
BŪSIMŪJŲ STATUTINIŲ PAREIGŪNŲ FIZINIO PARENGTUMO RODIKLIŲ DINAMIKOS 2003-2012 M. ANALIZĖ

Algirdas Muliarcikas*

*Mykolo Romerio universiteto Viešojo saugumo fakulteto Valstybės sienos apsaugos katedra
Putvinskio g. 70, LT-44211 Kaunas
Telefonas 303653
El.paštas: a.muliarcikas@mruni.eu*

Anotacija. Straipsnyje retrospektyviniu aspektu analizuojama būsimųjų statutinių pareigūnų pirminio fizinio pasirengimo, fizinių gebėjimų rodiklių dinamika. Apžvelgiami 2003-2012 metais užregistruoti greičio, išvermės, staigiosios jėgos, pilvo preso bei rankų raumenų jėgos gebėjimus apibūdinantys rodikliai. Tyrime naudojami atsitiktine tvarka atrinktų studentų (grupių), tik pradėjusių Kovinės savignyos ar Kovinių imtynių dalyko studijas, pirminio testavimo rezultatai. Tiriama moterų ir vyrų pagrindinių fizinių gebėjimų rodikliai. Straipsnio pagrindinę dalį sudaro du skyriai. Pirmajame pateikiami fizinių gebėjimų išugdymo lygį nusakantys rodikliai, jų kitimo ypatumai. Antrajame – aptariami kiekybiniai ir kokybiniai šių rodiklių dinamikos ypatumai.

Pagrindinės sąvokos: būsimieji statutiniai pareigūnai, fizinių gebėjimų rodikliai, greičumas, išvermė, staigioji jėga, retrospektyvinė analizė.

IVADAS

Tiek policijos, tiek valstybės sienos apsaugos pareigūnai, vykdydami tarnybines pareigas, esant būtinybei, turi teisę panaudoti specialiąsias priemones (kovinių imtynių veiksmus ir kt.). Viena iš pagrindinių efektyvaus kovinių imtynių veiksmų panaudojimo sąlygų – geras pareigūnų fizinis parengtumas, kurio pageidaujamas lygis nusakomas Lietuvos Respublikos vidaus reikalų ministro įsakyme.¹

Studijų programos, kurias studentai studijuoja Mykolo Romerio universiteto Viešojo saugumo fakultete ir jas baigę siekia dirbti Lietuvos Respublikos vidaus reikalų ministerijai pavaldžiose įstaigose, parengtos atsižvelgiant į studijų krypties reglamentą bei atitinkamų tarnybų veiklos įstatymų nuostatas.^{2,3}

¹ Lietuvos Respublikos vidaus reikalų ministro įsakymas 2006 m. gruodžio 29 d. Nr. 1V-500 „Dėl Vidaus tarnybos sistemos pareigūnų fizinio pasirengimo reikalavimų ir pareigūnų fizinio pasirengimo tikrinimo bei papildomų reikalavimų, susijusių su fiziniiais ir praktiniais gebėjimais eiti tam tikras pareigas tam tikruose vidaus reikalų įstaigų padaliniuose, ir atitikties šiems reikalavimams tikrinimo taisyklių patvirtinimo“. Valstybės žinios, 2007-01-25, Nr. 10-399.

² Lietuvos Respublikos Policijos veiklos įstatymas 2000 m. Spalio 17 d. Nr. VIII-2048. Valstybės žinios, 2000, Nr. 90-2777 (23, 24 str.).

³ Lietuvos Respublikos Valstybės sienos apsaugos tarnybos įstatymas 2000 m. Spalio 10 d. Nr. VIII-1996. Valstybės žinios, 2000, Nr. 92-2848 (23 str. 2 p.).

Kovinės savigynos ar Kovinių imtynių dalykų programų^{4, 5} studijose būsimieji pareigūnai įgyja ne tik savisaugos, pažeidėjų sulaikymo ir kitų specialiųjų veiksmų technikos mokėjimų, pirminių įgūdžių, bet ir ugdo būtiniausius tinkamam tų veiksmų atlikimui greitumo, ištvėmės, jėgos, lankstumo bei vikrumo gebėjimus. Studentų^{6,7} bei jau dirbančių pareigūnų⁸ fizinis pasirengimas, jį charakterizuojantys rodikliai analizuojami įvairiais aspektais. Pareigūnų fizinio pasirengimo lygį, jo pasiekimo būtinybę vienaip ar kitaip įtakoja tiriamųjų amžius, tarnybos pobūdis bei daugelis kitų faktorių.⁹

Nuosekli įvairių faktorių analizė sudaro prielaidas įvertinti ir optimizuoti pareigūnų rengimo procesą, nustatyti jo progreso ar regreso priežastis, valdyti jį teikiant moksliskai pagrįstas rekomendacijas. Nuo 2003 iki 2012 metų įvyko nemažai reikšmingų pokyčių ekonomikos, teisės, švietimo¹⁰ bei kitose pakankamai svarbiose gyvenimo srityse. Atsižvelgiant į tai, darome hipotetinę šio tyrimo prielaidą, kad per dešimtmetį įvykę įvairūs pokyčiai galėjo reikšmingai įtakoti būsimųjų statutinių pareigūnų fizinius gebėjimus lemiančių rodiklių dinamikos pobūdį.

Straipsnio **tikslas** – išanalizuoti būsimųjų statutinių pareigūnų studijų programose numatytą testuotinių fizinių gebėjimų rodiklių dinamikos 2003-2012 metais ypatumus.

Numatyto tikslo realizavimui suplanuoti **uždaviniai**:

- retrospektyviu aspektu įvertinti 2003-2012m. tirtų studentų fizinį parengtumą;
- nustatyti galimas tiriamų gebėjimų rodiklių kitimo priežastis.

Tyrimo **objektas** ir **metodai**. Straipsnyje analizuojami atsitiktine tvarka parinktų akademinų studentų grupių, 142 vyrų ir 134 moterų, studijavusių 2003-2012 m., fizinių gebėjimų pirminio testavimo rezultatai.

⁴ Teisės ir policijos veiklos studijų programa [interaktyvus]. [žiūrėta 2013-11-15].

https://stdb.mruni.eu/studiju_programos_aprasas.php?id=2558&l=lt

⁵ Policijos veiklos studijų programa [interaktyvus]. [žiūrėta 2013-11-15].

https://stdb.mruni.eu/studiju_programos_aprasas.php?id=2365&l=lt

⁶ Muliarčikas A. Būsimų policijos pareigūnų – Mykolas Romeris universiteto Kauno policijos fakulteto 2002 ir 2003 metų studentų – fizinio parengtumo rodiklių dinamika. *Jurisprudencija: mokslo darbai*. 2004, t. 62 (54): 78–87.

⁷ Muliarčikas A., Morkūnienė A.. Būsimųjų statutinių pareigūnų – pirmo kurso studentų – ir jų bendraamžių fizinio parengtumo lyginamoji analizė. *Socialinis darbas: mokslo darbai*. 2006, Nr. 5 (2): 87–93.

⁸ Veršinskas R., Morkūnienė A., Avižonienė G.. Mykolas Romeris Viešojo Saugumo Fakulteto Studentų Ir Lietuvos Valstybės Sienos Apsaugos Tarnybos Darbuotojų Fizinio Pasirengimo Lyginamoji Analizė. *Vadyba*. 2010, Nr 1 (17): 163 – 166.

⁹ Minkevičius R., Veršinskas R. Pareigūnų fizinio rengimo modeliavimas: Valstybės sienos apsaugos tarnybos užkardos. *Jurisprudencija: mokslo darbai*. 2003, t. 49 (41): 157-166.

¹⁰ Lietuvos Respublikos Mokslo ir studijų Įstatymas 2009 m. Balandžio 30 d. Nr. XI-242. Valstybės žinios, 2009-05-12, Nr. 54-2140.

Studentų fiziniams gebėjimams įvertinti buvo naudojamas kontrolinis metodas ir tokie pratimai: greitungui - 100 m bėgimas; išsvermei - 3000 m bėgimas vyrams ir 2000 m moterims; staigiajai jėgai – šuolis į tolį iš vietos; pilvo preso raumenų jėgai – sėsti ir gulti per 30 s. – moterims ir kybant, kojų kėlimas iki skersinio per 30 s. – vyrams; rankų raumenų jėgai – rankų lenkimas ir tiesimas gulint – moterims, vyrams – prisitraukimai prie skersinio. Išvardinti pratimai yra įtraukti į statutiniam pareigūnams rengti skirtų studijų programų Kovinės savigynos bei Kovinių imtynių dalykų turinį kaip kontroliniai testai, kurie naudojami studentų bei statutinių pareigūnų fiziniam parengtumui įvertinti.¹¹

Gautiems duomenims apdoroti ir įvertinti naudotas matematinės statistikos metodas (panaudojant SPSS programą), tyrimo rezultatams charakterizuoti - analizės metodai.

STUDENTŲ FIZINIŲ GEBĖJIMŲ RODIKLIŲ ANALIZĖ

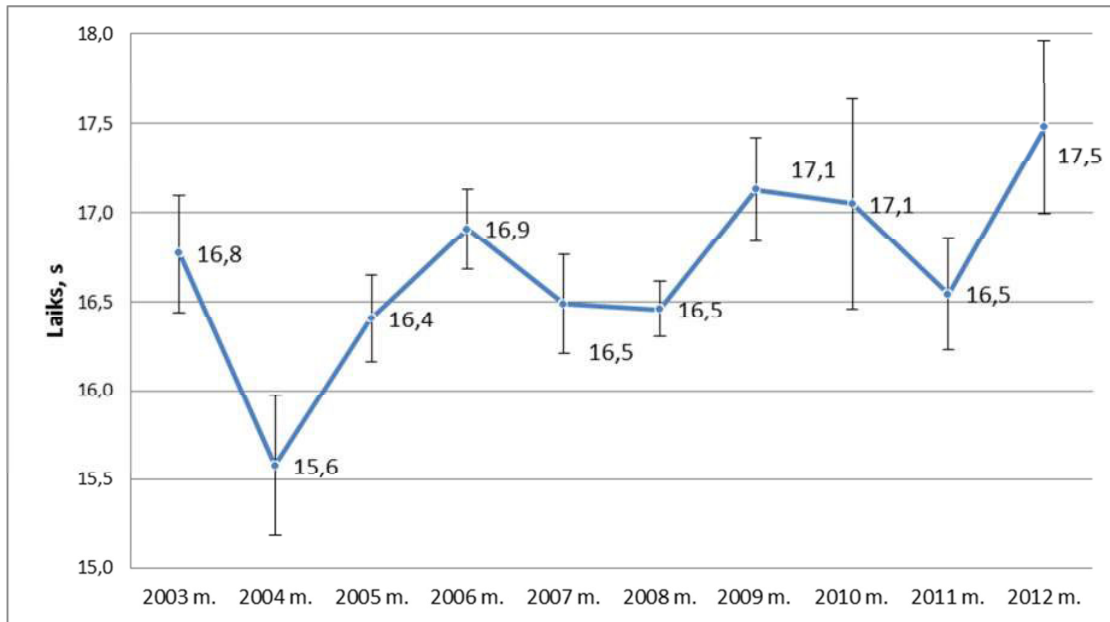
Aukščiausius greitumo gebėjimus moterys, 20-21 metų studentės, demonstravo 2004, žemiausius – 2012 m. Tirtų grupių 100 m bėgimo vidutiniai rezultatai buvo atitinkamai 15.6 ± 0.4 s ir 17.5 ± 0.5 s ($p < 0,01$) (1 pav.). Statistiškai patikimai žemesni rezultatai už pasiektus 2004 m. vidutinius moterų 100 m bėgimo rezultatus buvo užfiksuoti ir 2003, 2006 bei 2009 metais (1 pav., 1 lentelė).

1 lentelė. 100 m. bėgimo moterų rezultatų skirtumo reikšmingumo rodikliai (TTEST reikšmės)

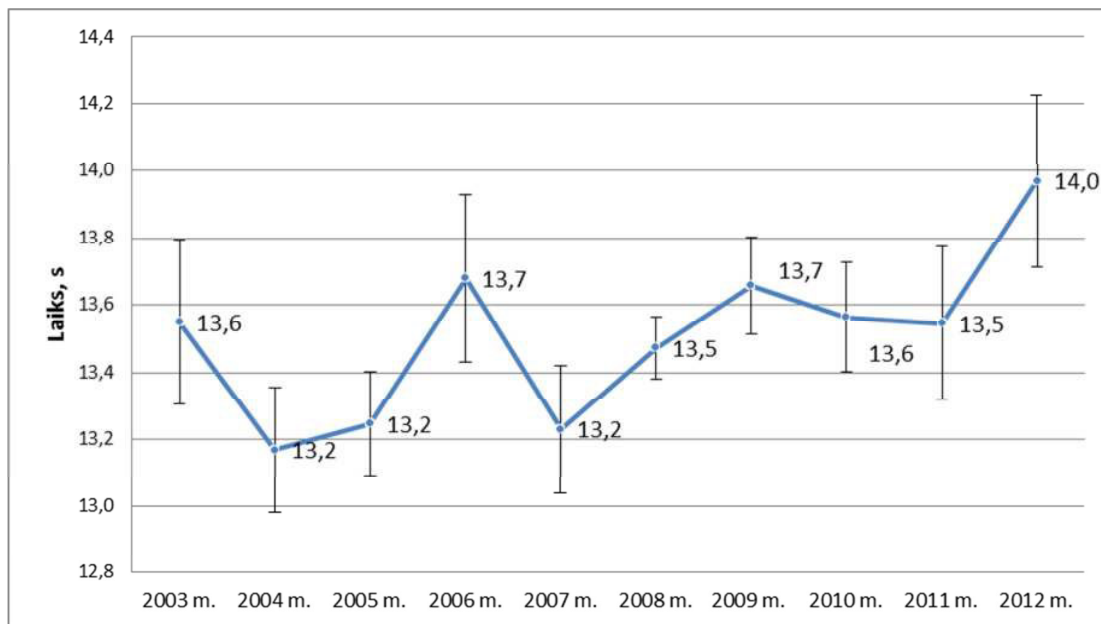
Metai	2003	2004	2005
2004	0,05		
2006		0,01	
2009		0,01	
2012		0,01	0,05

Geriausių 100 m bėgimo rezultatų pasiekė studentai vyrai, pradėję studijuoti Kovinės savigynos dalyką atitinkamai 2004, 2005 ir 2007 metais (2 pav., 2 lentelė).

¹¹Lietuvos Respublikos vidaus reikalų ministro įsakymas 2006 m. gruodžio 29 d. Nr. 1V-500 „Dėl Vidaus tarnybos sistemos pareigūnų fizinio pasirengimo reikalavimų ir pareigūnų fizinio pasirengimo tikrinimo bei papildomų reikalavimų, susijusių su fizineis ir praktiniais gebėjimais eiti tam tikras pareigas tam tikruose vidaus reikalų įstaigų padaliniuose, ir atitikties šiems reikalavimams tikrinimo taisyklių patvirtinimo“. Valstybės žinios, 2007-01-25, Nr. 10-399.



1 pav. Moterų 100 m. bėgimo testo grupių rezultatų vidurkių dinamika



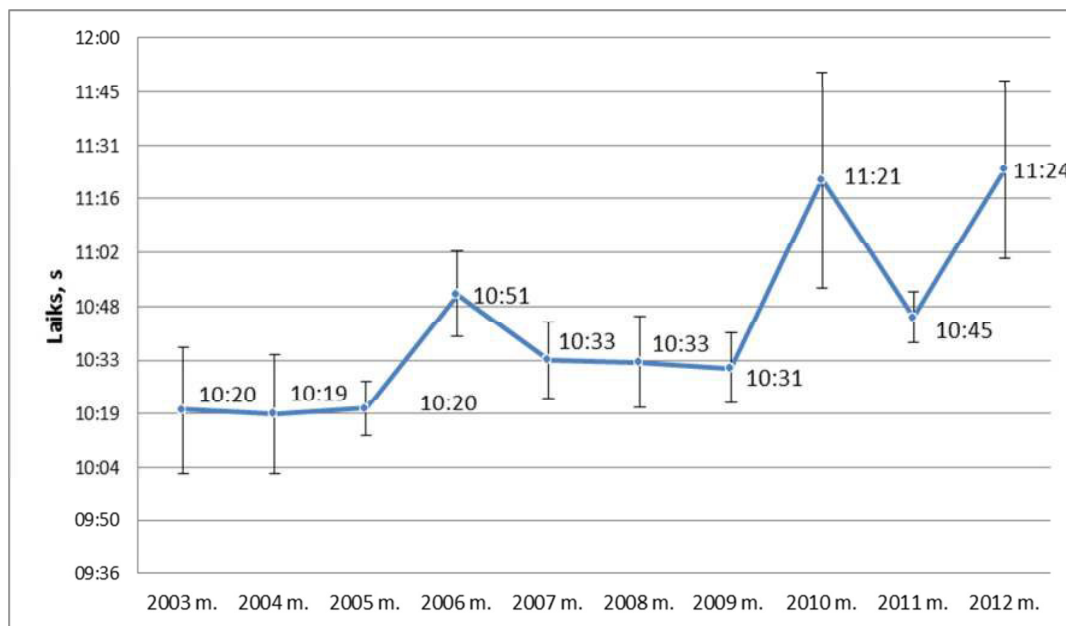
2 pav. Vyrų 100 m. bėgimo testo grupių rezultatų vidurkių dinamika

Žemiausius greitumo gebėjimus, kaip ir moterų grupėse, demonstravo 2012 m. vyrų grupė – 14.0 ± 0.26 s. Šios grupės vidutinis rezultatas statistiškai patikimai ($p < 0,05$) skiriasi nuo geriausių rezultatų pasiekusių grupių rezultatų (2 pav., 2 lentelė). Statistiškai patikimo skirtumo tarp kitų grupių rezultatų nėra.

2 lentelė. 100 m. bėgimo vyrų rezultatų skirtumo reikšmingumo rodikliai (TTEST reikšmės)

Metai	2003	2004	2005	2006	2007	2008
2012		0,01	0,05		0,05	0,05

Galima teigti, kad tirtų grupių moterų ištvermės gebėjimo rezultatų vidurkių reikšmės nuo 2003 iki 2009 m. beveik nekito. Šiame laikotarpyje statistškai žemesnių vidutinių rezultatų pasiekė tik 2006 m. grupės studentės (3 pav. 3 lentelė).



3 pav. Moterų 2000 m. bėgimo testo grupių rezultatų vidurkių dinamika

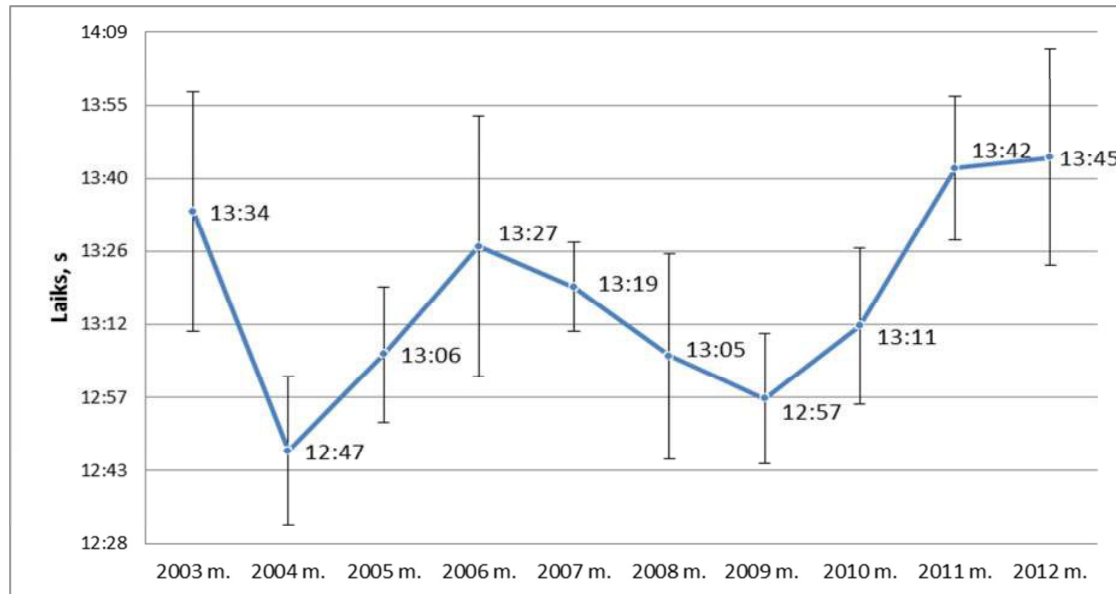
Nuo 2010 iki 2012 m. tirtų grupių moterų ištvermę charakterizuojančių rodiklių vidurkiai kito osciliacine kreive: reikšmingai patikimai pablogėjo (bėgimo trukmė – padidėjo) ($P < 0,05$), 2011 m. – gerėjo, o 2012 m. vėl didėjo nuotolio įveikimo laikas ($P < 0,05$) (3 pav., 3 lentelė).

3 lentelė. 2000 m. bėgimo moterų rezultatų skirtumo reikšmingumo rodikliai (TTEST reikšmės)

Metai	2003	2004	2005	2007	2008
2006			0,05		
2010	0,05	0,05	0,01		
2011			0,05		
2012	0,05	0,05	0,05	0,05	0,05

Vyrų 3000 m bėgimo rezultatai tiriamuoju laikotarpiu taip pat kito osciliacine kreive, tačiau patikimai reikšmingi skirtumai nustatyti tik tarp 2004 m. ir 2011 bei 2012 m. grupių (atitinkamai $p < 0,01$ ir $p < 0,05$) ir tarp 2009 ir 2011 m. grupių – $p < 0,05$ (4 pav., 4 lentelė). Kitų

metų grupių vidutinių rezultatų reikšmės pakankamai ženkliai skiriasi, tačiau tas skirtumas nėra patikimas ($p > 0,05$).



4 pav. Vyrų 3000 m. bėgimo testo grupių rezultatų vidurkių dinamika

Staigiosios jėgos – šuolio į tolį iš vietos moterų, pirmų kursų studentų, rezultatai vizualiai kito laisniškai žemėjančia kreive (4 pav.).

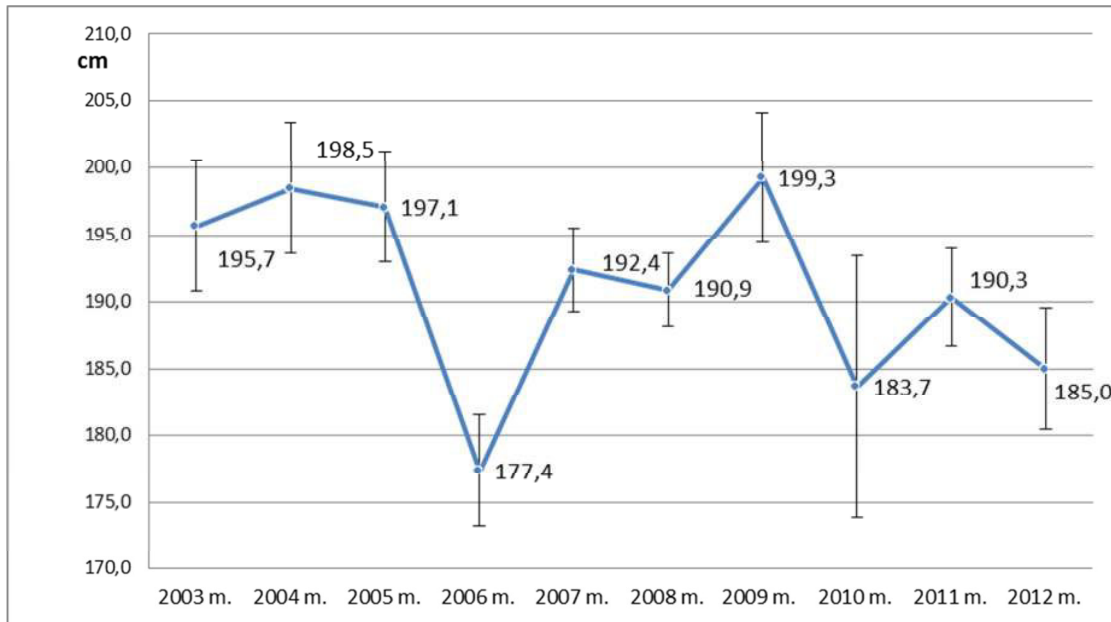
4 lentelė. 3000 m. bėgimo vyrų rezultatų skirtumo reikšmingumo rodikliai (TTEST reikšmės)

Metai	2004	2009
2011	0,01	0,05
2012	0,05	

Galima būtų išskirti du reikšmingus rezultatų kitimo pikus: ženklų šuolio į tolį 2006 metų grupės moterų rezultatų žemėjimą (5 pav., 5 lentelė) ir, lyginant su šios, statistiškai reikšmingą 2009 m. grupės moterų rezultatų augimą. Kitų metų grupių moterų kojų staigiosios jėgos grupių vidutiniai rezultatai buvo panašūs.

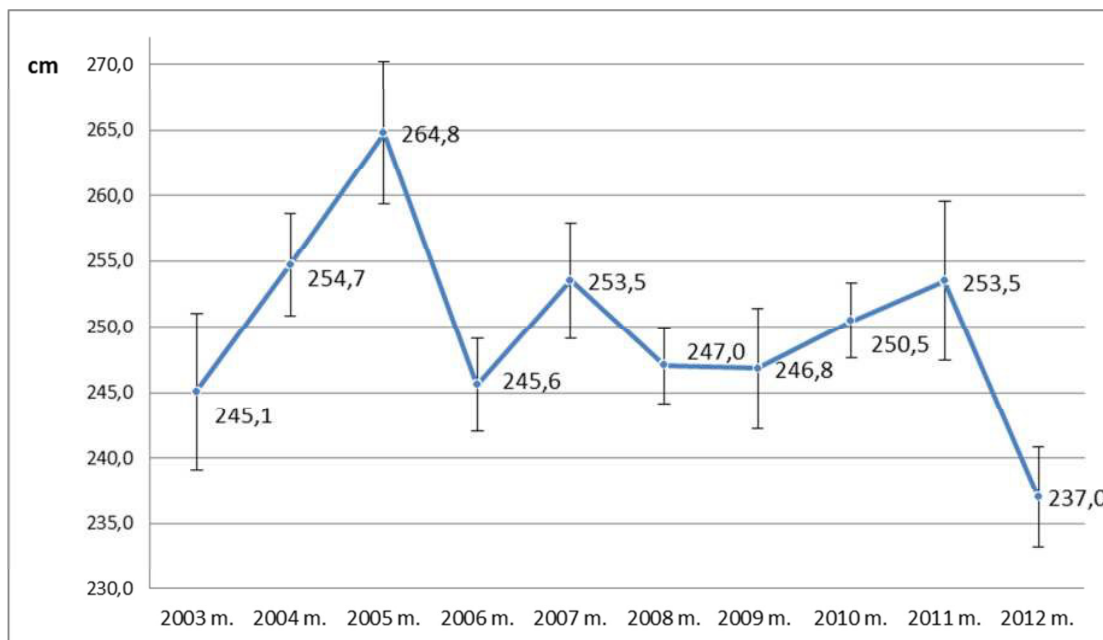
5 lentelė. Šuolio į tolį iš vietos moterų rezultatų skirtumo reikšmingumo rodikliai (TTEST reikšmės)

Metai	2003	2004	2005	2006	2009
2006	0,01	0,01	0,01		
2007				0,01	
2008				0,01	
2009				0,01	
2011				0,05	
2012					0,05



5 pav. Moterų šuolio į tolį iš vietos grupių rezultatų vidurkių dinamika

Vyrų šuolio į tolį grupių rezultatai nuo 2003 nuosekliai gerėjo ir 2005 m. pasiekė santykinę piką – geriausią vidutinį grupių rezultatą per 10 metų tyrimo laikotarpį 264,8±5,4cm. (6 pav.).



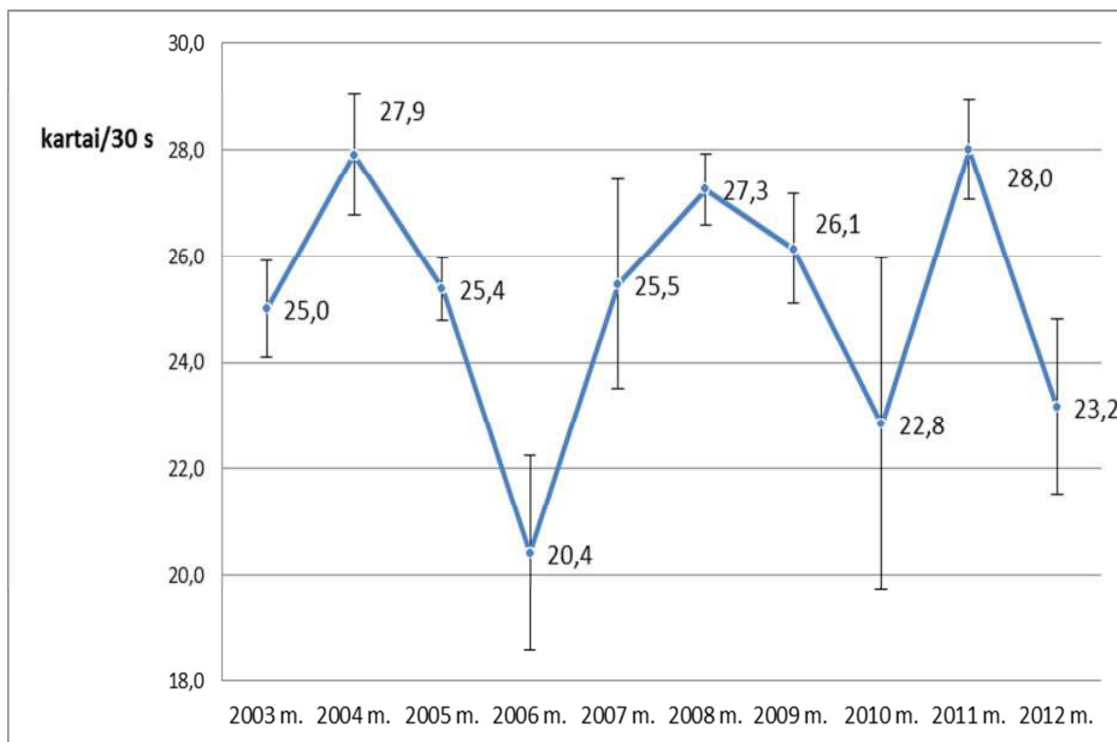
6 pav. Vyrų šuolio į tolį iš vietos grupių rezultatų vidurkių dinamika

Nors vėlesniais metais, nuo 2006 iki 2011 m., rezultatai kito santykinė sinusoide, tačiau patikimo skirtumo tarp jų neužfiksuota. 2012 m. tiriamos grupės, lyginant su kitomis, vyrų šuolių į tolį vidutinis rezultatas ženkliai sumažėjo ($P < 0,05$) (6 pav., 6 lentelė).

6 lentelė. Šuolio į tolį iš vietos vyrų rezultatų skirtumo reikšmingumo rodikliai (TTEST reikšmės)

Metai	2003	2004	2005	2007	2008	2010	2011
2005	0,05						
2006			0,01				
2008			0,00				
2009			0,05				
2010			0,02				
2012		0,01	0,001	0,01	0,05	0,01	0,05

Moterų pilvo preso raumenų ištvėrmės rodikliai nuo 2003 iki 2012 metų kito klasikine osciliacine kreive, kurios trijuose pikuose -2004, 2008 ir 2011 metais tirtose grupėse- buvo pasiekti aukščiausi rezultatai (7 pav.).



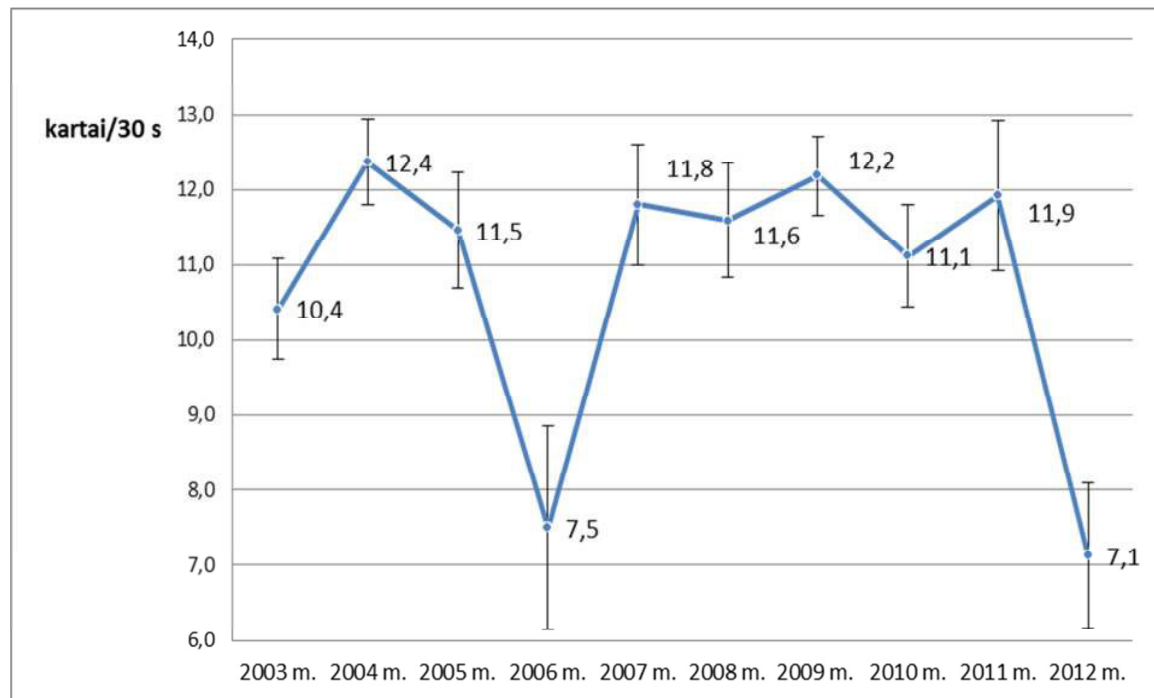
7 pav. Moterų pilvo preso raumenų, testo „Sėstis ir guttis“ grupių rezultatų vidurkių dinamika

Žemiausi moterų pilvo preso rezultatai užregistruoti testuojant 2006 m ($p < 0,001$), 2010 m. ($p < 0,05$) ir 2012 m. ($p < 0,01$) grupės (7 pav., 7 lentelė)

7 lentelė. Testo „Sėstis ir gultis“ moterų rezultatų skirtumo reikšmingumo rodikliai (TTEST reikšmės)

Metai	2003	2004	2005	2006	2008	2011
2005		0,05				
2006	0,05	0,01	0,05			
2008	0,05		0,05	0,001		
2009				0,01		
2010					0,05	
2011	0,05		0,05	0,001		
2012		0,05			0,01	0,05

Vyrų pilvo preso raumenų jėgos ištvėmės tirtų grupių vidutiniai rodikliai pradėjo kilti nuo 2004 m. ir išskyrus 2006 bei 2012 m. išsilaikė santykinai pastoviam lygyje (8 pav.).



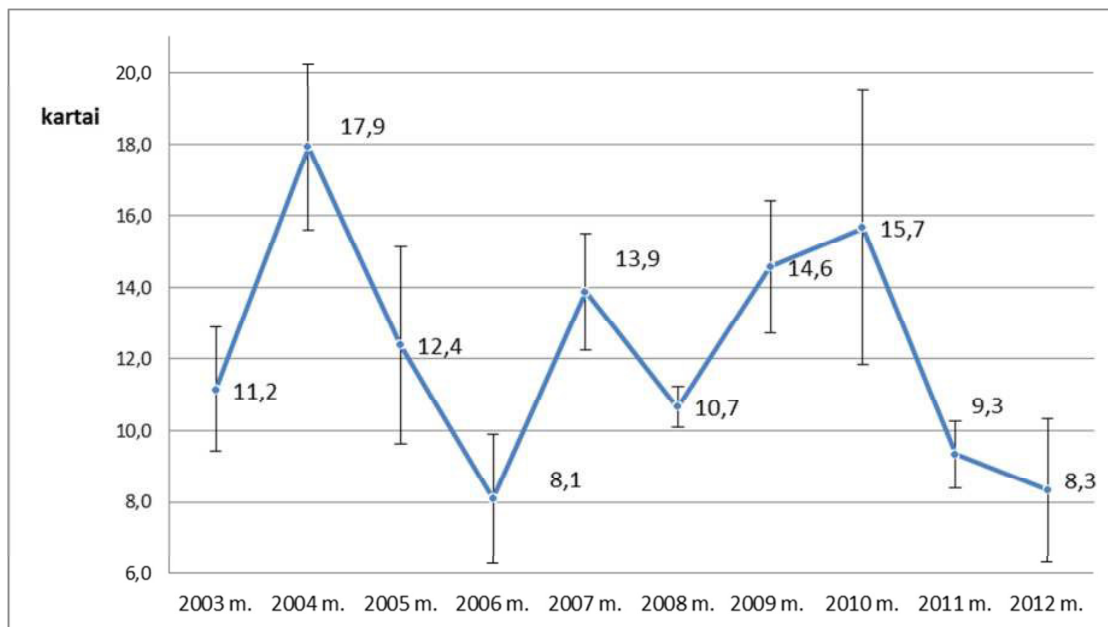
8 pav. Vyrų pilvo preso raumenų jėgos testo grupių rezultatų vidurkių dinamika

Pakankamai ženklus, statistiškai reikšmingas vyrų testo „Kybant kelti kojas prie skersinio per 30 s“ rezultatų aritmetinio vidurkio reikšmių pablogėjimas užregistruotas 2006 ($p < 0,01$) ir 2012 m. ($p < 0,001$). Taip pat statistiškai patikimai žemesnis vidutinis nei kitų grupių rezultatas užregistruotas ir 2003 m. ($10,4 \pm 0,7$ kartai; $p < 0,05$)

8 lentelė. Testo „Kybant kelti kojas prie skersinio per 30 s.“ vyrų rezultatų skirtumo reikšmingumo rodikliai (TTEST reikšmės)

Metai	2003	2004	2005	2006	2007	2008	2009	2010	2011
2004	0,05								
2006	0,05	0,001	0,01						
2007				0,01					
2008				0,01					
2009	0,05			0,01					
2010				0,01					
2011				0,01					
2012	0,01	0,001	0,01		0,01	0,001	0,001	0,01	0,01

Moterų rankų raumenų jėgos testo „Rankų lenkimas ir tiesimas gulint“ rodikliai ženkliai kito per 10 metų laikotarpį (9 pav.). Aukščiausių šio testo rezultatų pasiekė 2004 m. tirta grupė ($17,9 \pm 2,3$ kartai, $p < 0,05$), žemiausią – 2006 m. ($8,1 \pm 1,8$ kartai, $p < 0,05$) (9 lentelė).



9 pav. Moterų rankų raumenų testo „Rankų lenkimas ir tiesimas gulint“ grupių rezultatų vidurkių dinamika

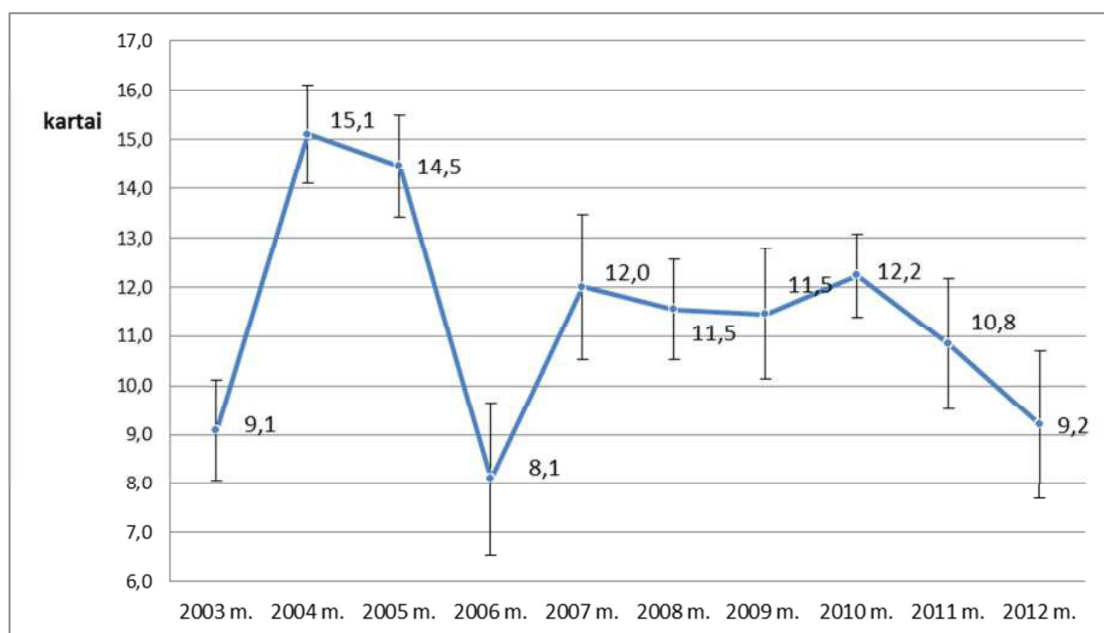
Tikėtina, kad tokį 2006 m. grupės vidutinį rezultatą nulėmė tai, kad net 7 moterys nesugebėjo taisyklingai atlikti nė vieno pratimo ciklo.

9 lentelė. Testo „Rankų lenkimas ir tiesimas gulint“ moterų rezultatų skirtumo reikšmingumo rodikliai (TTEST reikšmės)

Metai	2003	2004	2006	2007	2008	2009
2004	0,05					
2006		0,01				
2007			0,05			
2008		0,001		0,05		
2009			0,05		0,01	
2010					0,05	
2011		0,01		0,05		0,05
2012		0,01		0,05		0,05

Lyginat su kitais žemesni šio testo moterų vidutiniai grupių rezultatai užregistruoti 2003, 2006, 2008, 2011 ir 2012 metais. Nors 2003 m. moterų rankų jėgos vidutinis grupės rezultatas yra vienas žemiausių, tačiau statistiškai patikimai jis skiriasi tik nuo pasiekto 2004 metais ($p < 0,05$; 9 lentelė). Tikėtina, kad tai nulemia pakankamai didelės grupių rezultatų aritmetinio vidurkio paklaidų reikšmės (9 pav.).

Vyrų prisitraukimo prie skersinio grupių rezultatų vidurkiai per apžvelgiamą dešimtmetį kito nuosekliai žemėjančia kreive (10 pav.). Mažiausios šios testo vidutinės reikšmės – 2006 ($8,1 \pm 1,5$ kartai) ir 2003 metais tirtų grupių vyrų ($p < 0,001$) (10 lentelė).



10 pav. Vyrų rankų raumenų testo „Prisitraukimai prie skersinio“ grupių rezultatų vidurkių dinamika

Aukščiausios rankų jėgos rodiklių vidutinių reikšmių pasiekė 2004 ($15,1 \pm 1$ kartas, $p < 0,001$) ir 2005 m. ($14,5 \pm 1$ kartų, $p < 0,01$) grupių vyrai. Pristraukimo prie skersinio vidutiniai rezultatai nuo 2007 iki 2012 metų kito žemėjančia kreive, o vidutiniai grupių rezultatai, matematinio statistinio vertinimo požiūriu buvo panašūs ($p > 0,05$) (10 lentelė).

10 lentelė. Testo „Pristraukimai prie skersinio“ vyrų rezultatų skirtumo reikšmingumo rodikliai

Metai	2003	2004	2005	2006
2004	0,001			
2005	0,001			
2006		0,001	0,01	
2008		0,05	0,05	
2009		0,05		
2010	0,05	0,05		0,05
2011		0,01	0,05	
2012		0,01	0,01	

REZULTATŲ APTARIMAS

Siekiant detalesnės testavimo rezultatų dinamikos ypatumų apžvalgos, 10 metų tyrimų laikotarpį padalinome į du penkmečius: nuo 2003 iki 2007 ir nuo 2008 iki 2012 m.

Visose pirmajame penkmetyje (2003-2007 m.) tirtų moterų fizinių gebėjimų rezultatų kitimų kreivėse 2004-2005 m. išryškėja rodiklių gerėjimo (atitinkamai žemėjimo ar kilimo tendencija), o 2006 m. visų tirtų grupių rodiklių vidutinės reikšmės statistškai patikimai blogėja (atitinkamai žemėja ar kyla). Panašiai kito ir vyrų fizinių gebėjimų rodiklių aritmetinių vidurkių reikšmės. Apžvelgiant tirtų grupių gautų rezultatų dinamikos kreivę, tikėtina, kad tiek moterų, tiek vyrų įvairių fizinių gebėjimų rodiklių pokyčius įtakojo panašios aplinkybės. Tyrimais nustatyta, kad laikotarpiu, kada vidurinėse mokyklose mokėsi ir 2003-2008 m. grupių tiriamieji, Lietuvoje rečiau nei du kartus per savaitę mankštinosi 27% vyriškosios ir 54,4% moteriškosios lyties jaunuolių.¹² 2005 metų Kūno kultūros ir sporto departamento prie LR Vyriausybės užsakymu Lietuvos kūno kultūros akademijos atliktoje studijoje „Lietuvos didžiųjų miestų vidurinių mokyklų mokinių fizinio aktyvumo tyrimas“ nustatyta, kad tik 9,8 proc. moteriškos ir 18,6 proc. vyriškos lyties mokinių, gyvenančių didžiuosiuose miestuose, fizinis aktyvumas atitiko PSO rekomenduojamas normas“.¹³

¹² Nacionalinės sveikatos tarybos metinis pranešimas [interaktyvus]. Vilnius, 2011 m. [žiūrėta 2013-11-23]. <<http://www3.lrs.lt/docs2/PZACLURH.PDF>>.

¹³ Ibid., p. 79-80.

Tikėtina, kad esant tokiai situacijai, tam tikrame laikotarpyje (mūsų tyrime – 2006 metais) susiformavus atitinkamoms aplinkybėms (žemas pageidaujančiųjų studijuoti fizinio parengtumo lygis ir pakankamas stojančiųjų konkursinis balas) galėjo sąlygoti tyrimais nustatytos padėties susidarymą.

2006 m. tiriamosios grupės moterų ir vyrų rezultatų vidurkiai buvo žemiausi arba vieni žemiausių per pirmąjį penkmetį (2003-2007 m.), tačiau tik kelių testų rodiklių vidurkiai buvo žemesni už studijų dalyko programoje nurodytas minimalias reikšmes (10 ir 11 lentelė). Tai moterų šuolio į tolį ($177,4 \pm 4,1$; $p < 0,05$), rankų lenkimo ir tiesimo gulint ($8,1 \pm 1,8$; $p < 0,05$) ir testo sėstis gultis ($20,4 \pm 1,8$; $p < 0,05$) rezultatai (11 lentelė). Kiti pirmų penkerių metų tyrimo aukščiausi ir žemiausi testuotų grupių studentų fizinį parengtumą nusakantys vidutiniai rodikliai 5-15 taškų vertinimo skalėje vertinami nuo 11 iki 5 taškų (pagal Kovinės savigynos dalyko programos Fizinio parengtumo vertinimo normatyvų lentelę kiekvienas pasiektas rezultatas įvertinamas tam tikru taškų kiekiu: maksimali reikšmė – 15, minimali – 5 taškai).

11 lentelė. Minimalūs studijų dalykų „Kovinė savigyna“ ir „Kovinės imtynės“ fizinio parengtumo vertinimo normatyvai moterims

60/100 m bėgimas (s)	2000 m. bėgimas (min., s)	Šuolis į tolį iš vietos (cm)	Rankų lenkimas ir tiesimas gulint (kartai)	Sėstis-gultis (kartai/30 s)
10.2/17.5	11:00	185	10	22

Studentų bendras fizinis pasirengimas vertinamas žemiausiu teigiamu balu - 5 (silpnai), jeigu atlikto testo rezultato vertė ne mažesnė kaip 5 taškai ir iš 5 testų jis surenka ne mažiau kaip 30 taškų. Visų 2006 m. grupės vyrų atliktų testų rezultatų vidurkių reikšmės nebuvo mažesnės už minimalius fizinio parengtumo vertinimo normatyvus (12 lentelė).

12 lentelė. Minimalūs studijų dalykų „Kovinė savigyna“ ir „Kovinės imtynės“ fizinio parengtumo vertinimo normatyvai vyrams

60/100 m bėgimas (s)	3000 m. bėgimas (min., s)	Šuolis į tolį iš vietos (cm)	Prisitraukimai prie skersinio (kartai)	Kojų kėlimas iki skersinio kybant (kartai/30 s)
8.7/14.2	13:50	235	8	5

Pagal 2003-2007 m. studentų grupių testavimo rezultatus, galime teigti, kad pageidaujančiųjų tapti statutiniais pareigūnais pirminį (testavimas vykdytas Kovinės savigynos dalyko studijų pradžioje) fizinį pasirengimą galime vertinti kaip patenkinamą. 2006 metų moterų šuolio į tolį, rankų lenkimo ir tiesimo gulint bei testo sėstis gultis rezultatus –

nepatenkinamai. Vadovaujantis būsimųjų pareigūnų fizinio pasirengimo būklę tyrusių mokslininkų išvadamis (V.Gaška, R.Veršinskas 2002)¹⁴, tokio lygio rezultatus galėtume įvardinti kaip esančius vertinimo skalėje tarp žemų ir vidutinių.

Antrojo tyrimų penkmečio (2008 -2012 m.) grupių testavimo rezultatų vidurkių reikšmės retrospektyvos aspektu kito įvairių kreivių forma. Galima teigti, kad 100 m. bėgimo rezultatai kito laipsniškai žemėjančia kreive. Statistiškai patikimai skyrėsi tik 2008 ir 2012 m. tirtų grupių vyrų rezultatai. Panašiai kito ir vyrų (3000 m) bei moterų (2000 m) bėgimo, reikalaujančio ištvermės, rezultatai.

Vizualiai šuolio į tolį ir pilvo raumenų jėgą charakterizuojantys grupių testų rezultatų vidurkiai kito santykinės sinusoidės kreivės forma. Beje, statistiškai patikimai šių testų rodikliai skyrėsi nuo 2012 m. (žemiausi) ir kitais metais tirtų grupių studentų pasiektų rodiklių. Staigiosios kojų ir pilvo preso raumenų jėgos testų rezultatų kitimo kreivių formos panašios, - šio raumenų veiklos pobūdžio jėgos gebėjimų išraiškos yra tarpusavyje susijusios.¹⁵

Moterų testo „Rankų lenkimas ir tiesimas gulint“ rezultatai kito nelygiasienio varpo forma: iki 2010 didėjo ($p < 0,05$), o iki 2012 ($p < 0,05$) nuosekliai mažėjo. Vyrų rankų jėgos rodikliai, prisitraukimų prie skersinio kartai beveik tiesia linija tendencingai kito mažėjimo kryptimi, nors statistiškai patikimo skirtumo tarp 2008 m. ($11,5 \pm 1$) ir 2012 m. ($9,2 \pm 1,5$) tyrimo grupės rezultatų neužfiksuota.

Apžvelgiant būsimųjų statutinių pareigūnų fizinių gebėjimų pirminio testavimo rezultatų dinamiką 2003-2012 m. reikėtų atkreipti dėmesį į pasitaikančius rodiklių blogėjimo taškus. Pirmasis tiek moterų, tiek vyrų rezultatų žemėjimo taškas - 2006 metai. Antrasis rezultatų kritimo lūžis stebimas 2010, 2011 m. Pirmąjį ir antrąjį lūžio tašką galima būtų susieti su žemu buvusių mokinių, o dabar studentų fiziniu aktyvumu.¹⁶ Galima daryti prielaidą, kad tai gyvenimo būdo stereotipo, kuris daliai dabartinių studentų buvo suformuotas bendrojo lavinimo įstaigose, pasekmė - „... fizinis aktyvumas priklauso nuo mokymo proceso organizavimo mokyklose...“.¹⁷

¹⁴ Gaška V., Veršinskas R. Policijos pareigūnų bendrojo ir specialiojo fizinio rengimo metodikų modeliavimas remiantis eksperimentais. *Jurisprudencija*. 2002, 36(28): 82–91.

¹⁵ Platonov V. *Sistema podgotovki sportsmenov v olimpijskom sporte* [System of training athletes in Olympic sports]. Moskva: Sovetskij sport, 2005.

¹⁶ Volbekienė V, Gričiūtė A., Gaižauskienė A. Lietuvos didžiųjų miestų 5–11 klasių moksleivių su sveikata susijęs fizinis aktyvumas. *Ugdymas • kūno kultūra • sportas*. 2007, 2 (65): 71–77.

¹⁷ Armonienė J. Mokinių fizinis aktyvumas ir sveikata. *Pedagogika*. 2007, 85:115-120.

Antrasis rezultatų blogėjimo „pikas“ sutampa su ekonominės krizės Lietuvoje laikotarpiu. Socialiniai ir ekonominiai veiksniai turi nemažos įtakos besimokančiųjų sveikatai¹⁸, kuri glaudžiai susieta su fiziniu aktyvumu.¹⁹ Nuo 2008 iki 2012 m. visų testuotų grupių fizinio pasirengimo rezultatų vidurkių reikšmės kito santykinai žemėjančia kreive. Lyginant viso tyrimo laikotarpio testavimo rezultatus, 2012 metais buvo užfiksuotos žemiausios testų rodiklių vidurkių reikšmės. Moterų ištvermės („2000 m.“) ir rankų raumenų jėgos („Rankų lenkimas ir tiesimas gulint“) grupės pirminio testavimo rezultatų vidurkių reikšmės buvo žemesnės už tas, kurios pagal studijų dalykų „Kovinė savigny“ ir „Kovinės imtynės“ fizinio parengtumo vertinimo normatyvus vertos mažiausio – 5 taškų kiekio. Šių rezultatų vertinimas - „nepatenkinamai“. Tokios situacijos susidarymą galėjo įtakoti ir 2009 metais įsigaliojęs naujas Lietuvos Respublikos Mokslo ir studijų Įstatymas²⁰, kuris įnešė esminių pokyčių į aukštojo mokslo studijas. Į studijų sistemą įvedus „krepšelinio“ finansavimo pagal studijų sritis tvarką, ženkliai sumažėjo (praktiškai iki 2-6%) valstybinis finansavimas vidurinės ir aukštesniosios grandies statutinių pareigūnų rengimui aukštosiose mokyklose. Galima daryti prielaidą, kad straipsnyje paminėtos aplinkybės, nelabai adekvati nūdienos situacijai statutinių pareigūnų motyvacijos sistema²¹ nedaro pozityvios įtakos būsimųjų statutinių pareigūnų Vidaus reikalų įstaigose atrankos kokybei.

Jei iš tyrimo išelimi nuotume 2006 ir 2012 m. testavimo rezultatus, apibendrintai galėtume teigti, kad būsimųjų statutinių pareigūnų, pradėjusių studijuoti Kovinės savigny bei Kovinių imtynių dalykus 2003-2012 m. laikotarpiu, pirminį fizinio pasirengimo lygį galima būtų vertinti kategorijomis nuo „silpnas“ iki „pakankamas“. Retrospektyvinis rezultatų dinamikos vaizdas atskleidžia 100 m ir ilgų nuotolių rezultatų laipsniško blogėjimo tendenciją. Atkreiptinas dėmesys į santykinai permanentinį, tačiau pakankamai probleminį moterų rankų ir pilvo raumenų jėgos ugdymo aspektą.

IŠVADOS

2003-2012 m. tirtų grupių fizinių gebėjimų pirminio testavimo rodikliai kito rezultatų blogėjimo (100 m bei ilgų nuotolių bėgimo laiko didėjimas ir kitų testų pratimų atlikimo

¹⁸ *Ibid.*, 17, p.120.

¹⁹ Gudžinskienė V., Armonienė J., Pocevičius A. Fizinis aktyvumas kaip vienas sveikatą lemiančių veiksnių. *Pedagogika*. 2012, 105:86-93.

²⁰ Lietuvos Respublikos Mokslo ir studijų Įstatymas, *supra* note 10.

²¹ Vitkauskas K. Lietuvos policijos pareigūnų motyvacinių veiksnių analizė. *Viešoji politika ir administravimas*. 2012, 11 (3): 377-389.

kartojimų skaičiaus mažėjimas) kryptimi. Blogiausių visų testų rezultatų pasiekė 2006 ($p < 0,05$) ir 2012 ($p < 0,05$) metais testuotų grupių studentai.

Moterų kojų staigiosios, pilvo preso ir rankų raumenų jėgos testų grupių rezultatai per visą tyrimų laikotarpį kito osciliacinės kreivės forma. Vyrų analogiškus fizinius gebėjimus charakterizuojančių testų rezultatų vidurkių reikšmių kitimai antrajame tyrimų penkmetyje (2008-2012 m.) nebuvo tokie staigūs - 2008-2010 metais rezultatų reikšmės grafike išsidėstė santykinėje tiesėje.

Per visą tyrimų laikotarpį nustatyti keli ženkliesni tirtų moterų ir vyrų testų rezultatų vidutinių reikšmių blogėjimo (kilimo arba kritimo), t.y. lūžio, taškai. Pirmasis - 2006 m., antrasis - 2010-2011 m. Tais metais pradėjo blogėti moterų ir vyrų visų testų rezultatų vidurkių reikšmės ($p < 0,05$).

Studentų pirminio fizinio pasirengimo būklę tyrimo laikotarpiu galima vertinti kategorijomis nuo „silpna“ iki „pakankama“. 2006 metų grupės moterų atliktų testų (kojų staigiosios, pilvo preso ir rankų raumenų jėgos) rezultatų vidurkiai vertintini kaip „nepatenkinami“.

Tikėtina, kad kai kurių tirtų grupių studentų fizinio pasirengimo regresą galėjo sąlygoti ne tik fizinio aktyvumo motyvacijos stoka, bet ir tam tikros specifinės aplinkybės: mokymo proceso organizavimo trūkumai bendrojo lavinimo įstaigose; ekonominiai faktoriai bei negatyvus teisės aktų poveikis – nuo 2009 m. valstybės finansavimo stabdymas vidurinėsios ir aukštesniosios grandies policijos ir valstybės sienos apsaugos pareigūnų rengimui ir mokamų studijų organizavimo reglamentavimas.

LITERATŪRA

1. Armonienė J. Mokinių fizinis aktyvumas ir sveikata. *Pedagogika*. 2007, 85:115-120
2. Gaška V., Veršinskas R. Policijos pareigūnų bendrojo ir specialiojo fizinio rengimo metodikų modeliavimas remiantis eksperimentais. *Jurisprudencija*. 2002, 36(28): 82–91
3. Gudžinskienė V., Armonienė J., Pocevičius A. Fizinis aktyvumas kaip vienas sveikatą lemiančių veiksnių. *Pedagogika*. 2012, 105:86-93
4. Lietuvos Respublikos Valstybės sienos apsaugos tarnybos Įstatymas 2000 m. Spalio 10 d. Nr. VIII-1996. Valstybės žinios, 2000, Nr. 92-2848 (23 str. 2 p.)
5. Lietuvos Respublikos Policijos veiklos įstatymas 2000 m. Spalio 17 d. Nr. VIII-2048. Valstybės žinios, 2000, Nr. 90-2777 (23, 24 str.)
6. Lietuvos Respublikos vidaus reikalų ministro įsakymas 2006 m. gruodžio 29 d. Nr. 1V-500 „Dėl Vidaus tarnybos sistemos pareigūnų fizinio pasirengimo reikalavimų ir pareigūnų fizinio pasirengimo tikrinimo bei papildomų reikalavimų, susijusių su fizineis ir praktiniais gebėjimais eiti tam tikras pareigas tam tikruose vidaus reikalų įstaigų padaliniuose, ir atitikties šiems reikalavimams tikrinimo taisyklių patvirtinimo“. Valstybės žinios, 2007-01-25, Nr. 10-399

7. Lietuvos Respublikos Mokslo ir studijų Įstatymas 2009 m. Balandžio 30 d. Nr. XI-242. Valstybės žinios, 2009-05-12, Nr. 54-2140
8. Minkevičius R., Veršinskas R. Pareigūnų fizinio rengimo modeliavimas: Valstybės sienos apsaugos tarnybos užkardos. *Jurisprudencija: mokslo darbai*. 2003, t. 49 (41): 157-166.
9. Muliarčikas A. Būsimų policijos pareigūnų – Mykolo Romerio universiteto Kauno policijos fakulteto 2002 ir 2003 metų studentų – fizinio parengtumo rodiklių dinamika. *Jurisprudencija: mokslo darbai*. 2004, t. 62 (54): 78–87.
10. Muliarčikas A., Morkūnienė A.. Būsimųjų statutinių pareigūnų – pirmo kurso studentų – ir jų bendraamžių fizinio parengtumo lyginamoji analizė. *Socialinis darbas: mokslo darbai*. 2006, Nr. 5 (2): 87–93
11. *Nacionalinės sveikatos tarybos metinis pranešimas* [interaktyvus]. Vilnius, 2011 m. [žiūrėta 2013-11-23]. <<http://www3.lrs.lt/docs2/PZACLURH.PDF>>.
12. Platonov V. *Sistema podgotovki sportsmenov v olimpijskom sporte* [System of training athletes in Olympic sports]. Moskva: Sovetskij sport, 2005.
13. Policijos veiklos studijų programa [interaktyvus]. [žiūrėta 2013-11-15]. https://stdb.mruni.eu/studiju_programos_aprasas.php?id=2365&l=lt.
14. Teisės ir policijos veiklos studijų programa [interaktyvus]. [žiūrėta 2013-11-15]. https://stdb.mruni.eu/studiju_programos_aprasas.php?id=2558&l=lt.
15. Veršinskas R. Morkūnienė A., Avižonienė G.. Mykolo Romerio Viešojo Saugumo Fakulteto Studentų Ir Lietuvos Valstybės Sienos Apsaugos Tarnybos Darbuotojų Fizinio Pasirengimo Lyginamoji Analizė. *Vadyba*. 2010, Nr 1 (17): 163 – 166 .
16. Volbekienė V, Gričiūtė A., Gaižauskienė A. Lietuvos didžiųjų miestų 5—11 klasių moksleivių su sveikata susijęs fizinis aktyvumas. *Ugdymas • kūno kultūra • sportas*. 2007, 2 (65): 71—77

THE ANALYSIS OF DYNAMICS OF PHYSICAL TRAINING RATES OF UPCOMING STATUTORY OFFICERS OF THE YEAR 2003 – 2012

Algirdas Muliarčikas*
Mykolas Romeris University

Summary

The article has analysed the dynamics of prime physical training results of upcoming statutory officers of the year 2003 – 2012 who started Tactical Self-defence and Tactical Wrestling Studies.

The purpose of the article is to traverse the dynamics' peculiarities of tested physical capabilities' rates which were provided in the programmes of upcoming statutory officers' studies in the period of the year 2003 – 2012.

The planned goals to implement the provided aim are such as:

- to evaluate the physical qualification of the examined students in a retrospective aspect in the period of the year 2003 – 2012;
- to define the potential reasons of investigated capabilities rates' change.

The object and methods of the research have been presented. The prime testing results of physical capabilities of students of academic group (142 men and 134 women) who studied in the year 2003 – 2012 have been analysed in the article in accidental order.

The audit method and exercises have been used to evaluate students' physical capabilities such as: to value quickness – 100 m run, stamina – 3000 m run for men and 2000 m for women, precipitate power – long jump of a stand, abdomen press muscles' power – to sit and lie in 30 s for women and foot lift to a rail by hanging in 30 s for men, arm muscles' power – hands' bend and reach by lying for women and pull-ups for men.

To view the data of the research in a retrospective aspect it could be stated that the part of averages of group tests' results have varied on the consistent deterioration's direction (the growth of run time of 100 m, 2000 m and 3000 m). The results of tests of foot precipitate, abdomen press and arm muscles' power of women groups have varied on the form of an oscillated graph throughout the time-period of the research. To compare with women the variations of average value of tests' results which define the analogous physical capabilities of men were not so sudden in the second five-year of the research (in the year 2008 – 2012). The results of the time-period of the year 2008 – 2010 have spread on a relative line. A few more or less marked turning-points of average value deterioration (rise and fall) of tests' results of questioned women and men have been determined throughout the period of the research. The first one was in 2006. The results of all tests of women groups of the year 2006 statistically surely ($p < 0,05$) differed (were worse) from the averages of many tests' results of the examined groups on the following year. The average rates of tests of men foot precipitate, abdomen press and arm muscles' power statistically surely ($p < 0,05$) differed from the averages of group tests' results of the following year. The second turning-point and results' deterioration occurred in the period of the year 2010 – 2011. Then the average value of all tests' results of women and men began to decline ($p < 0,05$).

The prime physical training state of students could be estimated at the rates from “week” to “sufficient” during the period of the research. The averages of tests' results (foot precipitate, abdomen press and arm muscles' power) of women group of the year 2006 were valued as “insufficient”.

To analyse the data, events and facts of the research of the appropriate year in the chronological sequence it could be supposed that the physical training regress of some examined groups could have been determined not only by absence of motivation but also by particular specific factors such as the limitations of education planning in comprehensive schools, economic factors and negative impact of legal acts i.e. the government funding for training of the police of middle and upper link and the officers of state border guard has been checked and fee-paying studies' organisation has been regulated since 2009.

Keywords: upcoming statutory officers, rates of physical capabilities, quickness, stamina, precipitate power, retrospective analysis.

Algirdas Muliarčikas*, Mykolo Romerio universiteto Viešojo saugumo fakulteto Valstybės sienos apsaugos katedros lektorius pareigose dirbantis doc. dr. Mokslinių tyrimų kryptys: visuomenės fizinis lavinimas ir sveikatinimas, fizinės prievartos veiksmai ir jų panaudojimo aplinkybės, fizinio parengtumo ir asmens saugumo sąsaja.

Algirdas Muliarčikas*, Mykolas Romeris University, Faculty of Public security, Department of State Border Protection, Assoc.prof., dr., works as lecturer. Research interests: Human physical education and healthiness, circumstances of physical violence actions and its resort, correlation of physical training and personal security.