

226**ROZPORZĄDZENIE MINISTRA EDUKACJI NARODOWEJ I SPORTU**

z dnia 20 lutego 2002 r.

w sprawie wzorcowych programów zajęć wychowania fizycznego dla jednostek organizacyjnych podległych Ministrowi Obrony Narodowej, ministrowi właściwemu do spraw wewnętrznych, Szefowi Urzędu Ochrony Państwa oraz Szefowi Obrony Cywilnej Kraju.

Na podstawie art. 19 ust. 4 ustawy z dnia 18 stycznia 1996 r. o kulturze fizycznej (Dz. U. z 2001 r. Nr 81, poz. 889 i Nr 102, poz. 1115 oraz z 2002 r. Nr 4, poz. 31) zarządza się, co następuje:

§ 1. 1. Ustala się wzorcowy program zajęć wychowania fizycznego dla jednostek organizacyjnych, o których mowa w ust. 2, stanowiący załącznik nr 1 do rozporządzenia.

2. Program zajęć wychowania fizycznego, o którym mowa w ust. 1, realizują następujące jednostki organizacyjne podległe Ministrowi Obrony Narodowej:

- 1) jednostki wojskowe,
- 2) wyższe szkoły wojskowe,
- 3) wojskowe ośrodki szkolenia sportowego.

§ 2. 1. Ustala się wzorcowy program zajęć wychowania fizycznego dla jednostek organizacyjnych, o których mowa w ust. 2, stanowiący załącznik nr 2 do rozporządzenia.

2. Program zajęć wychowania fizycznego, o którym mowa w ust. 1, realizują następujące jednostki organizacyjne podległe ministrowi właściwemu do spraw wewnętrznych, Szefowi Urzędu Ochrony Państwa i Szefowi Obrony Cywilnej Kraju:

- 1) wyższe szkoły nadzorowane przez ministra właściwego do spraw wewnętrznych,
- 2) jednostki organizacyjne, delegatury, wydziały zamiejscowe i ośrodki szkolenia Urzędu Ochrony Państwa,
- 3) centralne i terenowe jednostki organizacyjne Straży Granicznej, Policji i Państwowej Straży Pożarnej,
- 4) szkoły i ośrodki szkolenia nadzorowane przez Komendanta Głównego Policji,
- 5) Biuro Ochrony Rządu,
- 6) jednostki Obrony Cywilnej Kraju.

§ 3. Traci moc zarządzenie Prezesa Urzędu Kultury Fizycznej i Turystyki z dnia 19 lipca 1996 r. w sprawie wzorcowych programów zajęć wychowania fizycznego dla jednostek organizacyjnych podległych Ministrowi Obrony Narodowej i Ministrowi Spraw Wewnętrznych oraz Szefowi Obrony Cywilnej Kraju (Monitor Polski Nr 55, poz. 514).

§ 4. Rozporządzenie wchodzi w życie po upływie 14 dni od dnia ogłoszenia.

Minister Edukacji Narodowej i Sportu: *K. Łybacka*

Załączniki do rozporządzenia Ministra Edukacji Narodowej i Sportu z dnia 20 lutego 2002 r. (poz. 226)

Załącznik nr 1

**WZORCOWY PROGRAM ZAJĘĆ WYCHOWANIA FIZYCZNEGO DLA JEDNOSTEK ORGANIZACYJNYCH
PODLEGŁYCH MINISTROWI OBRONY NARODOWEJ**

§ 1. 1. Wychowanie fizyczne realizowane w jednostkach organizacyjnych wymienionych w § 1 ust. 2 rozporządzenia, zwanych dalej „jednostkami resortu obrony narodowej”, ma na celu kształtowanie i dosko-

nalenie zdolności motorycznych, umiejętności fizycznych i dyspozycji psychofizycznych, niezbędnych w służbie i działaniach bojowych.

2. Podstawowym zadaniem wychowania fizycznego w jednostkach resortu obrony narodowej jest kształtowanie, metodami i środkami wychowania fizycznego, wysokiej sprawności fizycznej, odporności na stresy związane z walką i trudami służby, wspomaganie działań prozdrowotnych oraz działań samodzielnych i w zespołach, w zmiennych warunkach służby wojskowej i walki.

§ 2. Program wychowania fizycznego w jednostkach resortu obrony narodowej powinien zawierać:

1) tematy obejmujące środki bezpośrednio przygotowujące żołnierzy do działań bojowych, takie jak

walka wręcz, ćwiczenia w ośrodku sprawności fizycznej, sporty obronne oraz „szkoła przeżycia”,

2) tematy obejmujące środki pośrednio przygotowujące do działań bojowych i uzupełniające, do których zalicza się w szczególności: poranny rozruch fizyczny, ćwiczenia siłowe i ogólnousprawniające, gimnastykę, atletykę terenową, pływanie, narciarstwo, jeździectwo, żeglarstwo, wspinaczkę wysokogórską, ratownictwo wodne i górskie, sportowe gry indywidualne i zespołowe,

3) zajęcia sprawdzające dla kadry zawodowej, słuchaczy szkół wojskowych i żołnierzy służby zasadniczej w formie obowiązkowych, przeprowadzanych komisyjnie, testów sprawnościowych.

§ 3. 1. Ustala się następującą tematykę zajęć wychowania fizycznego oraz liczbę godzin tych zajęć rocznie:

Nr tematu	Nazwa tematu	Liczba godzin
1	Teoria wychowania fizycznego i sportu*)	5—30
2	Atletyka terenowa	20—50
3	Gimnastyka i ćwiczenia siłowe	20—50
4	Walka wręcz	18—50
5	Pływanie i ratownictwo wodne	15—30
6	Piłka ręczna	15—30
7	Piłka siatkowa	15—30
8	Piłka koszykowa	15—30
9	Piłka nożna	15—30
10	Marsze	15—50
11	Narciarstwo	20—65
12	Alpinizm, wspinaczka i ratownictwo górskie	20—60
13	Wioślarstwo	15—30
14	Jeździectwo	15—45
15	Żeglarstwo	20—50
16	Kompleksowy i specjalistyczny trening fizyczny	20—30
17	Zajęcia sportowe z różnych dziedzin sportu i rekreacji ruchowej	104
18	Sprawdziany	10—20

*) Dotyczy tylko szkolnictwa wojskowego

2. Zajęcia wychowania fizycznego planuje się cyklicznie w układzie semestralnym, miesięcznym i tygodniowym, z uwzględnieniem wysiłku żołnierza poniesionego podczas realizacji innych przedmiotów nauczania.

3. Realizacja poszczególnych tematów wymienionych w ust. 1 jest uzależniona od specyfiki wojsk i bazy szkoleniowo-sportowej, a liczba godzin przeznaczonych na ich realizację — od zadań stawianych poszczególnym rodzajom wojsk i służb. Dopuszcza się możliwość łączenia liczby godzin przeznaczonych na realizację poszczególnych tematów.

4. Kursy wspinaczki wysokogórskiej, narciarstwa, wioślarstwa, jeździectwa, pływania oraz ratownictwa wodnego i górskiego można organizować na podstawie decyzji dowódcy jednostki organizacyjnej, uwzględniając okres wcielenia do służby, posiadaną bazę własną lub przydzieloną przez inne podmioty.

§ 4. 1. Zajęcia wychowania fizycznego objęte programem są w jednostkach resortu obrony narodowej obowiązkowe.

2. Zajęcia, o których mowa w ust. 1, prowadzi się w godzinach służbowych w następującym wymiarze godzin:

- 1) żołnierze zawodowi — nie mniej niż 4 godziny tygodniowo,
- 2) podchorążowie, kadeci, elewi wojskowych szkół zawodowych, żołnierze odbywający przeszkolenie w ośrodkach szkoleniowych i żołnierze wojsk specjalnych — 6 godzin tygodniowo, w tym 2 godziny zajęć sportowych,
- 3) pozostali żołnierze — od 2 do 4 godzin tygodniowo.

3. Dla podchorążych, kadetów, elewów wojskowych szkół zawodowych i żołnierzy służby zasadniczej prowadzi się także zajęcia wychowania fizycznego, które — oprócz zajęć przewidzianych programem — obejmują poranny rozruch fizyczny, składający się w szczególności z ćwiczeń siłowych i wytrzymałościowo-lokomocyjnych oraz higieniczno-hartujących o odpowiednio zaprogramowanej intensywności.

Załącznik nr 2

WZORCOWY PROGRAM ZAJĘĆ WYCHOWANIA FIZYCZNEGO DLA JEDNOSTEK ORGANIZACYJNYCH PODLEGŁYCH MINISTROWI WŁAŚCIWEMU DO SPRAW WEWNĘTRZNYCH, SZEFOWI URZĘDU OCHRONY PAŃSTWA ORAZ SZEFOWI OBRONY CYWILNEJ KRAJU

§ 1. 1. Zajęcia wychowania fizycznego są programowaną, integralną i obowiązkową częścią składową szkolenia i doskonalenia zawodowego, realizowanego w jednostkach organizacyjnych, o których mowa w § 2 ust. 2 rozporządzenia.

2. Zajęcia wychowania fizycznego mają na celu osiągnięcie przez ich uczestników poziomu sprawności fizycznej, niezbędnej do należytego wykonywania zadań służbowych, a w szczególności:

- 1) kształtowanie i doskonalenie cech wolicjonalnych, motorycznych i wydolności ogólnej,
- 2) kształtowanie specyficznych i ogólnych umiejętności sportowych, użytecznych dla poszczególnych służb operacyjnych i specjalistycznych.

§ 2. Wzorcowy program zajęć wychowania fizycznego dla jednostek organizacyjnych, o których mowa w § 2 ust. 2 rozporządzenia, obejmuje:

- 1) ogólne wychowanie fizyczne w wymiarze co najmniej 40% ogólnego wymiaru godzin, w tym:
 - a) gimnastykę,
 - b) lekkoatletykę, w tym atletykę terenową,
 - c) pływanie z elementami ratownictwa, w tym pływanie w wodach otwartych,
 - d) sporty wodne,

e) sportowe gry zespołowe,

- 2) wychowanie fizyczne o charakterze specjalnym w wymiarze co najmniej 50% ogólnego wymiaru godzin, w tym:
 - a) sporty walki, w tym: judo, boks, karate, jujitsu, aikido i elementy innych wschodnich sztuk walki,
 - b) strzelectwo,
 - c) techniki interwencji i umiejętności w postugiwaniu się pałką typu „TONFA”,
 - d) wspinaczkę górską z ratownictwem,
- 3) testy sprawności fizycznej prowadzone co najmniej raz w roku według ustaleń właściwych służb szkoleniowych.

§ 3. 1. Program zajęć, o którym mowa w § 2, jest realizowany w wymiarze co najmniej 2 godzin tygodniowo, wchodzących w czas służby, i obowiązkowo, z zastrzeżeniem ust. 2, obejmuje:

- 1) funkcjonariuszy Urzędu Ochrony Państwa, Biura Ochrony Rządu, Straży Granicznej i Policji,
- 2) strażaków Państwowej Straży Pożarnej,
- 3) członków Obrony Cywilnej Kraju.

2. Kierownik jednostki organizacyjnej może wskazać osoby, które ze względu na wiek lub z innych powo-

dów nie podlegają obowiązkowi, o którym mowa w ust. 1.

3. Wymiar godzin, o którym mowa w ust. 1, może być zwiększony przez kierownika właściwej jednostki organizacyjnej, jeżeli jest to uzasadnione potrzebami określonych rodzajów służb lub potrzebami szkolenia.

§ 4. 1. Realizacja wzorcowego programu zajęć wychowania fizycznego odbywa się na podstawie zatwierdzonych przez kierownika właściwej jednostki organizacyjnej:

- 1) programów szkolenia w jednostkach organizacyjnych, o których mowa w § 2 ust. 2 pkt 1 i 4 rozporządzenia,

- 2) planów doskonalenia zawodowego w jednostkach organizacyjnych, o których mowa w § 2 ust. 2 pkt 2, 3, 5 i 6 rozporządzenia.

2. Programy szkolenia i plany doskonalenia, o których mowa w ust. 1, po ich zatwierdzeniu przez kierowników jednostek organizacyjnych, są realizowane z zastosowaniem form lekcji wychowania fizycznego, treningu sportowego i zajęć o charakterze specyficznym dla służb danej jednostki.

3. Wzorcowy program zajęć wychowania fizycznego obejmuje dwa okresy:

- 1) letni — od 1 maja do 31 października,
- 2) zimowy — od 1 listopada do 30 kwietnia.