

„Czy łatwo jest przejść test sprawności dla kontrterrorystów?”

Deskrypcja filmu

Film dokumentuje test sprawności fizycznej rekrutów ubiegających się o przyjęcie do Pododdziału Kontrterrorystycznego Policji „BOA”. Przez cały czas jego trwania w lewym górnym rogu kadru znajduje się gwiazda Policji, otoczona napisem „POMAGAMY I CHRONIMY”, a w prawym - adres strony internetowej „policja.pl”. Twarze osób występujących w materiale zostały „ucięte” lub rozmyte, by uniemożliwić ich identyfikację.

[00:00:00] Na czarno szarym tle napis: „Pierwsze nabory z cywila”, poniżej logotyp „BOA”.

[00:00:12] Na stadionie lekkoatletycznym umundurowani funkcjonariusze „BOA” stoją przed rekrutami. Pojawia się napis: „Pierwszy etap – Bieg”. Następnie rozgrzewka ubranych w stroje sportowe uczestników testu.

[00:00:22] Uczestnicy testu biegną po torach lekkoatletycznych. W lewym rogu kadru napis: „Bieg ciągły w czasie 12 minut, im dłuższy dystans pokonany tym lepszy wynik”. Kadr na dłoń osoby trzymającej stoper i zwolnione ujęcia biegnących mężczyzn.

[00:00:35] Funkcjonariusz „BOA” mierzy dystans na torze jednokołowym miernikiem odległości.

[00:00:40] Hol we wnętrzu pływalni krytej. Na tle funkcjonariuszy „BOA” napis: „Etap drugi – Basen”.

[00:00:48] Ubrany w strój kąpielowy uczestnik testu skacze na główkę ze słupka toru nr 6. Za nim stoją obserwujący zadanie funkcjonariusz „BOA” ze stoperem w ręku. Wyświetla się tekst: „Pływanie stylem dowolnym na dystansie 200m”. Szybko zmieniające się sceny z pływalni przedstawiające przebieg testu pływackiego.

[00:01:00] Rekrut płynie „żabką” pod wodą. W kadrze pojawia się napis: „Trzeci etap - Pływanie pod wodą na dystansie 25 metrów”.

[00:01:07] Kilkumetrowa wieża skoków do wody z czterema platformami, na najwyższej z nich uczestnik testu w towarzystwie funkcjonariusza „BOA”. Wyświetla się napis: „Czwarty etap - Skoki do wody z wieży”. Mężczyzna o atletycznej budowie ciała skacze do wody na wyprostowane nogi, woda w basenie rozbryzguje się w momencie uderzenia o jej taflę.

[00:01:24] Plac ćwiczeń fizycznych z torem przeszkód na zewnątrz budynku. Pochmurne niebo. Funkcjonariusze „BOA” ubrani w kurtki zimowe. Szybko zmieniające się sceny: na tle trzymającego stoper w ręku funkcjonariusza „BOA” wyświetla się napis: „Piąty etap - Tor przeszkód”. Mężczyzna w szarym dresie sportowym i kasku na głowie wspina się po metalowej drabince na kilkumetrową przeszkodę. Po chwili opuszcza się po linie desantowej na ziemię i natychmiast wspina się na przeszkodę o wysokości ok. 2 metrów, która imituje otwór okienny. Uczestnik pokonuje most wykonany z trzech lin - po jednej z nich idzie, o drugą i trzecią opiera ręce podczas przejścia.

[00:01:46] Kolejno: Rekrut w kasku czołga się po trawiastej trasie tunelem wykonanym z drutu zawieszonym na wysokości kilku centymetrów nad jego głową. Mężczyzna wykonuje wymyk na drążku metalowym, w tle widać dalszą część toru przeszkód. Biegnie po betonowej równoważni. Wisząc na rękach pokonuje przeszkodę w postaci drabinki metalowej, wiszącej równoległe do gruntu. Przez chwilę wspina się, po czym schodzi z kilkumetrowej przeszkody wykonanej z zawieszonych opon. Wspina się po linie na drewnianą równoważnię i zeskakuje z niej po betonowych kręgach.

[00:02:14] Rekrut wbiega po drewnianej kładce na wysokość około 1 metra, następnie łapie za linę i wahadłowo przelatuje na wiszący na łańcuchach chybliwy drewniany podest. Następnie wbiega

na płaską równoważnię, podpartą wahadłowo w swoim środku. Na wyprostowanych rękach pokonuje kolejną przeszkodę, składającą się z dwóch równolegle zawieszonych poręczy, jednocześnie balansując ciałem na boki.

[00:02:27] Rekrut asekurowany przez funkcjonariusza „BOA” wspina się po linie na znaczną wysokość. Napis: „Szósty etap - Dwukrotne wejście po linie 5m (na rękach)”.

[00:02:40] Kontrterrorysta mocuje linkę z karabińczykiem do pasa asekuracyjnego uczestnika testu. Mężczyzna wspina się po drabince sznurowej na wysokość kilku metrów, po czym zjeżdża na linie ze znacznej wysokości. Napis: „Siódmy etap - Próba wysokościowa”.

[00:02:49] Sala gimnastyczna. Mężczyzna o wysportowanej sylwetce, parokrotnie podnosi ciało na drążku, angażując do tej czynności mięśnie tricepsów. Napis: „Ósmy etap - podciąganie na drążku”.

Zaraz potem napis: „Dziewiąty etap - pompki na poręczach”. Leżąc na ławeczce mężczyzna podnosi kilka razy sztangę z ciężarami. Napis: „Dziesiąty etap - Wyciskanie sztangi na ławeczce”.

[00:03:04] Napis: „Jedenasty etap - Siady z leżenia w czasie 2 minut”. Leżąc na materacu mężczyzna wykonuje energicznie skłony.

[00:03:07] Napis: „Dwunasty etap - Wejścia na podest z obciążeniem w czasie 2 minut”. Uczestnik wykonuje ćwiczenie trzymając w rękach metalowy ciężarek ze sztangi.

[00:03:13] Napis: „Trzynasty etap - Walki w pozycji stojącej oraz w parterze”. Kolejno: na macie gimnastycznej w sali do ćwiczeń fizycznych rekrut pełźnie w pozycji podpartej; dwaj mężczyźni siedząc naprzeciwko siebie, podają sobie nawzajem piłkę, po czym wykonują pompki i podpierając się nogami o ścianę, kilkakrotnie podnoszą się na rękach ze stania na głowie.

[00:03:21] Na pierwszym planie kontrterrorysta w elastycznej czarnej koszulce z białym napisem „BOA Poland”, w tle dwaj mężczyźni w ochraniaczach na głowach i rękawicach bokserskich podczas walki. Następnie dwaj uczestnicy w trakcie zapasów, zakończonych przerzutem przez ramię jednego z nich. Po prawej stronie trenujących - funkcjonariusz obserwuje przebieg walki.

[00:03:36] Czarna plansza, a na niej napis: „Zostań jednym z nas” oraz logotyp „BOA”. Następnie napisy: „Biuro Komunikacji Społecznej Komendy Głównej Policji Wydział Promocji Policji, Zdjęcia i montaż: sierż. szt. Tomasz Lis, Warszawa 2023”.

[00:03:42] Koniec.

WPP BKS KGP / SK