

BIBLIOTECKA SPORTOWA

Nr. 19.

**PAŃSTWOWA
ODZNAKA SPORTOWA**

ROZPORZĄDZENIA I REGULAMIN

WARSZAWA 1931

GŁÓWNA KSIĘGARNIA WOJSKOWA

Przedruk z Dzien. Urzęd. R. P. „Monitor Polski“ Nr. 169
z dn. 24 lipca 1930 i z Nr. 9 z dn. 13 stycznia 1931.

Druk. J. B. Kondeckiego, Warszawa, Marszałkowska 53a.

ROZPORZĄDZENIE RADY MINISTRÓW

z dnia 27 czerwca 1930 r.

o państwowej odznace sportowej.

Na podstawie art. 18 dekretu z dnia 3 stycznia 1918 r. (Dz. Pr. Nr. I, poz. I) zarządza się, co następuje:

§ 1.

Ustanawia się państwową odznakę sportową dla osób, które wykazują dodatnie wyniki w zakresie sprawności fizycznej (§ 3).

§ 2.

Państwowa odznaka sportowa dzieli się na trzy klasy:

- a) odznaka brązowa,
- b) odznaka srebrna,
- c) odznaka złota.

Państwową odznaką sportową jest stylizowany orzeł z białej emalii o rozpiętości skrzydeł 2 cm, którego dolna część spoczywa na połowce owalnej tarczy, wykonanej — zależnie od klasy —

z brązu, srebra lub złota. Na tarczy umieszczone są litery P. O. S. z czerwonej emalii. Wysokość odznaki 3,5 cm, szerokość 2,9 cm (wzór w załączeniu).

Osoby niepełniące czynnej służby wojskowej noszą odznakę na lewej piersi, miniaturową ($\frac{1}{2}$ naturalnej wielkości) w lewej klapie surduta. Sposób noszenia odznaki przez osoby pełniące czynną służbę wojskową określi minister spraw wojskowych.

§ 3.

Prawo otrzymania państwowej odznaki sportowej służy każdemu nieposzlakowanemu obywatelowi polskiemu, który ukończył 14 (osoby płci żeńskiej 16) lat życia i poddał się z dodatnim wynikiem okresowej próbie sprawności fizycznej.

§ 4.

Prawo przyznawania odznaki przysługuje przewodniczącym wojewódzkich komitetów wychowania fizycznego i przysposobienia wojskowego.

§ 5.

Minister spraw wojskowych w porozumieniu z ministrem spraw wewnętrznych i ministrem wyznań religijnych i oświecenia publicznego okre-

śli organizację okresowych prób sprawności fizycznej, zasady ustalania wyników tych prób, tryb przyznawania odznak poszczególnych klas, czas, na jaki odznaki będą przyznawane, sposób odnawiania prawa do odznaki, utraconego wskutek upływu czasu, wypadki, w których następuje czasowe zawieszenie prawa noszenia odznaki i czasowe zawieszenie prawa ubiegania się o odznakę, tudzież wyjątkowe wypadki, w których odznaczony zachowuje prawo noszenia odznaki mimo jej nieodnowienia.

§ 6.

Osoby, którym przyznano prawo do odznaki nabywają ją na koszt własny.

§ 7.

Prawo do odznaki traci się w wypadkach w których wedle obowiązujących ustaw karnych wskutek skazania karno-sądowego następuje utrata orderów i odznaczeń, tudzież w wypadkach utraty obywatelstwa polskiego.

§ 8.

Wykonanie niniejszego rozporządzenia porucza się ministrowi spraw wojskowych w porozumieniu z ministrem spraw wewnętrznych oraz ministrem wyznań religijnych i oświecenia publicznego

§ 9.

Rozporządzenie niniejsze wchodzi w życie z dniem ogłoszenia.

Prezes Rady Ministrów:

(—) *W. Sławek.*

Kierownik Ministerstwa Spraw Wojskowych:

(—) *Daniel Konarzewski,*
generał dywizji.

Minister spraw wewnętrznych:

(—) *Składkowski.*

Za ministra wyznań religijnych

i oświecenia publicznego:

(—) *Fr. Potocki.*

ROZPORZĄDZENIE

MINISTRA SPRAW WOJSKOWYCH

z dnia 15 grudnia 1930 r.

wydane w porozumieniu z ministrami:
spraw wewnętrznych oraz wyznań religij-
nych i oświecenia publicznego w sprawie
wykonania rozporządzenia Rady Ministrów
z dnia 27 czerwca 1930 r. o państwowej
odznace sportowej.

Na podstawie §§ 5 i 8 rozporządzenia Rady
Ministrów z dnia 27 czerwca 1930 r. o państwo-
wej odznace sportowej (Monitor Polski Nr. 169,
poz. 255) zarządza się, co następuje:

§ 1.

Okresowe próby sprawności fizycznej orga-
nizują:

a) przewodniczący powiatowych (stołeczne-
go, miejskich) komitetów wychowania fizycznego
i przysposobienia wojskowego — dla obywateli
polskich, zamieszkałych w obrębie odnośnego po-
wiatu (miasta);

b) dowódcy pułków i równorzędni — zasad-
niczo dla osób pełniących czynną służbę woj-
skową;

c) dyrektorowie (przełożone): Centralnego Instytutu Wychowania Fizycznego, studjów wychowania fizycznego przy uniwersytetach, państwowych szkół średnich ogólno-kształcących, seminarjów nauczycielskich, szkół zawodowych i prywatnych zakładów naukowych o typie powyższym, posiadającym prawa szkół państwowych dla słuchaczy (słuchaczek), uczniów i uczenic;

d) przewodniczący związków i stowarzyszeń sportowych oraz wychowania fizycznego i przysposobienia wojskowego, upoważnionych przez dyrektora Państwowego Urzędu Wychowania Fizycznego i Przysposobienia Wojskowego, zasadniczo dla swoich członków.

Szczegółowe postanowienia, odnoszące się do trybu udzielania upoważnień, o których mowa w punkcie d), wyda dyrektor Państwowego Urzędu Wychowania Fizycznego i Przysposobienia Wojskowego w osobnym regulaminie państwowej odznaki sportowej.

§ 2.

Osoby, pełniące czynną służbę wojskową mogą poddawać się również próbom, organizowanym przez osoby, wymienione w § I pkt. n) i d) niniejszego rozporządzenia.

§ 3.

Osoby, niepełniące czynnej służby wojskowej, mogą poddawać się również próbom, organi-

zowanym przez dowódcę pułku (równorzędnego), z wyjątkiem uczniów (uczenic) niższych i średnich zakładów naukowych, którzy mogą poddawać się wyłącznie próbom, organizowanym przez osoby, wymienione § I pkt. c) niniejszego rozporządzenia.

§ 4.

Do obowiązków organizującego próbę należy

a) ogłoszenie conajmniej na 14 dni naprzód miejsca i terminu próby, ostatecznego terminu zgłoszeń i rodzajów prób, które będą przeprowadzone:

b) przyjmowanie i odrzucanie zgłoszeń;

c) powołanie komisji próby (§ 6);

d) przygotowanie materiałowych i terenowych warunków, potrzebnych do przeprowadzenia próby.

Szczegółowe postanowienia, odnoszące się do sposobu zgłaszania się do próby, wyda dyrektor Państwowego Urzędu Wychowania Fizycznego i Przysposobienia Wojskowego w osobnym regulaminie państwowej odznaki sportowej.

§ 5.

Organizujący próbę odrzuca zgłoszenia osób, nieodpowiadających warunkom, określonym w § 3 rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 27 czerwca 1930 r. o państwowej odznace sportowej oraz

osób, wymienionych w § 7 tegoż rozporządzenia Rady Ministrów, a o odrzuceniu zgłoszenia powiadamiania zgłaszającego się.

Od decyzji odmownej osób, wymienionych w § I. pkt. b) i c) oraz przewodniczącego stołecznego komitetu wychowania fizycznego i przysposobienia wojskowego niema odwołania.

Od decyzji odmownych innych osób, organizujących próby, przysługuje zgłaszającemu się prawo odwołania się w ciągu dni siedmiu od dnia otrzymania zawiadomienia o decyzji odmownej:

a) do powiatowego (miejskiego) komitetu wychowania fizycznego i przysposobienia wojskowego, jeśli zgłoszenie odrzuciła jedna z osób, wymienionych w § I pkt. d) niniejszego rozporządzenia;

b) do wojewódzkiego komitetu wychowania fizycznego i przysposobienia wojskowego—w drodze przez powiatowy (miejski) komitet, jeśli zgłoszenie odrzuciła jedna z osób, wymienionych w § I. pkt. a) niniejszego rozporządzenia.

Decyzja odwoławcza jest ostateczna.

§ 6.

W skład komisji próby wchodzi:

- 1) organizujący próbę lub jego zastępca jako przewodniczący;
- 2) lekarz wojskowy lub cywilny;
- 3) nauczyciel ćwiczeń cielesnych (instruktor wychowania fizycznego) lub instruktor (delegat)

związku sportowego, w którego dziedzinie dane ćwiczenie leży, lub inna osoba (np. oficer dla strzelań), dająca bezsprzeczną pewność fachowego przeprowadzenia próby.

Jeżeli próbę organizuje przewodniczący upoważnionego związku względnie stowarzyszenia (§ I pkt. d) niniejszego rozporządzenia), należy w skład komisji próby powołać jako dalszego członka delegata innego związku względnie stowarzyszenia.

§ 7.

Powiatowy (stołeczny, miejski) komitet wychowania fizycznego i przysposobienia wojskowego może delegować swego przedstawiciela do każdej komisji próby, działającej w danym powiecie (mieście).

§ 8.

Za udział w komisji próby nie wypłaca się żadnego wynagrodzenia.

§ 9.

Do obowiązków komisji próby należy:

- 1) przeprowadzenie próby z każdym kandydatem z osobna — zgodnie z regulaminem państwowej odznaki sportowej, przewidzianym w ustępie 2 § 1 niniejszego rozporządzenia;
- 2) stwierdzenie wyników, osiągniętych przez kandydata w poszczególnych próbach;

3) Postawienie wniosku co do przyznania odznaki.

Obowiązkiem lekarza-członka komisji próby jest zbadanie stanu zdrowia dopuszczonych do próby kandydatów i wykluczenie kandydatów chorych i słabych fizycznie.

§ 10.

Komisja próby stawia wniosek o przyznanie kandydatowi odznaki odpowiedniej klasy i stopnia (§ 12), jeśli kandydat w wybranych przez siebie sześciu różnych ćwiczeniach — po jednym z każdej grupy (§ 13) — osiągnął conajmniej wyniki (minima), ustalone w regulaminie państwowej odznaki sportowej, przewidzianym w ustępie 2 § 1 niniejszego rozporządzenia, dla odpowiedniej kategorii wieku (§ 14).

Odbycie poszczególnych ćwiczeń przed komisją próby może być zastąpione zaświadczeniem upoważnionych związków i stowarzyszeń sportowych o wypełnieniu przez kandydata warunków, przepisanych w regulaminie państwowej odznaki sportowej dla danego ćwiczenia, albo świadectwem odznaki specjalnej, uzyskanej przez kandydata w danym okresie ubiegania się o państwową odznakę sportową.

Zaświadczenia i świadectwa, wymienione w ustępie poprzednim, mogą wydawać, w zakresie swojej gałęzi sportu, tylko te związki i sto-

warzyszenia, które będą do tego upoważnione przez związki centralne.

§ 11.

Kandydatowi, który nie ma zamiaru poddać się całkowitej próbie, wydaje komisja próby zaświadczenia o wypełnieniu warunków częściowej próby.

§ 12.

Ustala się w każdej klasie odznaki cztery stopnie.

§ 13.

Ustala się sześć zasadniczych grup sprawności fizycznej, obejmujących następujące ćwiczenia:

grupa I: gimnastyka i pływanie do 100 m;

grupa II: skoki;

grupa III: biegi do 800 m, pływanie do 100 m, jazda na łyżwach do 500 m;

grupa IV: rzuty dyskiem, oszczepem, piłką, granatem, pchnięcie kulą, boks, szermierka, gry sportowe (dla starszych i najmłodszych), strzelanie (dla kobiet);

grupa V: marsze do 20 km, wycieczki piesze do 3 dni, biegi do 5 km, biegi narciarskie do 18 km, biegi łyżwiarskie do 10 km, jazda na rowerze do 20 km, raid konny do 2 dni, pływanie do 1.000 m, wioślarstwo i wycieczki wioślarskie do 1 dnia, gry sportowe;

grupa VI: strzelanie (dla mężczyzn) i gry sportowe (dla kobiet).

§ 14.

Ustala się następujące kategorie wieku dla mężczyzn i kobiet:

Mężczyźni:

kategoria M—A od 21—34 roku życia włącznie,
kategoria M—B od 19—20 roku życia włącznie,
kategoria M—C od 17—18 roku życia włącznie,
kategoria M—D od 15—16 roku życia włącznie,
kategoria M—E od 35—44 roku życia włącznie,
kategoria M—F od 45—50 roku życia włącznie,
kategoria M—G od 51— — roku życia włącznie.

Kobiety:

kategoria K—A od 21—30 roku życia włącznie,
kategoria K—B od 19—20 roku życia włącznie,
kategoria K—C od 17—18 roku życia włącznie,
kategoria K—D od 31—40 roku życia włącznie,
kategoria K—E od 41—50 roku życia włącznie,
kategoria K—F od 51— — roku życia włącznie.

§ 15.

Kandydatowi, który po raz pierwszy ubiega się o państwową odznakę sportową, przyznaje się zasadniczo odznakę brązową pierwszego stopnia,

Jednakowoż: mężczyźni kategorii M — E i kobiety kategorii K — D otrzymują już po pierwszej dodatniej próbie odznakę srebrną pierwszego stopnia, mężczyźni kategorii M — F i kobiety kategorii K — E — odznakę złotą pierwszego stopnia, mężczyźni kategorii M — G i kobiety kategorii K — F odznakę złotą trzeciego stopnia.

Ponadto odznakę o dwa stopnie wyższą należy przyznawać:

a) mężczyznom kategorii M — E i kobietom kategorii K — D w razie osiągnięcia wyników, przewidzianych dla mężczyzn kategorii M — A i kobiet kategorii K — A;

b) mężczyznom kategorii M — F i kobietom kategorii K — E w razie osiągnięcia wyników, przewidzianych dla mężczyzn kategorii M — B i kobiet kategorii K — B;

c) mężczyznom kategorii M — G i kobietom kategorii K — F w razie osiągnięcia wyników, przewidzianych dla mężczyzn kategorii M — F i kobiet kategorii K — E.

Matki — bez względu na wiek — zdają po myślnie próbę okresową nawet wówczas, gdy w czterech wybranych przez siebie ćwiczeniach osiągną wyniki, przewidziane dla swojej kategorii, a w pozostałych dwu ćwiczeniach — wyniki gorsze, wymagane dla kategorii wieku słabszej.

§ 16.

Odznakę każdego stopnia i klasy nadaje się na okres dwuletni.

O każdy następny stopień i klasę odznaki należy się ubiegać w ciągu okresu dwuletniego ważności odznaki, przez poddawanie się okresowym próbom sprawności fizycznej.

Okres dwuletni ważności odznaki liczy się od 1 stycznia tego roku, w którym próbę ukończono do 31 grudnia roku następnego.

§ 17.

Kto w przepisany terminie (§ 16) nie poddał się próbie albo przy próbie nie osiągnął dodatniego wyniku, traci prawo noszenia odznaki, może jednak ubiegać się o odznakę powtórnie, na zasadach wyrażonych w § 15 niniejszego rozporządzenia.

§ 18.

Kto z powodu ciężkiej choroby, dłuższego przebywania zagranicą lub siły wyższej nie podda się próbie w przepisany terminie (§ 16), może za zgodą powiatowego (stołecznego, miejskiego) komitetu wychowania fizycznego i przysposobienia wojsowego poddać się okresowej próbie o odznakę wyższego stopnia (klasy).

§ 19.

Zawiesza się czasowo prawo ubiegania się o odznakę względnie prawo noszenia odznaki dla osób:

1) ukaranych aresztem w drodze administracyjnej lub dyscyplinarnej — na czas odbywania kary aresztu;

2) zdyskwalifikowanych przez związki sportowe — na czas trwania dyskwalifikacji;

3) Zależnie od decyzji dyrektora (przełożonej) szkoły — dla uczniów, nie mogących wykazać się conajmniej dostatecznymi postępami w naukach i dobrą oceną sprawowania się.

§ 20.

Odznaczeni odznaką złotą czwartego stopnia zachowują prawo noszenia jej bez obowiązku poddawania się dalszym okresowym próbom sprawności fizycznej.

§ 21.

Odznakę przyznaje przewodniczący wojewódzkiego (stołecznego) komitetu wychowania fizycznego i przysposobienia wojskowego na wniosek przewodniczącego powiatowego (miejskiego) komitetu wychowania fizycznego i przysposobienia wojskowego.

§ 22.

Odznaczeni nabywają odznaki na koszt własny.

Dokumentem, uprawniającym do noszenia odznaki, jest świadectwo, wydane przez przewodniczącego powiatowego (stołecznego, miejskiego) komitetu wychowania fizycznego i przysposobienia wojskowego.

§ 23.

Ogólny nadzór nad wykonywaniem rozporządzenia o państwowej odznace sportowej sprawuje dyrektor Państwowego Urzędu Wychowania Fizycznego i Przysposobienia Wojskowego. Do niego też należy prowadzenie ogólnej ewidencji państwowej odznaki sportowej.

§ 24.

Po raz pierwszy będą nadawane odznaki na okres dwuletni, liczący się od 1 stycznia 1931.

§ 25.

Rozporządzenie niniejsze wchodzi w życie z dniem ogłoszenia.

Minister spraw wojskowych:
(—) *J. Piłsudski.*

Minister spraw wewnętrznych:
(—) *Sławoj Składkowski.*

Minister wyznań religijnych i oświecenia publicznego:
(—) *Sł. Czerwiński.*

REGULAMIN PAŃSTWOWEJ ODZNAKI SPORTOWEJ,

wydany przez dyrektora Państwowego Urzędu Wychowania Fizycznego i Przysposobienia Wojskowego na podstawie §§ 1, 4, 9, 10 i 23 rozporządzenia ministra spraw wojskowych z dnia 15 grudnia 1930 r. („Monitor Polski” Nr. 9, poz. 6) w sprawie wykonania rozporządzenia Rady Ministrów z dnia 27 czerwca 1930 r. o państwowej odznace sportowej (Monitor Polski Nr. 169, poz. 225).

Rozdział I.

Postanowienie ogólne.

§ 1.

Celem państwowej odznaki sportowej jest podniesienie sprawności fizycznej najszerszych warstw społeczeństwa oraz podtrzymanie tej sprawności przez najdłuższy okres życia.

Cechą państwowej odznaki sportowej winna być jej powszechność, która świadczyć będzie o stopniu usprawnienia fizycznego danego powiatu i województwa.

§ 2.

Obowiązkiem osób, upoważnionych do przeprowadzania okresowych prób sprawności fizycznej, jest popularyzowanie państwowej odznaki sportowej oraz ułatwianie ogółowi odbywania prób przy bezwzględnej przestrzeganiu zasady, iż próby nie są zawodami i że wobec tego ustalanie kolejności wyników, osiągniętych przez kandydatów, jest niedopuszczalne.

Rozdział II.

Tryb upoważnienia do organizowania prób.

§ 3.

Do przeprowadzenia okresowych prób sprawności fizycznej upoważnia się komendantów obwodowych i powiatowych przysposobienia wojskowego oraz komendantów okręgowych ośrodków wychowania fizycznego.

§ 4.

Związki i stowarzyszenia sportowe, niezrzeszone w związkach centralnych, chcąc uzyskać dla każdorazowych swoich przewodniczących upoważnienie do przeprowadzania prób, winny wnosić prośby do dyrektora Państwowego Urzędu Wychowania Fizycznego i Przysposobienia Wojskowego w drodze przez powiatowe (miejskie) i wojewódzkie (stołeczny) komitety wychowania fi-

zycznego i przysposobienia wojskowego. Prośby te winny być przez miejscowe właściwe komitety wyczerpująco zaopiniowane.

§ 5.

Związki i stowarzyszenia sportowe, zrzeszone w związkach centralnych, winny wnosić prośby przez swoje związki centralne, z pominięciem komitetów powiatowych (miejskich) i wojewódzkich (stołecznego).

§ 6.

Związki i stowarzyszenia tak zrzeszone, jak i nie zrzeszone w związkach centralnych, będą otrzymywały upoważnienia dla swoich przewodniczących tylko w razie istotnej potrzeby i przy zupełnej gwarancji regulaminowego przeprowadzenia prób.

Rozdział III.

Tryb zgłaszania się kandydatów do prób.

§ 7.

Kandydaci do p. o. s. winni zgłaszać się do prób, organizowanych w miejscu ich zamieszkania względnie stałego pobytu. Zgłaszanie się do prób, organizowanych w innych miejscowościach, dozwolone jest tylko wówczas, gdy kandydat znajduje się w tej miejscowości na kursie wychowania fizycznego, w obozie i t. p.

§ 8.

Kandydaci do p. o. s. winni zgłaszać się do prób pisemnie, wedle wzoru Nr. I.

Dowódcy oddziałów wojskowych natomiast, dyrektorowie szkół, komendanci obwodowi i powiatowi przysposobienia wojskowego, komendanci okręgowi ośrodków wychowania fizycznego oraz przewodniczący związków i stowarzyszeń, upoważnieni w myśl §§ 4—6 niniejszego regulaminu, mogą zgłaszać kandydatów do p. o. s. zbiorowo wedle wzoru Nr. 2.

§ 9.

Organizujący próbę winien o odrzuceniu zgłoszenia powiadomić zgłaszającego się przy podaniu powodów.

§ 10.

Organ odwoławczy winien powiadomić o swej decyzji odwołującego się tudzież organizującego próbę.

Osoby, których odwołanie zostało uwzględnione, winien organizujący próbę dopóścić do najbliższej próby.

§ 11.

Akta, dotyczące zgłoszeń, należy przechowywać przez trzy lata, poczem należy je zniszczyć.

Rozdział IV.

Sposób przeprowadzania prób.

§ 12

Komisja próby winna przy przeprowadzaniu każdej próby stosować się ściśle do postanowień:

a) rozporządzenie Rady Ministrów z dnia 27 czerwca 1930 r. o państwowej odznace sportowej (Monitor Polski Nr. 169, poz. 255);

b) rozporządzenie ministra spraw wojskowych z dnia 15 grudnia 1930 r. w sprawie wykonania rozporządzenia, wymienionego w pkt. a niniejszego paragrafu („Monitor Polski”) Nr. 9 poz. 6);

c) niniejszego regulaminu;

d) obowiązujących w danej gałęzi sportu przepisów i regulaminów, wydanych przez związki sportowe.

§ 13

O personel pomocniczy, potrzebny do przeprowadzenia próby, stara się delegat fachowy, wchodzący w skład komisji próby (§ 6 pkt, 3 rozporządzenia wykonawczego).

§ 14

Przy próbach dla kobiet lekarzem-członkiem komisji próby, jak również delegatem fachowym winny być — o ile możliwości — osoby płci żeńskiej.

Tak samo w skład personelu pomocniczego

winny przy próbach dla kobiet wchodzić — o ile możliwości — osoby płci żeńskiej.

§ 15

Przy zaliczaniu kandydatów do kategorii wieku bierze się pod uwagę wiek ukończony w dniu 1 stycznia tego roku, w którym kandydat rozpoczyna próbę.

Wyjątek stanowią ci kandydaci, którzy już w pierwszym roku dwuletniego okresu próby przechodzą do następnej kategorii wieku. Kandydatów takich bowiem należy odrazu zaliczać do następnej kategorii wieku.

Kandydaci zaś, którzy dopiero w drugim roku dwuletniego okresu przechodzą do następnej kategorii wieku, winni być zaliczeni do swojej kategorii wieku, zgodnie z postanowieniem ustępu pierwszego niniejszego paragrafu.

§ 16

Zestawienie wyników, jakie conajmniej musi osiągnąć w poszczególnych ćwiczeniach kandydat do p. o. s. (t. zw. zestaw minimów) podaje załącznik Nr. 1, wzorce gimnastyczne — załącznik Nr. 2.

§ 17

Przy stosowaniu zestawu minimów należy mieć na względzie następujące zasady:

1) Wycieczki.

W wysokich górach należy odliczać od wyznaczonej w zestawie ilości kilometrów po jednym kilometrze za każde 100 m wejścia na górę i po jednym za każde 200 m zejścia z góry.

Wycieczki winny być jednorazowe.

2) Marsze.

Marsze zwykłe i marsze z obciążeniem należy urządzać w terenie równym lub lekko falistym.

3) Biegi.

Biegi należy urządzać na bieżniach.

Biegi narciarskie należy urządzać w terenie urozmaiconym.

Biegi kolarskie szosowe należy urządzać w terenie równym lub lekko falistym.

4) Skoki.

Jako wynik skoku wzwyż należy brać przeciętną z wyników, uzyskanych przez kandydata w skoku z odbicia lewą i w skoku z odbicia prawą nogą. Tak samo oblicza się wynik skoku w dal.

Skoki narciarskie należy urządzać na skoczniach o maksymalnej długości skoku 35 m, przy czym kandydat winien otrzymać conajmniej notę 12,5 p.

5) Rzuty.

Rzuty liczy się oburącz.

6) Wiosłowanie.

Przy wiosłowaniu odróżnia się: A) wycieczkę jednorazową i B) znajomość wiosłowania i czynne uprawianie wioślarstwa.

Przy wycieczkach „pod wodę” liczy się przebyta drogę podwójnie, albo też odlicza się od wyznaczonej w zestawie ilości kilometrów pewien procent zależnie od oceny każdej wody przez Polski Związek Towarzystw Wioślarskich, jeśli ocena taka nastąpiła.

7) Pływanie.

Pływanie ma się odbywać na wodzie stojącej.

Jedynie w grupie I może pływanie odbywać się na wodzie bieżącej. Delegat Polskiego Związku Pływackiego określi dla każdej wody bieżącej, o ile wyznaczoną w zestawie odległość należy zwiększyć, albo też jaką część wyznaczonej w zestawie odległości należy przebyć w dół, a jaką w górę rzeki. Zwiększenie odległości, wyznaczonej w zestawie, może się wahać w granicach od 25 do 200%.

8) Boks.

Próba w boksie ma wykazać znajomość zasad walki i czynne uprawianie boksu. Walka winna nosić charakter pokazowy. Odbywa się z przeciwnikiem wprawnym i trwa conajmniej dwa razy po dwie minuty z jedną dwuminutową przerwą.

9) Szermierka.

Próba w szermierce ma wykazać umiejętności techniczne i znajomość zasad walki. Walka z przeciwnikiem wprawnym ma nosić charakter pokazowy, winna zaś trwać pięć minut.

Kandydat kategorii M — C winien walczyć floretem, M — B floretem lub szablą, inni floretem, szalą lub szpadą.

10) Gry sportowe.

Należy wykazać conajmniej:

A) udział w zawodach z cyklu zawodów o mistrzostwo okręgowe klasy A lub B,

B) udział w zawodach z cyklu zawodów o mistrzostwo okręgowe klasy A, B lub C,

C) znajomość zasad gry i czynne jej uprawianie.

Młodzież szkolna nie może wykazywać się z udziału w wymienionych zawodach.

11) Strzelanie.

Należy rozróżniać:

I. *Strzelanie z broni krótkiej*, dowolnej, używanej w wojsku, z odległości 20 m, w postawie stojącej, bez podpórki, przy nieograniczonym czasie strzelania:

A) do tarczy 10-pierścieniowej o średnicy 30 cm, z polem czarnym o średnicy 3 cm. Ilość możliwych punktów 60 przy 2 strzałach próbnych i 6 liczonych; oraz

B) Do tarczy 10-pierścieniowej o średnicy 50 cm, z polem czarnym o średnicy 20 cm. Ilość możliwych punktów 100, przy 3 strzałach próbnych i 10 liczonych.

II. *Strzelanie z broni małokalibrowej* (kal. 22), typu dowolnego, bez przyśpiesznika, bez przyrządów optycznych, w postawie dowolnej, bez podpórki, do tarczy 10-pierścieniowej o średnicy 50 cm, z polem czarnym o średnicy 20 cm, przy nieograniczonym czasie strzelania:

A) z odległości 25 m,

B) z odległości 50 m.

W obu rodzajach strzelania dopuszcza się 3 strzały próbne i 10 liczonych. Ilość możliwych punktów 100.

III. *Strzelanie z broni długiej, wojskowej*, w postawie leżącej, z podpórką, przy nieograniczonym czasie strzelania, 3 strzałach próbnych i 10 liczonych:

A) z odległości 100 m do tarczy 10-pierścieniowej o średnicy 80 cm z polem czarnym o średnicy 40 cm;

B) z odległości 200 m do tarczy 10-pierścieniowej o średnicy 100 cm z polem czarnym o średnicy 60 cm.

W obu rodzajach strzelania ilość możliwych punktów wynosi 100.

IV. *Strzelanie z łuku*, w postawie stojącej,

przy nieograniczonym czasie strzelania do tarczy 5-pierścieniowej o średnicy 120 cm:

A) z odległości 25 m,

B) z odległości 20 m.

W obu rodzajach strzelania dopuszcza się 3 strzały próbne i 4 serie po 3 strzały liczone. Ilość liczonych punktów 108.

12) Gimnastyka.

Lekcje gimnastyki należy wykonać poprawnie na komendę instruktora — członka komisji próby.

§ 18.

Komisja próby spisuje z czynności swych protokół wedle wzoru Nr. 3.

Protokół winien być spisany atramentem a conajmniej ołówkiem atramentowym.

§ 19.

Kandydatom, którzy wypełnili warunki częściowej próby (§ 11 rozp. wyk.), wydaje przewodniczący komisji zaświadczenia wedle wzoru Nr. 4.

§ 20.

Odbycie poszczególnych ćwiczeń przed komisją próby może być zastąpione zaświadczeniem, wystawionem przez związek lub stowarzyszenie (ust. ost. § 10 rozp. wyk.) również wedle wzoru Nr. 4.

R o z d z i a ł V.

Tryb przyznawania państwowej odznaki sportowej.

§ 21.

Przewodniczący komisji próby przesyła protokół próby do właściwego miejscowo-powiatowego (miejskiego, stołecznego) komitetu wychowania fizycznego i przysposobienia wojskowego.

§ 22.

Powiatowy (miejski, stołeczny) komitet wychowania fizycznego i przysposobienia wojskowego sporządza na podstawie otrzymanych protokółów prób wykazy kandydów, którzy odbyli próbę z pomyślnym wynikiem, wedle wzoru Nr. 5 i przedkłada je przewodniczącemu wojewódzkiego (stołecznego) komitetu dwa razy do roku celem zatwierdzenia: 1 listopada za ubiegły okres letni i 1 maja za ubiegły okres zimowy.

§ 23.

Na podstawie wykazu, zatwierdzonego przez przewodniczącego wojewódzkiego (stołecznego) komitetu wystawia komitet powiatowy (stołeczny) w ciągu dni siedmiu świadectwa wedle wzoru Nr. 6 i przesyła je przewodniczącemu komisji próby.

Świadectwa należy zaopatrywać w liczby porządkowe.

Przewodniczący komisji próby doręcza świadectwa w ciągu czternastu dni osobom odznaczonym.

§ 24.

Protokoły prób należy przechowywać przez trzy lata, poczem należy je spalić.

Wykazy odznaczonych należy przechowywać trwale.

§ 25.

Okres dwuletni ważności odznaki liczy się od 1 stycznia do 31 grudnia roku następnego.

Ubiegający się o odznakę po raz pierwszy otrzymuje ją z ważnością na rok, w którym ukończył próbę, i na rok następny.

Przy odnawianiu ważności odznaki w ciągu dwuletniego okresu ważności nowy okres ważności odznaki liczy się od końcowego terminu ważności odznaki dawnej.

Ubiegania się o odznakę nie można rozciągać ponad dwa lata.

W ciągu okresu ważności odznaki można ubiegać się tylko o następny stopień odznaki. Nie można więc w ciągu jednego okresu ważności ubiegać się i uzyskać kilku kolejnych stopni odznaki.

Rozdział VI.

Ewidencja.

§ 26.

Powiatowe (miejskie) komitety wychowania fizycznego i przysposobienia wojskowego prowadzą ewidencję p. o. s. wedle wzoru Nr. 7.

Wojewódzkie (stołeczny) komitety przesyłają wykazy p. o. s. wedle wzoru Nr. 8 do Państwowego Urzędu Wychowania Fizycznego i Przysposobienia Wojskowego dwa razy w roku: 1 stycznia i 1 lipca.

Warszawa, dnia 22 grudnia 1930 r.

Dyrektor Państwowego Urzędu
Wychowania Fizycznego
i Przysposobienia Wojskowego:
(—) *Kiliński.*

WYDAWNICTWA SPORTOWE

Budowa terenów i urządzeń sportowych. Praca zbiorowa pod redakcją Osmolskiego W. płk. dr i Jeziorowskiego H.

Cena zł. 35.—

„ w oprawie zł. 43.—

Jest to fundamentalne dzieło, obejmujące całość budownictwa sportowego, opracowane przez najwybitniejszych znawców budownictwa i sportu. Liczy ona 566 str. druku oraz 522 ilustracji planów i rysunków. Zawiera projekty i kosztorysy urządzeń sportowych od najprymitywniejszych począwszy do najbardziej luksusowych, a mianowicie: sale ćwiczebne, boiska sportowe, korty tenisowe, kąpieliska, pływalnie, tory kolarskie, motocyklowe i samochodowe, obozy letnie, domy wycieczkowe, schroniska turystyczne, tory saneczkowe, tory do zawodów konnych, ujeżdżalnie, kryte, ogrody jordanowskie, przystanie i baseny wioślarskie i skocznie narciarskie.

Jeziorowski H. Piłka nożna. Wydanie V poprawione podług najnowszych przepisów Polskiego Związku Piłki Nożnej.

Cena zł. 1.40

Jest to podręcznik gry w piłkę nożną. Na treść jego składa się: opis gry, jej правила oraz wskazówki, jak postępować w wypadkach obrażeń cielesnych. Praca ujęta jest krótko, lecz gruntownie i wyczerpująco. O wartości tej praktycznej książeczki świadczy niebywała wprost ilość sprzedanych egzemplarzy mianowicie 50.000.

Jeziorowski H. Walka wręcz. Dziu-Dżitsu.

Cena zł. 2.50

Praca ta stanowi wyłożenie japońskiej metody walki wręcz. Jest to doskonały i wyczerpujący podręcznik z tej dziedziny.

Ziętkiewicz W. Jazda na nartach. Podręcznik dla instruktorów, uczniów i samouków.

Cena zł. 5.—

Praca ta jest ostatniem słowem techniki narciarskiej. Oparta jest na długoletniem doświadczeniu autora, znanego sportowca i narciarza. Rysunki w sposób filmowy przedstawiają każdy rzut narciarza, ułatwiając w ten sposób naukę jazdy, chodów płaskich i skoki.

Do nabycia

w Głównej Księgarni Wojskowej

Warszawa, ul. Nowy Świat 69

DRUKI PRZEPISANE REGULAMINEM PAŃSTWOWEJ ODZNAKI SPORTOWEJ

- | | Cena |
|--|-----------|
| 1) Zgłoszenie (wzór 1 do § 8 ust. 1.) . . . | — .5 gr. |
| 2) Zgłoszenie do próby o p. o. s. (wzór 2 do §. 8 ust. 2.) . . . | — .10 gr. |
| 3) Protokół próby o p. o. s. (wzór 3 do § 16 | — .10 gr. |
| 4) Zaświadczenie. (wzór 4 do § 19 i 20)! . . . | — .5 gr. |
| 5) Wykaz imienny osób, które wypełniły warunki wymagane od kandydatów do p. o. s. (wzór 5 do § 22) . . . | — .10 gr. |
| 6) Świadcstwo państwowej odznaki sportowej (wzór do § 23). | — .5 gr. |
| 7) Zestawienie ilościowe półroczne tych, którzy uzyskali prawo do p. o. s. (wzór 7 do § 26) | — .10 gr. |
| 8) Zestawienie ilościowe półroczne tych, którzy uzyskali prawo do noszenia p. o. s. (wzór 8 do 26) | — .10 gr. |

Do nabycia

w Głównej Księgarni Wojskowej

Warszawa, ul. Nowy Świat 69.

BIBLIOTECZKA SPORTOWA

		Zł
Tomik 1.	W. Junosza-Dąbrowski. Co to jest sport 1928.	75
Tomik 2.	W. Junosza-Dąbrowski. Co każdy o boksie. wiedzieć powinien. 1928.	75
Tomik 3.	W. Ziętkiewicz. Sprzęt narciarski. 1929.	75
Tomik 4—5.	W. Pytłasiński. Tajniki walki zapasniczej. 1929.	1,50
Tomik 6—7.	L. Szwykowski. Krótki podręcznik żeglarski. 1930.	1,50
Tomik 8—9.	Inż. Z. Trylski. Mały podręcznik obozowania. 1930.	1,50
Tomik 10—11.	W. Pytłasiński. Podnoszenie ciężarów. 1930.	1,50
Tomik 12—13.	Inż. E. Lenartowicz. Podręcznik wioślarstwa regatowego. 1930.	1,50
Tomik 14.	T. Fonferko. Jak budować kajaki. 1930.	2,20
Tomik 15.	P. Mierzejewski. Zaprawa lekkoatletyczna. 1931.	1,50
Tomik 16.	M. Zaruski gen. Przewodnik po terenach narciarskich Zakopanego i Tatr Polskich. 1931.	2—
Tomik 17.	E. Ślaski. Zasady zaprawy sportowej i jazdy konnej.	1,80
Tomik 18.	F. Szymczyk. Kolarstwo. 1931.	2—
Tomik 19.	Państwowa odznaka sportowa. 1931.	—65
Tomik 20.	A. Zaleski, Krótki podręcznik pływania.	1—
Tomik 21.	W. Bublewski. Kajakami na szlaku wodnym.	1,50

Do nabycia

w Głównej księgarni Wojskowej.

Warszawa, Nowy Świat 69