

# VADEMECUM POLICJANTA

WSKAZÓWKI I KOMENTARZE OPRACOWANE PRZEZ WYKŁADOWCÓW CSP

## ZAKŁAD RUCHU DROGOWEGO

### ODBLASKI RATUJĄ ŻYCIE

Zmrok, a także mgły i opady ograniczają widoczność, co ma bezpośredni wpływ na bezpieczeństwo wszystkich uczestników ruchu, zwłaszcza pieszych i rowerzystów. W myśl nowelizacji ustawy Prawo o ruchu drogowym pieszy poruszający się po drodze po zmierzchu poza obszarem zabudowanym jest obowiązany używać elementów odblaskowych. Mogą to być: kamizelki, elementy odblaskowe na kurtkach, spodniach czy butach. Mogą to być także odblaskowe zawieszki. Jednym z najpopularniejszych odblaskowych gadżetów jest kamizelka odblaskowa. Jej noszenie to prawdopodobnie jeden ze skuteczniejszych sposobów na poprawienie widoczności na drodze.

Świetnie sprawdzają się także opaski, najlepiej samozaciskające, które można założyć np. na ramię lub na łydki. Elementy odblaskowe najlepiej spełniają swoją rolę, gdy są umieszczone w okolicy kolan, im niżej się znajdują, tym szybciej na nie padną promienie światła reflektorów. Ważne, byśmy byli widoczni dla kierowców.

Należy pamiętać, że widzieć i być widocznym to dwa różne zagadnienia. Kiedy zapada zmrok lub warunki pogodowe są bardzo niekorzystne, inni użytkownicy dróg, np. kierowcy samochodów, widzą nas ze znacznie mniejszej odległości niż w czasie słonecznego dnia. Ta widoczność wiąże się bezpośrednio z długością drogi hamowania pojazdu – im później zauważy nas kierowca samochodu, tym dłuższa będzie droga hamowania, czasem zbyt długa, aby móc w odpowiednim momencie zareagować.



Pieszy po zmroku



Widok kierowcy w porze nocnej



Piesi poza terenem zabudowanym w porze nocnej

Niechronieni uczestnicy ruchu drogowego pozbawieni odblasków narażeni są na duże niebezpieczeństwo. Po ciemku, na nieoświetlonej drodze, kierowcy samochodów widzą przede wszystkim silne światła pojazdów jadących z przeciwka i białe linie wymalowane na jezdni. Tonące w mroku sylwetki pieszych i rowerzystów dostrzegają w ostatniej chwili. Dla kierującego pojazdem widoczność pieszego ma pierwszorzędne znaczenie.

Obecnie na terenach zabudowanych wzrasta ryzyko takich zdarzeń, gdyż gminy w ramach oszczędności ograniczają czas oświetlania ulic.

Kto z nas nie był świadkiem sytuacji, gdy pieszy w ciemnym ubraniu, po zmroku idzie po jezdni. Kierowca dostrzega taką osobę dopiero z odległości 20–30 metrów. Jadąc z prędkością 100 km/h, pokonuje ten dystans w ciągu jednej sekundy. W takim czasie kierujący nie zdąży nawet rozpocząć hamowania, ma niewielkie szanse na odpowiednią reakcję oraz uniknięcie zderzenia.

Światła mijania oświetlają drogę najwyższej na 40–50 metrów. Elementy odblaskowe na nieoświetlonej drodze pozwalają zauważyć rowerzystę lub pieszego w światłach mijania samochodu już z odległości 150 metrów. Użycie odblasków, dzięki powstaniu efektu refleksów, zwiększa widoczność rowerzysty lub pieszego. W przypadku światła drogowych odległość ta zwiększa się do jednego kilometra.

Niektóre firmy produkujące plecaki, odzież czy obuwie wyposażają je w elementy odblaskowe, zwiększając tym samym bezpieczeństwo najmłodszych uczestników drogi. Liczne spo-

tkania policjantów z dziećmi w szkołach i przedszkolach sprawiają, że już od najmłodszych lat jest kształtowane odpowiedzialne zachowanie na drodze.

Warto pamiętać o zakładaniu, choćby najmniejszych, elementów odblaskowych. Czasami jeden odblask może uratować życie.

sierz. szt. Radosław Osik, instruktor

# BADANIE NA ZAWARTOŚĆ ALKOHOLU W WYDYCHANYM POWIETRZU

Z dniem 5 stycznia 2016 r. weszło w życie rozporządzenie Ministra Zdrowia z dnia 11 grudnia 2015 r. w sprawie badań na zawartość alkoholu w organizmie (Dz. U. poz. 2153), które zastąpiło rozporządzenie Ministra Zdrowia i Opieki Społecznej z dnia 6 maja 1983 r. w sprawie warunków i sposobu dokonywania badań na zawartość alkoholu w organizmie (Dz. U. Nr 25, poz. 117).

Rozporządzenie to określa warunki oraz sposób dokonywania badań, za pomocą których zostanie ustalona zawartość alkoholu w organizmie osoby podejrzanej o popełnienie przestępstwa lub wykroczenia, będącej pod wpływem alkoholu. Określa również warunki oraz sposób dokonywania badań stanu trzeźwości pracownika niedopuszczonego do pracy z powodu uzasadnionego podejrzenia, że stawiał się do pracy w stanie po użyciu alkoholu albo spożywał alkohol w czasie pracy.

Przy ustalaniu stanu trzeźwości osoby wykonuje się badanie wydychanego powietrza lub badanie krwi, przy czym przed badaniem krwi należy przeprowadzić badanie wydychanego powietrza – pod warunkiem, że stan osoby badanej na to pozwala (zwłaszcza wynikający ze spożycia alkoholu, choroby układu oddechowego lub innych przyczyn uniemożliwiających przeprowadzenie takiego badania).

Badanie wydychanego powietrza należy wykonywać w sposób nieinwazyjny, używając elektronicznego urządzenia, które dokona pomiaru stężenia alkoholu w wydychanym powietrzu. Wyróżnia się dwie metody działania takich urządzeń:

- 1) **spektrometria w podczerwieni** (przykładowe urządzenie: Alkometr A 2.0) lub
- 2) **utlenianie elektrochemiczne** (przykładowe urządzenie: Alco-Sensor IV).

Należy pamiętać, aby urządzeniem elektronicznym badać trzeźwość dopiero po upływie 15 minut od czasu, gdy osoba badana zakończyła spożywanie alkoholu lub palenie tytoniu. Badania trzeźwości urządzeniem elektronicznym należy wykonywać przy użyciu ustnika, który jest wymieniany każdorazowo przed przeprowadzeniem pomiaru, a opakowanie jest otwierane w obecności osoby badanej (określa to § 4 ust. 1 omawianego rozporządzenia).

W zależności od rodzaju używanego do badania urządzenia elektronicznego kolejne badanie wykonuje się następująco:

- jeżeli pierwszy pomiar był wykonany urządzeniem z punktu 1 (metoda spektrometrii w podczerwieni) i uzyskano wynik ponad 0,00 mg/l, wówczas drugiego pomiaru dokonuje się niezwłocznie;
- jeżeli pierwszy pomiar był wykonany urządzeniem z punktu 2 (metoda utleniania elektrochemicznego) i uzyskano wynik ponad 0,00 mg/l, wówczas drugiego pomiaru dokonuje się po upływie 15 minut.

Wynik pomiaru uzyskany urządzeniem z punktu 2 (metoda utleniania elektrochemicznego), który wynosi ponad 0,00 mg/l,

należy zweryfikować urządzeniem z punktu 1 (metoda spektrometrii w podczerwieni) w następujących przypadkach:

- żąda tego osoba badana lub
- zachodzi uzasadnione podejrzenie popełnienia przez nią przestępstwa.

Wówczas należy wykonać dwa pomiary urządzeniem z punktu 1, przy czym **drugi pomiar trzeba wykonać niezwłocznie po pierwszym pomiarze**.

Z kolei, jeżeli pomiar był wykonany urządzeniem z punktu 1 lub 2 i pierwszy wynik jest równy lub większy od 0,10 mg/l, a drugi wynosi 0,00 mg/l, **wówczas niezwłocznie wykonuje się tym samym analizatorem wydechu trzeci pomiar** – gdy jego wynik wynosi 0,00 mg/l, to osoba badana nie znajduje się w stanie po użyciu alkoholu.

Wydychane powietrze może być badane również z użyciem urządzenia, które nie wyświetla wyniku pomiaru, jak i bez użycia ustnika, pod warunkiem, że jest to zgodne z zaleceniami producenta urządzenia co do jego eksploatacji. Jednakże, jeżeli takie badanie wykaże w wydychanym powietrzu alkohol, to wówczas należy niezwłocznie wykonać badanie urządzeniem z punktu 1 lub 2, mając na uwadze właściwy sposób użycia danego urządzenia – opisany powyżej.

Jeżeli osoba podejrzana o popełnienie przestępstwa lub wykroczenia oddaliła się z miejsca zdarzenia przed badaniem stanu trzeźwości, a następnie została zatrzymana lub sama zgłosiła się do jednostki Policji, należy zbadać jej stan trzeźwości urządzeniem elektronicznym z punktu 1 lub 2. Sposób postępowania będzie uzależniony od rodzaju użytego urządzenia. Gdy podczas pierwszego badania uzyskano wynik **ponad 0,00 mg/l**, a badanie było wykonane urządzeniem elektronicznym:

- z punktu 1 (spektrometria w podczerwieni), to drugie badanie należy wykonać niezwłocznie tym samym urządzeniem;
- z punktu 2 (utlenianie elektrochemiczne), to należy wykonać niezwłocznie dwa badania urządzeniem z punktu 1. Następnie należy odczekać 30 minut od czasu przeprowadzenia ostatniego z badań i przeprowadzić **dwa kolejne** badania urządzeniem z punktu 1 z zachowaniem 30-minutowego odstępu pomiędzy badaniami.

Badania nie przeprowadza się, jeżeli od chwili zdarzenia do zatrzymania czy też zgłoszenia się do jednostki Policji osoby podejrzanej o popełnienie przestępstwa lub wykroczenia upłynął taki czas, że badanie jest bezzasadne.

Powyższe regulacje dotyczą również osoby, która nie oddaliła się z miejsca zdarzenia, ale istnieje podejrzenie, że spożyła alkohol po zdarzeniu.

Z badania przeprowadzonego urządzeniem z punktu 1 lub 2 i uzyskania **wyniku równego 0,00 mg/l** sporządza się protokół w dwóch przypadkach (wzór obowiązującego protokołu znajduje się na następnej stronie):

- gdy prowadzone będzie dalsze postępowanie w sprawie popełnienia przestępstwa lub wykroczenia;
- na żądanie osoby badanej – o czym należy ją pouczyć (w tym przypadku protokół przekazuje się tej osobie).

*asp. Michał Gemza, instruktor  
asp. Janusz Kozłowski, instruktor*

Liczba porządkowa  
w rejestrze badań .....

(miejsowość i data)

**PROTOKÓŁ**  
**z przebiegu badania stanu trzeźwości urządzeniem elektronicznym**

(miejsce na wydruk)

.....  
(stopień, imię i nazwisko przeprowadzającego badanie, nazwa jednostki organizacyjnej Policji)

działając na podstawie:

- 1) art. 17 ust. 3 ustawy z dnia 26 października 1982 r. o wychowaniu w trzeźwości i przeciwdziałaniu alkoholizmowi (Dz. U. z 2015 r. poz. 1286, 1893 i 1916),<sup>\*)</sup>
  - 2) art. 47 ust. 1 ustawy powołanej w pkt 1,<sup>\*)</sup>
  - 3) art. 129 i oraz 129k ustawy z dnia 20 czerwca 1997 r. – Prawo o ruchu drogowym (Dz. U. z 2012 r. poz. 1137, z późn. zm.),<sup>\*)</sup>
  - 4) art. 54 § 1, 4 i 5 ustawy z dnia 24 sierpnia 2001 r. – Kodeks postępowania w sprawach o wykroczenia (Dz. U. z 2013 r. poz. 395, z późn. zm.),<sup>\*)</sup>
  - 5) art. 74 § 2 i 3 oraz art. 308 § 1 ustawy z dnia 6 czerwca 1997 r. – Kodeks postępowania karnego (Dz. U. Nr 89, poz. 555, z późn. zm.),<sup>\*)</sup>
- oraz § 2 ust 1 i § 3 ust. 1 rozporządzenia Ministra Zdrowia z dnia 11 grudnia 2015 r. w sprawie badań na zawartość alkoholu w organizmie (Dz. U. z 2015 r. poz. 2153)

przeprowadzono badania w celu ustalenia zawartości alkoholu w wydychanym powietrzu:

.....  
(imię i nazwisko osoby badanej; numer PESEL, a jeżeli nie posiada podać serię i numer dokumentu potwierdzające tożsamość)

**Wiek i płeć:** .....

**Wzrost i masa ciała:** .....  
(na podstawie oświadczenia osoby badanej, jeżeli jego złożenie jest możliwe)

**Informacja o chorobach:** .....  
(na podstawie oświadczenia osoby badanej, jeżeli jego złożenie jest możliwe)

**Badanie stanu trzeźwości przeprowadzono analizatorem wydechu:** .....

.....  
(nazwa, model i numer fabryczny)

zgodnie z instrukcją użytkownika tego urządzenia.

**Tabela dokonanych pomiarów zawartości alkoholu w wydychanym powietrzu:**

Lp.	Pomiar	Data, godz. i min badania	Wynik pomiaru (cyfrowo w jednostce, w jakiej jest wyrażony lub opisowo)
1	pierwszy pomiar		
2	drugi pomiar		
3	trzeci pomiar		

## BADANIE NA ZAWARTOŚĆ ALKOHOLU

**Czynności dokonano w związku z:** .....

(informacja o objawach lub okolicznościach uzasadniających przeprowadzenie badania oraz dacie i godzinie ich stwierdzenia)

.....

.....

.....

**Badany oświadczył, że w ciągu ostatnich 24 godzin spożywał** .....

**w ilości** ..... **dnia** ..... **o godz.** .....

**Badanie trzeźwości zostało przeprowadzone w obecności:**

.....

(imię i nazwisko osoby, w obecności której badanie przeprowadzono)\*\*)

.....

**Uwagi:** .....

(uwagi osoby badanej, co do sposobu przeprowadzenia badania)

.....

---

**Badany:**

1) **żąda / nie żąda<sup>\*)</sup> badania urządzeniem elektronicznym metodą spektrometrii w podczerwieni**

2) **żąda / nie żąda<sup>\*)</sup> przeprowadzenia badania krwi**

.....

podpis badanego (czytelnie imię i nazwisko  
– w razie odmowy podpisania protokołu podać jej przyczynę)

.....

(podpis przeprowadzającego badanie)

.....

podpis osoby (czytelnie imię i nazwisko), w obecności której badanie  
przeprowadzono – w razie odmowy podpisania protokołu – podać jej przyczynę

<sup>\*)</sup> niepotrzebne skreślić

<sup>\*\*)</sup> w przypadku: 1) policjanta – podać również jednostkę organizacyjną Policji;  
2) pozostałych osób – podać adres zamieszkania.



## WYBRANE ZMIANY DOTYCZĄCE ZNAKÓW I SYGNAŁÓW DROGOWYCH

Z dniem 8 października 2015 r. weszły w życie rozporządzenie Ministrów Infrastruktury i Rozwoju oraz Spraw Wewnętrznych z dnia 3 lipca 2015 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie znaków i sygnałów drogowych (Dz. U. poz. 1313) oraz rozporządzenie Ministra Infrastruktury i Rozwoju z dnia 3 lipca 2015 r. zmieniające rozporządzenie w sprawie szczegółowych warunków technicznych dla znaków i sygnałów drogowych oraz urządzeń bezpieczeństwa ruchu drogowego i warunków ich umieszczania na drogach (Dz. U. poz. 1314). Zmiany mają charakter porządkowy i dostosowują przepisy do ustawy prawo o ruchu drogowym. Eliminują rozbieżności i wprowadzają m.in. nowe znaki i sygnały drogowe.

Nowe przepisy objęły między innymi zasady poruszania się kierujących rowerami na drogach jednokierunkowych. Obecnie umieszczona pod znakiem D-3 „Droga jednokierunkowa” tabliczka z napisem „Nie dotyczy” wraz z symbolem pojazdu lub wyrażeniem określającym pojazd wskazuje, że ruch pojazdów określonych tabliczką odbywa się w dwóch kierunkach. Znak D-3 z umieszczoną pod nim tabliczką z napisem „Nie dotyczy” i symbolem roweru lub wózka rowerowego postawiony na drodze o dopuszczalnej prędkości nie większej niż 30 km/h oznacza, że ruch tych pojazdów może się odbywać bez wyznaczonych pasów ruchu.

Zmiana objęła również znak C-13 „droga dla rowerów”. Oznacza on teraz drogę przeznaczoną dla kierujących rowerami, którzy są obowiązani do korzystania z tej drogi, jeżeli jest ona wyznaczona dla kierunku, w którym oni się poruszają lub zamierzają skręcić – usunięto z jego definicji zapis mówiący o tym, że dotyczy tylko kierujących rowerami jednośladowymi.

Znak B-11 „zakaz wjazdu wózków rowerowych” nie zabrania już wjazdu rowerów wielośladowych, lecz oznacza zakaz ruchu wózków rowerowych.

Kolejna zmiana dotyczy ograniczenia prędkości wynikającego ze znaku B-33 umieszczonego na obszarze zabudowanym. Dopuszczalna prędkość większa niż 50 km/h, a nie jak wcześniej 60 km/h, dotyczy samochodu osobowego, motocykla i samochodu

ciężarowego o dopuszczalnej masie całkowitej nieprzekraczającej 3,5 t, z wyjątkiem:

- 1) pojazdu przewożącego towary niebezpieczne,
- 2) pojazdu z urządzeniem wystającym do przodu więcej niż 1,5 m od siedzenia kierującego,
- 3) pojazdu holującego pojazd silnikowy,
- 4) motocykla, którym przewozi się dziecko w wieku do lat 7,
- 5) samochodu ciężarowego przewożącego osoby poza kabiną kierowcy.

Osoba niepełnosprawna legitymująca się kartą parkingową kierująca pojazdem samochodowym oznaczonym tą kartą,

kierujący pojazdem, który przewozi osobę niepełnosprawna legitymującą się kartą parkingową oraz kierujący pojazdem należącym do placówki zajmującej się opieką, rehabilitacją lub edukacją osób niepełnosprawnych mających znacznie ograniczone możliwości samodzielnego poruszania się przewożący taką osobę mogą pod warunkiem zachowania szczególnej ostrożności nie stosować się do zakazów wyrażonych znakami: B-1, B-3, B-3a, B-4, B-10, B-35, B-37, B-38 i B-39. Nowelizacja wprowadza przepis, który mówi o tym, że jeżeli pod tymi znakami została umieszczona tabliczka z napisem „Dotyczy także” i symbolem osoby niepełnosprawnej, określonym na tabliczce T-29, to znaki te obowiązują również wyżej wymienione osoby.

Nowe przepisy wprowadziły dwa dodatkowe poziome znaki drogowe oraz sygnalizatory dla rowerzystów: **P-26 „piesi”** oznacza drogę dla pieszych. Drugi z wprowadzonych znaków **P-27 „kierunek i tor ruchu roweru”** wskazuje kierującemu rowerem tor ruchu roweru na jezdni i określa kierunek jego ruchu. Sygnały świetlne nadawane przez „**S-1a sygnalizator z sygnałami dla kierujących rowerem**” dotyczą kierujących rowerem, znajdujących się na części drogi przeznaczonej tylko do ruchu rowerów lub wjeżdżających na tę część drogi.

Sygnały świetlne nadawane przez „**S-3a sygnalizator kierunkowy z sygnałami dla kierujących rowerem**” dotyczą kierujących rowerem, znajdujących się na części drogi przeznaczonej tylko do ruchu rowerów lub wjeżdżających na tę część drogi, jadących w kierunkach wskazanych strzałką (strzałkami). Skorygowana została także tzw. prędkość ewakuacji dla sygnalizacji świetlnej dla rowerzystów – zamiast dotychczasowych zaledwie 2,8 m/s będzie to 4,2 m/s. To oznacza, że światła dla rowerzystów będą świecić dłużej.

Powyższe przepisy to tylko niektóre zmiany wprowadzone 8 października 2015 r.

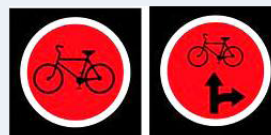
*st. asp. Justyna Setniewska, mł. wykładowca  
mł. asp. Marta Paw, instruktor*



P-26 „piesi”



P-27 „kierunek i tor ruchu roweru”



S-1a

S-3a

## ZAKŁAD INTERWENCJI POLICYJNYCH

# INTERWENCJE POLICYJNE

## Jak odeprzeć nagły atak?

Nawet najlepszy środek przymusu bezpośredniego jest bezużyteczny, jeśli jego użycie jest z jakiejś przyczyny niemożliwe. Niespodziewany i gwałtowny atak może zaskoczyć i w tym tkwi jego największa skuteczność. Taki atak, a raczej jego skutki najczęściej doprowadzają do wyeliminowania osoby zaatakowanej z walki. W szkoleniach często jest pomijany ten pierwszy etap każdej interwencji. Nauczane są techniki obrony i ataku, umiejętności służące do realizacji interwencji, posługiwanie się i wykorzystywanie środków przymusu bezpośredniego oraz taktyka. Wydaje się jednak, że zbyt mało uwagi poświęca się na pierwszą fazę nawiązania kontaktu z osobą. Osobą, która obserwuje, analizuje, wyciąga wnioski, reaguje i działa. Jest to bardzo szerokie spektrum wzajemnych oddziaływań i relacji pomiędzy funkcjonariuszem a obywatelem. To etap, w którym z różnych przyczyn może dojść do tzw. „pierwszego kontaktu” rozumianego jako pierwsze uderzenie, które, jeśli w porę nie zostanie zneutralizowane, da agresorowi możliwość na rozwinięcie ataku, co zagraża zdrowiu i życiu zaatakowanego.

Analizując interwencje, podczas których doszło do ataków na policjanta, zauważa się brak przygotowania funkcjonariuszy do odparcia nagłego ataku. Nawet w sytuacjach, w których zachowanie napastników wyraźnie wskazuje, że do ataku dojdzie, policjanci nie przygotowują się do obrony. Często reakcja jest spóźniona, tzn. policjant zostaje uderzony, popchnięty lub zaatakowany w inny sposób i dopiero przystępuje do obrony. Jest rzeczą oczywistą, że taki przebieg zdarzenia stawia funkcjonariusza w niekorzystnym położeniu, gdyż „pierwszy kontakt” może wyeliminować możliwość podjęcia jakichkolwiek czynności przez zaatakowanego. Mówiąc wprost, uderzenie ręką w głowę, kopnięcie w krocze czy w końcu atak nożem może zszokować, znokautować lub zabić. Wyobraźmy sobie sprintera, który rozpoczyna bieg na sto metrów z pozycji stojącej, licząc na to, że opóźnienie w starciu nadrobi podczas biegu. Stawia się nad rywalami, mylnie uważając, że jest od nich znacznie szybszy. Podobnie policjant, który nie posiada wiedzy taktycznej i umiejętności technicznych, mylnie zakłada, że jeśli zostanie zaatakowany, to „jakoś sobie poradzi”. I właśnie ten element przejścia ze stanu pokoju w stan wojny jest tematem niniejszego opracowania. W artykule zostanie podany analizie czynnik fizyczny i psychiczny mający wpływ na możliwość działania w sytuacjach nagłego i gwałtownego ataku.



Reakcja jest zawsze spóźniona w stosunku do akcji. Uderzenie ręką, kopnięcie w krocze czy atak nożem to czynność, która trwa około 0,3 s. **Czas reakcji** (czas potrzebny na rozpoczęcie ruchu) przeciętnego człowieka to około 0,2 s, czyli czas, który pozostaje na wykonanie ruchu, to 0,1 s. Biorąc pod uwagę możliwości motoryczne człowieka, należy stwierdzić, że nie jest on w stanie wykonać skutecznej obrony w tak krótkim czasie. Tylko poprzez świadome przygotowanie się, czyli wypracowanie korzystnej sytuacji taktycznej, neutralizacja „pierwszego kontaktu” jest możliwa.

Podczas szkoleń należy **zawsze** stosować poniższe założenia taktyczne – bez próby klasyfikowania stopnia zagrożenia, dążąc do nawykowego przestrzegania zasad taktycznych i do osiągnięcia takiego poziomu wykonywania czynności, żeby osoba postronna nie zauważyła ich prawdziwej istoty.

Pierwszym elementem taktycznym jest umiejętność obserwacji i rozpoznania, ocena stopnia zagrożenia, charakterystyka osoby, ocena własnych możliwości w razie konfrontacji.

Drugi element taktyczny to odległość. Odległość od osoby podczas interwencji powinna stanowić zasięg dwóch wyciągniętych ramion, tzn. ok. 120 cm. Policjant stoi tuż poza zasięgiem kopnięcia.

Trzeci element taktyczny to ustawienie, które powinno dawać równowagę, dynamikę oraz możliwość obrony miejsc wrażliwych. Policjant powinien ustawić się w „pozycji gotowości”.

„**Pozycja gotowości**” jest ukrytą pozycją walki, co w połączeniu z odległością daje realną możliwość na neutralizację pierwszego uderzenia (fot. 1).

### Charakterystyczne cechy „pozycji gotowości”

1. Postawa półfrontalna zapewniająca równowagę i dynamikę. Praworęczny stoi z lewą nogą z przodu z uwagi na to, że z prawej strony nosi broń i takie ustawienie chroni przed próbą jej odebrania. Nogi są lekko ugięte, co daje dynamikę.
2. Ręce trzymane są na wysokości pasa, luźne, niesplecione. Takie ułożenie rąk pozwala na szybszą zasłonę najbardziej zagrożonej atakiem strefy, czyli brzucha i krocza.

2.



3.



3. Należy patrzeć w oczy lub w punkt między oczami potencjalnego agresora, co – w tym drugim przypadku – pozwala na uniknięcie dekoncentracji wywołanej hardym spojrzeniem.

Takie ustawienie taktyczne umożliwia skuteczną reakcję podczas ataku ręką, nogą lub nożem. Najbardziej typowy atak z tej odległości (zasięg dwóch wyciągniętych ramion) to kopnięcie w krocze. Jeśli osoba skraca dystans i nie ma możliwości na jego utrzymanie, to należy się spodziewać ataku ręką (najczęściej jest to prawe uderzenie zamachowe lub prawy prosty). Jeśli osoba chowa ręce do tyłu, gdzie może po coś sięgnąć, należy brać pod uwagę atak nożem. Tak więc przestrzeganie zasad taktycznych oraz wytypowanie najbardziej prawdopodobnych zagrożeń w znacznym stopniu zwiększa możliwość skutecznej obrony przed „pierwszym kontaktem”, a co za tym idzie – poprawia bezpieczeństwo fizyczne policjanta.

**Typowe ataki to:** kopnięcie w krocze, uderzenie ręką, atak nożem.

Obrona przed kopnięciem jest czynnością niemalże odruchową. Osoba atakowana cofa biodra i zasłania rękoma strefę kroku, przyjmując jednocześnie pozycję umożliwiającą gwałtowny ruch do przodu w celu wykonania kontrataku. Forma kontrataku może być różna w zależności od sytuacji

i stopnia zagrożenia fizycznego policjanta, ale gwałtowne odepchnięcie w początkowej fazie kontrataku pozwoli policjantowi na wytrącenie napastnika z impetu i przejęcie inicjatywy (fot. 2 i 3).

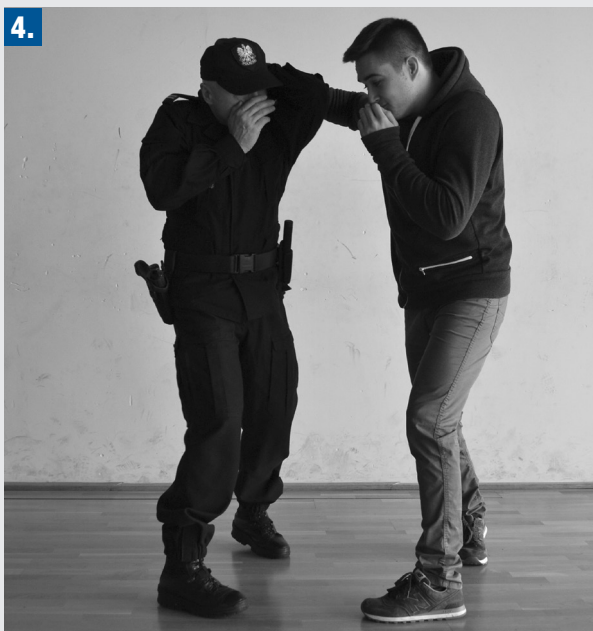
Znacznie trudniejsza jest obrona przed uderzeniem ręką. Niewielka odległość oraz możliwość wykonania uderzenia w różnych płaszczyznach i z różnych kierunków wydaje się wymuszać **proces decyzyjny**, tzn.: zauważam atak, klasyfikuję go, wybieram model obrony i w końcu ją wykonuję. Niestety, cały ten proces trwa u doskonale wytrenowanego człowieka około 0,5 s, co w sytuacji, gdy ręka napastnika osiąga cel po ok. 0,3 s, jest całkowicie nieskuteczne. Dlatego też jeśli mówimy o realnej obronie, musimy obrać jej jeden model, a obronę sprowadzić do postaci **reakcji, a nie akcji**. Reakcją będziemy nazywali gwałtowny ruch będący odpowiedzią na każde uderzenie ręką bez konieczności klasyfikowania formy ataku. Innymi słowy, na każdy atak ręką należy wykonać taką samą obronę w sposób jak najbardziej gwałtowny, a następnie taki sam początek kontrataku. Biorąc pod uwagę, że podczas ataku pięścią w głowę szczególnie zagrożona jest frontalna część twarzoczaszki oraz skroń i ucho, zasłona musi być tak skonstruowana, aby jednocześnie osłaniać wszystkie te miejsca. Po zablokowaniu ciosu należy przejść do kontrataku, który rozpoczyna się od gwałtownego pchnięcia napastnika do tyłu (fot. 4, 5 i 6).

Poruszając temat obrony przed nożem, należy uświadomić sobie, że jest to największe zagrożenie dla zdrowia i życia policjanta, oprócz zagrożenia bronią palną. Nóż przecina ścięgna, uniemożliwiając biomechaniczne czynności, przecina naczynia krwionośne, powodując krwotoki zewnętrzne, uszkadza organy wewnętrzne, powodując krwotoki wewnętrzne, co może bardzo szybko doprowadzić do śmierci. W obliczu tak poważnego i realnego zagrożenia życia należy z wielką odpowiedzialnością podejść do kwestii proponowanych zachowań obronnych. Należy uwzględnić czynnik psychologiczny, stan psychofizyczny osoby atakowanej ostrym narzędziem. Nie można zakładać, że człowiek, którego życie jest naprawdę poważnie zagrożone, będzie działał w taki sam sposób jak ćwiczący z użyciem gumowej atrapy. Te uwarunkowania zmuszają do wytypowania sytuacji, w których może dojść do takiego ataku. Mówimy tutaj o ataku skrytym i gwałtownym, do którego dochodzi podczas nawiązywania kontaktu np. podczas legitymowania. Mało zasadne wydają się próby nauki obrony przed nożem na tak zwane „gołe ręce” w zdeklarowanej konfrontacji. Przeciwnik, który potrafi uderzać i kopać, jest wystarczająco niebezpieczny w realnej walce. Wkładanie w jego ręce noża i wmawianie uczestnikom szkoleń, że mogą wygrać takie starcie, jest co najmniej nieodpowiedzialne. I na tym etapie analizy problemu wracamy do zagadnienia neutralizacji „pierwszego kontaktu” rozumianego tutaj jako skryty i gwałtowny atak ostrym narzędziem. Jeśli przy analizach wcześniejszych zagrożeń istniała możliwość bagatelizowania skutków nieskutecznej obrony, to przy omawianym zagrożeniu raczej to nie nastąpi. Neutralizacja „pierwszego kontaktu” ma pozwolić na ucieczkę ze strefy rażenia nożem i dobytec środka przymusu bezpośredniego. Istnieje możliwość obezwładnienia napastnika za pomocą siły fizycznej, na przykład w ciasnym pomieszczeniu, ale nie jest to tematem tego artykułu.



## INTERWENCJE POLICYJNE

4.



5.



6.



Nie można ze stuprocentową pewnością założyć, że przy podejściu do danej osoby atak na pewno nastąpi. Dlatego też konieczna jest unifikacja modelu zachowań taktycznych podczas podchodzenia do osób i nawiązywania z nimi kontaktu. Inaczej mówiąc, czy funkcjonariusz podchodzi do młodego mężczyzny, czy do starszej kobiety, jego zachowanie powinno być takie samo. Powinien być uważny, skoncentrowany i stosować wyuczoną taktykę. Obserwacja, odległość i pozycja gotowości to baza do skutecznej obrony. Najczęściej występującą formą ataku nożem jest pchnięcie na wprost. Jest to najszybszy atak, a dodatkowa trudność w jego neutralizacji polega na tym, że człowiek nie potrafi intuicyjnie zablokować ataku w płaszczyźnie strzałkowej (leżącej strzały). Natomiast każdy inny kierunek ataku jest właśnie blokowany intuicyjnie. Czy jest to uderzenie z góry, z boku, czy z dołu, człowiek, zasłaniając się odruchowo, najczęściej skutecznie blokuje takie uderzenie. Tak więc zaproponowanie konkretnej obrony wymagane jest właściwie tylko przy ataku na wprost. Wbrew pozorom nie jest to trudne zadanie, gdyż obrona przed atakiem nożem na wprost jest kopią techniki wykonywanej przy obronie przed kopnięciem w krocze. Dodatkową korzyścią w takim modelu działania jest umiejętność neutralizacji dwóch najbardziej prawdopodobnych, a zarazem najniebezpieczniejszych ataków (kopnięcie w krocze i atak nożem na wprost) za pomocą tej samej techniki, co uwalnia od konieczności dokonywania wyboru, czyli eliminuje opóźniający działanie proces decyzyjny. Jednak samo zablokowanie uderzenia nożem i pozostanie w miejscu nie załatwia sprawy, gdyż atak może być ponowiony. Dlatego też po zablokowaniu ręki z nożem należy ją zepchnąć w bezpiecznym dla osoby zaatakowanej kierunku i błyskawicznie przemieścić się za plecy napastnika, biegnąc w przeciwnym kierunku niż był atak, dobyć i przygotować do użycia broń, taser bądź tonfę. Przez bezpieczny kierunek zepchnięcia ręki z nożem należy rozumieć kierunek przeciwny do kierunku przemieszczania się osoby zaatakowanej. Krótko mówiąc, broniący się wypycha uzbrojoną ręką napastnika w prawą stronę, omijając go z lewej. Pozostałe kierunki ataku są blokowane intuicyjnie. Należy pamiętać, aby zawsze po zablokowaniu zepchnąć uzbrojoną ręką w bezpiecznym kierunku i wybiec za plecy napastnika, sięgając po wybrany środek przymusu bezpośredniego (fot. 7, 8 i 9).

Niezmiernie ważna jest umiejętność koncentracji. Jeśli zastanowić się nad psychofizyczną mobilnością człowieka do działania, to można wyróżnić cztery podstawowe stany: stan relaksu, który możemy porównać do jazdy samochodem z szybkością 50 km/h na pustej trasie przy doskonałych warunkach; nie powinien występować podczas służby; stan koncentracji, który możemy porównać do prowadzenia samochodu w ruchu miejskim; w służbie to patrolowanie rejonu; stan wzmoczonej koncentracji, który możemy porównać do prowadzenia samochodu w ruchu miejskim podczas gołoleździ; w służbie to podejście do osoby i nawiązywanie z nią kontaktu np. podczas legitymowania; gwałtowna reakcja z wykorzystaniem odruchów i nawyków ruchowych, którą możemy porównać do sytuacji, gdy samochód wpada w poślizg; w służbie to m.in. sytuacja, gdy dochodzi do gwałtownego ataku na policjanta.

Taktyczne podejście do nawiązania kontaktu z osobą zaczyna się od punktu trzeciego. Policjant może być odbierany jako



7.



8.



9.



intruz i jako intruz może powodować frustrację, która często prowadzi do irytacji, a ta z kolei wywołuje agresję. Biorąc to pod uwagę, funkcjonariusze **zawsze** powinni działać zgodnie z zasadami taktycznymi, niezależnie od oceny stopnia zagrożenia. Takie nawykowe działanie to przekaz pozawerbalny mówiący o profesjonalnym przygotowaniu funkcjonariuszy i o ich dobrym wyszkoleniu, co samo w sobie ostrzega i zniechęca do działań agresywnych, a w razie ataku pozwala na skuteczną obronę.

#### Czas reakcji człowieka

Przeważnie pod tym pojęciem rozumie się czas upływający od zadziałania bodźca do zapoczątkowania ruchu (ukryty okres). Na jego wymiar składa się 5 odcinków czasu. Czas reakcji można przedstawić wzorem:  $t = t_1 + t_2 + t_3 + t_4 + t_5$ , gdzie:  $t$  – czas reakcji;  $t_1$  – czas powstania pobudzenia w receptorze – zależy przede wszystkim od koncentracji uwagi oraz umiejętności widzenia obwodowego;  $t_2$  – czas przekazania pobudzenia do ośrodkowego układu nerwowego – wiążący się z szybkością przewodzenia nerwów czuciowych;  $t_3$  – czas przebiegu pobudzenia przez ośrodki nerwowe i uformowania sygnału wykonawczego; zależy przede wszystkim od ruchliwości procesów nerwowych i jest najdłuższym i najbardziej zróżnicowanym co do wielkości parametrem decydującym o czasie reakcji; w dużej mierze zależy od stopnia zautomatyzowania nawyku ruchowego, jak również jego plastyczności; trening, wysoki stopień opanowania techniki sportowej, dobra koordynacja ruchów wpływają na obniżenie tego wskaźnika, tak więc poprzez ćwiczenia skrócenie czasu  $t_3$  jest możliwe;  $t_4$  – czas przebiegu sygnału z ośrodkowego układu nerwowego do mięśnia – związany z szybkością przewodzenia we włóknach ruchowych;  $t_5$  – czas pobudzenia mięśnia – prowadzący do zmiany jego napięcia i zapoczątkowania ruchu, wiąże się m.in. z siłą grup mięśniowych, a także koordynacją ruchową, umiejętnością rozluźnienia jednostek aktualnie nieuczestniczących w ruchu; poprzez ćwiczenia istnieje możliwość skrócenia także i tego czasu reakcji.

**Czas motoryczny** jest definiowany jako interwał następujący pomiędzy zapoczątkowaniem ruchu a jego zakończeniem. Motoryka lub motoryczność ludzka to pojęcie obejmujące całość czynności ruchowych człowieka, inaczej sferę ruchowej aktywności, słowem to wszystko, co dotyczy poruszania się człowieka w przestrzeni na skutek zmian położenia całego ciała lub poszczególnych jego części względem siebie i poruszających się obiektów. Motoryczność człowieka jest pojęciem wielostronnym, na które składają się: jej idea, treść i formy ruchu. Czas motoryczny – to czas ruchu, który zaczyna się od ostatniego etapu czasu reakcji ( $t_5$ ) aż do zakończenia ruchu, np. technika w taekwondo: kopnięcie po obrocie po okręgu nogą prostą. Czas prawidłowego wykonania techniki jest krótszy od czasu reakcji na nią. Tak więc cios, który nie został zasygnalizowany, bardzo ciężko zablokować lub jest to niemożliwe. Z tego wynika, że najistotniejszym warunkiem skuteczności jest szybkość ruchu<sup>1</sup>.

*podinsp. Krzysztof Kozyra, starszy wykładowca*

<sup>1</sup> W. Bołoban, *Czas reakcji i czas motoryczny w ruchach sportowca*, <http://www.sportpedagogy.org.ua/html/journal/2009-10/09bowtam.pdf> [dostęp: 5 listopada 2015 r.].