

ZMENY PLAVECKEJ VÝKONNOSTI POLICAJTOV ZARADENÝCH V ÚRADE PRE OCHRANU ÚSTAVNÝCH ČINITEĽOV A DIPLOMATICKÝCH MISÍÍ V ROKOCH 1999 – 2008

CHANGES OF SWIMMING PERFORMANCE OF POLICEMEN FROM DEPARTMENT FOR SAEFETY CONSTITUTIONAL OFFICIALS AND DIPLOMATICS MISSIONS IN YEARS 1999 – 2008

Matej Bence

Katedra telesnej výchovy a športu Fakulty humanitných vied Univerzity Mateja Bela v Banskej Bystrici, Slovenská republika

Peter Fáber

Úrad pre ochranu ústavných činiteľov a diplomatických misií Ministerstva vnútra v Bratislave, Slovenská republika

ABSTRACT

The authors deal with swimmingperformance of police officers working at The Ministry of interior of the Slovak republic between 1999 – 2008. The results shows that the level of testingperformance is not balanced. The finding proposes the solition for practice.

Keywords : Office for Protection of Constitutional Officials and Diplomatic Missions, swimming, swimming performance

ZHRNUTIE

Autori sa v príspevku zaoberajú plaveckou výkonnosťou policajtov zaradených v Úrade pre ochranu ústavných činiteľov a diplomatických misií Ministerstva vnútra Slovenskej republiky v rokoch 1999 – 2008. Výsledky uvádzajú v tabuľkách, ktoré poukazujú na nerovnomernú výkonnosť probandov. V závere navrhujú konkrétne riešenia pre prax.

Kľúčové slová: Úrad pre ochranu ústavných činiteľov a diplomatických misií, plávanie, plavecká výkonnosť.

Úvod

Jedným zo základných predpokladov existencie právneho štátu je vybudovanie účinného systému obrany a ochrany jeho vnútorných funkcií, ako aj oprávnených záujmov občanov, ktoré im zaručuje Ústava Slovenskej republiky. V príspevku hodnotíme plaveckú výkonnosť policajtov zaradených v Úrade pre ochranu ústavných činiteľov a diplomatických misií Ministerstva vnútra Slovenskej republiky (ďalej ÚOÚČ a DM) v rokoch 1999 až 2008.

Prostredníctvom longitudinálneho výskumu počas desaťročného obdobia porovnávame plaveckú výkonnosť testom na 100 metrov voľným spôsobom (kraulom), ktorý patrí k vybraným

motorickým testom uvedených zamestnancov Ministerstva vnútra Slovenskej republiky. (Bence, 2005, Fáber, 2009).

Problém

Profesionálna práca policajtov zaradených v ÚOÚČ a DM je zameraná na bezpečnosť a fyzickú ochranu ústavných činiteľov Slovenskej republiky, ich rodín a zahraničných misií sídlacích na území SR pred možnými útokmi jednotlivcov, fanatických skupín, alebo teroristických zoskupení. Táto ochrana je zabezpečovaná počas ich politickej a verejnej činnosti, ale aj počas ich súkromných aktivít. V dôsledku teroristických útokov dňa 11.9.2001 v New Yorku na budovy Svetového

obchodného centra sa zvýšili nároky na fyzickú, psychickú a technickú pripravenosť policajtov.

Nutnou súčasťou osvojovania si špeciálnych vedomostí, zručností a zvyšovania úrovne pohybovej výkonnosti v kondičnej a bojovej príprave je kontrola a hodnotenie, ktorá plní spätnoväzobnú a motivačnú funkciu. Rozvojom pohybovej výkonnosti policajtov sa zaoberali: Bence (2003), Csefalvay - Seknička (1995), Dianiška (1996), Peťovský (1998) a iní autori. Z týchto dôvodov sú na uvedenú profesiu policajtov vyžadované nároky na psychickú a fyzickú pripravenosť, každoročne preverované batériou motorických testov, ktoré zahŕňujú aj plávanie na 100 metrov voľným spôsobom (kraulom). Keďže na FHV UMB v Banskej Bystrici študujú externe aj policajti s takýmto špecifickým profesionálnym zameraním, mali sme možnosť zistiť úroveň ich plaveckej výkonnosti.

Cieľ, hypotéza, úlohy

Cieľom nášho výskumu bolo dlhodobé sledovanie zmien plaveckej výkonnosti policajtov zaradených v Úrade pre ochranu ústavných činiteľov a diplomatických misií počas obdobia desiatich rokov. Predpokladáme, že plavecká výkonnosť sledovaného súboru, aj po preradení do

vyššej vekovej kategórie s ohľadom na bodové hodnotenie nebude mať klesajúcu tendenciu. Úlohy vyplývajúce z cieľa sú:

* na základe longitudinálneho výskumu spracovať a porovnať dosiahnuté výsledky plaveckej výkonnosti v sledovanom období

*navrhnuť konkrétne riešenia efektívizácie plaveckej prípravy a tým aj zlepšenie plaveckej výkonnosti realizovateľné v praxi

Metodika

Výskumný súbor tvorí dvadsať policajtov zaradených v ÚOÚČ a DM v Bratislave narodených v rokoch 1973 – 1974, ktorí sa týždenne venujú kondičným cvičeniam v rozsahu 5 hodín (minimálne 2 hodiny plávania), čo závisí od plánovania ich kondičnej prípravy a služobných povinností. Podmienky pre kondičnú prípravu majú rovnaké, ale ich pracovné zaradenie je odlišné. Náplň ich práce nemôžeme špecifikovať, pretože podlieha utajeniu.

Testovanie súboru , plávanie na 100m. kraulom sme realizovali v prvej etape v mesiaci máj v rokoch 1999 – 2003 , kedy boli probandi podľa bodovacej tabuľky (tab. 1) zaradení do druhej vekovej kategórie, a v druhej etape rovnako v mesiaci máj v rokoch 2004 – 2008, kedy boli probandi preradení do tretej vekovej kategórie.

Tabuľka 1. Bodové hodnotenie plaveckej disciplíny 100m voľným spôsobom

Table 1. Items up of swimming discipline 100 m free style

KATEGÓRIA	do 29 rokov	30 - 34 rokov	35- 39 rokov	40 - 44 rokov	45 - 50 rokov
BODY	ČAS (min)	ČAS (min)	ČAS (min)	ČAS (min)	ČAS (min)
1	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00
2	2.50	3.00	3.15	3.35	4.00
3	2.30	2.40	2.50	3.10	3.35
4	2.20	2.27	2.35	2.50	3.10
5	2.10	2.15	2.20	2.35	2.50
6	2.00	2.05	2.10	2.20	2.30
7	1.50	1.55	2.00	2.07	2.15
8	1.40	1.46	1.50	1.55	2.00
9	1.35	1.37	1.40	1.45	1.50
10	1.30	1.32	1.35	1.40	1.45

Úroveň plaveckej výkonnosti sme počas všetkých rokov výskumu zisťovali v krytej plavárni Akadémie policajného zboru, kde má bazén dĺžku 25 metrov so šiestimi dráhami, minimálnu hĺbku 1,5 m. a maximálnu 1,9 m. s teplotou vody 27°C a teplotou vzduchu 28 – 30°C. Výkony sme

zaznamenávali v minútach a sekundách ručným meraním, pričom jeden rozhodca zaznamenával zaplávavý čas dvoch probandov v dvoch dráhach.

Na vyhodnotenie dosiahnutých výsledkov (zaplávavých časov) sme použili základné štatistické metódy.

Výsledky

Tabuľka 2. Hodnotenie plaveckej výkonnosti na 100m kral v rokoch 1999 - 2003

Table 2. Evaluation of swimming performance in 100 m crawl in years 1999-2003

P	1999		2000		2001		2002		2003		X
	čas	body	čas	body	čas	body	čas	body	čas	body	body
1	1,20	10	1,15	10	1,15	10	1,18	10	1,20	10	50
2	1,37	9	1,40	8	1,42	8	1,40	8	1,35	9	42
3	2,30	3	2,33	3	2,40	3	2,48	2	2,45	2	13
4	1,32	10	1,31	10	1,30	10	1,28	10	1,20	10	50
5	1,35	9	1,35	9	1,35	9	1,38	8	1,40	8	43
6	1,34	9	1,37	9	1,38	8	1,35	9	1,39	8	43
7	2,54	2	1,50	7	1,42	8	1,50	7	1,58	6	30
8	1,33	9	1,59	6	1,45	8	1,40	8	1,44	8	39
9	1,41	8	1,36	9	1,38	8	1,29	10	1,20	10	45
10	1,35	9	1,35	9	1,34	9	1,35	9	1,30	10	46
11	1,47	7	1,44	8	1,48	7	1,50	7	1,49	7	36
12	1,40	8	1,41	8	1,50	7	1,48	7	1,56	6	36
13	1,13	10	1,20	10	1,15	10	1,13	10	1,17	10	50
14	1,55	7	1,40	8	1,45	8	1,50	7	1,58	6	36
15	2,50	2	2,42	2	2,48	2	3,00	2	2,57	2	10
16	1,57	6	1,49	7	1,57	6	1,40	8	1,55	7	34
17	1,30	10	1,25	10	1,20	10	1,28	10	1,30	10	50
18	1,30	10	1,39	8	1,40	8	1,45	7	1,38	8	51
19	1,45	8	1,50	8	1,52	8	1,55	7	1,58	8	39
20	1,30	10	1,35	9	1,38	8	1,40	8	1,35	9	44
X	1,52	7,8	1,48	7,9	1,49	7,75	1,52	7,6	1,50	7,7	39

Vysvetlivky (notes): P = poradie (order) ,X = priemerná hodnota časov a bodov (average value times and points)

Prostredníctvom longitudinálneho sledovania v prvej etape výskumu znamenávame kolísavú plaveckú výkonnosť, s tendenciou jej poklesu, respektíve nárastu. Kým najlepší výkon probanda č.13 z roku 1999, ktorý dosiahol čas 1,13 min. je v zjavnom nepomere s najhorším časom v tom istom roku, ktorý dosiahol proband č.15, a to 2.50 min., čo by bolo u probanda č.13 ďalších 100 metrov

plávania navyše. Výrazný rozdiel pozorujeme aj v roku 2000, kde najlepší čas mal hodnotu 1,15 min. a najhorší 2,42 min. Podobné rozdiely sme zistili aj v rokoch 2001, 2002 a 2003, napriek tomu všetci probandi splnili kritérium MV SR, získať aspoň jeden bod z previerkovej disciplíny.

Tabuľka 3 . Hodnotenie plaveckej výkonnosti na 100 m kral v rokoch 2004 - 2008

Table 3 . Evaluation of swimming performance in 100 m crawl in years 2004 – 2008

P	2004		2005		2006		2007		2008		X
	čas	body	čas	body	čas	body	čas	body	čas	body	body
1	1,18	10	1,17	10	1,19	10	1,20	10	1,21	10	50
2	1,37	9	1,42	8	1,42	8	1,38	9	1,35	10	44
3	2,10	6	2,17	5	2,10	6	2,05	6	2,45	3	26
4	1,30	10	1,31	10	1,28	10	1,29	10	1,25	10	50
5	1,33	10	1,35	10	1,37	9	1,35	10	1,32	10	49
6	1,34	10	1,35	10	1,38	9	1,40	9	1,39	9	47
7	2,10	6	1,55	7	1,42	8	1,50	8	1,58	7	36
8	1,30	10	1,45	8	1,42	8	1,40	9	1,44	8	43
9	1,43	8	1,40	9	1,39	9	1,40	9	1,20	10	45
10	1,32	10	1,28	10	1,30	10	1,31	10	1,30	10	50
11	1,45	8	1,42	8	1,48	8	1,45	8	1,50	8	40
12	1,30	10	1,29	10	1,40	9	1,42	8	1,38	9	46

13	1,10	10	1,12	10	1,20	10	1,17	10	1,17	10	50
14	1,54	7	1,58	7	1,50	7	1,53	7	1,52	7	35
15	2,50	3	2,51	2	2,48	3	2,28	4	2,30	4	16
16	1,40	9	1,45	8	1,48	8	1,50	8	1,52	7	40
17	1,24	10	1,27	10	1,20	10	1,23	10	1,27	10	50
18	1,32	10	1,34	10	1,40	9	1,34	10	1,30	10	49
19	1,48	8	1,53	7	1,52	7	1,50	7	1,58	7	36
20	1,32	10	1,40	9	1,35	10	1,34	10	1,38	9	48
X	1,47	8,7	1,48	8,4	1,46	7,9	1,45	9	1,47	8,7	42,9

Približne rovnaké výsledky zaznamenávame v druhej etape výskumu. V roku 2004 opäť dosiahol najlepší čas 1.10 min poband č.13, najhorší čas 2.50 proband č.15. U týchto dvoch probandov takéto výrazné rozdiely vo výkonnosti pozorujeme aj v nasledujúcich rokoch 2005 – 2008. U ostatných probandov zisťujeme podobne ako v predchádzajúcich rokoch striedavé výkony, ktoré sú individuálne a u jednotlivých probandov majú vzostupnú, respektíve zostupnú tendenciu. Rovnako, ako v prvej etape výskumu konštatujeme, že všetci probandi splnili kritérium MV SR, získať aspoň jeden bod z previerkovej disciplíny.

Porovnaním hraničných výkonov (najpomalší a najrýchlejší dosiahnutý čas) sme zistili, že v prvej

etape výskumu tvoril najpomalší čas hodnotu 3,00 min, najrýchlejší 1,13 min.

Najhorší priemerný čas 1,52 min dosiahol súbor v roku 1999, najlepší priemerný čas 1,48 min. v roku 2000.

Porovnaním hraničných výkonov v druhej etape sme zaznamenali najpomalší čas 2,51 min. a najrýchlejší 1,10 min. Najhorší priemerný čas bol 1,47 min, ktorý dosiahol súbor v rokoch 2004,2005 a 2008, najrýchlejší priemerný čas bol 1,45 min v roku 2007. Zistený stav poukazuje na čiastočné zlepšenie výkonnosti o 2 sekundy v prospech druhej etapy výskumu. Toto zlepšenie dokazuje aj bodové hodnotenie (tab. 4), ktoré je vyššie aj z toho dôvodu, že v druhej etape boli probandi priradení do tretej vekovej kategórie.

Tabuľka 4. Porovnanie plaveckej výkonnosti probandov podľa bodového hodnotenia

Table 4. Comparasion of swimming performance research floor according to items up

Prvá etapa	n B	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	n P	3	7	1	0	0	11	21	19	16	22
Druhá etapa	n B	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
	n P	0	1	2	0	1	4	12	18	16	46

Vysvetlivky(notes) : n B = počet bodov (number of points), n P = počet probandov (number of probands)

Celkový počet dosiahnutých bodov v prvej etape výskumu je 749, v druhej etape je to o 101 bodov viac – 850. Rozdiel v bodovom hodnotení pozorujeme aj v maximálnom počte 10 bodov, ktoré probandi individuálne dosiahli.

Záver

V našom výskume sme sa zaoberali zmenami plaveckej výkonnosti policajtov zaradených v ÚOÚČ a DM počas desaťročného obdobia v dvoch etapách, od roku 1999 do roku 2008. Na základe dosiahnutých výsledkov podľa riešenia stanovených úloh konštatujeme splnenie cieľa. Pre potvrdenie hypotézy sú prioritné dosiahnuté zaplávané priemerné časy v jednotlivých rokoch. Hypotéza sa nám potvrdila, nezaznamenali sme klesajúcu tendenciu, naopak, zaznamenali sme mierny nárast plaveckej výkonnosti v druhej etape výskumu. Napriek tomu výsledky niektorých probandov sú na dolnej hranici hodnotenia, ale

všetci splnili podmienku dosiahnuť minimálne jeden bod v sledovanej plaveckej disciplíne.

Na základe dosiahnutých výsledkov pre zlepšenie plaveckej výkonnosti sledovaného súboru odporúčame:

- zvýšiť počet hodín venovaných plaveckej príprave
- zamerať sa na zdokonaľovanie techniky (štarty, dýchanie, obrátka)
- upraviť pracovný režim policajtov tak, aby mohli v plnom rozsahu absolvovať obsah kondičnej prípravy

LITERATÚRA

Bence, L.(2003). *Telesný rozvoj a pohybová výkonnosť silových rezortov štátnej správy SR*. Banská Bystrica: FHV UMB 2003.

Bence, M. - Bence, L. - Fáber, P. 2005. Plavecká výkonnosť policajtov Úradu pre ochranu ústavných činiteľov a diplomatických misií MV SR. In *Štruktúra pohybových aktivít vo vodnom prostredí a ich účinnosť*. s. 66 – 70. Bratislava: FTVŠ UK,

Csefalvay, Š. & Seknička, J. (1995). *Nácvik didaktiky telesnej a služobnej prípravy policajtov*. Bratislava: A PZ SR.

Dianiška, G. et al. (1996) *Základy policajnej psychológie*. Bratislava: Magnet, 1996.

Peťovský, M. (1998). Metodika vyučovania sbebeobrany A PZ SR v Bratislave. Bratislava: A PZ SR.

Doc.PaedDr. Matej Bence, PhD.
KTVŠ FHV UMB
Tajovského 40
974 01 Banská Bystrica, SK
e – mail: bencematej@fhv.umb.sk
Tel: + 4210484667533