

Warszawa, dnia 28 grudnia 2023 r.

Poz. 2796

**ROZPORZĄDZENIE
MINISTRA OBRONY NARODOWEJ**

z dnia 7 grudnia 2023 r.

**w sprawie zajęć z zakresu wychowania fizycznego i sportu realizowanych
w urzędzie obsługującym Ministra Obrony Narodowej oraz w jednostkach organizacyjnych**

Na podstawie art. 332 ust. 3 ustawy z dnia 11 marca 2022 r. o obronie Ojczyzny (Dz. U. poz. 2305 oraz z 2023 r. poz. 347, 641, 1615, 1834 i 1872) zarządza się, co następuje:

§ 1. Rozporządzenie określa program oraz formy organizacyjne zajęć z zakresu wychowania fizycznego i sportu realizowane w urzędzie obsługującym Ministra Obrony Narodowej oraz w jednostkach organizacyjnych, o których mowa w art. 2 pkt 10 ustawy z dnia 11 marca 2022 r. o obronie Ojczyzny, a także wymagania, jakie są obowiązane spełniać osoby prowadzące zajęcia z zakresu wychowania fizycznego i sportu.

§ 2. 1. Zajęcia z zakresu wychowania fizycznego i sportu w urzędzie obsługującym Ministra Obrony Narodowej oraz w jednostkach organizacyjnych, o których mowa w art. 2 pkt 10 ustawy z dnia 11 marca 2022 r. o obronie Ojczyzny, są realizowane na podstawie „Programu zajęć z zakresu wychowania fizycznego i sportu”.

2. „Program zajęć z zakresu wychowania fizycznego i sportu” jest określony w załączniku do rozporządzenia.

§ 3. Zajęcia z zakresu wychowania fizycznego i sportu są realizowane w następujących formach organizacyjnych:

- 1) zajęć programowych teoretycznych i praktycznych;
- 2) zajęć sportowych, imprez rekreacyjno-sportowych;
- 3) zawodów sportowych;
- 4) porannego rozruchu fizycznego;
- 5) zgrupowań kondycyjno-szkoleniowych;
- 6) treningów;
- 7) kursów szkoleniowych.

§ 4. 1. Zajęcia z zakresu wychowania fizycznego i sportu są prowadzone przez:

- 1) żołnierza zawodowego zajmującego stanowisko służbowe związane z wykonywaniem zadań z zakresu wychowania fizycznego i sportu lub pracownika resortu obrony narodowej zatrudnionego na stanowisku pracy związanym z realizacją zadań z zakresu wychowania fizycznego i sportu, którzy:
 - a) posiadają co najmniej tytuł zawodowy licencjata uzyskany w wyniku ukończenia studiów w zakresie wychowania fizycznego i sportu lub
 - b) ukończyli studia podyplomowe z zakresu wychowania fizycznego i sportu;

- 2) dowódcę pododdziału lub żołnierza zawodowego wyznaczonego przez dowódcę jednostki organizacyjnej (dyrektora, komendanta, szefa) do prowadzenia zajęć w ramach powierzonych czynności wykraczających poza jego obowiązki służbowe, którzy:
- spełniają warunek określony w pkt 1 lub
 - ukończyli szkolenie specjalistyczne z wychowania fizycznego i sportu w wymiarze co najmniej 126 godzin, lub
 - posiadają świadectwo dojrzałości i są trenerami lub instruktorami sportu w rozumieniu przepisów art. 41 ustawy z dnia 25 czerwca 2010 r. o sporcie (Dz. U. z 2023 r. poz. 2048).

2. Dowódca pododdziału i żołnierz zawodowy, o których mowa w ust. 1 pkt 2, prowadzą zajęcia z zakresu wychowania fizycznego i sportu pod nadzorem merytorycznym osób, o których mowa w ust. 1 pkt 1.

§ 5. Szkolenie specjalistyczne, o którym mowa w § 4 ust. 1 pkt 2 lit. b, realizują uczelnie wojskowe, ośrodki szkolenia oraz jednostki wojskowe, które posiadają w swoich strukturach żołnierzy zawodowych zajmujących etatowe stanowiska służbowe związane z wykonywaniem zadań z zakresu wychowania fizycznego i sportu oraz tytuł zawodowy magistra w zakresie wychowania fizycznego i sportu – na podstawie programu zatwierdzonego przez szefa komórki organizacyjnej Ministerstwa Obrony Narodowej właściwej w sprawach wychowania fizycznego i sportu.

§ 6. Rozporządzenie wchodzi w życie po upływie 14 dni od dnia ogłoszenia.¹⁾

Minister Obrony Narodowej: z up. *M. Wiśniewski*

¹⁾ Niniejsze rozporządzenie było poprzedzone rozporządzeniem Ministra Obrony Narodowej z dnia 16 czerwca 2014 r. w sprawie zajęć z zakresu wychowania fizycznego i sportu realizowanych w komórkach organizacyjnych Ministerstwa Obrony Narodowej oraz jednostkach organizacyjnych podległych Ministrowi Obrony Narodowej lub przez niego nadzorowanych (Dz. U. poz. 890), które utraciło moc z dniem 24 października 2023 r. zgodnie z art. 822 ust. 6 ustawy z dnia 11 marca 2022 r. o obronie Ojczyzny (Dz. U. poz. 2305 oraz z 2023 r. poz. 347, 641, 1615, 1834 i 1872).

Załącznik do rozporządzenia Ministra Obrony Narodowej
z dnia 7 grudnia 2023 r. (Dz. U. poz. 2796)

PROGRAM ZAJĘĆ Z ZAKRESU WYCHOWANIA FIZYCZNEGO I SPORTU

1. Celem zajęć z zakresu wychowania fizycznego i sportu jest:
 - 1) utrzymanie przez żołnierzy sprawności fizycznej zapewniającej wykonywanie zadań służbowych;
 - 2) kształtowanie zdolności motorycznych oraz umiejętności i dyspozycji psychomotorycznych żołnierzy przydatnych w służbie wojskowej, szczególnie w działaniach bojowych;
 - 3) przygotowanie żołnierzy do działań w warunkach wymagających zwiększonego wysiłku fizycznego;
 - 4) zwiększenie odporności żołnierzy na stres związany z pełnieniem służby wojskowej;
 - 5) propagowanie wśród żołnierzy zdrowego stylu życia mającego wpływ na sprawność psychofizyczną;
 - 6) rozwijanie wśród żołnierzy umiejętności samokształcenia i samodoskonalenia stosownie do aktualnych wymagań i potrzeb;
 - 7) upowszechnianie wśród żołnierzy współzawodnictwa sportowego;
 - 8) przygotowanie żołnierzy do korzystania z bazy szkoleniowej i sprzętu szkoleniowego.
2. Zajęcia z zakresu wychowania fizycznego i sportu są realizowane jako zajęcia praktyczne i zajęcia teoretyczne w następującym zakresie:
 - 1) zajęcia teoretyczne obejmują podstawy wiedzy z zakresu wychowania fizycznego i sportu, w tym:
 - a) cele i zadania wychowania fizycznego i sportu w wojsku,
 - b) metodykę wychowania fizycznego i poszczególnych dyscyplin sportowych,
 - c) klasyfikacje sprawności fizycznej według różnych kryteriów,
 - d) obowiązujące metody oceny sprawności fizycznej,
 - e) formy organizacyjne zajęć ruchowych,
 - f) metody nauczania czynności motorycznych,
 - g) bezpieczeństwo i higienę zajęć z wychowania fizycznego i sportu,
 - h) podstawowe wiadomości z przedmiotów kierunkowych, np. anatomii, fizjologii, teorii wysiłku fizycznego, teorii treningu sportowego;
 - 2) zajęcia praktyczne obejmują:
 - a) realizację obowiązującej w resorcie obrony narodowej tematyki zajęć programowych z wychowania fizycznego,
 - b) prowadzenie zajęć metodycznych i innych form działalności instruktorsko-metodycznej,
 - c) zajęcia łączące różną tematykę wychowania fizycznego, np. pokonywanie toru przeszkód w Ośrodku Sprawności Fizycznej i walkę wręcz,
 - d) zajęcia kompleksowe łączące różnorodną tematykę wychowania fizycznego z innymi przedmiotami szkolenia, np. z taktyką, szkoleniem strzeleckim.
3. Zajęcia z zakresu wychowania fizycznego i sportu obejmują następujące tematy:

Nr tematu	Temat
1	Teoria wychowania fizycznego i sportu
2	Atletyka terenowa i ćwiczenia specjalistyczne na torach przeszkód*
3	Gimnastyka i ćwiczenia siłowe
4	Walka wręcz

5	Pływanie i ratownictwo wodne
6	Piłka ręczna
7	Piłka siatkowa
8	Piłka koszykowa
9	Piłka nożna
10	Marsze
11	Narciarstwo
12	Wspinaczka i ratownictwo górskie
13	Wioślarstwo
14	Jeździectwo
15	Żeglarstwo
16	Zajęcia sportowe z różnych dyscyplin sportu i rekreacji ruchowej
17	Ćwiczenia specjalistyczne na lotniczych gimnastycznych przyrządach specjalnych (LGPS)
18	Sprawdziany

* Tory przeszkód: Ośrodek Sprawności Fizycznej (OSF), tory przeszkód rodzajów sił zbrojnych, Biegowy Test Siłowy (BTS), Biegowy Test Zwinnościowy (BTZ).

4. Wybór tematyki zajęć wymienionej w pkt 5, liczba godzin przeznaczonych na jej realizację oraz form organizacyjnych prowadzenia zajęć jest uzależniona od charakteru i specyfiki służby wojskowej oraz dostępnej bazy szkoleniowo-sportowej.
5. Zajęcia z zakresu wychowania fizycznego i sportu są realizowane w następującym wymiarze godzin:
 - 1) żołnierze zawodowi – co najmniej 4 godziny tygodniowo;
 - 2) żołnierze zawodowi pełniący etatowe dyżury, pełniący służbę w pododdziałach radiotechnicznych, na posterunku radiolokacyjnym dalekiego zasięgu oraz stacji kontroli rejonu lotniska AVIA-W – co najmniej 12 godzin w okresie 28 dni;
 - 3) żołnierze terytorialnej służby wojskowej w Wojskach Obrony Terytorialnej – co najmniej 3 godziny tygodniowo;
 - 4) żołnierze dobrowolnej zasadniczej służby wojskowej – co najmniej 4 godziny tygodniowo.