, odbywających szkolenie zawodowe, a także przyjętych do służby funkcjonariuszy podległych Komendzie Wojewódzkiej Policji w Katowicach. Sprawność fizyczna oceniana była na podstawie instrukcji zawartej w Decyzji Komendanta Głównego Policji. Z racji założeń metodologicznych jest to opracowanie najbardziej zbliżone do niniejszego. Znaczne podobieństwa występują również w sferze wyników. Oceny aktywności fizycznej w czasie wolnym podjęła się Szark (2006), która poddała badaniu różne grupy zawodowe. W badaniach uczestniczyło także 14 policjantek i 24 policjantów Komendy Miejskiej Policji w Toruniu. Materiał zebrano za pomocą kwestionariusza ankiety, który zawierał m.in. pytania dotyczące preferencji spędzania czasu wolnego, czynników wpływających na aktywne spędzanie czasu wolnego, przydatności sprawności fizycznej w wykonywanym zawodzie, a także częstotliwość podejmowania aktywności fizycznej. Określenia miejsca rekreacji ruchowej w strukturze czasu wolnego wybranych grup zawodowych dokonały Bilska i Golanko (2009). Badania zostały przeprowadzone wśród 60 funkcjonariuszy policji oraz 42 nauczycieli wychowania fizycznego. Posłużono się kwestionariuszem ankiet zawierającym 16 pytań dotyczących czasu wolnego, sposobu i form spędzania czasu wolnego przez badanych oraz czynników warunkujących wykorzystanie czasu wolnego. Zebrany materiał pozwolił na określenie zainteresowań, aspiracji i preferencji ankietowanych w ramach wykorzystania czasu wolnego, w kontekście usprawniania fizycznego.

Wyniki przedstawionych opracowań pozwalają uznać sprawność fizyczną różnych grup zawodowych policjantów za niewystarczającą. W większości przypadków można było uznać je za przeciętne populacyjnie. Tym samym w dużej mierze korespondują one z poniższymi wnioskami.

## WNIOSKI

1. Ogólny poziom kompetencji motorycznych policjantów można uznać za przeciętny, mieszczący się w dolnej granicy poziomu maksymalnego, lecz w praktyce – z punktu widzenia charakteru podejmowanych czynności operacyjnych – za niewystarczający.

2. W profilu sprawności fizycznej policjantów dominują kompetencje siłowe.

3. Kompetencje motoryczne o charakterze lokomocyjnym policjantów są wyraźnie niedostateczne.

4. Stan wiedzy policjantów na temat istoty i sposobu samodoskonalenia kompetencji motorycznych jest niedostateczny.

5. Policjanci nie uczestniczą w zajęciach doskonalenia sprawności fizycznej. Nie wykorzystują możliwości stwarzanych im przez wyspecjalizowanych instruktorów.

6. Istnieje zależność między niedostatkami kompetencji motorycznych policjantów a ich obniżoną świadomością zdrowotną.

7. Wiek i wykształcenie policjantów nie pozostaje w związku z ich kompetencjami motorycznymi.

## BIBLIOGRAFIA

- Bilska M., Golanko R. (2009), Miejsce rekreacji ruchowej w strukturze czasu wolnego wybranych grup zawodowych, [w:] Kubińska Z., Nałęcka D. (red.), Rekreacja ruchowa w edukacji i promocji zdrowia. Państwowa Wyższa Szkoła Zawodowa im. Papieża Jana Pawła, Biała Podlaska, 1, 216–228.
- Bukowiecka D., Bukowiecki I., Kalina R.M. (2003), Wiek jako czynnik różnicujący poziom wszechstronnej sprawności fizycznej funkcjonariuszy policji, [w:] Sokołowski M. (red.), Biospołeczne

- aspekty kultury fizycznej w wojsku, AWF, Poznań, 357, 78–89.
- Cantell M.H., Crawford S.G., Doyle-Parker P.K. (2008), Physical fitness and health indices in children, adolescents and adults with high or low motor competence, *Human Movement Science*, 27, 344–362.
- Garbaciak W., Głowacki B. (2005), Efektywność szkolenia słuchaczy szkoły policji w sferze sprawności motorycznej, [w:] Mynarski W., Ślężyński J. (red.), Efekty kształcenia i wychowania w kulturze fizycznej, AWF, Katowice, 125–131.
- Gwardyński R. (2002), Sprawność motoryczna policjantów garnizonu wrocławskiego, Praca doktorska, AWF, Wrocław.
- Kalina R.M., Bukowiecka D., Bukowiecki I., Czaiński R., Paprocki Z., Borkowski M. (2002), Poziom sprawności fizycznej policjantów i policjantek, *Roczniki Naukowe AWF w Warszawie*, 41, 124–132.
- Szark M. (2009), Ocena aktywności fizycznej różnych grup zawodowych w czasie wolnym, [w:] Szczepanowska E., Sokołowski M. (red.), Aktywność fizyczna i odżywianie się jako uwarunkowania promocji zdrowia, *Monografie Wielkopolskiej Wyższej Szkoły Turystyki i Zarządzania*, 2, 199–207.
- Umiastowska D., Pławińska L. (2003), Podejmowanie przez pracowników Policji udziału w różnych formach ruchu, [w:] Umiastowska D. (red.), Aktywność ruchowa ludzi w różnym wieku, Wydawnictwo Promocyjne Albatros, Szczecin, 8, 26–34.
- Ustawa z dnia 6 kwietnia 1990 r. o Policji, Dz.U. z 2007 r., nr 43, poz. 277, z późn. zm.
- Zarządzeniem nr 418 Komendanta Głównego Policji z dnia 15 kwietnia 2011 r. w sprawie zakresu oraz szczegółowych warunków, trybu przeprowadzania oraz zasad oceniania sprawności fizycznej policjantów.
- Zbijowski G. (2008), Sprawność fizyczna funkcjonariuszy policji. Badania pilotażowe, *Zeszyty Metodyczno-Naukowe AWF w Katowicach*, 25, 223–230.

Praca wpłynęła do Redakcji: 12.07.2016

Praca została przyjęta do druku: 05.08.2016

*Adres do korespondencji:*

Ryszard Bartoszewicz

Katedra Dydaktyki Wychowania Fizycznego  
Akademia Wychowania Fizycznego

ul. Witelona 25

51-617 Wrocław

e-mail: ryszard.bartoszewicz@awf.wroc.pl