

**Наказ МОУ № 225 —
Інструкція з фізичної
підготовки в системі МОУ**

КУПИТИ

Наказом Міністерства оборони України № 225 **затверджено** Інструкції з фізичної підготовки в системі Міністерства оборони України.

Наказ МОУ 225 Зареєстровано в Міністерстві юстиції України 01 жовтня 2021 р. за № 1289/36911.

Ця Інструкція визначає систему фізичної підготовки військовослужбовців, а також форми, зміст і порядок організації фізичної підготовки та спортивної діяльності у системі Міністерства оборони України.

Вимоги цієї Інструкції поширюються на кандидатів для проходження військової служби за контрактом, для вступу у вищі військові навчальні заклади (далі - ВВНЗ), військові навчальні підрозділи закладів вищої освіти (далі - ВВП ЗВО), заклади фахової передвищої військової освіти (далі - ЗФПВО) під час складання ними нормативів з фізичної підготовки, студентів ВВНЗ, ВВП ЗВО, у тому числі і тих, що навчаються за програмою підготовки офіцерів запасу, а також на військовозобов'язаних та резервістів під час проходження ними зборів.

ЗМІСТ

Наказ	4
ІНСТРУКЦІЯ.....	6
I. Загальні положення	6
II. Управління процесом фізичного вдосконалення військовослужбовців.....	14
III. Процес фізичного вдосконалення військовослужбовців.....	19
IV. Особливості фізичної підготовки у видах, окремих родах військ, сил Збройних Сил, Держспецтрансслужбі.....	40
V. Особливості організації фізичної підготовки у ВВНЗ, ВНП ЗВО, ЗФПВО.....	45
VI. Перевірка та оцінка фізичної підготовки.....	49
ДОДАТКИ.....	70

ЗАТВЕРДЖЕНО
Наказ Міністерства
оборони України
05 серпня 2021 року № 225
Зареєстровано в Міністерстві
юстиції України
01 жовтня 2021 р.
за № 1289/36911

ІНСТРУКЦІЯ

з фізичної підготовки в системі Міністерства оборони України

I. Загальні положення

1. Ця Інструкція визначає систему фізичної підготовки військовослужбовців, а також форми, зміст і порядок організації фізичної підготовки та спортивної діяльності у системі Міністерства оборони України.

Вимоги цієї Інструкції поширюються на кандидатів для проходження військової служби за контрактом, для вступу у вищі військові навчальні заклади (далі - ВВНЗ), військові навчальні підрозділи закладів вищої освіти (далі - ВНП ЗВО), заклади фахової передвищої військової освіти (далі - ЗФПВО) під час складання ними нормативів з фізичної підготовки, студентів ВВНЗ, ВНП ЗВО, у тому числі і тих, що навчаються за програмою підготовки офіцерів запасу, а також на військовозобов'язаних та резервістів під час проходження ними зборів.

2. У цій Інструкції терміни вживаються у таких значеннях:

витривалість - спроможність військовослужбовця протистояти стомленню у процесі рухової діяльності;

військово-прикладні рухові вміння - спроможність військовослужбовців застосовувати сформовані навички для раціонального вирішення поставлених рухових завдань у різних умовах, що змінюються;

військово-прикладні рухові навички - доведені до автоматизму практичні дії військовослужбовців, що виконуються відповідно до поставлених завдань;

військово-спортивний комплекс (далі - ВСК) - сукупність контрольних фізичних вправ та вимог до фізичної підготовленості військовослужбовців;

забезпечення фізичної підготовки - діяльність службових осіб військової частини щодо вчасного та повного забезпечення умов функціонування і розвитку системи фізичної підготовки;

загальна фізична підготовка - частина фізичної підготовки, яка спрямована на розвиток основних фізичних якостей, поліпшення фізичного розвитку та зміцнення здоров'я військовослужбовців;

керівництво фізичною підготовкою військовослужбовців - діяльність командирів (начальників), інших службових осіб військової частини, яка спрямована на вироблення та прийняття рішень, постановку завдань виконавцям, координацію та всестороннє забезпечення їхніх дій, контроль та аналіз результатів виконання поставлених завдань та підведення підсумків;

контроль фізичної підготовки - діяльність службових осіб відповідного органу військового управління, військової частини (підрозділу) з вивчення і аналізу фактичного стану та кінцевих результатів функціонування системи фізичної підготовки, яка проводиться відповідно до встановлених вимог і знаходить втілення у визначеній системі перевірки та оцінювання;

лікувальна фізична культура (далі - ЛФК) - комплекс лікувально-педагогічних заходів, спрямованих на відновлення функцій організму та працездатності військовослужбовців засобами фізичної культури і спорту після перенесених захворювань, профілактики можливих ускладнень та загострень патологічних процесів, що відбуваються в їх організмі.

облік фізичної підготовки - діяльність службових осіб та спортивного активу військової частини щодо збирання, систематизації, узагальнення та збереження інформації про функціонування системи фізичної підготовки, її результатів для вироблення і прийняття обґрунтованих рішень стосовно її удосконалення;

організаційно-методичні навички - сукупність теоретичних знань, методичних прийомів і дій керівників фізичної підготовки, які дозволяють їм якісно та відповідно до встановлених вимог організувати виконання покладених на них завдань, методично правильно навчати та виховувати підлеглих;

організаційно-методичні уміння - готовність військовослужбовців здійснювати самостійний вид діяльності по управлінню особистим фізичним вдосконаленням або фізичною підготовкою своїх підлеглих;

організація фізичної підготовки - діяльність службових осіб військової частини, яка включає планування, підготовку керівників фізичної підготовки, контроль та облік її заходів;

підготовка керівників фізичної підготовки - процес навчання командирів підрозділів, фахівців фізичної підготовки і спорту, членів спортивного активу військової частини та підрозділів для організації і проведення її форм (заходів);

планування фізичної підготовки - визначення конкретних строків, шляхів та способів досягнення поставленої мети і цільових завдань, визначення виконавців та їх конкретних (цільових) дій;

процес фізичного вдосконалення військовослужбовців - сукупність засобів, методів та форм фізичної підготовки, які реалізуються шляхом застосування функцій навчання, розвитку, виховання та злагодження підрозділів;

сила (силові здібності) - спроможність військовослужбовця долати зовнішній опір або протидіяти йому за рахунок м'язових зусиль;

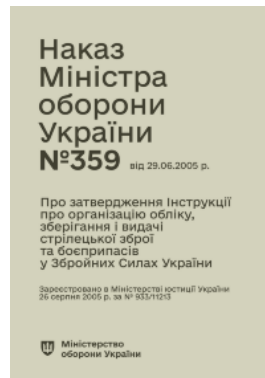
система фізичної підготовки - впорядкована відповідно до вимог службової діяльності сукупність взаємопов'язаних компонентів, які складають концептуальні (теоретичні) основи, процес фізичного вдосконалення військовослужбовців та управління цим процесом;

спеціальна (військово-прикладна) фізична підготовка - частина фізичної підготовки, яка спрямована на розвиток і вдосконалення спеціальних якостей, військово-прикладних рухових навичок і вмінь військовослужбовців;

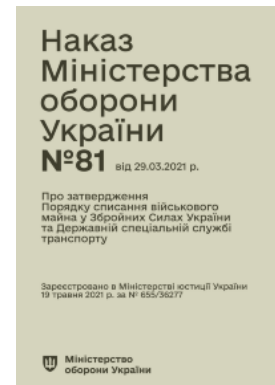
Рекомендована література



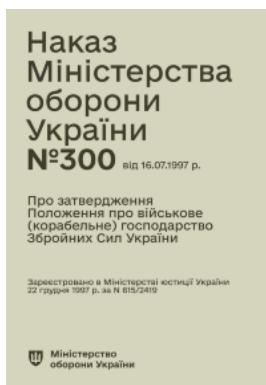
Наказ МОУ № 440 —
Інструкція з обліку
військового майна у
ЗСУ



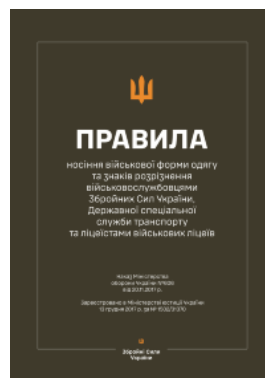
Наказ МОУ № 359 —
Інструкція про
організацію обліку,
зберігання і видачі
стрілецької зброї та
боєприпасів у Збройних
Силах України



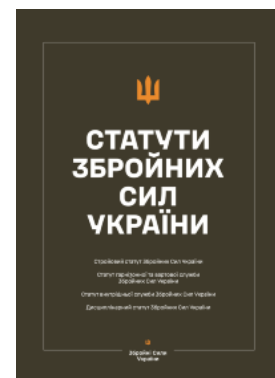
Наказ МОУ № 81 —
Порядок списання
військового майна у
ЗСУ та ДССТ



Наказ МОУ № 300 —
Положення про
військове (корабельне)
господарство ЗСУ



Наказ МОУ № 606 —
Правила носіння
військової форми одягу
та знаків розрізнення
військовослужбовцями
ЗСУ, ДССТ та
ліцеїстами військових
ліцеїв



Статути Збройних Сил
України

Перейти до категорії
Накази МОУ

WAR BOOKS
військова література

КУПИТИ