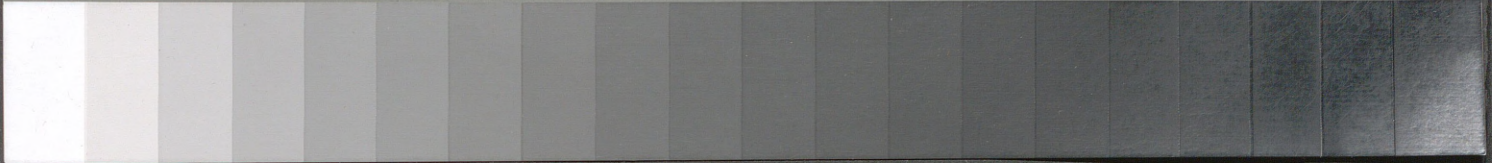


Grey Scale #13



A 1 2 3 4 5 6 M 8 9 10 11 12 13 14 15 B 17 18 19



MINISTER OBRONY NARODOWEJ

Egz Nr 007122

**ROZKAZ MINISTRA OBRONY NARODOWEJ**

Nr 56/MON z dnia 3 listopada 1954 r.

o masowym sporcie w wojsku

WARSZAWA

1 9 5 4



Colour Chart #13





MINISTER OBRONY NARODOWEJ

Egz. Nr 007122

**ROZKAZ MINISTRA OBRONY NARODOWEJ**

**Nr 56/MON z dnia 3 listopada 1954 r.**

**o masowym sporcie w wojsku**

---

W A R S Z A W A

1 9 5 4

555 n - 1476

3  
100 | 2





Warszawa, dnia 3 listopada 1954 r.

MINISTER OBRONY NARODOWEJ

## **ROZKAZ MINISTRA OBRONY NARODOWEJ**

**Nr 56/MON Z DNIA 3 LISTOPADA 1954 R.**

### **o masowym sporcie w wojsku.**

Realizując uchwałę KC PZPR i wytyczne Rządu w sprawie kultury fizycznej i sportu, Ludowe Wojsko Polskie wydatnie przyczynia się do umasowienia kultury fizycznej wśród najszerszych rzesz młodzieży, odbywającej zaszczytną służbę wojskową.

Sport w Ludowym Wojsku Polskim jest nierozzerwalnie związany z wyszkoleniem fizycznym i wchodzi w skład wyszkolenia bojowego.

Wyszkolenie fizyczne i sport spełniają poważną rolę w wychowaniu mas żołnierskich i są zasadniczym środkiem, wyrabiającym wytrzymałość, siłę i wolę zwycięstwa, które to cechy nieodzowne są dla wykonywania zadań bojowych we współczesnej walce, wymagającej od żołnierzy wszystkich rodzajów wojsk znoszenia najwyższych wysiłków fizycznych.

Celem dalszego podnoszenia na coraz wyższy poziom organizacji masowego sportu w wojsku oraz postawienia pracy szkoleniowo-sportowej wśród czołowych sportowców i drużyn reprezentujących Wojsko Polskie na takim poziomie, aby sport wojskowy odgrywał przodującą rolę w kraju, zatwierdzam i wprowadzam do użytku:

1. Instrukcję o organizacji pracy sportowej w Wojsku Polskim (załącznik Nr 1);
2. Jednolity plan masowych imprez i zawodów sportowych oraz wskazówki do przeprowadzania imprez i zawodów sportowych Wojska Polskiego (załącznik Nr 2);
3. Wskazówki przeprowadzania wojskowo-użytecznych zawodów sportowych (załącznik Nr 3);
4. Wskazówki przeprowadzenia zawodów strzelecko-bojowych (załącznik Nr 4);
5. Instrukcję odznaki „Sprawny do Pracy i Obrony“ (załącznik Nr 5);

6. Instrukcję o jednolitej klasyfikacji sportowej w Wojsku Polskim (załącznik Nr 6);
7. Statut Centralnego Wojskowego Klubu Sportowego (załącznik Nr 7).

Ponadto

r o z k a z u j ę :

1. Dowódcom (szefom) jednostek (instytucji) wojskowych:
  - objąć masowymi zawodami i imprezami sportowymi oraz zdobywaniem norm na SPO cały stan osobowy jednostek (instytucji) wojskowych,
  - w szerokim zakresie organizować sekcje sportowe i stwarzać warunki dla zdobywania klas sportowych,
  - postawić przed aparatem partyjno-politycznym i organizacjami ZMP — jako jedno z podstawowych zadań — wciągnięcie szeregowców, podoficerów, oficerów, członków ich rodzin oraz pracowników cywilnych do udziału w uprawianiu wszystkich dziedzin sportu i zdobywania norm na SPO,
  - w pracy agitacyjno-propagandowej w najszerszym zakresie oprzeć się na doświadczeniach Armii Radzieckiej; szeroko popularyzować osiągnięcia i zdobycze przodującego sportu radzieckiego, państw demokracji ludowej, kraju i swojej jednostki,
  - przeprowadzać na wszystkich szczeblach wojskowo—użyteczne zawody sportowe, które stanowią istotną pomoc w opanowaniu poszczególnych dziedzin wyszkolenia bojowego.
2. Komendantom szkół oficerskich — realizować plan zawodów i masowych imprez sportowych, przewidziany dla jednostek liniowych z tym, że po przeprowadzeniu zawodów na szczeblu kompanii szkolnej i batalionu, imprezy między batalionami organizować zgodnie z programem przewidzianym dla dywizji.
3. Dowódcom okręgów wojskowych (Dowódcy Wojsk Lotniczych, Dowódcy Marynarki Wojennej):
  - do zawodów na szczeblu okręgu wojskowego (Marynarki Wojennej, Wojsk Lotniczych) włączyć wszystkie podległe jednostki, szkoły oficerskie i wyższe uczelnie wojskowe za wyjątkiem Wydziału Wojskowego Akademii Wychowania Fizycznego i Centralnego Wojskowego Klubu Sportowego,
  - organizować 15-dniowe obozy treningowe na szczeblu okręgu wojskowego (Marynarki Wojennej, Wojsk Lotniczych) bezpo-

średnio przed poszczególnymi częściami Spartakiady lub mistrzostwami WP.

4. Szefowi Centralnego Wojskowego Klubu Sportowego — organizować odpowiednią ilość obozów szkoleniowo-treningowych dla przygotowania reprezentacji WP do zawodów krajowych i międzynarodowych w poszczególnych dyscyplinach sportu, trwających jednorazowo nie dłużej niż 30 dni.
5. Szefowi Tyłów WP — objąć kontrolą stan wyżywienia, zakwaterowania i opieki lekarskiej podczas przeprowadzania spartakiad i mistrzostw WP.
6. Wiceministrowi Obrony Narodowej generałowi broni Stanisławowi Popławskiemu — określać corocznie terminy przeprowadzenia masowych imprez i zawodów sportowych na wszystkich szczeblach oraz regulować organizację i sposób przeprowadzenia mistrzostw (spartakiad) WP i mistrzostw uczelni wojskowych.
7. Szefowi Głównego Zarządu Politycznego — wydać odpowiednie zarządzenia celem politycznego zabezpieczenia wykonania niniejszego rozkazu.
8. Rozkaz wchodzi w życie z dniem podpisania. Jednocześnie tracą moc obowiązującą dotychczasowe rozkazy o masowym sporcie w wojsku.

MINISTER OBRONY NARODOWEJ

(—) **KONSTANTY ROKOSSOWSKI**

Marszałek Polski

## INSTRUKCJA

### o organizacji pracy sportowej w Wojsku Polskim.

#### I.

#### Zasady ogólne.

1. W procesie socjalistycznego wychowania człowieka poważną rolę spełniają wychowanie fizyczne i sport, które poprzez podnoszenie sprawności fizycznej i stanu zdrowia narodu przysposabiają go do wydajnej pracy i obrony Ludowej Ojczyzny.
2. Sport w Wojsku Polskim jest nieodłączną częścią przygotowania bojowego i fizycznego wojska.
3. Przez wyszkolenie fizyczne i udział żołnierzy w masowych imprezach sportowych wyrabia się w nich takie cechy, jak: wytrzymałość, siłę, szybkość, zwinność, które są nieodzownie potrzebne każdemu żołnierzowi do opanowania skomplikowanych warunków współczesnej walki.
4. Głównym zadaniem pracy sportowej w wojsku jest:
  - rozwijanie i doskonalenie u żołnierzy różnych cech bojowych koniecznych dla opanowania umiejętności pokonywania wszelkich przeszkód sztucznych i naturalnych, poruszanie się biegiem i na nartach,
  - rozwijanie i doskonalenie u żołnierzy wytrzymałości, siły, zwinności, szybkości, woli zwycięstwa, odwagi, dyscyplinowania, inicjatywy, umiejętności określania odległości oraz innych ważnych moralnych i fizycznych cech,
  - polepszanie stanu zdrowia i hartowanie żołnierzy,
  - przygotowanie żołnierzy do zdawania norm na SPO i zdobywania klas sportowych, oraz do udziału w zawodach sportowych,
  - wyrabianie u żołnierzy nawyków kolektywnej pracy i koleżeństwa w dążeniu do zwycięstwa.

## II.

### Formy pracy sportowej.

5. Zasadniczymi formami pracy sportowej są:
  - zajęcia szkoleniowo-treningowe w wybranych rodzajach sportu organizowane w sekcjach lub drużynach sportowych,
  - zawody sportowe organizowane na różnych szczeblach w urozmaiconych konkurencjach sportowych,
  - specjalne zawody sportowe o charakterze bojowym,
  - masowe imprezy, święta sportowe, pokazy, wieczornice itp.,
  - gry i zabawy sportowe.
6. Zajęcia szkoleniowo-treningowe, zawody sportowe, występy i inne imprezy sportowe do szczebla pułku przeprowadza się w czasie wolnym od zajęć, a także w niedziele i święta.
7. Spartakiady dywizyjne, okręgowe (DWL, DMW), Wojska Polskiego przeprowadza się w czasie wyznaczonym przez dowódców odpowiedzialnych za organizację powyższych spartakiad.
8. Za stan i organizację pracy sportowej odpowiedzialni są dowódcy poszczególnych szczebli.
9. Dowódcy poszczególnych szczebli w kierowaniu pracą sportową współpracują z komitetem sportowym, aktywnym sportowym, a szczególnie z organizacją partyjną i ZMP.

## III.

### Organizacja pracy sportowej.

#### A. W kompanii:

10. Organizatorem i kierownikiem pracy sportowej prowadzonej w kompanii (baterii) jest dowódca kompanii. Najważniejszym jego zadaniem jest doprowadzenie wszystkich żołnierzy kompanii (baterii) do zdobycia norm SPO pierwszego i drugiego stopnia.
11. Do pomocy w organizacji imprez sportowych dowódca kompanii (baterii) wyznacza spośród najlepszych sportowców, przodowników wyszkolenia bojowego i politycznego — organizatora sportowego.

Do obowiązków organizatora sportowego należy:

- pomoc dowódcy w organizacji zawodów sportowych i przeprowadzaniu prób na SPO oraz prowadzenie ewidencji zdobytych norm na SPO,
- przygotowanie drużyny sportowej do zawodów na szczeblu batalionu (dywizjonu).

**B. W batalionie (dywizjonie):**

12. Organizatorem i kierownikiem pracy sportowej prowadzonej w batalionie (dywizjonie) jest dowódca batalionu (dywizjonu).
13. Do pomocy w organizacji imprez sportowych dowódca batalionu (dywizjonu) wyznacza spośród najlepszych sportowców, przodowników wyszkolenia bojowego i politycznego — organizatorów sportowych oraz zakłada drużyny sportowe i wyznacza kierowników drużyn — nieetatowych instruktorów sportu; nieetatowych instruktorów sportu wyznacza dowódca batalionu (dywizjonu) z liczby sportowców, posiadających klasy sportowe, którzy odbyli krótkie kursy instruktorskie (organizowane w jednostkach).
14. Do obowiązków organizatora sportowego należy:
  - skupianie wokół siebie aktywu sportowego, składającego się z najlepszych sportowców batalionu (dywizjonu),
  - organizowanie w batalionie treningowych zajęć dla drużyn sportowych,
  - prowadzenie ewidencji przeprowadzonych treningów sportowych przez poszczególne drużyny,
  - organizowanie w pododdziale prowadzenia ewidencji zdanych norm na SPO stopnia pierwszego i drugiego oraz ewidencji zdobytych klas sportowych,
  - pomoc dowódcy w organizacji zawodów sportowych,
  - prowadzenie ewidencji rekordów batalionu (dywizjonu).
15. Do obowiązków nieetatowych instruktorów należy:
  - prowadzenie zajęć szkoleniowo-treningowych w powierzonych im drużynach,
  - organizowanie w swojej drużynie sportowej próbnych zawodów,
  - ustalanie wspólnie z organizatorem sportowym składu drużyny batalionu na zawody szczebla wyższego i przedstawianie go do zatwierdzenia dowódcy.

16. Drużyny sportowe w batalionie (dywizjonie) kompletuje się w różnych dziedzinach sportu spośród najlepszych sportowców całego stanu osobowego batalionu, w celu prowadzenia regularnych szkoleniowo-treningowych zajęć.
17. Składy poszczególnych drużyn oraz plany treningów zatwierdza dowódca batalionu (dywizjonu).

### C. W pułku (równorzędnym):

18. Praca sportowa w pułku w zasadzie opiera się na pracy z czołowymi sportowcami pułku.
19. Celem prowadzenia pracy sportowej w pułku na bazie klubu pułkowego zakłada się koło sportowe oraz wybiera się kolegium sędziowskie.
20. Zadaniem koła sportowego jest:
  - organizacja pracy sportowej wśród szeregowców, podoficerów, oficerów, członków ich rodzin oraz pracowników cywilnych administracji wojskowej,
  - prowadzenie systematycznej szkoleniowo-treningowej pracy w sekcjach sportowych z przodującymi zawodnikami klubu,
  - organizacja i przygotowanie drużyn reprezentacyjnych do udziału w zawodach,
  - pomoc dowódcom kompanii w przygotowaniu całego stanu osobowego do zdawania norm na SPO,
  - opracowanie planów szkoleniowych dla przygotowania organizatorów sportowych, nieetatowych instruktorów sportu w pododdziałach oraz w przygotowaniu sędziów,
  - okazanie pomocy dowódcy w organizacji i przeprowadzeniu zawodów sportowych,
  - organizacja i prowadzenie pracy ideowo-wychowawczej wśród sportowców,
  - przeprowadzanie zebrań aktywu sportowego w celu usunięcia istniejących braków w pracy sportowej, jak również w celu wymiany doświadczeń,
  - organizowanie towarzyskich zawodów sportowych w dni wolne od zajęć z kołami sportowymi innych jednostek wojskowych,
  - organizowanie odczytów o tematyce sportowej oraz spotkania z mistrzami sportu,

- mobilizacja stanu osobowego do wykonania własnymi siłami bazy dla zajęć sportowych,
  - stałe podnoszenie poziomu sportowego żołnierzy zrzeszonych w sekcjach koła sportowego,
  - popularyzacja kultury fizycznej i sportu na terenie pułku (samodzielnego batalionu),
  - organizacja wystaw o tematyce sportowej.
21. W kole sportowym zakłada się sekcje sportowe w poszczególnych dyscyplinach sportu.
22. Pracą koła sportowego kieruje dowódca pułku przez wybrany zarząd koła w składzie 11—13 członków. Na przewodniczącego zarządu koła wyznacza się jednego z zastępców dowódcy lub szefa sztabu. Na jego zastępców wybiera się instruktora młodzieżowego i instruktora wf pułku (samodzielnego batalionu); ponadto w skład zarządu wchodzi: lekarz pułku, przedstawiciele kompanii (batalionów) i sportowcy aktywiści.
23. Zarząd koła sportowego jest wybierany na przeciąg jednego roku.
24. Zarząd koła sportowego opracowuje plan pracy koła sportowego na letni i zimowy okres szkolenia.
25. Plan pracy koła sportowego powinien obejmować:
- organizację zawodów sportowych w różnych dyscyplinach sportowych,
  - plan treningów do masowych imprez i zawodów sportowych,
  - plan treningów poszczególnych sekcji sportowych,
  - terminy przeprowadzania kursów szkoleniowych dla organizatorów sportowych i nieetatowych instruktorów sportu pododdziału,
  - terminy przeprowadzania szkoleniowo-treningowych obozów przygotowawczych dla reprezentacji pułku (w czasie wolnym od zajęć),
  - terminy zebrań ogólnych koła sportowego (nie mniej niż jeden raz w kwartale),
  - terminy zebrań zarządu koła sportowego (co najmniej raz w miesiącu),
  - terminy przeprowadzania pokazów sportowych, wygłaszania odczytów i wyświetlania filmów sportowych,
  - udział w świętach sportowych i uroczystościach państwowych,
  - organizowanie spotkań z mistrzami sportu,

- udział sportowców w przygotowaniu bazy materiałowej,
  - kursy przygotowawcze dla sędziów sportowych.
26. Podstawą do opracowania planu pracy koła sportowego jest plan zamierzeń sportowych pułku i dywizji.
  27. W celu zapewnienia bezstronnego sędziowania zawodów i należytego przyjmowania prób na SPO, organizuje się kolegium sędziowskie pułku. Do kolegium sędziowskiego pułku powołuje się żołnierzy przeszkolonych na kursach sędziowskich organizowanych przez zarząd koła sportowego.
  28. W klubie pułkowym wywiesza się tablice rekordów pułku, tablice norm na SPO, normy jednolitej klasyfikacji sportowej oraz wyniki zawodów, w których udział bierze koło sportowe lub reprezentacja pułku. Organizuje się kąciak zdobytych nagród i wywiesza się tablice z fotografiami najlepszych sportowców pułku.
  29. Koło sportowe pułku za zgodą dowódcy dywizji (brygady), w wypadku posiadania silnej sekcji sportowej, może reprezentować pułk w towarzyskich zawodach sportowych z drużynami cywilnymi tylko w rejonie swego garnizonu. Wówczas koło to występuje na zewnątrz pod nazwą „Wojskowe Koło Sportowe Nr . . .”. Numerację kołom sportowym nadaje dowódca okręgu wojskowego.

#### **D. W dywizji (równorzędnej):**

30. Pracę na szczeblu dywizji prowadzi się z reprezentacyjnymi drużynami złożonymi z najlepszych zawodników dywizji.
31. Organizacją pracy sportowej w dywizji kieruje dowódca dywizji przy pomocy powołanego komitetu sportowego i kolegium sędziowskiego.
32. Komitet sportowy dywizji wyznacza się rozkazem dowódcy i składa się z 13—15 osób.
33. Na przewodniczącego komitetu sportowego wyznacza się jednego z zastępców dowódcy. Na zastępców przewodniczącego wyznacza się jednego z oficerów wydziału politycznego i instruktora w dywizji.
34. Na członków komitetu sportowego powołuje się:
  - przewodniczących kół sportowych podległych jednostek,
  - instruktora młodzieżowego,
  - kierownika klubu,

- przewodniczącego kolegium sędziowskiego,
  - przedstawicielkę Ligi Kobiet,
  - lekarza.
35. Dywizyjny komitet sportowy jest organem konsultacyjno-metodycznym przy dowódcy dywizji w sprawach organizacji i prowadzenia pracy sportowej w dywizji (równorzędnych).
36. Zebranie komitetu przeprowadza się co najmniej raz w miesiącu; porządek obrad komitetu przygotowuje instruktor wf dywizji wspólnie z wydziałem politycznym dywizji.
37. Zadaniem komitetu sportowego jest:
- okazanie pomocy dowódcy dywizji (równorzędnemu) w organizacji pracy masowo-sportowej z całym stanem osobowym i w prowadzeniu zajęć treningowych z czołowymi sportowcami,
  - opracowanie planów szkoleniowych i przygotowanie na krótkotrwałych zgrupowaniach szkoleniowych nietatowych instruktorów sportu, sędziów sportowych i organizatorów sportowych dla podległych jednostek,
  - rozpracowanie i przedstawienie do zatwierdzenia planów imprez sportowych, regulaminu i programów zawodów sportowych, planów pracy komitetu sportowego i składu prezydium kolegium sędziowskiego,
  - organizowanie planowego przygotowania reprezentacyjnych drużyn sportowych do zdawania norm na SPO stopnia II-go, zdobywanie klas państwowych oraz przygotowanie drużyn do startu w zawodach okręgowych,
  - organizowanie obozów sportowych dla najlepszych zawodników dywizji bez odrywania ich od zajęć,
  - wykorzystanie i upowszechnianie przodujących doświadczeń w organizacji i prowadzeniu pracy sportowej,
  - udział w pracy nad podniesieniem poziomu sportu w podległych jednostkach.
38. Formami pracy komitetu sportowego są:
- omawianie zagadnień pracy sportowej na posiedzeniach nie rzadziej jak jeden raz w miesiącu,
  - informowanie członków komitetu o przeprowadzonych pracach,
  - okazywanie pomocy kołom sportowym podległych jednostek,

- organizacja i przeprowadzanie odpraw z aktywem sportowym jednostek,
  - przedstawianie dowódcy do zatwierdzenia składów drużyn reprezentacyjnych i planów ich treningów,
  - omawianie na posiedzeniu komitetu osiągnięć i wykroczeń sportowców, występowanie do dowódcy o nagrody lub dyskwalifikację,
  - organizacja spartakiad na szczeblu dywizji,
  - organizacja towarzyskich zawodów sportowych,
  - popularyzacja kultury fizycznej i sportu w podległych jednostkach przez wygłaszanie referatów, organizowanie pokazów sportowych itp.
39. Kolegium sędziowskie w dywizji tworzy się przy Komitecie sportowym.
  40. W skład kolegium sędziowskiego wchodzi: sędziowie sportowi różnych dyscyplin sportowych, odbywający służbę wojskową lub pracujący w dywizji.
  41. Kolegium sędziowskie występuje z wnioskami przez komitet sportowy do WKKF o przyznanie zasługującym sędziom wyższej klasy sędziowskiej.
  42. Kolegium sędziowskie podlega komitetowi sportowemu i jest wykorzystywane do sędziowania w zawodach organizowanych w podległych jednostkach i o mistrzostwa dywizji.
  43. Celem reprezentowania dywizji w rozgrywkach z drużynami cywilnymi jak i na zawodach okręgowych organizuje się drużyny reprezentacyjne dywizji.
  44. W skład drużyn reprezentacyjnych wchodzi najlepší sportowcy podległych jednostek, posiadający wyniki sportowe nie niżej III klasy państwowej.
  45. Zadaniem zawodników drużyn reprezentacyjnych jest stałe podnoszenie swych kwalifikacji sportowych i przygotowanie zawodników do zawodów okręgowych.
  46. Skład drużyn reprezentacyjnych zatwierdza dowódca dywizji.
  47. Zawodnicy drużyn reprezentacyjnych stale przebywają w swych jednostkach macierzystych.

48. Drużyny reprezentacyjne dywizji, w przypadku posiadania dobrych wyników sportowych, mogą reprezentować jednostkę na zewnątrz w towarzyskich zawodach sportowych z drużynami cywilnymi za zgodą dowódcy okręgu wojskowego.

**E. W okręgu:**

49. Pracę na szczeblu okręgu prowadzi się z najlepszymi sportowcami okręgu, zebranymi na obozach przed zawodami sportowymi na wyższym szczeblu.
50. Dla kierowania pracą sportową na szczeblu okręgu wojskowego (Marynarki Wojennej, Wojsk Lotniczych) tworzy się okręgowy komitet sportowy i okręgowy wojskowy klub sportowy (WKS Flota, WKS Lotnik).
51. Okręgowy komitet sportowy wyznacza rozkazem dowódca okręgu (Marynarki Wojennej, Wojsk Lotniczych); w skład komitetu wchodzi 15—19 osób.
52. Na przewodniczącego komitetu wyznacza się jednego z zastępców dowódcy okręgu (Marynarki Wojennej, Wojsk Lotniczych); na zastępców przewodniczącego komitetu sportowego wyznacza się — szefa wydziału wyszkolenia fizycznego okręgu (DWL, DMW) oraz jednego oficera zarządu politycznego.
53. Na członków komitetu sportowego wyznacza się:
- kierownika klubu sportowego,
  - kierownika okręgowego domu oficera (DMW),
  - przedstawiciela Związku Młodzieży Polskiej,
  - przedstawiciela wydziału służby zdrowia,
  - przedstawiciela redakcji gazety okręgowej,
  - szefa tyłów okręgu (DWL, DMW),
  - przedstawiciela komitetów jednostek i szkół,
  - przedstawicieli czołowych sportowców, trenerów, aktywistów sportowych i sędziów.
54. Okręgowy komitet sportowy jest organem konsultacyjno-metodycznym przy dowódcy okręgu wojskowego (Wojsk Lotniczych, Marynarki Wojennej) w sprawach organizacji i prowadzenia pracy sportowej w okręgu (DWL, DMW).
55. Okręgowy komitet sportowy kontroluje pracę sportową okręgowego klubu sportowego (WKS Flota, WKS Lotnik) oraz kontroluje i pomaga w pracy komitetom sportowym jednostek.

56. Zebrania okręgowego komitetu sportowego przeprowadza się co najmniej raz w kwartale; porządek obrad komitetu przygotowuje szef wydziału wyszkolenia fizycznego okręgu wspólnie z oddziałem agitacji i propagandy zarządu politycznego okręgu wojskowego.
57. W zakres pracy komitetu sportowego okręgu wchodzi:
- okazanie pomocy dowódcy okręgu (Wojsk Lotniczych, Marynarki Wojennej) w organizacji pracy masowo-sportowej z całym stanem osobowym i w prowadzeniu zajęć treningowych z czołowymi sportowcami,
  - opracowanie planów szkoleniowych i przygotowanie na krótkotrwałych zgrupowaniach szkoleniowych nieetatowych instruktorów sportu, sędziów sportowych i organizatorów sportowych dla podległych jednostek,
  - rozpracowanie i przedstawienie do zatwierdzenia planów imprez sportowych, regulaminu i programów zawodów sportowych, planów pracy komitetu sportowego i składu prezydium kolegium sędziowskiego,
  - organizowanie planowego przygotowania reprezentacyjnych drużyn sportowych do zdawania norm na SPO stopnia II-go, zdobywanie klas państwowych oraz przygotowanie drużyn do startu w zawodach Wojska Polskiego,
  - organizowanie obozów sportowych dla najlepszych zawodników okręgu,
  - wykorzystanie i upowszechnianie przodujących doświadczeń w organizacji i prowadzeniu pracy sportowej,
  - udział w pracy nad podniesieniem poziomu sportu w podległych jednostkach.
58. Okręgowy wojskowy klub sportowy (WKS Flota, WKS Lotnik) utworzony jest przy okręgowych domach oficera, za wyjątkiem Wojsk Lotniczych, gdzie klub sportowy podlega bezpośrednio Dowódcy Wojsk Lotniczych.
59. Okręgowy wojskowy klub sportowy podlega szefowi okręgowego domu oficera.
60. Za poziom pracy sportowej klubu odpowiedzialny jest dowódca okręgu wojskowego (Dowódca Marynarki Wojennej, Dowódca Wojsk Lotniczych).
61. Do zadań okręgowego wojskowego klubu sportowego (WKS Flota, WKS Lotnik) należy:

- 1) organizacja i prowadzenie pracy sportowej, przygotowanie wysokokwalifikowanych sportowców spośród oficerów, podoficerów, członków ich rodzin, szeregowców i pracowników cywilnych administracji wojskowej,
  - 2) przygotowanie drużyn okręgu do zawodów sportowych o mistrzostwo Wojska Polskiego,
  - 3) prowadzenie ścisłej ewidencji najlepszych zawodników okręgu i uzyskiwanych przez nich wyników sportowych,
  - 4) udzielanie praktycznej pomocy jednostkom okręgu w organizacji masowej pracy sportowej jak i przeprowadzaniu zawodów sportowych,
  - 5) przygotowanie sędziów i nieetatowych instruktorów sportu dla jednostek okręgu (Marynarki Wojennej, Wojsk Lotniczych),
  - 6) propagowanie kultury fizycznej i sportu w jednostkach okręgów wojskowych (Marynarki Wojennej, Wojsk Lotniczych) przez organizowanie propagandowych zawodów sportowych, masowych pokazów, wystaw itp.,
  - 7) studiowanie i ogłaszanie doświadczeń najlepszych trenerów, instruktorów i organizatorów sportowych,
  - 8) przygotowanie i przeprowadzanie zebrań aktywu sportowego,
  - 9) otaczanie opieką przodujących sportowców okręgu i stworzenie im odpowiednich warunków treningowych,
  - 10) organizowanie obozów sportowych dla przygotowywania zawodników do uczestnictwa w spartakiadach i mistrzostwach Wojska Polskiego,
  - 11) organizowanie mistrzostw kół sportowych sztabu okręgu wojskowego w poszczególnych dyscyplinach sportu,
  - 12) pomoc kołom sportowym sztabu okręgu wojskowego w przeprowadzaniu wewnętrznych zawodów sportowych,
  - 13) popularyzowanie sportu wojskowego przez udział w towarzyskich zawodach sportowych z drużynami sportowymi innych wojskowych klubów sportowych oraz organizowanie towarzyskich zawodów sportowych w różnych dyscyplinach sportowych z cywilnymi zrzeszeniami sportowymi.
62. Okręgowe wojskowe kluby sportowe w sportach indywidualnych mogą brać udział w indywidualno-drużynowych mistrzostwach miasta i województwa, w którym stacjonuje klub.

63. Drużynom okręgowych wojskowych klubów sportowych nie wolno brać udziału w rozgrywkach ligowych w klasach wojewódzkich i państwowych.
64. Zawodnicy okręgowych klubów sportowych (WKS Flota, WKS Lotnik) w sportach indywidualnych mogą brać udział w mistrzostwach Polski jedynie w barwach Centralnego Wojskowego Klubu Sportowego.
65. Klubem sportowym kieruje kierownik OWKS przy pomocy etatowych pracowników.
66. Klub sportowy planuje swoją pracę zgodnie z planem zamierzeń sportowych okręgu (DMW, DWL) i planem zamierzeń sportowych miejscowego komitetu kultury fizycznej.
67. Plan pracy układa się na rok z rozbiciem na okres letni i zimowy.
68. Plan pracy zatwierdza szef okręgowego domu oficera.
69. Plan pracy OWKS, WKS Flota, WKS Lotnik powinien obejmować:
  - terminy przeprowadzania mistrzostw okręgu wojskowego w poszczególnych dyscyplinach sportu,
  - terminy przeprowadzenia szkoleniowo-treningowych obozów sportowych dla najlepszych sportowców okręgu,
  - terminy przeprowadzenia towarzyskich zawodów sportowych z drużynami sportowymi innych okręgów wojskowych oraz z cywilnymi klubami sportowymi,
  - organizację kursów dla nieetatowych instruktorów sportu dla jednostek okręgu wojskowego, Marynarki Wojennej i Wojsk Lotniczych,
  - organizację kursów sędziowskich,
  - organizację i przeprowadzanie zebrań aktywu sportowego OW, Marynarki Wojennej, Wojsk Lotniczych,
  - terminy przeprowadzenia mistrzostw kół sportowych sztabu OW, Marynarki Wojennej i Wojsk Lotniczych,
  - udział w zebraniach aktywu sportowego dywizji (równorzędnych),
  - udział najlepszych zawodników okręgu wojskowego w sportach indywidualnych w mistrzostwach miast i województw,
  - organizację propagandowych pokazów sportowych dla jednostek okręgu wojskowego itp.

70. Okręgowy wojskowy klub sportowy (WKS Flota, WKS Lotnik) może organizować obozy wyszkoleniowo-treningowe dla poszczególnych dyscyplin sportu w czasie do 15 dni.
71. Bazę materiałową okręgowych wojskowych klubów sportowych (WKS Flota, WKS Lotnik) tworzy się zgodnie z planem dowódców okręgów wojskowych (Marynarki Wojennej i Wojsk Lotniczych) z limitu sprzętu sportowego przydzielonego przez Główny Zarząd Wyszkożenia Bojowego.
72. Klub sportowy posiada własny magazyn sportowy i kieruje eksploatacją sprzętu i urządzeń sportowych.
73. Ubiór członków klubu sportowego w zawodach sportowych obowiązuje zgodnie z przyjętą formą w Wojsku Polskim.
74. Noszenie ubioru sportowego poza zajęciami i treningami sportowymi jest wzbronione.
75. Zasady gospodarki finansowej OWKS (WKS Flota, WKS Lotnik) ustali Szef Departamentu Finansów MON.

#### **F. CWKS:**

76. Na szczeblu centralnym jednostką skupiającą wszystkich czołowych zawodników i reprezentujących sport wojskowy w kraju i za granicą jest Centralny Wojskowy Klub Sportowy. Zadania, działalność i organizację Centralnego Wojskowego Klubu Sportowego określa statut.

### JEDNOLITY PLAN MASOWYCH IMPREZ I ZAWODÓW SPORTOWYCH

Lp.	Treść	Czas przeprowadzenia	Kto bierze udział	Kto przeprowadza	Miejsce przeprowadzenia	Uwagi
1	2	3	4	5	6	7
<b>A. OKRES ZIMOWY</b>						
1. Masowe imprezy i zawody sportowe w kompaniach, bateriach (równorzędnych)						
1.	Narciarstwo: bieg 12 km	Zgodnie z zarządzeniem Wiceministra Obrony Narodowej	Indywidualnie	Dowódca kompanii	W rejonie garnizonu	Zaliczyć na SPO. Jeżeli w terminie brak warunków śnieżnych przeprowadzić w terminie późniejszym
2.	Gimnastyka: zawody po każdym przerobionym zadaniu wg programu szkolenia	— „ —	Cały stan osobowy	Dowódca kompanii (równorzędny)	— „ —	Zawody przeprowadzić w plutonach
3.	Strzelanie z kbks: tarcza sportowa Nr 2, odległość 50 m, leżąc z wolnej ręki, 3 strzały próbne, 5 ocenianych	— „ —	— „ —	— „ —	— „ —	

1	2	3	4	5	6	7
4.	Szermierka: bagnet	Zgodnie z zarządzeniem Wiceministra Obrony Narodowej	Cały stan osobowy	Dowódca kompanii (równorzędny)	W rejonie garnizonu	
5.	Tor przeszkód	— „ —	— „ —	— „ —	— „ —	Zaliczyć na SPO
2. Masowe imprezy i zawody sportowe w batalionach, dywizjonach, (równorzędnych)						
1.	Podnoszenie ciężarów	— „ —	Indywidualnie	Dowódca batalionu (równorzędny)	W rejonie garnizonu	— „ —
2.	Szermierka: bagnet	— „ —	Z każdej kompanii po 5 zawodników	— „ —	— „ —	
3.	Tor przeszkód	— „ —	Z każdej kompanii po 15 zawodników	— „ —	— „ —	Zaliczyć na SPO
3. Masowe imprezy i zawody sportowe w pułkach, samodzielnych jednostkach (równorzędnych)						
1.	Narciarstwo: bieg 12 km	— „ —	Indywidualnie	Dowódca pułku (równorzędny)	W rejonie garnizonu	Strój dowolny, organizować w wypadku sprzy- jających warun- ków śnieżnych. Zaliczyć na SPO

1	2	3	4	5	6	7
2.	Wielobój oficerski: bieg 10 km na nartach lub marszobieg na 10 km, strzelanie pw-10 (odległość 25 m, strzały 3 próbne, 10 ocenianych tarcza sportowa Nr 4, czas strzelania 15 mi- nut z próbnymi); gimnastyka zadanie Nr 12	Zgodnie z zarządzeniem Wiceministra Obrony Narodowej	Z każdego batalionu (równorzędnego) po 3 oficerów	Dowódca pułku (równorzędny)	W rejonie garnizonu	Gimnastyka: drażek, poręczce, skok przez konia wzdłuż, wysokość 120 cm
3.	Podnoszenie ciężarów	— „ —	Z każdego batalionu (równorzędnego) po 3 zawodników	— „ —	— „ —	
4.	Gimnastyka: zadanie Nr 12 i III klasa państwowa	— „ —	Z każdego batalionu (równorzędnego) po 10 zawodników	— „ —	— „ —	W klasie III o- bowiązuje ćwi- czenie Nr 1, za- danie Nr 12 tak jak w wielobo- ju oficerskim
5.	Szermierka: bagnet, szabla	— „ —	Z każdego batalionu (równorzędnego) po 5 zawodników każdej broni	— „ —	— „ —	
6.	Strzelanie sportowe: Mężczyźni: — strzelanie dokładne jednostkowo-zespo- łowe z kb, kbk — kb Nr 2,	— „ —	Z każdego batalionu po 10 zawodników z tym, że do każdego strzelania wystawia się 5 zawodników	— „ —	— „ —	

1	2	3	4	5	6	7
	— strzelanie bojowe z kb, kbk—kb Nr 5, — strzelanie dokładne jednostkowo-zespołowe z kbks — kbks-6 — strzelanie z pistoletu wz. 33 — pw-12 Kobiety: — strzelanie z pistoletu pw-10, — strzelanie z kbks — kbks-6	Zgodnie z zarządzeniem Wiceministra Obrony Narodowej	Dla kobiet mistrzostwa indywidualne	Dowódca pułku (równorzędny)	W rejonie garnizonu	
4. Masowe imprezy i zawody sportowe na szczeblu dywizji, brygady, szkoły oficerskiej						
S p a r t a k i a d a						
1.	Narciarstwo: Mężczyźni: Bieg 15 km, sztafeta 4 × 10 km, skoki, slalom gigant Kobiety: Bieg 5 km	— „ —	Z każdego pułku (równorzędnego) w szkole oficerskiej z batalionu po 5 zawodników do każdej konkurencji plus 1 sztafeta Dla kobiet mistrzostwa indywidualne	Dowódca dywizji, brygady, komendant szkoły oficerskiej	W miejscu wyznaczonym przez dowódcę dywizji, brygady, komendanta szkoły oficerskiej	Prowadzić w jednostkach posiadających warunki do przeprowadzenia

1	2	3	4	5	6	7
2.	Jazda szybka na łyżwach: Mężczyźni: Bieg 500, 1500, 3000, 5000 m  Kobiety: Bieg 500 i 1500 m	Zgodnie z zarządzeniem Wiceministra Obrony Narodowej	Mistrzostwa indywidualne	Dowódca dywizji, brygady, komendant szkoły oficerskiej	W miejscu wyznaczonym przez dowódcę dywizji, brygady, komendanta szkoły oficerskiej	Prowadzić w jednostkach posiadających warunki do przeprowadzenia
3.	Wielobój oficerski: Bieg na nartach 10 km lub marszobiegiem, strzelanie pw-10 (odległość 25 m, strzały 3 próbne 10 ocenianych, tarcza sportowa Nr 4, czas strzelania 15 min. z próbnymi; Gimnastyka klasa III ćwiczenie 1	— „ —	Z każdego pułku (równorzędnego) w szkole oficerskiej z batalionu po 3 zawodników (oficerów)	— „ —	— „ —	Gimnastyka tylko drążek, poręcz i skoki
4.	Szermierka: szabla, bagniet	— „ —	Z każdego pułku (równorzędnego) w szkole oficerskiej z batalionu po 5 zawodników do każdej broni	— „ —	— „ —	
5.	Podnoszenie ciężarów	— „ —	Z każdego pułku (równorzędnego) w szkole oficerskiej z każdego batalionu po 1 drużynie w składzie 7 zawodników	— „ —	— „ —	

1	2	3	4	5	6	7
6.	Gimnastyka: ćwiczenie według programu klasy I, II, III	Zgodnie z zarządzeniem Wiceministra Obrony Narodowej	Z każdego pułku (równorzędnego) w szkole oficerskiej z każdego batalionu po 1 drużynie w składzie 10 zawodników i 2 zawodniczki	Dowódca dywizji, brygady, komendant szkoły oficerskiej	W miejscu wyznaczonym przez dowódcę dywizji, brygady, komendanta szkoły oficerskiej	
7.	Strzelanie sportowe: Mężczyźni: Kb-1, strzelanie dokładne (olimp.) z kb, kbk Kb-5, strzelanie bojowe z kbk (kb) Pw-12 strzelanie dokładne z pistoletu wz. 33 lub rewolweru „nagan“ Pw-8, strzelanie sylwetkowe z pist. wz. 33 Kbks-6, strzelanie dokładne z kbks  Kobiety: Pw-12, — tak jak mężczyźni Pw-13, strzelanie sylwetkowe z pistoletu wz. 33 lub rewolweru „nagan“ Kbks-6 — jak mężczyźni	— „ —	Z każdego pułku (równorzędnego) po 10 zawodników i 3 zawodniczki z tym, że w konkurencjach męskich wystawi się do każdego strzelania 5 zawodników	— „ —	— „ —	

1	2	3	4	5	6	7
5. Zawody sportowe na szczeblu okręgów wojskowych, Dowództwa Wojsk Lotniczych i Dowództwa Marynarki Wojennej <b>S p a r t a k i a d a</b>						
1.	Narciarstwo: Mężczyźni: Bieg 15, 30 km, slalom specj., slalom gigant, bieg zjazdowy, skoki otwarte, kombinacja klasyczna, bieg patrolowy 30 km ze strzelaniem (wg reg. Spartakiady WP), sztafeta 4 × 10 km  Kobiety: Bieg 10 km, slalom specjalny, slalom gigant, bieg zjazdowy	Zgodnie z zarządzeniem Wiceministra Obrony Narodowej	Z każdej dywizji (brygady) szkoły oficerskiej, po jednym patrolu w składzie: 4 szeregowców + ofic. w pozostałych konkurencjach mistrzostwa indywidualne  Indywidualnie	Dowódca okręgu wojskowego, Dowódca Wojsk Lotniczych, Dowódca Marynarki Wojennej	W miejscu wyznaczonym przez dowódcę OW, Dowódcę Marynarki Wojennej, Dowódcę Wojsk Lotniczych	W razie braku warunków, przeprowadzać tylko część konkurencji. Do punktacji ogólnej wliczać tylko bieg patrolowy
2.	Jazda szybka na łyżwach: Mężczyźni: bieg 500, 1500, 10 000 m  Kobiety: bieg 500, 1500, 3000 m	— „ —	Mistrzostwa indywidualne. Ilość zawodników z dywizji, szkoły oficerskiej ustali szef wydziału wf okręgu wojskowego, Marynarki Wojennej, Wojsk Lotniczych	— „ —	— „ —	Do punktacji spartakiady nie wliczać

1	2	3	4	5	6	7
3.	Hokej	Zgodnie z zarządzeniem Wiceministra Obrony Narodowej	Po jednej drużynie z dywizji, brygady, szkoły oficerskiej w składzie 12 zawodników	Dowódca okręgu wojskowego, Dowódca Wojsk Lotniczych, Dowódca Marynarki Wojennej	W miejscu wyznaczonym przez dowódcę okręgu wojskowego, Dowódcę Marynarki Wojennej, Dowódcę Wojsk Lotniczych	
4.	Wielobój oficerski: strzelanie pw-10 (jak na spartakiadzie dyw.), bieg 10 km na nartach, gimnastyka kl. III, ćwiczenie 1	— „ —	Po 3 zawodników z dywizji, brygady, szkoły oficerskiej	— “ —	— „ —	
5.	Szermierka: szabla, bagnet, floret, szpada	— „ —	Po 3 zawodników z dywizji, brygady, szkoły oficerskiej do każdej broni	— „ —	— „ —	
6.	Podnoszenie ciężarów	— „ —	Po 1 drużynie z dywizji, brygady, szkoły oficerskiej w składzie 7 zawodników wg kategorii wag	— „ —	— „ —	
7.	Gimnastyka: klasa I, II, III	— „ —	Po 1 drużynie w składzie 10 zawodników + 3 zawodniczki	— „ —	— „ —	

1	2	3	4	5	6	7
B. OKRES LETNI						
1. Masowe imprezy i zawody sportowe w kompaniach, bateriach (równorzędnych)						
1.	Gimnastyka: zawody po każdym przerobieniu zadania wg programu	Zgodnie z zarządzeniem Wiceministra Obrony Narodowej	Cały stan osobowy	Dowódca kompanii (równorzędny)	W rejonie garnizonu	Zawody z zadania Nr 8 zaliczyć na SPO
2.	Pływanie: 50 m st. dowolnym, 25 m z granatem	— „ —	— „ —	— „ —	W miejscu wyznaczonym przez dowódcę pułku	Wyniki zaliczyć na SPO
3.	Wybijanka	— „ —	Z każdego plutonu po 1 drużynie w składzie 5 zawodników	— „ —	W rejonie garnizonu	
4.	Lekkoatletyka: bieg 100 i 1000 m, skok w dal, skok wzwyż, rzut granatem	— „ —	Cały stan osobowy	— „ —	— „ —	Wyniki zaliczyć na SPO. Zawody przeprowadzić dwukrotnie, 1-sze w maju, 2-gie w sierpniu
5.	Tor przeszkód	— „ —	— „ —	— „ —	— „ —	Wyniki zaliczyć na SPO

1	2	3	4	5	6	7
2. Masowe zawody i imprezy sportowe w batalionach, dywizjonach (równorzędnych)						
1.	Wybijanka	Zgodnie z zarządzeniem Wiceministra Obrony Narodowej	Po jednej drużynie z kompanii w składzie 5 zawodników	Dowódca batalionu (równorzędny)	W miejscu wyznaczonym przez dowódcę batalionu	
2.	Siatkówka	— „ —	Po jednej drużynie z kompanii w składzie 8 zawodników	— „ —	— „ —	
3.	Bieg na przełaj 3000 m	— „ —	Cały stan osobowy	— „ —	— „ —	Zaliczyć na SPO
4.	Pływanie: 100 m st. dowolnym, 50 m z granatem	— „ —	Z każdej kompanii po 5 zawodników do każdej konkurencji	— „ —	— „ —	— „ —
5.	Lekkoatletyka: bieg 100, 400, 1500 m, skok w dal, skok wzwyż, rzut granatem, dyskiem, pchnięcie kulą	— „ —	Kompania wystawia po 2 zawodników do każdej konkurencji. Jeden zawodnik może startować w dwóch konkurencjach	— „ —	— „ —	— „ —

1	2	3	4	5	6	7
6.	Strzelanie sportowe: kbks odl. 100 m, 5 nabo- i próbnych i 10 oce- nianych, postawa leżąc bez podpórki, tarcza Nr 4	Zgodnie z zarządzeniem Wiceministra Obrony Narodowej	Kompania wystawia po 10 zawodników w tym 2 oficerów, 2 podofice- rów i 6 szeregowców	Dowódca batalionu (równorzędny)	W rejonie garnizonu	Zaliczyć na SPO
3. Masowe imprezy i zawody sportowe w pułkach, samodzielnych jednostkach (równorzędnych)						
1.	Masowy bieg narodowy	— „ —	Cały stan osobowy	Dowódca pułku, samodzielnej jednostki (równorzędny)	W miejscu wyznaczo- nym przez dowódcę pułku	— „ —
2.	Gimnastyka: ćwiczenia w kl. II, III	— „ —	Po 5 zawodników z ba- talionu, szkoły podof. (równorzędnych)	— „ —	— „ —	Ćwiczenia wg losowania
3.	Lekkoatletyka: bieg 100, 400, 1500, 3000 m, skok wzwyż, w dal, rzut granatem, dyskiem, pchnięcie kulą, sztafeta 4 × 100 m	— „ —	Batalion wystawia do każdej konkurencji po 3 zawodników; 1 za- wodnik może startować w 2-ch konkurencjach oprócz sztafety	— „ —	— „ —	Wyniki zaliczyć na SPO
4.	Pływanie: 100, 400 m stylem dow., 200 m stylem klas., 100, 300 m na boku,	— „ —	Batalion wystawia do każdej konkurencji po 2-ch zawodników; 1 za-	— „ —	— „ —	— „ —

1	2	3	4	5	6	7
	100 m stylem grzbietowym, 50 m z granatem w umundurowaniu, sztafeta 4 × 100 m st. zmiennym		wodnik może startować w 2-ch konkurencjach oprócz sztafety			
5.	Siatkówka	Zgodnie z zarządzeniem Wiceministra Obrony Narodowej	Po 1 drużynie z batalionu w składzie 10 zawodników	Dowódca pułku, samodzielnej jednostki (równorzędny)	W rejonie garnizonu	Prócz zawodów o mistrzostwo pułku przeprowadzić zawody w ciągu roku pomiędzy batalionami
6.	Koszykówka	— „ —	— “ —	— „ —	— „ —	— „ —
7.	Piłka nożna	— „ —	Po 1 drużynie z batalionu w składzie 15 zawodników	— „ —	— „ —	— „ —
8.	Zawody strzelecko-bojowe	— „ —	Wg wytycznych	— „ —	— „ —	
9.	Wielobój oficerski: rzut granatem, bieg 1500 m, strzelanie pw-10, pływanie 100 m st. dowolnym, gimnastyka zadanie Nr 12	— „ —	Po 3 zawodników (oficerów) z batalionu (równorzędnego)	— „ —	— „ —	Prócz zawodów o mistrzostwo pułku przeprowadzić zawody w ciągu roku pomiędzy batalionami
10.	Marsze jesienne	— „ —	Cały stan osobowy	— „ —	W miejscu wyznaczonym przez dowódcę pułku	Zaliczyć na SPO

1	2	3	4	5	6	7
4. Masowe zawody sportowe na szczeblu dywizji, brygady, szkoły oficerskiej S p a r t a k i a d a						
1.	<p>Lekkoatletyka:</p> <p>Mężczyźni: bieg 100, 400, 1500 m, skok wzwyż, w dal, skok o tyczce, trójskok, rzut granatem, dys- kiem, oszczepem, pchnięcie kulą, sztafe- ta 4 × 100 m</p> <p>Kobiety: bieg 100 m, skok wzwyż, w dal, rzut granatem, pchnięcie kulą</p>	<p>Zgodnie z zarządzeniem Wiceministra Obrony Narodowej</p>	<p>Po 16 zawodników i 5 kobiet z pułku, samo- dzielnej jednostki. W szkołach oficerskich z batalionu 1 zawodnik może startować w 3-ch konkurencjach oprócz sztafet. Ocenia się 2-ch zawodników i 1 zawod- niczkę w każdej kon- kurencji z każdej dru- żyny</p>	<p>Dowódca dywizji, brygady, komendant szkoły oficerskiej</p>	<p>W miejscu wyznaczo- nym przez dowódcę dywizji, komendanta szkoły oficerskiej</p>	
2.	<p>Pływanie:</p> <p>Mężczyźni: 100, 400 m stylem do- wolnym, 100, 200 m stylem klasycznym, 100 m stylem grzbieto- wym, 50 m w umun- durowaniu z granatem, skoki z wieży lub tram- poliny 3-metrowej, 3 obowiązkowe i 3 do- wolne</p> <p>Kobiety: 50 m stylem dowolnym, 100 m st. klasycznym, 50 m st. grzbietowym</p>	— „ —	<p>Po 12 zawodników i 4 zawodniczki z pułku, w szkole oficerskiej z ba- talionu, w każdej kon- kurencji może starto- wać 3-ch zawodników, ocenia się 2-ch. Jeden zawodnik może starto- wać w 3 konkuren- cjach oprócz sztafet. Każda zawodniczka może startować w 2-ch konkurencjach, ocenia się jedną w każdej konkurencji, każdego zespołu</p>	— „ —	— “ —	

1	2	3	4	5	6	7
3.	Wielobój oficerski: jak w pułku	Zgodnie z zarządzeniem Wiceministra Obrony Narodowej	Po 3-ch oficerów z pułku, w szkole ofic. z batalionu	Dowódca dywizji, brygady, komendant szkoły oficerskiej	W miejscu wyznaczonym przez dowódcę dywizji, komendanta szkoły oficer- skiej	
4.	Boks	— „ —	Mistrzostwa indywidualne	— „ —	— „ —	Do konkurencji nie wliczać
5.	Kolarstwo — wyścig 35 km	— „ —	Po 3-ch zawodników z pułku	— „ —	— „ —	Na rowerach tu- rystycznych
6.	Strzelanie do rzutków	— „ —	Mistrzostwa indywidualne	— „ —	— „ —	Do punktacji spartakiady nie wliczać
7.	Zawody strzelecko-bojowe	— „ —	Wg wytycznych	— „ —	— „ —	
8.	Piłka nożna	— „ —	Po 1 drużynie w skła- dzie 15 zawodników z pułku, w szkole ofic. z batalionu	— „ —	W miejscu wyznaczo- nym przez dowódcę dywizji, brygady, komendanta szkoły oficerskiej	Niezależnie od przeprowadzo- nych mistrzostw dywizji (szkoły) stałe organizo- wać spotkania pomiędzy repre- zentacjami puł- ków
9.	Siatkówka mężczyzn i kobiet	— „ —	Po 1 drużynie w skła- dzie 10 zawodników i zawodniczek	— „ —	— „ —	
10.	Koszykówka	— „ —	Po jednej drużynie w składzie 10 zawodników	— „ —	— „ —	

1	2	3	4	5	6	7	
5. Masowe imprezy sportowe na szczeblu okręgu wojskowego, Wojsk Lotniczych, Marynarki Wojennej							
S p a r t a k i a d a							
1.	<p>Lekkoatletyka:</p> <p>Mężczyźni: bieg 100, 200, 400, 800, 1500, 5000, 10 000 m, 110, 200, 400 m p/plotki, 3 000 m z przeszkodami, skok w dal, wzwyż, trójskok, tyczka, rzut dyskiem, oszczepem, granatem, młotem, pchnięcie kulą, sztafeta 4 × 100, 4 × 400 m</p> <p>Kobiety: bieg 100, 200, 400 m, 80 m p/plotki, skok w dal, wzwyż, rzut granatem, dyskiem, oszczepem, pchnięcie kulą, sztafeta 4 × 100 m</p>	<p>Zgodnie z zarządzeniem Wiceministra Obrony Narodowej</p>	<p>Po 22 zawodników i 10 zawodniczek z dywizji, brygady, szkoły oficerskiej. W każdej konkurencji może startować po 3 zawodników (zawodniczek). Ocenia się po 2-ch zawodników i 2 zawodniczek z każdej konkurencji każdego zespołu</p>	<p>Dowódca okręgu wojskowego, Dowódca Wojsk Lotniczych, Dowódca Marynarki Wojennej</p>	<p>W miejscu wyznaczonym przez dowódcę okręgu wojskowego, Dowódcę Marynarki Wojennej, Dowódcę Wojsk Lotniczych</p>		

1	2	3	4	5	6	7
2.	<p>Pływanie: Mężczyźni: 100, 400, 1500 m st. dowolnym, 100 m st. klasycznym „B“, 100, 200 m stylem klasycznym „A“, 100, 200 m stylem grzbietowym, 100, 300 m na boku, 50 m z granatem w umundurowaniu, skoki z wieży 5-metrowej lub trampoliny 3-metrowej, 3 obowiązkowe i 3 dowolne, sztafeta 3 × 100 m stylem zmiennym i 4 × 100 stylem dowolnym</p>	<p>Zgodnie z zarządzeniem Wiceministra Obrony Narodowej</p>	<p>Po 12 zawodników i 4 zawodniczki z dyw., bryg., szkoły ofic. W każdej konkurencji startuje po 3-ch zawodników i 2 zawodniczki. Ocenia się 2 zawodników i 1 zawodniczkę. 1 zawodnik (czka) może startować w 3 konkurencjach prócz sztafet</p>	<p>Dowódca okręgu wojskowego, Dowódca Wojsk Lotniczych, Dowódca Marynarki Wojennej</p>	<p>W miejscu wyznaczonym przez dowódcę okręgu wojskowego, Dowódcę Wojsk Lotniczych, Dowódcę Marynarki Wojennej</p>	
3.	<p>Strzelanie sportowe, kulowe wg programu strzelań spartakiady okręgów wojskowych, Wojsk Lotniczych i Marynarki Wojennej</p>	<p>— „ —</p>	<p>Po 10 zawodników i 6 zawodniczek z dyw., bryg., szk. ofic. do konkurencji, mężczyzn 5 i 1 zapasowy. Kobiet 3 i 1 zapasowa</p>	<p>— „ —</p>	<p>— „ —</p>	
4.	<p>Strzelanie do rzutków wg programu strzelań spartakiady okręgów wojskowych, Wojsk Lotniczych, Marynarki Wojennej</p>	<p>— „ —</p>	<p>Po 6 zawodników z dywizji, brygady, szkoły oficerskiej</p>	<p>— „ —</p>	<p>— „ —</p>	

1	2	3	4	5	6	7
5.	Wielobój oficerski: strzelanie pw-10, pływanie 200 m st. dowolnym, bieg 1500 m, gimnastyka III klasy ćwiczenie 2	Zgodnie z zarządzeniem Wiceministra Obrony Narodowej	Po 3 zawodników z dywizji, brygady, szkoły oficerskiej	Dowódca okręgu wojskowego, Dowódca Wojsk Lotniczych, Dowódca Marynarki Wojennej	W miejscu wyznaczonym przez dowódcę okręgu wojskowego, Wojsk Lotniczych, Marynarki Wojennej	
6.	Kolarstwo: wyścig 100 km	— „ —	Indywidualnie	— „ —	— „ —	Rowery wyścigowe
7.	Siatkówka: Mężczyźni	— „ —	Rozgrywki systemem każdy z każdym, w wypadku dużej ilości drużyn zawody przeprowadzić w kilku grupach. Skład drużyn 8 zawodników.	— „ —	— „ —	Kalendarz rozgrywek opracują szefowie wychowania fizycznego okręgów wojskowych, Dowództwa Marynarki Wojennej i Wojsk Lotniczych.
8.	Piłka nożna	— „ —	Rozgrywki systemem każdy z każdym, w wypadku dużej ilości drużyn zawody przeprowadzić w kilku grupach. Skład drużyn 15 zawodników	— „ —	— „ —	Wliczyć do punktacji spartakiady

1	2	3	4	5	6	7
9.	Koszykówka	Zgodnie z zarządzeniem Wiceministra Obrony Narodowej	Rozgrywki systemem każdy z każdym, w wypadku dużej ilości drużyn zawody przeprowadzić w kilku grupach. Skład drużyn 10 zawodników	Dowódca okręgu wojskowego, Dowódca Wojsk Lotniczych, Dowódca Marynarki Wojennej	W miejscu wyznaczonym przez dowódcę okręgu wojskowego, Wojsk Lotniczych, Marynarki Wojennej	— „ —
10.	Zawody strzelecko-bojowe	— „ —	Wg wytycznych	— „ —	— „ —	
11.	Boks	— „ —	Mistrzostwa indywidualno-drużynowe. Każda dywizja, szkoła oficerska zgłasza 1 drużynę w składzie 10 zawodników wg kat. wag.	— „ —	— „ —	

C. MASOWE IMPREZY I ZAWODY KÓŁ SPORTOWYCH INSTYTUCJI CENTRALNYCH MON

1.	Strzelanie kulowe wg programu strzelań wewnętrznych kół sportowych IC MON	Zgodnie z zarządzeniem Wiceministra Obrony Narodowej	Reprezentacje oddziałów, dowództw i szefostw rodzajów wojsk i służb. Skład drużyny 5 zawodników i do 3 zawodniczek z w/w	Dowódca, szef	W miejscu wyznaczonym przez dowódcę, szefa	
2.	Strzelanie do rzutków z miejsca — 100 rzutków	— „ —	Indywidualnie	— „ —	— „ —	

1	2	3	4	5	6	7
3.	Siatkówka mężczyzn	Zgodnie z zarządzeniem Wiceministra Obrony Narodowej	Jak wyżej pkt. 1 Skład drużyny 12 zawodników	Dowódca, szef	W miejscu wyznaczonym przez dowódcę, szefa	
4.	Koszykówka mężczyzn	— „ —	Jak wyżej Skład drużyny 12 zawodników	— „ —	— „ —	

D. MASOWE IMPREZY I ZAWODY SPORTOWE NA SZCZEBLU  
INSTYTUCJI CENTRALNYCH MON

1.	Strzelanie kulowe Mężczyźni Kobiety — wg programu zawodów strzeleckich kół sportowych instytucji centralnych MON	— „ —	Każde koło sportowe wystawi drużynę w składzie 10 zawodników i 5 zawodniczek. W każdej konkurencji męskiej 5 zawodników plus jeden zapasowy, kobiet 3 plus 1 zapasowa	Komendant Akademii Sztabu Generalnego, CWKS	Rembertów	
2.	Strzelanie do rzutków wg programu zawodów strzeleckich kół sportowych instytucji centralnych MON	— „ —	Skład drużyny 6 zawodników 1 rezerwowi	— „ —	— „ —	
3.	Siatkówka mężczyzn	— „ —	Skład drużyny 10 zawodników	CWKS Wydział Sportu Masowego	Korty CWKS AWF	

1	2	3	4	5	6	7
4.	Koszykówka mężczyzn	Zgodnie z zarządzeniem Wiceministra Obrony Narodowej	Skład drużyny 10 zawodników	CWKS Wydział Sportu Masowego	Korty CWKS AWF	
5.	Lekkoatletyka: bieg 100, 400, 1500, 3000 m, skok wzwyż, w dal, rzut granatem, dyskiem, pchnięcie kulą, sztafeta 4 × 100 m	— „ —	Po 2 zawodników do każdej konkurencji i 1 sztafeta	— „ —	Stadion WP	1 zawodnik może startować w 3 konkurencjach oprócz sztafety

- U w a g i:**
1. W zawodach biorą udział wszystkie koła sportowe IC MON z wyjątkiem sztabów OW, MW, WL.
  2. Zgłoszenia zawodników (czek) należy przesłać do CWKS na 5 dni przed rozpoczęciem poszczególnych zawodów uwidoczniionych w tabeli.
  3. W drużynie może startować 1 podoficer nadterminowy. Resztę drużyny stanowią oficerowie.
  4. Sztaby OW, MW, WL przeprowadzają zawody we własnym zakresie, biorąc za podstawę wyżej podany program .

ODPRAWY AKTYWU SPORTOWEGO I KURSY METODYCZNO - WYSZKOLENIOWE

Lp.	T r e ś ć	Czas przeprowa- dzenia	Kto bierze udział	Kto prze- prowadza	Miejsce prze- prowadzenia	U w a g i
1	2	3	4	5	6	7
I. Odprawy aktywu sportowego						
1.	W pułkach i samodziel- nych jednostkach	Zgodnie z zarządzeniem Wiceministra Obro- ny Narodowej	Na odprawę powołać aktywistów sporto- wych	Dowódca pułku (równorzędny)	W garnizonie	Program opra- cowują dcy
2.	W dywizjach i szko- łach oficerskich	— „ —	— „ —	Dowódca dywizji, brygady, komendant szkoły oficerskiej	— „ —	— „ —
3.	W okręgach	— „ —	— „ —	Dowódca OW, Wojsk Lotniczych, Marynarki Wojennej	— „ —	— „ —
4.	W instytucjach cen- tralnych MON (CWKS)	— „ —	— „ —	Zarząd Polityczny IC MON, CWKS	— „ —	— „ —

1	2	3	4	5	6	7
II. Kursy metodyczno-wyszkoleniowe dla instruktorów WF						
1.	W dywizjach i szkołach ofic. dla oficerów WF pułku, samodz. jednost. (równorzędnych)	Zgodnie z zarządzeniem Wiceministra Obrony Narodowej	Oficerowie WF i pełniący obowiązki oficerów WF	Dowódca dywizji, brygady, komendant szkoły oficerskiej	W garnizonie	Program opracowuje oficer WF dywizji
2.	W okręgach	— „ —	Oficerowie WF dywizji, kierownicy CWKS	Dowódca okręgu wojskowego, Wojsk Lotniczych, Marynarki Wojennej	— „ —	Program opracowuje szef WF OW, Wojsk Lotn., Mar. Woj.
III. Kursy trenerskie i instruktorskie						
1.	W każdym OWKS, WKS Flota, WKS Lotnik	W każdej dyscyplinie sportowej przed rozpoczęciem sezonu	Na kursy powołać z każdego pułku po 1 czołowym zawodniku	OWKS, WKS Flota, WKS Lotnik	W miejscu wyznaczonym przez dowódcę OW, Marynarki Wojennej, Wojsk Lotniczych	Program opracowuje OWKS, WKS Flota, WKS Lotnik
2.	W Centralnym Wojskowym Klubie Sportowym	— „ —	Na kurs powołać czołowych trenerów i instruktorów WF spełniających rolę trenerów	CWKS	CWKS	Program opracowuje szef CWKS zatwierdza Szef Zarz. WF i Sportu GZWB

## W S K A Z Ó W K I

do przeprowadzenia imprez i zawodów sportowych Wojska Polskiego

### 1. Bieg narodowy (1 km).

Bieg narodowy przeprowadzać zgodnie z regulaminem Głównego Komitetu Kultury Fizycznej. W biegu musi wziąć udział 100<sup>o</sup>/<sub>o</sub> stanu osobowego jednostki. Przeprowadzenie zawodów odbywa się bez przedstawicieli cywilnych. Sprawozdawczość prowadzić wyłącznie zgodnie z przepisami zawartymi w niniejszych wskazówkach.

### 2. Bieg na przełaj (3 km).

Bieg przeprowadzać plutonami w jak najbardziej urozmaiconym terenie. Klasyfikować dodając czasy wszystkich biegnących w plutonie dzieląc je następnie przez ilość uczestników.

Czas indywidualny należy mierzyć z dokładnością do 5-ciu sekund. Celem uzyskania indywidualnych czasów należy zastosować system wrzucania kartek przez biegnących do szuflad lub skrzyń z zasuwkami.

### 3. Lekkoatletyka.

Na szczeblu kompanii, batalionu i pułku zawody klasyfikować według sumy zajętych miejsc.

### 4. Pływanie.

Dla przeprowadzenia zawodów należy wykorzystać wszystkie możliwości pływania na basenach, jeziorach i rzekach w pełnych warunkach bezpieczeństwa.

Zawody klasyfikować według sumy zajętych miejsc.

### 5. Gimnastyka.

Ćwiczenia na szczeblu kompanii i batalionu przeprowadzić zgodnie z Instrukcją Wyszkożenia Fizycznego Sił Zbrojnych i klasyfikować systemem ocen: 5, 4, 3, 2.

Na szczeblu pułku w okresie zimowym zawodnicy wykonują 12 zadanie i ćwiczenia klasy III Nr 1, natomiast w okresie letnim ćwiczenia II i III klasy wg losowania.

Na zawodach na szczeblach wyższych w jednej drużynie mogą startować zawodnicy wykonujący ćwiczenia I, II i III klasy (I lub II ćwiczenie drogą losowania — regulamin GKKF).

W celu obliczenia punktów drużynowo stosuje się dla każdej klasy współczynnik : 12 zadanie — 0,5 III klasy — I, II klasy — 1,5, I klasy — 2.

I tak na przykład przy obliczaniu punktów drużyny składającej się z 10-ciu zawodników stosuje się następujący sposób:

- 1 zawodnik wykonał ćwiczenie klasy I i uzyskał 80% punktów możliwych do zdobycia;
- 4-ch zawodników wykonało ćwiczenia klasy II-ej, 3-ch spośród nich uzyskało wymagane minimum 75% punktów, natomiast jeden nie uzyskał tego minimum;
- 5-ciu zawodników wykonało ćwiczenie klasy III-ej i wszyscy uzyskali wymagane minimum 75% punktów.

Obliczenie punktów:

1 zawodnik klasy I-ej uzyskał 48 pkt. × 2	=	96 pkt.
— zawodników klasy II-ej uzyskało łącznie 130 punktów × 1,5	=	195 „
5-ciu zawodników klasy III-ej uzyskało łącznie 235 pkt. × 1	=	235 „
1 zawodnik klasy II-ej uzyskał	=	30 „

---

Razem drużyna uzyskała: 556 pkt.

#### U w a g a:

Punkty jednego zawodnika klasy II-ej nie zostały pomnożone przez współczynnik, ponieważ zawodnik ten nie uzyskał wymaganych 75% pkt. możliwych do zdobycia.

Zawodnikowi powyższemu nie zalicza się klasy, natomiast punkty zdobyte przez niego wlicza się do drużynowej punktacji bez uwzględnienia współczynnika.

#### 6. Szermierka.

Rozgrywki przeprowadzać systemem pucharowym względnie systemem grupowym. W punktacji drużynowej zwycięża ten zespół, który uzyskał najlepszą sumę miejsc zajętych przez poszczególnych zawodników drużyny.

## 7. Strzelanie.

Zawody przeprowadzać zgodnie z programem i regulaminem strzelań sportowych.

## 8. Tor przeszkód.

Przeprowadzić zgodnie z Instrukcją Wyszkolenia Fizycznego Sił Zbrojnych.

## 9. Boks.

Do zawodów dopuszczać zawodników dokładnie zbadanych przez lekarzy i w warunkach pełnego bezpieczeństwa (mata, rękawice bok-serskie itp.). Zawody na szczeblu pułku, samodzielnych jednostek i dywizji przeprowadzić indywidualnie z tym, że pułk do zawodów dywizyjnych musi obsadzić najmniej 6 wag.

Zawody przeprowadzić jedynie przy udziale wykwalifikowanego sędziego posiadającego klasę sędziowską.

## 10. Podnoszenie ciężarów.

Na szczeblu dywizji prowadzić zawody indywidualne. Poza programem organizować częste konkursy w tej dyscyplinie. Zawody przeprowadzać w trójboju olimpijskim (wyciskanie, rwanie, podrzut).

Drużyny klasyfikuje się sumując ilość kilogramów we wszystkich wagach.

W wypadku nie posiadania sztangi w jednostce organizować „konkurs siłaczy“ tj. wielokrotne podnoszenie odważników standardowych względnie dowolnych. Zwycięża zawodnik, który więcej razy podniósł odważnik.

## 11. Gry zespołowe.

Rozgrywki na wszystkich szczeblach prowadzić systemem „każdy z każdym“ według kalendarza rozgrywek, opracowanego na poszczególne szczeble. W wypadku dużej ilości drużyn, zawody w grach zespołowych przeprowadzić w kilku grupach.

## 12. Wioślarstwo.

Tylko w jednostkach posiadających odpowiednie warunki.

### 13. Marsze jesienne.

Przeprowadzić zgodnie z Regulaminem GKKF. Wyniki klasyfikować zespołowo i indywidualnie. Żadnej sprawozdawczości instytucjom cywilnym nie przedstawiać.

### 14. Narciarstwo.

W biegach płaskich wypuszczać zawodników ze startu co jedna minuta. W biegu patrolowym ze strzelaniem co pięć minut. Zespołowi zalicza się czas z chwilą przekroczenia mety przez ostatniego zawodnika. Odległość między pierwszym a ostatnim żołnierzem w zespole nie może przekraczać na mecie 50 m.

Odpadnięcie jednego zawodnika dyskwalifikuje zespół. Slalom przeprowadzają jednostki mające odpowiednie warunki terenowe.

W razie niesprzyjających warunków śnieżnych zawody należy przesunąć na termin późniejszy lub zamienić na konkurencje marszowe.

### 15. Łyżwiarstwo.

Dla przeprowadzenia zawodów wykorzystywać lodowiska znajdujące się na terenie garnizonu. W wypadku braku takowych urządzeń — lodowiska we własnym zakresie.

Zabrania się przeprowadzania zawodów na jeziorach i rzekach.

### 16. Kolarstwo.

Zawody kolarskie przeprowadzać indywidualnie na rowerach turystycznych. Trasa wyścigu winna prowadzić tylko po szosie.

### 17. Wielobój oficerski.

Zawody w wieloboju muszą się odbyć w przeciągu dwóch dni. Indywidualną punktację oblicza się według miejsc zajętych przez zawodnika w poszczególnych konkurencjach. Najmniejsza ilość punktów wyłania mistrza. W celu wyłowania drużynowego mistrza dolicza się miejsca uzyskane przez członków drużyny. Najmniejsza ilość punktów wyłania mistrzowski zespół.

W razie równej ilości punktów, indywidualnie, czy drużynowo decyduje zajęcie lepszych miejsc w kolejności konkurencji jak poniżej:

- a) w zawodach zimowych — bieg 10 km, strzelanie, gimnastyka,
  - b) w zawodach letnich — strzelanie, bieg 1500 m, gimnastyka, pływanie, rzut granatem.
18. Wszystkie zawody przeprowadzać zgodnie z wydanymi przez MON „Przepisami o prowadzeniu zawodów sportowych“ i regulaminami poszczególnych sekcji sportowych GKKF.
  19. Wyniki uzyskane na zawodach przez żołnierzy zaliczyć nad odznakę SPO, stosując zasady zawarte w instrukcji odznaki SPO w Wojsku Polskim.
  20. Sprawozdawczość z poszczególnych masowych imprez sportowych wykonywać i przysyłać poszczególnym instytucjom zgodnie z punktami, które są podane w niniejszych wytycznych.
  21. Na wszystkich szczeblach począwszy od kompanii prowadzić punktację przeprowadzonych zawodów, wyłaniając w ten sposób przy końcu roku szkolnego najlepszy pododdział (pluton, kompanię, batalion, pułk). Tabela taka winna być prowadzona aktualnie i należy ją zawieszać w widocznym dla wszystkich miejscu. Punktować należy — zaliczając w każdej dyscyplinie sportu za pierwsze miejsce jeden punkt, za drugie dwa punkty itd. Pododdział, który uzyska najmniejszą ilość punktów uzyskuje pierwsze miejsce.

## DOKUMENTACJA I SPRAWOZDAWCZOŚĆ Z MASOWYCH IMPREZ I ZAWODÓW SPORTOWYCH

### I. Wzór Nr 5.

1. Po każdym zawodach w jakiegokolwiek dziedzinie sportu, począwszy od szczebla kompanii do okręgu winny być wypełnione przez organizatorów protokoły sprawozdawcze wzór Nr 5.
2. Protokoły sprawozdawcze wypełnia organizator w 2 egz.; jeden pozostawia w swoich aktach spięty z rzeczywistymi protokołami zawodów, drugi na szczeblach kompanii, batalionu oddaje oficerowi WF pułku. Oficerowie WF pułku, dywizji i okręgu protokoły po wypełnieniu wraz z rzeczywistymi protokołami zawodów pozostawiają w swoich aktach.

3. Tak prowadzona dokumentacja zawodów będzie służyć jako dowód przeprowadzenia imprez i zawodów sportowych.
4. Dokumenty te w ciągu roku szkoleniowego muszą być utrzymane w porządku i w każdej chwili gotowe do wglądu organom kontrolnym.
5. Wypełnienie protokołów:
  - a) w zawodach zespołowych (siatkówka, koszykówka, piłka nożna) wypełnia się rubryki: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11 poza tym uwagi pod a, b, c, d,
  - b) w zawodach indywidualno-drużynowych wypełnia się rubryki: 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15. W rubryce 12 należy wypisać konkurencje np. w lekkoatletyce 100 m, 200 m, 400 m, itd., w pływaniu np.: 100 m st. dow., 100 m st. klas. itd., w boksie wagi, w gimnastyce ćwiczenia na przyrządzie (drażek, koń),
  - c) w zawodach indywidualnych rubryk: 1, 2, 9, 10, 11 nie wypełnia się.

## II. Wzór Nr 6.

6. Akt sprawozdawczy (wzór Nr 6) jest dokumentem obrazującym życie sportowe jednostki.
7. Wykonuje go instruktor WF pułku i po zatwierdzeniu przez szefa sztabu wysyła do dywizji w terminie do dnia 20 kwietnia — października.
8. Oficer WF dywizji wykonuje sprawozdanie (wzór Nr 6) na podstawie sprawozdań pułkowych dodając zawody przeprowadzone w ramach dywizji i w terminie do dnia 25 kwietnia i 25 października wysyła do sztabu okręgu.
9. Sztab okręgu bierze za podstawę sprawozdanie dywizyjne i opracowuje sprawozdanie za okręg (na tymże wzorze Nr 6), dodając imprezy przeprowadzone na szczeblu okręgu. Dokument ten przesyła do Głównego Zarządu Wyszkożenia Bojowego, Zarządu WF i Sportu do dnia 1 maja i 1 listopada.
10. Sposób wykonania sprawozdania:
  - a) podstawą wypełniania sprawozdań są protokoły (wzór Nr 5) lub sprawozdania otrzymane od jednostek na szczeblu niższym,

- b) na szczeblu pułku wypełnia się rubryki 3 i 4 wpisując dane zgodnie z protokołami — z tym, że ilość zawodów musi się pokrywać z ilością protokołów. To samo dotyczy rubryk od 11 do 16,
- c) w razie wypełnienia rubryk od 24—34 należy wykonać załącznik, w którym podaje się nazwiska i wyniki ewentualnych rekordzistów i wyczynowców na miarę państwową i okręgową,
- d) dywizja w rubrykach 3 i 4 sumuje wszystkie zawody wykonane przez pułk i dodaje swoje w rubrykach 5, 6 i 7. W rubrykach zaś od 11—16 do podanych przez pułki zawodów dodaje swoje zawody. Wypełnianie rubryk od 24 do 34 jak wyżej,
- e) okręg w rubrykach od 3 do 7 dodaje wszystkie zawody zgodnie ze sprawozdaniem dywizji i wpisuje swoje w rubrykach 8, 9 i 10. W rubrykach od 11—16 do zawodów wykonanych na niższych szczeblach dodaje swoje. W wypełnieniu rubryk od 24 do 34 postępuje się jak wyżej,
- f) rubryki od 17 do 23 wypełnia się w ten sposób, że do danych pułkowych dodaje swoje dywizje, okręg,
- g) odnośnie rubryk od 14 do 16 pułk, dywizja i okręg może wpisać na swoje konto tylko te zawody, w których był gospodarzem i organizatorem.

Załącznik Nr 1 do wskazówek  
Wzór Nr 5

Okręg, dywizja, pułk, baon, kompania

Po wypełnieniu tajne

## P R O T O K Ó Ł S P R A W O Z D A W C Z Y

z zawodów (turnieju)..... odbytych w dniach

od..... do..... 19..... r. Organizator.....

Ilość drużyn	Ilość odbytych spotkań	Ogólna ilość uczestników (zawod.)					Ilość sędziów
		Ofic.	Podofic.	Pchor.	Szer.	Razem	
1	2	3	4	5	6	7	8
W Y N I K I Z A W O D Ó W							
Drużynowe				I n d y w i d u a l n e			
Drużyna	Wynik	Miejsce	Konkurencja	Nazwisko	Wyniki	Miejsce	
9	10	11	12	13	14	15	
a) Zawody odbyły się systemem:							
b) Organizacja .....							
c) Przygotowanie drużyn .....							
d) Zainteresowanie zawodami .....							
Podpis organizatora .....							

Dywizja (brygada) .....  
 Oddział (pododdział) .....  
 Data inspekcji .....

Załącznik Nr 2 do wskazówek.

**Wzór Nr 6**

Po wypełnieniu tajne

**AKT SPRAWOZDAWCZY**

z odbytych imprez masowych i zawodów sportowych w okresie sprawozdawczym od ..... do .....

Lp.	Rodzaj sportu	Zawody sportowe ujęte planem przeprowadzone przez:								Zawody nie ujęte planem przeprowadzone przez:							Sekcje w kołach i klubach sportowych				Ustanow. rekordy		Ilość wyczynowców w poszczególnych klasach				Ilość sędziów			Obozy kondycyjne							
		Komp. baony pułki		Dywizje		Okręg		Pułki, dyw., okręgi zamknięte		Pułki, dyw., okręgi otwarte		Ilość człnków wojskowych, cywilnych				Wojska Polskiego	Okręgowe	klasa mistrz.	klasa I	klasa II	klasa III	Międzynarodowych	Okręgowych	Kandydatów	Ilość obozów	Ilość uczestników											
		Ilość zawodów	Ilość uczestników	Ilość zawodów	Ilość zawodników	Ilość zawodów	Ilość zawodników	Ilość zawodów	Ilość kobiet	Ilość zawodów	Ilość zawodników	Ilość kobiet	Ilość sekcji	Oficerów	Podoficerów			Podchorążych	Szeregowców	Mężczyzn	Kobiet						Ilość zawodników	Ilość kobiet	Ilość zawodników	Ilość kobiet	Ilość zawodników	Ilość kobiet					
3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
1	Atletyka																																				
2	Boks																																				
3	Biegi na przełaj i marsze																																				
4	Gimnastyka																																				
5	Koszykówka																																				
6	Siatkówka																																				
7	Szczypiorniak																																				
8	Kolarstwo																																				

(dalszy ciąg wzoru Nr 6)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40	
9	Lekkoatletyka																																							
10	Piłka nożna																																							
11	Pływanie																																							
12	Sport motorowy																																							
13	Sporty wodne																																							
14	Szermierka																																							
15	Strzelanie																																							
16	Tor przeszkód																																							
17	Wielobój																																							
18	Wybijanka																																							
	Razem																																							

Podpis kontrolującego

Podpis szefa sztabu  
(pułku, dywizji, okręgu)

## PROGRAM STRZELAŃ SPARTAKIADY OKRĘGU WOJSKOWEGO, WOJSK LOTNICZYCH

### Strzelanie kulowe

#### Mężczyźni:

1. kb-1 strzelanie dokładne (olimp.) z kb (kbb)
2. kb-5 strzelanie bojowe z kb (kbb)
3. pw-1 strzelanie dokładne z pist. wz. 33 lub rewolweru „Nagan“
4. pw-9 strzelanie sylwetkowe z pist. wz. 33
5. pw-12 strzelanie dokładne z pist. wz. 33 lub rewolweru „Nagan“
6. pw-13 strzelanie sylwetkowe z pist. wz. 33 lub rewolweru „Nagan“
7. kbks-5 strzelanie dokładne z kbks.

#### Kobiety:

1. pw-12 strzelanie dokładne z pist. wz. 33 lub rewolweru „Nagan“
2. pw-13 strzelanie sylwetkowe z pist. wz. 33 lub rewolweru „Nagan“
3. kbks-5 strzelanie dokładne z kbks
4. kbks-8 strzelanie dokładne z kbks.

### Strzelanie stendowe

1. mśr-la strzelanie olimpijskie do 100 rzutków
2. mśr-lb. strzelanie olimpijskie do 100 rzutków
3. Skeet strzelanie do 50 rzutków na okrągłym stendzie.

## PROGRAM WEWNĘTRZNYCH ZAWODÓW STRZELECKICH KÓŁ SPORTOWYCH INSTYTUCJI CENTRALNYCH MON

### Strzelanie kulowe

#### Mężczyźni:

1. pw-12 strzelanie dokładne z pist. wz. 33 lub rewolweru „Nagan“
2. kbks-6 strzelanie dokładne z kbks
3. kbks-8 strzelanie dokładne z kbks.

**Kobiety:**

1. pw-10 strzelanie dokładne z pist. wz. 33 lub rewolweru „Nagan“
2. kbks-6 strzelanie dokładne z kbks.

**Strzelanie stendowe.**

1. mśr-1a strzelanie olimpijskie do 100 rzutków  
-- tylko indywidualnie

**PROGRAM ZAWÓDÓW STRZELECKICH KÓŁ SPORTOWYCH  
INSTYTUCJI CENTRALNYCH MON**

**Strzelanie kulowe.**

**Mężczyźni:**

1. kb-1 strzelanie dokładne (olimp.) z kb (kbk)—  
tylko indywidualnie; do 3-ch zawodników z koła
2. pw-1 strzelanie dokładne z pist. wz. 33 lub rewolweru „Nagan“
3. pw-12 strzelanie dokładne z pist. wz. 33 lub rewolweru „Nagan“
4. pw-13 strzelanie sylwetkowe z pist. wz. 33 lub rewolweru „Nagan“
5. kbks-5 strzelanie dodatkowe z kbks
6. kbks-8 strzelanie dodatkowe z kbks.

**Kobiety:**

1. pw-12 strzelanie dodatkowe z pist. wz. 33 lub rewolweru „Nagan“
2. pw-13 strzelanie sylwetkowe z pist. wz. 33 lub rewolweru „Nagan“
3. kbks-5 strzelanie dodatkowe z kbks
4. kbks-8 strzelanie dodatkowe z kbks.

**Strzelanie stendowe.**

1. mśr-1a strzelanie olimpijskie do 100 rzutków
2. mśr-1b strzelanie olimpijskie do 200 rzutków
3. Skeet strzelanie do 50 rzutków na okrągłym stendzie.

## WARUNKI do przeprowadzenia strzelań sportowych z uwzględnieniem klasyfikacji sportowej

Rodzaj strzelania	Broń	Odległość w metrach	Postawa	Tarcza	Na zawodnika						Klasy					Uwagi			
					Ilość		Maksym. czas w min.		Mistrz sportu		Ilość możliwych punktów	pierwsze	drugie	trzecie					
					Serii	Strzelów	na serię	na postawę	na całe strzelanie	mężczyźni					kobiety				
											próbnych	oceniających							
1	2	3	4	5		6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	
Kb-1 kł lub kkk		300	3 postawy z wolnej ręki, rewanżami, siowc, leżąc, klęcząc, stojąc	Nr 5 sportowa	6	18	60		180			600	470		420	360			
					2	6	20		50		200			100	140				
					2	6	20		60		200			140	120				
a					2	6	20		70		200			120	100				
b					2	6	20				200								
c					2	6	20				200								
Kb-2	jak wyżej	300	jak wyżej	jak wyżej	3	9	30				90	300		210	160	160			
					1	3	10		25		100		80	70	65				
					1	3	10		30		100		70	60	55				
a					1	3	10		35		100		60	50	40				
b																			
c																			
Kb-5	jak wyżej	300	dowolna z podpórka	6 fig. boj. nr 14															
					7	20	15 sekund	15	20 fig.		65 pkt.								
									80 pkt.										
a																			
b																			
c																			

Figury bojowe są punktowane nr 14-2 pkt, nr 12-4 pkt, nr 11-6 pkt, Sposób wykonania a/

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18			
Kbks-5	Karabinek sportowy kal. 5-6 mm, otwarte przyrządy celownicze typu szkol.	50	3 postawy z wolnej ręki regulaminowe leżąc	Nr 2 sportowe	24x5 strz.	30	120			270	1200	1060	1020	1000	865					
					8x5 strz.	10	40		70	400			360	330						
					8x5 strz.	10	40		90	400			340	300						
a	dozwolone karabinki „BRNO 3”, bez „dioptra”	50	kłęcząc stojąc	8x5 strz.	10	40			110	400			300	270						
					12x5 strz.	15	60		135	600			500	435						
Kbks-6	jak wyżej	50	jak wyżej	Nr 2 sportowa	8x5 strz.	5	20		35	200			180	165						
					8x5 strz.	5	20		45	200			170	150						
					8x5 strz.	5	20		55	200			150	135						
Kbks-8	jak wyżej	100	leżąc z wolnej ręki	Nr 4 sportowa	4x10 strz.	10	40			60	400		375	365	345					
					6	18	60		180	600	430	400								
Pw-1	Pistolet wz 33 lub rewolwer „Nagan”	50	regulaminowa	Nr 4 sportowa	3	9	30			90	300		200	180						
		50	„	„	5	10	60			40	600	600	520	450	370	350	280			
Pw-6 b)	Pistolet wz 33	25	„	5 tarcz sport. Nr 10a	12x5 strz.	10	60			2 ser. po 10 sek. 2 ser. po 8 sek. 2 ser. po 6 sek. 6 sek. x 2										
					5	10	60		40	600	600	520	450	370	350	280				

5 figur rozstawione są w odległości 75 cm jedna od drugiej odległość między ostatni. Sposób wyk. b)

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18
Pw-8 b)	Pistolet wz. 33	25	regulami- nowa	5 tarcz Sport. Nr 10a	6x5 strz.	5	30	2 ser. po 10 sek. 2 ser. po 8 sek. 2 ser. po 6 sek.									5 figur rozsta- wione są w od- ległości 75 cm jedna od dru- giej odległość między osiami Sposób wyk. b)
Pw-10	Pistolet wz. 33 lub rew. Nagan	25	"	Nr 4 sportowa	1	3	10			15	100			23 fig.	18 fig.	13 fig.	
Pw-12	"	25	"	"	6	5	30	na serię 5 strzał. 6 min.			300	275	255	225			Sposób wykonania c)
Pw-13 b)	"	25	"	Nr 4 sportowa	6	5	30	3 sek. na strzał co 7 sek.			30/300	30/265	270	30/255			Sposób wykonania b)
Mśr 1a 1b 1c	Dowolna bron myśliwska strz.owa Kal. najwy- żej 12 Waga ładun- ku do 36 g. Średnica strutu do 7,5 mm	15	regulamin.	tarczki " "	4 8 12		100 200 300			1 dzień 2 dni 3 dni	100 200 300	100 100 273	63 165 245	73 145 215	65 125		Strzelanie na ok. nętki stendzie Sposób wyko- nania d)
Sket d)	"		"	"	2		50			1 dzień	50						

- U w a g i :
- a) Sylwetki ukazują się: biegnący, popiersie i główka w 3 seriach po 3 sylwetki w różnych kombinacjach i jedna seria z dwóch sylwetek. Czas liczy się od ukazania sylwetek po zapowiedzi zawodnika „gotów”. Manewr sylwetek jest tajemnicą. Kb i kbb mogą być załadowane nabojem w lufie. Podstawą oceny tak indywidualnej jak i zespołowej jest ilość trafionych tarcz. Przy trafieniu sylwetki kilkoma strzałami ocenia się tylko jeden. Za niewystrzelony nabój w czasie serii lub całego strzelania odlicza się od wyniku jeden punkt karny. Przy równej ilości trafionych tarcz o lepszym miejscu decyduje większa ilość punktów, gdy to nie wystarcza, należy z zainteresowaniem za wodnikami strzelanie powtórzyć, skracając czas pokazywania figur o 3 sekundy.
- b) Zawodnik na stanowisku ramię wraz z bronią skierowane do dołu pod kątem 45°. Po ukazaniu się sylwetek (tki) zawodnik oddaje 5 strzałów po jednym do sylwetki. Nie oddanie strzału w serii liczy się „zero”. W sylwetce zalicza się tylko jedną przestrzelinę, w wypadku dwóch lub więcej skreśla się lepsze. W razie zacięcia z winy broni lub amunicji zawodnik ma prawo powtórzenia tej serii 5 strzałowej ale tylko jeden raz na 30 strzałów.  
Przy strzelaniu Pw-13 zawodnik oddaje 5 strzałów kolejno do sylwetki z tym, że strzał winien być oddany w ciągu 3 sekund z przerwą 7 sekund między strzałami.
- c) Strzelanie dokładne. Na osi obok siebie winno strzelać co najmniej 2 zawodników. Po zapowiedzi zawodników „gotów” sędzia daje komendę „ognia” dla wszystkich strzelających na osi jednocześnie. Strzały oddane po komendzie „przerwij ogień” zaliczane są jako „zero”.
- d) Strzelanie odbywa się na okrągłym stendzie do rzutków miotanych przez dwie wyrzutnie umieszczone na wysokości 0,9 m i 3,5 m. Strzela się z 7 stanowisk po obwodzie stendu, 8-me stanowisko w środku linii łączącej obydwie wyrzutnie. Seria 25 rzutków składa się z 16-tu strzałów pojedynczych, kolejno ze wszystkich stanowisk i 4-ch dubletów (strzałów podwójnych) ze stanowisk 1, 2, 6 i 7.

## WSKAZÓWKI DO PRZEPROWADZENIA WOJSKOWO- UŻYTECZNYCH ZAWODÓW SPORTOWYCH

1. Wojskowo-użyteczne zawody sportowe prowadzić w celu lepszego opanowania poszczególnych czynności bojowych charakterystycznych dla poszczególnych rodzajów wojsk.
  2. Wojskowo-użyteczne zawody sportowe dzielą się na trzy grupy:
    - 1) ćwiczenia i czynności przerabiane w przeważającej mierze na zajęciach z wyszkolenia fizycznego i sportu (bieg, skoki, rzuty, pływanie, walka wręcz itp.),
    - 2) ćwiczenia i czynności stosowane w odpowiednich warunkach terenowych w walce (skoki do głębokich rowów i wąwozów, zeskoki z płotów, czołganie, przeskoki, przechodzenie przez okna, ściany, przechodzenie po belkach itp.),
    - 3) ćwiczenia w działaniach z bronią i sprzętem bojowym, odpowiednim dla danego rodzaju wojsk lub pododdziałów specjalnych (zmiana stanowisk ogniowych, posuwanie się z karabinem maszynowym, częściami moździerza i różnorodnym sprzętem bojowym, przetaczanie działa i przygotowanie go do prowadzenia ognia, ładowanie i rozładowywanie samochodów, wymiana części zapasowych w pojazdach bojowych, jazda na motorach, samochodach, czołgach itp.).
  3. W programie wojskowo-użytecznych zawodów powinny się znaleźć elementy ćwiczeń do wykonania ze wszystkich trzech wymienionych grup.
  4. W organizowanych zawodach należy ujmować te zagadnienia, które uprzednio zostały już przerobione na ćwiczeniach z wyszkolenia taktycznego, specjalnego i fizycznego wymagających dalszego doskonalenia.
- A. Dla pododdziałów piechoty.**
5. Bieg z pokonywaniem zapór i przeszkód, pełzaniem, rzucaniem granatów i strzelaniem.

Do przeprowadzenia tej konkurencji należy wybrać teren urozmaicony posiadający rowy, wąwozy, zapory z drutu kolczastego oraz zapory małowidoczne. Odległość od 100—150 m. W czasie biegu uczestnicy powinni rzucać granaty do celu, zwalczając

bagnetem i kolbą manekiny, pelzać 30 m. Na zakończenie biegu powinni odbyć jedno ze strzelań.

Wyniki tego biegu przeprowadzone w postaci zawodów można traktować indywidualnie i zespołowo (drużynami i plutonami).

6. Pokonanie w czasie ataku przestrzeni od podstawy wyjściowej do pierwszej transzei nieprzyjaciela z rzucaniem granatów i strzelaniem.

Zawody (również trening) przeprowadza się na odcinku terenu długości 200 m z odpowiednimi zaporami i przeszkodami i rzucaniem granatów do transzei lub rowu łączącego przed odbyciem na finiszu jednego z przerobionych strzelań.

7. Marsz według azymutu z pokonywaniem przeszkody wodnej i strzelaniem.

Zawody przeprowadza się między plutonami w pełnym bojowym oprządzeniu na odległości od 10—25 km na przełaj według podanego azymutu. W czasie marszu należy pokonać przeszkodę wodną w pław lub za pomocą podręcznych środków prawowych. Na finiszu pluton odbywa jedno z przerobionych strzelań. Czas marszu mierzy się do ostatniego wystrzału.

8. Jazda na nartach według azymutu ze strzelaniem i rzucaniem granatów.

Zawody przeprowadza się na odległości 40—50 km.

9. Pokonywanie przeszkody wodnej połączonej z biegiem, rzucaniem granatów i strzelaniem.

Zawody przeprowadza się pomiędzy plutonami posiadającymi jednakowke uzbrojenie. Start wyznacza się na 400—500 m przed przeszkodą wodną. Na sygnał kierownika, każdy pluton w pełnym oprządzeniu bojowym biegnie. W odległości 50 m przed przeszkodą wodną uczestnicy rozbierają się i przygotowują do przeprawy. Podczas przeprawy zezwala się na wzajemną pomoc. Po przebyciu przeszkody wodnej, pluton pokonuje zaporę z drutu, transzeję, rzuca granatami do celu i odbywa jedno ze strzelań z etatowej broni.

10. Przenoszenie „rannego“.

Zawody przeprowadza się w konkurencji indywidualnej żołnierzy (sanitariuszy), którzy przenoszą „rannego“ na dystansie 100 m.

## B. Dla pododdziałów artyleryjskich.

11. Pokonywanie toru przeszkód z podnoszeniem ciężaru na finiszu.

Z każdego plutonu ogniowego wyznacza się do tej konkurencji 3—5 żołnierzy. Po pokonaniu całego toru przeszkód każdy z nich otrzymuje na finiszu makietę pocisku o wadze do 50 kg (jednakowe dla wszystkich), którą należy podnosić i zakładać na plecy w odstępach czasu trzech sekund. Zwycięstwo zależy od ilości podniesień i od czasu w jakim został pokonany tor przeszkód.

12. Bieg sztafetowy z podnoszeniem pocisków i rzucaniem granatów.

W sztafecie bierze udział zespół złożony z 10 żołnierzy z każdej baterii. Zespoły ustawiają się do startu rzędami w ten sposób, aby pierwsi z rzędu stali na jednej linii. Po komendzie „marsz“ pierwsi z rzędu biegną 100 m z pociskiem, kładą go na ziemi, rzucają granaty do celu na 25 m i wracają z pociskiem podając go następnym, którzy robią to samo itd.

13. Przetaczanie działa z przygotowaniem go do prowadzenia ognia.

Zawody odbywają się pomiędzy zespołami, najlepszymi obслугami działa z plutonów (baterii).

Na warunki konkurencji składa się bieg 300 m, przetoczenie działa po urozmaiconym terenie na odległość 150—200 m, przygotować go do prowadzenia ognia na wprost, wycelować i oddać strzał nabojem szkolnym.

## C. Dla pododdziałów pancernych.

14. Ze startu z postawy leżąc przebiec do czołgów, pokonać tor przeszkód długości 200 m, wejść do czołgu przez właz dowódcy, wyjść przez właz mechanika kierowcy, rzucić dwa granaty do celu i odpełznąć 25 m za ukrycie.

15. Startuje cała załoga równocześnie w odległości 150—200 m od czołgu. Na oślatkach 50 m załoga przyciąga do czołgu dwa do trzech ogniwa gąsiennicowe (zapasowe), młot i inne przybory, wchodzi do czołgu i zamyka właz.

16. Załoga czołgu przebiega 400—500 m, ładuje do czołgu komplet amunicji, przejeżdża czołgiem 500 m (szybkością wskazaną przez dowódcę) i powraca na poprzednie miejsce.

#### D. Dla pododdziałów inżynieryjnych.

17. Każda drużyna przebiega 300—400 m pokonując po drodze ustawione przeszkody, następnie przenosi belkę o wadze 30—60 kg na odległość 50—100 m. Zwycięża ta drużyna, która wykona zadanie w najszybszym czasie.

#### 18. Zawody w ustawianiu fugasów.

Zawody przeprowadza się pomiędzy grupami minerów złożonych z 3—5 ludzi. Na starcie każdy z nich bierze przedmiot o wadze 15—20 kg i przebiega odległość 200 m, pokonując po drodze kilka przeszkód. Następnie posuwa się pełzając 50 m, wykopuje dół o głębokości 100 cm, zakłada w nim ćwiczebny ładunek materiału wybuchowego, uzbraja go, po czym rzuca 2—3 granaty do celu. Zwycięstwo ustala się biorąc pod uwagę czas wykonania konkurencji, prawidłowość założenia fugasa i celność rzutu granatem.

#### 19. Ustawianie min.

Zawody odbywają się pomiędzy zespołami, drużynami w celu ustalenia najlepszej drużyny w plutonie lub też pomiędzy drużynami poszczególnych plutonów. Drużyna minerów powinna ustawić 100 min ćwiczebnych przenosząc je uprzednio na odległość 100—150 m z pokonaniem po drodze kilku przeszkód. Szczegóły warunków zawodów oraz sposób oceny wyników i ustalenie zwycięzców określa wcześniej dowódca.

#### 20. Zawody w wiosłowaniu.

Zawody prowadzić na łodziach i pontonach pomiędzy drużynami. Łodzie lub pontony powinny być okopane na brzegu w odległości 25 m od wody. Na sygnał dowódcy, załogi przenoszą łodzie lub pontony na wodę i pokonywują wiosłując pewien odcinek przeszkody wodnej lądując w określonym miejscu. Zwycięża załoga, która dane zadanie wykona w najszybszym czasie. Zawody na pontonach parków TMP, DZP prowadzić w podobny sposób z tym, że pontony powinny stać na wodzie.

#### 21. Pływanie.

Zawody przeprowadza się pomiędzy saperami plutonu. Każdy uczestnik przebiega dystans 200 m, pokonując po drodze różne przeszkody. Następnie na brzegu umocowuje jeden koniec liny po czym przepływa z liną na drugi brzeg przeszkody wodnej, gdzie umocowuje ją w określonym miejscu. Zwycięzcą zostaje ten, który dane zadanie wykona w najkrótszym czasie.

### E. Dla pododdziałów łączności.

22. Bieg ze zwijakiem.

Przebiec ze zwijakiem w urozmaiconym terenie 1000 m, na ostatnich 500 m rozwinąć linię kablem połowym, odbiec w tył 100 m i naprawić uszkodzenie linii.

23. Rozwinąć dwuprzewodową linię tyczkową lub linię kablem ciężkim.

Miejsce startu w odległości 2 km od przeszkody wodnej. Pluton budowy linii na komendę „marsz“ rozwija linię przez przeszkodę wodną. Długość linii 10 km.

24. Sztafeta.

Zawody przeprowadza się pomiędzy drużynami o jednakowej ilości ludzi. Przed startem zespoły (drużyny) ustawiają się przy słupach stałej linii napowietrznej. Po komendzie „marsz“ drużyny przebiegają do następnych słupów.

Na słupy wchodzi po jednym żołnierzu z każdej drużyny za pomocą słupolazów, a następnie schodzą z nich i rzucają granaty do celu. Następnie cała drużyna przebiega do kolejnego słupa, na który wchodzi następny z żołnierzy drużyny itd.

Wygrywa ta drużyna, która uzyskała lepszy czas i ma więcej trafnych rzutów granatem.

### F. Sztafety kombinowane.

25. Kombinowane sztafety w konkurencjach wojskowo-użytecznych przeprowadza się w postaci zawodów pomiędzy oddziałami (pułkami), które wystawiają zespoły złożone z piechoty, moździerzystów, łącznościowców, artylerzystów i cekaemistów występujących ze swoim etatowym sprzętem bojowym. Odległości między sztafetami w zależności od ilości uczestników dzieli się na 5—6 etapów.

Sztafecie daje się do pokonania urozmaicony teren posiadający zapory i przeszkody.

26. Pierwszy etap — 500 m dla pododdziałów moździerzy.

Na starcie moździerze znajdują się na stanowisku ogniowym. Po komendzie „marsz“ obsługi rozkładają moździerze, przechodzą w marszowe położenie i przesuwiają się z nimi do przodu 500 m, pokonując po drodze różne zapory i przeszkody. Po przybyciu na nowe stanowisko ogniowe ustawiają moździerze-

rze i przygotowują je do prowadzenia ognia zgodnie z podanym przez dowódcę zadaniem. Po uzyskaniu gotowości do prowadzenia ognia sztafetę kontynuują łącznościowcy.

27. Drugi etap — 550 m.

Drużyna łączności znajduje się na podstawie wyjściowej w transzei o 50 m przed stanowiskami ogniowymi moździerzy.

Na sygnał sędziego drużyna rozpoczyna wyścig pelzaniem na 50 m, a następnie na odległości 500 m buduje linię tyczkową do miejsca początkowego startu moździerzystów, po czym dowódca drużyny melduje sędziemu telefonicznie ukończenie pracy.

Z kolei sędzia daje komendę do rozpoczęcia następnego etapu sztafety przez obsługę działą przeciwpancernego.

28. Trzeci etap — 450 m.

Działo przeciwpancerne znajduje się na podstawie wyjściowej w ukryciu w odległości 50 m przed linią stanowisk ogniowych moździerzy. Po otrzymaniu komendy, obsługa wytacza działo z ukrycia i przetacza go do przodu 400 m pokonując po drodze zapory i przeszkody, następnie na wyznaczonym miejscu przygotowuje działo do prowadzenia ognia na wprost.

Po wykonaniu tego zadania sędzia podaje komendę do rozpoczęcia następnego etapu.

29. Czwarty etap — 500 m pokonują ckmieści.

Drużyny ckm znajdują się na podstawie wyjściowej w okopie (obok miejsca startu łącznościowców).

Na sygnał sędziego dowódca drużyny ckm podaje komendę „marsz“. Drużyna ckm wychodzi z okopu i rozpoczyna posuwanie się naprzód, pokonując po drodze zapory i przeszkody, ostatnie 50 m pelzając.

Na końcu odległości (finiszu) drużyna ustawia ckm na stanowisku ogniowym, ładuje i przygotowuje ckm do prowadzenia ognia oraz skierowuje go do celu wskazanego przez sędziego.

Po uzyskaniu gotowości do prowadzenia ognia i zameldowaniu „gotów“ sędzia daje sygnał do rozpoczęcia piątego etapu.

30. Piąty etap — 1500 m pokonuje pluton piechoty.

Pluton zajmuje podstawę wyjściową w transzei (obok ckmistów). Po sygnale sędziego pluton rozpoczyna posuwanie się

naprzód pokonując tor przeszkód i przebywając następnie 500 m w masce przeciwgazowej. W końcu określonej odległości pluton ładuje się na samochód.

Czas mierzy się ostatniemu żołnierzowi.

31. Szósty etap odbywa się na samochodach w celu sprawdzenia umiejętności kierowców w prowadzeniu maszyn w urozmaiconym terenie na odległości do 2 km. Kierowcy wykonują jazdę w tył 20 m, przełączenie na bieg przedni, jazdę na obrysie figury „ósemki“, posiadający mały krąg o promieniu 5—6 m oraz duży o promieniu 9—10 m, następnie pokonują różne zapory i przeszkody (most, rów, przejazd przez sztuczne wrota z zatrzymaniem się samochodu na wskazanym miejscu).

Potem strzelcy zeskakują z samochodu zajmują linię ognia i każdy z nich rzuca granat do celu, a następnie odbywa wyznaczone strzelanie (jedno z wcześniej przerobionych).

32. Zwycięstwo ustala się na podstawie uzyskanego ogólnego czasu i wyników poszczególnych etapów przy czym za nieprawidłowe wykonanie danych czynności daje się karne punkty.

Opisana sztafeta może służyć każdemu dowódcy za przykład na podstawie którego ustali inne podobne. Przy dobieraniu warunków sztafety trzeba uwzględnić poziom wyszkolenia bojowego żołnierzy mających brać udział w zawodach.

33. Wzorując się na powyższych przykładach w Wojskach Lotniczych i Marynarce Wojennej należy opracować podobne zawody, które szeroko przeprowadzać na wszystkich szczeblach.

Ustalając program zawodów w podobnych wojskowo-użytecznych konkurencjach należy również uwzględnić te czynności które są słabiej opanowane i włączyć je do programu, ażeby w ten sposób usunąć braki w wyszkoleniu bojowym.

34. Wojskowo-użyteczne zawody powinny być włączone do planu kalendarzowego masowych zawodów sportowych. Przeprowadzać je należy niezależnie od pogody i pory roku, zdając sobie sprawę z tego, że pomogą one w znacznym stopniu podnieść gotowość bojową w wojsku.

## W S K A Z Ó W K I

### przeprowadzenia zawodów strzelecko-bojowych oddziałów piechoty i piechoty zmotoryzowanej na szczeblu pułku, dywizji i okręgu wojskowego.

#### I. Zasady ogólne.

1. Zawody strzelecko-bojowe mają na celu:
  - podnieść poziom wyszkolenia pododdziału w umiejętności wykorzystania swej broni w walce;
  - sprawdzić wyniki pracy dowódców w przygotowaniu żołnierzy do wykonania zadań bojowych w walce.
2. Zawody strzelecko-bojowe — zespołowe obejmują:
  - a) strzelanie jednostkowo-zespołowe z kbk;
  - b) strzelanie jednostkowo-zespołowe z pm;
  - c) strzelanie jednostkowo-zespołowe z rkm;
  - d) strzelanie jednostkowo-zespołowe z ckm;
  - e) strzelanie jednostkowo-zespołowe z karabina wyborowego;
  - f) strzelanie jednostkowo-zespołowe z pistoletu wz. 33;
  - g) strzelanie bojowe-zespołowe „Drużyna piechoty w natarciu“;
  - h) strzelanie bojowe-zespołowe „Pluton moździerzy 82 mm w obronie“.
3. Wymieniony wyżej program realizować na szczeblu dywizji, okręgów wojskowych w całości, a na szczeblu pułku — bez strzelania z karabina wyborowego i moździerzy.
4. Uzbrojenie zawodników winno być należycie przygotowane i całkowicie sprawne. Wszelkie uszkodzenia i zacięcia broni nie mogą wpłynąć na przedłużenie czasu strzelania (czasu ukazywania się figur), ani nie mogą być powodem powtórzenia pokazywania celów lub też powtarzania strzelania. Zmiany, ulepszenia lub poprawienia obowiązującego uzbrojenia jest niedopuszczalne.
5. Wszelkie sprawy związane z organizacją i przeprowadzeniem zawodów oraz kwestie sporne co do oceny, klasyfikacji zespołów nie objęte niniejszymi wskazówkami, ustala i rozstrzyga dowódca organizujący zawody.

## II. Szczegółowy program strzelań.

### 1. Strzelanie jednostkowo-zespołowe z kbk.

Udział biorą zespoły:

- na szczeblu pułku zespół wystawia każda kompania piechoty i batalion szkolny (PSP), wyłoniony z całego stanu osobowego kompanii (szkoły),
- na szczeblu dywizji — zespół z każdego pułku zestawiony z najlepszych strzelców z całego stanu osobowego pułku,
- na szczeblu okręgu wojskowego — zespół z każdej dywizji, wyłoniony na zawodach dywizyjnych,
- skład zespołu — sześciu zawodników:
  1. dowódca zespołu — podoficer,
  2. zastępca dowódcy zespołu — podoficer (szeregowiec),
  3. 4-ch strzelców.

Broń: kbk wz. 44.

Ubiór: dreluchy, plecak, hełm, pas główny, granat ćwiczebny, łopatką, manierka, maska przeciwgazowa.

Rodzaj strzelania:

Strzelanie pojedynczo-bojowe Nr 1 według Instrukcji Strzelania Piechoty część pierwsza — Strzelanie z broni ręcznej i maszynowej.

Obliczanie wyników:

Wyniki oblicza się dla każdego zawodnika oddzielnie w następujący sposób:

- za trafienie każdej figury — 10 pkt.
- za trafienie wszystkich figur przy użyciu 5 naboji dolicza się — 10 pkt.
- za trafienie wszystkich figur przy użyciu 6 naboji dolicza się — 5 pkt.
- za trafienie celu Nr 2 z odległości nie bliższej jak 90 m dolicza się — 10 pkt.
- za trafienie celu Nr 2 z odległości nie bliższej jak 75 m dolicza się — 5 pkt.
- za trafienie bezpośrednie granatem do rowu z odległości nie bliższej jak 30 m dolicza się — 5 pkt.

W wypadku równej ilości punktów dwu lub więcej zawodników o pierwszeństwie decyduje dalsza odległość trafienia celu Nr 2.

Suma punktów osiągniętych przez 6 zawodników stanowi wynik zespołu. W wypadku równej ilości punktów dwu lub więcej zespołów o dalszym miejscu decyduje mniejsza różnica punktów między najlepszym i najslabszym strzelcem zespołu.

2. Strzelanie jednostkowo-zespołowe z pm.

Udział zespołów w zawodach i ubiór — jak przy strzelaniu jednostkowo-zespołowym z kbk.

Broń: pistolet maszynowy wz. 41.

Rodzaj strzelania: strzelanie pojedynczo-bojowe Nr 1

— według Instrukcji Strzelania Piechoty cz. I — Strzelanie z broni ręcznej i maszynowej.

Obliczanie wyników:

Na wynik zawodnika składa się:

- za trafienie każdej figury jednym strzałem — 10 pkt.
- za każdą następną przestrzelinę w figurze — 1 pkt.
- za bezpośrednie trafienie granatem do rowu z odległości nie bliższej jak 30 m dolicza się — 5 pkt.

W wypadku równej ilości punktów dwu lub więcej zawodników o pierwszeństwie decyduje większa ilość przestrzelin w celu Nr 2.

Ocena zespołowa — jak w strzelaniu z kbk.

3. Strzelanie jednostkowo-zespołowe z ręcznego karabina maszynowego.

Udział biorą zespoły:

- na szczeblu pułku po 3-ch celowniczych i 3-ch pomocników celowniczych z każdej kompanii piechoty pułku i PSP;
- na szczeblu dywizji po 6-ciu celowniczych i 6-ciu pomocników z każdego pułku dywizji;
- na szczeblu okręgu wojskowego po 6-ciu celowniczych i 6-ciu pomocników z każdej dywizji;
- skład zespołu, jak do strzelania z kbk z tym, że celowniczo-wie mogą być podoficerami.

Broń: ręczny karabin maszynowy.

Ubiór: dreluchy, plecak, hełm, pas główny (dla pomocnika celowniczego) torba z dwoma magazynkami, łopátka, manierka, maska przeciwgazowa.

Rodzaj strzelania:

Strzelanie pojedynczo-bojowe Nr 1 z rkm według Instrukcji Strzelania Piechoty cz. I — Strzelanie z broni ręcznej i maszynowej.

Obliczanie wyników:

Na wynik zawodnika składa się:

- za trafienie każdej figury — 10 pkt.
- za każdą przestrzelinę w figurze — 1 pkt.

W wypadku równej ilości punktów dwóch lub więcej zawodników o pierwszeństwie decyduje większa ilość trafionych w km, a następnie w popiersia.

Ocena zespołowa:

Suma punktów osiągniętych przez 6-ciu zawodników stanowi wynik zespołu. W wypadku równej ilości punktów dwu lub więcej zespołów o lepszym miejscu decyduje mniejsza różnica punktów między najlepszym a najsłabszym strzelcem zespołu.

4. Strzelanie jednostkowo-zespołowe z ciężkiego karabina maszynowego.

Udział biorą:

- na szczeblu pułku — zespół wystawia każda kompania ckm i PSP, wyłoniony z całego stanu kompanii i plutonu ckm szkoły podoficerskiej,
- na szczeblu dywizji zespół z każdego pułku wyłoniony spośród wszystkich kompanii ckm i pułkowej szkoły podoficerskiej,
- na szczeblu okręgu wojskowego zespół z każdej dywizji,
- skład zespołu: dowódca — podoficer i 4-ch szeregowców.

Broń: ciężki karabin maszynowy „MAKSIM“.

Ubiór: dreluchy, hełm, pas główny, łopatką, manierka, maska przeciwgazowa, karabin (oprócz celowniczego), poza tym lornetka.

Rodzaj strzelania: strzelanie pojedynczo-bojowe Nr 1 z ckm według Instrukcji Strzelania Piechoty cz. I — Strzelanie z broni ręcznej i maszynowej.

Obliczanie wyników: Ocenia się każdego strzelca obsługi oddzielnie i cały zespół łącznie. Na wynik zawodnika składa się:

- za każdą trafioną figurę — 10 pkt.
- za każdą przestrzelinę w figurze — 1 pkt.

W wypadku równej ilości punktów dwóch lub więcej zawodników o pierwszeństwie decyduje większa ilość trafionych km, a następnie — większa ilość trafionych w celu Nr 3.

Ocena zespołowa jak w strzelaniu z rkm.

5. Strzelanie jednostkowo-zespołowe dla strzelców wyborowych.

Udział biorą:

- na szczeblu dywizji — zespół 6-ciu najlepszych strzelców wyborowych z każdego pułku wybranego z całego stanu osobowego pułku;
- na szczeblu okręgu wojskowego — zespół 6-ciu strzelców wyborowych z każdej dywizji;
- skład zespołu — jak do strzelania z kbk.

Broń: karabin wyborowy z celownikiem optycznym.

Ubiór: drelichy, plecak, hełm, pas główny, ładownica, łopata, manierka, maska przeciwgazowa.

Rodzaj strzelania:

Strzelanie pojedynczo-bojowe Nr 1 z kb z celownikiem optycznym według Instrukcji Strzelania Piechoty cz. I — Strzelanie z broni ręcznej i maszynowej.

Obliczanie wyników:

Wyniki każdego zawodnika oblicza się w sposób następujący: za porażenie (trafienie) wszystkich figur przy użyciu:

- |                  |           |
|------------------|-----------|
| — trzech naboł   | — 35 pkt. |
| — czterech naboł | — 30 pkt. |
| — pięciu naboł   | — 25 pkt. |
| — sześciu naboł  | — 20 pkt. |

Gdy zawodnik nie trafi jakiegokolwiek celu otrzymuje „0“ punktów. W wypadku równej ilości punktów dwu lub więcej zawodników, lepszy jest ten, który trafił figury przy pierwszym względnie drugim ukazaniu się celu np.: dwóch zawodników ma jednakowy wynik po 35 pkt., ale jeden z nich ostrzelał cel Nr 1 przy pierwszym ukazaniu się, cel Nr 2 przy pierwszym i Nr 3 przy trzecim ukazaniu się, a drugi ostrzelał wszystkie cele przy każdym pierwszym pokazaniu się celu.

Pierwsze miejsce ma zawodnik drugi.

Ocena zespołowa: — jak w strzelaniu z rkm.

6. Strzelanie jednostkowo-zespołowe z pistoletu wz. 33.

Składa się z 2-ch konkurencji (dwójbój). W obu strzelaniach biorą udział ci sami zawodnicy. Zawodników i zespoły ocenia się za obydwa strzelania łącznie.

Udział biorą:

- (w obu strzelaniach) bierze zespół 5-ciu najlepszych strzelców spośród oficerów z każdego batalionu piechoty i 2 zespoły dowództwa (w składzie dowództwa również oficerowie pododdziałów specjalnych pułku i batalionu szkolnego) — wytypowanych na podstawie strzelań programowych,
- na szczeblu dywizji jeden zespół oficerów wybranych z całego pułku,
- na szczeblu okręgu wojskowego jeden zespół oficerów wybranych z całej dywizji.

Broń: (do obu strzelań) pistolet wz. 33.

Ubiór: (do obu strzelań) — mundur, czapka polowa (furażerka), pas główny z poprzeczką, futerał na pistolet.

a) Strzelanie z pistoletu Nr 3.

Warunki i przeprowadzenie strzelania ściśle według Instrukcji Strzelania Piechoty cz. I.

Ocena zawodników według osiągniętych punktów. W wypadku równej ilości punktów o pierwszeństwie decyduje większa ilość dziesiątek, dziewiątek itd.

b) Strzelanie do sylwetek.

Cele: pięć sylwetek stojących (tarcza sportowa Nr 10) ustawionych w odstępach 75 cm między osiami ukazujących się sylwetek. Odległość: — 25 m.

Naboi: — 15 na strzelca w trzech seriach, po 5 strzałów każda seria, 75 naboji na cały zespół.

Postawa: — stojąc z wolnej ręki,

Czas: — na całe strzelanie 2,5 min.

Na danie pierwszej serii — 10 sekund, drugiej serii — 8 sekund, trzeciej serii — 6 sekund.

Pokazywanie wyników: — po każdej serii.

Przeprowadzenie strzelania:

Zawodnik na stanowisku, ramię z pistoletem skierowane ku ziemi pod kątem 45 stopni i nie wolono go podnieść przed ukazaniem się sylwetek.

Cel ukazuje się w ciągu 6—10 sekund po zameldowaniu przez strzelającego „gotów“ i znika po upływie czasu przeznaczonego na daną serię.

Ocena: — według ilości trafionych figur w trzech seriach; w razie równości — według osiągniętych punktów w trzech seriach.

Klasyfikacja zawodników i zespołów za oba strzelania.

Zawodników ocenia się według osiągniętych miejsc w poszczególnych strzelaniach.

W strzelaniu dokładnym (Nr 3) za pierwsze miejsce otrzymuje 1 punkt, za drugie miejsce 2 punkty, za trzecie 3 punkty.

W strzelaniu do sylwetek za pierwsze miejsce otrzymuje 1,5 pkt., za drugie 2 pkt., za trzecie 2,5 pkt. itd.

Najlepszym jest zawodnik, który za oba strzelania uzyska najmniejszą ilość punktów, dalsze miejsca zajmują zawodnicy w kolejności wzrastającej ilości punktów.

Suma punktów uzyskanych przez wszystkich zawodników zespołu za strzelanie stanowi wynik zespołu. Na pierwszym miejscu będzie zespół, który uzyskał najmniejszą ilość pkt.

#### 7. Strzelanie bojowe zespołowe „Drużyna piechoty w natarciu“.

Udział biorą:

- na szczeblu pułku drużyna piechoty z każdej kompanii piechoty i PSP ukompletowana z całego stanu kompanii (szkoły) w składzie ośmiu ludzi, w tym jeden podoficer (dowódca drużyny),
- na szczeblu dywizji — najlepsza drużyna piechoty z każdego pułku, wyłoniona na zawodach pułkowych. Zabrania się kompletowania składu drużyny z kilku kompanii piechoty,
- na szczeblu okręgu wojskowego — najlepsza drużyna piechoty z każdej dywizji, wyłoniona na zawodach dywizyjnych.

Broń: — jeden ręczny karabin maszynowy, cztery karabinki, trzy pistolety maszynowe (posiadane na uzbrojeniu oddziału).

Ubiór: — dreluchy, plecaki, hełmy, łopatki, manierki, maski przeciwgazowe i po jednym granacie ćwiczebnym.

Rodzaj strzelania:

Strzelanie bojowe Nr 1 z kbk według Instrukcji Strzelania Piechoty cz. I — strzelanie z broni ręcznej i maszynowej.

Obliczanie wyników:

Wyniki oblicza się dla drużyny jako całości w sposób następujący:

— za trafienie każdej figury	— 10 pkt.
— za każdą przestrzelinę	— 1 pkt.
— za ocenę z taktyki — bardzo dobrze dolicza się	— 30 pkt.
— za ocenę z taktyki — dobrze dolicza się	— 25 pkt.
— za ocenę z taktyki — dostatecznie dolicza się	— 20 pkt.
— za ocenę z taktyki — niedostatecznie odlicza się	— 30 pkt.

W wypadku równej ilości punktów dwu lub więcej drużyn o pierwszeństwie decyduje większa ilość trafionych w km, a następnie w celu Nr 4.

8. Strzelanie bojowe zespołowe „Pluton 82 mm moździerzy w obronie“.

Udział bierze:

- na szczeblu dywizji najlepszy pluton z każdego pułku w składzie 1 oficer (podoficer), trzech podoficerów i 12 szeregowców. Kompletowanie plutonu z kilku kompanii moździerzy jest wzbronione.
- na szczeblu okręgu wojskowego — najlepszy pluton z każdej dywizji wyłoniony na zawodach dywizyjnych.

Broń: trzy 82 mm moździerze będące na uzbrojeniu, obsługa uzbrojona według etatu.

Ubiór: dreluchy, hełmy, pasy główne, łopatki, manierki, maski przeciwgazowe, dowódca plutonu mapnik, kompas i lornetka.

Rodzaj strzelania:

Strzelanie szkolno-bojowe z moździerzy nr 3 według Instrukcji Strzelania Piechoty cz. II — strzelanie z 82 mm moździerza.

Warunki strzelania:

Według Instrukcji Strzelania Piechoty cz. II. Rozdział VI z tym, że uzyskana ilość punktów za poszczególne oceny jest wynikiem plutonu (bez wyprowadzenia przeciętnej oceny plutonu).

### III. Klasyfikacja ogólna zespołów .

Podstawą klasyfikacji ogólnej są zajęte miejsca w poszczególnych konkurencjach przez zespoły.

W każdej konkurencji za pierwsze miejsce zespół uzyskuje 1 pkt., za drugie miejsce 2 pkt. itd. Zwycięża ten zespół, który uzyskał najmniejszą ilość pkt. W razie równej ilości punktów o zwycięstwie decyduje zdobycie większej ilości pierwszych miejsc w poszczególnych strzelaniach.

U w a g a : Uzyskane wyniki na szczeblu dywizji wliczać do punktacji spartakiady dywizyjnej, a na szczeblu okręgu wojewódzkiego do spartakiady OW.

Załącznik Nr 5 do rozkazu Ministra Obrony Narodowej  
Nr 56/MON z dnia 3 listopada 1954 r.

## I N S T R U K C J A

### odznaki „Sprawny do Pracy i Obrony“.

Postanowienia ogólne.

1. Odznaka „Sprawny do Pracy i Obrony“, w skrócie SPO, stanowi wyraz osiągniętej sprawności fizycznej w ramach wszechstronnego wychowania fizycznego.  
Doświadczenia Związku Radzieckiego podczas Wielkiej Wojny Narodowej wykazały, że masowy sport w armii stał się jednym z nieodzownych czynników przygotowania żołnierza do trudów życia bojowego.
2. W celu uzyskania jak najlepszych wyników w organizacji i zdawaniu norm na odznakę SPO, praca ta winna opierać się na:
  - przeprowadzaniu pracy agitacyjno-propagandowej,
  - wyznaczeniu komisji odznaki,
  - objęciu 100% stanu osobowego jednostki,
  - odpowiednim przygotowaniu zdających,
  - przygotowaniu bazy materiałowej,
  - przeprowadzeniu dokumentacji.
3. Odznakę SPO przyznaje dowódca pułku rozkazem specjalnym „O nagrodzeniu odznaką Sprawny do Pracy i Obrony“, na podstawie uzyskanych norm zgodnie z regulaminem odznaki.
4. Nagrodzenie odznakami SPO powinno mieć charakter uroczysty i stać się świętem sportowym jednostki.

### Regulamin odznaki SPO.

5. Regulamin odznaki SPO przewiduje grupy ćwiczeń obowiązkowych i grupy ćwiczeń do wyboru.
6. Dla uzyskania odznaki SPO należy wykonać siedem ćwiczeń obowiązkowych i cztery ćwiczenia z wyboru po jednym ćwiczeniu z każdej grupy, razem jedenaście norm — załącznik Nr 5.

Ćwiczenia obowiązkowe obejmują:

Wiadomości o celach i zadaniach kultury fizycznej, gimnastykę, tor przeszkód, pływanie, marsz, bieg i strzelanie. Normy określa załącznik Nr 5 stosownie do kategorii wieku.

Kategorie wieku rozbite są na wiek od lat 17—35 i 36 lat wżwyż. Ćwiczenia do wyboru są ułożone w czterech grupach, z których należy wybrać po jednym ćwiczeniu.

7. We wszystkich konkurencjach obowiązują przepisy odnośnych sekcji sportowych Głównego Komitetu Kultury Fizycznej, natomiast w gimnastyce, pokonywaniu toru przeszkód i strzelaniu obowiązują instrukcje WP.
8. Najdłuższy termin dla zdawania wszystkich norm nie może przekraczać dwóch lat od terminu zdania pierwszej normy.
9. Ważność zdania normy przez ubiegającego się o odznakę SPO musi być potwierdzona w protokole wzór Nr 1 najmniej trzema podpisami członków komisji odznaki.
10. W razie nie ukończenia zdawania wszystkich norm przez żołnierza z powodu zwolnienia lub przeniesienia, sztab pułku wystawi mu zaświadczenie o wykonanych normach według wzoru Nr 3. Stwierdzone musi być ono podpisem szefa sztabu pułku (równorzędno) i przewodniczącego komisji odznaki.

#### **Organizacja przeprowadzania prób na odznakę SPO.**

11. Za całość przeprowadzenia prób w pułku (równorzędnym) organizację prac związanych z SPO i objęcie całego stanu osobowego pułku odpowiada osobiście dowódca pułku (równorzędny) wraz ze swoim zastępcą do spraw politycznych.
12. Dowódca pułku przez swój sztab i dowódców batalionów kontroluje przygotowanie żołnierzy w kompaniach, zdawanie przez nich norm i osiągnięte wyniki. Wgląda w dokumentację kompanijną i komisji odznaki SPO. Sporządza sprawozdania oraz zapotrzebowania na odznaki i legitymacje z dywizji.
13. Instruktor WF pułku przygotowuje i instruuje dowódców kompanii i plutonów w zakresie przeprowadzania treningów i sposobu zdawania norm. Dowódcom kompanii przydziela się sprzęt w czasie zdawania ćwiczeń i poucza o przygotowaniu bieżni, skoczni, toru przeszkód, pływalni itp.
14. Zastępca dowódcy do spraw politycznych poprzez zastępców politycznych dowódców batalionów i kompanii mobilizuje aktywnie partyjny i ZMP wokół zagadnień związanych z SPO. Przeprowadza odpowiednią pracę propagandowo-agitacyjną wśród żołnierzy i oficerów. Przypilnowuje, aby najlepsze wyniki indywi-

dualne i zespołowe były popularyzowane. Organizuje pogadanki na temat WF i SPO w wojsku w ramach pracy świetlicowej.

15. Za przygotowanie żołnierzy do zdawania norm i organizację odpowiedzialny jest dowódca kompanii (równorzędny). Obowiązkiem jego jest zapoznać żołnierzy z regulaminem SPO, wytrenować i przygotować ich do zdawania ćwiczeń zgodnie z regulaminem odznaki.
16. Dla celów organizacyjnych i przyjmowania norm od zdających dowódca pułku (równorzędny) wyznacza rozkazem dziennym komisję odznaki w składzie:
  - a) oficer polityczny,
  - b) instruktor wf,
  - c) lekarz jednostki,
  - d) przedstawiciel ZMP,
  - e) dwóch — trzech najlepszych aktywistów sportowych.

Poza tym komisja w czasie masowego zdawania norm na SPO winna dokoptować tylu członków, ilu wymaga potrzeba dla stworzenia szeregu podkomisji celem przyjęcia norm od poszczególnych grup i kompanii. W skład podkomisji winny wejść najmniej trzy osoby zatwierdzone przez dowódcę pułku (równorzędnych).

17. Obowiązki komisji odznaki:
  - a) kontrolować przeprowadzenie treningów kompanijnych,
  - b) opracować plan zdawania norm na SPO na cały rok szkoleniowy,
  - c) przyjmować zdawanie ćwiczeń od ubiegających się o odznakę i wpisywać je do protokołu (wzór Nr 1) oraz potwierdzać je swoim podpisem.

U w a g a : Rubryki nie wypełnione należy zakresłać.  
Wszelkie poprawki muszą być podpisane.

- d) wpisywać osiągnięte wyniki do zestawień plutonu (wzór Nr 2),
- e) kontrolować zestawienia wykonane przez dowódcę batalionu i po sprawdzeniu prawidłowości odnośnie zdających potwierdzać je podpisem co najmniej trzech członków,
- f) przechowywać wszystkie protokoły i zestawienia batalionu u instruktora WF pułku według dyscyplin i osobno dla każdej kompanii.

### Dokumentacja przeprowadzania prób na odznakę SPO.

18. Dowódca kompanii zakłada jednorazowo na każdy pluton osobne zestawienie (wzór Nr 2) wypełniając rubryki 1—4. Pozostałe rubryki 5—18 wypełnia w miarę zdawania norm przez żołnierzy zgodnie z protokołami. Zestawienie to jest kontrolą dla dowódcy kompanii stopnia przebiegu akcji zdawania norm na odznakę SPO, winno ono być wklejone w dziennik lekcyjny plutonu. Każdorazowo przed rozpoczęciem próby przygotowuje protokoły (wzór Nr 1) wypełniając rubryki od 1—4. Protokoły te przedstawia komisji przyjmującej normy.
19. Dowódca batalionu w terminie do 10 kwietnia — sierpnia — października wykonuje zestawienie (wzór Nr 2) na podstawie zestawień kompanijnych i przesyła je do sztabu pułku. W zestawieniu batalionowym ujmuje wyłącznie tych żołnierzy, którzy wykonali wszystkie normy zgodnie z rubrykami od 5—18. Zestawienie to musi być stwierdzone przez podpisy przynajmniej trzech członków komisji odznaki i podpis dowódcy batalionu.
20. Celem stwierdzenia prawdziwości danych dowódca pułku wysyła meldunek do sztabu dywizji o wykonaniu norm przez grupę żołnierzy. Wówczas dowódca dywizji na podstawie meldunku z pułku deleguje w terminie nie dłuższym niż pięć dni od daty otrzymania meldunku pułku komisję wybraną spośród oficerów sztabu. W składzie komisji powinien być oficer WF dywizji.
21. Zadaniem tej komisji jest powtórzyć próby w jednej konkurencji obowiązkowej (z wyjątkiem pierwszej próby) i jedno ćwiczenie z grupy ćwiczeń do wyboru, przynajmniej 10% wybranych zestawień batalionowych. W wypadku gdy więcej aniżeli 25% z wyznaczonych 10% żołnierzy nie zdało normy w jednej konkurencji dowódca dywizji unieważnia próby we wszystkich konkurencjach dla pozostałych żołnierzy.
22. Dowódca pułku wydaje rozkaz specjalny „O nagrodzeniu odznaką Sprawny do Pracy i Obrony“. Na zestawieniach batalionowych (wzór Nr 2) nagrodzeni żołnierze kwitują odbiór odznak i legitymacji (rubryki 19 i 20).

### Sprawozdawczość.

23. Sztab pułku na podstawie zestawień batalionowych wykonuje sprawozdanie (wzór Nr 4). Sprawozdanie to wraz z odpisem roz-

kazu „O nagrodzeniu odznaką SPO“ i pozytywnym protokołem komisji kontrolnej dywizji jest podstawą do otrzymania odznak i legitymacji ze sztabu dywizji. Dokumenty te wraz z zapotrzebowaniem należy wysłać do sztabu dywizji do dnia 20 kwietnia — sierpnia — października.

24. Sztab dywizji wykorzystuje sprawozdania pułkowe dla wykonania sprawozdania dywizyjnego (wzór Nr 1), które winien przedstawić w okręgu do dnia 25 kwietnia — sierpnia — października.
25. Na podstawie sprawozdań dywizyjnych i zapotrzebowań okręg przesyła dywizjom odpowiednie ilości odznak i legitymacji i wykonuje sprawozdanie ogólne okręgu (wzór Nr 4), które powinien nadesłać do Głównego Zarządu Wyszkożenia Bojowego, Zarządu Wychowania Fizycznego i Sportu do dnia 1 maja — września — listopada.

U w a g a : odnośnie szkół oficerskich batalion traktuje się jako pułk, szkołę jako dywizję. Kontrolę w batalionach przeprowadza komisja wyznaczona przez komendanta szkoły. Odznaki SPO przyznaje komendant szkoły.

#### **Postanowienia końcowe.**

26. Pracownicy cywilni administracji wojskowej oraz rodziny kadry oficerskiej i podoficerskiej mogą zdawać poszczególne normy przed komisją pułkową, z wyjątkiem toru przeszkód. Dowództwo pułku wystawia w zastępstwie zaświadczenia (wzór Nr 3) zaopatrzone podpisem szefa sztabu pułku i pieczęcią. Na podstawie tych zaświadczeń oraz wykonania brakujących norm na zasadach przyjętych w regulaminie SPO Głównego Komitetu Kultury Fizycznej, właściwy Komitet Kultury Fizycznej wydaje wyżej wymienionym legitymacje i odznaki.
27. Dowódca dywizji wyznacza komisję spośród swoich oficerów dla pozostałych jednostek, jak samodzielne kompanie itp. Poza tym posyła odpisy sprawozdań do wiadomości korpusu.
28. Wszystkie sprawozdania (wzór Nr 4) po wypełnieniu traktować jako tajne i przysyłać wyłącznie zgodnie z niniejszą instrukcją. Właściwe Komitety Kultury Fizycznej żadnych sprawozdań od jednostek wojskowych nie otrzymują.
29. Odznakę SPO nosi się 1 cm nad prawą kieszenią.

Załącznik Nr 1 do instrukcji

Wzór Nr 1

Jedn..... Baon..... Kompania..... Pluton.....

Po wypełnieniu tajne

**PROTOKÓŁ NR.....**

przyjęcia egzaminu na Odznakę SPO stopnia .....

dnia..... 195...r.

Komisja Jednostki Wojskowej .....

w składzie: 1..... 2.....

3..... 4.....

przyjęła normy w konkurencji .....

Lp.	Stopień	Nazwisko i imię	Rok urodz.	Uzyskany wynik	Ocena	Wynik
1	2	3	4	5	6	7
1.						
2.						
3.						
4.						
5.						
6.						
7.						
8.						
9.						
10.						
11.						
12.						
13.						
14.						

(dalszy ciąg wzoru Nr 1)

1	2	3	4	5	6	7
15.						
16.						
17.						
18.						
19.						
20.						
21.						
22.						
23.						
24.						
25.						
26.						
27.						
28.						
29.						
30.						
31.						
32.						
33.						
34.						

Podpis Komisji: Przewodniczący .....

Członkowie .....



(dalszy ciąg wzoru nr 2)

	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	
18)																				
19																				
20																				
21																				
22																				
23																				
24																				
25																				
26																				
27																				
28																				
29																				
30																				
31																				
32																				
33																				
34																				

\*) Podać wyniki próby

\*\*) Podać jakie zostało wybrane ćwiczenie.

UWAGA: Rubryki należy wypełniać w miarę wykonywania norm. Rubryki 17, 18, 19 i 20 wypełnia się na zestawieniach baonowych.

PODPIS DOWÓDCY

Data \_\_\_\_\_

PODPIS KOMISJI

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Jednostka wojskowa Nr.....

Załącznik Nr 3 do instrukcji  
Wzór Nr 3

## ZASWIADCZENIE

wydane.....  
stwierdzające, że w/w w czasie pobytu w jedn. wojsk. Nr.....  
wykonał następujące normy w ćwiczeniach  
na odznakę SPO stopnia

Lp.	Cwiczenie	Wynik	Data	Uwagi
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				

Z tego zdano norm.....  
(słownie)

Podpis przew. komisji

Podpis szefa sztabu jednostki

Pieczęć

Data.....

Załącznik Nr 4 do instrukcji  
Wzór Nr 4  
 (po wypełnieniu tajne)

Jednostka wojskowa .....

## SPRAWOZDANIE

o ilości wykonanych w pełni norm na odznakę SPO  
 stopnia .....

Lp.	Z d a j ą c y	N o r m y w y k o n a ło				R a z e m	
		przed okresem sprawozdawczym		w okresie sprawozdawczym		17-35 lat	Ogółem
		17-35 lat	od 36 lat wzwyż	17-35 lat	od 36 lat wzwyż		
1.	Oficerowie						
2.	Podoficerowie						
3.	Podchorążowie						
4.	Szeregowcy						
5.	O g ó ł e m						

Dnia ..... 195...r.

Podpis dowódcy jednostki

**ZESTAWIENIE ĆWICZEŃ NA ODZNAKĘ SPO DLA MEŃCZYŹN I KOBIET STOPNIA I**  
**A. ĆWICZENIA OBOWIĄZKOWE**

Lp.	Rodzaj ćwiczeń	N o r m y					
		K o b i e t y		M ę ǳ ę z y ń i		od 36 lat wzwyż	6
		17—35 lat	od 36 lat wzwyż	17—35 lat	od 36 lat wzwyż		
1	2	3	4	5	6		
1	Znaczenie kultury fizycznej	Wiadomości o celach, zadaniach i organizacji kultury fizycznej dla obrony kraju					
2	Gimnastyka	Według regulaminu	GKKF	Ćwiczenie na 16 temp, zadanie Nr 8 (drażek, poręczce)	Ćwiczenie na 16 temp, zadanie Nr 3 (drażek, poręczce)		
3	Pływanie	50 m	25 m	50 m	25 m		
4	Tor przeszkód: kobiety 150 m mężczyźni 300 m	7 przeszkód 1 : 25 min.	7 przeszkód 1 : 30 min.		Według instrukcji WF ocena dobra	Według instrukcji WF ocena dostateczna	
5	Marsz: kobiety 5 000 m mężczyźni 10 000 m	40 min.	42 min.		1 godz. 15 min.	1 godz. 25 min.	
6	Bieg: kobiety 500 m mężczyźni 1 000 m	2 : 10 min.	2 : 20 min.		3 : 30 min.	3 : 45 min.	

1	2	3	4	5	6
<b>B. ĆWICZENIA DO WYBORU</b>					
<b>Grupa I</b>					
1	Bieg 100 m	17,0 sek.	17,5 sek.	14,0 sek.	14,5 sek.
2	Bieg kolarski 500 m: Start lotny rower turystyczny Start lotny rower wysięgowy	1 : 15 min. 0 : 55 min.	1 : 30 min. 1 : 15 min.	0 : 50 min. 0 : 45 min.	0 : 55 min. 0 : 50 min.
3	Bieg na łyżwach 500 m łyżwy krótkie łyżwy wysięgowe	1 : 25 min. 1 : 12 min.	1 : 35 min. 1 : 20 min.	1 : 18 min. 1 : 04 min.	1 : 30 min. 1 : 15 min.
4	Pływanie 50 m	1 : 25 min.	1 : 40 min.	1 : 15 min.	1 : 30 min.
<b>Grupa II</b>					
1	Skoki dowolne do wody z trampoliny wysokość ilość	1 m 2	1 m 1	3 m 2	1 m 2
2	Skok w dal z rozbiegu	3,20 m	3,00 m	4,40 m	4,20 m
3	Skok wzwyż z rozbiegu	1,05 m	1,00 m	1,25 m	1,20 m
4	Skoki narciarskie	—	—	3 skoki ustane w tym 2 co naj- mniej dł. 15 m	2 skoki ustane w tym 1 co naj- mniej dł. 12 m

1	2	3	4	5	6
5	Jazda figurowa na lodzie	3 fig. z mnoż. 1 1 : 30 min. jazdy dowolnej i dowolnej lub parami	2 fig. z mnoż. 2, 2 fig. z mnoż. 1 dowolnej jazdy dowolnej i dowolnej lub parami	jak kobiety	jak kobiety
6	Jazda na motorze	Ukończenie pierwszego kroku motocyklowego wg regulaminu ramowego S.S.M. GKKF			
7	Wioslarstwo Jazda na jedynce wysięgowej (fornirowanej lub klepkowej)	Zniesienie i opuszczenie łodzi na wodę (dopuszczalna pomoc) prawidłowe zajęcie miejsca i odbicie od pomostu, wykonanie ósemki na wodzie wokół dwu punktów wytyczonych bojami lub zakotwiczonymi łodziami ustawionymi w odległości 30 m od siebie, na wodzie stojącej lub 60 m na wodzie bieżącej. Dobicie do pomostu. Czas nieograniczony. Warunkiem dopuszczenia jest uprzednie zdobycie normy w grupie IV.			
8	Strzelanie: broń małokalibrowa, odd. 50 m, tarcza sportowa Nr 3, naboi 3 próbne i 5 ocenianych, postawa leżąc z wolnej ręki, czas wraz z próbnymi 20 min. Z kbk lub kbks, kbk — strzelanie szkolne według Instrukcji Strzelania Piechoty cz. I I kbks — strzelania Nr 1 według Instrukcji Strzelania Piechoty cz. I.	35 pkt.	35 pkt.	40 pkt.	40 pkt.
		18 pkt. nie wypuścić żadnego pocisku z pierścienia „6”	18 pkt. nie wypuścić żadnego pocisku z pierścienia „6”	18 pkt. nie wypuścić żadnego pocisku z pierścienia „6”	18 pkt. nie wypuścić żadnego pocisku z pierścienia „6”

1	2	3	4	5	6
	Pistolet wz. 33 strzelanie Nr 3 wg Instr. Strzel. Piechoty cz. I	25 pkt.	25 pkt.	25 pkt.	25 pkt.
9	Zjazd narciarski	Odnaka zjazdowa brązowa	Odnaka zjazdowa brązowa	Odnaka zjazdowa brązowa	Odnaka zjazdowa brązowa
10	Szermierka: Florety Szpada Szabla	Ćwiczenie jak w grupie młodocianej Ćwiczenie jak we florecie, lecz każde trafienie wykonać na ramię Ćwiczenie bez broni — jak we florecie Ćwiczenie z bronią — postawa szermiercza z bronią — proste pchnięcie z wypadem — proste cięcie głowa rzutem — proste cięcie bok rzutem			
11	Szermierka: Szabla	Ćwiczenie z bronią			

1	2	3	4	5	6
12	Bagnet	Ćwiczenie bez broni	— postawa szermiercza — krok w przód i w tył — wypad — kroki w przód i wypad (płynnie) — wypad lewą nogą po kroku w tył — postawa szermiercza z bronią — proste pchnięcie z wypadem — proste pchnięcie z krokiem w przód i wypadem (płynnie) — pchnięcie z obejściem z wypadem na ruch chwytu broni odbiciem w prawo, odbiciem w lewo w ruchu w tył — natarcie pojedynczym zwodem z krokiem w przód i wypadem (płynnie w ruchu i tempie) — natarcie przez odbicie pchnięcie z wypadem (odbicie w prawo, odbicie w lewo) w ruchu w przód i w ruchu w tył — odpowiedź przez proste pchnięcie po odbiciu w prawo i po odbiciu w lewo — odpowiedź z wypadem przez pchnięcie z obejściem po odbiciu w prawo i odbiciu w lewo — odpowiedź przez proste pchnięcie z wypadem prawą nogą po odbiciu w lewo w ruchu w tył i w ruchu w przód		
<b>Grupa III</b>					
1	Pchnięcie kulą: kobiety 4 kg mężczyźni 7,250 kg	5,50 m	6,00 m	8,00 m	7,50 m
2	Rzut granatem 500 g	20 m	18 m	38 m	35 m

1	2	3	4	5	6
3	Podnoszenie ciężarów	—	—	Podnieść ciężar w podrzucie oburącz 80% wagi ciała	Podnieść ciężar w podrzucie oburącz 75% wagi ciała
4	Wspinanie po linie pionowej	3 metry od uchwytu z pomocą nóg	3 metry od uchwytu wspinanie	3 metry od uchwytu na samych rękach	— wspinanie
<b>Grupa IV</b>					
1	Pływanie: kobiety 200 m mężczyźni 400 m	6 : 40 min.	7 : 20 min.	12 : 30 min.	14 : 30 min.
2	Bieg na łyżwach: kobiety 1500 m łyżwy krótkie mężczyźni 3000 m łyżwy wysięgowe	5 : 00 min. 4 : 00 min.	6 : 00 min. 5 : 00 min.	8 : : 30 min. 7 : 30 min.	10 : 00 min. 8 : 45 min.
3	Bieg na przełaj: kobiety 1000 m mężczyźni 3000 m	5 : 00 min.	5 : 20 min.	13 : 30 min.	14 : 00 min.
4	Bieg narciarski: kobiety 8 km mężczyźni 12 km	1 godz. 20 min.	1 godz. 30 min.	1 godz. 30 min.	1 godz. 45 min.
5	Bieg kolarski: kobiety 10 km rower turystyczny	35 min.	40 min.	1 godz. 30 min.	1 godz. 35 min.

1	2	3	4	5	6
	meżczyźni 25 km rower wyścigowy	30 min.	35 min.	1 godz. 10 min.	1 godz. 15 min.
6	Bieg wioślarski: a) jedynka pływ. klepkowa woda stojąca woda bieżąca b) czwórka pływ. klepkowa ze sternikiem woda stojąca woda bieżąca	1 000 m czas 7 : 30 min. 7 : 00 min.	1 000 m 8 : 00 min. 7 : 30 min.	2 000 m 13 : 00 min. 11 : 30 min.	2 000 m 13 : 30 min. 12 : 00 min.
		1 000 m czas 6 : 30 min. 6 : 00 min.	1 000 m 7 : 30 min. 7 : 00 min.	2 000 m 11 : 00 min. 10 : 00 min.	2 000 m 11 : 30 min. 10 : 30 min.

#### Warunki dopuszczenia do próby:

Próba winna odbywać się przed komisją sędziowską składającą się z minimum 3 osób z tego I posiadająca stopień co najmniej sędziego wioślarskiego klasy wojewódzkiej, a dwóch klasy powiatowej oraz startera klasy powiatowej. Próba odbywa się na wioślarskim torze regatowym. W razie istnienia toru krótszego niemniej jednak niż 1700 m dla osad męskich przyjąć należy jako minimum czasy proporcjonalnie krótsze i fakt ten zaznaczyć w protokole próby.

I. Warunkiem dopuszczenia jest odbycie uprzedniej próby „obowiązkowe pływanie” i próby do wyboru w grupie I (szybkość) — pływanie względnie przepłynięcie przed komisją sędziowską co najmniej 200 m na wodzie stojącej lub 300 m na wodzie bieżącej w dowolnym czasie.

II. Warunkiem dopuszczenia jest wykazanie się przed komisją sędziowską umiejętnością prawidłowego obchodzenia się z łodzią, a więc:

- umiejętnością prawidłowego wynoszenia łodzi i opuszczenia jej na wodę,
- umiejętnością dopasowania wiosel, podnóżków i sterów oraz zajęcia miejsca w łodzi,

1	2	3	4	5	6
		<p>c) znajomością komend wiosłarskich dla odbicia się od mostu, rozpoczęcia wiosłowania, zatrzymania łodzi, nawracania łodzi itp. (umiejętność musi być wykonana praktycznie na łodzi),</p> <p>d) znajomością prawa drogi, znajomością najprostszych znaków na szlaku wodnym.</p>			
7	<p>Bieg kajakowy:</p> <p>a) jedyńka dystans 500 m woda stojąca woda bieżąca</p> <p>b) dwójka dystans 500 m woda stojąca woda bieżąca</p> <p>c) jedyńka dystans 1000 m woda stojąca woda bieżąca</p> <p>d) dwójka ze sternikiem dystans 1000 m woda stojąca woda bieżąca</p>	<p>2 : 40 min. 2 : 25 min.</p> <p>2 : 35 min. 2 : 20 min.</p> <p>— —</p> <p>— —</p>	<p>3 : 10 min. 3 : 00 min.</p> <p>3 : 05 min. 2 : 55 min.</p> <p>— —</p> <p>— —</p>	<p>2 : 20 min. 2 : 05 min.</p> <p>2 : 15 min. 2 : 00 min.</p> <p>5 : 00 min. 4 : 50 min.</p> <p>4 : 40 min. 4 : 30 min.</p> <p>135 km</p>	<p>2 : 55 min. 2 : 40 min.</p> <p>2 : 50 min. 2 : 35 min.</p> <p>5 : 15 min. 5 : 05 min.</p> <p>5 : 55 min. 4 : 45 min.</p> <p>90 km</p> <p>300 km 6 wycieczek</p>
8	Wycieczki piesze przebycie trasy w 6-ciu wycieczkach	95 km	60 km	135 km	90 km
9	Wycieczki kolarskie	150 km 5 wycieczek	100 km 4 wycieczki	500 km 10 wycieczek	300 km 6 wycieczek

1	2	3	4	5	6
10	Wycieczki kajakowe (przebycie trasy w czterech wycieczkach)	150 km	100 km	250 km	150 km
11	Wycieczki wioślarskie (przebycie trasy w 6-ciu wycieczkach lub mniej)	80 km	60 km	150 km	120 km
12	Hokej na lodzie	—	—	3 spotkania 2 przed komisją	1 spotkanie 1 przed komisją
13	Hokej na trawie	—	—	3 spotkania 1 przed komisją	1 spotkanie 1 przed komisją
14	Gry zespołowe: koszykówka, ilość spotkań, siatkówka, p. ręczna ilość spotkań (kobiety 7 osób, mężczyźni 11 osób)				
U w a g a : zaliczać oficjalne spotkania rozegrane na szczeblu powiatu.					
15	Żeglarnstwo przepłynąć	120 km	100 km	150 km	120 km
W ciągu jednego sezonu w rejsach turystycznych trwających powyżej 24 godz. (przy sterze lub w załodze).					

Uwaga: kilometrarz na wodzie stojącej liczy się normalnie, pod prąd liczy się podwójnie, z prądem w 50%.

**Z E S T A W I E N I E**  
**ĆWICZEŃ NA ODZNAKĘ SPO DLA MEŻCZYŹNI I KOBIET STOPNIA II**

**A. ĆWICZENIA OBOWIĄZKOWE**

Lp.	RODZAJ ĆWICZEŃ	N O R M Y					
		K o b i e t y			M e ż c z y ż n i		
		17—35 lat	od 36 lat	wzwyż	17—35 lat	od 36 lat	wzwyż
1	2	ZWYKŁA	WYBITNA	ZWYKŁA	ZWYKŁA	WYBITNA	ZWYKŁA
		3	4	5	6	7	8
1	Znaczenie kultury fizycznej	Wiadomości o celach, zadaniach i organizacji kultury fizycznej dla obrony kraju					
2	Gimnastyka	Według regulaminu GKKF					
3	Tor przeszkód: kobiety 150 m mężczyźni 300 m	7 przeszkód 1 : 15 min.	7 przeszkód 1 : 05 min.	7 przeszkód 1 : 25 min.	8 ćw. wolnych z kl. III 8 zadanie	Ćw. wolne kl. III 8 zadanie	6 ćw. wolnych z kl. III 8 zadanie
4	Pływanie	100 m	100 m 3 : 00 min.	100 m	Według instrukcji bardzo dobra	100 m 2 : 40 min.	Wg instr. WF ocena dobra
5	Bieg na przelaj: kobiety 1 000 m mężczyźni 3 000 m	4 : 45 min.	4 : 30 min.	5 : 05 min.	12 : 00 min.	10 : 30 min.	12 : 30 min.
6	Marsz z obciążeniem: kobiety 5 000 m obciążenie 3 kg mężczyźni 10 000 m obciążenie 7 kg	38 min.	36 min.	39 min.	1 godz. 5 min.	55 min.	1 godz. 15 min.

1	2	3	4	5	6	7	8
B. ĆWICZENIA DO WYBORU							
Grupa I							
1	Bieg 100 m	16,0 sek.	15,0 sek.	16,5 sek	13,3 sek.	12,5 sek.	13,8 sek.
2	Pływanie 100 m	3 : 00 min.	2 : 20 min.	3 : 20 min.	2 : 40 min.	2 : 00 min.	3 : 00 min.
3	Bieg na łyżwach 500 m: łyżwy krótkie łyżwy wyscigowe	1 : 20 min. 1 : 10 min.	1 : 17 min. 1 : 07 min.	1 : 30 min. 1 : 15 min.	1 : 15 min. 1 : 02 min.	1 : 12 min. 0 : 58 min.	1 : 25 min. 1 : 08 min.
4	Bieg kolarski 500 m: (start lotny) rower turystyczny rower wyscigowy	1 : 10 min. 0 : 50 min.	1 : 08 min. 0 : 48 min.	1 : 25 min. 1 : 10 min.	0 : 48 min. 0 : 43 min.	0 : 45 min. 0 : 40 min.	0 : 52 min. 0 : 48 min.
Grupa II							
1	Skok w dal z rozbiegu	3,50 m	3,80 m	3,35 m	4,80 m	5,20 m	4,60 m
2	Skok wzwyż z rozbiegu	1,10 m	1,20 m	1,05 m	1,35 m	1,50 m	1,30 m
3	Skok o tyczce	—	—	—	—	2,80 m	—
4	Trójskok	—	—	—	—	10,60 m	—
5	Strzelanie pistolet wojskowy wz. 33 postawa stojąc z wolnej ręki	Odl. 25 m 3 próbne 10 ocenianych pkt. 65	pkt. 75	pkt. 35	pkt. 75	Odl. 50 m 3 próbne 10 ocen. pkt. 50	Odl. 25 m 3 próbne 10 ocen. pkt. 65

1	2	3	4	5	6	7	8
	Tarcza sportowa Nr 3 Broń małokalibrowa odl. 50 m Tarcza sportowa Nr 2 Odn. zwykła — postawa leżąc z wolnej ręki Odn. wybitna — 3 postawy leżąc, kłęcząc i stojąc KARABIN WOJSKOWY kb lub kbk odl. 300 m postawa leżąc z wolnej ręki	Strzałów próbnych 3 ocen. 10 pkt. 75  Tarcza Nr 5 sportowa strz. prób. 3 ocen. 10 pkt. 65	9 3 x 10 185  100 x 60 3  10 70	3 10 60  3 fig. z mnoż. 1,1 fig. z mnoż. 2,1 min. jazdy dowol. indywid. lub parami	3 10 83  100 x 60 3  10 70	9 3 x 10 215  leżąc, kłęcząc z 3 postaw 9 3 x 10 180	3 10 75  i stojąc 100 x 60  3 10 65
6	Szermierka	Odnzaka zwykła: Zdobyc klasę II w szermierze w latach zdawania prób na odznakę SPO lub wykazać posiadanie jej wg norm jednolitej klasyfikacji. Odnzaka wybitna: Ubiegający się o odznakę wybitną stopnia II posiadać musi II klasę (zawodnika).					
7	Zjazd narciarski	Uzyskanie odznaki zjazdowej srebrnej	Uzyskanie odznaki zjazdowej złotej	Uzyskanie odznaki zjazdowej srebrnej	Uzyskanie odznaki zjazdowej srebrnej	Uzyskanie odznaki zjazdowej złotej	Uzyskanie odznaki zjazdowej srebrnej
8	Jazda figurowa na lodzie	2 fig. z mnoż. 1, 1 fig. z mnoż. 2, 2 min. jazdy dow. indywid. lub parami	2 fig. z mnoż. 2, 1 fig. z mnoż. 3, 2 min. jazdy dow. indywid. lub parami	3 fig. z mnoż. 1,1 fig. z mnoż. 2,1 min. jazdy dowol. indywid. lub parami	jak kobiety	jak kobiety	jak kobiety

1	2	3	4	5	6	7	8
9	Jazda na motorze	(Ukończyć bez pkt. kar-nych specj. próbę sprawni. lub pierwszy krok motocy-klowy) albo wykonanie próby sprawności motorowej wg regul. GSM, GKKF spełniając zawarte w nim normy czasu	Warunki kl. II. 1. Raidowa Uzyskać złoty lub 2 srebrne medale oraz 12 pkt. (wg punktacji ustalonej reg. MISTRZ. POLSKI). W raidach szczebia wo-jewódzkiego odpowiedniej specjal. lub 2 Wycigowa. Uzyskać w wyscig. lub specj. biegach dla kl. III 12 pkt. wg pun-ktacji ustal-o-nej reg. MISTRZ POLSKI przy zachowaniu warunk., że punktuje się zawodnika do 110% cza-su zwycięzcy odpowiedniej specjalności	Ta sama not- ma obowiąz- je jak dla kobiet w kat. 17—35 lat na odznakę zwykłą	Ta sama not- ma obowiąz- je jak dla ko- biet kat. wie- ku 17—35 lat na odznakę zwykłą. norma żużło- wa tzn. brać co najmniej 4-rokrotnie udział w roz- grywkach ligi żużlowej w ciągu sezo- nu	Ta sama norma obowiązuje jak dla kobiet w kat. wieku 17—35 lat na odznakę zwykłą	

1	2	3	4	5	6	7	8
10	Skoki do wody z trampoliny przodem i tyłem na głowę wysokość ilość	1 m 2	3 m 2	1 m 1	1 m 2	3 m 2	1 m 2
11	Skoki narciarskie	—	—	—	3 skoki ustalone w tym 2 co najmniej dł. 25 m	3 skoki ustalone w tym 2 co najmniej dł. 40 m	
12	Ratowanie tonących	ODZNAKA zwykła ODZNAKA wybitna	holowanie tonącego 10 m holowanie tonącego 20 m				
<b>Grupa III</b>							
1	Pchnięcie kulą kobiety 4 kg mężczyźni 7,250 kg	6,80 m	7,50 m	6,60 m	9,00 m	10,00 m	8,50 m
2	Rzut dyskiem kobiety 1 kg mężczyźni 2 kg	—	24 m	—	—	28 m	—
3	Rzut oszczepem kobiety 600 g mężczyźni 800 g	—	24 m	—	—	38 m	—

1	2	3	4	5	6	7	8
4	Rzut granatami kobiety 500 g mężczyźni 700 g	28 m	31 m	26 m	45 m	52 m	42 m
5	Rzut młotem 7.250 kg	—	—	—	—	29 m	—
6	Podnoszenie ciężarów	—	—	—	TRÓJBOJ OLIMPIJSKI 1 Wyciskanie ciężaru 70% wagi ciała. 2 Rwanie ciężaru 75% wagi ciała. 3 Podrzut ciężaru 100% wagi ciała (oburącz)		
<b>Grupa IV</b>							
1	Pływanie kobiety 200 m mężczyźni 400 m	6 : 10 min.	5 : 00 min.	6 : 40 min.	11 : 30 min.	9 : 00 min.	12 : 30 min.
2	Bieg na łyżwach kobiety 3 000 m mężczyźni 5 000 m łyżwy krótkie łyżwy wysięgowe	10 : 00 min. 8 : 20 min.	9 : 00 min. 7 : 50 min.	11 : 00 min. 8 : 50 min.	13 : 00 min. 11 : 00 min.	13 : 00 min. 10 : 30 min.	14 : 30 min. 12 : 00 min.

1	2	3	4	5	6	7	8
3	Bieg na przełaj kobiety 2 000 m mężczyźni 5 000 m	10 : 30 min.	10 : 00 min.	11 : 20 min.	20 : 30 min.	18 : 00 min.	22 : 00 min.
4	Bieg narciarski kobiety 8 km	1 godz.	50 min.	1 godz. 15 min.	1 godz. 12 min.	1 godz.	1 godz. 30 min.
5	Bieg kolarski kobiety 15 km mężczyźni 30 km rower turystyczny rower wyścigowy	45 min. 40 min.	40 min. 35 min.	50 min. 45 min.	1 g. 15 min. 1 godz.	1 g. 05 min. 50 min.	1 godz. 25 min. 1 godz. 10 min.
6	Biegi wioślarskie JEDYNKA WYŚCIGOWA kobiety 1 000 m mężczyźni 2 000 m woda stojąca woda bieżąca CZWORKA WYŚCIGOWA ze sternikiem kobiety 1 000 m mężczyźni 2 000 m woda stojąca	5 : 10 min. 4 : 50 min.	4 : 50 min. 4 : 30 min.	5 : 20 min. 5 : 00 min.	8 : 50 min. 8 : 20 min.	8 : 10 min. 7 : 40 min.	9 : 00 min. 8 : 30 min.
		5 : 00 min. 4 : 40 min.	4 : 40 min. 4 : 20 min.	5 : 10 min. 4 : 50 min.	8 : 10 min. 7 : 40 min.	7 : 40 min. 7 : 10 min.	8 : 40 min. 8 : 10 min.

Warunki dopuszczenia do próby:

1. Jak w grupie II i IV SPO stopnia I w wypadku nie posiadania normy w stopniu I SPO.
2. Posiadanie przynajmniej III klasy wioślarskiej jak na odznakę SPO I stopnia.

1	2	3	4	5	6	7	8
7	Biegi kajakowe JEDYŃKA dystans 500 m woda stojąca woda bieżąca DWOJKA dystans 1000 m woda stojąca woda bieżąca	2 : 35 min. 2 : 20 min. — —	2 : 30 min. 2 : 15 min. — —	3 : 00 min. 2 : 55 min. — —	2 : 15 min. 2 : 00 min. 4 : 55 min. 4 : 45 min.	2 : 10 min. 1 : 55 min. 4 : 30 min. 4 : 20 min.	2 : 50 min. 2 : 35 min. 4 : 50 min. 4 : 40 min.
8	ZEGLARSTWO Uwaga: kilometraż na wodzie stojącej liczy się normalnie, pod prąd liczy się podwójnie, z prądem 50%.	Posiadanie stopnia sterownika 2 kl. oraz 1) 4-rotne krotne zajęcia punktowane-go miejsca w regatach na szczeblu co najmniej między klubowym przy udziale co najmniej 4-ch jachtów lub 4-ch jachtów do finału 2) wejście do mistrzostw okręgowych lub 3) przepłynięcie 200 km w ciągu sezonu	Posiadanie stopnia sterownika II kl. oraz 8-mio krotne zajęcia punktowanego miejsca na szczeblu co najmniej między klubowym przy udziale co najmn. 4-ch jachtów lub przepłynięcie 150 km w rejsach turyst. w ciągu sezonu trwającym ponad 24 godzin (przy sterze)	Posiadanie stopnia II klasy oraz 3-krotne zajęcia punktowanego miejsca na szczeblu co najmniej między klubowym przy udziale co najmniej 4-ch jachtów lub przepłynięcie 150 km w rejsach turystycznych w ciągu sezonu trwającym nad 24 godz. (przy sterze).	Posiadanie stopnia II kl. oraz 4-ro krotne zajęcia punktowanego miejsca w regatach na szczeblu co najmniej klubowym przy udziale najmniej 6 jachtów lub wejście do finału mistrzostw okręgowych lub przepłynięcie 300 km w ciągu sezonu w rejsach turystycznych trwających	Posiadanie stopnia II kl. oraz 10-krotne zajęcia punktowane-go miejsca w regatach na szczeblu co najmniej klubowym w ciągu sezonu (przy sterze).	Posiadanie stopnia II kl. oraz 4-krotne zajęcia punktowanego miejsca na regatach na szczeblu co najmniej międzyklubowym przy udziale co najmniej 4-ch jachtów lub przepłynięcie 200 km w ciągu sezonu w rejsach turystycznych trwających powy-

1	2	3	4	5	6	7	8
		w rejsach turystycznych trwających powyżej 24 godz. (przy sterze)			powyżej 25 godzin (przy sterze).		żej 24 godzin (przy sterze)
9	Hokej na lodzie	—	—	—	3 spotkania plus 2 przed komisją.	3 spotkania plus 3 przed komisją	1 spotkanie plus 1 przed komisją
10	Hokej na trawie	—	—	—	4 spotkania plus 1 przed komisją	6 spotkań plus 2 przed komisją	3 spotkania plus 1 przed komisją
11	Wycieczki piesze przebycie trasy w 6-ciu wycieczkach	110 km	140 km	70 km	150 km	180 km	110 km
12	Gry zespołowe koszykówka ilość spotkań siatkówka ilość spotkań piłka ręczna (kobiety 7 osób, mężczyźni 11 osób)	6 6 8	5 5 5	4 4 4	8 8 6	6 6 6	6 6 6

Uwaga: SPO II stopnia odznaka zwykła — zaliczać oficjalne spotkania rozegrane na szczeblu wojewódzkim.  
SPO II stopnia odznaka wybitna — zaliczać oficjalne spotkania rozegrane na szczeblu centralnym (mistrzostwa międzyzrzeszeniowe, towarzyskie).

1	2	3	4	5	6	7	8
13	Piłka nożna	—	—	—	10-cio krotny udział w rozgrywkach I kl. w spotkaniach o mistrzostwo	10-cio krotny udział w rozgrywkach I i II ligi lub w rezerwie I ligi w spotkaniach o mistrzostwo lub 3-krotny udział w międzynarodowych spotkaniach w drużynie reprezentacyjnej Polski lub reprezentacyjnej zrzeszenia sportowego	

Załącznik Nr 6 do rozkazu Ministra Obrony Narodowej  
Nr 56/MON z dnia 3 listopada 1954 r.

## I N S T R U K C J A

### o jednolitej klasyfikacji sportowej w Wojsku Polskim.

#### I. Cele i zadania klasyfikacji:

Jednolita klasyfikacja sportowa ma na celu:

- a) ustalenie jednolitych zasad nadawania tytułu Mistrza Sportu oraz zaliczenie sportowców do klas sportowych,
- b) podniesienie poziomu wyników sportowych,
- c) podniesienie poziomu aktywności społecznej sportowców,
- d) podniesienie na wyższy poziom pracy szkoleniowo-sportowej i wyłonienie nowych kadr sportowych,
- e) stworzenie wyższych niż dotychczas form szlachetnego współzawodnictwa,
- f) wzmocnienie na bazie odznaki SPO wszechstronnego przygotowania sportowców do pracy i obrony Ludowej Ojczyzny,
- g) wprowadzenie ewidencji sklasyfikowanych sportowców.

#### II. Klasy sportowe:

Ustala się następującą klasyfikację sportowców:

- a) Mistrz Sportu,
- b) Sportowiec Pierwszej Klasy,
- c) Sportowiec Drugiej Klasy,
- d) Sportowiec Trzeciej Klasy.

Tytuł Mistrza Sportu jest zaszczytnym tytułem nadawanym dożywotnie sportowcom, obywatelom polskim, po wypełnieniu przez nich następujących warunków:

1. osiągnięcie w jednej z dyscyplin sportu wyniku, przewidzianego normami dla klasy mistrzowskiej lub osiągnięcie poważnych sukcesów sportowych w zawodach międzynarodowych,
2. zdobycie odznaki SPO II stopnia,
3. wykazanie się pracą społeczną w wojskowych kołach i klubach sportowych oraz przekazywanie swych wiadomości i doświadczeń innym.

Klasy: pierwszą, drugą i trzecią nadaje się w wypadku wypełnienia przez zawodników następujących warunków:

- 1) uzyskanie norm i wymagań przewidzianych dla danej klasy,
- 2) zdobycie odznaki SPO, dla pierwszej klasy — II stopnia, dla drugiej i trzeciej klasy — I stopnia.

U w a g a: uzyskanie norm SPO nie jest obowiązkowe dla sportowców zwolnionych całkowicie z ćwiczeń przez lekarza.

Klasy sportowe przewiduje się w tych dyscyplinach sportu w których ustalone są jednolite przepisy zawodów.

Normy klasyfikacyjne dla poszczególnych klas w dyscyplinach sportu objętych jednolitą klasyfikacją sportową ustala i zatwierdza GKKF.

U w a g a : Aktualnie obowiązują normy zatwierdzone uchwałą Prezydium GKKF z dnia 30 stycznia 1951 r. w sprawie wprowadzenia jednolitej klasyfikacji sportowej i norm klasyfikacyjnych w dyscyplinach sportu uprawianych w Polsce.

Jednolitą klasyfikacją sportową objęte są następujące dyscypliny sportu:

1. atletyka,
2. alpinizm,
3. boks,
4. gimnastyka,
5. hokej na lodzie,
6. hokej na trawie,
7. jeździectwo,
8. kolarstwo,
9. kajakarstwo,
10. koszykówka,
11. lekkoatletyka,
12. lotnictwo sportowe,
13. łucznictwo,
14. łyżwiarstwo,
15. sporty motorowe,
16. narciarstwo,
17. piłka nożna,
18. pływanie — piłka wodna,
19. piłka ręczna,
20. siatkówka,
21. strzelnictwo sportowe,
22. szermierka,
23. szachy,

24. sport saneczkowo-bobslejowy,
25. tenis,
26. tenis stołowy,
27. wioślarstwo,
28. żeglarstwo.

### III. Zasady nadawania klas sportowych:

Zasady nadawania klas sportowych przewidziane niniejszą instrukcją dotyczą wyłącznie osób pełniących czynną służbę w szeregach WP. Cywilni członkowie wojskowych organizacji sportowych (pracownicy cywilni administracji wojskowej, członkowie rodzin wojskowych itp.) winni być klasyfikowani zgodnie z uchwałą Prezydium GKKF z dnia 30 stycznia 1951 r.

Tytuł Mistrza Sportu nadaje Główny Komitet Kultury Fizycznej na wniosek Głównego Zarządu Wyszkoenia Bojowego.

Podstawą do nadania tytułu Mistrza Sportu są następujące dokumenty:

- a) wniosek okręgu wojskowego, Marynarki Wojennej, Wojsk Lotniczych i CWKS,
- b) dwie karty ewidencyjne na których WKKF potwierdza uzyskane przez zawodnika wyniki przewidziane dla klasy mistrzowskiej załącznik wzór Nr 7,
- c) charakterystyka wystawiona przez jednostkę, do której zawodnik należy.

U w a g a : dając do potwierdzenia WKKF karty ewidencyjne wpisać tylko nazwisko i imię zawodnika, i rok urodzenia oraz dołączyć 1 egz. protokołu zawodów lub zaświadczenie o uzyskanym wyniku podpisane przez głównego sędziego zawodów. Pozostałe rubryki wypełniać później.

Za przewinienia dyskwalifikujące zawodnika jako sportowca i obywatela Polski Ludowej GKKF może pozbawić go tytułu Mistrza Sportu. Pierwszą klasę we wszystkich dyscyplinach sportu wyszczególnionych wyżej nadaje Szef Głównego Zarządu Wyszkoenia Bojowego. Podstawą do nadania Pierwszej Klasy są następujące dokumenty:

- a) wniosek okręgu wojskowego, Marynarki Wojennej, Wojsk Lotniczych,

- b) dwie karty ewidencyjne wystawione przez OW, MW, WL, potwierdzające uzyskane przez zawodnika wyniki przewidziane dla Pierwszej Klasy. Wyniki wpisywać na podstawie protokołów z zawodów, podpisanych przynajmniej przez jednego sędziego klasy państwowej lub wojewódzkiej odnośnej dyscypliny sportowej.

Drugą Klasę we wszystkich dyscyplinach sportu nadaje dowódca okręgu wojskowego, Marynarki Wojennej i Wojsk Lotniczych. Podstawą do nadania Drugiej Klasy są następujące dokumenty:

- wniosek oraz dwie karty ewidencyjne wydane przez dywizję (równorzędne) potwierdzające uzyskane przez zawodnika wyniki, przewidziane dla Drugiej Klasy.

U w a g a : Drugą Klasę nadaje się na podstawie wyników osiągniętych nie niżej jak na zawodach dywizyjnych.

Trzecią Klasę nadaje dowódca dywizji, komendant szkoły oficerskiej, akademii i wyższych szkół wojskowych.

Podstawą do nadania Trzeciej Klasy są następujące dokumenty:

- wniosek oraz dwie karty ewidencyjne wystawione przez jednostkę, do której zawodnik należy, potwierdzające uzyskane wyniki, przewidziane dla Trzeciej Klasy.

U w a g a : Trzecią Klasę nadaje się na podstawie wyników osiągniętych nie niżej jak na zawodach pułkowych (równorzędnych). Protokół zawodów winien być podpisany przynajmniej przez jednego sędziego klasy powiatowej.

Dla członków CWKS — I Klasę nadaje na ogólnych zasadach Szef Głównego Zarządu Wyszkożenia Bojowego na wniosek Szefa CWKS, II i III klasę nadaje Szef CWKS na wniosek kierowników sekcji.

Po zatwierdzeniu, wyżej wymienione dokumenty zostają:

Klasa Mistrzowska i Pierwsza — w Głównym Zarządzie Wyszkożenia Bojowego (Zarząd WF i Sportu).

Klasa Druga — w dowództwie OW, MW, WL (wydział WF).

Klasa trzecia — w dowództwie dywizji (równorzędnych) u instruktora WF, z tym, że karta ewidencyjna po zatwierdzeniu przesłana zostaje:

Dla Klasy Mistrzowskiej i Pierwszej do OW, MW, WL.

Dla Klasy Drugiej do dywizji.

Dla Klasy trzeciej do jednostki, do której zawodnik należy.

Karty ewidencyjne należy przechowywać w specjalnych kartotekach klasami i dyscyplinami sportu.

Nadawanie klas sportowych winno mieć charakter uroczysty i przejść specjalnym rozkazem „O nadaniu klas sportowych“. Sportowcy, którzy startują w ciągu dwóch bezpośrednio po sobie następujących latach nie osiągnęli norm i wymagań swojej klasy nie mogą być dopuszczeni do dalszych zawodów w danej klasie i zostają automatycznie przeniesieni do klasy o jeden stopień niższej. Zawodnicy Klasy Trzeciej, którzy w ciągu dwóch kolejnych lat nie osiągną powtórnie norm i wymagań swojej klasy, zostają jej pozbawieni. Sportowcy, którzy w ciągu dwóch kolejnych lat nie biorą udziału w zawodach sportowych, zostają pozbawieni klasy sportowej oraz skreśleni z ewidencji zawodników sklasyfikowanych — za beczynność.

#### IV. Legitymacje klasyfikacyjne i odznaki:

Sportowcom, którzy zdobyli tytuł Mistrza Sportu, Pierwszą, Drugą lub Trzecią Klasę Sportową wydawane są odznaki i legitymacje klasyfikacyjne jednolitego wzoru zatwierdzone przez GKKF. Mistrzom Sportu wydaje oprócz tego GKKF stałe zaświadczenia i odznaki Mistrzów Sportu.

Zaświadczenia i odznaki:

- dla Pierwszej Klasy wystawia i wydaje Szef Zarządu WF i Sportu GZWB,
- dla Drugiej Klasy wystawia i wydaje dowódca okręgu, WL, MW,
- dla Trzeciej Klasy wystawia i wydaje dowódca dywizji (równorzędny).

Zapotrzebowanie na legitymacje i odznaki przysyłać do GZWB Zarząd WF i Sportu drogą służbową.

Sportowcom sklasyfikowanym w kilku dyscyplinach sportowych — wydaje się jedną legitymację i jedną odznakę klasyfikacyjną danej klasy, wypełniając oddzielną kartę ewidencyjną dla każdej dyscypliny sportowej. Sportowcy ci mają prawo do otrzymania tytułu odznak, w ilu dyscyplinach sportowych zostali sklasyfikowani. Przy przejściu sportowca do wyżej klasy wręcza się mu odznakę dla danej klasy. Wszelkie zmiany dotyczące legitymacji i klas sportowych dokonują te instytucje, które uprawnione są do ich wystawienia.

Odnaki i legitymacje klasyfikacyjne wydaje się na podstawie list według podanego wzoru. Odnaki należy nosić nad prawą kieszeńią obok odznaki SPO z prawej strony.

#### **V. Rejestracja i posługiwanie się legitymacją klasyfikacyjną:**

Legitymacje klasyfikacyjne rejestrują jednostki, które je wydały. Zawodnik obowiązany jest przedstawić legitymację klasyfikacyjną na każde żądanie komisji sędziowskiej w czasie zawodów. W grach sportowych, boksie, szermierce, tenisie i sportach motorowych do legitymacji klasyfikacyjnych wpisuje się wyniki z każdego zawodów. Zapisy te potwierdza podpisem sędziego głównego zawodów. W pozostałych dyscyplinach sportowych do legitymacji wpisywane są tylko te wyniki, które niezbędne są dla danego sportowca, ubiegającego się o uzyskanie lub zachowanie klasy sportowej.

W wypadku gdy zawodnik zgubi legitymację klasyfikacyjną lub odznakę, zawiadamia o tym władze, które mu ją wydały, łącząc wniosek jednostki wojskowej, do której należy — o wydanie duplikatu.

Na tej podstawie wydaje się zawodnikowi odznakę lub legitymację z uwagą „Duplikat“.

#### **VI. Sprawozdawczość:**

Sprawozdawczość należy prowadzić według wzoru Nr 6 „Akt sprawozdawczy z odbytych imprez i zawodów sportowych“ wypełniając rubryki od 27 do 34.

Jednostka Wojskowa Nr .....

## KARTA EWIDENCYJNA

sklasyfikowanego zawodnika

Jednostka wojskowa .....

Stopień, nazwisko i imię, imię ojca .....

Data i miejsce urodzenia .....

Pochodzenie społeczne .....

Przynależność do organizacji społecznych i politycznych .....

Wykształcenie .....

Posiadane stopnie instruktorskie .....

Nr legitymacji SPO-I stopnia ..... data wydania .....

Nr legitymacji SPO-II stopnia ..... data wydania .....

Uprawiane inne rodzaje sportu .....

Klasa ..... w .....

Klasa ..... w .....

Klasa ..... w .....

Klasa ..... w .....

Nagrody państwowe i WP .....

.....

Rodzaj sportu

Klasyfikacja sportowa			
Data nadania	Nr rozkazu	Nr legit.	Nazwa jednostki nadającej klasę sportową

Podpis  
pieczęć



## **S T A T U T**

### **Centralnego Wojskowego Klubu Sportowego.**

#### **ROZDZIAŁ I**

##### **Postanowienia ogólne.**

1. Centralny Wojskowy Klub Sportowy — zwany w dalszych przepisach w skrócie CWKS — jest jednostką wojskową.
2. Siedzibą CWKS jest m.st. Warszawa.
3. Działalnością swą CWKS obejmuje obszar Polskiej Rzeczypospolitej Ludowej.
4. CWKS posiada ośrodki sportowe w garnizonach: Bydgoszcz, Kraków i Wrocław oraz w innych garnizonach organizowanych w miarę potrzeby.

#### **ROZDZIAŁ II**

##### **Zakres działania CWKS.**

5. Do zakresu działania CWKS należy:
  - a) reprezentowanie Wojska Polskiego w zawodach sportowych w kraju i za granicą;
  - b) zestawianie reprezentacji Wojska Polskiego na zawody krajowe i zagraniczne;
  - c) wyszukiwanie najlepszych zawodników Wojska Polskiego i występowanie do Szefa GZWB z wnioskami w sprawie powołania tych zawodników do drużyn reprezentacyjnych oraz przygotowywania ich do godnego reprezentowania barw Wojska Polskiego;
  - d) prowadzenie wszechstronnej pracy z młodymi sportowcami (juniorami) i przygotowywanie ich do udziału w zawodach sportowych w barwach CWKS;
  - e) prowadzenie ścisłej ewidencji najlepszych sportowców Wojska Polskiego i uzyskiwanych przez nich wyników sportowych;

- f) organizowanie zawodów sportowych z bratnimi armiami państw demokracji ludowej zgodnie z wytycznymi Szefa GZWB oraz branie udziału w tych zawodach;
- g) udzielanie pomocy okręgowym wojskowym klubom sportowym we właściwym postawieniu pracy sportowej;
- h) organizowanie odpraw z kierownikami i trenerami okręgowych wojskowych klubów sportowych dla omówienia przewidywanych zawodów sportowych i nadawania jednolitego kierunku pracy szkoleniowo-treningowej dla właściwego przygotowania zawodników do udziału w tych zawodach;
- i) prowadzenie szkolno-treningowych obozów sportowych dla najlepszych zawodników Wojska Polskiego oraz juniorów;
- j) prowadzenie kursów sędziowskich, trenerskich i instruktorskich we wszystkich dyscyplinach sportu;
- k) popularyzowanie sportu w Wojsku Polskim przez organizowanie masowych imprez i pokazów sportowych w jednostkach, garnizonach i na obozach letnich;
- l) organizowanie zawodów o mistrzostwo instytucji centralnych MCN w poszczególnych dyscyplinach sportu;
  - 1) udzielanie pomocy kołom sportowym instytucji centralnych MCN w organizowaniu masowego sportu na terenie poszczególnych instytucji;
- m) studiowanie i ogłaszanie doświadczeń najlepszych trenerów krajowych i zagranicznych;
- n) prowadzenie w sekcjach sportowych CWKS pracy polityczno-wychowawczej i treningowo-sportowej;
- o) organizowanie stałego doszkalania fachowego kadry trenerskiej i instruktorskiej oraz szkolenie ideologiczne całego składu osobowego CWKS;
- p) organizowanie wszystkich imprez sportowych i uzyskiwanie na nich jak najwyższych wyników sportowych;
- r) reprezentowanie pionu sportowego wojska w sekcjach Głównego Komitetu Kultury Fizycznej.

### ROZDZIAŁ III

#### **Podporządkowanie CWKS.**

- 6. CWKS podlega Szefowi Głównego Zarządu Wyszkożenia Bojowego.

7. Bezpośredni nadzór nad CWKS sprawuje Zarząd Wyszkożenia Fizycznego i Sportu Głównego Zarządu Wyszkożenia Bojowego, który nadaje również kierunek pracy CWKS.
8. W sprawach sportu są dla CWKS również wiążące zarządzenia i wytyczne Głównego Komitetu Kultury Fizycznej oraz Komitetu Współpracy Kulturalnej z Zagranicą.
9. Całokształtem pracy CWKS kieruje bezpośrednio i ponosi odpowiedzialność za tę pracę Szef CWKS.
10. Organem doradczym Szefa CWKS w sprawach sportu jest Rada CWKS, którą powołuje i odwołuje Wiceminister Obrony Narodowej, któremu podporządkowany jest Główny Zarząd Wyszkożenia Bojowego.

## ROZDZIAŁ IV

### Organizacja i planowanie.

11. Centralnym Wojskowym Klubem Sportowym kieruje etatowe kierownictwo.
12. Obowiązki poszczególnych pracowników etatowych kierownictwa CWKS określają przepisy zatwierdzone przez Szefa Głównego Zarządu Wyszkożenia Bojowego.
13. CWKS reprezentuje sport wojskowy w zawodach o mistrzostwo Polski w następujących dziedzinach:
  - strzelectwo sportowe,
  - lekkoatletyka,
  - boks,
  - zapasy,
  - podnoszenie ciężarów,
  - kolarstwo,
  - piłka nożna,
  - koszykówka,
  - siatkówka,
  - szermierka,
  - gimnastyka,
  - sporty motorowe,
  - hokej na lodzie,
  - hokej na trawie,
  - narciarstwo,
  - łyżwiarstwo,
  - żeglarstwo (bojery i sporty motorowo-wodne),

- tenis,
- pływanie i piłka wodna.

W innych dyscyplinach sportu CWKS może reprezentować Wojsko Polskie w rozgrywkach lub zawodach o mistrzostwo Polski jedynie w wypadku posiadania wysoko zaawansowanych zawodników i za zgodą Szefa Głównego Zarządu Wyszkożenia Bojowego.

14. Pracę szkoleniowo-treningową z zawodnikami prowadzi się w sekcjach sportowych.
15. Na podstawie zarządzenia Szefa CWKS wybiera się społeczny aktyw w każdej sekcji sportowej.

W skład aktywu sekcji wchodzi:

- kierownik sekcji (etatowy),
- trener sekcji (etatowy),
- dwóch do trzech najlepszych zawodników,
- 3—4 działaczy sportowych.

Aktyw społeczny pomaga kierownictwu etatowemu sekcji w postawieniu pracy sportowej na jak najwyższym poziomie.

16. Do obowiązków aktywu społecznego należy:
  - udzielanie pomocy kierownictwu sekcji w opracowaniu planu pracy sekcji;
  - ustalanie wspólnie z kierownictwem sekcji składu drużyny na zawody sportowe;
  - udzielanie pomocy w opracowaniu kalendarza sportowego sekcji;
  - analizowanie błędów i wyszukiwanie jak najsłuszniejszych metod pracy w sekcji.
17. Drużyny sportowe CWKS organizuje się spośród najlepszych sportowców Wojska Polskiego.
18. CWKS planuje swą pracę zgodnie z planem zamierzeń sportowych Głównego Zarządu Wyszkożenia Bojowego i planem zamierzeń Głównego Komitetu Kultury Fizycznej.
19. Plan pracy klubu układa się na rok z rozbiciem na okres letni i zimowy.
20. Plan pracy klubu zatwierdza Szef Zarządu WF i Sportu GZWB.
21. Sekcje sportowe planują swą pracę według okresów treningowych.
22. Plan pracy sekcji sportowych zatwierdza Szef CWKS.

23. CWKS może organizować obozy treninigowo-szkoleniowe dla każdej dyscypliny sportu kilkakrotnie w ciągu roku w zależności od potrzeb. Jednorazowy czasokres trwania obozu nie może przekraczać 30 dni.

## ROZDZIAŁ V

### Członkowie CWKS.

#### Nabycie i utrata członkostwa.

24. Członkami CWKS są zawodnicy-żołnierze wchodzący w skład etatu CWKS.
25. Poza członkami wymienionymi w punkcie 24 mogą być członkami CWKS oficerowie, podoficerowie i szeregowcy w czynnej służbie wojskowej, pracownicy cywilni jednostek i przedsiębiorstw wojskowych — pełniący służbę (zatrudnieni) na terenie garnizonu miasta stołecznego Warszawy oraz członkowie ich rodzin, ponadto sportowcy cywilni zasłużeni dla sportu wojskowego i młodzież szkół podopiecznych.
26. 1) Kandydaci na członków CWKS spośród wymienionych w punkcie 25 — początkujący sportowcy składają pisemną deklarację według ustalonego wzoru. Do deklaracji tej powinna być dołączona fotografia oraz zaświadczenie lekarskie stwierdzające zdolność kandydata do uprawiania określonego rodzaju sportu. Przyjęcie kandydata na członka powinno być przeprowadzone bezpośrednią rozmową z kierownikiem właściwej sekcji sportowej. Po okresie trzech miesięcznego stażu kandydackiego kierownik właściwej sekcji, w razie uznania iż kandydat zasługuje na przyjęcie go w poczet członków CWKS — przedstawia deklarację kandydata wraz ze swoją opinią, komisji weryfikacyjnej CWKS, która decyduje o przyjęciu kandydata w poczet członków CWKS.
- 2) Przepis ust. 1) stosuje się również w wypadku przyjmowania na członków CWKS kandydatów spośród osób wymienionych w punkcie 25, którzy są zaawansowanymi sportowcami, z tym jednak, że kandydaci ci są obowiązani złożyć nadto zaświadczenie o zwolnieniu ich z zrzeszenia sportowego do którego poprzednio należeli. Kandydaci ci nie przechodzą stażu kandydackiego CWKS.
- 3) Członkowie CWKS otrzymują legitymację członkowską podpisaną przez Szefa CWKS.

27. 1) Utrata członkostwa CWKS następuje:
- a) w przypadku dobrowolnego wystąpienia członka z klubu,
  - b) na skutek wykluczenia członka z klubu,
- 2) Wykluczenie członka z CWKS może nastąpić w przypadkach:
- a) niewykonywania obowiązków członkowskich,
  - b) niepodnoszenia na wyższy poziom swych kwalifikacji sportowych,
  - c) rażącego naruszania dyscypliny lub obowiązujących regulaminów względnie innych przepisów sportowych.
- 3) O wykluczeniu członka decyduje Szef CWKS na wniosek kierownika właściwej sekcji sportowej i po zasięgnięciu opinii Rady CWKS.
- 4) Żołnierze-zawodnicy wchodzący w skład etatu CWKS, z chwilą wykluczenia ich z klubu odsyłani są do innych jednostek — żołnierze służby czynnej i podoficerowie nadterminowi przez Sztab Generalny, oficerowie przez Departament Kadry — w celu pełnienia dalszej służby wojskowej.

#### **Prawa i obowiązki członków.**

28. Członkowie CWKS mają prawo:
- a) korzystać bezpłatnie w celach szkoleniowych i treningowych ze sprzętu, obiektów i ubiorów sportowych CWKS,
  - b) korzystać ze sprzętu, ubiorów i obiektów innych sekcji za opłatą ustaloną dla członków klubu,
  - c) korzystać z członkowskiego wstępu na imprezy organizowane przez CWKS,
  - d) nosić odznakę CWKS ustalonego wzoru,
  - e) korzystać bezpłatnie z opieki Centralnej Poradni Sportowo-Lekarskiej CWKS.
29. 1) Członek CWKS jest obowiązany:
- a) wyróżniać się w pracy sportowej i zawodowej oraz w nauce lub studiach,
  - b) systematycznie podnosić swój poziom ideowo-polityczny,
  - c) systematycznie uczęszczać na treningi oraz dążyć do coraz wyższych wyników sportowych,
  - d) występować w zawodach sportowych w barwach CWKS,

- e) podporządkowywać się w pełni dyscyplinie klubowej,
  - f) szanować powierzony i wykorzystywany sprzęt i ubiory.
- 2) Członkowie etatowi CWKS — oficerowie, podoficerowie nadterminowi oraz pracownicy cywilni biorą udział w spartakiadach i mistrzostwach Wojska Polskiego jedynie indywidualnie.
  - 3) Zawodnicy służby czynnej CWKS uprawiający sporty indywidualnie biorą udział w spartakiadach i mistrzostwach Wojska Polskiego w reprezentacjach tych okręgów, z których przybyli do CWKS.

## ROZDZIAŁ VI

### Majątek i baza materiałowa CWKS.

30. 1) CWKS jest jednostką budżetową. Działalność CWKS finansuje Główny Zarząd Wyszkożenia Bojowego, który na ten cel przydziela CWKS-owi odpowiednie kredyty pieniężne.
  - 2) Wszelkie dochody z organizowanych imprez sportowych jak i napływające do klubu z innych źródeł, CWKS wpłaca na Skarb Państwa.
31. 1) CWKS jest zaopatrywany w sprzęt sportowy przez Główny Zarząd Wyszkożenia Bojowego zgodnie z tabelami należności zatwierdzonymi przez Wiceministra Obrony Narodowej.
  - 2) Zakup sprzętu nieprzewidywanego w tabelach należności lub specjalnie wysokiej jakości CWKS może dokonać z kredytów na ten cel przewidzianych.
  - 3) CWKS posiada własne magazyny sprzętu sportowego i kieruje eksploatacją sprzętu sportowego i urządzeń sportowych.
  - 4) Zawodników obowiązuje noszenie ubioru sportowego zgodnie z przyjętą formą w Wojsku Polskim.
  - 5) Noszenie ubioru sportowego zawodnikom klubu poza zajęciami (treningami) jest wzbronione.

## ROZDZIAŁ VII

### Postanowienia końcowe.

32. CWKS jako jednostkę wojskową obowiązują wszelkie regulaminy, instrukcje, zarządzenia i przepisy wydawane przez władze wojskowe.

## T R E Ś Ć

	Str.
1. Rozkaz Nr 56/MON. . . . .	1
2. Instrukcja o organizacji pracy sportowej w Wojsku Polskim . . . . .	4
3. Jednolity plan masowych imprez i zawodów sportowych	17
A) Okres zimowy . . . . .	17
B) Okres letni . . . . .	25
C) Masowe imprezy i zawody kół sportowych instytucji centralnych MON . . . . .	34
D) Masowe imprezy i zawody sportowe na szczeblu instytucji centralnych MON . . . . .	35
4. Wskazówki przeprowadzenia wojskowo-użytecznych zawodów sportowych . . . . .	55
5. Wskazówki przeprowadzenia zawodów strzelecko-bojowych oddziałów piechoty i piechoty zmotoryzowanej na szczeblu pułku, dywizji i okręgu wojskowego . . . . .	62
6. Instrukcja odznaki „Sprawny do Pracy i Obrony“ . . . . .	71
7. Instrukcja o jednolitej klasyfikacji sportowej w Wojsku Polskim . . . . .	101
8. Statut Centralnego Wojskowego Klubu Sportowego . . . . .	109





427231  
/2.