



# DZIENNIK USTAW

## RZECZYPOSPOLITEJ POLSKIEJ

---

Warszawa, dnia 29 czerwca 2021 r.

Poz. 1164

### ROZPORZĄDZENIE MINISTRA OBRONY NARODOWEJ

z dnia 24 czerwca 2021 r.

#### zmieniające rozporządzenie w sprawie przeprowadzania sprawdzianu sprawności fizycznej żołnierzy zawodowych

Na podstawie art. 50a ust. 6 ustawy z dnia 11 września 2003 r. o służbie wojskowej żołnierzy zawodowych (Dz. U. z 2021 r. poz. 1131) zarządza się, co następuje:

§ 1. W rozporządzeniu Ministra Obrony Narodowej z dnia 2 grudnia 2020 r. w sprawie przeprowadzania sprawdzianu sprawności fizycznej żołnierzy zawodowych (Dz. U. poz. 2331) wprowadza się następujące zmiany:

- 1) w § 2:
  - a) ust. 1 i 2 otrzymują brzmienie:

„1. Sprawdzian przeprowadza się w okresie od kwietnia do października danego roku kalendarzowego.

2. Termin, miejsce i szczegółowy harmonogram przeprowadzenia sprawdzianu ustalają komisje egzaminacyjne.”,
  - b) ust. 8 otrzymuje brzmienie:

„8. Żołnierz zawodowy, który otrzymał ze sprawdzianu ocenę niedostateczną albo ocenę pozytywną inną niż bardzo dobra, może ponownie – raz – przystąpić do sprawdzianu w okresie, o którym mowa w ust. 1. W aktach osobowych żołnierza zawodowego pozostawia się informację o wyższej ocenie uzyskanej ze sprawdzianu.”,
  - c) uchyla się ust. 9;
- 2) w § 8 w ust. 1:
  - a) w pkt 2 lit. d otrzymuje brzmienie:

„d) poniżej 68 pkt – ocena niedostateczna (2);”,
  - b) w pkt 3 lit. d otrzymuje brzmienie:

„d) poniżej 69 pkt – ocena niedostateczna (2);”;
- 3) w § 9 w ust. 1 w pkt 5 kropkę zastępuje się średnikiem i dodaje pkt 6 w brzmieniu:

„6) decyzja Ministra Obrony Narodowej.”;
- 4) w załączniku nr 4 do rozporządzenia tabela punktowa nr 4 – „UGINANIE I PROSTOWANIE RAMION W PODPORZE, LEŻĄC PRZODEM NA ŁAWCE GIMNASTYCZNEJ dla żołnierza zawodowego – kobiety, o którym mowa w § 6 ust. 1 pkt 2–5” otrzymuje brzmienie określone w załączniku do niniejszego rozporządzenia.

§ 2. Rozporządzenie wchodzi w życie z dniem następującym po dniu ogłoszenia.

Minister Obrony Narodowej: *M. Błaszczak*

Załącznik do rozporządzenia Ministra Obrony Narodowej  
z dnia 24 czerwca 2021 r. (poz. 1164)

**TABELA PUNKTOWA NR 4 – UGINANIE I PROSTOWANIE RAMION W PODPORZE, LEŻĄC PRZODEM  
NA ŁAWECZCE GIMNASTYCZNEJ**

dla żołnierza zawodowego – kobiety, o którym mowa w § 6 ust. 1 pkt 2–5

	do 20	21–25	26–30	31–35	36–40	41–45	46–50	51–55	56–pow.	
39		21								39
38		20,7								38
37		20,4								37
36		20,1	21							36
35	21	19,8	20,7							35
34	20,7	19,5	20,4							34
33	20,4	19,2	20,1	21						33
32	20,1	18,9	19,8	20,7						32
31	19,8	18,6	19,5	20,4						31
30	19,5	18,3	19,2	20,1	21					30
29	19,2	18	18,9	19,8	20,7					29
28	18,9	17,7	18,6	19,5	20,4					28
27	18,6	17,4	18,3	19,2	20,1	21				27
26	18,3	17,1	18	18,9	19,8	20,7				26
25	18	16,8	17,7	18,6	19,5	20,4				25
24	17,7	16,5	17,4	18,3	19,2	20,1	21			24
23	17,4	16,2	17,1	18	18,9	19,8	20,7			23
22	17,1	15,9	16,8	17,7	18,6	19,5	20,4			22
21	16,8	15,6	16,5	17,4	18,3	19,2	20,1	21		21
20	16,5	15,3	16,2	17,1	18	18,9	19,8	20,7		20
19	16,2	15	15,9	16,8	17,7	18,6	19,5	20,4		19
18	15,9	14,7	15,6	16,5	17,4	18,3	19,2	20,1	21	18
17	15,6	14,4	15,3	16,2	17,1	18	18,9	19,8	20,7	17
16	15,3	14,1	15	15,9	16,8	17,7	18,6	19,5	20,4	16
15	15	13,8	14,7	15,6	16,5	17,4	18,3	19,2	20,1	15
14	14,7	13,5	14,4	15,3	16,2	17,1	18	18,9	19,8	14
13	14,4	13,2	14,1	15	15,9	16,8	17,7	18,6	19,5	13
12	14,1	12,9	13,8	14,7	15,6	16,5	17,4	18,3	19,2	12
11	13,8	12,6	13,5	14,4	15,3	16,2	17,1	18	18,9	11
10	13,5	12,3	13,2	14,1	15	15,9	16,8	17,7	18,6	10
9	13,2	12	12,9	13,8	14,7	15,6	16,5	17,4	18,3	9
8	12,9	11,7	12,6	13,5	14,4	15,3	16,2	17,1	18	8
7	12,6	11,4	12,3	13,2	14,1	15	15,9	16,8	17,7	7
6	12,3	11,1	12	12,9	13,8	14,7	15,6	16,5	17,4	6
5	12	10,8	11,7	12,6	13,5	14,4	15,3	16,2	17,1	5
4	11,7	10,5	11,4	12,3	13,2	14,1	15	15,9	16,8	4
3	11,4	10,2	11,1	12	12,9	13,8	14,7	15,6	16,5	3
2	11,1	9,9	10,8	11,7	12,6	13,5	14,4	15,3	16,2	2
1	10,8	9,6	10,5	11,4	12,3	13,2	14,1	15	15,9	1

Żołnierze wyszczególnieni w § 6 ust. 1 pkt 1–4, aby zaliczyć testy sprawności fizycznej, muszą uzyskać **minimum 15 punktów** z maksymalnej wartości punktowej przypisanej do uginania i prostowania ramion w podporze, leżąc przodem na ławeczce gimnastycznej, właściwej dla ich grupy wiekowej.