

KINNITATUD

Kaitseväe juhataja 11.09.2025
käskkirjaga nr 0.1-3.1/25/36

Kaitseväe peastaap
väljaõppeosakond

KAITSEVÄE
SPORDIKONTSEPTSIOON

SISUKORD

1. Sissejuhatus	3
2. Olukord	3
3. KV spordi jaotus, eesmärgid ning ülesanded	4
3.1 Kaitseväelaste kehaline ettevalmistus	5
3.2 Kaitseväelaste harrastus- ja tippспорт	5
4. Spordi korraldus KVs.....	6
4.1 Struktuur, juhtimine ja vastutus.....	6
4.1.1 Väljaõppejaoskond	7
4.1.2 Struktuuriüksuse ülem	7
4.1.3 Spordiinstruktor	7
4.1.4 KV spordirühm.....	8
4.1.5 KV spordikomisjon.....	8
4.1.6 „ <i>Team Kaitsevägi</i> “	8
4.2 Kehalise ettevalmistuse tagamine ja vastutus väljaõppes.....	9
4.3 KV spordi rahastamine ja meditsiiniline teenindamine	10
4.3 KV spordi meediaplaan.....	10
5. Tegevväelaste sport.....	11
6. Ajateenijate sport	11
7. Reservväelaste sport	12

1. Sissejuhatus

Käesolevas kontseptsioonis mõistetakse spordi all kõiki sportliku tegevuse organiseeritud ja organiseerimata vorme, alates üksiku kaitseväelase individuaalsest kehalisest ettevalmistusest kuni tippspordini.

Kaitseväge (edaspidi KV) kehaline ettevalmistus ja sport on osa üldisest Eesti Vabariigi kehalise kasvatuses ning spordisüsteemist.

Kontseptsiooni eesmärgiks on määratleda KV kehalise ettevalmistuse ja spordi eesmärgid, ülesanded, vahendid ja tegevused nende saavutamiseks.

Kontseptsioon kehtib kogu KV isikkoosseisule, kuhu kuuluvad nii tegevväelased, ajateenijad, reservväelased, kui ka ametnikud ja töötajad. Kontseptsiooni peamine fookus on kaitseväelaste kehalisel ettevalmistusel ning liikumisharrastuse kujundamisel. Ametnike ja töötajate sportimisvõimalused tagatakse KV spordilepingute piires vastavalt eelarve võimalustele, samadel alustel nagu tegevväelastele.

2. Olukord

Kaitseväeteenistus algab ajateenistusega, mis on aluseks edaspidisele teenistusele nii reservis kui ka tegevväelasena. Ajateenistusse tulijate kehaline valmisolek peab tagama valmisoleku edukalt läbida sõjaväeline väljaõpe.

Noorte kehaline valmisolek ajateenistuse edukaks läbimiseks sõltub ühiskonnas toimuvatest sotsiaalsetest protsessidest ja sportimist soodustavatest teguritest. Spordi- ja liikumisharrastust mõjutavad erinevad isiksuslikud ja ühiskondlikud tegurid, mis algavad kõige üldisemast ühiskondlikust hoiakust ja füüsilisest keskkonnast ning lõppevad liikumisharrastuse subjektiivsete põhjustega¹. Kehalise kasvatuses tundide arv koolis ei taga laste füüsiliseks arenguks vajalikku liikumist ning sportlike võimete arengut. Nimetatud lünka peab täitma kooliväline tegevus, kas spordiklubide ja spordikoolide näol või hoovisport ja muud sportlikud harrastused².

Ajateenijate testimised on näidanud, et enamik neist ei oma ajateenistusse tulles teenistusülesannete täitmiseks piisavat kehalist ettevalmistust. Vastavalt iga-aastasele ajateenijate kompleksuuringule kinnitab 56 % ajateenijatest, et ei valmistanud end kehalise ettevalmistuse mõistes ajateenistuse jaoks mitte kuidagi ette.

Kehaliste võimete kontrolltesti sooritas 1996. aastal ajateenistuse alguses positiivselt 50%, sama näitaja langes 2000-tel 10%-ni. Majandustõus, uute spordiklubide teke ja lapsevanemate suhteliselt kõrgem heaolu võimaldas noortel rohkem osaleda spordiklubide töös ja 2012. aastal sooritas esimese kehaliste võimete kontrolltesti positiivselt 42% ajateenistusse kutsututest. Alates sellest ajast on nimetatud protsent jäänud samasse suurusjärku (L. Oja³). Ajateenijate 2020 aasta kompleksuuringust saab välja tuua, et kehalise võimete kontrolltesti tulemused ajateenistuse alguses ja lõpus paranesid kõigis gruppides sõltumata eelnevast sportimisharjumusest.

Ajateenistusest vabastamise põhjused on kõikide haigusrühmade lõikes vähenenud. Kõige suurem langus on toimunud lihasluukonna ja sidekoehaiguste ning vigastuste osas. Oluliselt vähenenud on nende juhtumite arv, kui ajateenija teenistusest vabastamise põhjuseks on teenistusülesannete täitmise tõttu saadud tervisekahjustus: kui 2016. a oli selliseid juhtumeid 113, siis 2019. a ainult 13. Nimetatud muutustele on kaasa aidanud füsioteraapia teenuse ja spordiinstruktori kättesaadavuse tagamine kõikides linnakutes ning paindlikuma väljaõppeprogrammi rakendamine, mis on muutnud ajateenistusse astumise ka kehaliselt vähemvõimekamate ajateenijate jaoks jõukohasemaks. Jätkata tuleb ajateenijate diferentseeritud kehalise kasvatuses ja järele aitamise tundide läbiviimisega ning saavutatud

¹ Noormets Joe, Spordi ja liikumisharrastuse edendamise ning sportimisvõimaluste arendamise suunad Tallinnas 2007.

² Eesti Spordipoliitika põhilused aastani 2030 - <https://www.riigiteataja.ee/akt/320022015002>.

³ Oja Leila, Ajateenijate üldfüüsiline võimekus 2014. aastal.

kehalise vormi tõstmiseks ja säilitamiseks tuleb lisaks individuaalsetele treeningutele luua motivatsiooni tõstvaid rekreatiivseid vaba aja veetmise võimalusi nädalavahetustel ning väljaõppest vabal ajal. Need aspektid seavad kõrgendatud nõuded kehalise ettevalmistuse korraldusele ja tunniandjatele.

Laiapõhjalise riigikaitse seisukohast on väga tähtis tervislike eluviiside ja elukestva sportimise propageerimine elanikkonna hulgas, et tagada reservväelaste valmisolek sõjaajaülesannete täitmiseks alates ajateenistusest kuni reservteenistuse lõpuni. Statistikaameti 2019. aasta andmete alusel on Eesti meeste tervena elatud aeg 54,1 aastat (see on aeg elust, mis tõenäoliselt möödub pikaajaliste terviseprobleemide ja krooniliste haigusteta)⁴. Rahvastiku tervise arengukavas (RTA) 2020-2030 on üheks oluliseks põhimõtteks inimkesksus, kus inimest nähakse kui indiviidi ning temaga tehakse koostööd, et leida temale sobivad lahendused nii tervise säilitamisel ja parandamisel kui haigustega toimetulekul. Samuti on RTA 2020-2030 üheks oluliseks põhimõtteks inimese vastutus oma tervise eest – Eesti ühiskonnas ja tervisesüsteemis luuakse kõigi osapoolte (avalik, kolmas ja erasektor; riigiülene tasand, kohalikud omavalitsused ja kogukonnad, samuti tervishoiutöötajad ja teised vajalikud teenuseosutajad) koostöös vajalikud võimalused ja tingimused, mis toetavad inimest oma tervise eest vastutuse võtmise.⁵ Tegevväelaste kehalise kasvatuse tähtsus on tõusnud seoses KV osalemisega rahvusvahelistel sõjalistel operatsioonidel⁶. Antud eesmärkide teostamisel on KV rolliks reservväelaste liikumisharjumuste kujundamine ja spordihuvi äratamine ajateenistuse jooksul ning tegevväelaste tervist toetavate valikute ja võimaluste kättesaadavuse tagamine ning motiveerimine oma tervise eest vastutust võtma.

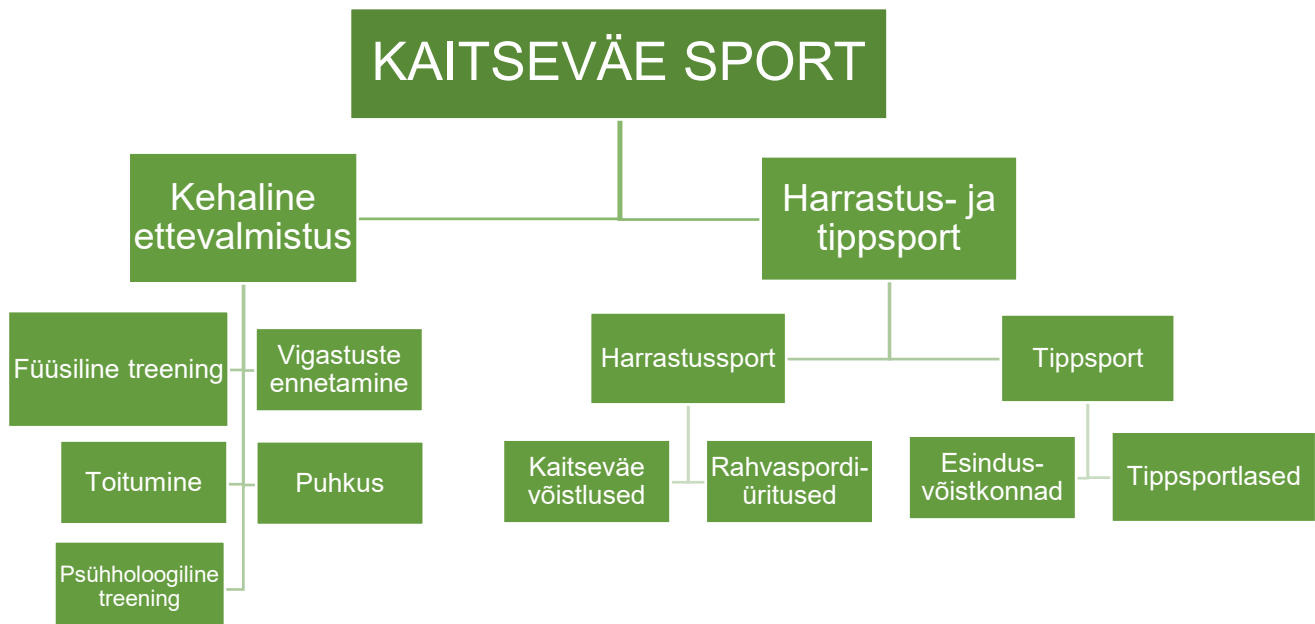
3. KV spordi jaotus, eesmärgid ning ülesanded

KV spordi valdkond jaguneb kaitseväelaste kehaliseks ettevalmistuseks ning harrastus- ja tippspordiks (vt. joonis 1). Läbi nende alamvaldkondade toimub kaitseväelaste kehaliste võimete arendamine, säilitamine ja liikumisharrastuse huvi tõstmine.

⁴ Statistikatöö „Rahvastik“ ja „Eesti sotsiaaluuring“ - <https://www.stat.ee/et/uudised/elame-kauem-aga-mitte-tervemana>.

⁵ „Rahvastiku tervise arengukava 2020-2030.“

⁶ Ööbik V. "Kehalise ja vaimse töövõime optimeerimine kuumastressi tingimustes (26.09.2007–30.09.2011)", Tartu Ülikool.



Joonis 1. KV spordi jaotus

3.1 Kaitseväelaste kehaline ettevalmistus

Kaitseväelaste kehaline ettevalmistus on sõjaväelise väljaõppe lahutama osa, mis peab tagama kaitseväelaste kehalise valmisoleku sõja- ja rahuaja ülesannete täitmiseks.

Kaitseväelaste kehalise ettevalmistuse eesmärgiks on tagada kehaline valmisolek rahu- ja sõjaaja ülesannete täitmiseks läbi kehaliste võimete arendamise ja säilitamise ning liikumisharrastuse propageerimise. Kehaliste võimete säilitamine ja arendamine on eelduseks, et reservväelane suudab vajadusel täita oma sõjaaja ülesandeid.

Kaitseväelaste kehalise ettevalmistuse ülesanded on:

- 1) kehalise treenituse tõstmine ja säilitamine, tervise tugevdamine ja vigastuste ennetamine;
- 2) sõjalis-rakenduslike liigutusvilumuste (takistuste ületamine, suusatamine, ujumine, kiirrännakud, käsivõitlus jne) omandamine;
- 3) kehalise ettevalmistuse vastu kestva huvi äratamine ja läbi selle terve ning kehaliselt arenenud kaitseväelase kujunemine.
- 4) psühholoogilise valmisoleku toetamine.

3.2 Kaitseväelaste harrastus- ja tippsport

Käesolevas kontseptsioonis mõistetakse harrastus- ja tippspordi all võistlustegevusele (osalemine erineva tasemega spordivõistlustel) ja sportimisharjumuste (aktiivne elustiil) väljakujunemisele suunatud tegevust.

KV harrastus- ja tippspordi eesmärgiks on kaitseväelaste spordialase teadlikkuse avardamine ja sportimisharjumuse tekitamine läbi mitmekülgsete võimaluste. Tagada kaitseväelastele võimalus osaleda KV meistrivõistlusel oma spordialal või sellega sarnasel võistlusosal. Tekitada läbi tippspordi avalikkuse suuremat huvi KV tegevuse vastu, tõsta KV mainet ja innustada kaitseväelasi sportima.

KV harrastus- ja tippspordi ülesanded:

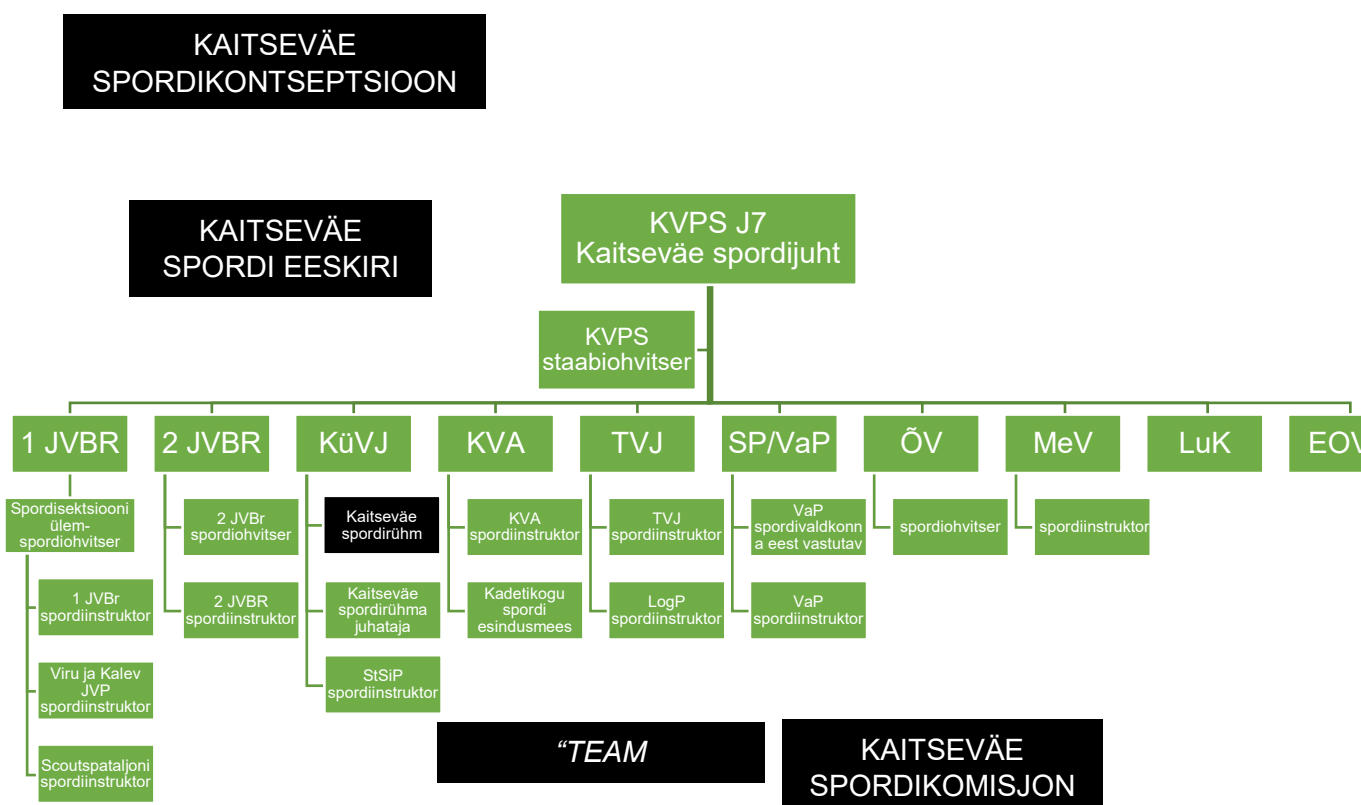
- 1) võistlusvõimaluste pakkumine kaitseväelastele;
- 2) kaitseväelastes huvi äratamine ja võistlusharjumuste kujundamine;
- 3) spordi mitmekülsuse tutvustamine;
- 4) pakkuda kaitseväelastele ja ametnikele läbi „*Team Kaitsevägi*“ programmi võimalust võistelda siseriiklikult KV nime all;
- 5) KV esindamine rahvusvahelistel võistlustel ja Ülemaailmse Sõjaväespordi Nõukogu (CISM) võistlustel.

4. Spordi korraldus KVs

Korraldus koosneb struktuurist, juhtimisest, vastutusvaldkondadest, planeerimisest, finantseerimisest ja meditsiinilisest teenindamisest.

4.1 Struktuur, juhtimine ja vastutus

KV spordi juhtimise alusdokumentideks on KV spordikontseptsioon ja KV spordi eeskiri KV spordistruktuuri osadeks on J7 väljaõppejaoskond, struktuuriüksuse ülem, spordiinstruktor (tema puudumisel struktuuriüksuse spordi eest vastutav isik) ja KV spordirühm. Lisaks toetab valdkonna juhtimist ja arendamist KV spordikomisjon ning „*Team Kaitsevägi*“. (vt.joonis 2)



Joonis 2. KV spordi struktuur

4.1.1 Väljaõppejaoskond

Sporti KV s juhib KVPS väljaõppeosakond (J7) läbi KV spordijuhi, kes koordineerib, juhendab ja kontrollib struktuuriüksuste sporditegevust.

J7 ülesanded spordivaldkonnas on:

- 1) KV sporditegevuse planeerimine ja korraldamine (sh kehaliste võimete testimine, KV ülesed spordiüritused- ja võistlused, rahaliste vahendite vajaduse sisendite andmine arengukavadesse, spordibaaside rendilepingute haldamine jne)
- 2) spordialase dokumentatsiooni (nt väljaõppe-metoodiline juhise, koolitused, riigihangete spordivaldkonna tehnilised kirjelduste sisendid jne) väljatöötamine;
- 3) spordialase koostöö koordineerimine riiklikul tasandil (Eesti Olümpiakomitee, ministeeriumid, spordialaliidud ja kehakultuuri uurimis- ning õppeasutused) ja rahvusvahelisel tasandil (Ülemaailmne Sõjaväespordi Nõukogu – CISM, CISM-Euroopa).

4.1.2 Struktuuriüksuse ülem

Struktuuriüksuse kaitseväelaste sporti juhib struktuuriüksuse⁷ ülem, kes läbi struktuuriüksuse spordiinstruktori tagab:

- 1) kehalise ettevalmistuse väljaõppe kvaliteetse juhtimise ja kontrolli;
- 2) ajateenijate kehaliste koormuste ratsionaalse jaotamise päeva, nädala, kuu ja õppekursuste peale;
- 3) sporditundide läbiviijate kvaliteetse metoodilise ettevalmistuse;
- 4) struktuuriüksuse kehalise ettevalmistuse läbiviimiseks vajaliku materiaalbaasi;
- 5) tingimused teenistuskonnakavandamiseks sportimiseks.

4.1.3 Spordiinstruktor

Struktuuriüksuse spordiinstruktori (tema puudumisel määratakse struktuuriüksuse kehalise kasvatus ja spordi eest vastutav isik) kohustuseks on:

- 1) struktuuriüksuse spordivaldkonna korraldamine (näiteks sporditundide planeerimine; ajateenijate jaotamine treeninggruppidesse, käsivõitluse täiendkoolituse koordineerimine, tunniandjate metoodiline juhendamine, sporditaristu kasutuse planeerimine, spordiinventari hankimine jne.)
- 2) struktuuriüksuse spordivõistluste ja rekreatiivsete ürituste korraldamine;
- 3) struktuuriüksuse koondvõistkondade ettevalmistamise ja KV meistrivõistlustel osalemise koordineerimine ning koostöös J7-ga KV meistrivõistluste läbiviimine;
- 4) koostöös struktuuriüksuse teavitusspetsialistiga spordiürituste alane teavitustöö ning infojagamine;
- 5) koostöös KV spordijuhi ja teiste struktuuriüksuste spordiinstruktoritega KV spordi arendamine.

⁷ Kontseptsioonis loetakse KV struktuuriüksusteks lisaks KVJ vahetus alluvuses olevatele struktuuriüksustele ka KVJ vahetus alluvuses olevate struktuuriüksuste koosseisus olevad üksused, mis on nimetatud KV põhimääruse tasandil.

4.1.4 KV spordirühm

KV spordirühma eesmärgiks on tippsportlastest ajateenijate kõrgete sportlike tulemuste saavutamise toetamine ning sportlike eluviiside ja liikumisharrastuse propageerimine kaitseväelaste hulgas.

Ülesanded:

- 1) Toetada ajateenijate kõrgete sportlike tulemuste saavutamist nii rahvusvahelisel kui rahvuslikul areenil;
- 2) spordirühma liikmetel olla positiivsed KV esindajad tsiviilühiskonnas ja propageerida liikumisharrastust (KV spordiürituste korraldamises osalemine) kaitseväelaste hulgas;
- 3) esindada KV siseriiklikel ja rahvusvahelistel spordivõistlustel ning -üritustel;
- 4) tagada võimalus tegeleda spordiga teenistuses olemise ajal.

4.1.5 KV spordikomisjon

Spordikomisjoni eesmärgiks on tagada tippsportlaste valik spordirühma vastavalt kehtestatud kriteeriumitele.

Ülesanded:

- 1) analüüsida taotletavate sportlaste vastavust kehtestatud spordirühma kriteeriumitele;
- 2) koostöös Kaitseressursside ametiga määrata ajateenijate spordirühma kandidaatidele teenistusaeg- ja koht, arvestades võimalusel sportlase soovi ja vajadusi;
- 3) teostada järelevalvet KV spordirühma ja „*Team Kaitsevägi*“ sportliku tegevuse üle;
- 4) anda tagasisidet ja teha ettepanekuid Eesti spordi arendamiseks.

Spordirühma komplekteerimiseks moodustatakse spordikomisjon koosseisus:

esimees: KV spordijuht

liikmed: Küberväejuhatuse Staabi- ja sidepataljoni ülem;

Kaitseressursside Ameti peadirektori asetäitja (kooskõlastatult);

Eesti Olümpiakomitee alaliitude koordinaator (kooskõlastatult);

Küberväejuhatuse staabi- ja sidepataljoni spordirühma juhataja.

4.1.6 „*Team Kaitsevägi*“

„*Team Kaitsevägi*“ eesmärgiks on koondada sportimishuviga kaitseväelasi, et võimaldada nende osalemine sise- ja välisriiklikel spordivõistlustel ja üritustel. „*Team Kaitsevägi*“ jaguneb kolmeks: harrastussportlased, KV esindusvõistkond ja KV tippsportlased. „*Team Kaitsevägi*“ kriteeriumid ja esindusvõistkonna ning tippsportlaste liikmed kinnitab avalduste alusel KV spordikomisjon.

Ülesanded:

- 1) tagada kaitseväelaste osalemine siseriiklikel spordivõistlustel „*Team Kaitsevägi*“ nime all;
- 2) arendada sõjalis-rakenduslike spordialasid Eestis;

- 3) „Team Kaitseväge“ tippsportlaste ja esindusvõistkonna liikmetele treeningtingimuste loomine ning spordivarustuse võimaldamine;
- 4) korraldada koostööd teiste riikide armeede spordiorganisatsioonidega;
- 5) toetada koostööd Eesti Olümpiakomitee, spordialaliitude ja -kohalike omavalitsuste noorsoo- ja spordiametitega saavutusspordi, rahvaspordi ja noortespordi edendamisel ning arendamisel.

4.2 Kehalise ettevalmistuse tagamine ja vastutus väljaõppes

Kehalise ettevalmistuse väljaõppe korraldamisel lähtutakse KV väljaõppe-eeskirjas kehtestatud süsteemse lähenemise põhimõtetest - SAT (*Systems Approach to Training*) (vt.tabel 1).

Tabel 1. Kehalise ettevalmistuse korralduse tagamine ja vastutus

SAT-i etapp	Osalist				Väljund	Kinnitab
	Väljaõppe juht	Väljaõppe planeerija/ spordi-instruktor	Väljaõppe läbiviija	Väljaõppe toetaja		
Analüüs	V	T	K	I	Väljaõppe eesmärk	Väljaõppe-juht
Kavandamine	V	K/T	T	I/K	Juhis	Väljaõppe-juht
Läbiviimine	V	K	T	I	Väljaõpetatud isik või üksus	Väljaõppe läbiviija
Hindamine	V	I	T	I	Õpitu- tuvastused	Väljaõppe-juht

Lühendite selgitus:

- 1) V – vastutaja korraldab täideviimise
- 2) T – täideviija viib tegevused ellu
- 3) K – konsulteeritav toetab väljundi väljatöötamist
- 4) I – informeeritav saab infot protsessist ja väljundist

SAT-i etapid:

- 1) analüüsietapis spordiinstruktor analüüsib kaitseväelase ametikoha nõudeid ja sihtgrupi kehalist võimekust, võtab arvesse spordi ja kehalise ettevalmistuse valdkonnaga seotud dokumente, väljaõppe läbiviija ning -toetaja sisendeid, ning tulemusena sõnastab kehalise ettevalmistuse väljaõppe-eesmärgi;
- 2) kavandamisetapis spordiinstruktor koostöös väljaõppe läbiviijaga sõnastab kehalise ettevalmistuse väljaõppe alaeesmärgid ning võttes arvesse olemasolevaid ressursse annab oma sisendi temaatilisse plaani;
- 3) läbiviimise etapis väljaõppe läbiviija, konsulteerides vajadusel spordiinstruktoriga, koostab vastava(d) väljaõppedokumendi(d) (tunniplaani, plaankonspekti) ja viib nende alusel läbi kehalist ettevalmistust. Spordiinstruktor toetab meetodiliste juhiste andmisega, väljaõppematerjalide koostamisega, viib vajadusel läbi tunniandjate täiendväljaõpet ja kontrollib tunniandjaid;
- 4) hindamise etapis väljaõppe läbiviija hindab osalejaid või üksust lähtudes kehtestatud kriteeriumitest ja informeerib tulemustest spordiinstruktorit.

4.3 KV spordi rahastamine ja meditsiiniline teenindamine

Struktuuriüksuse sisene sporditegevuse planeerimine, rahaliste vahendite vajaduse sisendi andmine ja meditsiiniline teenindamine loob eelduse kehalise ettevalmistuse väljaõppe edukaks täitmiseks ja sportimisharrastuse toetamiseks vastavalt struktuuriüksuse väljaõppe- ja lahinguülesannetele ning kehtestatud korrale.

Selleks:

- 1) sporti rahastatakse KV eelarvest, mille rahaliste vahendite vajaduste sisendi andmise ja täideviimise eest vastutab struktuuriüksuse spordiinstruktor;
- 2) spordi rahastamiseks esitatakse iga-aastaselt määratud ajaks, rahaliste vahendite vajadused Kaitseministeeriumi valitsemisala arengukava (KMAK) sisenditena, tuues välja finantsplaani seletuskirjas arengukava aastate vajaduste põhjendused ja eeldatavad mõjud;
- 3) KMAK sisendi annab KV spordijuht, kes koondab kokku struktuuriüksuste spordiinstruktorite poolt planeeritud spordi ja kehalise ettevalmistuse finantseerimiseks vajalikud sisendid;
- 4) struktuuriüksuse kehalise ettevalmistuse ning harrastus- ja tippspordi tagamiseks vajalikud tegevused (sporditeenuste kasutamine, taristu rent, spordinventari soetamine ja hooldus, kohtunike tasud, võistluste läbiviimise kulud, koolituste kulud, KV meistrivõistluste korralduskulud, rahvaspordiürituste osavõtutasud jne.) finantseeritakse KMAK otsuste järgse piirnumbri alusel KV eelarvest;
- 5) struktuuriüksus tagab enda korraldatud sporditundide ja spordiürituste meditsiinilise teenindamise;
- 6) struktuuriüksuse meditsiinivaldkonna eest vastutav tagab koostöös füsioterapeudi ja spordiinstruktoriga kaitseväelaste vigastuste ennetamise, sporditraumade järgse taastumisalase nõustamise ning vastavalt vajadusele lisateabe/nõu leidmise tsiviilist.

4.3 KV spordi meediaplaan

Toetudes Kaitseministeeriumi valitsemisala kommunikatsiooni strateegiale ja KV teavitustöö kontseptsioonile on KV spordi meediaplaani eesmärgiks spordi ja liikumise populariseerimine ja teadvustamine. KV spordi meediaplaani eest vastutab KV spordijuht koostöös KVPS strateegilise kommunikatsiooni osakonnaga. KV spordi meediaplaan reguleerib KV spordi ühtset kuvandit ja kajastamist.

Meediaplaani tegevussuundadeks on:

- 1) sporditeadlikkuse ja kehalise võimekuse teadvustamine ning ajateenistuse populariseerimine;
- 2) väärtuspõhine ajateenistus läbi sporditeadlikkuse ja motivatsiooni kasvu;
- 3) atraktiivne teenistus, mida toetab kommunikatsioon KV spordivaldkonna tegemistest;
- 4) KV mainekujundus läbi spordi ja panustamise kehalisse valmisolekusse. Ühtne väljanägemine spordivõistlustel nii struktuuriüksustel kui KV esindusvõistkonna liikmetel.

5. Tegevväelaste sport

Kontseptsiooniga püstitatud tegevväelaste kehalise ettevalmistuse ning harrastus- ja tippspordi eesmärgi ja ülesannete täitmine tagatakse KV ja tegevväelase enda poolt tuginedes alljärgnevatele põhimõtetele:

- 1) Tegevväelane vastutab oma treenituse ja tervisliku seisundi eest ise, on oma sportlikkusega eeskujuks ja julgustab kaaslasi liikumisharrastusega tegelema;
- 2) tegevväelane tõstab ja säilitab oma kehalist võimekust, milleks ta kasutab aktiivselt struktuuriüksuse siseseid ja väliseid pakutavaid sportimisvõimalusi ning on aktiivne osaleja liikumis – ja rahvaspordiüritustel;
- 3) tegevväelane ennetab põhjendamatuid liikumisharrastusega kaasnevaid võimalikke vigastusi ja traumasid ning jälgib ja kontrollib oma tervislikku seisundit, järgides tervislikke eluviise.
- 4) tegevväelane väärtustab kehalist treeningut ja tervislikku eluviisi ning sooritab vastavalt kehtestatud korrale kehaliste võimete kontrolltesti tõestamaks enda kehalistele nõuetele vastamist;
- 5) struktuuriüksuse ülem koostöös spordiinstruktoriga soodustab tegevväelase iseseisvat tegelemist erinevate liikumisharrastustega, kasutades selleks struktuuriüksuse poolt pakutavat taristut või vastavalt sporditeenuste kasutamise lepingutele spordiklubide juures sporditeenuseid tarbides;
- 6) struktuuriüksuse ülem koostöös spordiinstruktoriga võimaldab ja korraldab tegevväelastele kehalise ettevalmistuse järele aitamise tunnid vastavalt kehtestatud korrale;
- 7) KV võimaldab treening- ja võistlustingimused ning varustuse KV esindusvõistkonna ja tippspordlaste programmi liikmetele;
- 8) KV võimaldab „*Team Kaitsevägi*“ esindusvõistkonna liikmetele aastas kasutada treeningettevalmistuseks ja võistlusteks välis-või siselähetusi (kokku kuni 7 p);
- 9) KV võimaldab „*Team Kaitsevägi*“ tegevväelasest tippspordlaste programmi liikmele aastas kasutada treeningettevalmistuseks ja võistlusteks välis-või siselähetusi (kokku kuni 28 p);
- 10) KV haridusasutustel ning spordiinstruktoritel anda oma teenistujatele teadmised läbi erialaste õppeainete/täiendkoolituste kehalise kasvatuse tundide, spordiürituste planeerimise ja läbiviimise ning ohutus- ja hügieeninõuete täitmise kohta;
- 11) struktuuriüksuse ülem võimaldab kehaliste võimete pidevaks arendamiseks tegevväelastel tegeleda kehalise ettevalmistuse ja spordiga tööajal vastavalt kehtestatud korrale.

6. Ajateenijate sport

Kontseptsiooniga püstitatud ajateenijate kehalise ettevalmistuse ning harrastus- ja tippspordi eesmärgi ja ülesannete täitmine tagatakse KV ja ajateenijate enda poolt tuginedes alljärgnevatele põhimõtetele:

- 1) ajateenija kehalise võimekuse arendamine ja säilitamine sõltub peamiselt tema enda motivatsioonist tegeleda spordiga väljaspool ettenähtud sporditunde, KV toetab ajateenijate iseseisvat kehaliste võimete arendamist. Struktuuriüksuse ülem planeerib koostöös spordiinstruktoriga ajateenijate kehalise ettevalmistuse tunnid väljaõppe aja sisse. Rühmaülem vastutab kehalise ettevalmistuse tundide läbiviimise eest ning oma alluvate kaitseväge kehaliste võimete kontrolltesti eduka sooritamise eest;
- 2) ajateenija on positiivselt meelestatud ja vastuvõtlik kehaliselt aktiivseks eluviisiks vajalike teadmiste ja oskuste omandamisel;
- 3) struktuuriüksuse ülem koostöös spordiinstruktoriga võimaldab ajateenijatel tegeleda individuaalse kehalise treeninguga ja rekreatiivsete tegevustega väljaõppevälisel ajal vastavalt struktuuriüksuse sporditaristu võimalustele ning eelarvele;
- 4) struktuuriüksuse ülema loal võimaldatakse ajateenijal osaleda spordiklubi treeningutel väljaspool struktuuriüksust vastavalt esitatud taotlustele ning väljaõppest tulenevatele ajalistele võimalustele;

- 5) struktuuriüksuse ülem koostöös spordiinstruktoriga planeerib kehalise ettevalmistuse väljaõppekursuste kaupa, arvestades kursuste iseärasusi (väliõppuste rohkus, kehaline koormus muu väljaõppe käigus jne), ilmastikutingimusi (lumega suusatamine, suvel rattasõit jne) ja struktuuriüksuse sporditaristu olukorda, et tagada ajateenijatele jõukohane kehalise kasvatuse väljaõpe;
- 6) spordiinstruktor korraldab struktuuriüksuse siseseid spordiüritusi kaasates planeerimisse ajateenijate esindusmehe;
- 7) ülemad koostöös spordiinstruktoriga tõstavad ajateenijate motiveeritust ja sporditeadlikkust läbi erinevate spordivõistluste korraldamise, rekreatiivsete tegevuste, spordialaste koolituste ja spordivaldkonna loengupäevade;
- 8) struktuuriüksuse ülem koostöös spordiinstruktoriga tagab ajateenijatele järele aitamise tunnid nende kehalise võimekuse parandamiseks, et soodustada ajateenijate edukat väljaõppe läbimist.

7. Reservväelaste sport

Kontseptsiooniga püstitatud reservväelaste kehalise ettevalmistuse ning harrastus- ja tippspordi eesmärgi ja ülesannete täitmine tagatakse KV ja reservväelaste enda poolt tuginedes alljärgnevatele põhimõtetele:

- 1) reservväelane vastutab oma treenituse ja tervisliku seisundi eest ise, KV toetab sportimisharjumuse ja motivatsiooni tekkimist ajateenistuse jooksul. Selleks ühe vahendina võib kasutada erinevate spordirakenduste treeningkavasid;
- 2) reservväelane hoiab ennast kehaliselt aktiivsena kasutades liikumisharrastustega tegelemiseks ajateenistuse jooksul saadud teadmisi ja tervisliku eluviisi hoiakuid;
- 3) reservväelane osaleb liikumis- ja rahvaspordiüritustel ning jõustruktuuride spordivõistlustel;
- 4) reservväelane ennetab põhjendamatuid liikumisharrastusega kaasnevaid võimalikke vigastusi ja traumasid ning jälgib ja kontrollib oma tervislikku seisundit järgides tervislikke eluviise;
- 5) kontrollib regulaarselt perearsti juures oma tervisliku seisundi;
- 6) reservväelane osaleb planeeritud õppekogunemise raames kehalise võimete kontrolltestil (KVKT), mille tulemused sisestatakse personaliandmebaasi.