

DAVORIN-JOSIP RUBEŠA*, DAVOR ZIDAR**

Sekundarna publikacija znanstvenih i stručnih radova iz područja policijske kineziologije (1995.-2015.)

Sažetak

Već više od dvadeset godina provodi se istraživačka aktivnost u području policijske kineziologije. Radovi, koji su na različite načine bili izloženi općoj, stručnoj i policijskoj javnosti, strukturirani su u nekoliko podskupina: temeljni radovi za razvoj područja, radovi dijagnostičkih procedura, novi modaliteti rada te radovi s namjerom promicanja i popularizacije kinezioloških programa u policiji. Pridodan im je pregled pripremljenih radova za objavljivanje te započetih projekata.

Ključne riječi: policijska kineziologija, bibliografija kineziologije.

UVOD

Razvijati područje policijske kineziologije (kao dijela ukupne kineziološke znanosti) te time stvarati preduvjete za inauguraciju rezultata rada u policijsku praksu, dugotrajan je proces. U kratkom vremenu teško je stvoriti pozitivno mišljenje profesionalnoga okruženja o vrijednostima istraživačkih radova, dobivenih spoznaja, izrađenih razvojnih projekata, znanstvenih i stručnih članaka i drugih sadržaja, te sve to povezati s mogućnošću unapređenja ukupne policijske učinkovitosti. Bez obzira na brojne poteškoće koje su bile prisutne, ne samo u otvaranju ovih procesa već i dalje, autori radova iskazuju puno zadovoljstvo dvadesetogodišnjim razvojem ovoga područja. Istovremeno, s velikim poštovanjem ističu se stručne i druge aktivnosti kolegica i kolega kineziološke struke, koji su vrlo uspješno provodili različite oblike nastavnoga procesa te tako visoko rangirali vrijednosti struke u policijskoj djelatnosti.

* Davorin-Josip Rubeša, profesor visoke škole u mirovini, Zagreb.

** Davor Zidar, predavač na Visokoj policijskoj školi, MUP RH.

Sekundarne publikacije pružaju sažeti i sadržajni opis, pregled ili skraćeni prikaz izrađenih i/ili objavljenih radova. Radovi koji će biti prikazani u ovome radu grupirani su u nekoliko podskupina: temeljni radovi za razvoj područja, radovi dijagnostičkih procedura, novi modaliteti rada te radovi u svrhu promicanja i popularizacije kinezioloških programa u policiji. Pridodan im je pregled pripremljenih radova za objavljivanje te pregled započetih projekata.

Svi radovi su bili prezentirani na različitim seminarima, savjetovanjima ili kongresima kineziološke i/ili policijske struke, u zemlji i izvan nje. Jedinstveni skupni pregled naslova radova po pripadajućim podskupinama područja policijske kineziologije, objavljen je u radu: Rubeša, D. J., Zidar, D. (2012). *Evaluacija primijenjene kineziologije u policiji*. Policija i sigurnost, 2.

Želja je autora da se na dvadesetogodišnjicu razvoja policijske kineziologije radovi prikažu po definiranim podskupinama i u zadanim okvirima sekundarnih publikacija (sažeci). Tako bi bilo moguće bolje razumjeti dosadašnji razvoj područja i napore većeg broja autora kineziološke i drugih struka, da radovima doprinesu većem zadovoljstvu svakog policijskog službenika, njegovoj obitelji i ukupnoj policijskoj učinkovitosti.

1. PREGLED RADOVA PO PRIPADAJUĆIM SKUPINAMA

1.1. Temeljni radovi za razvoj područja

1. Rubeša, D. J. (1995). *Hipotetički model kinezioloških (športskih) programa u temeljnoj policiji*. Policija i sigurnost, 4 (5-6).

Analitički je moguće utvrditi kako je tjelesna učinkovitost policijskih službenika temeljne policije, izraz kauzaliteta dvaju utjecajnih čimbenika: ukupne usvojenosti različitih kinezioloških znanja i vještina te razine vrijednosti različitih dimenzija psihosomatskog statusa organizma. Bitno je naglasiti da su obje veličine promjenjivoga karaktera, te su podložne različitim pozitivnim ili negativnim utjecajima. Kako bi se prevenirao veći broj negativnih (morbogenih) utjecaja na razinu sposobnosti, prikazuje se hipotetički model kinezioloških (športskih) programa i aktivnosti, strukturiranih u tri podskupine: temeljni, komplementarni i posebni kineziološki programi. Budući da je učinkovitost pojedinačnih programa iz prikazanog modela, gotovo u cijelosti, potvrđena rezultatima znanstvenoistraživačkog rada i njihovom primjenom u drugim djelatnostima, valja očekivati njihovo strukturiranje u policijskoj djelatnosti i početak njihove primjene.

2. Rubeša, D. J. (1997). *Policijska kineziologija – znanost i praksa. Monografija*. Zagreb: Ministarstvo unutarnjih poslova Republike Hrvatske. UDK: 796.012-351.74, ISBN: 953-161-079-7.

U monografiji se definiraju polazišta nove znanstvene discipline u strukturi ukupne kineziološke znanosti. Moguće ju je promatrati iz aspekta složenosti policijskog posla, a time i doprinosa različitih kinezioloških programa i aktivnosti na stabilizaciju psihosomatskih obilježja i obiteljskog života policijskih službenika. U strukturiranju policijske kineziologije, dakle područja primijenjene kineziologije u policijskoj djelatnosti, prikazuje se plan nekih istraživačkih projekata te slika mogućih kinezioloških programa i aktivnosti provedivih u policijsko-kineziološkoj praksi.

3. Rubeša, D. J. (1997). *Policijska kineziologija kao posebna znanstvena disciplina kineziološke znanosti i njezin utjecaj na strukturiranje kineziološke policijske prakse*. Zbornik radova međunarodnog kongresa: First Sports and Physical Education Congress of Macedonia. UDK: 796, ISSN: 0350-3836. Skopje: Olimpijski komitet Makedonije.

Za strukturiranje i razvoj policijske kineziologije odgovorno je više činitelja. Znanstvenoistraživačka aktivnost je temelj tih procesa. U radu se prikazuje jedan broj istraživačkih projekata, s bitnim organizacijskim, programskim i metodičkim obilježjima za njihovu provedbu. Taj postupak je bitan za kasniju izradu tzv. kineziološke propedeutike, čime se izbjegava moguća improvizacija u njihovoj praktičnoj provedbi.

4. Zidar, D. (1997). *Potreba planiranja i provedbe kompenzacijskih kinezioloških programa za policijske djelatnike*. Zbornik radova međunarodnog kongresa: First Sports and Physical Education Congress of Macedonia. UDK: 796, ISSN: 0350-3836. Skopje: Olimpijski komitet Makedonije.

Zbog sve izraženije potrebe policijskih djelatnika za provedbu kompenzacijskih kinezioloških programa (kompenzacija=nadoknada), aktivnosti iz te skupine ukupnih kinezioloških programa izraz su njihove stvarne potrebe. Moguće ih je strukturirati u dvije podskupine: zdravstveni i obiteljski programi. Opisani su u svojim metodičkim specifičnostima za njihovu praktičnu provedbu.

1.2. Radovi dijagnostičkih procedura

1. Rubeša, D. J. (1997). *Doživljavanje rada i pojava umora kod djelatnika temeljne policije MUP-RH te potreba njegovog uklanjanja provedbom različitih kinezioloških programa*. *Policija i sigurnost*, 7 (1-2).

Istraživanje, koje je provedeno na uzorku od 3994 ispitanika iz 17 PU MUP-a RH, imalo je cilj utvrditi doživljavanje rada i pojavu umora kod djelatnika temeljne policije te potrebu njegovog uklanjanja provedbom kinezioloških programa i aktivnosti. Nakon obrade podataka utvrđeno je, prije svega, da jedna trećina ispitanika doživljava svoj rad teškim ili izuzetno teškim, usprkos tome što su poslovi u temeljnoj policiji u skupini onih poslova u kojima prevladavaju umjerena tjelesna opterećenja. Zbog smanjene razine tjelesnih sposobnosti, umanjuje se situacijska prilagodljivost na zadana opterećenja, te se stvara osjećaj varijabilne težine rada. Posljedica je toga što gotovo dvije trećine ispitanika iskazuje različite znakove umora, koji strukturiraju ne samo akutni, već i kronični umor. Utvrđeno je da tek manji dio ispitanika provodi kineziološke programe i aktivnosti radi uklanjanja umora. Rezultati istraživanja potvrđuju potrebu provedbe sustavnog i kontinuiranog informiranja svih policijskih djelatnika, o vrijednostima kinezioloških programa i načinima njihove provedbe u slobodno vrijeme.

2. Rubeša, D. J., Zidar, D., Pleša-Bosnar, V., Ribičić, G. (1999). *Utjecaj profesionalnog posla na kvalitetu obiteljskog života policijskih službenika*. *Policija i sigurnost*, 12 (4-6).

Na uzorku od 59 ispitanica – supruga policijskih službenika iz PU međimurske i PU sisačko-moslavačke, provedeno je istraživanje o utjecaju profesionalnog posla supružnika na njihovo ponašanje u obitelji. Iako sve ispitanice imaju pozitivan stav o poslovnom imidžu svojih supruga, primjećuju neke nepoželjne pojave u obitelji: šutljivost, razdražljivost, odsutnost, svadljivost i druge, dok je mali broj onih supružnika koji iskazuju ljubaznost, susret-

Ijivost, veselost. Ispitanice smatraju da je obiteljska homogenost izvjesno narušena, što se evidentira izostajanjem suradnje u provedbi obiteljskih aktivnosti, rodbinskih kontakata ili posjeta društvenim događanjima u domicilnoj sredini i drugo. Ispitanice iskazuju pozitivno mišljenje o nekom obliku edukacijskog programa, koji bi se mogao planirati i provoditi u policijskim upravama svojih supružnika.

3. Rubeša, D. J., Zidar, D., Ribičić, G. (2003). *Pes planus (ravno stopalo) kao jedan od negativnih utjecajnih čimbenika na stabilnost lokomotornog statusa policijskih službenika*. Policijska i sigurnost, 12 (1-3).

Na uzorku od 171 policijskog službenika iz PU sisačko-moslavačke i PU zadarske, provedeno je istraživanje radi utvrđivanja spuštenosti stopala ispitanika. Obradom prikupljenih podataka (primijenjena je Mayerova metoda), autori rada utvrđuju da znatan broj ispitanika ima različite stupnjeve spuštenosti stopala, što dovodi do poremećenosti lokomotornog statusa ispitanika. Dobiveni podaci potvrđuju očekivanja autora istraživanja, da će se ova pojava, i u nešto većem broju, utvrditi kod mlađih policijskih službenika. S obzirom na dob ispitanika, ovo stanje bi moglo biti jedno od bitnih ograničavajućih čimbenika njihove poslovne učinkovitosti kao i kvalitete življenja.

4. Rubeša, D. J., Zidar, D. (2005). *Pasivni način provedbe godišnjeg odmora policijskih službenika temeljne policije – paradigma ili paradoks*. 6. Dnevi varstvoslovja. Zbornik povzetkov. ISBN: 961-6230-50-6. Bled: Fakulteta za policijsko - varnostne vede Univerze v Mariboru.

Ukupne znanstvenoistraživačke spoznaje o primjeni sadržaja tijekom godišnjih odmora, daju prednost aktivnom načinu odmaranja, primjenom različitih kinezioloških sadržaja i aktivnosti. Polazeći od te spoznaje, na uzorku od 185 policijskih službenika iz 8 PU MUP-a RH, provedeno je ispitivanje o ovoj problematici. Nakon obrade dobivenih podataka, moglo se utvrditi da većina ispitanika koristi godišnji odmor za obavljanje različitih obiteljskih poslova, da vrlo mali broj ispitanika provodi godišnji odmor u nekoj od turističkih jedinica, veliki broj anketiranih ističe da im previsoka cijena smještaja i boravka ne odgovara te da je neatraktivnost sadržaja u tim mjestima bitan ograničavajući čimbenik njihove odluke o izboru mjesta boravka. Usklađujući rezultate iz drugih kinezioloških istraživanja u policijskoj djelatnosti, u kojima se tretirala slična problematika, autori istraživanja zaključuju da se ipak radi o pasivitetu u provedbi kinezioloških programa i aktivnosti u vrijeme godišnjih odmora. Stanje bi se moglo promijeniti, ukoliko bi se provodila stalna informiranost policijskih službenika o ovoj problematici.

5. Rubeša, D. J., Zidar, D. (2006). *Interesi, mišljenja i stavovi policijskih službenika o provedbi obiteljskog aktivnog odmora u zimskim uvjetima*. 7. Dnevi varstvoslovja. Zbornik povzetkov. ISBN: 961-6230-57-3. Bled: Fakulteta za policijsko - varnostne vede Univerze v Mariboru.

Na uzorku od 152 ovlaštene službene osobe iz PU međimurske i PU virovitičko-podravske proveden je anketni upitnik o načinu provedbe godišnjeg odmora u zimskim uvjetima. Analizom rezultata utvrđeno je da gotovo jedna trećina ispitanika provodi godišnji odmor u dva dijela, ljetni i zimski. Uz brojne mogućnosti za provedbu različitih aktivnosti za vrijeme zimskog odmora (skijanje, sanjkanje, skijaško trčanje, turno skijanje i drugi sadržaji u stacioniranom boravku u nekoj turističkoj jedinici), ispitanici zimski odmor koriste, u pravilu, za obavljanje različitih tradicijskih obiteljskih poslova (kolinje). Ispitanici se pozitivno izjašnjavaju o mogućoj provedbi aktivnog odmora na snijegu, ako bi se organizirao na razini

policijske uprave i s profesionalnim voditeljima za provedbu kinezioloških sadržaja.

6. Rubeša, D. J., Zidar, D., Ribičić, G. (2006). *Pes planus (ravno stopalo) kao jedan od negativnih utjecajnih čimbenika lokomotornog statusa kod djece srednjoškolske dobi za izbor u poziv policijske struke*. Zbornik radova interdisciplinarnе naučne konferencije sa međunarodnim učešćem. ISBN: 978-953-7210-37-3. Novi Sad: Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja.

Na uzorku od 32 ispitanika, mlađih kadeta Košarkaškog kluba "Virovitica", provedeno je mjerenje spuštenosti stopala. Prema dobivenim podacima, moglo se zaključiti da je kod gotovo dvije trećine sudionika trenažnog procesa utvrđena različita deformacija stopala, od najlakšeg oblika *pes valgusa* do ozbiljne deformacije *pes planusa*. Interes za objašnjenjima dobivenih podataka je kod sudionika bio tim veći, budući da su im rezultati prikazani uz specifičnosti policijske djelatnosti, pri čemu pojava deformacije stopala može biti veliki ograničavajući čimbenik ukupne tjelesne učinkovitosti. Budući da je lokomotorni status djece izvjesno narušen, neophodna je individualna provedba korekcijskog vježbanja, usklađenog s ritmom rada i života ispitanika.

7. Rubeša, D. J., Zidar, D. (2007). *Neki pokazatelji generiranja metaboličkog sindroma policijskih službenika*. 8. Dnevi varstvoslovja. Zbornik povzetkov. ISBN: 978-961-6230-63-6. Bled: Fakulteta za varnostne vede Univerze v Mariboru.

Metabolički sindrom je skup poremećaja koji uključuje poremećaj regulacije masti u tijelu, neosjetljivost na inzulin, povišeni krvni tlak i trbušni tip debljine. Osobe kod kojih je sindrom prisutan imaju povećani rizik za obolijevanje od bolesti srca i krvnih žila te od dijabetesa tipa II, a znanstveno je dokazano da su uzroci ovog sindroma prekomjerna tjelesna masa, tjelesna neaktivnost i visoki udio ugljikohidrata u prehrani (više od 60%).

Na uzorku od 120 policijskih službenika, zaposlenih u PU sisačko-moslavačka, prišlo se prikupljanju podataka o ovoj pojavi. Iako se pojavnost metaboličkog sindroma utvrđivala izborom manjeg broja varijabli, utvrđeno je da je sindrom prisutan kod većine ispitanika. Kako bi se spriječio razvoj sindroma do prepoznatljivih bolesti, prijeko je potrebna urgentna provedba kontroliranoga kineziološkog procesa. (Rad je u cijelosti prezentiran i domaćoj policijskoj i stručnoj javnosti: Rubeša, D. J., Zidar, D. (2008). *Neki pokazatelji generiranja metaboličkog sindroma policijskih službenika*. Policijska i sigurnost, 17 (3-4).

8. Zidar, D., Rubeša, D. J. (2011). *Mišljenje djece šestih razreda osnovnoškolskog obrazovanja o policajcima*. Zbornik radova. 4. posebno usmjereni kineziološki simpozij: Individualizacija u kineziološkoj edukaciji. ISBN: 978-953-7210-37-3. Zagreb: Učiteljski fakultet.

Na uzorku od 114 učenica i učenika šestih razreda osnovnoškolskog obrazovanja, podijeljenih u dvije podskupine (51 polaznik OŠ "Miroslav Krleža" iz Zagreba i 63 polaznika OŠ "Franjo Tuđman" iz Korenice), proveden je anonimni anketni upitnik radi prikupljanja podataka o doživljavanju policajaca koji djeluju u njihovim životnim sredinama. U anketnom upitniku su bila postavljena jednostavna i razumljiva pitanja za tu razvojnu dob, temeljem kojih je dobivena slika njihovog mišljenja. Dobiveni podaci (neovisno o tome što se radi o pilot-ispitivanju) zavređuju punu pozornost policijske struke. To je zato što se u ovoj adolescentskoj dobi strukturiraju prva "relativno čvrsta mišljenja i stavovi o nekim pojavama, događanjima, zanimanjima, osobama itd. u njihovom okruženju, koja mogu biti značajna za njihov daljnji psihosociološki razvoj".

1.3. Novi modaliteti rada

1. Rubeša, D. J., Pejčić, Z. (1995). *Postupak homogenizacije sudionika programa opće tjelesne pripreme metodom skupnog rangiranja*. Policijska i sigurnost, 3.

Program opće tjelesne pripreme, koji svojom kineziološkom strukturom pripada skupini transformacijskih programa, jedan je od temeljnih programa vježbanja za policijske službenike. Zbog svog posebnog učinka na veći broj dimenzija psihosomatskog statusa sudionika vježbanja, u postupku planiranja posebno se valoriziraju opći čimbenici programa: trajanje programa, učestalost tjednog rada, izbor kineziološkog operatora i njegova moguća supstitucija i opterećenja u programu. Jedan od bitnih elemenata u toj fazi programa je i definiranje homogenih skupina vježbača, na osnovi rezultata provedenih testova za procjenu motoričkih sposobnosti. Prikazuje se cjeloviti postupak skupnog rangiranja, bitnog za očekivani transformacijski učinak programa vježbanja.

2. Rubeša, D. J. (1996). *Utvrdjivanje inicijalnog stanja sudionika tjelesnog vježbanja metodom funkcionalne dijagnostike*. Policijska i sigurnost, 1.

Svi kontrolirani transformacijski programi, pa tako i programi tjelesnog vježbanja za policijske službenike, trebali bi započeti provedbom tzv. funkcionalne dijagnostike. Postupak je specifičan za kratkotrajne kineziološke programe, koji se provode u zdravstveno-preventivnim ili sportsko-rekreacijskim centrima. U procjeni stanja organizma, prikupljaju se sljedeći podaci: opći i zdravstveni podaci (opći anketni upitnik I, EKG, krvni tlak, apsolutne i/ili relativne kontraindikacije, intervju s liječnikom o riziku rada i života sudionika vježbanja), biosomatometrijski podaci (kronološka dob, tjelesna visina i težina, debljina s nekoliko karakterističnih kožnih nabora), podaci respiracijskog sustava (VK, sekundni forsirani ekspiracijski volumen), podaci kardiovaskularnog sustava (FS u mirovanju i pri opterećenju – biciklergometar), podaci lokomotornog sustava (testovi snage, agilnosti, brzine i drugi). Dijagnosticiranje se okončava oblikovanjem metodičko-intenzitetskih skupina za provedbu programa. Tako se stvara temelj definiranja čitavog niza postupaka koji se kasnije koriste u provedbi programa.

3. Zidar, D. (1999). *Colegium za kineziološka istraživanja u MUP-u RH*. Policijska i sigurnost, 8 (1-2).

Nastojanjima jednog broja znanstvenika i stručnih osoba iz područja kineziologije i drugih društvenih područja, utemeljen je rad *Collegiuma* za kineziološka istraživanja u policijskoj djelatnosti, preteče osnivanja istoimene Udruge. *Collegium* je zamišljen kao mjesto planiranja i provedbe različitih istraživačkih projekata, analize dobivenih podataka i njihove pripreme za prezentaciju i objavljivanje, izrade razvojnih projekata te ostvarivanje suradnje s drugim znanstvenoistraživačkim udrugama i institucijama u zemlji i izvan nje. Pripremljen je Statut i druga dokumentacija za osnivanje Udruge, kako bi se unaprijedila policijsko-kineziološka praksa.

4. Rubeša, D. J., Zidar, D., Vukosav, J. (1999). *Provjera vrijednosti jednog hipotetičkog modela kineziološkog tretmana ovlaštenih službenih osoba MUP-a RH*. Policijska i sigurnost, 8 (1-2).

U II. PP Donji Kraljevec (Prelog) PU međimurske, provedeno je istraživanje radi provjere vrijednosti hipotetičkog modela kineziološkog tretmana policijskih službenika. Definiran je kao interventni kineziološki program. Provodilo ga je 38 ovlaštenih službenih osoba 5

tjedana, unutar kojih su se izmjenjivali različiti kineziološki sadržaji i aktivnosti te funkcionalna borilačka znanja. Tretman je bio proveden u skromnim materijalnim uvjetima rada, pri čemu su istraživači za potrebu provedbe programa u kratko vrijeme prenamjenom postojećih nekorištenih prostora (odlagališta starih predmeta i sl.) osigurali minimalne uvjete za rad. Posebnost modela je bila u izboru vremena dolaska na program vježbanja (3 x tjedno po jedan sat i trideset minuta vježbanja i izvan radnog procesa) kojeg su sudionici usklađivali s ukupnim obvezama osobnog, obiteljskog i/ili društvenog života. Nakon završenoga eksperimentalnog postupka, na temelju dobivenih podataka iz *retesta*, istraživači su zaključili da je tretman izvršio pozitivan utjecaj na promjenu motoričkih i funkcionalnih sposobnosti, funkcionalnih borilačkih znanja te na povećanje interpersonalne povezanosti sudionika programa. Subjektivnom procjenom vrijednosti programa, ispitanici iskazuju veliko zadovoljstvo u radu, daju prednost ispitivanom modelu pred klasičnim načinom vježbanja te ga i ubuduće žele primjenjivati.

5. Rubeša, D. J., Zidar, D., Vukosav, J. (2000). *Utjecaj različite tjedne učestalosti trčanja na promjenu funkcionalnih sposobnosti policajaca*. *Policija i sigurnost*, 9 (3-6).

U II. PP Donji Kraljevec (Prelog) PU međimurske, provedeno je istraživanje kako bi se utvrdio utjecaj osmotjednog trčanja na promjenu funkcionalnih sposobnosti te na motoričku izdržljivost policijskih službenika. Program trčanja, u kojem je sudjelovalo 26 policijskih službenika/službenica, bio je proveden su trajanju od osam tjedana, u zadanim intervalima tjednog trčanja (3 x tjedno po 30 minuta), u različitim dionicama i s varijabilnim opterećenjima. Nakon ukupne obrade dobivenih podataka, moglo se zaključiti da je program u cijelosti utjecao na očekivane učinke u povećanju vrijednosti funkcionalnih sposobnosti i motoričke izdržljivosti sudionika. Budući da je želja ispitanika da se ovaj program nastavi i dalje provoditi, potrebno je stvoriti preduvjete u PU za nastavak programa trčanja i njegovo proširenje na ostale policijske postaje.

6. Rubeša, D. J., Zidar, D., Vukosav, J. (2000). *Strukturiranje malih operativnih skupina metodom skupnog rangiranja rezultata nekih tipičnih somatskih obilježja i kinezioloških znanja policajaca*. Istraživački dani Visoke policijske škole. Zbornik radova. Zagreb: Visoka policijska škola.

U svakodnevnoj policijskoj praksi, zbog provedbe određenih policijskih poslova i zadaća, strukturiraju se male operativne skupine. Više je čimbenika koji determiniraju formiranje takvih skupina. Osim stručnih, bitna je i razina psihosomatskih obilježja te funkcionalnih borilačkih i drugih motoričkih znanja. Na uzorku od 100 ovlaštenih službenih osoba iz PU sisačko-moslavačke i 100 iz PU zadarske, pristupilo se prikupljanju podataka s tri skupine mjernih instrumenata: za procjenu psihosomatskog statusa, za procjenu motoričkih i funkcionalnih sposobnosti te funkcionalnih borilačkih i motoričkih znanja. Na temelju dobivenih rezultata, izvršeno je strukturiranje malih operativnih skupina metodom skupnog rangiranja njihovih vrijednosti, što bi trebao biti uobičajeni postupak u policijskoj praksi. Na taj se način može postići homogenost radne skupine, o kojoj često ovisi uspješno rješavanje svakodnevnih (možda i urgentnih) situacija.

7. Rubeša, D. J., Zidar, D., Fabijan, V., Loje, Z., Šunde, S. (2001). *Programska, materijalna i kadrovska osnova Odmarališta MUP-a RH u Valbandonu za provedbu zdravstveno-preventivnih, sportskih, sportsko-rekreacijskih i drugih kinezioloških programa za potrebe policijskih službenika*. Razvojni projekt. Zagreb: Sektor materijalno-financijskih poslova MUP-a RH.

Zbog sve veće potrebe policijskih službenika za provedbom različitih kompenzacijskih kinezioloških programa, prišlo se izradi razvojnog projekta kako bi se definirala programska, materijalna, kadrovska i organizacijska osnova za provedbu različitih zdravstveno-preventivnih, sportskih, sportsko-rekreacijskih i drugih programa u Odmaralištu MUP-a RH u Valbandonu. U svrhu izrade prijedloga rješenja, prikupljeni su podaci o zemljopisnim, klimatskim, prometnim i prostornim preduvjetima za provedbu programa također i mišljenja, interesi i stavovi 185 policijskih službenika iz 8 PU MUP-a RH o budućim programima i uslugama u odmaralištu. Izrađen je prijedlog mogućih programa (s opisom njihovih metodičkih bitnosti), materijalna osnova s prijedlogom lokacija te pregled potrebnih stručnih kadrova za provedbu programa. Posebno se iskazuje aproksimacija cijena izgradnje i/ili dogradnje objekata te osiguranje potrebne opreme za cjelokupnu izvedbu programa. Projektom se objašnjava i suvremeni način poslovanja, a sve u okviru rada menadžmenta, planiranja poslovanja te marketinga. Bitno je napomenuti, da se predložena rješenja mogu izravno koristiti za donošenje odluka (segmentarnih ili ukupnih), za početak rada novoga respektabilnog kineziološkog centra MUP-a u Valbandonu.

8. Rubeša, D. J., Zidar, D. (2002). *Novi model profesionalnog treninga policijskih službenika temeljne policije*. 4. Dnevi varstvoslovja. Zbornik povzetkov. CD-ISBN: 961-6230-39-5. Ljubljana: Visoka policijsko-varnostna šola.

Budući da se kineziološkim procesom definira svaki upravljani proces u svrhu postizanja nekog željenog uspjeha, bitna pretpostavka za postizanje takvog rezultata jest procesiranje cjelokupnog postupka. U razvojnom projektu se iskazuju sve bitnosti kineziološkog postupka: definiranje cilja procesa vježbanja ili provedbe nekog kineziološkog programa, utvrđivanje stanja subjekata, definiranje sadržaja i volumena rada, izbor adekvatnih modaliteta rada, utvrđivanje faktora ograničenja provedbe procesa te kontrola tranzitivnih i finalnog stanja. Sve iskazano je osnova za izradu modela profesionalnog treninga policijskih službenika, pri čemu se unutar modela posebno iskazuju mogućnost osposobljavanja policijskih službenika u kineziološkim znanjima (voditelji kinezioloških programa), mogućnost osiguranja financijskih sredstava, nadzor i kontrola učinka provedbe programa te dinamika implementacije modela u policijsku kineziološku praksu. (Rad je za potrebe prezentacije na međunarodnom znanstveno-stručnom skupu izveden iz razvojnog projekta: Rubeša, D. J., Zidar, D., Pejčić, Z. (2002). *Profesionalni trening policijskih službenika temeljne policije*. Zagreb: Odjel za usavršavanje i specijalizaciju PA MUP RH.)

9. Zidar, D., Ribičić, G. (2004). *Modeliranje programa kondicijske pripreme u funkciji unapređenja tjelesnog stanja policijskih službenika – vodiča službenih pasa*. 5. Dnevi varstvoslovja. Zbornik povzetkov. ISBN: 961-6230-45-1. Bled: Fakulteta za policijsko-varnostne vede Univerze v Mariboru.

Provedba različitih kinezioloških programa vodiča službenih pasa, determinirana je kauzalitetom triju međusobno zavisnih čimbenika: vodič – obitelj – pas. Zbog toga je kineziološke programe potrebno prilagoditi zadanom kauzalitetu. Prvu skupinu programa čine tzv. opći prostanogeni programi, koje bi vodiči trebali individualno provoditi u nekom od zdravstveno-preventivnih ili sportsko-rekreacijskih centara. Drugu skupinu programa strukturiraju oni programi koje bi vodiči mogli provoditi u zajedništvu: obitelj – pas. To je veća skupina monostrukturnih, polistrukturnih i polikinezioloških aktivnosti. Za provođenje ovih aktivnosti prijeko je potrebno angažirati profesionalnog voditelja kinezioloških programa (ili ih za potrebe ovih programa posebno educirati). Zbog toga je nedvojbeno da prezentirani model

izlazi iz zadanih okvira uobičajenih kinezioloških programa, budući da je jednim dijelom u njihovoj provedbi prisutan još jedan "član obitelji", a to je pas. (Rad je za potrebe prezentacije na međunarodnom znanstveno-stručnom skupu izveden iz razvojnog projekta: Rubeša, D. J., Zidar, D., Ribičić, G. (2002). *Kineziološki programi u funkciji psihosomatske stabilnosti policijskih službenika – vodiča službenih pasa*. Zagreb: Centar za obuku vodiča i dresuru službenih pasa PA MUP RH.)

10. Zidar, D., Ribičić, G. (2003). *Plivanje kao jedno od monostrukturnih kinezioloških znanja u funkciji obnašanja profesionalnog posla policijskih službenika*. 4. Dnevi varstvoslovja. Zbornik povzetkov. CD-ISBN: 961-6230-39-5. Bled: Fakulteta za policijsko-varnostne vede Univerze v Mariboru.

Na uzorku od 107 ispitanika, policijskih službenika, uposlenih u PU sisačko-moslavačkoj, provedena je provjera znanja plivanja. Rezultatima provjere, ispitanici su razvrstani u tri podskupine: neplivači, nesigurni plivači i sigurni plivači. Utvrđeno je da izrazito veliki broj ispitanika ima početno znanje u plivanju, pa se pretpostavlja da ne bi mogli učinkovito djelovati u posebnim okolnostima (voda), bilo da se radi o samospašavanju i/ili spašavanju od utapanja drugih osoba. Potreban je urgentan edukacijski program.

11. Zidar, D., Ribičić, G. (2005.) *Kompenzacijski kineziološki programi u policijskoj djelatnosti*. 6. Dnevi varstvoslovja. Zbornik povzetkov. ISBN: 961-6230-50-6. Bled: Fakulteta za policijsko-varnostne vede Univerze v Mariboru.

Na temelju znanstvenoistraživačkog rada u području primijenjene kineziologije, strukturirana je moguća kineziološka slika kompenzacijskih kinezioloških programa, koji bi se mogli provoditi u Odmaralištu MUP-a RH u Valbandonu. To su sljedeći programi: interventni i opći prostanogeni programi, antistresni programi za posebne skupine policijskih službenika, *wellbeing* program za policijske umirovljenike, obiteljski kineziološki program u vrijeme vikenda ili godišnjeg odmora, prigodni programi za vrijeme susreta žena policijskih službenika, programi za domicilno stanovništvo uz sudjelovanje policijskih službenika, "limači – policajci" i programi za invalide domovinskog rata. Prikazuju se osnovne metodičke specifičnosti svakog programa i mogućnosti da se, uz adekvatnu pripremu, provode kontinuirano i u, gotovo, cjelogodišnjem razdoblju.

1.4. Radovi u svrhu promicanja i popularizacije kinezioloških programa u policiji

1. Zidar, D., Ribičić, G. (2002) *"Swimming workshop" u policijskim postajama*. 7. hrvatsko savjetovanje o obuci neplivača. Zbornik radova. ISSN: 1332-1854. Zagreb: Savez za sportsku rekreaciju "Sport za sve", 31 (1).

Zbog dislociranosti mjesta stanovanja do bazena i drugih vodenih površina za provedbu plivanja i drugih aktivnosti u vodi i na vodi, za obitelj policijskih službenika autori predlažu pripremu i provođenje *swimming workshopa* (plivačka radionica) u policijskim postajama. Kao pripremu za vikend ili godišnji odmor uz vodene površine, predlaže se priprema sljedećeg programa: prigodna izložba, prodaja ili zamjena rekvizita i pomagala za vodu, fotografija i/ili postera s motivima mora, jezera i rijeka, kozmetičkih preparata, stručne literature, susreti s poznatim osobama iz različitih sportova na vodi i u vodi, revija kupaćih kostima i drugih potrepština za ljeto itd. Uz provedbu štafetnih igara za djecu – korištenjem rekvizita za plivanje, prigodne tombole ili kraće priredbe, te gastronomske ponude, moguće

je u snažnom motivacijskom tonu završiti radionicu.

2. Ribičić, G., Gudec, E. (2005). *"Wellbeing program" u policijskim postajama za obitelji policijskih službenika*. 6. Dnevi varstvoslovja. Zbornik povzetkov. ISBN: 961-6230-50-6. Bled: Fakulteta za policijsko-varnostne vede Univerze v Mariboru.

Veći je broj dana u godini u kojima se u policijskim postajama okupljaju osobe iz policijskog i društvenog okruženja. Uz prigodni govor rukovodećeg kadra i pozvanih gostiju te uz primjereni domjenak, evidentira se događaj. No, autori rada smatraju da bi se program proslave mogao proširiti na provedbu većeg broja kinezioloških sadržaja. Predlažu provedbu programa za djecu (skupne dječje igre: graničar, igra brojeva, dan-noć i druge), mladež (nogometna odbojka, tenis oko štapa, pogodi metu nogometnom loptom i druge), program za supruge policijskih službenika (mjerenje tlaka, šećera, frekvencije srca pri opterećenju i drugo), te posebno policijskih službenika (demonstracija funkcionalnih borilačkih znanja). Ovakav program bi, uz prigodnu gastronomsku ponudu, mogao biti temelj daljnjim obiteljskim druženjima te osnova za proširenjem zajedničkih aktivnosti i na druge kineziološke programe.

3. Zidar, D., Grabušić, R. (2005). *Priprema i provedba sportskog kampa za djecu policijskih službenika*. 6. Dnevi varstvoslovja. Zbornik povzetkov. ISBN: 961-6230-50-6. Bled: Fakulteta za policijsko-varnostne vede Univerze v Mariboru.

U strukturi različitih kinezioloških obiteljskih programa, jedan od njih bi mogao biti – sportski kamp za djecu policijskih službenika. Definira se kao stacionirani boravak sudionika u nekom sportskom, sportsko-rekreacijskom ili turističkom centru, s provedbom jednog ili više različitih sadržaja, usklađenih s ostvarenjem zamišljenoga kineziološkog cilja. Programske sadržaje bi trebalo uskladiti s dobnim uzrastom i spolom sudionika te mjestom provedbe programa. Zbog identifikacije djece sa svojim roditeljima, jedan od nezaobilaznih sadržaja bila bi pouka u osnovama funkcionalnih borilačkih znanja. Da boravak u kampu bude zanimljiv, cjelokupni kineziološki sadržaj i boravak mogao bi se provoditi na jednom od svjetskih jezika.

4. Rubeša, D. J. (2005). *Edukacija pomoćnog kineziološkog kadra u policijskoj djelatnosti – želja struke i/ili potreba?* 6. Dnevi varstvoslovja. Zbornik povzetkov. ISBN: 961-6230-50-6. Bled: Fakulteta za policijsko-varnostne vede Univerze v Mariboru.

U policijsko-kineziološkoj praksi, kontinuirana provedba kinezioloških programa i aktivnosti za policijske službenike je znatno otežana. Razlog tome je dislociranost mjesta boravka policijskih službenika od sportskih objekata na kojima se provodi vježbovni program. Problem bi mogao biti uklonjen, ako bi se prišlo educiranju voditelja pojedinih kinezioloških programa ili aktivnosti, kao pomoćnog kineziološkog kadra u policijskoj djelatnosti. Oni bi realizirali aktivnost u suradnji s profesionalnim kineziološkim kadrovima na razini policijske uprave, u uvjetima koji odgovaraju pojedincima i/ili skupinama policijskih službenika. Takvi edukacijski programi i voditelji programa mogu se javno verificirati. Bilo bi prijeko potrebno izvršiti i pravnu regulativu takvog kadra u policijskoj djelatnosti te predvidjeti načine valorizacije njihovog rada.

5. Rubeša, D. J., Zorec, B., Zidar, D. (2006). *Priprema i provedba kompenzacijskih kinezioloških programa u sindikalnoj djelatnosti kao bitan segment općeg kineziološkog modela MUP-a RH*. 7. Dnevi varstvoslovja. Zbornik povzetkov. ISBN: 961-6230-57-3. Bled: Fakulteta za policijsko-varnostne vede Univerze v Mariboru.

Čitav je niz znanstveno-istraživačkih projekata iz područja psihologije, sociologije,

kineziologije i drugih društvenih znanosti, kojima je potvrđeno da se učinkovitost policijskog službenika ne može više promatrati isključivo iz aspekta profesionalnih znanja, zanemarujući pritom njegovu opću, zdravstvenu ili obiteljsku stabilnost. Jedan od partnera u planiranju i provedbi većeg broja kompenzacijskih kinezioloških programa, mogli bi biti sindikati u policijskoj djelatnosti. To bi bilo posebno značajno za oblikovanje jedinstvenoga kineziološkog modela, i za policijske službenike i djelatnike i za članove njihovih obitelji, umirovljenike i druge skupine potencijalnih korisnika takvih programa.

6. Rubeša, D. J., Zidar, D., Franc, Z. (2006). *Motorički poligon i drugi kineziološki sadržaji kao poticaj novom načinu druženja djece i njihovih obitelji*. Interdisciplinarna naučna konferencija sa međunarodnim učešćem. Zbornik radova, ISBN: 86-80231-49-5. Novi Sad: Fakultet sporta i fizičkog vaspitanja.

Na prostoru sportskih objekata OŠ "Miroslav Mrkša" iz Zagreba, postavljen je motorički poligon te određen prostor za provedbu različitih kinezioloških sadržaja i aktivnosti. U vikend programima je sudjelovalo 16 učenika i 11 odraslih osoba (roditelji, prijatelji). Nakon tromjesečne aktivnosti, rezultati mjerenja vremena u savladavanju različitih prepreka u motoričkom poligonu, pokazuju promjenu pozitivnih vrijednosti u obje skupine. Vrijednosti provedenog programa mogu se promatrati i šire, a prije svega povećanjem homogenosti sudionika programa, zato što se druženje provodilo u obliku obiteljskog izleta, ispunjenog brojnim prigodnim natjecanjima (boćanje, pogađanje cilja bacanjem predmeta, mali nogomet, mini odbojka i drugi) te prigodnim gastrosadržajima, u kojima su s oduševljenjem sudjelovali svi sudionici programa.

7. Zidar, D., Samardžić, D. (2007). *Ekstremni sportovi u policijsko-kineziološkoj praksi*. 8. Dnevi varstvoslovja. Zbornik povzetkov. ISBN: 978-961-6230-63-6. Bled: Fakulteta za policijsko-varnostne vede Univerze v Mariboru.

U posljednje vrijeme, sve su učestalija pitanja mlađih policijskih službenika o organiziranju nekih ekstremnih sportova u policijskoj upravi. Iz tog razloga proveden je intervju sa 30 mlađih policijskih službenika PU sisačko-moslavačke o ovoj problematici. Rezultati pokazuju izrazitu želju sudionika intervjua za provedbom takvih sportova, ne samo tijekom vikenda već i godišnjih odmora.

1.5. Pregled pripremljenih radova za objavljivanje

1. Rubeša, D. J., Zidar, D., Vukosav, J., Zadro, Z., Ražov-Radas, M. (2001). *Metrijske karakteristike "mini baterije" testova za procjenu somatskog statusa policijskih službenika*.
2. Zidar, D., Rubeša, D. J. (2011). *Kompenzacijski kineziološki programi za obitelji policijskih službenika u ruralnim sredinama provedivih u vrijeme ljetnih godišnjih odmora*.
3. Zidar, D., Rubeša, I. (2015). *Višegeneracijska stagnacija motiva za uklanjanje umora policijskih službenika MUP-a RH*.
4. Rubeša, I., Sertić, K. (2015). *Model obiteljskih kinezioloških sadržaja i aktivnosti za policijske službenike MUP-a RH*.
5. Rubeša, I., Varnica, I. (2015). *Mogućnost unapređenja policijsko-kineziološke prakse osposobljavanjem – voditelja obiteljskih programa*.

1.6. Pregled započelih projekata

1. Rubeša, D. J., Pejčić, Z., Zidar, D. (1995). *Rezultati znanstveno-istraživačkih radova u funkciji modeliranja policijsko-kineziološke prakse.*
2. Rubeša, D. J., Zidar, D. (2003). *Bicikl u funkciji provedbe poslova i zadaća pozornice u MUP-u RH.*
3. Rubeša, D. J., Zidar, D. (2009). *Neki utjecajni čimbenici na stabilizaciju međuljudskih odnosa u interventnoj policiji.*
4. Zidar, D., Rubeša, D. J. (2010). *Pojava mobinga u policijskoj djelatnosti – da ili ne?*
5. Rubeša, D. J., Zidar, D. (2012). *Neki pokazatelji somatskih obilježja policijskih službenika starije životne dobi provedbom biokemijske analize krvi kao supstituta standardnoj procjeni somatskog statusa.*
6. Zidar, D., Rubeša, I. (2012). *Kvaliteta ishrane policijskih službenika u funkciji prevencije generiranja metaboličkog sindroma.*
7. Zidar, D., Rubeša, I. (2016). *Mišljenja, interesi i stavovi studenata Visoke policijske škole o ekstremnim sportovima kao posebnom kineziološkom izazovu.*

ZAKLJUČAK

Prošlo je više od dvadeset godina od planiranja i provedbe prvih radova s kojima je otvoren proces strukturiranja policijske kineziologije kao posebne discipline ukupne kineziološke znanosti. Danas je ovo područje poznato stručnoj i policijskoj javnosti u zemlji i izvan nje. U tom procesu, svi autori i suradnici iz područja kineziološke struke i drugih struka, koji su bili angažirani u tim aktivnostima, imali su nesebičnu podršku brojnih osoba u osiguranju potrebnih uvjeta za provedbu istraživanja, analizu dobivenih rezultata ili stvaranju uvjeta za njihovu javnu prezentaciju. Na to su autori i suradnici prezentiranih radova posebno ponosni i zahvalni.

Prateći problematiku prikazanih radova, vidljivo je utemeljenje "novog modela" policijsko-kineziološke prakse, s brojnim pokazateljima za njihovu stvarnu primjenu. Navedeno je moguće ostvariti jedino uz primjerenu institucionalnu podršku, potrebnu reorganizaciju postojećeg ustrojstva kineziološke prakse i angažiranja više stručnih osoba koje će znati i htjeti voditi daljnji razvoj ovog područja.

Konačno, sve to na dobrobit policijskih službenika, članova njihovih obitelji i policije u cijelosti.

LITERATURA

1. Andrijašević, M. (1996). *Sportska rekreacija*. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.
2. Aronson, E., Wilson, T. D., Akert, R. M. (1994). *Social Psychology*. New York: Harper Collins College.
3. Delattre, E. (1999). *Character and Cops (Eting in Policing)*. Washington: Ameri-

can Enterprise Institute

4. Dibitz, D. (1993). *Wohnung und Mitte*. Marktobendorf: W. Dasch PD.
5. Horvat, V., Mraković, M. (1985). *Kibernetički pristup procesima u organizmu pri odvijanju kinezioloških aktivnosti*. Zbornik radova. II kongres pedagoga fizičke kulture. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.
6. Kosanović, B. (1988). *Samoobrana*. Monografija. Zagreb: MUP RH.
7. Mraković, M. (1994). *Uvod u sistematsku kineziologiju*. Monografija. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.
8. Pintar, Ž. (1992). *Metodička uputstva za planiranje i vođenje transformacijskih programa*. Nastavni listići. Zagreb: Fakultet za fizičku kulturu.
9. Rubeša, D. J. (1989). *Metodika sportske rekreacije izvan mjesta stanovanja*. Monografija. Zagreb: MD.
10. Rubeša, D. J. (1997). *Policajska kineziologija – znanost i praksa*. Monografija. MUP RH.

Summary

Davorin-Josip Rubeša, Davor Zidar

Secondary Publications of Scientific and Professional Articles in the Field of Police Kinesiology (1995.-2015.)

For more than twenty years conducted intensive research activity in the field of police kinesiology, as well as special events total kinesiology science. The function of the improvement and development of police kinesiology practice. The works, which are in various ways were exposed to general, professional police and the public, are structured in several subgroups, namely: foundation for the development of the area, works of diagnostic procedures, new modes of work and works to promote and popularize kinesiology program in the police. The same is attached to an overview prepared papers for publication and initiated projects. All works are positively reviewed. Showing the characteristics of secondary publications (abstracts).

Key words: Police kinesiology, twenty years of work, a secondary publication of works, bibliography of kinesiology.