

«Әскери-қолданбалы спорт түрлері  
бойынша Халықаралық Одақ»  
заңды тұлғалар бірлестігі  
қоғамдық ұйымының  
(әрі қарай - **Әскери-қолданбалы спорт түрлері  
бойынша Халықаралық Одақ**)  
«27» шілде 2022 ж. өткен  
төтенше Конгресі  
**БЕКІТКЕН**

**ӘСКЕРИ-ҚОЛДАНБАЛЫ СПОРТ ТҮРЛЕРІ БОЙЫНША  
ХАЛЫҚАРАЛЫҚ ОДАҒЫНЫҢ  
ӘСКЕРИ-ҚОЛДАНБАЛЫ СПОРТ ТҮРЛЕРІ ЖӨНІНДЕГІ ҚАҒИДАЛАРЫ**

**1-бөлім. Жалпы ережелер**

**1-тарау. Әскери-қолданбалы спорт түрлері бойынша жалпы ережелер**

1. Осы Әскери-қолданбалы спорт түрлері бойынша Халықаралық Одағының әскери-қолданбалы спорт түрлері жөніндегі қағидалары (әрі қарай – Қағидалар) Әскери-қолданбалы спорт түрлері бойынша Халықаралық Одағының (әрі қарай – Одақ) әскери-қолданбалы спорт түрлерін ұйымдастыру тәртібін айқындайды. Әскери-спорттық жарыстар әскери-кәсіптік тәсілдер мен іс-қимылдарды, дене дайындығы жөніндегі бағдарламадан жаттығуларды, әскери-спорт кешенін және әскери-қолданбалы спорт түрлерін пайдалана отырып өткізіледі. "Әскери-қолданбалы спорт" спорт түрі бойынша спорттық жарыстар спорт түрінің қағидаларына, сондай – ақ жарыстар туралы ережелерге (әрі қарай - Ереже) сәйкес өткізіледі.

2. Әскери-қолданбалы спорт түрлеріне мыналар жатады:

- 1) әскери-спорттық көпсайыс;
- 2) жеңіл атлетика және жылдам қозғалу;
- 3) шаңғы спорты;
- 4) граната лақтыру;
- 5) арқан тарту;
- 6) қолданбалы жүзу;
- 7) кедергілер жолағынан өту;
- 8) табельдік қарудан оқ ату;
- 9) арнайы снарядтардағы жаттығулар;
- 10) армиялық жекпе-жек ұрыс;
- 11) парашюттік қоссайыс;
- 12) жеңіл автомобильде жылдам маневр жасау;
- 13) жүк автомобилінде жылдам маневр жасау.

2.1. Әскер қатарына шақыруға дейінгі жастағы азаматтар үшін:

- 1) әскерилендірілген кросс;
- 2) ОКУ кедергілерінің жолағы;
- 3) ГД гранатасын лақтыру (қашықтыққа);
- 4) ГТ гранатасын лақтыру (дәлдікке);
- 5) ұзындыққа сүңгу;
- 6) әскери дала киім үлгісінде арқан тарту;
- 7) автоматпен жүзу;
- 8) әскери көпсайыс (ВТ-3);

- 9) әскери көпсайыс (ВТ-4);
- 10) офицерлік жазғы төртсайыс;
- 11) офицерлік қысқы төртсайыс.

3. Сынақ сипаты бойынша әскери-қолданбалы спорт түрлері бойынша жарыстар:

1) жеке – олардың қорытындылары бойынша жекелеген спортшылар (жынысы, жас шамасына қарай санаты, спорттық біліктілігінің салмақ дәрежесі бойынша) алатын орындар айқындалатын жарыстарға;

2) командалық – олардың қорытындылары бойынша жекелеген қатысушылардың нәтижелері кейіннен әрбір командаға орынды айқындаумен жалпы нәтижеге сомаланатын жарыстарға;

3) жеке-командалық – олардың қорытындылары бойынша нәтижелерінің негізінде жекелеген қатысушыларға, сол сияқты командаларға орындар берілетін жарыстарға бөлінеді.

Жарыс сипаты әрбір жекелеген жағдайда Жарыс туралы ережемен айқындалады.

4. Жарыс туралы ережені жарысты өткізетін мекеме бекітеді, ол мынадай талаптардан тұрады:

- 1) әскери-қолданбалы спорт түрі бойынша жарыстың атауы;
- 2) мақсаттары мен міндеттері;
- 3) жарысты өткізетін орны мен уақыты;
- 4) жарысты өткізу жүйесі;
- 5) қатысатын ұйымдар;
- 6) спортшылардың, жаттықтырушылардың, төрешілер мен басқа да қатысушылардың сандық құрамы;
- 7) спортшылардың жынысы мен туған жылы;
- 8) нәтижелерді бағалау жүйесі;
- 9) медициналық-санитариялық қамтамасыз ету;
- 10) жарысқа қатысуға өтінімдер беру тәртібі мен мерзімі;
- 11) қатысушылар мен төрешілерді іссапарға жіберу шарттары;
- 12) жарыс жеңімпаздары мен жүлдегерлерін наградтау тәртібі;
- 13) наразылықтар беру тәртібі және оларды қарау;
- 14) жарысқа қатысушылар мен төрешілердің келетін және кететін күні.

4.1 Жарыс туралы Ереже жарыстар(Әскери-қолданбалы спорт түрлері бойынша) қағидаларына қайшы келмеуі керек.

4.2 Ереже жарыс қағидаларын қайталамауы керек.

4.3 Әскери-қолданбалы спорт түрлері бойынша Халықаралық Одақтың әскери-қолданбалы спорт түрлері бойынша чемпионаттары, кубоктары және біріншіліктері туралы Ереже әскери-қолданбалы спорт түрлерінің әлеуетті қатысушыларына жарыстар басталғанға дейін кемінде 3 ай бұрын, басқа жарыстар үшін – 2 айдан кешіктірмей жіберілуі тиіс.

4.4 Ережеге өзгерісті оны бекіткен ұйым ғана енгізе алады. Барлық өзгерістер туралы қатысушылар жарыс басталғанға дейін 30 күннен кешіктірілмей хабардар етілуі тиіс.

### **1-1 - тарау Ұйымдастыру комитеті**

1-1.1. Жарыстарды дайындау және өткізу үшін мекеменің тиісті басшысының(бастығының) бұйрығымен(шешімімен) құрамы жарыстардың мәртебесіне және қатысушылардың санына байланысты айқындалатын ұйымдастыру комитеті құрылады.

1-1.2. Ұйымдастыру комитеті келесі міндеттерді шешеді:

жарыс орындарын дайындау және жабдықтау, төрешілік мүкәммалмен қамтамасыз ету;

жарысқа қатысушыларды хабарландыру;

жарысқа қатысушыларды жарыс туралы Ережеге сәйкес теңдес төрешілікпен және құрал-жабдықтармен қамтамасыз ету;  
медициналық қызмет көрсетуді ұйымдастыру;  
жарыс кезінде қатысушылардың, төрешілердің және көрермендердің қауіпсіздігін қамтамасыз ету;  
судьялар алқасының құрамына жергілікті кандидат судьялардың тізімін жасау;  
күн бойынша жарыс бағдарламасын жасау;  
жарыстар туралы насихат және ақпарат ұйымдастыру;  
қатысушылар мен судьяларды қарсы алуды, орналастыруды және жөнелтуді қамтамасыз ету;  
жарыс өткізу кезеңінде қатысушылар мен төрешілерді көлікпен қамтамасыз ету;  
қатысушылар мен судьяларды тамақтандыруды ұйымдастыру;  
жарыстарға жіберу жөніндегі комиссияның (мандаттық комиссияның) төрағасын тағайындау және оның жұмысын ұйымдастыру;  
жарыстардың ашылуы мен жабылуының салтанатты іс-шараларын өткізу;  
қатысушылар үшін мәдени бағдарлама дайындау және өткізу;  
Хатшылықтың жұмысын қамтамасыз ету (компьютерлік техника мен кеңсе керек-жарақтарын бөлу).

1-1.3. Ұйымдастыру комитеті жарыстардың Бас төрешісіне спорт объектілері мен техникалық қызметтердің спорттық жарысты өткізуге дайындығы туралы барлық мәліметтерді беруге тиіс.

## **2-тарау. Қатысушыларды әскери-қолданбалы спорт түрлері бойынша жарыстарға жіберу**

### **5. Жарыстарға қатысуға рұқсат етіледі:**

-осы қағидаларды мойындайтын, жүзе алатын, дәрігердің рұқсатын алған(медициналық тексеруден өткен) және жас және біліктілік талаптарына сәйкес келетін спортшылар(тиісті даярлықтан өткен азаматтар, әскери қызметшілер және әскерге шақыру жасына дейінгі азаматтар).

1) жарыстар келесі жас топтарында өткізіледі:

ерлер-18 жас және одан жоғары;

әскерге шақыру жасына дейінгі азаматтар: үлкен ұлдар (17 жас), ұлдар (15-16 жас).

2) спортшының жасы жарысқа қатысқан күнтізбелік жылда жарысқа қатысуға қажетті жасқа толуы тиіс;

3) бір спорттық жарыстарда спортшы қатысушылардың бір жас тобында ғана өнер көрсете алады;

6. Спортшыларды жарыстарға қатысуға жіберуді мандаттық комиссия(жарыстарға жіберу және оның жұмысын ұйымдастыру жөніндегі комиссия) ұсынылған құжаттардың қағидалар мен Ереженің талаптарына сәйкестігін тексеру жолымен жүзеге асырады. Рұқсат беру жөніндегі комиссияға ұсынылатын құжаттардың тізбесі жарыстар туралы Ережемен айқындалады. Міндетті құжаттар:

1) дәрігердің жеке рұқсаты бар әр спортшыға, олардың командадағы міндеттерін көрсете отырып (команда өкілі, команда капитаны, команда бастаушысы және т. б.), команда басшысы (бастығы) бекіткен өтінім (осы Қағидаларға 1-қосымшаға сәйкес нысанда);

2) әрбір спортшыға жеке басын куәландыратын құжат, немесе оны алмастыратын құжат;

3) егер спортшы әскери қызметші болып табылған жағдайда әскери билет, немесе офицердің жеке куәлігі;

4) бар болған жағдайда, әскери-қолданбалы спорт түрлерінің жекелеген түрлерінде іріктеу жарыстарының өткізілгендігі туралы есеп;

5) жарысқа қатысушының карточкасы(осы Қағидаларға 2-қосымша).

Мандаттық комиссияны жарысты өткізетін мекеме(ұйым) бекітеді. Мандаттық комиссияға комиссия төрағасы, бас төреші, бас судьяның орынбасары, жарыстардың бас хатшысы, дәрігер кіреді. Спортшыларды жарысқа қатысушылардың тізіміне енгізу үшін рұқсат беру жөніндегі комиссияның хаттамасы (№5 қосымша) негіз болып табылады.

### **3-тарау. Әскери-қолданбалы спорт түрлері бойынша жеке және командалық есепке алуды айқындау**

7. Жарыстарда жеке нәтижелер мен қатысушылар алған орындар Жарыс туралы ережеге сәйкес жекелеген әскери-қолданбалы спорт түрлері бойынша айқындалады.

8. Әскери-қолданбалы спорт түрлері бойынша жарыстардағы командалық есепке алу Жарыс туралы ережеге сәйкес:

1) сыналатын қатысушылардың үздік нәтижелерінің сомасы бойынша;

2) осы Қағидалардың 2-қосымшасына сәйкес әскери-спорттық көпсайыстарда (спорт түрлері бойынша) нәтижелерді бағалау және ұпайларды есептеу кестесі бойынша сыналатын қатысушылар жинаған ұпайлардың анағұрлым үлкен саны бойынша;

3) сыналатын қатысушылар алған орындардың ең аз сомасы бойынша;

4) барлық қатысушылардың үздік орташа нәтижелері бойынша айқындалады.

Екі немесе бірнеше команданың нәтижелері тең болған жағдайда орынды айқындау тәртібі спорт түрі бойынша Жарыс туралы ережеде баяндалады.

9. Спартакиадаларды өткізген кезде жалпы командалық біріншілік бағдарламаның жекелеген түрлерінде командалар алған орындардың ең аз сомасы бойынша айқындалады.

Орындардың сомасы тең болған жағдайда басымдылық 1-іншіден, содан кейін 2-ншіден және 3-іншіден артық орын алған командаға беріледі.

### **4-тарау. Наразылықтар беру**

10. Төрешілер алқасына наразылықты жазбаша нысанда қатысушылар немесе төрешілер бұзған Қағидалардың бөлімдерін, тармақтарын көрсете отырып, спорт командасының басшысы (ол болмаған жағдайда – команда капитаны) береді және осы жарыс аяқталғаннан кейін 1 сағаттан кешіктірілмей ұсынылады.

11. Төрешілер алқасы наразылықты қарайды, шешім қабылдайды және ол берілген сәттен бастап және жарыс нәтижелері бекітілгенге дейін 24 сағаттан кешіктірмей өтініш иесін хабардар етеді. Төрешінің наразылықтар бойынша шешімі түпкілікті болып табылады және қайта қарауға жатпайды.

### **2-бөлім. Әскери-қолданбалы спорт түрлері бойынша Халықаралық Одағының әскери-қолданбалы спорт түрлері**

#### **5-тарау. Әскери-спорттық көпсайыс**

##### **1-параграф. Әскери үшсайыс – 1**

12. Әскери үшсайыс – 1 (бұдан әрі – ӘҮ-1) бойынша жарыстардың бағдарламасы мыналарды қамтиды:

1) Калашников автоматынан оқ ату, 1-жаттығу (бұдан әрі – АК-1) 100 метрге;

2) Ф-1 (600 грамм) гранатасын қашықтыққа лақтыру (3 лақтыру);

3) кедергілер жолағынан өту, 400 метрге жүгірумен үйлестіре отырып жалпы бақылау жаттығуы (бұдан әрі – ЖБЖ).

13. АК-1-ден оқ ату бойынша жарыстар осы Қағидалардың 12-тарауының 2-параграфына және осы Қағидаларға 3-қосымшаға сәйкес оқ ату бойынша жарыстардағы жаттығулардың шарттарына сәйкес жүргізіледі.

14. Ф-1 гранатасын (600 грамм) қашықтыққа лақтыру осы Қағидалардың 8-тарауының 1-параграфына сәйкес жүргізіледі.

15. 400 метрге жүгірумен үйлестіре отырып ЖБЖ бойынша кедергілер жолағынан өту осы Қағидалардың 11-тарауына сәйкес өткізіледі.

16. Қатысушының керек-жарағы мыналарды құрайды: киім нысаны – әскери далалық стильде, немесе әскери далалық; оқжатары бар автомат және 2 оқжатары бар оқшантай. Автоматты қолда бар материалдармен орауға жол берілмейді.

17. Өңірлік масштабтағы және одан жоғары ауқымдағы жарыстар күнтізбелік 3 күн ішінде өткізіледі:

1-ші күн – АК-1-ден оқ ату;

2-ші күн – Ф-1 (600 грамм) гранатасын қашықтыққа лақтыру;

3-ші күн – 400 метрге жүгірумен үйлестіре отырып ЖБЖ кедергілер жолағынан өту.

жекелеген спорт бірлестіктері мен клубтарының деңгейіндегі жарыстар күнтізбелік 2 күн ішінде өткізіледі:

1-ші күн – АК-1 Калашников автоматынан оқ ату, Ф-1 гранатасын қашықтыққа лақтыру;

2-ші күн – 400 метрге жүгірумен үйлестіре отырып ЖБЖ кедергілер жолағынан өту.

## **2-параграф. Әскери үшсайыс – 2**

18. Әскери үшсайыс – 2 (бұдан әрі – ӘҮ-2) бойынша жарыс бағдарламасы мыналарды қамтиды:

1) Калашников автоматынан оқ ату, 2-жаттығу (бұдан әрі – АК-2) 200 метрге;

2) Ф-1 гранатасын (600 грамм) тигізу дәлдігіне лақтыру (16 лақтыру);

3) 400 метрге жүгірумен үйлестіре отырып ЖБЖ кедергілер жолағынан өту.

19. АК-2-ден оқ ату бойынша жарыстар осы Қағидалардың 12-тарауының 2-параграфына және осы Қағидалардың 3-қосымшасына сәйкес оқ ату бойынша жарыстардағы жаттығулардың шарттарына сәйкес жүргізіледі.

20. Ф-1 гранатасын (600 грамм) тигізу дәлдігіне лақтыру осы Қағидалардың 8-тарауының 2-параграфына сәйкес жүргізіледі.

21. 400 метрге жүгірумен үйлестіре отырып ЖБЖ кедергілер жолағынан өту осы Қағидалардың 11-тарауына сәйкес өткізіледі.

22. Қатысушының керек-жарағы мыналарды құрайды: киім нысаны – әскери далалық стильде, немесе әскери далалық; оқжатары бар автомат және 2 оқжатары бар оқшантай. Автоматты қолда бар материалдармен орауға жол берілмейді.

23. Өңірлік масштабтағы және одан жоғары ауқымдағы жарыстар күнтізбелік 3 күн ішінде өткізіледі:

1-ші күн – АК-2-ден оқ ату;

2-ші күн – Ф-1 гранатасын тигізу дәлдігіне лақтыру;

3-ші күн – 400 метрге жүгірумен үйлестіре отырып ЖБЖ кедергілер жолағынан өту.

жекелеген спорт бірлестіктері мен клубтарының деңгейіндегі жарыстар күнтізбелік 2 күн ішінде өткізіледі:

1-ші күн – АК-2-ден оқ ату, Ф-1 гранатасын тигізу дәлдігіне лақтыру;

2-ші күн – 400 метрге жүгірумен үйлестіре отырып ЖБЖ кедергілер жолағынан өту.

## **3-параграф. Әскери бессайыс – 1**

24. Әскери бессайыс – 1 (бұдан әрі – ӘБ-1) бойынша жарыстар бағдарламасы мыналарды қамтиды:

1) 7,62 миллиметр калибрлі стандартты винтовкадан қолдарын тіремей жатқан қалпында 200 метрге оқ ату (20 оқ ату);

2) 500 метр кедергілер жолағынан өту;

3) кедергілермен 50 метрге жүзу;

4) Ф-1 гранатасын (600 грамм) лақтыру дәлдігіне (16 лақтыру) және қашықтыққа (3 лақтыру) лақтыру;

5) 8 километрге кростық жүгіру.

Жарыстар күнтізбелік 3 күн ішінде өткізіледі:

1-ші күн – оқ ату және кедергілер жолағынан өту;

2-ші күн – жүзу және гранаталар лақтыру;

3-ші күн – 8 километрге кростық жүгіру.

25. Қолдарын тіремей жатқан қалпында қарубауды қолдана отырып, 200 метрге оқ ату ақырын және жылдамдықпен оқ атуды қамтиды. Қару – сыйымдылығы 5 немесе 10 патроннан тұратын оқжатары бар 7,62 миллиметр калибрлі стандартты винтовка. Ағытқыш ілмек күші кемінде 1,5 килограмм. 10 шеңбері және ең кіші көлемі 1300x1300 мм нысананың ақ түсті өрісі бар № 3 нысана.

Оқ атуды бастар алдында 7 минут ішінде 5 сынақ оқ атуы орындалады, ақырын оқ ату – 12 минутта 10 оқ ату, жылдамдықпен оқ ату – 1 минутта 10 оқ ату. Жылдамдықпен оқ ату ақырын оқ ату аяқталғаннан кейін 3 минуттан соң жүргізіледі.

Сынақ оқ атулар 2 минуттық әзірліктен кейін жүргізіледі. 1 минут 45 секунд өткен соң "15 секунд қалды!" командасы беріледі. Оқ атуды бастау "Ат!" командасымен немесе ысқырықпен сигнал беру арқылы жүзеге асырылады. 6 минут 45 секунд өткеннен кейін "15 секунд қалды!" командасы беріледі. Оқ атуды тоқтату – ысқырықпен сигнал беру бойынша.

Жылдамдықпен оқ ату 2 минуттық әзірліктен кейін жүргізіледі. 1 минут 45 секунд өткеннен кейін "15 секунд қалды!" командасы беріледі, содан соң 1 минут 55 секунд өткеннен кейін "Дайындал!" командасы беріледі және 2 минуттан соң – "Ат!" командасы немесе қысқа ысқырық. 1 минут өткеннен кейін қысқа ысқырық бойынша оқ ату аяқталады. Оқ атуды бастауға сигнал берілгенге дейін жүргізілген әрбір оқ ату үшін 2 ұпай шегеріледі. Оқ атуды аяқтау туралы командадан кейін жүргізілген әрбір оқ ату мүлт жіберу деп бағаланады (үздік ойылма алынып тасталады). Жылдамдықпен оқ атуды жүргізген кезде оқ атуды бастағанға дейін немесе оқ ату аяқталғаннан кейін жүргізілген әрбір оқ ату үшін есептеу сериясының үздік нәтижелері күшін жояды. Мергеннің басқа спортшының нысанасы бойынша жүргізілген оқ атуы мүлт жіберу деп есептеледі. Егер мерген нысанасында оннан астам ойылма болса, үздік нәтижелер есепке алынады. Егер мерген бір серияда оннан астам оқ ату жүргізсе, оның ең үздік тигізулері күшін жояды. Киім нысаны – әскери далалық стильде, немесе әскери далалық.

26. Жиырма кедергісі бар 500 метрлік кедергілер жолағы. Кедергілер жолағы бір жолының ені – 2 метр. Әрбір спортшы тек өз жолағында жүгіреді және барлық кедергілерден белгілі бір тәсілмен өтеді. Егер кедергіден дұрыс өтпесе, төреші жалаушамен немесе ысқырықпен спортшыға кедергіден қайта өтуге белгі береді. Кедергілерден өтуді орындауды бастауға командалар "Стартқа!", "Назар аудар!", "Марш!" болып табылады. Фальстарт болған жағдайда жүгіру тоқтатылады және қайтадан старт беріледі. Киім нысаны – әскери далалық стильде, немесе әскери далалық.

27. Жарыстар 50 метрлік ашық немесе жабық жүзу бассейнінде (су станциясында) 4 кедергісі бар жүзу жолағында өткізіледі. Белгіленген тәсілмен 4 кедергіден өте отырып, еркін стильмен жүзетін 50 метрлік арақашықтық.

Еркін стильмен жүзуге старт старттық тумбочкадан секіру арқылы жүзеге асырылады. Төрешінің ұзақ ысқырығынан кейін қатысушылар старттық тумбочкаға шығады. Старт берушінің "Стартқа!" деген командасы бойынша қатысушылар бір аяқтарын старттық тумбочканың алдыңғы бөлігіне қоя отырып, старттық қалыпты қабылдайды. Қолдардың

қалпы регламенттелмейді. Қатысушылар қимылсыз тұрады, одан кейін старт беруші старттық сигнал береді. Фальстарт жасаған спортшы ескерту алады, екіншісінен кейін – шеттетілуге тиіс. Киім нысаны – жүзуге арналған спорттық.

28. Дәлдікке және қашықтыққа Ф-1 гранатасын (600 грамм) лақтыру; Тигізу дәлдігіне граната лақтыру орнынан немесе 20, 25, 30, 35 метр арақашықтыққа шеңберлер бойынша жүгірумен (3 метрден аспайтын) жүргізіледі. Шеңберлердің диаметрі 2 және 4 метр 2 шоғырланған аймағы бар. Шеңбердің ортасына биіктігі 20 сантиметр жалауша орналастырылады. Қатысушыға әрбір шеңберге 4 гранатадан 16 граната беріледі. Лақтыру биіктігі 125 сантиметр парапеттен орындалады. Гранаталар парапеттің жоғарғы бөлігінде орналастырылған. Лақтыруға берілетін уақыт – 4 минут. Лақтыру ысқырықпен сигнал бойынша басталады және аяқталады. Уақытынан бұрын немесе лақтыру уақыты аяқталғаннан кейін жүргізілген лақтыру тиісті шеңберге мүлт кету ретінде есептеледі. Егер қатысушы бір шеңберге 4 гранатадан артық лақтырса, онда әрбір артық граната мүлт кету ретінде есептеледі. Шеңберге тигізгендігі үшін ұпайлар мынадай үлгімен есептеледі:

№ 1 шеңбер (20 метр) – ішкі аймақ – 7 ұпай, сыртқы аймақ – 3 ұпай;

№ 2 шеңбер (25 метр) – ішкі аймақ – 8 ұпай, сыртқы аймақ – 4 ұпай;

№ 3 шеңбер (30 метр) – ішкі аймақ – 9 ұпай, сыртқы аймақ – 5 ұпай;

№ 4 шеңбер (35 метр) – ішкі аймақ – 10 ұпай, сыртқы аймақ – 6 ұпай.

Бір сериядағы барынша ұпай саны – 136.

Қашықтыққа граната лақтыру дәлдікке граната лақтыру аяқталғаннан кейін жүргізіледі. Лақтыруға берілетін уақыт – 3 минут. Лақтырудың басталуы мен аяқталуы ысқырықпен сигнал беру бойынша жүргізіледі. Қатысушыға 3 мүмкіндік беріледі. Лақтыру дәлдікке граната лақтыруға арналған сектордың жалғасы болып табылатын сектор бойынша белгіленген жолақтар арқылы жүргізіледі. Секторға немесе оның шекараларына құлаған гранаталар есепке алынады. Гранаталардың құлаған орны көрсеткіштермен белгіленеді. Үздік нәтиже есепке алынады. Нәтиже дециметрлерге дейін дөңгелектенеді. Лақтыруға арналған киім нысаны – әскери далалық стильде, немесе әскери далалық.

29. Старт жарыс бағдарламасының төрт түрінен кейін нәтижелер хаттамасына сәйкес кері тәртіпте жүргізіледі. Қатысушылар 1 минут аралықпен стартты бастайды. №1 қатысушы секунд өлшеуіш іске қосылғаннан кейін 1 минут өткен соң стартты бастайды. Арақашықтық әрбір километр сайын көрсеткіштермен белгіленген. Киім нысаны – спорттық.

30. Жеке-командалық есепке алуды айқындау осы Қағидаларға 2-қосымшаға сәйкес әскери-спорттық көпсайыстың (спорт түрлері бойынша) нәтижелерін бағалау және ұпайларын есептеу кестесіне сәйкес әрбір түр бойынша алынған ұпайларды қосу арқылы айқындалады.

#### **4-параграф. Әскери бессайыс – 2**

31. Әскери бессайыс – 2 (бұдан әрі – ӘБ-2) бойынша жарыстар бағдарламасы мыналарды қамтиды:

1) қолдарын тірмей жатқан қалпында қарубауды қолдана отырып, 100 метрге АК-1-ден оқ ату. Жарыстар осы Қағидалардың 12-тарауының 2-параграфына және осы Қағидаларға 3-қосымшаға сәйкес оқ ату бойынша жарыстардағы жаттығулардың шарттарына сәйкес жүргізіледі.

2) 400 метрге жүгірумен үйлестіре отырып ЖБЖ кедергілер жолағынан өту. Жарыстар осы Қағидалардың 11-тарауына сәйкес жүргізіледі. Киім нысаны – әскери далалық стильде, немесе әскери далалық;

3) 50 метрге жүзу. Жарыстар 25 немесе 50 метрлік ашық немесе жабық жүзу бассейнінде (су станциясында) жүргізіледі. Жүзу стилі кедергілерсіз еркін. Еркін стильмен жүзуге старт старттық тумбочкадан секіру арқылы жүзеге асырылады. Төрешінің ұзақ ысқырығынан кейін қатысушылар старттық тумбочкаға шығады. Старт берушінің "Стартқа!" деген командасы бойынша қатысушылар бір аяқтарын старттық тумбочканың алдыңғы бөлігіне қоя отырып, старттық қалыпты қабылдайды. Қолдардың қалпы регламенттелмейді. Қатысушылар қимылсыз тұрады, одан кейін старт беруші старттық сигнал береді. Фальстарт жасаған спортшы ескерту алады, екіншісінен кейін – шеттетілуге тиіс. Киім нысаны – жүзуге арналған спорттық;

4) Ф-1 гранатасын (600 грамм) қашықтыққа және тигізу дәлдігіне лақтыру. Ф-1 гранатасын (600 грамм) қашықтыққа және тигізу дәлдігіне лақтыру осы Қағидалардың 8-тарауының 1, 2-параграфтарына сәйкес жүргізіледі.

5) 8 километр арақашықтыққа кросс. Старт жарыс бағдарламасының 4 түрінен кейін нәтижелер хаттамасына сәйкес кері тәртіпте жүргізіледі. Қатысушылар 1 минут аралықпен старт алады. № 1 қатысушы секунд өлшеуішті іске қосқаннан кейін 1 минуттан соң старт алады. Арақашықтық әрбір километр сайын көрсеткіштермен белгіленеді. Киім нысаны – спорттық.

#### **5-параграф. Офицерлік үшсайыс**

32. Офицерлік үшсайыс бойынша жарыс бағдарламасына мыналар кіреді:

1) 1-ші жас ерекшелігі санаты үшін (30 жасқа дейінгі ерлер):

3000 метрге жүгіру (қыста – 10 километрге шаңғы жарысы);

300 метрге еркін стильмен жүзу;

Макаров тапаншасы табельдік қаруынан оқ ату, 3-жаттығу (бұдан әрі – МТ-3);

2) 2-ші жас ерекшелігі санаты үшін (30-дан 40 жасқа дейінгі ерлер):

2000 метрге жүгіру (қыста – 5 километрге шаңғы жарысы);

200 метрге еркін стильмен жүзу;

МТ-3 табельдік қаруынан оқ ату;

3) 3-ші жас ерекшелігі санаты үшін (40 жастағы және одан үлкен ерлер):

1000 метрге жүгіру (қыста – 5 километрге шаңғы жарысы);

100 метрге еркін стильмен жүзу;

МТ-3 табельдік қаруынан оқ ату;

4) барлық жас ерекшелігі санаты бойынша әскери қызметші әйелдер үшін:

1000 метрге жүгіру (қыста – 5 километрге шаңғы жарысы);

100 метрге еркін стильмен жүзу;

Макаров тапаншасы табельдік қаруынан оқ ату, 1-жаттығу (бұдан әрі – МТ-1).

33. 1000, 2000, 3000 метрге жүгіру. 1000 метрге жүгіруге қатысушылар саны 10 адамнан, 2000 метрге – 20 адамнан, 3000 метрге – 30 адамнан аспайды. Топтық старттар арасындағы аралық 1000 метрге кемінде 3 минутты, 2000 метрге – 3 – 4 минутты және 3000 метрге – 5 – 6 минутты құрайды. Қатысушыларды стартқа тұрғызу жеребеге сәйкес 1 немесе 2 қатарда жүргізіледі. Қатардағы қатысушылар санын төрешілер алқасы айқындайды.

Арақашықтық бойынша жүгіру кезінде қатысушылардың бір-біріне кедергі келтіруіне жол берілмейді. Бұл қағиданы бұзғаны үшін қатысушы жарыстан алынып тасталады. Арақашықтықтан шығып қалған жүгіруге қатысушы өзінің төсбелгілік нөмірін алып тастайды және ол туралы жақын төреші – бақылаушыға, мәреге жетісімен – мәредегі төрешіге хабарлайды.



Арақашықтықтың аяқталуы қатысушы мәре жолағынан өткен немесе одан шыққан сәттен бастап тіркеледі. Қатысушылардың уақыты 1 секундқа дейінгі дәлдікпен секунд өлшеуішті тоқтатпастан ("жылжитын" меңзер бойынша) тіркеледі.

34. 100, 200, 300 метрге жүзу 25 немесе 50 метрлік ашық немесе жабық жүзу бассейнінде (су станциясында) жүргізіледі. Жүзу стилі кедергілерсіз еркін. Еркін стильмен жүзуге старт старттық тумбочкадан секіру арқылы жүзеге асырылады. Төрешінің ұзақ ысқырығынан кейін қатысушылар старттық тумбочкаға шығады. Старт берушінің "Стартқа!" деген командасы бойынша қатысушылар бір аяқтарын старттық тумбочканың алдыңғы бөлігіне қоя отырып, старттық қалыпты қабылдайды. Қолдардың қалпы регламенттелмейді. Қатысушылар қимылсыз тұрады, одан кейін старт беруші старттық сигнал береді. Фальстарт жасаған спортшы ескерту алады, екіншісінен кейін – шеттетілуге тиіс.

35. МТ-1, МТ-3 табельдік қаруынан оқ ату осы Қағидалардың 12-тарауының 1-параграфына сәйкес және осы Қағидаларға 3-қосымшаға сәйкес оқ ату бойынша жарыстардағы жаттығулардың шарттары бойынша жүргізіледі.

36. Жарыстар күнтізбелік 3 күн ішінде өткізіледі:

1-ші күн – оқ ату;

2-ші күн – жүзу;

3-ші күн – жүгіру (шаңғы жарысы).

Спортшылар жас ерекшелігі санаты бойынша қатысады.

Киім нысаны: оқ ату кезінде – әскери далалық стильде, немесе әскери далалық; жүзу және жүгіру (шаңғы жарысы) бойынша жарыстарда – спорттық. Әрбір түрді орындау үшін қатысушыға бір мүмкіндік беріледі.

37. Жеке біріншілік қатысушының көпсайыстың әрбір түрі бойынша көрсеткен нәтижелері үшін алған ұпайларының анағұрлым көп сомасы бойынша айқындалады. Ұпайлар осы Қағидаларға 2-қосымшаға сәйкес әскери-спорттық көпсайыстарда (спорт түрлері бойынша) нәтижелерді бағалау және ұпайларды есептеу кестесі бойынша есептеледі.

#### **6-параграф. Әскери-спорттық кешен көпсайысы**

38. Әскери-спорттық кешен (бұдан әрі – ӘСК) көпсайысы бойынша жарыстар бағдарламасына мыналар кіреді:

1) АК-1 автоматынан оқ ату;

2) Ф-1 гранатасын (600 грамм) қашықтыққа лақтыру;

3) белтемірде тартылу;

4) 100 метрге жүгіру;

5) 3000 метрге жүгіру.

Киім нысаны – әскери далалық стильде, немесе әскери далалық.

39. Ф-1 гранатасын қашықтыққа лақтыру осы Қағидалардың 8-тарауының 1-параграфына сәйкес жүргізіледі.

40. АК-1-ден оқ ату бойынша жарыстар осы Қағидалардың 12-тарауының 2-параграфына сәйкес және осы Қағидаларға 3-қосымшаға сәйкес оқ ату бойынша жарыстардағы жаттығулардың шарттары бойынша жүргізіледі.

41. Белтемірде тартылуды орындау шарттары: жоғарыдан ұстай асылу, қолдарды тік ұстай асылып қимылсыз қалыптан (1-2 секунд үзіліс) тартылу (иек керме деңгейінен жоғары), аяқтар жұлқи тарту және серпілу қимылдарынсыз қосылған күйінде.

42. 100 және 3000 метрге жүгіру бойынша жарыстар стадионның жүгіру жолында немесе кез-келген жабыны бар тегіс жергілікті жерде жүргізіледі. Арақашықтық бойынша жүгіру уақытында қатысушыларға бір-біріне кедергі жасауға жол берілмейді. Бұл қағиданы бұзғаны үшін қатысушы жарыстан алынып тасталады. Арақашықтықтан шығып қалған жүгіруге

қатысушы өзінің төсбелгілік нөмірін алып тастайды және ол туралы жақын төреші – бақылаушыға, мәреге жетуіне қарай – мәредегі төрешіге хабарлайды. Арақашықтықтың аяқталуы қатысушы мәре жолағынан өткен сәттен бастап тіркеледі. Қатысушылардың уақыты 1 секундқа дейінгі дәлдікпен секунд өлшеуішті тоқтатпастан ("жылжитын" меңзер бойынша) тіркеледі.

43. Жеке біріншілік қатысушының көпсайыстың әрбір түрі бойынша көрсеткен нәтижелері үшін алған ұпайларының анағұрлым көп сомасы бойынша айқындалады. Ұпайлар осы Қағидаларға 2-қосымшаға сәйкес әскери-спорттық көпсайыстарда (спорт түрлері бойынша) нәтижелерді бағалау және ұпайларды есептеу кестесі бойынша есептеледі.

## **6-тарау. Жеңіл атлетика және жылдам қозғалу**

### **1-параграф. 5 және 10 км қашықтыққа жүгіру**

44. Қашықтыққа жүгіруде жарыстар орташа қиылысқан жергілікті жер бойынша 5 және 10 километр арақашықтықта жүргізіледі.

Қатысушының керек-жарағы: Киім нысаны – әскери далалық стильде, немесе әскери далалық; Калашников автоматы (карабин), газтұмша, 2 оқжатары бар сөмке (оқ қалта).

Топтық және жалпы стартқа жол беріледі. Старт уақытында қатысушылар нысан бойынша киінеді, қару "арқада" қалпында, сақтандырғышта. Топтық старт кезінде қатысушылар кемінде 1 минут аралықпен 2 – 10 адамнан топтармен стартты бастайды. Жалпы старт (бөлімшемен) кезінде старттар арасындағы аралықтар 5-тен 10 минутқа дейін.

Старт алдында керек-жарақты, қару-жарақты және киім-кешекті тексеру жүргізіледі. Егер тексеру кезінде анықталған қару-жарақтағы, керек-жарақтағы және киім-кешектегі кемшіліктер старт басталар сәтке дейін жойылмаса, онда бөлімшенің (қатысушының) старты олар толық жойылғанға дейін кешіктіріледі. Бұл ретте старт уақыты старттық хаттамада жазылғандай болып қалады.

45. Қатысушыға уақыт 1 секундқа дейінгі дәлдікпен айқындалады. Мәредегі барлық жеке құрам нысан бойынша киінген, стартта тіркелген барлық керек-жарағы бар. Керек-жарақ пен қару-жарақтың кез-келген жетіспейтін заты үшін қатысушы жарыстан алынады.

### **2-параграф. Әскерилендірілген кросс**

46. Жарыс бағдарламасына: Калашников автоматынан (АК-5,45 миллиметр, 100 метрге), шағын калибрлі винтовкадан (50 метрге) немесе Макаров тапаншасынан (25 метрге) оқ атумен ерлер үшін 3000 метрге және әскери қызметші әйелдер үшін 1500 метрге жүгіру, Ф-1 гранатасын (600 грамм) лақтыру кіреді.

47. Старт пен мәре бір жерде жабдықталады. 3000 метр арақашықтықта атуға арналған орын (атыс алаңы) старттан 1500 метрлік үзікте (айналма арақашықтықтардағы бұрылу, қарама-қарсы немесе аралық) жабдықталады. 1500 метрлік арақашықтықта 750 метрлік үзікте жабдықталады. Жарысқа қатысушылардың старты жеке, жұппен немесе топтық (бірақ топ 5 адамнан аспауға тиіс) орындалады. Старт кезінде қару сақтандырғышқа қойылады. Қатысушылар патрондарды оқ ату шебінде алады, төреші-бақылаушының нұсқауы бойынша орнына орналасады және оқ атуға әзірленеді. Спортшы оқжатарды патрондармен толтырған кезде төреші оған қатысушы ол бойынша оқ ауды жүргізуге тиіс нысананың нөмірін айтады. Оқ ату әзір болу шамасына қарай, төрешінің қосымша командасынсыз басталады.

48. Қатысушылар оқ ауды қолдарын тіреп жатқан қалпында автоматтан (шағын калибрлі винтовкадан), тұрған қалпында тапаншадан үш жеке оқ атумен, 3 нысананы зақымдағанға дейін (қатысушыға 4 патрон беріледі).

Калашников автоматынан және МТ-дан оқ ату № 4 нысана (шеңбері бар кеуде фигурасы) бойынша, шағын калибрлі винтовкадан № 7 нысана бойынша жүргізіледі (көтергіштері бар "құлайтын"). Оқ ату кезінде автоматтың (винтовканың) қарубауын қолдануға жол беріледі.

Қарумен барлық іс-қимылдарды қатысушы дербес орындайды. Кідірулер мен ақаулықтарды жою үшін қатысушыға төрешінің рұқсатымен қару шеберінің көмегін пайдалануға жол беріледі.

Егер қатысушы Калашников автоматынан бір-бірлеп оқ атулардың орнына кезекпен оқ атуды ашса, онда оқ ату оған есепке алынады. Оқжатарды Жарыс туралы ережеде айқындалғаннан артық жарақтандырған қатысушы жарыстардан шеттетіледі.

Қатысушы өзгенің нысанасын зақымдаған жағдайда оқ ату оған есептеледі, бірақ кросстағы нәтижесіне 15 секунд қосылады.

Егер қатысушының нысанасы оқ ату кезінде құлап қалса, ал ол оқ атуды жүргізбесе, төреші операторға нысананы көтеру туралы сигнал береді, одан кейін оқ ату жалғастырылады, бұл ретте оқ атуды мәжбүрлі түрде кідірту уақыты кросстағы жалпы нәтижеден шегеріледі.

Әрбір зақымдалмаған нысана үшін қатысушыға бір қосымша (айыппұлдық) 100 метрлік шеңбер түрінде айыппұл салынады.

Оқ ату аяқталғаннан кейін қатысушы жатқан қалпында болған кезде төреші қаруды қарап тексереді, қалған патрондарды алады және жүгіруді жалғастыруға команда береді.

49. Гранаталар лақтыру үшін 1500 метрлік арақашықтықтың үшінші километрінің басында немесе соңғы 500 метрінде ені 10 метр, ұзындығы 40 және 25 метр коридорлар жабдықталады. Ф-1 гранаталары (600 грамм) лақтыру сызығынан 10 метр арақашықтықта болады. Жаттығуды орындау үшін 3 граната беріледі. Егер жақсы нәтиже бойынша гранаталарды 40 метр (ерлер үшін) және 25 метр (әйелдер үшін) бақылау сызығына дейін 5 метрге жеткізбей лақтырылса, қатысушы бір айыппұлдық шеңбермен, 5-тен 10 метрге дейін – екі айыппұлдық шеңбермен жазаланады. Егер барлық 3 гранатаны жеткізбей лақтыру 10 метрден артық болса немесе олардың біреуі де коридорға түспесе, онда қатысушы 3 айыппұлдық шеңбермен жазаланады. Айыппұлдық шеңбер арақашықтығы 100 метрді құрайды.

50. Оқ атуға және лақтыруға арналған орындар саны қатысушылар санына байланысты айқындалады. Арақашықтықтың аяқталуы қатысушы денесінің қандай да бір бөлігі мәре жазықтығына тиген сәтте тіркеледі. Қатысушылар уақыты 1 секундқа дейінгі дәлдікпен секунд өлшеуішті ("жылжитын" меңзер бойынша) тоқтатусыз тіркеледі.

51. Әскерилендірілген кростағы жеке орындар жақсы нәтиже бойынша айқындалады. Нәтижелер тең болған жағдайда нысанаға тигізген, одан кейін 40 (25) метр сызықтан әрі граната лақтырған қатысушыға басымдық беріледі.

Егер нысананы зақымдауды және гранатаны табысты лақтыруды есепке алу жеңімпазды анықтауға мүмкіндік бермесе, қатысушыларға бірдей орындар беріледі.

## **7-тарау. Шаңғы спорты**

### **1-параграф. Патрульдердің оқ атумен командалық жүгіруі**

52. Командалардың жеребеге сәйкес 1 – 2 минут аралықпен бөлек старты. Команданың старттық нөмірі оқ ату шебіндегі бағытты да айқындайды. Бір оқ ату шебінде жатқан қалпында оқ атумен 10 километр арақашықтық. Шағын калибрлі винтовка – қаруы спортшының арқасында, оптикалықты қоспағанда, ТҚЗ-8 (Тула қару зауыты–8), ТОЗ-12 (Тула қару зауыты–12) үлгісіндегі немесе кез-келген көздеуішпен спорттық (биатлон үшін).

Команда құрамы – 4 адам.

Оқ ату арақашықтығы 50 метр, диаметрі 11 сантиметр нысана (жатқан қалпында оқ атуға арналған биатлондық), "құлайтын".

Оқ атуды команданың әрбір қатысушысы өз нысанасын зақымдағанға дейін (қатысушыға 3 патрон беріледі) кезекпен жүргізеді. Команда барлығы 4 нысананы зақымдауға тиіс.

Зақымдалмаған әрбір нысана үшін команда 150 метрлік 1 айыппұлдық шеңбермен (барлық команда өтеді) жазаланады.

Команданың барлық қатысушылары арақашықтық бойынша бірлесіп өтеді, оларға бір-біріне кез-келген көмек көрсетуге жол беріледі.

Оқ ату шебінен кейін қатысушылардың бірі арақашықтықтан (оның ішінде патруль бастығы (басшысы)) шығуы мүмкін және команда жүгіруді 3 адамнан тұратын құраммен жалғастырады.

Команда қатысушылардың арасы 20 метрден аспайтын аралықпен мәреге шығуға тиіс, мәре уақыты команданың соңғы мүшесі бойынша айқындалады.

## **2-параграф. Патрульдер эстафетасы**

53. Барлық кезеңдер бойынша қатысушылардың толық құрамы бар команда эстафетаға қатысуға жіберіледі. 1-кезең старты жалпы.

Кезең арақашықтығы бір оқ ату шебінде жатқан қалпында оқ атумен 5 километр. Оқ атуды команданың әрбір қатысушысы 3 нысананы зақымдағанға дейін (қатысушыға 4 патрон беріледі) жүргізеді. Зақымдалмаған әрбір нысана үшін қатысушы 150 метрлік 1 айыппұлдық шеңбермен жазаланады.

54. Командалық сынақта жеңімпаздар бағдарламаның мынадай екі түрі:

1) шаңғы жарысы: жеке шаңғы жарысы плюс шаңғы эстафетасы;

2) оқ атумен патрульдердің шаңғы жарысы: патрульдердің командалық жарысы плюс патрульдердің эстафетасы бойынша орындардың барынша аз сомасы бойынша айқындалады.

Бұл көрсеткіштер тең болған жағдайда патрульдердің оқ атумен шаңғы жарысында жақсы көрсеткіштері бар команда басымдыққа ие болады.

## **8-тарау. Граната лақтыру**

### **1-параграф. Қашықтыққа граната лақтыру**

55. Қашықтыққа граната лақтыру жүгірумен немесе орнында тұрып сақтандырғыш иінтірегі жоқ Ф-1 оқу-жаттығу гранатасымен жүргізіледі. Граната салмағы – 600 грамм. Қатысушыға гранаталарды төрешілер алқасы лақтыру орнында береді.

Киім нысаны – қолына автомат ұстай отырып әскери далалық стильде, немесе әскери далалық. Жағаның түймесін ағытуға, белдікті босатуға, қарудан ағытпай автомат қарубауын қолдануға жол беріледі. Бас киімді шешуге жол берілмейді.

Лақтыру планкадан немесе ұзындығы 4 метр, ені 7 сантиметр сызықтан ені 10 метр коридор бойынша жүргізіледі. Планка жүгіруге арналған жол топырағымен бір деңгейде бекітіледі және ақ түске боялады. Оның жиектері бойынша түрлі түсті жалаушалар немесе көрсеткіштер орнатылады.

Коридор параллельді ақ сызықтармен белгіленеді, олар 5 метр сайын (40 метрден бастап) жүргізіледі. Сызықтың екі жақ жиектеріне сызықтың планкадан арақашықтығын көрсететін цифрлары бар көрсеткіштер орнатылады. Бүйірлік сызықтар ені коридордың шекарасына енгізілмейді.

Жүгіруге арналған жолақ тығыз. Жолақ ені 1,25 метрден кем емес, ұзындығы – 25 – 30 метр. Планка алдында соңғы 6 – 8 метрде жолақ 4 метрге дейін кеңейтіледі.

56. Лақтыру аға төрешінің "Есептелді!" командасынан кейін есепке алынады, ол бұл команданы граната коридор шекарасына түскен және қатысушы лақтырғаннан кейін нық қалпында қалған жағдайда береді. Төреші "Есептелді!" командасын жалаушаны жоғары көтерумен сүйемелдейді, бұл төреші-өлшеушілер үшін сигнал болып табылады және оларға нәтижені белгілеу құқығын береді.

Бұзушылық болған кезде аға төреші "Жоқ!" командасын береді және бір уақытта төмен түсірілген жалаушамен белгі береді.

Егер қатысушы:

1) лақтыру кезінде немесе одан кейін денесінің қандай да бөлігіне, киім-кешегіне немесе автоматына, планканың сыртындағы топыраққа тисе;

2) планканы басып кетсе немесе оны жоғарыдан іліп кетсе;

3) екпін алу (сермеу) кезінде планканың алдына құлайтындай гранатаны түсіріп алса (тіпті кездейсоқ). Гранатаның лақтыруға арналған секторға (планкаға дейін) кездейсоқ түсуі қате болып есептелмейді;

4) лақтырғаннан кейін "Есептелді!" командасына дейін планка арқылы алға қарай түссе. Сонымен қатар егер граната коридордан тыс құласа, лақтыру есепке алынбайды.

Коридорға құлаған кезде гранатаның топырақта қалған ізі нөмірі бар таяқшамен белгіленеді. Таяқша планкаға ең жақын іздің нүктесіне қойылады.

Өлшеу таяқшадан бастап планкаға перпендикулярлы сызыққа дейін рулеткамен жүргізіледі. Өлшеу кезінде рулетканың нөлдік белігісі таяқшаға қойылады. Нәтиже 1 сантиметрге дейінгі дәлдікпен айқындалады. Өлшеу барлық 3 лақтыру жасалғаннан кейін жүргізіледі және хаттамаға тек үздік лақтырудың нәтижесі жазылады.

Екі немесе одан да көп қатысушылардың нәтижесі тең болған жағдайда оларға бірдей орындар беріледі. Бұл ретте кейінгі орындар жылжытылмайды. Бірдей нәтижелер көрсеткен және жарыс жеңімпазы атағынан үміткер қатысушыларға қосымша 3 лақтыру мүмкіндігі беріледі.

## **2-параграф. Дәлдікке граната лақтыру**

57. Дәлдікке граната лақтыру 40 метр арақашықтыққа орнында тұрып немесе қолындағы автоматпен екпін алумен 3 шеңбер бойынша жүргізіледі: 1-ші (орталық) – радиусы 0,5 метр; 2-ші – 1,5 метр; 3-ші – 2,5 метр.

1-ші шеңбер металдан дайындалады, жермен бір деңгейде орнатылады және ақ түске боялады. Шеңбердің ортасына көлемі 15x20 сантиметр, сабының биіктігі жерден 30 сантиметр қызыл жалау орнатылады. Қалған шеңберлер ені 5 сантиметр сызықтармен белгіленеді. Белгілеу сызығы кішкентай шеңбердің көлеміне кіреді. Лақтыру сақтандырғыш тұтқасынсыз Ф-1 оқу-жаттығу гранатасымен жүргізіледі. Граната салмағы – 600 грамм. Қатысушыларға гранаталарды лақтыру орнында төрешілер алқасы береді.

Әрбір қатысушыға 3 сынамалық және 15 сынақтық лақтыру беріледі. Сынамалық граната лақтыру үшін уақыт – 1 минут, сынақтық үшін – 6 минут. Сынамалық лақтыруларды орындағаннан кейін қатысушы сынақтық лақтыруларды жүргізуге әзір екендігі туралы баяндайды және төрешінің рұқсат беру командасы арқылы лақтыруды бастайды. Барлық гранаталарды лақтыруды аяқтағанға дейін қатысушыға сектордан шығуға тек төрешінің рұқсатымен ғана рұқсат етіледі.

Сынақтық лақтыруларды орындаған кезде бағалау сектордағы (шеңбердегі) төрешінің лақтыру жетістігіне сәйкес цифры бар көрсеткішті көтеруімен және дауыстап қайталауы арқылы жүргізіледі. Кезекті гранатаны лақтыруға тек алдыңғы лақтыру үшін баға алғаннан кейін жол беріледі.

Мүмкіндіктерді бағалау критерийлері (сәтті немесе сәтсіз) қашықтыққа граната лақтыру бойынша жарыстарды жүргізу шарттарымен ұқсас.

Гранаталар нысанаға тиген кезде лақтыру мынадай бағаланады: 1-ші шеңбер (орталық) – 115 ұпай; 2-ші – 75 ұпай; 3-ші – 45 ұпай. Орталық шеңберге орналастырылған жалаушаға тигізу 115 ұпаймен бағаланады.

Жарыстар үшін киім нысаны – әскери далалық стильде, немесе әскери далалық. Жағаның түймесін ағытуға және белдік белбеуді босатуға рұқсат етіледі.

Қауіпсіздік мақсатында граната лақтыру кезінде шеңберлердің сыртына металл тордан қоршау орнатылады.

58. Жеке біріншілік жиналған ұпайлардың анағұрлым көп сомасы бойынша айқындалады. Нәтижелер тең болған жағдайда үздік орын орталық шеңберге (2-ші, одан кейін 3-ші шеңберге) көп тигізулері бар қатысушыға беріледі. Командалық біріншілік сыналатын қатысушылар ұпайларының жалпы сомасынан орташа нәтиже бойынша немесе Жарыс туралы ереженің өзге де шарттары бойынша айқындалады.

#### **9-тарау. Арқан тарту**

59. Арқан тарту бойынша жарыс екі команда арасында командалардың бірі 2 рет жеңіске жеткенге дейін жүргізіледі. Арқан тарту арасында қатысушыларға 5 минуттан аспайтын демалыс беріледі.

Алғашқы арқан тарту алдында монетаны пайдалана отырып, арқанның ұшын таңдау үшін жеребе тартылады. Екінші рет арқан тарту алдында командалар орын ауыстырады. Егер үшінші рет арқан тарту қажет болған жағдайда, арқанның ұшы қайтадан жеребе тарту арқылы айқындалады.

60. Команда құрамы – 8 адам (1 қосалқы). Қатысушыны қосалқымен ауыстыру тікелей арқан тартуды бастар алдында жүргізіледі. Арқан тарту бойынша жарыстар мынадай командалық салмақ санаттары бойынша жүргізіледі:

- 1) жеңіл салмақ – 560 килограмнан аспайтын;
- 2) орташа салмақ – 640 килограмнан аспайтын;
- 3) ауыр салмақ – 720 килограмнан аспайтын;
- 4) өте ауыр салмақ – 720 килограмнан жоғары.

Қатысушылардың салмағын өлшеу жарыс алдында бір сағат ішінде жалаңаш күйде немесе ішкіімде (жүзуге арналған ішкіімде) жүзеге асырылады.

Команда жаттықтырушысына команданың арқан тартуға қатысуы процесінде онымен сөйлесуіне жол берілмейді.

61. Арқан тарту бойынша жарыстардың өткізілетін орны жазық және тегіс жазықтықты құрайды.

Арқанның ұзындығы – 22 метрден кем емес және 34 метрден артық емес, диаметрі – 10-13 сантиметр. Арқанның келесі жерлері белгілермен белгіленген:

- 1 (қызыл) – ортасында;
- 2 (ақ) – екі жағынан орталық белгіден 4 метр қашықтықта;
- 3 (жасыл) – екі жағынан орталық белгіден 5 метр қашықтықта.

Жарысқа арналған жекеленген алаңның ортасынан арқанның қозғалысына перпендикуляр бір сызық сызылады.

Киім нысаны – әскери далалық стильде, немесе әскери далалық. Жарысты спорт залда өткізу үшін кәдімгі спорттық киім нысанын пайдалануға жол беріледі. Аяқ киімде металл тұмсықтың немесе металл пластинаның, аяқ киім табанынан немесе өкшесінен шығып тұратын бұдыр мен шегенің болуына жол берілмейді. Бозбалаларға арналған киім нысаны: бейсболка, жеңі ұзын күртеше (футболка), тобықтан спорттық шалбар (рейтуз), тікенсіз спорттық аяқ киім.

62. Әрбір қатысушыға арқанды екі қолымен ұстауға, оны қалыпты үлгіде қармап, яғни екі қолдың алақандары жоғары қаратылған, ал арқан дене тұлғасы мен иықтың арасында тұрғанда жол беріледі. Арқанның қозғалысына кедергі келтіретін бұдан басқа қармау тежеу болып табылады және ережелерді бұзу болып қарастырылады.

Команданың тұйықтаушы мүшесі арқанды қалыпты үлгіде қармайды, ал арқанның шетін қолтығы арқылы, сосын арқасы арқылы келесі иығына өткізеді және басқа қолтығына қысады.

Арқан үнемі керілген күйде тұрады.

Команда бір тартуда қағидаларды бұзумен байланысты 3 ескерту алған кезде шеттетіледі. Бір қатысушы жол берген бұзушылық команданың қағидаларды бұзуы болып саналады.

Арқан тарту басталар алдында арқан тығыз керіледі, ондағы орталық белгі жарыс өтетін орында белгіленген орталық сызық үстінде тұрады.

63. Мыналарға жол берілмейді:

- 1) арқанды жасыл белгімен шектелген ұзындық шегінде қармап ұстауға;
- 2) ілмектер немесе түйіндер жасауға;
- 3) әдейі жерге (еденге) отыруға немесе күтпеген құлаудан кейін ақырын тұруға;
- 4) аяқтың табандарынан басқа, дененің қандай да бір бөлігін жерге тигізуге;
- 5) қағидаларға қайшы келетіндей қанатты кез-келген қармауды орындауға;
- 6) "Арқанды тарт!" командасына дейін жерде кез-келген ойықтарды жасауға;
- 7) жарыс өткізілетін жазықтықтың шегінен шығуға.

64. Арқан тарту процесіне үш төреші (аға төреші және 2 бүйірлік төреші) қызмет көрсетеді. Аға төреші екі нұсқаушыдан әзірлік туралы сигнал алғаннан кейін ол қатысушыларға дауыстап немесе ым-ишарамен мынадай командаларды береді:

- 1) "Арқанды көтер!" (бұл команда бойынша арқанды қармау жүргізіледі);
- 2) "Арқанды тарт!" (қатысушылар арқанды қатты тартады);
- 3) "Арқан – ортаға!" (арқан орталық қалыпқа келтіріледі);
- 4) "Нық қалыпта ұста!" (арқан тұрақты қалыпта және оның орталық белгісі – жердегі орталық сызық үстінде).

Аздаған үзілістен кейін "Арқанды тарт!" командасы беріледі.

Егер төреші бұзушылықтарды есепке алса, ол тартысты тоқтатады, тиісті командаға ескерту жасайды және орталық белгіні көрсетеді, содан кейін арқан тарту қайтадан басталады.

Арқан тартуда жеңісті аға төреші ысқырық және жеңген команда жағын қолмен нұсқау арқылы белгілейді.

Егер командалардың бірі арқанды көрсеткіштермен көрсетілген талап етілетін арақашықтыққа дейін апарса немесе екінші команда шеттетілсе, арқан тартуда жеңген болып есептеледі.

## **10-тарау. Қолданбалы жүзу**

### **1-параграф. Қарумен киім-кешекте жүзу**

65. Қарумен киім-кешекте жүзу кезінде барлық санаттағы спортшылар үшін киім нысаны – әскери далалық стильде, немесе әскери далалық, қонышы биік бәтеңке, белбеу, жаңғыртылған Калашников автоматы немесе арнайы Калашников автоматы болып белгіленеді.

Қару немесе автомат макеті көлеміне және массасына сәйкес келеді, батпай жүзеді, кемінде 2 килограмм.

Қарумен киім-кешекте жүзу кезінде қозғалысты жылдамдататын, су бетінде дененің немесе қарудың жүзуін жақсартатын, төзімділікті немесе басқа да физикалық қасиеттерді жақсартатын қандай да бір құрылғыларды, сондай-ақ шалбардың балағын түруге, киім-кешектегі қалталарды тігуге немесе қиып тастауға жол берілмейді.

Қарумен киім-кешекте жүзу кезінде күртенің жағасының жоғарғы түймесін және жеңдегі түймелерді ағытуға, күртенің жеңін түруге, автоматты және аяккиімді белдік белбеумен

арқаға бекітуге жол беріледі. Жарысқа қатысушылардың осы керек-жарағын старт басталар алдында төрешілердің үлкені тексереді.

Киім нысаны, қару немесе автомат макеті сәйкес келмеген жағдайда қатысушы стартқа жіберілмейді. Қашықтықты жүзіп өткеннен кейін төрешілердің үлкені мәреде жүзіп келген әрбір қатысушының киім-кешегінің, керек-жарағы мен қаруының болуын тексереді. Киімнің немесе керек-жарақтың жоғалтылған әрбір элементі үшін орындалған разряд 1 санатқа төмендетіледі.

66. Жарыстар жасанды немесе табиғи бассейндерде ұйымдастырылады. Ағысы бар табиғи су тоғандарында өткізілетін жарыстарда қатысушылар қашықтықтың жартысын ағысқа қарсы жүзіп өтеді. Старттық секіруді орындайтын жерде тереңдік кемінде 1,2 метрді құрайды. Старттық көпірдің (старттық тумбочкалардың) үстіңгі беті тайғанамайтын төсеммен көлденең (7° артық емес еңіс болуға жол беріледі), бұрылу қалқандары тегіс, саңылаусыз, су бетіндегі бөлігінің биіктігі кемінде 0,3 метр және су астындағысынікі 1,8 метр болады. Бассейн жолдарының әрқайсысы 2,5 метрден тар емес. Олар бір-бірімен диаметрі 10 сантиметрден артық емес дөңгелек қалқымалары бар арқандармен бөлінеді. Жолдар өздерінің реттік нөмірлерімен белгіленеді. Стартты дұрыс бастамаған кезде қатысушыларды тоқтату үшін су бетінде бассейнге көлденең, 1,5 метр биіктікте және сөреден 15 метр қашықтықта бау тартылады, ол стартты бастағандарды кері қайтару қажет болғанда су астына түсіріледі. Бассейннің түбі таза, қатысушыларды жарақаттауы мүмкін заттарсыз тегіс болады.

Қатысушылар жолдарының нөмірлері кезекті жүзу басталар алдында тікелей жеребе тастаумен айқындалады.

67. Старт старттық көпірден (тумбочкадан) секірумен жүргізіледі. Старттық тумбочканың биіктігі су деңгейінен 0,75 метрден артық емес.

Стартты жариялаушы хронометрші-төрешілердің дайын болуына қарай "Қатысушылар, орындарыңа орналас!" деген алдын ала командасын береді немесе созылыңқы түрде ысқырады. Осы команда бойынша қатысушылар оларға жеребемен айқындалған старттық тумбочкаларға тұрады. "Стартқа!" командасы бойынша қатысушылар қозғалмаған қалпында баяу стартқа дайындала бастайды. Стартты жариялаушы атуды жүргізеді немесе бір уақытта жоғары көтерілген жалаушаны түсіре отырып, "Марш!" деген орындау командасын береді.

Егер "Марш!" командасына дейін немесе атқанға дейін барлық қатысушылар қозғалмаған қалпын сақтаса, старт дұрыс деп саналады. Егер бір немесе бірнеше қатысушы старт туралы сигналға (командаға) дейін қозғалысты бастаса немесе суға секіріп кетсе, старт басталған жоқ (фальстарт) деп есептеледі, барлық қатысушылар бастапқы қалыпқа орналасады және старт қайталаанады. Старт екі реттен артық қайталанбайды. Екінші рет қағиданы бұзған спортшы (ол бірінші жалған стартта қағиданы бұзды ма немесе бұзған жоқ па, оған қарамастан) шеттетіледі.

Қайта старт болған кезде жүзуге қатысушылар қайтарылмайды. Қашықтықты толық жүзіп өтеді. Бас төрешінің шешімімен оның пікірінше уақытынан бұрын стартты бастағандар шеттетіледі. Олардың нәтижелері есептелмейді.

68. Қатысушылар барлық қашықтықты су бетімен жүзіп өтеді. Стартта секіру кезінде және бұрылыстарда су астына сүңгуге жол беріледі. Бұрылуды орындау кезінде және мәреде еркін стильмен жүзуде қатысушылар бұрылу қалқанына немесе бассейн қабырғасына қолын немесе денесінің кез келген бөлігін, браспен жүзу кезінде 2 қолын бірге тигізеді.

Басқа жолға түсіп кеткен және екінші қатысушыға бөгет жасаған спортшы шеттетіледі. Бұл жағдайда 2 жүзудің ең үздік уақыты есептеледі.



Қашықтықтан өту кезінде қатысушыларға жолдан, баспалдақтың жиегінен және басқа да заттардан ұстап тартылуға, сондай-ақ олардан серпілуге немесе түбіне тұруға жол берілмейді. Заттарға немесе түбіне қасақана қол тигізу қағидаларды бұзу болып табылмайды.

Қашықтықтан өту уақытында алға озу бойынша қандай да бір іс-қимылдар жасауға (нұсқаулар беруге, спортшыға бассейннің бортымен ілесіп жүруге) жол берілмейді.

Бұрылулар, мәре және қашықтықтан өту қағидаларын бұзғаны үшін қатысушылар жарыстардан шығарылады.

69. Қашықтыққа жету (мәре) қатысушы қолымен бұрылу қалқанына немесе бассейннің жиегіне қолын тигізген сәттен бастап тіркеледі.

Өзі жүзіп бірінші болып келген қатысушының уақыты үш секунд өлшеуішпен тіркеледі және 0,1 секундқа дейін дәлдікпен айқындалады. Секундпен өлшеушілердің көрсеткіштерінде айырмашылықтар болған кезде бірдей уақытты тіркеген екі секунд өлшеуіштің деректері немесе үшеуінде де айырмашылықтар болған кезде ортаңғы секунд өлшеуіштің көрсеткіштері алынады. Егер уақыт екі секунд өлшеуішпен қабылданған жағдайда төмен уақыт алынады. Қалғандарының әрқайсысының уақыты жеке секунд өлшеуішпен тіркеледі.

Егер секунд өлшеуіштердің көрсеткіштерінде қатысушылардың мәреге келу тәртібінің жазбасымен айырмашылықтар болса, онда жеке орындар төрешілер мәреде тіркеген келу тәртібіне сәйкес айқындалады, ал күмән келтіретін нәтижелер мәреге бірінші болып келген қатысушының нәтижелерін айқындайтын секунд өлшеуіштің көрсеткіштері бойынша белгіленеді.

Жеңімпазды және алған жеке орындарды айқындау көрсеткен нәтижелер бойынша жүргізіледі. Егер екі немесе бірнеше қатысушы қашықтыққа бір уақытта жетсе, оларға олар үміткер бірдей орындар беріледі, ал келесі орындар жылжытылмайды. Нәтижелер тең болған жағдайда жүлделі орындар үшін қайта жүзіп өту белгіленеді.

## **2-параграф. Ұзындыққа сүңгу**

70. Ұзындыққа сүңгу су тұнықтығы кемінде 1 метр бассейндерде немесе бір жағынан тіке төсеніші бар су станцияларында өткізіледі.

Бассейндерде жарыстар 2 шеткі жолмен жіргізіледі.

71. Жазғы су станцияларында сүңгу үшін орын мынадай тәсілмен жабдықталады. 1 метр тереңдікте бассейн айналасындағы тіке төсеніштен 2 метр қашықтықта түйінсіз және үзілмейтін қалыңдығы 1-1,5 сантиметр ақ баужіп тартылады. Баужіпте 3 белгі жасалады:

біріншісі, қара түске боялған (20 сантиметр учаске) – сүңгітін жерден бастап 30 метр қашықтықта;

екіншісі, қызыл түске боялған – 40 метр қашықтықта;

үшіншісі, көк түсті – 45 метр қашықтықта.

72. Сүңгу уақытында қатысушыларды сақтандыру үшін қалыңдығы 0,5 сантиметр капрон баужіп қолданылады, оның бір ұшы белге бекітіледі, ал екіншісі төреші-бақылаушының қолында болады. Баужіптің ұзындығы 6-7 метр. Баужіп берік, түйіндері мен үзілген жерлері жоқ.

Қауіпсіздік шараларын қамтамасыз ету үшін төреші-бақылаушының қарамағына жүзушілерді құтқару командасы (2 – 4 адам) жіберіледі, олар төсеме бойына, төрешілер алқасы көрсеткен орындарға орналасады.

73. Сүңгуірлер старты қатаң жеке дара. Жаттығуды орындауға әзірлік кезінде қатысушы қолын жоғары көтеріп сигнал береді және "Дайынмын!" деп дауыстап айтады.

Старт старттық тумбочкадан секірумен басталады. Сүңгу процесінде қатысушы барлық уақытта су астында болады. Су бетінде денесінің кез келген бөлігі көрінген жағдайда

жаттығу тоқтатылады. Қатысушының нәтижесі оның басы су бетінде көрінген кезде айқындалады.

Қатысушы алға қолымен есу және аяғын серпе итерумен жылжиды. Жаттығуды орындаған кезде бағыттаушы бау жіптен ұстап алға жылжуға жол берілмейді.

74. Егер жарыстар 25 метрлік бассейнде өткізілсе, онда жаттығу сөре қабырғасынан басталады. 25 метр сүңгігеннен кейін су астында бұрылу жасалады және қатысушы қабырғадан серпе итеріліп, қашықтықтың қалған метрлерін сүңгіп өтеді. Қатысушы бұрылу кезінде бұрылу қалқанына денесінің кез келген бөлігімен жанасады.

Бассейн жиегінде 3 белгі болады: 30, 40 және 50 метр, оларды төреші-бақылаушы нәтижесін анықтаған кезде басшылыққа алады. Ашық су қоймасында бұрылу қалқаны ақ түске боялады.

Су тұнықтығы айқын болатын бассейндердің түбіне сүңгу басталатын орыннан 30, 40 метр қашықтықта 2 көлденең сызық жасалады. Сызықтың ұзындығы – 1 метр, ені – 10 сантиметр.

Бассейн түбіндегі және бағыттаушы бау жіптегі белгілерді жарысқа қатысушылар аралықты бақылау үшін қолданады.

#### **11-тарау. Кедергілер жолағынан өту**

75. Кедергілер жолағындағы жарыстар әскери үшсайыс – 1, әскери үшсайыс – 2, әскери төртсайыс, әскери бессайыс – 2 бағдарламасына енгізіледі, сондай-ақ жеке спорт түрі ретінде өткізіледі.

Кедергілер жолағын жабдықтау және жаттығуларды орындау тәртібі "Қазақстан Республикасының Қарулы Күштеріндегі дене шынықтыру дайындығы қағидаларын бекіту туралы" Қазақстан Республикасы Қорғаныс министрінің 2017 жылғы 10 тамыздағы № 438 бұйрығының (Нормативтік құқықтық актілерді мемлекеттік тіркеу тізілімінде № 15729 болып тіркелген) талаптарына сәйкес жүргізіледі.

76. 400 метр жүгірумен бірыңғай кедергілер жолағында жалпыға бірдей бақылау жаттығулары бойынша жарыстар мынадай кезектілікпен жүргізіледі:

1) 200 метрге жүгіру;

2) кедергілер жолағынан өту және 200 метрге жүгіру (граната лақтыруға болмайды).

77. Кедергілерден өту бойынша жарыстарда тек жұппен старт қолданылады. Төреші-старт берушінің "Стартқа!" командасы бойынша кезекті жүгірулерге қатысушылар осы жаттығудың шарттарына сәйкес бастапқы қалыпты қабылдайды. "Марш!" командасы старт тапаншасынан атумен немесе дауыстап айтумен жүргізіледі және жалауша тез түсіріледі. Старт берушінің сигналына дейін жаттығуды бірінші болып бастаған қатысушы дұрыс старт жасамаған (фальстарт) болып есептеледі. Бұл жағдайда жүгіруге қатысушылар қайтадан атумен немесе "Артқа!" командасымен қайтарылады. Старт беруші старт шарттарын бұзған қатысушыға ескерту жасайды. Ескерту алған қатысушы оған жасалған ескертуді естігенін білдіру үшін қолын жоғары көтереді.

Ескерту алған және старт қағидаларын қайта бұзған қатысушы жарыстан алынады.

78. Қатысушыларға тек өз жолағы немесе кедергілер жолағының учаскесі (бағыты) бойынша жүгіруге рұқсат етіледі. Бұзғаны үшін қатысушы жарыстан алынады. Егер қатысушы кез келген бөтен жолақтан (жолақ учаскесінен) жүгіріп өтсе және бұл ретте басқа қатысушыға, соңғысына кедергі жасаса, бас төрешінің рұқсатымен сол күні екінші стартқа рұқсат беріледі. Бұл жағдайда қатысушыға ол көрсеткен 2 нәтиженің жақсысы есептеледі.

79. Кедергілерден өту тәсілдерін, егер оларды орындау жаттығу сипаттамасында жазылмаса, кез келген тәсілмен жүзеге асыруға жол беріледі. Әрбір кедергіден өту үшін

қатысушыға 3 рет мүмкіндік беріледі. Кедергілерден өту қағидаларын бұзған жағдайда қатысушы жарыстардан алынады.

80. Жарыстарды өткізген кезде қатысушының алдыңғы қатарда болуына (алдында немесе жанында бірге жүру) және оған кез келген көмек көрсетуге жол берілмейді. Бұл қағиданы бұзған кезде қатысушы жарыстан алынады.

81. Әрбір қатысушының уақыты 0,1 секундқа дейінгі дәлдікпен жеке секунд өлшеуіш бойынша тіркеледі. Жеке біріншілік әрбір қатысушының нәтижелері бойынша айқындалады. Екі және одан көп қатысушыда нәтиже тең болған кезде оларға бірдей орын беріледі. Кейінгі орындар бұл ретте жылжымайды.

#### **12-тарау. Табельдік қарудан ату**

82. Штаттық қарудан әскери-спорттық атыс бойынша жарыстарды ұйымдастыру және өткізу, сондай-ақ қарумен жұмыс істеу кезінде қауіпсіздікті қамтамасыз ету мақсатында жол берілмейді:

1) қаруды ашық (тысы жоқ) күйде ұстауға;

2) атыс орындарында, тирде (атыс шебінен тыс) оқ атуға дайындалуға және қандай да бір нысананы көздеуге, оқталған қаруды, шүріппесі қайырылған тапаншаны ұстауға, өз қаруын қараусыз қалдыруға және біреудікін рұқсатсыз алуға;

3) атыс шебінде команда берілмей оқтауға және атуға, ақаулы қарудан оқ атуға, қару ұңғысын атыс бағытынан тыс жерге бағыттауға (жоғары-төмен – 450 дейін жол беріледі), нысаналар жолағында немесе атыс аймағында адам болған кезде сериялар арасындағы үзілісте қаруға тиісуге, "Оғын ал!" командасынан кейін оқталған және шүріппесі қайырылған қаруды ұстап жүруге;

4) қару конструкциясына қандай да бір өзгерістер енгізуге, оның ішінде көздеу айла-бұйымдарының пішіні мен өлшемдерін, ағытқыш ілмекті, соққы беру-ағытқыш механизмінің, саптың бөлшектерін өзгертуге жол берілмейді.

5) Макаров тапаншасы, Калашников автоматы үшін шүріппе ағытқышын тарту кемінде 2 килограмм, Мерген винтовкасы үшін кемінде 1,5 килограмм.

Базасында жарыс өткізілетін спорт клубы, немесе спорт мекемесі қатысушыларды қатаң түрде бір номенклатураның оқ-дәрілерімен қамтамасыз етеді. Қатысушылардың өз оқ-дәрілерін әкелуіне және пайдалануына жол берілмейді.

#### **1-параграф. Макаров тапаншасынан оқ ату**

83. Макаров жүйесінің тапаншасынан оқ ату, 1-жаттығу (МТ-1), 3-жаттығу (МТ-3). Киім нысаны – әскери далалық стильде, немесе әскери далалық.

Жаттығуларды орындау кезінде қатысушылар бөгде заттарға тірелмей оларға бөлінген учаскелерде (оқ ату бекіністерінде) тұрады. Бұл ретте тапанша ұсталады және одан атулар тек бір қолмен жүргізіледі.

Ауысымды жаттығуларды орындауға даярлауға оқ ату бекіністеріне орналасқаннан кейін 3 минут беріледі.

Қатысушыларға қол білегін бекіту үшін қолда қандай да бір таңғыштың (бастырманың) болуына, сондай-ақ екі қолмен оқ атуға рұқсат етілмейді.

84. МТ-1 жаттығуында қатысушыларға 3 сынақ, 10 есепке алынатын ату беріледі. Сынақ атуларға берілетін уақыт – 3 минут, есепке алынатын топтамаға – әр топтамаға 4 минут (5 атудан 2 топтама). 10 ату жаңа нысана бойынша орындалады. № 4 нысана – шеңберлер сызылған кеуде пішіні. Арақашықтығы – 25 метр.

85. МТ-3 жаттығуында қатысушыларға 5 сынақ, 30 есепке алынатын ату беріледі. Сынақ атуларға берілетін уақыт – 5 минут. Есепке алынатын оқ ату – 5 атудан 6 топтама, оқ атуға

берілетін уақыт – әр топтамаға 4 минут (не 10 атудан 3 топтама – әр топтамаға 8 минут). Өңірлік қолбасшылықтан төмен және офицерлік үшсайыстан жарыстарда нысаналарды ауыстыру 10 атудан кейін жүргізіледі. № 4 нысана – шеңберлер сызылған кеуде пішіні. Арақашықтығы – 25 метр.

Жаттығуларды орындау кезінде әрбір топтама үшін тапаншаның оқжатары 5 патронмен оқталады. Оптикалық қадағалау аспаптары болмаған кезде сынақ және әрбір есепке алынатын топтамадан кейін МТ-1 және МТ-3 жаттығуларында аға төрешінің командасы бойынша оқ ату сызығындағы ауысым қарап тексеру үшін нысаналарға жақындатылады.

## **2-параграф. Автоматтан және винтовкадан оқ ату**

86. Калашников автоматынан (Калашников автоматы (КА-74), жаңартылған Калашников автоматы (ЖКА) және олардың модификациялары) оқ ату, 1-жаттығу (КА-1), 2-жаттығу (КА-2), 3-жаттығу (КА-3). Драгунов мерген винтовкасынан (бұдан әрі – ДМВ) оқ ату, 1-жаттығу (МВ-1) және 2-жаттығу (МВ-2). Киім нысаны – әскери далалық стильде, немесе әскери далалық.

Әрбір қалыптан оқ атуға дайындалу үшін 3 минут беріледі.

Автоматтан оқ ату кезінде белдікті қарудан шешпей пайдалануға жол беріледі, винтовкадан оқ ату кезінде белдікті пайдалануға рұқсат етілмейді.

87. Оқ ату жеке атулармен жүргізіледі. Әрбір қатысушыға 2 оқжатар (3 және 10 патрон) оқталатын 13 патроннан беріледі. КА-1 (КА-3, МВ-1, МВ-2) жаттығуы орындалады, сынақ топтама – 3 ату, уақыты – 2-3 минут. Жатып есепке алынатын топтама (10 ату) жаңа нысана бойынша орындалады. КА-3 жаттығуында тізені бүгіп және тұрып оқ ату жатқан қалпында оқ атуға ұқсас жарыстың шарттарымен бөлінген уақытта орындалады. Тізені бүгіп оқ ату кезінде диаметрі 180 миллиметрден аспайтын 1 білікшені – тізеасты қорғанышты, ал тұрып оқ ату кезінде – сол жақ (оң жақ) қолдың шынтағы үшін оны белдік бойынша жылжытып, бірақ бұрмай оқжатар сөмкесін (тірек ретінде) пайдалануға рұқсат етіледі. Кеуде қуысы тұсында шағын сөмкесі бар белдікті пайдалануға рұқсат етілмейді.

88. КА-2 оқ атуы автоматтан 200 метрге кезекпен № 7 нысана бойынша (белдеулік фигура) тіреусіз үш қалыптан (жатып, тізені бүгіп, тұрып), әрбір қалыпта 10 есепке алынатын ату орындалады. Оқ атуды орындау алдында 30 секунд ішінде нысаналардың орналасуы көрсетіледі, одан кейін нысаналар алынады және 30 секундтан кейін жатқан қалпында оқ атуды орындау үшін 15 секундқа көрінеді.

Тізені бүгіп және тұрған қалпында оқ атуды орындау алдында нысаналарды алдын ала көрсетпей дайындыққа 1 минут беріледі. Тізені бүгіп оқ атуды орындау үшін уақыт – 20 секунд, тұрып – 25 секунд, оқ ату 2-3 атудан кезекпен жүргізіледі. Тек соңғы патронмен жеке атуға жол беріледі. Егер қатысушы топтаманың басында немесе ортасында жеке атулар жасаса, онда оған жеке атулар санына тең ойықтар санымен айып салынады.

Жаттығуды орындау кезінде қатысушы қарумен барлық іс-қимылдарды дербес орындайды. Кідірістер мен ақаулықтарды жою үшін төрешінің рұқсатымен қару шеберінің көмегін пайдалануға жол беріледі. Жаттығуды орындаудың басталуына кешіккен қатысушы оқ атуға жіберілмейді. Қатысушыларға қайта өтінім жасауға және оларды жеке-командалық жарыстарда ауыстыруға оқ ату басталғанға дейін 1 сағат бұрын жол беріледі.

Жарыстарда барлық атулар олар қатысушының қалауы бойынша немесе кездейсоқ жүргізілетініне қарамастан есепке алынады. Оқ ату шебінен тыс атқаны үшін қатысушы жарыстарға қатысудан шеттетіледі. Артық атқаны үшін қатысушыдан бұзушылық анықталған барлық қалыптың нәтижесі алынады.

Оқ атуға арналған нысаналар көрінген сәтке дейін атуды орындаған қатысушыдан жүргізілген атулар саны бойынша ойықтар алынады. "Тоқта!" деген командадан кейін атқаны үшін қатысушы жарыстардан шығарылады.

Нысанасына қате ату жүргізілген қатысушыға оның нысанасында ойықтар саны рұқсат етілгеннен көп болған жағдайда қайта атуға рұқсат етіледі (жатқан қалпында – 10 ойық, тізені бүгіп – 5 ойық, тұрған қалпында – 5 ойық).

Барлық 3 қалыпта бірдей нәтиже көрсеткен қатысушылар мен жүлдегерлер қайта атуды жүргізеді.

Қатысушыларға байланысты емес себептер бойынша оқ атуды тоқтатқан кезде оларға кідіріс болған қалыптан жаттығуды қайта орындау құқығы беріледі. Қатысушының кінәсі бойынша оқ атудағы үзілістер есептелмейді және оқ атуға қосымша уақыт берілмейді.

89. Жарыстарға әрбір қатысушының оқ атуының нәтижелері есепке алынатын топтамалар нысаналарындағы атылған ұпайлар жиынтығы бойынша немесе есепке алынатын нысаналардағы ойықтар жиынтығы бойынша айқындалады. Егер ойық фигураның алаңында болса немесе оның шетінің ең болмаса бір бөлігін жапса, белге дейінгі кеуде пішіні бар нысанаға тигізу есепке алынады. Габариттік шеңберлері бар нысанадағы ойық оның жанында болатын габаритті бұзған деп саналады және егер ол габариттік сызықтың сыртқы жағын тигізсе де, көп жағына есептеледі. Даулы ойықты бағалау оған шеңберлер салынған мөлдір материалдан жасалған қалыптың көмегімен жүргізіледі. Сыртқы шеңбері қару калибріне тең, ішкі – бақылау (орталықтандыру үшін). Қару калибріне тең қалыптың көлемі автомат және мерген винтовкасы үшін – 7,62 миллиметрді, тапанша үшін – 9,00 миллиметрді құрайды. Өлшеу аспаптары болмаған кезде габариттің контурлық сызығының ойықпен немесе габарит сызығының сыртқы жағында оқтың айқын көрінетін ізінің болуымен үзілуі оны бұзу болып саналады. Габарит сызығының ойықтан шығатын радиалды сәулеленумен үзілуі назарға алынбайды. Нысананы ашып қараған сәтте оған тиген оқтан сопақ ойық, егер автоматтан, винтовкадан және тапаншадан оқ атқан кезде оқ ойығының ұзындығы 12 миллиметрден аспайтын болса, есепке алынады. Бірлескен ойықты ("оққа оқ" тигізу) кемінде екі төреші айқындайды және куәландырады.

Нысаналардағы ойықтардың бар болуын және сәйкес келуін кемінде екі төреші айқындайды. Ойықтардың сәйкес келуін бағалауда төрешілер алқасының шешімі түпкілікті болып табылады және наразылық білдіруге жатпайды.

Габариттік шеңберлері бар нысаналар бойынша орындалатын жаттығулардағы жеке біріншілік шығарылған ұпайлардың анағұрлым көп сомасы бойынша, ал олар тең болған кезде:

1) он атудан соңғы, соңғының алдындағы топтамадағы ұпайлардың анағұрлым көп саны бойынша;

2) "ондықтардың", одан кейін "тоғыздықтардың", "сегіздіктердің", "жетіліктердің", "алтылықтардың", "бестіктердің", "төрттіктердің", "үштіктердің", "екіліктердің" көп саны бойынша;

3) тұрған қалпында, одан кейін тізені бүгіп, жатқан қалпында атылған ұпайлардың көп саны бойынша;

4) соңғы, соңғының алдындағы және т.б. нысанадағы нашар ойықтың ортасынан анағұрлым аз қашықтық бойынша айқындалады.

Егер артықшылық анықталмаса, бірдей орындар беріледі.

Габариттік шеңберлері жоқ нысаналар бойынша орындалатын жаттығулардағы жеке біріншілік есепке алынатын нысаналарға тигізудің анағұрлым көп сомасы бойынша, ал олар тең болған кезде – тұрған қалпында, одан кейін тізені бүгіп және жатқан қалпында ең үздік

оқ ату бойынша айқындалады. Егер артықшылық анықталмаса, жүлделі орындар үшін қайта оқ ату белгіленеді.

Қайта оқ ату тұрған қалпында, бірақ 2 реттен аспай жүргізіледі.

### **13-тарау. Арнайы снарядтардағы жарыстар**

90. Жарыстар стандартты снарядтарда: лопингте, стационарлық дөңгелекте, гимнастикалық дөңгелекте өткізіледі.

91. Лопингте жарыстар 2 жаттығу бойынша өткізіледі.

Бірінші жаттығуда – "Айналу бағытын ауыстырумен айналымдар (4×5)" – әр топтамадан кейін айналу бағытын ауыстырумен 5 айналымнан 4 топтама орындалады. Жаттығуды бағалау айналымдардың төрт топтамасына жұмсалған жалпы уақыт бойынша жүргізіледі. Жаттығуды орындау уақытында шайқалулар саны шектеусіз. Бірінші 5 айналымда айналу бағытын қатысушы айқындайды. Қатысушы жоғарғы тік қалыптан өткен сәтте жаттығу басталады және аяқталады. Топтамалардағы айналымдарды есептеуді төреші дауыстап жүргізеді. Қатысушы топтамада 5-тен аз айналымды орындағаны туралы ескертіледі. Бұл жағдайда ол айналымдар топтамасын аяқтайды. Егер жаттығуды орындауға 90 секундтан артық уақыт жұмсалса, ол есепке алынбайды.

Екінші жаттығуда – "360° бұрылумен айналымдар" – бір бағытта 360° бұрылумен айналымдардың еркін саны орындалады. Нәтиже 5 айналымға жұмсалған уақыт бойынша айқындалады. Әрбір бұрылыстан кейін төреші есеп айтады. Егер бұрылыс бір айналым процесінде аяқталса, ол орындалған болып саналады. Жаттығу қатысушы жоғарғы тік қалыптан өткен сәтте басталады және 5-ші бұрылысты аяқтаған кезде аяқталады. Егер жаттығуды орындауға 90 секундтан артық уақыт жұмсалса, ол есепке алынбайды.

92. Стационарлық дөңгелектегі жаттығу (2×10) сол жаққа 10 айналымды және оң жаққа 10 айналымды қамтиды.

Қатысушының дайын болуына қарай аға төреші "Жаттығуды бас – та!" деген командамен жаттығуды орындауға өкім береді, одан кейін қатысушы қозғалмайтын қалыпта толық 10 айналымды бір жаққа, содан кейін дәл сондай айналымды екінші жаққа жасайды. Жаттығуды орындау уақыты секунд өлшеуіш бойынша айқындалады. Қатысушы басымен жоғары тік қалыптан өткен сәтте жиырмасыншы айналымда жаттығу аяқталады. Жаттығуды орындау уақытында төреші айналымдар есебін жүргізеді. Бірінші 10 айналымнан кейін есеп секунд өлшеуіш өшірілмей тоқтатылады, ал артық орындалған айналымдар есепке алынбайды. Есеп айналымдар бағытын өзгерткеннен кейін ғана қайта басталады. Егер топтаманың біреуінде 10-нан аз айналым орындалса, жаттығу есепке алынбайды.

93. Гимнастикалық дөңгелектегі жаттығу әртүрлі жиынтықта шиыршықтардың мынадай 3 топтамасын қамтиды:

3-ші спорттық разряд үшін – бір жаққа 10 алдыңғы шиыршықтан 3 топтама (қатысушының таңдауы бойынша), толық және қатесіз орындалған жаттығу 28 балға бағаланады;

2-ші спорттық разряд үшін – 10 алдыңғы шиыршықтан 3 топтама, топтамалардың біреуін – қарама-қарсы жаққа, толық және қатесіз орындалған жаттығу 30 балға бағаланады;

1-ші спорттық разряд үшін – еркін жүйелілікте 10 алдыңғы оң, 10 алдыңғы сол және 10 артқы шиыршықтан, толық және қатесіз орындалған жаттығу 32 балға бағаланады.

94. Гимнастикалық дөңгелектегі жаттығуға қойылатын техникалық талаптар:

1) жаттығуды "2 тұтқадан ұстап, гимнастикалық дөңгелекте тұру" бастапқы қалпынан төрешінің "Жаттығуды бас – та!" командасы бойынша бастау;

2) шиыршықтардың 3 топтамасын орындау, әрқайсысында – 10-нан. Шиыршықтар топтамасын 2 кұрсауға шығумен аяқтау (10 секундтан демалуға, топтамалар арасында

тоқтаған уақытта дөңгелектен шығуға, тұтқаны жіберуге, дөңгелекті толық бұруға жол беріледі);

3) төреші шиыршықтар топтамалары арасында 10 секундтық демалыс аяқталғанға дейін 5 секунд бұрын қатысушыға "5, 4, 3, 2, 1 секунд қалды!" деп ескертеді;

4) шиыршықты аяқтар төменгі қалыпта өткен сәтте бастау және аяқтау қажет (1-іншіден 10-ыншыға дейін шиыршықтар есебін аға төреші жүргізеді);

5) жаттығуды 8x8 метр ауданмен сызылған көлемі 5x5 метр алаңда орындау қажет.

95. Гимнастикалық дөңгелекте жаттығуды орындауға қойылатын талаптарды бұзғаны үшін балдарды алу:

1) шиыршықтар арасында демалу – 10 секундтан артық, әрбір артық секунд үшін – 0,1 балл;

2) шиыршыққа енгізуге қосымша әрекет ету – 0,5 балл;

3) дөңгелекті 2 айналымға көтермеу – 0,5 балл;

4) 5x5 метр алаңнан тыс жерге шығу – 0,5 балл;

5) қолмен (қолдармен) дөңгелекпен байланысты жоғалту – 0,5 балл;

6) аяқпен (аяқтармен) дөңгелекпен байланысты жоғалту – 0,5 балл;

7) шиыршықтарды орындамау немесе артық орындау – 0,5 балл;

8) дөңгелекті құлату – 1,0 балл;

9) 8x8 метр алаңнан тыс жерге шыққан кезде жаттығу есепке алынбайды.

#### **14-тарау Армиялық жекпе-жек ұрыс**

96. Жарыстар олимпиадалық жүйе бойынша, айналма жүйе бойынша (бетпе бет) өткізілуі мүмкін.

97. Олимпиадалық жүйе бойынша қатысушы бірінші жеңілістен кейін өнер көрсетуді аяқтайды. Бұл жүйе бойынша жеке, сондай-ақ жеке-командалық жарыстар өткізіледі. Әрбір қатысушының реттік нөмірі жеребе бойынша айқындалады. Жеке біріншілікте 1-ші, 2-ші және екі 3-ші орын ойнатылады.

98. Айналма жүйе бойынша (бетпе бет) жарысқа қатысушылар командалық өнер көрсетулерін егер команданың жеңілістері жеңістерінен басым болса аяқтайды.

99. Жарыстарға қатысуға жаттықтырушы (команда өкілі) мәлімдеген және жарыстар басталғанға дейін 14 күн бұрын медициналық тексеруден өткен адамдар жіберіледі;

100. Жарыстарға қатысушылар мынадай салмақ санаттарына бөлінеді: 55 килограмға дейін, 60-қа дейін, 65-ке дейін, 70-ке дейін, 75-ке дейін, 80-ге дейін, 85-ке дейін, 90-ға дейін және 90-нан астам.

Ескертпе: салмақ санаттары Жарыс туралы ережемен анықталады.

101. Қатысушыларды өлшеу:

1) қатысушыларды өлшеу жарыстар басталғанға дейін бір күн бұрын жүргізіледі және жеребе басталғанға дейін кемінде 1 сағат бұрын аяқталады. Бір салмақ санатындағы жарыстарға қатысушылар бір таразыда өлшенеді;

2) өлшену кезінде өлшеу нәтижелері өлшеу хаттамасына енгізіледі;

3) өлшенуге кешіккен қатысушы жарыстарға жіберілмейді;

4) өлшеуді комиссия жүргізеді, оған: бас төрешінің орынбасары, хатшы және дәрігер кіреді;

5) жеке және командалық есеппен жеке жарыстарда қатысушы өлшену кезінде белгіленген салмақ санатында ғана өнер көрсетуі тиіс;

6) әрбір сайыскердің немесе команданың реттік нөмірі жеребе бойынша тікелей өлшену аяқталғаннан кейін айқындалады. Жеребе тастау өлшену процесінде жүргізілуі мүмкін. Электрондық жеребе тастауға жол беріледі.

102. Шақыру бойынша кешіккені үшін немесе сайыс алдында жабдық бойынша ескертулерді жойған кезде спортшыға:

- 1) 1 минутқа дейін – ескерту;
- 2) 1-ден 1.30 минутқа дейін – 1-ші ескерту – қарсыласқа 1 балл;
- 3) 1.30-дан 2 минутқа дейін – 2-ші ескерту – қарсыласқа 2 балл;
- 4) 2 минуттан артық – жеңіліс, ал оның қарсыласына – айқын басымдылықпен жеңіс жарияланады.

103. Қатысушыларға:

- 1) өз командасының өкілі арқылы төрешілер алқасына өтініш жасауға;
- 2) өкіл болмаған кезде жеке жарыстарда тікелей төрешілер алқасына өтініш жасауға;
- 3) өлшену басталғанға дейін 1 сағат бұрын ресми өлшену таразысында өз салмағына бақылау жүргізуге;

4) жарақат алған немесе сайысты жалғастырудан бас тартқан кезде, сондай-ақ қорғаныс құралдарын ретке келтіру қажет болған кезде қолды көтерумен шартты сигнал беруге рұқсат етіледі.

104. Қатысушылардың жабдығы – бүркеніш түсті далалық күртеше мен тік пішілген шалбар (бар болған жағдайда – белгіленген түсте күртеше "Multicam").

Қатысушының арқасына (броньды кеудешеге) спортшының шығатын командасының атауы, қатысушының аты-жөні түсіріледі. Киім үлгісі барлық команда үшін біркелкі.

105. Спортшылардың қорғаныс киім-кешегі:

- 1) металл торы бар дулыға (қызыл немесе көк);
- 2) пластикалық торы бар дулыға (жасөспірімдер үшін) (қызыл немесе көк);
- 3) броньды кеудеше (пластиналарсыз);
- 4) қалқан;
- 5) жекпе-жек ұрыстың қолғабы (қызыл немесе көк) – 75 килограмға дейін 10 унция, 75 килограмнан жоғары 12 унция;
- 6) балтырға кигізілетін жапсырмалар;
- 7) күрес аяқ киімі – тобықты және табанды қорғайтын фугтар.

дулығаның және краг-қолғабының түсі ол жекпе-жекке шақырылатын спортшының бұрышына сәйкес болуы тиіс.

Қорғаныс керек-жарағы, қорғаныш броньды кеудешеден басқа, балтырға кигізілетін жапсырмалар, қалқандар – тек киім астынан кигізіледі.

106. Жекпе-жектер саны:

1) әрбір қатысушыға күні бойғы жекпе-жек саны Жарыстар туралы ережемен айқындалады (бірақ күніне 4-еуден артық емес);

2) әрбір жекпе-жек алдында қатысушы кемінде 30 минут демалуы тиіс;

Жекпе-жектің басталуы және аяқталуы:

1) күрес басталар алдында қатысушылар алаңда белгіленген бастапқы бекініс сызықтарға тұрады. Кілемдегі төреші төрешілер сызығына тұрады. Қызыл белбеуі бар спортшы кілемдегі төрешінің оң жағына, көк белбеуі бар спортшы сол жағына тұрады.

2) жекпе-жек басталар алдында қатысушылар қарсыласымен сәлемдеседі, ал аяқталғаннан кейін қол алысады;

3) жекпе-жек кілемдегі төрешінің "ысқырығы бойынша" командасымен басталады және "ысқырығы бойынша" командасымен аяқталады;

4) жекпе-жектен кейін күрес нәтижесі жарияланғанға дейін қатысушылар дулығаларын шешеді.

107. Күрестің ұзақтығы:



1) жекпе-жек – 5 минутқа (жасөспірімдер үшін – 3 минутқа) созылады;

2) уақыт өткен соң күрес күрескерлердің қалпына қарамастан тоқтатылады. Күрестің аяқталғаны туралы сигнал мен кілмедегі төрешінің командасы арасындағы кезеңдегі техникалық іс-қимылдар есептеледі, ал бұзушылықтар есепке алынады;

3) күресушінің қорғаныс құралдарында бұзушылықтар анықталған жағдайда кемшіліктерді жою үшін жекпе-жек тоқтатылады (секунданттың көмегіне жол беріледі);

4) киім-кешек пен қорғаныс құралдарын қалыпқа келтіру үшін күресті өз бетінше тоқтатуға, сондай-ақ алаңнан кілмедегі төрешінің рұқсатынсыз шығуға жол берілмейді.

108. Техникалық іс-қимылдарға: қолымен, шынтағымен, тізесімен, аяғымен соққы берулер, лақтырулар, ауырту және тұншықтыру тәсілдері жатады.

Соққы беру аймақтары: бас, кеуде, іш, дененің бүйір бөліктері, аяқ.

109. Күресу кезіндегі тыйым салынған тәсілдер мен іс-қимылдар:

1) саусақпен көзге соққы беру;

2) мойынға, омыртқаға, қол буынына, аяқтың басына ауырту тәсілдерін қолдану;

3) жатқан қарсыласының үстіне аяқпен секіру;

4) қуық тұсына, мойынға, қарақұсқа, арқаға және омыртқаға соққы беру;

5) дулығасынан немесе дулыға-маскасының бетпердесінен ұстау;

6) "ТОҚТА" (ысқырық) командасынан кейін соққы беру және шабуылдау іс-қимылдарын жасау;

7) ұрыс уақытында алаңнан тысқары қасақана шығу;

8) тәртіпті бұзу, өз қарсыласына, жарыстарға қатысушыларға, төрешілерге немесе көрермендерге қатысты өрескел, әдепсіз мінез-құлық таныту;

9) команда өкілдерінің төрешілердің, медициналық персоналдың немесе жарысты ұйымдастырушылардың жұмысына өрескел араласқаны үшін күрескерге ескерту беріледі.

110. Күрескер күрестен немесе жарыстан шығарылады (жарыстан шеттетеді):

1) жауынгерді күрестен шығаратын жарақат берген кезде;

2) қарсыласты жарыстан шығаратын жарақат берген кезде;

3) этиканы өрескел бұзған кезде;

4) марапаттау рәсіміне қатысудан бас тартқан кезде.

Жарыстан шеттетеді күрескерге жарыстарда орын анықталмайтынын білдіреді.

111. Нақты басымдық беру, төрешілердің спортшылардың жарақаттауға әкеп соқтыратын іс-қимылдарын бағалау, ұпайларды есептеу тәртібі және жекпе-жек нәтижелерін айқындау шарттары осы Қағидаларға 4-қосымшада ұсынылған.

112. Қарсылық білдіруге тек жекпе-жекке қызмет көрсеткен секундант құқылы. Қарсылықты секундант ұрыс кезінде ғана береді, яғни әрбір сәт бойынша төрешілер шешімімен келіспеген кезде "Челендж" (қызыл және көк кубик) лақтырумен. Қарсылықты қарастыру кезінде төрешілерге бейнежазба ұсынылады, онда күрескерлердің барлық әрекеттері мен жекпе-жекке қызмет көрсеткен барлық төрешілердің қимылдары анық көрінеді. Қарсылықты шешуді осы жекпе-жекке қызмет көрсеткен төрешілер бас төрешінің қатысуымен қарастырады, егер қарсылық негізделмеген болса, қарсылық берілген бұрыштағы қатысушының қарсыласына 1 балл есептеледі.

113. Командалық есептеулермен жеке жарыстарда орындар команданың есепке алынған құрамына кіретін қатысушылардың жеке нәтижелеріне байланысты айқындалады. Қатысушылардың есепке алынатын саны Жарыс туралы ережемен айқындалады.

Командалық есептеу жеке жарыстар үшін қабылданған жүйелердің біреуі бойынша жүргізіледі және Жарыс туралы ережемен айқындалады

## **15-тарау. ПАРАШЮТТИК ҚОССАЙЫС**

### **1. Жарыс бағдарлама түрінде өткізіледі:**

1.1. 1 жаттығу: Ан-12, Ан-22 немесе Ил-76 ұшақтарынан 800 – 1000 м биіктіктен 3 с құлауды тұрақтандыра отырып, парашютпен секіру; 1 км қашықтыққа қару-жарақпен және парашютпен (негізгі және қосалқы) маршпен өту(жүріп өту).

1.2. 2 жаттығу: Ан-2 ұшағынан қару-жарақпен және парашютпен (негізгі және қосалқы) қонатын алаң деңгейінен 800 – 900 м биіктікте парашютті ашуды қамтамасыз ететіндей биіктіктен парашютпен 15 с құлауды тұрақтандыра отырып секіру.

1.3. 3 жаттығу (ӨӘК және ӘҚК ұшу құрамы үшін): ұшақтың (тікұшақтың) ұшу жылдамдығы сағатына кемінде 100 км болғанда 800 м биіктіктен парашютпен секіру; қару-жарақпен, парашютпен (негізгі және қосалқы) және АЖҚ (алып жүретін авариялық қормен) 1 км-ге маршпен өту(жүріп өту).

### **2. Жарыстарды өткізу шарттары.**

2.1. Жаттығулар жарыс ережелеріне сәйкес сериялық парашюттерде орындалады.

2.2. Жарысқа қатысушыларды десанттау жүргізіледі:

а) 1 жаттығуда – алаң бойындағы қалау жаймаларынан салынған сөре сызығына;

б) 2 және 3 жаттығуларда – мәреден 1 км қашықтықта орналасқан старттық құрама пунктiнiң ауданына.

2.3. Жарыстарға қатысу үшін мынадай киім нысаны белгіленеді: комбинезон, дулыға, етік (бөтеңке), автомат (тапанша), дүкені бар сөмке және найза-пышақ.

2.4. Әр қатысушының сол аяғының алдыңғы жағындағы тізеден жоғары бекітілген мөлшері 30x20 см нөмірі болуы керек.

2.5. Ұшақ тобының ішінде секірудің кезектілігін топ жетекшісі парашютшінің массасына байланысты белгілейді.

2.6. Секіруге желдің жылдамдығы жерге жақын кезінде және биіктіктер бойынша белгіленген нормалар шегінде рұқсат етіледі. Егер олар метеопосттан асып кетсе, бұл туралы секіру жетекшісіне және жарыстың бас төрешісіне дереу хабарлау керек.

2.7. Парашютшілерді лақтырудың дәлдігіне секіру жетекшісі, қону алаңындағы штурман және ұшақ экипажының командирі жауапты болады.

2.8. Жарыс кезінде 1 жаттығуда желдің бағыты өзгерген жағдайда спортшыларды десанттау тоқтатылады. Жарыс штурманның қону алаңында ұшақтың кіру курсының жаңа есептерін шығарғаннан кейін немесе жел бұрынғы бағытқа оралғаннан кейін қайта басталады.

### **3. Жаттығуларды орындау тәртібі.**

3.1. Қатысушыларды ұшақтан бөлу ұшақ штурманының командасы (сигналы) бойынша жүргізілуі тиіс.

3.2. Жаттығуларды орындау уақыты спортшылардың ұшақтан бөлінген сәтінен бастап және олар мәреге келгенге дейін анықталады.

3.3. 2-ші және 3 – ші жаттығуларда әр спортшының бөліну уақыты жазылады, 1-ші жаттығуда-сериядағы алғашқы спортшы, бұл сериядағы барлық спортшылар үшін бастапқы болып табылады.

3.4. Бір рет кіретін парашютшілер сериясы: 1 жаттығуда – 60 адамға дейін, 2 және 3 жаттығуда-5-10 адамнан.

3.5. 1 жаттығуда мәренің бірнеше пункті белгіленеді, бірақ қону алаңының 1 км ұзындығына төрттен аспайды.

3.6. Аяқтау нүктелері орналасуы мүмкін:

А) I нұсқа-сөре сызығына параллель, оның оң және сол жағында 1 км қашықтықта;

б) II нұсқа-сөре сызығының өзінде. Бұл жағдайда старт сызығының оң және сол жағында оған параллель 500 м қашықтықта бұрылыс пункттері жабдықталады.

3.7. 2 және 3 жаттығуларда бір бастапқы жинау пункті және бір мәре пункті орнатылады.

3.8. Парашюттерді қонғаннан және жылжымалы сөмкелерге жинағаннан кейін 1 жаттығуды орындайтын қатысушылар келесі әрекеттерді орындайды:

А) I нұсқада – ең жақын мәре нүктесіне жүріп өтеді;

б) II нұсқа кезінде – ең жақын бұрылыс пунктіне жүріп өтіп, онда судьяға белгіленеді де сонан соң старт сызығына - ең жақын мәре пунктіне қайтады.

3.9. Екінші және үшінші жаттығуларды орындау кезінде қатысушылар жерге қонғаннан және парашюттерді жылжымалы сөмкелерге жинағаннан кейін бастапқы жинау пунктіне келеді, төрешіде белгіленеді және мәреге жүгіреді.

3.10. Қатысушылардың ауада және жерде бағдарлай алуы үшін Аяқтау нүктелері мен бұрылыс нүктелері жақсы белгіленуі керек.

3.11. 1 жаттығуды орындау кезіндегі жерге қону сәтінде бас судьяның немесе оның орынбасарының шешімі бойынша қатысушыларға сигналдық зымырандардың немесе басқа құралдардың көмегімен қозғалыс бағыттары (старт сызығынан оңға немесе солға) берілуі мүмкін.

3.12. Барлық спортшылар мәреге өздерінің парашюттері бүктеліп салынған алып жүретін сөмкелерімен, қару-жарақпен келеді. Жабдықтау заттары(жарақтары), қару-жарағы және парашюті жоғалған кезде спортшылардың жеткен(көрсеткен) нәтижесі жойылады.

3.13. Секіру нәтижесіне әсер еткен секундомердің, сақтандырғыш аспаптың жұмысындағы бұзушылықтар, киім-кешектің, жарақтың ақаулығы немесе парашюттің аспалы жүйесінің нашар қиыстырылуы қатысушыға қайта секіруге құқық бермейді.

3.14. Қажет болған жағдайда секірудің сәтті нәтижесін және жерге қону қауіпсіздігін қамтамасыз ету үшін жарысқа қатысушы секіру нәтижесіне қарамастан, қосалқы парашютті пайдалануға міндетті.

#### **4. Нәтижелерді анықтау.**

4.1. Қатысушылардың уақыты 1 с дәлдікпен белгіленеді.

4.2. Жеңімпазды және одан кейінгі алған жеке орындарды анықтау көрсетілген нәтижелер бойынша жүргізіледі.

4.3. Егер екі немесе бірнеше қатысушы бірдей нәтиже көрсетсе, онда оларға бірдей орын беріледі. Сондай-ақ келесі орындар ауыспайды(кейінге сырғытылмайды).

## **16 тарау. ЖЕҢІЛ АВТОМОБИЛЬДЕ ЖЫЛДАМДЫҚПЕН МАНЕВР ЖАСАУ, ЖҮК АВТОМОБИЛЬДЕ ЖЫЛДАМДЫҚПЕН МАНЕВР ЖАСАУ.**

### **1. Жалпы ережелер.**

1.1. Жылдамдықпен маневр жасау бойынша жарыстар жылдың кез келген уақытында және кез келген ауа райында әскери автомобильдерде өткізіледі.

1.2. Жарыс жолында белгілі бір конфигурация мен өлшемдегі тоғыз фигура орнатылады. Жылдамдықпен маневр жасау бойынша кез-келген жарысқа міндетті түрде барлық фигуралар кіреді. Жаттығуларды таңдауды және олардың санын ұйымдастырушы жарыстардың ауқымына және қатысушылардың біліктілігіне қарай айқындайды.

1.3. Бірнеше қатысушының бір автомобильде сөйлеуіне рұқсат етіледі, бірақ бұл ретте әрбір қатысушы автомобильге өзінің бастапқы нөмірін қоюы тиіс.

1.4. Егер төрешілер алқасының немесе басқа қатысушының кінәсінен, сондай-ақ машинаның техникалық ақаулығынан жүргізуші жүргізуді жалғастыра алмаса, оған қайта старт беріледі немесе нәтижені анықтау кезінде амалсыз бос тұру уақыты алып тасталады.

1.5. Егер қатысушы машинаның техникалық ақаулығынан немесе басқа да себептерден жарысты жалғастыра алмаса, ол бұл туралы жақын арадағы судьяға баяндауы және оның нұсқауы бойынша машинаны трассада шығаруы тиіс.

1.6. Жарыс үшін жабдықталған трассада жаттығуға рұқсат етілмейді. Трассада орналасқан фигуралармен және жаттығулармен танысу жарыс басталар алдында төрешінің алып жүруімен қатысушыларды айналып өту жолымен жүргізіледі.

## **2. Тас жолға қойылатын талаптар.**

2.1. Жылдамдықпен маневр жасау трассасы ретінде қатты тегіс жабыны немесе тығыздалған топырағы бар кез келген көлденең алаңқай пайдаланылуы мүмкін.

2.2. Жарыстарды шөп жамылғысы бар алаңда немесе тығыздалған қарда өткізуге жол беріледі.

2.3. Жылдамдықты маневрлеу бойынша жарыстар өткізуге арналған алаң немесе жол учаскесі жаттығуларды орындау үшін жеткілікті қашықтықты сақтай отырып, барлық фигураларды орналастыруға мүмкіндік беретін өлшемдерге ие болуы тиіс.

2.4. Егер фигуралардың сипаттамасында басқа өлшемдер көрсетілмесе фигуралардағы шектегіштер жеңіл автомобильдер үшін 1 м - ден кейін және жүк көліктері үшін 1,5 - 2 м-ден кейін орнатылады.

2.5. Егер шектегіштердің биіктігі жаттығулар сипаттамасында көрсетілмесе, онда жеңіл автомобильдер үшін ол кемінде 1 м, ал жүк машиналары үшін – кемінде 1,5 м болуы тиіс.

2.6. Трассадағы фигуралардың орналасуын, сондай-ақ жаттығуларды орындау реттілігін жарысты ұйымдастырушы анықтайды және Ережеде көрсетіледі. "Тоқтату" жаттығуы соңғы болып орындалады.

2.7. Жарыс өткізу үшін айып шеңбері шамалап жарыс өтетін алаңның ортасында белгіленеді. Егер фигуралар бір қатарға орналастырылса, онда трассада былайырақ екі айып шеңбері белгіленеді.

2.8. Трассалардың болжамды схемалары № 1 қосымшада келтірілген.

2.9. Жеткілікті көлемдегі алаңдар болған кезде бірнеше параллель ұқсас трассалар белгіленіп орналастырылуы мүмкін.

## **3. Трассадағы бастау және қозғалыс тәртібі.**

3.1. Қатысушылар арасында автомобильдерді бөлу, стартқа шығу кезектілігі Ережемен анықталады.

3.2. Автомобиль тұрақ тежегішімен тежеліп, қозғалтқышы жұмыс істеп тұрған және есіктері жабық күйде трассаның "СТАРТ" сызығына орнатылады.

3.3. Бастапқы қатысушы өз көлігінен 50 м қашықтықта орналасады. Оның жарысты бастау сигналы берілгенге дейін машинаға баруға құқығы жоқ. Жарысты бастау сигналы тек жеке беріледі. Жарысты бастау сигналы берілгеннен кейін қатысушы жүгірумен машинаға бағытталады және тас жол бойымен қозғалысты бастайды.

3.4. Фигуралар арасында және олардың ішінде "тоқта"сызығы аймағындағы аялдамалардан басқа автомобильдің кез келген маневр жасауына жол беріледі.

3.5. Қатысушы автомобиль жүргізушілерінде жалпы қабылданған барлық тәсілдерді пайдалануға құқылы.

3.6. Артқы жүріспен қозғалу кезінде автомобильдің есігін ашуға рұқсат етіледі. Бұл жағдайда аяқты автомобильдің етегіне қоюға тыйым салынады.

3.7. Алдыңғы жүріспен қозғалыс басталар алдында есік жабық болуы тиіс. Алдыңғы жүрісте есігі жабылмаған қозғалыс үшін қатысушы жарыстан шығарылады.

3.8. Әрбір қатысушы барлық жаттығуларды белгіленген ретпен орындауға міндетті.

3.9. Бірізділікті бұзған, кем дегенде бір жаттығуды орындаудан жалтарған, сондай-ақ жаттығуды қасақана орындамаған спортшы жарыстан шығады.

3.10. Жарыс барысында шектегіштерді қозғаған(шектегіштерге соқтыққан) кезде және жаттығуларды орындау тәртібінің басқа да бұзушылықтарына жол берген кезде қатысушыға айып шеңберінен айналып өту белгіленеді, одан өткеннен кейін ол осы жаттығуды орындауға екінші талпыныс жасайды.

3.11. Егер екінші әрекет те сәтсіз болса, жаттығу орындалмаған болып саналады және қатысушы айып шеңберін айналып өтпей келесі жаттығуларды орындауға көшеді.

3.12. Көліктің фигурадан тысқа толық шығуы әрекеттің соңы болып есептеледі, оны судьялар тиісті жалауларды көтеру арқылы тіркейді.

3.13. Екі жаттығуды орындамаған қатысушылар жарыстан шығады.

3.14. "Тоқтату" жаттығуында екінші әрекет берілмейді. Егер автомобиль "тоқта" сызығы аймағынан тыс жерде тоқтаса, жаттығу орындалмаған болып есептеледі және қатысушы жарыстан шығады.

3.15. Әлі жаттығу орындалмаған фигуралардың шектегіштеріне соқтыққан(тиген) кезде қатысушы айып шеңберін айналып өтеді.

3.16. Айыппұл шеңберінің шектегіштеріне соқтыққан(тиген) кезде қатысушы жарыстан шығады.

#### **4. Фигуралардың тізімі, олардың мөлшерін есептеу, жаттығулардың сипаттамасы.**

4.1. Автомобиль өлшемдерінің шартты белгілері:

Б-автомобиль базасы;

Д-автомобильдің габариттік ұзындығы;

Ш-автомобильдің габариттік ені;

Шш-автомобиль шинасының ені;

Рнг-автомобильдің ең шығыңқы нүктесі бойынша айналу сыртқы габариттік радиусы;

Рвг -автомобильдің ішкі габариттік жалпы айналу радиусы.

4.2. "Шеңбер" - кіру сыртқы шеңбердегі қақпа арқылы жүзеге асырылатын жүріс бөлігін құрайтын шектегіштермен белгіленген екі концентрлік шеңбер.

4.2.1. Қатысушы қақпадан шеңбердің жүріс бөлігіне кіріп, шеңберді толық айналып өтіп, автомобильді қақпаның сыртына шығаруы тиіс.

4.2.2. Фигураның өлшемдері:

а) сыртқы шеңбердің радиусы- $R_{но}=1,07 R_{нг}$ .

б) ішкі шеңбердің радиусы -  $R_{во}=R_{вг}-10$  см.

в) қақпаның ені -  $B=R_{нг}-R_{во}$ .

4.2.3. Орындалатын жаттығулар:

а) шеңбер бойымен алдыңғы жүріспен сағат тілімен жүру.

б) шеңбер бойымен алдыңғы жүріспен сағат тіліне қарсы қозғалыс.

в) шеңбер бойымен сағат тілімен артқа жүру.

г) шеңбер бойымен сағат тіліне қарсы артқа жүру.

4.3. "Кері бұрылудың шектеулі орны" - барлық жағынан шектегіштермен белгіленген, автомобильдің кіруі мен шығуы үшін бір жағынан қақпалары бар тіктөртбұрыш.

4.3.1. Қатысушы кез-келген маневрді қолдана отырып, қақпалар арқылы шектеулі жерге кіріп, онда шектеу тіректеріне тигізбестен кері бұрылып, автомобильдің детальдарының бірде-бір проекциясы фигураның периметрінен шықпайтындай етіп машинаны сол қақпалар арқылы сыртқа қайта шығаруы керек.

4.3.2. Фигураның өлшемдері:

а) Ұзындығы:  $Үй=3D$ .

б) ені:  $Шом=2D$ .

г) қақпаның ені:  $Шв=Ш+1,5$  м.

4.3.3. Орындалатын жаттығу:

а) автомобильді шектеулі жерде кері бұру.

4.4. "Еселенбеген Жыланша" - төрт жүріс жолды құрайтын тік сызық бойында орнатылған тіректер түріндегі бес шектегіш.

4.4.1. Қатысушы шектегіштерге соқтықпай оларды кезегімен толық жүріп өтіп, жүрістің соңында кері қайтып өтуі керек.

4.4.2. Фигураның өлшемдері:

- а) бірінші және екінші тіректер арасындағы қашықтық:  $D_{з1}=1,4Д$ .
- б) екінші және үшінші тіректер арасындағы қашықтық:  $D_{з2}=1,4Д+0,5м$ .
- в) үшінші және төртінші тіректер арасындағы қашықтық:  $D_{з3}=1,2Д$ .
- г) төртінші және бесінші тіректер арасындағы қашықтық:  $D_{з4}=1,2Д$ .

4.4.3. Орындалатын жаттығулар:

- а) жыланшаның алдыңғы жүріспен өтуі.
- б) жыланшаның артқы жүріспен өтуі.

4.5. "Сегіз" - бір сызыққа орнатылған тіректер түріндегі төрт шектегіш, олардың ортаңғы тіректері қақпаны құрайды. Қозғалыс бағытты ең шеткі шектегіштердің айналасында өзгерту арқылы жүзеге асырылады.

4.5.1. Қақпа арқылы кіру және шығу - шектегіштер орнатылған сызыққа перпендикуляр. Шеңбер бойымен бастапқы қозғалыстың бағыты фигуралардың орналасуына байланысты.

4.5.2. Фигураның өлшемдері:

- а) "сегіздік" қақпасының ені:  $Ш_{вв}=Ш+1м$ .
- б) қақпа тірегі мен ең шеткі шектегіш арасындағы қашықтық:  $Д_{ов}=2Д$ .

4.5.3. Орындалатын жаттығу:

а) қақпа арқылы алдыңғы жүріспен кіру, шектегіштерді айналып өту және қақпа арқылы шығу.

4.6. "Ара" - арасындағы қашықтық 5 м болатын параллель орналасқан екі үлкен(габаритті) дәлізден тұрады. Үлкен(габаритті) дәліздер жолдың жүріс бөліктерінің ендері әртүрлі екі қатар шектегіштер орнату арқылы белгіленеді.

4.6.1. Қатысушы бірінші дәлізді артқы жүрісті пайдалана отырып өтуі тиіс, одан кейін - дәліздер арасындағы аймақты алдыңғы жүріспен өтуі тиіс және екінші дәлізді - артқы жүріспен жүріп өтуі тиіс.

4.6.2. Фигураның өлшемдері:

- а) дәліздің ұзындығы:  $Д_{к}=2Д$ .
- б) бірінші дәліздің ені:  $Ш_{к1}=Ш+1м$ .
- в) екінші дәліздің ені:  $Ш_{к2}=Ш+0,5 м$ .

4.6.3. Орындалатын жаттығу:

- а) алдыңғы және артқы жүріспен бағытын өзгерте отырып, габаритті дәліздердегі қозғалыс.

4.7. "Жолтабан" - автомобильдің бір жағының дөңгелектері үшін өтпе жолды құрайтын тақта (тұтас немесе ұзындығы мен ені бойынша құрама).

4.7.1. Қатысушы автомобильді тақтаның бойымен автомобильдің бір жағының алдыңғы және артқы дөңгелектері тақтадан шықпайтындай етіп жүргізуі керек.

4.7.2. Фигураның өлшемдері:

- а) жолтабан жолының ені:  $Ш_{к}=1,95 Шш. П$
- б) артқы дөңгелектері қосарланған кезде:  $Ш_{к}=2,95 Шш$ .
- в) тақтаның ұзындығы:  $Д_{к} = Д$ .

4.7.3. Орындалатын жаттығулар:

- а) жолтабанның сол жағымен алдыңғы жүріспен өтуі.
- б) жолтабанның оң жағымен алдыңғы жүріспен өтуі.
- в) жолтабанның сол жағымен кері жүріспен өтуі.

4.8. "Діңгектер"("Пеньки") - биіктігі автомобильдің ең кіші жол саңылауымен анықталатын, аралары Б қашықтықта орнатылған екі ағаш немесе пластмассалық цилиндр.

4.8.1. Қатысушы көлікті діңгектерге тигізбестен жүргізіп өтуі керек.

4.8.2. Орындалатын жаттығулар:

- а) діңгектер үстінен алдыңғы жүріспен өту.
- б) діңгектер үстінен алдыңғы жүріспен өту.

4.9. "Бокс" - үш жағынан шектегіштермен белгіленген, тар жағы ашық тіктөртбұрыш.

4.9.1. Қатысушы тар жағы арқылы автомобильді тоқтату сәтінде оның бірде-бір бөлігінің проекциясы фигураның периметрінен шықпайтындай етіп қою керек, содан кейін Автомобильді шектегіштерге тигізбестен шығару керек.

4.9.2. Фигураның өлшемдері:

а) бокстың тереңдігі: Гб=1,04 Д.

б) бокстың ені: Шб=1,24 Ш.

4.9.3. Орындалатын жаттығулар:

а) боксқа артқы жүріспен кіру.

б) боксқа алдыңғы жүріспен кіру.

4.10. "Тоқта" - қозғалыстың сынақ бағытына перпендикуляр болатын алаңның бетіне түсірілген ұзындығы 3 м және ені 15 см сызық.

4.10.1. "Тоқта" негізгі сызығының алдында және оның артында 1 м қашықтықта фигураның аймағын шектейтін екі сызық қолданылады.

4.10.2. Қатысушы бірінші сызықтан тоқтаусыз қозғала отырып, алдыңғы доңғалақтардың екеуі де "Тоқта" негізгі сызығымен байланыста болатындай автомобильді тоқтатуы тиіс. Бұл жағдайда секундомер автомобиль толық тоқтағаннан кейін өшіріледі.

4.10.3. Егер автомобильдің доңғалақтары тоқтау сәтінде "Тоқта" негізгі сызығының алдындағы аймақта болса, онда трассаның өтуіне жұмсалған уақытқа 5 с – айып-уақыты қосылады, егер автомобильдің дөңгелектері тоқтау сәтінде "Тоқта" негізгі сызығының артындағы аймақта болса, онда айып-уақыты екі еселенеді.

4.11. "Айып шеңбер" - бүйірінен тең бүйірлі үшбұрыш түрінде орналасқан 5 м үш тіреуіш.

4.11.1. Қатысушы айып шеңберін бірде-бір тіреуішке тигізбестен айналып өтуі керек. Қозғалыс сағат тілімен алдыңғы жүріспен жүзеге асырылады.

## **5. Трассаны өту тәртібі.**

5.1. Егер жарыстың ережесімен жаттығулардың саны мен атауы анықталмаса, онда жарыстар келесі тәртіппен өткізіледі:

- шеңбер бойынша алдыңғы жүріспен сағат тілімен қозғалыс;
- боксқа артқы жүріспен кіру;
- автомобильді шектеулі жерде кері бұру;
- жыланшаны алдыңғы жүріспен өту;
- жыланшаны артқы жүріспен өту;
- "сегіздік" өткелі;
- ("ара") габариттік дәліздерде ауыспалы бағыттарда алдыңғы және артқы жүріспен қозғалыс;
- алдыңғы жүріспен жолтабанның сол жағымен өту;
- алдыңғы жүріспен діңгектер үстінен өту;
- алдыңғы жүріспен қозғалыстан кейін алдыңғы доңғалақтармен тоқтау.

### **3 БӨЛІМ. ӘСКЕРГЕ ШАҚЫРУҒА ДЕЙІНГІ ЖАСТАҒЫ АЗАМАТТАР ҮШІН ӘСКЕРИ-ҚОЛДАНБАЛЫ СПОРТ ТҮРЛЕРІ БОЙЫНША ХАЛЫҚАРАЛЫҚ ОДАҚТЫҢ ӘСКЕРИ-ҚОЛДАНБАЛЫ СПОРТ ТҮРЛЕРІ**

#### **17 тарау. ӘСКЕРИЛЕНДІРІЛГЕН КРОСС**

##### **1. Бағдарламалардың түрлері.**

1.1. Әскерге шақыруға дейінгі жастағы азаматтар үшін:

1.1.1. Үлкен ұлдар (17 жас):

- жүгіру 3 км;
- пневматикалық винтовкадан 10 м ату;
- салмағы 450 г гранатаны 35 метрге лақтыру

1.1.2. Ұлдар (15-16 жас):

- жүгіру 1 км;
- пневматикалық винтовкадан 10 м ату;
- салмағы 350 г гранатаны 35 метрге лақтыру

##### **2. Жарысқа қатысушылар.**

2.1. Әскерге шақыру жасына дейінгі азаматтар жас топтарында жарысады: үлкен ұлдар (17 жас), ұлдар (15-16 жас).

##### **3. Жарыстарды өткізу шарттары**

3.1. Әскерилендірілген кросс бойынша жарыстар кез келген жерде өткізіледі.

3.2. Әскерге шақырылуға дейінгі жастағы әрбір азамат әскерге шақырылуға дейінгі жастағы азаматтарға арналған киім және противогаз киіп жаттығуларды орындайды.

3.3. Әскерге шақырылуға дейінгі жастағы азаматтарға арналған киім түрі: бейсболка, жеңі ұзын күртеше (футболка), тобыққа дейін созылатын спорттық шалбар (бриджи), шыбықсыз спорттық аяқ киім және противогаз.

3.4. Оларды тікелей мақсаты бойынша пайдалануға кедергі келтіретін кез келген қосымша бекітпелер мен жабдыққа (соның ішінде қосымша белдіктер мен тиісті формада көзделмеген басқа құрылғылар) тыйым салынады.

3.5. Трассаны жабдықтау, ресімдеу, өлшеу және белгілеу "1000 м нысандағы жүгіру, 3000 м нысандағы жүгіру" спорттық пәндерімен бірдей.

3.6. Ату және лақтыру орындарының саны қатысушылардың санына байланысты анықталады.

3.7. Старт пен мәре бір жерде жабдықталған, ал бұрылыс 1 км жүгіргенде 500 м, 3 км жүгіргенде 1500 м қашықтықта болады.

##### **4. Старт.**



4.1. Старт кезінде әскери қызметшілер арнайы киімде, қаруы «Белбеу» қалпында болуы керек. Старт пен мәреде әскери қызметшілердің қарулары сақтандырғышта болуы керек.

4.2. Старт жеке, жұптық немесе топтық (топта 5 адамнан артық емес). Топтық старттар арасындағы интервал 1 км – ге 3-4 минуттан және 3 км – ге 5-6 минуттан кем болмауы тиіс.

4.3. Жүгіру басталғанға дейін "*Стартқа*" командасы беріледі. Жүгіруді бастау сигналы старттық тапаншадан ату немесе жалауды күрт түсірумен бірге «*Марш*» командасы арқылы беріледі.

## **5. Қашықтықтан өту.**

5.1. Жүгіру кезінде қатысушылар бір-біріне кедергі жасамауы керек. Қатысушы басып озушыны итермеуі немесе оны қолымен ұстамауы тиіс, оны бұзғаны үшін ол жарыстан шығарылады.

5.2. Қашықтықтан шыққан жүгіруге қатысушы өзінің төс нөмірін алуға және бұл туралы жақын маңдағы бақылаушы судьяға, ал мәреге жеткенде-мәредегі судьяға хабарлауға міндетті.

5.3. Жетекшілікке (жүгіру кезінде сүйемелдеу) рұқсат етілмейді. Егер бұл ереже бұзылса, жетекшісі бар қатысушы жарыстан шығарылады. Қашықтықтағы төреші жетекшілікті анықтайды.

## **6. Автоматтан ату тәртібі.**

6.1. Бұрылыс орнында пулемет пен пневматикалық винтовкадан оқ атуға арналған орын жабдықталған.

6.2. Әскери қызметшілер құлап жатқан №7 нысанаға (жартылай ұзындықтағы фигура) бірінші рет тигенге дейін, еңкейіп тұрған қалпында, үш жалғыз оқпен пулеметтен атады.

6.3. Атыс сызығына келгеннен кейін қатысушылар патрондарды алады, төрешінің нұсқауы бойынша орындарына отырады және атуға дайындалады. Спортшы мылтықты патрондармен жабдықтаған кезде, судья оған оқ ату керек нысананың нөмірін атауға міндетті.

6.4. Оқ дайын болған кезде төрешінің қосымша пәрменінсіз атылады. Ату кезінде автомат белдігін және тіреуішті жерге пайдалануға рұқсат етіледі. Қатысушы қарумен барлық әрекеттерді өз бетінше орындайды. Кідірістер мен ақауларды жою үшін ол судьяның рұқсатымен қару-жарақ шеберінің көмегіне жүгіне алады.

6.5. Егер атқыш бір оқ атудың орнына бірнеше оқ атуды бастаса, атыс оған есептеледі. Қаруды үш патроннан артық оқтаған қатысушы жарыстан шеттетіледі.

6.6. Қатысушы басқа біреудің нысанасына тиген жағдайда, ату ол үшін есептеледі, бірақ кросс нәтижесіне 15 секунд қосылады.

6.7. Егер нысана құлап кетсе және жарысушы әлі атпаған болса, төреші операторға нысананы көтеру туралы белгі беруі керек, содан кейін атыс жалғасады. Бұл ретте атыс кезіндегі мәжбүрлі кешігу уақыты кросстағы жалпы нәтижеден алынып тасталады.

6.8. Атыс аяқталғаннан кейін төреші қатысушы әлі жату жағдайында болған кезде қаруды тексереді, қалған патрондарды қабылдайды және жүгіруді жалғастыруға бұйрық береді.

## **7. Пневматикалық винтовкадан ату тәртібі.**

7.1. Пневматикалық винтовкаларды атыс шебінде команда өкілдері немесе жаттықтырушылар орналастырады.

7.2. Пневматикалық винтовкалар үшін қорғасыннан немесе ұқсас жұмсақ қорытпадан (материалдан) жасалған кез келген үлгідегі және 4,5 мм калибрлі нысан қолданылады.

7.3. Болат немесе қабықты оқтарға тыйым салынады. Стартта атуға арналған оқтардың болуына тыйым салынады.

7.4. Жасөспірімдер пневматикалық винтовкадан № 8 нысана бойынша 10 м қашықтықта бес жалғыз оқпен жатып оқ атады.

7.5. Атыс шебіне келгеннен кейін қатысушылар оқтарды алады, судьяның нұсқауы бойынша орнына тұрады және атыс жүргізу үшін дайындалады. Оқ дайын болған кезде төрешінің қосымша пәрменінсіз атылады.

7.6. Қатысушы қарумен барлық әрекеттерді өз бетінше орындайды. Кідірістер мен ақауларды жою үшін ол судьяның рұқсатымен қару-жарақ шеберінің көмегіне жүгіне алады.

7.7. Егер атыс сызығында төреші қатысушының бес оқтан артық атқанын тіркесе, онда ол жарыстан шығарылады.

7.8. Егер нысананың қара бөлігінде бес саңылаудан аз болса, онда қатысушының жүгіру нәтижесіне әрбір жетіспейтін тесік үшін 15 секунд айыппұл уақыты қосылады.

7.9. Егер нысанада бес саңылаудан артық табылса, онда қатысушының жүгіру нәтижесі әрбір қосымша тесік үшін айып уақытынан 5 қосылады.

7.10. Қатысушы басқа біреудің нысанасына тиген жағдайда, ату ол үшін есептеледі, бірақ жүгіру нәтижесіне 20 секунд айыппұл уақыты қосылады.

7.11. Атыс аяқталғаннан кейін қатысушы винтовканы өз бетімен түсіреді, оны атыс сызығында қалдырады және төрешінің пәрменінсіз крестті жалғастырады.

## **8. Граната лақтыру.**

8.1. Граната лақтыру үшін үшінші километрдің басында әскери қызметшілерге ені 10 м және ұзындығы 40 м дәліздермен жабдықталған. Үш Ф-1 гранатасы лақтыру орнында орналасқан. Қатысушы кез келген бос дәлізді алады және Ф-1 гранаталарын (600 г) бір жерде тұрып немесе жүгіріп барып 40 м сызығынан асырып бірінші рет лақтырады, содан кейін төрешінің бұйрығымен жүгіруді жалғастырады.

8.2. Атыста немесе граната лақтыруда 40 м-ден қателік жіберіп алған әскери қызметшіге айыппұл салынады және қатысушының мәреде көрсетілген уақытына тиісінше 20 с немесе 10 с қосылады.

8.3. Гранаталарды лақтыру кезінде жасөспірімдерге мәреге дейін 200 м қашықтықта 1 км-ге жүгіру кезінде және үшінші километрдің басында 3 км-ге жүгіру кезінде ені 10 м және ұзындығы тиісінше 30 м немесе 35 м дәліздер жабдықталады. Үш граната лақтыру орнында орналасқан. Қатысушы кез келген бос дәлізді алады және гранаталарды бір жерде тұрып немесе жүгіріп барып бірінші межеге дейін ұлдар (15-16 жас) 30 м және одан үлкен ұлдар (17 жас) 35 м лақтырады, содан кейін төрешінің бұйрығы, жүгіруді жалғастырады.

8.4. Үлкен ұлдар (17 жас) үшін гранатаны 35 м-ден кем немесе ұлдар (15-16 жас) үшін 30 м-ден кем лақтырғаны үшін қатысушы айыппұл салынады және мәреде көрсетілген уақытқа 20 с қосылады.

8.5. Әрекет сәтсіз болып саналады егер қатысушы:

а) лақтыру кезінде немесе одан кейін дененің, киімнің немесе автоматтың кез-келген бөлігімен планканың артындағы топыраққа тиіп кетсе;

б) планкаға шықса немесе оны үстіне тиіп кетсе; жүгіру (серпілу) кезінде гранатаны түсіріп алып, ол планканың алдына түссе. Гранатаның лақтыру секторында (планкаға дейін) кездейсоқ түсіп кетуі қателік болып саналмайды;

в) в) лақтырғаннан кейін "иә" деген пәрменге дейін планкадан алға шығып кетсе. Егер граната дәлізден тыс жерге түсіп кетсе, лақтыру да есепке алынбайды.

## **9. Мәре.**

9.1. Қашықтықтың соңы қатысушы денесінің кез-келген бөлігімен мәре сызығына жеткен кезде белгіленеді.

9.2. Егер қатысушы мәре сызығына денесімен жетіп, кейін сол сызыққа құлап түссе, онда ол мәре сызығын өз бетінше кесіп өткен жағдайда келу уақыты мен тәртібі сақталады.

## **10. Нәтижелерді анықтау.**

10.1. Қатысушылардың уақыты секундомерді тоқтатпай ("сырғымалы" бағыттауыш бойынша) 1 с дейінгі дәлдікпен тіркеледі.

10.2. Жеңімпазды және иеленген жеке орындарды анықтау айыппұл уақытын ескере отырып, көрсетілген нәтижелер бойынша жүргізіледі. Егер екі немесе одан да көп

қатысушылар қашықтықты әртүрлі жарыстарда бірдей нәтижемен аяқтаса (айып уақытын қоса алғанда), онда оларға бірдей орындар беріледі. Одан кейінгі орындар ауыспайды.

## **18 бөлім. ЖАЛПЫ БАҚЫЛАУ ЖАТТЫҒУЛАРЫНЫҢ КЕДЕРГІЛЕР ЖОЛАҒЫ**

### **1. Жалпы ережелер.**

1.1. Жалпы бақылау жаттығуларының кедергілер жолақтары спорттық жарыстарда жеке спорттық пәндер ретінде өткізіледі.

1.2. Кедергілер жолақтарын жабдықтау және жаттығуларды орындау тәртібі Қазақстан Республикасы Қарулы Күштеріндегі дене шынықтыру даярлығы жөніндегі нұсқаулықтың (бұдан әрі – ДШДН) және осы Қағидалардың талаптарына сәйкес жүзеге асырылады.

1.3. Таудағы кедергілер жолында жарысты бастамас бұрын арқандардың дұрыс бекітілуін тексеру қажет. Олардың сенімділігі сыртқы тексеру және сынау арқылы белгіленеді, тозған арқандар жаңасына ауыстырылады. Бөренелердің, арқалықтардың, карниздердің, қоршаулардың және айтарлықтай биіктікте орналасқан басқа бөліктердің бекітпелерін тексеруге ерекше назар аударылады.

1.4. Қатысушылардың қолдары мен денесі жанасатын барлық бөліктерінде саңылаулар, қабыршақ, жыртылған буындар және бұзылулар болмауы керек. Өрмелеу арқандары жарыс алдында бірден ілініп, соңында шешіледі. Қону шұңқырлары қазылып, қопсытылады. Кернеу колонкалары мен болттар майланады және тартылады.

### **2. Жарысқа қатысушылар.**

2.1. Әскерге шақыру жасына дейінгі азаматтар жас топтарында жарысады: үлкен ұлдар (17 жас), ұлдар (15-16 жас).

### **3. Бірыңғай киім үлгісі.**

3.1. Әскерге шақырылуға дейінгі жастағы азаматтарға арналған киім түрі: бейсболка, жеңі ұзын күртеше (футболка), тобыққа дейін созылатын спорттық шалбар (бриджи), шыбықсыз спорттық аяқ киім және противогаз.

### **4. Старт.**

4.1. Әрбір жарыс басталар алдында оның қатысушылары таныстырылады. Бәсекелесті таныстырған кезде спортшы алға қадам басуы керек. Кедергілерден өту жарыстарында тек жұптық старт қолданылады.

4.2. Старт орнынан тұрып қабылданады. Стартердің «Бастау» пәрмені бойынша бастапқы сызыққа өтіп, бір аяқты сапқа баспай алға қойып, екінші аяқты жарты қадамға артқа қою керек. «Назар аудар» пәрмені бойынша дене салмағын алға аяққа ауыстырып, денені алға жылжытып, қозғалмай тұру керек. "Марш" командасы бойынша жүгіруді бастау.

4.3. Жүгіруді бастау туралы белгі старттық тапаншадан ату немесе «Марш» командасының старттық жалауын бірден түсірумен бірге беріледі.

4.4. "Назар аударыңыз" командасынан кейін және "Марш" командасына дейін қатысушылар кез-келген қозғалысты тоқтатуы керек. Бұл командалар арасындағы интервал әртүрлі болуы мүмкін.

4.5. Стартердің белгісіне дейін жүгіруді бірінші болып бастаған қатысушы қате бастады (жалған старт). Стартер сигналына дейін жүгіруді бірінші бастаған қатысушы дұрыс бастамаған болып саналады (фальстарт).

4.6. Старт ережесін бұзған қатысушыға ескерту беріледі. Ескертуді алған адам өзіне жасалған ескертуді естігенін растау үшін қолын көтеруі керек. Старт ережесін екінші рет бұзған қатысушы жарыстан шығарылады.

4.7. Қатысушының кінәсінен болмаған кедергілер бұзылған жағдайда, оған сол күні қайта стартқа шығуға рұқсат етіледі.

### **5. Кедергілерден өтуге қойылатын жалпы талаптар.**

5.1. Әрбір қатысушы кедергілер жолын ешкімнің көмегінсіз өз бетінше еңсеруі керек.

5.2. Қатысушыға тек өз жолымен немесе кедергілер жолағы учаскесімен (бағытымен) жүгіруге рұқсат етіледі. Осы ережені бұзғаны үшін қатысушы жарыстан шығарылады.

5.3. Егер спортшы бөтен жолдың (жолақ учаскесінің) кез келген бөлігін жүгіріп өтіп, басқа қатысушыға кедергі келтірсе, соңғысына бас төрешінің рұқсатымен сол күні старт берілуі мүмкін. Бұл жағдайда ол көрсеткен екі нәтиженің ең жақсысы қатысушыға есептеледі.

5.4. Кедергілерді еңсеру, граната лақтыру тәсілдерін, сондай-ақ арнайы тәсілдер мен әрекеттерді, егер оларды орындау жаттығудың сипаттамасында айтылмаса, кез келген тәсілмен жүзеге асыруға рұқсат етіледі.

5.5. Әрбір кедергіні еңсеру үшін қатысушыға үш мүмкіндік қана беріледі. Кедергілерден өту ережелерін бұзған жағдайда қатысушы жарыстан шығарылады.

5.6. Кедергілерден өту кезінде кез келген киімін түсіріп алған жасөспірім спортшы қайтып оралып, құлаған затты алып, содан кейін жаттығуды жалғастыруға міндетті.

5.7. Қашықтықтан шыққан жүгіруге қатысушы өзінің төс нөмірін алуға және бұл туралы жақын маңдағы бақылаушы судьяға, ал мәреге жеткенде-мәредегі судьяға хабарлауға міндетті.

5.8. Жетекшілікке (жүгіру кезінде сүйемелдеу) рұқсат етілмейді. Егер бұл ереже бұзылса, жетекшісі бар қатысушы жарыстан шығарылады. Қашықтықтағы төреші жетекшілікті анықтайды.

6. Әскерге шақыру жасына дейінгі азаматтар үшін 200 м-ге жүгірумен бірге жалпы бақылау жаттығуларының кедергілер жолағын еңсеру тәртібі.

6.1. Бірыңғай кедергілер жолағындағы жалпы бақылау жаттығуы бойынша жарыстар 200 м жүгірумен үйлесімде жасөспірімдер үшін мынадай ретпен өткізіледі: 100 м жүгіру, кедергілер жолағынан өту, 100 м жүгіру. Гранаталарды лақтыру жүргізілмейді.

6.2. Үлкен ұлдар (17 жас) үшін кедергілерден өту тәртібі:

- жол бойымен, жолақ басының сызығына қарай 100 м жүгіру;
- жалаушаны айналып жүгіріп, ені 2 м арықтан секіріп өту;
- лабиринт өткелдері арқылы жүгіріп өту;
- қоршаудан өту, қираған көпірдің екінші (қисық) учаскесіне тік баспалдақпен көтерілу;
- саңылаудан секіре отырып, бөренелердің бойымен жүгіру және балканың соңғы бөлігінен кейін жерге секіру;
- қираған баспалдақтың үш баспалдағын екі аяқпен басқыштар арасында міндетті түрде жерге тигізу арқылы еңсеру, төртінші басқыштың астынан жүгіріп өту;
- қабырға сынығынан өту; траншеяға секіріп, жол бойымен жүріп өту;
- құдықтан секіру, қабырғаға жүгіру және оның үстінен секіріп өту;
- көлбеу баспалдақпен төртінші сатыға көтерілу және қираған баспалдақтың басқыштарымен жүгіру;
- қираған көпірдің балкасына тік баспалдақпен көтерілу, балкалар бойымен жүгіру, бос саңылаулардан секіру және көлбеу тақтай бойымен қашу;
- ені 2 м арықтан секіріп өту;
- 20 м жүгіру және туды айналып өтіп, мәре сызығына дейін жол бойымен 100 м қарама-қарсы бағытта жүгіру.

6.3. Жасөспірімдер (15-16 жас) үшін кедергілер жолағын еңсеру тәртібі:

- жол бойымен, жолақ басының сызығына қарай 100 м жүгіру;
- жалаушаны айналып өту;
- ені 2 м арықтан секіріп өту;
- лабиринт өткелдері арқылы жүгіріп өту;
- тіреуіштің көмегімен биіктігі 2 м қоршаудан асып өту;
- қираған көпірдің жанынан жүгіріп өту;

- қираған баспалдақтың үш сатысын кез-келген жолмен кесіп өтіп, сатылар арасындағы жерге міндетті түрде тиіп, төртінші сатының астымен жүгіріп өту;
- қабырғадағы саңылау арқылы өтіп, траншеяға дейін жүгіріп жету;
- оған секіру және жол бойында құдыққа жүгіріп, одан секіріп шығу;
- қабырғаға жүгіріп жету және оны секіру арқылы асып өту;
- көлбеу баспалдақпен төртінші сатыға көтерілу және қираған баспалдақтың басқыштарымен жүгіру;
- қираған көпір мен қоршаудың жанынан жүгіріп өту;
- ені 2 м арықтан секіріп өту;
- 20 м жүгіру және туды айналып өтіп, мәре сызығына дейін жол бойымен 100 м қарама-қарсы бағытта жүгіру.

6.3.1. Тұғырықтар ретінде биіктігі 55 см-ден аспайтын тумбалар пайдаланылады.

## 7. Финиш.

7.1. Қашықтықтың соңы қатысушы денесінің кез-келген бөлігімен мәре сызығына жеткен кезде белгіленеді.

7.2. Мәре сызығына келген қатысушы бірыңғай киім үлгісін киіп, стартта тіркелген қару-жарақ, форма және құрал-жабдықтары болуы керек. Киім-кешектің, жабдықтар мен қару-жарақтың жетіспейтін кез келген заты үшін қатысушы жарыстан шығарылады.

7.3. Егер қатысушы мәре жазықтығын денеге тигізгеннен кейін сызыққа құлап түссе, онда ол мәре жазықтығын өз бетінше кесіп өткен жағдайда, келу уақыты мен тәртібі сақталады.

## 8. Нәтижелерді анықтау.

8.1. Қашықтықты аяқтаған әрбір қатысушының нәтижесі 0,1 с дейінгі дәлдікпен жеке секундомер бойынша анықталады.

8.2. Жарыстың жеңімпазын және алған жеке орындарды анықтау көрсетілген нәтижелер бойынша жүргізіледі.

8.3. Екі және одан да көп қатысушылардың нәтижелері тең болған жағдайда, жоғарырақ орын жарысты ертерек бастаған спортшыға беріледі. Бір жарыста екі қатысушы бірдей нәтиже көрсеткен болса, оларға бірдей орындар беріледі. Одан кейінгі орындар ауыспайды.

## 19 бөлім. ГРАНАТА ЛАҚТЫРУ

1. Гранаталарды лақтыру кезінде жасөспірімдер мәреге дейін 200 м қашықтықта 1 км-ге жүгіру кезінде және үшінші километрдің басында 3 км-ге жүгіру кезінде ені 10 м және ұзындығы тиісінше 30 м немесе 35 м дәліздермен жабдықталады. Үш граната лақтыру орнында орналасқан. Қатысушы кез келген бос дәлізді алады және гранаталарды бір жерде тұрып немесе жүгіріп барып бірінші межеге дейін ұлдар (15-16 жас) 30 м және одан үлкен ұлдар (17 жас) 35 м лақтырады, содан кейін төрешінің бұйрығы, жүгіруді жалғастырады.

2. Үлкен ұлдар (17 жас) үшін гранатаны 35 м-ден кем немесе ұлдар (15-16 жас) үшін 30 м-ден кем лақтырғаны үшін қатысушы айыппұл салынады және мәреде көрсетілген уақытқа 20 с қосылады.

3. Әрекет сәтсіз болып саналады егер қатысушы:

а) лақтыру кезінде немесе одан кейін дененің, киімнің немесе автоматтың кез-келген бөлігімен планканың артындағы топыраққа тиіп кетсе;

б) планкаға шықса немесе оны үстіне тиіп кетсе; жүгіру (серпілу) кезінде гранатаны түсіріп алып, ол планканың алдына түссе. Гранатаның лақтыру секторында (планкаға дейін) кездейсоқ түсіп кетуі қателік болып саналмайды;

в) лақтырғаннан кейін "иә" деген пәрменге дейін планкадан алға шығып кетсе. Егер граната дәлізден тыс жерге түсіп кетсе, лақтыру да есепке алынбайды.

## **Мәре.**

Қашықтықтың соңы қатысушының денесінің кез келген бөлігімен мәре сызығына жеткен сәтте есептеледі.

Егер қатысушы мәре жазықтығын денеге тигізгеннен кейін сызыққа құлап түссе, онда ол мәре жазықтығын өз бетінше кесіп өткен жағдайда, келу уақыты мен тәртібі сақталады.

## **Нәтижелерді анықтау.**

1. Қатысушылардың уақыты секундомерді тоқтатпай ("сырғымалы" бағыттауыш бойынша) 1 с дейінгі дәлдікпен тіркеледі.

2. Жеңімпазды және иеленген жеке орындарды анықтау айыппұл уақытын ескере отырып, көрсетілген нәтижелер бойынша жүргізіледі. Егер екі немесе одан да көп қатысушылар қашықтықты әртүрлі жарыстарда бірдей нәтижемен аяқтаса (айып уақытын қоса алғанда), онда оларға бірдей орындар беріледі. Одан кейінгі орындар ауыспайды.

## **20 бөлім. ГД гранатасын лақтыру (қашықтыққа).**

### **1. Жарыстарды өткізу шарттары.**

1.1. Гранаталарды қашықтыққа лақтыру екпінмен немесе бір орында тұрып, Ф-1 оқу гранаталарымен сақтандырғыш интiрексiз жүргiзiледi. Әскерге шақырылуға дейiнгi жастағы азаматтарға арналған гранаталардың массасы: үлкен ер балаларға (17 жас) - 450 г; ұлдарға (15-16 жас) - 350 г.

1.2. Спортшы 3 граната лақтырады. Қатысушылар тек қазылар алқасы берген гранаталарды пайдалануға мiндеттi. Басқа гранаталарды пайдаланған кезде лақтыру нәтижесi есепке алынбайды.

1.3. Лақтыру ені 10 м дәліз бойымен ұзындығы 4 м және ені 7 см планкадан немесе сызықтан жүзеге асырылады. Жолақ жүгіруге арналған жолдың топырағымен күшейтіліп, ақ түске боялған. Оның соңында түрлі-түсті жалаушалар мен белгілер орнатылады.

1.4. Дәліз 40 м-ден бастап 5 м сайын сызылатын параллель ақ сызықтармен белгіленген. Жолдардың екі шетінде жолаққа дейінгі қашықтықты көрсететін сандары бар белгілер орнатылған. Бүйірлік сызықтардың ені дәліз шекарасына кірмейді.

1.5. Жүгіруге арналған жол тығыз болуы керек. Жолдың ені кемінде 1,25 м, ұзындығы 25 - 30 м. Планканың алдындағы соңғы 6-8 метрде жол 4 м-ге дейін кеңейеді.

### **2. Бірыңғай киім үлгісі.**

2.1. Ұлдарға арналған бірыңғай киім үлгісі: бейсболка, жеңі ұзын күртеше (футболка), тобықтан спорттық шалбар (рейтуз), тікенсіз спорттық аяқ киім. Ұлдар жаттығуды қарусыз орындайды.

### **3. Жарысқа қатысушылар.**

3.1. Әскерге шақыру жасына дейінгі азаматтар жас топтарында жарысады: үлкен ұлдар (17 жас), ұлдар (15-16 жас).

### **4. Нәтижелерді анықтау.**

4.1. Егер граната дәліздің шекарасында құлап, қатысушы лақтыру ережесін бұзбаса және лақтырғаннан кейін планкаға немесе бүйір сызыққа түспесе, лақтыру аға төрешінің "Иә" деген командасынан кейін есепке алынады. Төреші жалаушаны жоғары көтеру арқылы «Иә» командасын сүйемелдейді, бұл өлшеуші төрешілер үшін белгі болып табылады және оларға нәтижені белгілеуге құқық береді.

4.2. Лақтыру ережелерін бұзған жағдайда бас төреші «Жоқ» командасын айтады және бір уақытта жалаушаны түсіріп белгі береді.

4.3. Әрекет сәтсіз болып саналады егер қатысушы:

а) лақтыру кезінде немесе одан кейін дененің, киімнің немесе автоматтың кез-келген бөлігімен планканың артындағы топыраққа тиіп кетсе;

б) планкаға шықса немесе оны үстіне тиіп кетсе; жүгіру (серпілу) кезінде гранатаны түсіріп алып, ол планканың алдына түссе. Гранатаның лақтыру секторында (планкаға дейін) кездейсоқ түсіп кетуі қателік болып саналмайды;

в) лақтырғаннан кейін "Иә" деген пәрменге дейін планкадан алға шығып кетсе. Егер граната дәлізден тыс жерге түсіп кетсе, лақтыру да есепке алынбайды.

4.4. Дәлізге құлағаннан кейін граната қалдырған із нөмірмен көрсетіледі. Белгі жолаққа ең жақын жол нүктесіне қойылады.

4.5. Өлшеу көрсеткіштерден планкаға перпендикуляр сызық бойынша рулеткамен жүргізіледі. Өлшеу кезінде рулетканың нөлдік белгісі көрсеткішке қоса беріледі. Нәтиже 1 см дәлдікпен анықталады.

4.6. Өлшеу барлық үш лақтыруды орындағаннан кейін алынады. Ең жақсы лақтыру нәтижесі ғана хаттамаға жазылады.

4.7. Екі немесе одан да көп қатысушылардың нәтижесі бірдей болған жағдайда, оларға бірдей орындар беріледі. Одан кейінгі орындар ауыспайды. Бірдей нәтиже көрсеткен және жарыс жеңімпазы атағына үміткер қатысушыларға қосымша үш лақтырудан беріледі.

## **21 бөлім. ГТ гранатасын лақтыру (дәлдікке).**

### **1. Жарыстарды өткізу шарттары.**

1.2. Гранаталарды дәлдікке лақтыру бір орында тұрып немесе 35 м қашықтыққа үш шеңбер бойынша жүгіріп бара жатып жүргізіледі: радиусы 0,5 м 1-шеңбер (орталық); 2 – ші-1,5 м; 3 – ші-2,5 м.

Әскерге шақыру жасына дейінгі азаматтар үшін шеңбердің ортасына дейінгі қашықтық – 35 м.

1.3. Бірінші шеңбер металдан жасалған, жермен бірдей және ақ түске боялған. Шеңбердің ортасына өлшемі 15x20 см, жерден биіктігі 30 см қызыл жалау бекітіледі.

1.4. Басқа шеңберлер ені 5 см сызықтармен белгіленеді. Белгілеу сызығы кіші шеңбердің өлшеміне кіреді.

1.5. Лақтыру салмағы 350 г. және 450 г. Ф-1 оқу гранаталарымен сақтандырғыш рычагсыз жүргізіледі. Әскери жастағы азаматтар үшін гранаталардың массасы: жас жігіттерге (15-16 жас) - 350 г; үлкен ұлдар үшін (17 жас) - 450 г. Қатысушыға гранаталарды төрешілер лақтыру орнында береді.

1.6. Қатысушылар қазылар алқасы берген гранаталарды пайдалануға міндетті. Басқа гранаталарды пайдаланған кезде лақтыру нәтижесі есепке алынбайды.

1.7. Қажетті қауіпсіздік шараларын сақтай отырып, гранаталарды лақтыру бір уақытта бірнеше секторларда жүзеге асырылуы мүмкін.

1.8. Қауіпсіздік мақсатында гранаталарды лақтыру кезінде шеңберлердің артына металл торлы қоршау орнатылады.

1.9. Лақтыру ережелері мен әрекетті бағалау критерийлері гранаталарды қашықтыққа лақтыру бойынша жарыстарды өткізу шарттарына ұқсас. Сектордың өлшемі гранаталарды қашықтыққа лақтыру секторының өлшеміне ұқсас.

### **2. Жарысқа қатысушылар.**

2.1. Әскерге шақыру жасына дейінгі азаматтар жас топтарында жарысады: үлкен ұлдар (17 жас), ұлдар (15-16 жас).

### **3. Бірыңғай киім үлгісі.**

3.1. Ұлдарға арналған бірыңғай киім үлгісі: бейсболка, жеңі ұзын күртеше (футболка), тобықтан спорттық шалбар (рейтуз), тікенсіз спорттық аяқ киім. Бас киімді шешуге рұқсат етілмейді. Ұлдар жаттығуды қарусыз орындайды.

### **4. Нәтижелерді анықтау.**

4.1. Әрбір қатысушыға үш сынақ және он бес есепке алынатын лақтыру жасауға рұқсат етіледі. Сынақ гранаталарын лақтыру уақыты 1 мин, есепке алынатын гранаталарды лақтыру уақыты 6 мин.

4.2. Сынақ лақтыруды орындағаннан кейін қатысушы есепке алынатын лақтыруға дайындығы туралы хабарлайды және төрешінің пәрменімен лақтыруға кіріседі. Барлық гранаталарды лақтыру аяқталғанға дейін қатысушы сектордан төрешінің рұқсатымен ғана шыға алады.

4.3. Есепке алынатын лақтыруларды орындау кезінде бағалауды төреші шеңбер бойымен лақтыру мәніне сәйкес келетін санмен көрсеткішті көтеру арқылы қояды және дауыспен қайталайды. Басқа гранатаны лақтыруға алдыңғы лақтыру үшін ұпай алғаннан кейін ғана рұқсат етіледі.

4.4. Граната нысанаға тиген кездегі лақтырулар бағаланады: 1-ші шеңбер (орталық) – 115 ұпай; 2-тур – 75 ұпай; 3-тур – 45 ұпай.

4.5. Орталық шеңберде орнатылған жалаушаға тигізу 115 ұпаймен бағаланады.

4.6. Жеңімпаз ең көп жиналған ұпайлар бойынша анықталады. Ұпайлар тең болған жағдайда, ең жоғарғы орын 1-ші шеңберге, содан кейін 2 – ші, 3-ші шеңберге көбірек тигізген қатысушыға беріледі.

## **22 бөлім. ҰЗЫНДЫҚҚА СҮҢГУ**

### **1. Жарыстарды өткізу шарттары.**

1.1. Жаттығуды әскери қызметкерлер мен әскерге шақыру жасындағы азаматтар спорттық киіммен орындайды.

1.2. Старттық тумбадағы бастапқы қалыптан суға секіру және бассейн түбіндегі сызықты немесе 1-1,5 м тереңдікте керілген бауға негізделе отырып, кез келген әдіспен су астында жүзу.

1.3. Старт әскери қызметкердің оқу-жаттығуды орындауға дайындығына қарай жеке жүргізіледі. Бассейндерде старт қабырғаға басу арқылы қабылданады.

1.4. Су станциясында жарысты өткізу кезінде старт старттық тұғырдан беріледі, спортшының қалауы бойынша еден тақтасынан итеру арқылы стартты алуға рұқсат етіледі.

1.5. Ұзындыққа сүңгу бассейндегі судың мөлдірлігі кемінде 1 м болған кезде жүзеге асырылады.

1.6. Су станцияларында ұзындыққа сүңгу кезінде ол кемінде бір жағынан бойлық төсенішпен жабдықталуы тиіс.

1.7. Жүзу бассейндерінде жарыстарды екі шеттегі жолақтарда өткізуге болады.

1.8. Жазғы су станциясында сүңгуір алаңы келесідей жабдықталған. 1 м тереңдікте бассейн бойымен бойлық төсеніштен 2 м қашықтықта қалыңдығы 1-1,5 см ақ шнур созылады. Шнурдың түйіндері мен жыртылуы болмауы керек. Шнурға үш белгі қойылады: біреуі – сүңгуірдің басынан 30 м қашықтықта, қара түске боялған (20 см кесіндісі), екіншісі – 40 м қашықтықта, қызыл түске боялған, үшіншісі – 30 м қашықтықта. 45 м, көк түске боялған.

1.9. Сүңгу кезінде жүзушіні сақтандыру үшін қалыңдығы 0,5 см нейлон шнуры қолданылады, оның бір ұшы белбеуде бекітіледі, екіншісі бақылаушы төрешінің қолында болады. Шнурдың ұзындығы - 7 - 6 м. Шнур мықты болуы керек және түйіндер немесе жыртылулар болмауы қажет.

1.10. Қауіпсіздік шараларын қамтамасыз ету үшін бақылаушы-судьяның қарамағында қазылар алқасы көрсеткен орындарда еденнің бойында орналасқан суда жүзушілерден тұратын құтқару тобы (2-4 адам) бөлінеді. Құтқарушылар сүңгуір маскасымен, тыныс алу түтігімен және жүзу желбезектерімен қамтамасыз етілуі керек.

### **2. Жарысқа қатысушылар.**

2.1. Жарыстарға әскери қызметкерлер 18 жастан бастап қатысады. Әскерге шақыру жасына дейінгі азаматтар жас топтарында жарысады: үлкен ұлдар (17 жас), ұлдар (15-16



жас).

### **3. Старт.**

3.1. Жүзушілердің старты жеке-жеке жүргізіледі. Жаттығуды орындауға дайын болған кезде қатысушы қолын жоғары көтеріп, «*Дайын*» деп белгі береді.

3.2. Жаттығу кезінде жүзуші әрқашан су астында болуы керек. Егер дененің қандай да бір бөлігі су бетінде пайда болса, жаттығу тоқтатылады. Қатысушының нәтижесі оның басының су бетінде пайда болуымен анықталады.

3.3. Қатысушы қол мен аяқтың есу қимылдары арқылы алға жылжуға міндетті. Жаттығу кезінде жол шнурына жабысып, алға жылжуға тыйым салынады.

3.4. Қатысушы жаттығуды орындау кезінде бақылаушы төреші оны бассейннің бойымен сүйемелдеп, сигналдық шнурды бос күйде ұстап, қатысушының қашықтықты өтуінің дұрыстығын бақылайды.

3.5. Жүзуші су астында тоқтап қалса немесе бағыттаушы шнурдан ауытқып кетсе, бақылаушы төреші шнурды тарту арқылы қатысушыны дереу су бетіне көтеруге, ал қажет болған жағдайда құтқару жасағының жүзушілеріне суға секіріп, көмек беруді бұйыруға міндетті.

3.6. 25 м (немесе 50 м) сүңгуден кейін су астында бұрылыс жасалады, ал қатысушы қабырғадан итерілгеннен кейін қашықтықтың қалған метрлерін сүңгіп өтеді.

3.7. Қатысушы бұрылу кезінде айналмалы қалқанға тиюге міндетті. Егер бұл шарт бұзылса, жаттығу орындалмады деп есептеледі.

3.8. Бассейннің жанында үш белгі қойылуы керек: 30, 40 және 50 м, ал бақылаушы-судья нәтижені анықтау кезінде соларды басшылыққа алады.

3.9. Судың үлкен мөлдірлігі бар бассейннің түбінде сүңгу басталғаннан бастап 30, 40 және 50 м үш көлденең сызық қолданылады. Жасөспірім ұлдар үшін 20 м және 10 м қосымша көлденең сызықтар қолданылады. Сызықтың ұзындығы - 1 м, ені - 10 см.

3.10. Бассейннің түбіндегі және бағыттаушы шнурдағы белгілерді сайыскерлер жүріп өткен қашықтықты бақылау үшін пайдаланады.

### **4. Нәтижелерді анықтау.**

4.1. Қашықтықтың соңы (мәре) қатысушы айналмалы қалқанға немесе бассейннің қабырғасына қолын тигізген сәтте есептеледі.

4.2. Өзінің жүзуінде мәреге жеткен қатысушының уақыты бірінші болып үш секундомермен белгіленеді және 0,2 с дейінгі дәлдікпен анықталады, секундометрлердің көрсеткіштері алшақтаған кезде бірдей уақытты тіркеген екі секундомердің деректері немесе барлық үшеуі алшақтаған кезде орташа секундомердің көрсеткіштері есепке алынады. Басқа қатысушының уақыты бөлек секундомермен есептеледі.

4.3. Егер секундомер көрсеткіштері қатысушылардың мәреге келу реті туралы жазбадан өзгеше болса, онда жеке орындар олардың келу реті бойынша анықталады. Күмәнді нәтиже мәреге бірінші келген қатысушының нәтижесін анықтаған секундомерлердің көрсеткіштеріне сәйкес белгіленеді.

4.4. Жеңімпазды және иеленген жеке орындарды анықтау көрсетілген нәтижелер бойынша жүргізіледі. Егер екі немесе бірнеше қатысушы қашықтықты бірдей уақытпен аяқтаса, оларға бірдей орындар беріледі, ал одан кейінгі орындар ауыспайды. Жұлделі орындарды анықтау үшін қайтадан жүзу тағайындалады.

## **23 бөлім. АРНАЙЫ КИІМДЕГІ АРҚАН ТАРТЫС**

### **1. Жалпы талаптар.**

1.1. Арқан тартыс жарысын өткізу орны тегіс болуы керек. Арқан қозғалысы бағытына перпендикуляр бетке бір орталық сызық сызылады.

1.2. Арқанның ұзындығы 33-34 м, диаметрі 10-13 см. Арқанның келесі орындарында таңбалары болуы тиіс:

ортасында бір (қызыл);

екі жағынан орталық белгіден 4 м қашықтықта екі (ақ);  
екі (жасыл) екі жағындағы орталық белгіден 5 м қашықтықта.

1.6. Команда сегіз адамнан тұрады. Бір қосалқы адам ұстауға рұқсат етіледі. Қатысушыны қосалқы адаммен ауыстыруға тікелей арқан тартар алдында рұқсат етіледі.

1.7. Командалық салмақ категориялары жарыс туралы ережеге сәйкес белгіленеді.

1.8. Қатысушылардың салмақ өлшеуі жарыс күні бір сағат бойы жүзу киімімен (іш киімімен) жүргізіледі және жарыс басталғанға дейін бір сағат бұрын тоқтатылады.

1.9. Әр команданың өз нұсқаушысы болуы керек, ол тартыс кезінде оның әрекеттерін басқарады. Жаттықтырушыға команда арқан тартуға қатысқан кезде олармен сөйлесуге рұқсат етілмейді.

## **2. Жарысқа қатысушылар.**

2.1. Әскерге шақыру жасына дейінгі азаматтар жас топтарында жарысады: үлкен ұлдар (17 жас), ұлдар (15-16 жас).

## **3. Бірыңғай киім үлгісі.**

3.1. Ұлдарға арналған бірыңғай киім үлгісі: бейсболка, жеңі ұзын күртеше (футболка), тобықтан спорттық шалбар (рейтуз), тікенсіз спорттық аяқ киім.

3.2. Аяқ киімде металл қалпақ немесе металл пластиналардың болуына жол берілмейді. Аяқ киімнің табанынан немесе өкшесінен шығып тұратын шыбықтар мен шегелердің болуына жол берілмейді.

## **4. Арқанды ұстауға қойылатын талаптар.**

4.1. Жарысқа қатысушылар жасыл белгілермен көрсетілген ұзындықта арқанды ұстамауы керек.

4.2. Арқанда түйіндер немесе ілмектер болмауы керек. Тартар алдында арқан тығыз тартылуға тиіс, ондағы орталық белгі жарыс өтетін жерде белгіленген орталық сызықтың үстінде болуға тиіс.

4.3. Әрбір қатысушыға арқанды әдеттегідей ұстап, екі қолмен ұстап тұруға рұқсат етіледі, яғни екі қолдың алақандары жоғары қарай бұрылады және арқан дене мен иықтың арасында өтеді.

4.4. Арқанның еркін қозғалуына кедергі келтіретін кез келген басқаша ұстау үлгісі арқанды тежеу болып табылады және ережелерді бұзу болып саналады.

4.5. Артында келе жатқан топ мүшесі арқанды әдеттегідей қолымен ұстап алады да, арқанның ұшын қолтықтан өткізеді, содан кейін арқа бойымен қарама-қарсы иық үстінде және екінші қолтықта қысады.

4.6. Арқан әрқашан керілген күйде болуы керек.

4.7. Команда бір тартыста ережелерді бұзумен байланысты үш ескерту алған кезде дисквалификацияланады. Бір қатысушы жасаған тәртіп бұзушылық команданың ережені бұзуы болып саналады.

## **5. Тыйым салынады:**

а) әдейі жерге (далаға) отырады немесе байқаусызда құлағаннан кейін баяу тұрады;

б) аяқтың табанынан басқа дененің кез келген бөлігін жерге тигізу;

арқанның еркін қозғалуына кедергі келтіретін кез келген ұстау үлгісі;

в) "арқанды тарт" пәрменіне дейін жерде кез келген ойықтарды жасау;

г) жарыс өткізілетін жер шеңберінен шығып кету.

## **6. Жарыстарды өткізу шарттары.**

6.1. Екі команда арасындағы арқан тартыс жарысы екі жеңіске дейін өткізіледі. Арқан тартыс арасында қатысушыларға 5 минуттан аспайтын демалыс беріледі.

6.2. Бірінші тартыстан бұрын арқанның ұштарын таңдау үшін жеребе тарту жүргізіледі. Екінші тартыста командалар арқанның ұштарын бір-бірімен алмастырады. Егер

үшінші тартыс қажет болса, арқанның ұштарын таңдау қайтадан жеребе тастау арқылы анықталады.

6.3. Бас төреші басқа төрешілерден дайындығы туралы белгіні алғаннан кейін қатысушыларға дауыспен немесе ыммен келесі пәрмендерді береді:

«**Арқанды көтер**» - бұл пәрмен бойынша арқан ұсталады;

«**Арқанды керіп ұста**» - қатысушыларға арқанды мықтап тарту қажет;

«**Арқанды ортаға**» - арқан орталық қалыпқа қойылады;

«**Тұрақты қалыпта ұстау**» — арқан тұрақты қалыпта және оның орталық белгісі жердегі орталық сызықтың үстінде.

Қысқа үзілістен кейін «**Арқанды тарт**» командасы беріледі.

6.4. Егер төреші тәртіп бұзушылықты тіркесе, ол тартысты тоқтатады, тиісті командаға ескерту жасайды және орталық белгіге нұсқайды, содан кейін тартыс қайтадан басталады.

6.5. Арқан тартыстағы жеңісті бас төреші ысқырық пен ыммен белгілейді.

## 7. Аға төрешінің пәрмендері мен ым-ишарасы.

<i>Команда</i>	<i>Сигнал</i>
<i>Дайындал</i>	<i>Оң қол жоғары көтерілген</i>
<i>Арқанды көтер</i>	<i>Қолдары алға созылған, алақандары жоғары көтерілген</i>
<i>Арқанды керіп ұста</i>	<i>Қолдар алақанмен ішке қарай көтеріледі</i>
<i>Арқанды ортаға</i>	<i>Бір қолмен ортасына қарай жылжуы тиіс команданың жағына көрсетеді</i>
<i>Тұрақты қалыпта ұстау</i>	<i>Қолдар алақанмен сыртқа қарай көтеріледі</i>
<i>Арқанды тарт</i>	<i>Қолды екі жағына тез түсіреді</i>
<i>Жеңіс</i>	<i>Ысқырықпен сигнал береді және жеңген командаға қолмен көрсетеді</i>
<i>Арқанның ұштарымен ауысу</i>	<i>Ысқырықпен сигнал береді және қолдарын бастың үстіне қояды</i>
<i>Тоқта</i>	<i>Ысқырықпен сигнал береді және қолдарын өз алдына түйістіреді</i>
<i>Ескерту</i>	<i>Қолды тәртіп бұзушылыққа жол берген командаға қарай көтереді және бір немесе екі саусақпен ескерту нөмірін көрсетеді</i>

## 8. Жеңімпазды анықтау.

8.1. Егер ол арқанды белгілермен көрсетілген қажетті қашықтыққа жылжытса немесе басқа команданы төреші жарыстан шығарса, арқан тартыста команда жеңді деп есептеледі,

8.2. Арқан тарту процесінде кемінде үш төреші қызмет етеді: аға төреші және екі қосалқы төреші.

## 24 бөлім. АВТОМАТПЕН ЖҮЗУ.

### 1. Жалпы талаптар.

1.1. Жарыстар жасанды және табиғи бассейндерде өткізіледі.

1.2. Бастапқы секіруді орындау орнының тереңдігі кемінде 1,2 м болуы тиіс. Старттық тумбаның беті көлденең немесе 7 градус көлбеу және тайғақ емес болуы керек. Старттық тумбаның биіктігі су деңгейінен 0,75 см-ден аспауы керек.

1.3. Су астындағы қалқандар біркелкі, саңылаусыз, беткі бөлігінің биіктігі кемінде 0,3 м және су асты - 1,8 м болуы керек.

1.4. Бассейнге арналған жолдың әрқайсысы 2,5 м-ден тар болмауы керек. Олар бір-бірінен диаметрі 10 см-ден аспайтын қалтқылары бар арқандармен (тростармен) бөлінеді. Старттан қараған кезде тректер оңнан солға қарай нөмірленеді.

1.5. Дұрыс старт алмаған жағдайда жүзушілерді тоқтату үшін су үстінде 1,5 м биіктікте, старттан 15 м қашықтықта бассейнге көлденең шнур тартылады, және оларды стартқа қайтару қажет болған кезде оны суға түсіреді.

1.6. Ашық су айдынындағы бұрылыс қалқаны ақ түске боялуы тиіс.

## **2. Жарыстарды өткізу шарттары.**

2.1. Ұлдар жаттығуды автомат макетімен (АКМ немесе АКС) бірыңғай киім үлгісін киіп орындайды.

2.2. Автоматтың макеті мөлшері мен салмағына кемінде 2 кг сәйкес келуі, теріс жүзу қабілетіне ие болуы тиіс.

## **3. Бірыңғай киім үлгісі.**

3.1. Ұлдар үшін: белдік белбеу, ұзын жеңді күртеше (футболка), тобық бойынша спорттық шалбар (рейтуз), тікенсіз спорттық аяқ киім, автомат макеті.

## **4. Жарысқа қатысушылар.**

4.1. Әскерге шақыру жасына дейінгі азаматтар жас топтарында жарысады: үлкен ұлдар (17 жас), ұлдар (15-16 жас).

## **5. Старт.**

5.1. Старттық тумбадағы немесе судағы бастапқы қалыптан (етік, бәтеңке, спорттық аяқ киімді шешіп, белдігінің алдынан немесе артқы жағынан сыртқа қарай майыстырып, балтыр табанның ұшына қарай бүгілген, артында түймеленген дүкені бар автомат; жігіттерде спорттық аяқ киім белдігінің артына сымдандырылған, автоматтың арқасындағы макет) төреші-старттердің командасы бойынша қатысушылар қашықтықты кез келген тәсілмен жүзіп өтуі тиіс.

5.2. Қатысушыларға арналған жолақ нөмірлері келесі старт басталғанға дейін жеребе арқылы анықталады. Алдын ала жеребе тартуға рұқсат етіледі.

5.3. Старттер секундометр-төрешілердің дайындығын тексеріп, **"Қатысушылар орындарыңа тұрыңдар"** деп немесе ұзақ ысқырық арқылы алдын-ала пәрмен береді. Осы пәрмен бойынша қатысушылар жеребеге сәйкес бастапқы тумбочкадағы орнына жайғасады. **"Стартқа"** командасы бойынша қатысушылар қозғалыссыз қалып қабылдай отырып, дереу стартқа дайындалуы тиіс. Қатысушылардың стартқа дайын екендігіне көз жеткізгеннен кейін старттер басынан жоғары көтерілген жалаушаны түсіре отырып, **«Марш»** деген пәрмен береді.

5.4. Егер бір немесе бірнеше қатысушы старт сигналына (пәрменіне) дейін қозғала бастаса немесе суға секірсе, онда старт дұрыс емес (фальстарт) болып саналады. Барлық қатысушылар оралып, старт қайталанады. Қайталанған фальстарт кезінде ережені бұзған кез келген қатысушы дисквалификацияланады.

5.5. Екінші старт кезінде жүзу қайта басталмайды. Барлық қатысушылар қашықтықты толығымен жүзіп өтеді, старттер өз шешімімен және бас төрешінің келісімімен, оның пікірінше, мерзімінен бұрын бастаған спортшыны дисквалификациялайды. 4.4. ережесін бұзған сайыскердің нәтижесі есепке алынбайды.

## **6. Қашықтықты еңсеру.**

6.1. Қатысушы су бетінде бүкіл қашықтықты жүзіп өтуі керек. Старттық секіру және бұрылыстар кезінде су астына сүнгуге рұқсат етіледі.

6.2. Бұрылыстар жасағанда және мәреде қатысушы қолымен немесе дененің кез келген басқа бөлігімен айналмалы қалқанға немесе бассейн қабырғасына тиюі керек.

6.3. Бөтен жолаққа шығып қалып, басқа қатысушыға кедергі жасаған қатысушы дисквалификацияланады. Зардап шеккен қатысушыға сол күні жаңа әрекет жасауға мүмкіндік беріледі, бұл жағдайда екі жүзудің ең жақсы уақыты есепке алынады.

6.4. Қашықтықты өту кезінде қатысушыларға тартылуға, жолдарды, баспалдақтың тұтқаларын және басқа заттарды ұстауға, сондай-ақ олардан немесе су түбінен серпілуге тыйым салынады.

6.5. Спортшының дистанциядан өтуі кезінде жетекшілік бойынша қандай да бір іс-қимылдар жасауға (нұсқаулар беруге, бассейн бортында спортшыны ертіп жүруге және т.б.) рұқсат етілмейді.

6.6. Бұрылыстар, мәре және қашықтықты өту ережелерін бұзғаны үшін қатысушылар жарыстан шығарылады.

6.7. Қашықтықты еңсергеннен кейін аға судья мәреде жүзудің әрбір қатысушысында киім-кешектің, қару-жарақтың болуын тексереді. Қару немесе киім-кешек заттары жоғалған жағдайда нәтиже қатысушыға есептелмейді.

## **7. Финиш.**

7.1. Қашықтықтың соңы қатысушының қолымен айналмалы қалқанға немесе бассейннің қабырғасына тиген сәтінде бекітіледі.

## **8. Нәтижелерді анықтау.**

8.1. Өзінің жүзуінде бірінші болып келген қатысушының уақыты үш секундомермен белгіленеді және 0,2 с дейінгі дәлдікпен анықталады.

8.2. Секундометрлердің көрсеткіштері сәйкес келмеген жағдайда бірдей уақытты тіркеген екі секундомердің деректері немесе барлық үшеуі сәйкес келмеген кезде орташа секундомердің көрсеткіштері алынады.

8.3. Қалған қатысушылардың әрқайсысының жүзу уақыты жеке секундомермен есептеледі.

8.4. Егер секундомерлердің көрсеткіштері қатысушылардың мәреге жету реті туралы жазбадан өзгеше болса, онда жеке орындар мәреге келуіне сәйкес анықталады.

8.5. Күмән тудыратын нәтижелер мәреге бірінші келген қатысушының нәтижесін анықтаған секундомерлердің көрсеткіштері бойынша белгіленеді.

8.6. Жеңімпазды және иеленген жеке орындарды анықтау көрсетілген нәтижелер бойынша жүргізіледі. Егер екі немесе бірнеше қатысушы қашықтықты бірдей уақытпен аяқтаса, оларға бірдей орын беріледі, ал одан кейінгі орындар ауыспайды. Жұлделі орындар үшін қайта жүзу тағайындалады.

## **25 бөлім. ӘСКЕРИ КӨПСАЙЫС (ВТ-3).**

### **1. Бағдарламалардың түрлері:**

1.1. Әскерге шақыруға дейінгі жастағы азаматтар үшін:

а) үлкен ұлдар (17 жас):

-ВП-2 ату (10 м-ге 20 оқ, тұрып ату);

- гранаталарды қашықтыққа лақтыру;

- 200 метрге жүгірумен бірге жалпы бақылау жаттығуларының кедергілер жолағы.

б) ұлдар (15-16 жас):

- ВП-1 ату (10 м қашықтықта 20 ату, тұрып, үстелде тіреумен);

- гранаталарды қашықтыққа лақтыру;

- 200 метрге жүгірумен бірге жалпы бақылау жаттығуларының кедергілер жолағы.

### **2. Жарыстарды өткізу шарттары.**

2.1. ВТ-3 бойынша жарыстар Қарулы Күштер түрлерінің (әскер тектерінің) Чемпионатында, әскери округте (флотта), үш күн ішінде әскерге шақыру жасына дейінгі азаматтар біріншілігінде өткізіледі:

1 – ші күн-АК-1 ату (жасөспірімдер үшін – ВП-1, ВП-2);  
 2 – ші күн-Ф-1 гранаталарын қашықтыққа лақтыру;  
 3-ші күн – 400 метрге жүгірумен біріктірілген жалпы бақылау жаттығуларының кедергілер жолын еңсеру (ұлдар үшін – 200 метрге жүгірумен бірге).

2.2. Әскери бөлімнің, құраманың, бірлестіктің, әскери-оқу орнының чемпионаты 2 күн ішінде өткізіледі:

1 – ші күн- ату және Ф-1 гранаталарын алыс қашықтыққа лақтыру;  
 400 метрге жүгірумен біріктірілген жалпы бақылау жаттығуларының кедергілер жолын еңсеру

2.3. Әскери қызметшілер мен жасөспірімдер үшін кедергілерді еңсеру және қашықтыққа граната лақтыру (ГД) шарттары мен тәртібі тиісінше осы Қағидалардың 3-бөлімінің 20-тарауында жазылған.

2.4. Жарысқа төрелік ету және АК-1 ату шарттары «стандартты немесе қызметтік қарудан ату» спортының 2 және 3 тарауларында көрсетілген.

2.5. Бағдарламаның әрбір жаттығуын орындау үшін қатысушыға осы Қағидалардың кедергілерден өту бөлімінде көрсетілген жағдайларды қоспағанда, бір мүмкіндік беріледі.

2.6. Жаттығуларды орындау кезінде қатысушы қарумен барлық әрекеттерді өз бетінше орындайды. Кешігулер мен ақауларды жою үшін ол төрешінің рұқсатымен қару шеберінің немесе басқа адамның (жаттықтырушының) көмегін пайдалана алады.

2.7. Жаттығуды орындауды бастауға кешігіп келген қатысушы атысқа жіберілмейді.

2.8. Ату кезінде барлық оқ атулар олардың атқыштың еркімен немесе кездейсоқ шығарылғанына қарамастан ескеріледі.

2.9. Атыс шебінен тыс атыс үшін қатысушы жарысқа қатысудан шеттетіледі. Артық оқ атқаны үшін қатысушыдан ең жақсы ұпайы алынады.

2.10. Осы Ережеде көзделмеген барлық қалған жағдайларда оқ ату кезінде оқ атудан жарыс Ережелерін және жарыстар туралы Басшылыққа жүтінген жөн.

### 3. Жарысқа қатысушылар.

3.1. Әскерге шақыру жасына дейінгі азаматтар жас топтарында жарысады: үлкен ұлдар (17 жас), ұлдар (15-16 жас).

### 4. Бірыңғай киім үлгісі.

4.1. Ұлдарға арналған бірыңғай киім үлгісі: бейсболка, жеңі ұзын күртеше (футболка), тобықтан спорттық шалбар (рейтуз), тікенсіз спорттық аяқ киім.

### 5. Пневматикалық винтовкадан жаттығуларды орындау тәртібі мен шарттары.

Жаттығу индексі	Қашықтық (м)	Нысана	Ату позициясы	Сынақ нысаналарының саны	Сынақ атыстарының саны	Сынақ атыстарының уақыты	Есептік атыстардың саны	Есептік атыстардың уақыты
ВП-1	10	8	Үстел үстіне сүйеніп тұрып	1	5	10 мин.	20	40 мин.
ВП-2	10	8	Тұрып	1	5	10 мин.	20	40 мин.

5.1. Пневматикалық винтовкалар үшін қорғасыннан немесе ұқсас жұмсақ қорытпадан (материалдан) жасалған кез келген үлгідегі және 4,5 мм калибрлі нысан қолданылады. Болат

немесе қабықты оқтарға тыйым салынады.

## **5.2. ВП-1 жаттығуларын орындау тәртібі.**

5.2.1. *"Ауысым атыс шебіне шақырылады"* пәрмені бойынша жарысқа қатысушылар атыс шебіне шығады және нөмірлері жеребе тастау арқылы анықталған үстелдерге қарама-қарсы өздерінің атыс позицияларының артында тоқтайды.

5.2.2. *«Дайын»* пәрмені бойынша атқыштар үстелде тіреуішпен тұрып атуға дайындала бастайды. Атыс кезінде үстелдің бетіне, сондай-ақ бөгде заттарға қарумен тигізуге болмайды. Дайындық уақыты - 5 мин.

5.2.3. Дайындық уақыты аяқталғаннан кейін атыс шебінің бас төрешісі былай деп хабарлайды: *«Назар аударыңыз, ВП-1 жаттығуы орындалуда. Сынақ сериясы, 5 атыс, уақыт – 10 минут», «Оқта»* және 3-5 секундтан кейін - *«Ат»* деген пәрмендер береді. Сынақ сериясын аяқтағаннан кейін келесі пәрмендер беріледі: *«Тоқта», «Оқты түсір», «Қаруды тексеруге дайында»*. Қарап шыққаннан кейін винтовка ашық тұйықтағышы бар үстелге қойылады, бағыттамалар сынақ нысаналарын алады.

5.2.4. Үстелге тірелген сынақ сериясы-20 атыс, нысанаға бір немесе екі оқпен орындалады. Атыс кезінде қолдың шынтағына арналған қалыңдығы 10 мм атыс төсемін пайдалануға рұқсат етіледі.

5.2.5. Атыс шебінің бас төрешісі былай деп хабарлайды: *«Назар аударыңыз, ВП-1 жаттығуы орындалуда. Есептік серия, 20 атыс, уақыты- 40 минут", "оқта"* және 3-5 с кейін – *"ат"* командаларын береді.

5.2.6. Есептік серияны орындағаннан кейін келесі пәрмендер беріледі: *«Тоқта», «Оқты түсір», «Қаруды тексеруге дайында», «Тексерілді», «Қаруды алып таста»*. Мылтықтар қаптарға немесе қораптарға жиналады, ауысым атыс шебінен әкетіледі.

## **6.3. ВП-2 жаттығуын орындау тәртібі.**

6.3.1. Жас жігіттер ВП-2 жаттығуын ВП-1 жаттығуларына ұқсас орындайды, бұған сынақ және есептік сериялары үстелге немесе қандай да бір басқа заттарға сүйенбей орындалады.

## **7. Атыс нәтижелерін анықтау.**

7.1. Жарыстағы әрбір қатысушының ату нәтижелері баллдық қатардағы нысаналарда жинаған ұпай санымен немесе баллдық нысаналардағы тесіктер санымен анықталады.

7.2. Габариттік шеңберлері бар нысанадағы тесік ол орналасқан габаритті бұзған болып есептеледі және егер габариттік сызықтың сыртқы жағына тиген болса, ұпай үлкендік жағына есептеледі.

7.3. Даулы саңылауды бағалау оған шеңберлер салынған мөлдір материалдан жасалған шаблон көмегімен жүргізіледі. Сыртқы шеңбер қарудың калибріне тең, ішкі - бақылау (ортаға келтіру үшін).

Қару калибріне тең шаблонның өлшемі 4,5 мм болуы керек.

7.4. Егер өлшеу аспаптары болмаса, габариттің контурлық сызығының бұзылуын оның тесілген жері немесе габарит сызығының сыртқы жағында пулькадан анық көрінетін іздің болуы деп есептеген жөн.

7.5. Саңылаудан бөлінетін радиалды сәулелермен габарит сызығының үзілуі назарға алынбайды.

7.6. Біріктірілген саңылауды (оқтың оққа тиюінен туындаған) нысананы қалқаннан алып тастамай тұрып, кемінде екі төреші анықтайды және куәландырады.

7.7. Нысаналардағы саңылауларының болуы мен құндылығын кемінде екі төреші анықтайды. Егер олардың бірауыздан пікірі болмаса, қорытынды шешімді нәтижелерді анықтау жөніндегі комиссияның аға судьясы қабылдайды.

7.8. Қазылар алқасының саңылаулардың құндылығын бағалаудағы шешімі түпкілікті болып табылады және шағымдануға жатпайды.

7.9. Габариттік шеңберлері бар нысана бойынша орындалатын жаттығулардағы жеңімпаз жинаған ұпайлардың ең көп сомасы бойынша, ал олар тең болған жағдайда – "10" ұпайының саны бойынша, содан кейін "9", "8" және т. б. анықталады.

## **8. Жарыс нәтижелерін анықтау.**

8.1. Жеңімпаз әр көпсайыс жаттығуларында көрсетілген нәтижелер үшін қатысушы алған ұпайлардың ең көп қосындысымен анықталады.

8.2. Қатысушыларға «әскери қолданбалы спорт» спорт түрі бойынша нормаларды, талаптарды және оларды жүзеге асыру шарттарын орындау нәтижелерін бағалау үшін кестелер бойынша ұпайлар беріледі.

8.3. Егер көрсетілген нәтиже кестеде көрсетілген екі нәтиженің арасында болса, онда ұпайлар санын анықтау кезінде 0,5 ұпайға дейінгі дәлдікпен интерполяция әдісі қолданылады. Барлық басқа жағдайларда кесте бойынша ең нашар нәтижеге теңестіру жүзеге асырылады.

8.4. Командалық сынақты анықтау тәртібі жарыстар туралы Ережемен белгіленеді.

## **26 бөлім. ӘСКЕРИ КӨПСАЙЫС (ВТ-4).**

### **1. Бағдарламалардың түрлері:**

1.1. Әскерге шақыруға дейінгі жастағы азаматтар үшін:

1.2.1. Үлкен ұлдар (17 жас):

- тартылу;
- жүгіру 3 км;
- 100 м жүгіру;

200 метрге жүгірумен біріктірілген жалпы бақылау жаттығуларының кедергілер жолын еңсеру немесе 100 м жүзу.

1.2.2. Ұлдар (15-16 жас):

- тартылу;
- жүгіру 1 км;
- 60 м жүгіру;

200 метрге жүгірумен біріктірілген жалпы бақылау жаттығуларының кедергілер жолын еңсеру немесе 50 м жүзу.

### **2. Жарыстарды өткізу шарттары.**

2.1. Әскери көпсайыс жарысы (ВТ-4) 2-3 күн бойы өткізіледі.

2.2. 1 км және 3 км жүгіру шарттары мен тәртібі осы Ереженің 4-бөлімінің § 2-тармағында көрсетілген.

2.2.1. 60 м және 100 м жүгіру шарттары мен тәртібі осы Қағидалардың 4-бөлімінің § 1-тармағында көрсетілген.

2.2.2. Кедергілерді еңсеру шарттары мен тәртібі

Осы Қағидалардың 3-бөлімінің 18-тарауында (GCC кедергі курстары) және Ресей Федерациясының Қарулы Күштерінің дене шынықтыру даярлығы бойынша нұсқаулықта (бұдан әрі – НФП) көрсетілген.

2.2.3. 50 м және 100 м жүзу «жүзу» спортының Жарыс ережесіне сәйкес өткізіледі.

2.3. Бағдарламаның әрбір жаттығуын орындау үшін қатысушыға осы Қағидалардың кедергілерден өту бөлімінде көрсетілген жағдайларды қоспағанда, бір мүмкіндік беріледі.

### **3. Жарысқа қатысушылар.**

3.1. Әскерге шақыру жасына дейінгі азаматтар жас топтарында жарысады: үлкен ұлдар (17 жас), ұлдар (15-16 жас).

### **4. Бірыңғай киім үлгісі.**

4.1. 60 м, 100 м жүгірудегі және кедергілерден өтудегі жасөспірімдерге: бейсболка, ұзын жеңді күртеше (футболка), тобыққа жететін спорттық шалбар (рейтуздар), асты тегіс спорттық аяқ киім. 1 км, 3 км жүгіру және жүзу – спорттық.



## **5. Спорттық жаттығуларды орындау тәртібі.**

### **5.1. Белтемірге тартылу.**

5.1.1. Жоғарыдан ұстап ілініп тұру, қолдарын бүгу, тартылу (иекті арқанның өзегінен жоғары), қолын бүгіп, төменге қарай асылып тұру. Сол қалыпта қалу

5.1.2. Аяқтардың аздап бүгілуі және таралуы, дененің бекітілген позициядан сәл ауытқуы рұқсат етіледі.

5.1.3. Қозғалыстарды жұлқып және сермеп орындауға тыйым салынады.

### **5.2. Белтемірдегі төңкеріспен көтерілу.**

5.2.1. Жоғарыдан ұстап төменге қарай асылып тұру, қолды бүгіп, аяқты кермеге көтеріп, снарядтың осін айналдыра отырып, қолдарды тура ұстаған күйде жаттығудан шығу. Аспаның және тоқтаудың позициялары бекітілген, Жоғарыдан ұстап төменге қарай асылып тұру ерікті түрде орындалады.

5.2.2. Аяқтардың аздап бүгілуі және таралуы, дененің бекітілген позициядан сәл ауытқуы рұқсат етіледі.

5.2.3. Қозғалыстарды сермеп орындауға тыйым салынады.

### **5.3. Лопинг жаттығуы (алға, артқа бұрылыстармен).**

5.3.1. Әрбір сериядан кейін айналу бағытын өзгерте отырып, 5 айналымнан 4 серия орындалады.

5.3.2. Жаттығу жоғарғы тік позицияда жақтауды өту кезінде басталады және аяқталады. Жаттығу кезінде және сериялар арасындағы тербелістердің саны шектелмейді.

5.3.3. Жаттығу 4 серияны орындауға жұмсалған уақыт сомасы бойынша бағаланады.

## **6. Определений результатов соревнований.**

6.1. Жеңімпаз әр көпсайыс жаттығуларында көрсетілген нәтижелер үшін қатысушы алған ұпайлардың ең көп қосындысымен анықталады.

6.2. Қатысушыларға «әскери қолданбалы спорт» спорт түрі бойынша нормаларды, талаптарды және оларды жүзеге асыру шарттарын орындау нәтижелерін бағалау үшін кестелер бойынша ұпайлар беріледі.

6.3. Егер көрсетілген нәтиже кестеде көрсетілген екі нәтиженің арасында болса, онда ұпайлар санын анықтау кезінде 0,5 ұпайға дейінгі дәлдікпен интерполяция әдісі қолданылады. Барлық басқа жағдайларда кесте бойынша ең нашар нәтижеге теңестіру жүзеге асырылады.

6.4. Командалық сынақты анықтау тәртібі жарыстар туралы Ережемен белгіленеді.

## **27 бөлім. ОФИЦЕРЛІК ҚЫСҚЫ ТӨРТСАЙЫС, ОФИЦЕРЛІК ЖАЗҒЫ ТӨРТСАЙЫС.**

### **1. Офицерлік қысқы төртсайыс.**

1.1. Бағдарламалардың түрлері:

1.1.1. Әскерге шақыруға дейінгі жастағы азаматтар үшін:

а) үлкен ұлдар (17 жас):

- 2 жаттығу – ПП-1 10 метрге ату (3+10); тартылу;

жүзу 100 м; шаңғы жарысы 10 км.

б) ұлдар (15-16 жас):

- 3 жаттығу – ПП-1 10 метрге ату (3+10); тартылу;

жүзу 50 м; шаңғы жарысы 5 км.

### **2. Офицерлік жазғы төртсайыс.**

2.1. Бағдарламалардың түрлері:

2.1.1. Әскерге шақыруға дейінгі жастағы азаматтар үшін:

а) үлкен ұлдар (17 жас):

- 2 жаттығу – ПП-1 10 метрге ату (3+10); тартылу;  
жүзу 100 м; жүгіру 3 км.

б) ұлдар (15-16 жас):

- 3 жаттығу – ПП-1 10 метрге ату (3+10); тартылу;  
жүзу 50 м; жүгіру 1 км.

### 3. Жарыстарды өткізу шарттары.

3.1. ПМ-1 ату жаттығуы қара шеңбермен № 4 нысанаға орындалады. Жарыстарға төрелік ету және ПМ-1 атуды өткізу шарттары «Стандартты немесе қызметтік қарудан ату» спорты бойынша Қағидалардың 2 және 3 тарауларында белгіленген.

3.2. 1 км және 3 км жүгіру шарттары мен тәртібі осы Ереженің 4-бөлімінің § 2-тармағында көрсетілген.

3.3. Тартып көтеру бойынша жас жігіттер үшін жарыстарды өткізудің шарттары мен тәртібі осы Ережелердің «Әскери көпсайыс (БТ-4)» спорттық пәнінің 3-бөлімінің 26-тарауының 5.1-тармағында белгіленген.

3.4. 50 м және 100 м жүзу «жүзу» спортының Ережесіне сәйкес өткізіледі.

3.5. Әскери округ біріншілігі алдындағы жарыстар екі күнде өтеді:

1-ші күн – гимнастика, жүзу;

2-ші күн – ату, жүгіру немесе шаңғы жарысы (қыста).

3.6. Әскери округ чемпионаты және одан жоғары, шақыру жасына дейінгі азаматтардың біріншілігі үш күнде өткізіледі:

1-ші күн – гимнастика;

2-ші күн – ату, жүзу;

3-ші күн - жүгіру немесе шаңғы жарысы (қыста).

3.7. Әр жаттығуды орындау үшін қатысушыға бір мүмкіндік беріледі.

### 4. Бірыңғай киім үлгісі.

4.1. Әскери қызметшілер үшін мынадай киім нысаны белгіленеді: ату үшін – № 26 қосымшаға сәйкес № 4в әскери киім нысаны, гимнастика, жүгіру, шаңғы жарысы және жүзу үшін – спорттық киім үлгісі.

4.2. Ұлдардың киім үлгісі:

- атуда-бейсболка, жеңі ұзын футболка( күртеше), циколк бойынша спорттық шалбар (рейтуздар), асты тегіс спорттық аяқ киім;

- гимнастика, жүгіру, шаңғы жарысы және жүзуде – спорттық киім.

### 5. Жарысқа қатысушылар.

5.1. Әскерге шақыру жасына дейінгі азаматтар жас топтарында жарысады: үлкен ұлдар (17 жас), ұлдар (15-16 жас).

### 6. Пневматикалық тапаншадан жаттығуды орындау тәртібі мен шарттары (ПП-1).

Жаттығу индексі	Қашықтық (м)	нысана №	Сынақ нысаналарының саны	Атыстар саны		Уақыт (мин)	
				Сынақ	Есептік	Сынақтыққа	Есептікке
Пневматикалық тапаншадан ату							
ПП-1	10	9	1	3	10	3	12

6.1. Атыс Ижевск механикалық зауыты шығарған Макаров пневматикалық тапаншасынан жүргізіледі.

6.2. Ату үшін 4,5 мм калибрлі кез келген түрдегі және пішіндегі оқтар қолданылады.

6.3. Пневматикалық тапанша үшін шүріппені түсіру кернеуі 0,5 кг кем болмауы тиіс.

6.4. Жаттығуды орындау кезінде атқыштар бөтен заттарға сүйенбей өздеріне белгіленген жерлерде (ату орындарында) тұруы керек. Бұл ретте тапанша ұсталады және одан оқ ату бір қолмен жүргізіледі.

6.5. Атыс позицияларына жайғасқаннан кейін жаттығуды орындауға, ауысымды дайындауға 3 минут бөлінеді.

6.6. Пневматикалық тапаншамен жұмыс істегенде және ату кезінде мыналарға қатаң тыйым салынады:

а) қаруды тасымалдау кезінде оны ашық ұстау (қорапсыз);

б) атыс алаңында, сызықшада (атыс шебінен тыс) атысқа дайындалу және бір жерді нысанаға алу;

в) қаруды оқтаулы, тапаншаның тұйықтағышын жабық күйде ұстау;

г) қаруды қараусыз қалдыруға және бөтеннің рұқсатынсыз алуға;

д) атыс шебінде пәрменсіз оқтауға және атуға, жарамсыз қарудан атуға;

е) қарудың оқпанын атыс бағытына қарай бұру (жоғары-төмен – 45° дейін рұқсат етіледі);

ж) қатарлар арасындағы үзілістер кезінде, нысана сызығында немесе атыс аймағында адамдар болған кезде қаруды ұстауға;

з) **«Оқты түсір»** командасынан кейін қаруды, сөндіргіші бар тапаншаны оқтаулы ұстауға;

6.7. Бір атыс алаңында сынақ және оқу-жаттығу атуларын, сондай-ақ әртүрлі жаттығулар бойынша жарыстарды бір мезгілде өткізуге жол берілмейді.

6.8. Жарысқа қатысушылар тексеру үшін қаруды атыс болған күні қару бойынша төрешіге ұсынады.

6.9. Қарудың конструкциясына қандай да бір өзгерістер енгізуге тыйым салынады, оның ішінде: көздеуіш айлабұйымдардың, түсіру ілмегінің, соққы-түсіру тетігінің бөлшектерінің, тұтқаның және т. б. нысаны мен мөлшерін өзгертуге.

## **7. Пневматикалық тапаншадан жаттығуды орындау тәртібі.**

7.1. Келесі ауысым атыс шебінің аға төрешісінің пәрменімен ауысым тізімі бойынша бастапқы орынға сапқа тұрады.

7.2. **«Ауыстыру сапына шақырылды»**, **«Дайын»** пәрмендері бойынша атқыштар атыс орындарын алады, атыс орындарын дайындайды, атуға дайындалады және патронсыз атуды орындайды. Дайындық уақыты өткеннен кейін атыс шебінің бас төрешісі қандай жаттығу орындалып жатқанын хабарлайды және атыс жүргізуге кіріседі.

7.3. Сынақ оқтары алдында атыс сапының бас төрешісі пәрмендер береді: **«Үш сынақ ату. Оқта»** және 2-3 с кейін – **«ат»**. Атыс аяқталғаннан кейін немесе 3 минут өткен соң **"оқты түсір"** пәрмені беріледі. **«Қаруды тексеруге дайында»**. Тапаншалар тексеріледі, ашық тұйықтағышы бар үстелге (тумбочкаға) қойылады. Есептік серия - 10 Оқ нысанаға бір немесе екі оқтан атылады.

7.4. Есептік атыстарды орындау үшін **"Есептік серия."** пәрмені беріледі **"Оқта" және 2-3 с кейін – "ат"**, ал атысты орындағаннан кейін немесе 12 минут өткен соң – **"Тоқта"**, **"оқты түсір"**, **"қаруды алып таста"** пәрмендері беріледі. Тапаншалар қаптарға немесе қораптарға жиналады, ауысым атыс шебінен алынады.

## **8. Гимнастика.**

8.1. Гимнастика бойынша жарыстарда қатысушылар команда ретінде өнер көрсетеді. Команданы капитан басқарады. Ол команданың оң қапталынан орын алады.

8.2. Жарыстарда жаттығулар гимнастикалық шалбарда (іш киімде), футболкаларда және аяқ киімде (немесе аяқ киімсіз) орындалады.

8.3. Қатысушылар костюмінде спорт ұйымының эмблемасы болуы керек. Команда мүшелері бірдей киім киюі керек.

8.4. Гимнастикалық снарядтар мен жабдықтар белгілі бір талаптарға сай болуы керек.

*Керме.* Грифтың ұзындығы-2400 мм ±2 мм, диаметрі-28 мм±1 мм, еденнен биіктігі-2550 мм. Ені 2 м төсеніштерді әр бағытта 4,5 м қашықтықта көлденең жолақ астына қою керек. 220 кг массасы бар ортада жүктелген гриф 100 мм ± 10 мм бүгілуі керек.

*Қоссырық.* Жолақтардың үстіңгі бетінің биіктігі еденнен 1750 мм ± 5 мм. Сырықтардың ішкі беттері арасындағы қашықтық 480-520 мм. Сопақ тіректердің профилі - 41-51 мм. Ортасына жүктелген массасы 135 кг тірек 60 мм ± 6 мм иілуі керек.

*Гимнастикалық көпір.* Иілу орнындағы көпірдің ең үлкен биіктігі-140 мм±10 мм. 600 кг массасы бар биік жиектен 300 мм қашықтықта жүктелген көпір 85 мм ± 10 мм ауытқуы керек.

*Төсеніштер.* Бүкіл бетіндегі қалыңдығы 60-65 мм. Жолақтардың жанында төсеніштер бір қабатқа, тіректің жанында және тіректермен секіргенде төсеніштерді екі және үш қабатқа салуға болады. Поролон төсеніштерін пайдалануға рұқсат етілмейді.

*Секіруге арналған ат пішініндегі жаттықтырғыш.* Ұзындығы – 1600-1630 мм, ені – 350 мм, биіктігі – 1300 мм. Ат пішініндегі жаттықтырғыш еденге бекітілуі керек. Снарядтан жерге қону жағынан ең жақын кедергіге дейін кемінде 5 м болуы тиіс, ат пішініндегі жаттықтырғыш мінгенге дейінгі қашықтық — 20 м.

## 8.5. Гимнастикалық жаттығулардың мазмұны мен бағасы:

### *Керме*

<i>№1 жаттығу</i>		<i>ұпайлар</i>
1	Асылып тұру, бұлғау, бүгіліп көтерілу	<b>1,5</b>
2	Ілгері қарай айналу	<b>1,0</b>
3	Асылып тұрып, ілгері қарай серпіліп, тіке аударылып түсу	<b>2,5</b>
4	Иінмен айналып қол бұлғау	<b>1,5</b>
5	Екі қолмен көтерілу, төменнен оң (сол) ұстаумен ұстап алу	<b>1,5</b>
6	Алға қарай секіріп, серпілу	<b>2,0</b>
<i>Барлығы</i>		<b>10,0</b>
<i>№2 жаттығу</i>		
1	Асылып тұру, айналып аударылу	<b>1,0</b>
2	Иінмен айналу	<b>1,5</b>
3	Бүгіліп көтерілу, артқа қол сермеу	<b>2,5</b>
4	Екпінді түрде артқа бұрылу	<b>2,0</b>
5	Иінмен айналу	<b>1,5</b>
6	Артқа қол сермеп, секіріп түсу	<b>1,5</b>
<i>Барлығы</i>		<b>10,0</b>

### *Қоссырық*

<i>№1 жаттығу</i>		
1	№1 жаттығу	<b>2,0</b>
2	Артқа қол сермеп, ілгері қарай аударылу	<b>1,0</b>
3	Артқа қол сермеп көтерілу	<b>1,5</b>

4	Алға қол сермеу, бұрышты ұстап тұру	<b>0,5</b>
5	Күш салып, бүктеліп, иыққа тіреліп тұру	<b>1,0</b>
6	Алға қол сермеп, қолға сүйеніп, ілгері қалай көтерілу	<b>2,0</b>
7	Артқа қарай иықпен сермеп, алға қарай бұрыла отырып, солға (оңға) секіру ("аяқ")	<b>2,0</b>
<i>Барлығы</i>		<b>10,0</b>
<i>№2 жаттығу</i>		
1	Қолды екпінмен сермеу, алға серпіліп көтерілу	<b>2,5</b>
2	Артқа қол сермеп, иықпен сүйеніп тұру	<b>2,0</b>
3	Алға қарай сермеп, бүгілген қолдармен нүктелік қашықтықта қолды ұстап тұрып айналдыру	<b>1,0</b>
4	Бүгіліп көтерілу, артқа қол сермеу	<b>2,5</b>
5	Шеңберде солға (оңға) бұрылу арқылы оңға (солға) бұрышпен алға қарай бұрылу	<b>2,0</b>
<i>Барлығы</i>		<b>10,0</b>
<i>Секіру</i>		
№1 жаттығу	Ат пішініндегі жаттықтырғыш арқылы ұзындыққа секіру	<b>10,0</b>
№2 жаттығу	Ат пішініндегі жаттықтырғыш үстінен ұзындыққа аяқты бүгіп секіру	<b>10,0</b>
№3 жаттығу	Ат пішініндегі жаттықтырғыш үстінен ұзындыққа аяқтың арасын ашып секіру	<b>10,0</b>

Ат пішініндегі жаттықтырғыш биіктігі - 1300 мм.

8.6. Гимнастикалық снарядтарды сынау үшін барлық қатысушылар үшін бір қатысушыға 30-40 с есебімен тең уақыт бөлінеді.

8.7. Қатысушының шығу сигналы оны аға төрешінің шақыруы болып табылады.

8.8. Қатысушы бастапқы позицияда бола отырып, бас төрешіге бұрылып, дайындық белгісі ретінде оң қолын жоғары көтеріп, жаттығуды бастауы керек. Қоңыраудан кейін 35 секунд өткенде қатысушы жаттығуды бастамаса, 0,3 ұпай шегеріледі. Қатысушы бас төреші шақырғаннан кейін 1 мин 5 секундтан кейін жаттығуды бастамаса, нөлдік ұпай алуы мүмкін.

8.9. Жаттығуды шақырусыз орындау бағаланбайды. Бұл жағдайда қатысушыға бас төрешінің рұқсатымен 0,3 ұпай шегеруімен екінші рет талпыныс берілуі мүмкін.

8.10. Қатысушыны бас төреші тәртіпсіздігі үшін және жарысқа анық дайын болмаған жағдайда жарыстан шеттете алады.

8.11. Төрешілік ашық түрде жүргізіледі. Жаттығуды бағалау орындалу сапасына байланысты анықталады. Жаттығу сипаттамаға сәйкес, қатесіз, жақсы қалыпта, үлкен қозғалыс ауқымымен, анық, оңай, сенімді, әдемі және мәнерлі түрде орындалуы керек.

8.12. Жаттығудың басталуы - қатысушының снарядтың алдында алған жауынгерлік позициясы (көпірде - көпір жанасу сәті).

8.13. Жаттығудың соңы – қатысушының жерге қонғаннан кейін жауынгерлік позицияны алған сәті.

8.14. Элементтердің, қосылыстар мен жаттығулардың мінсіз орындалуынан барлық ауытқулар жалпы алғанда тиісті ұпай шегерімдеріне әкеледі. Жаттығу 0,1 баллға дейінгі дәлдікпен бағаланады.

8.15. Жаттығуларды орындаудағы қателер үшін айыппұлдар:

8.15.1. Жаттығуларды орындау кезінде шағын (0,1 баллдық шегерім), орташа (0,3 баллдық шегерім) және өрескел (0,5 баллдық шегерім) қателіктер жіберілуі мүмкін.

8.15.2. Қолды, аяқты және денені бүгудегі кішігірім қателер қажетті позициядан 30 ° дейін ауытқу деп саналады; қону кезінде - нүктеден алыстамай, бір қадаммен нүктеден алыстау немесе секірусіз айтарлықтай тербелмелі қозғалыстар ауытқу деп саналады.

8.15.3. Орташа қателер-бұл қажетті позициядан 45° дейін ауытқу, қону кезінде екі немесе одан да көп қадамдармен (секірулермен) бір жерге түсу.

8.15.4. Өрескел қателер - 60 ° дейін ауытқу, қону кезінде жүгіру немесе еденге колмен тию.

8.16. Қатысушы элементті орындамауы мүмкін. Бұл жағдайда элементтің тиісті құны жалпы бағалаудан алынады.

8.17. Элементтің орындалмауы ретінде мыналар салынады:

а) қолды, аяқты немесе денені қатты бүгу (60°-тан артық);

б) табаннан басқа дененің кез келген бөлігіне қону;

в) секірулерде снарядқа қосымша тірек;

г) үлкен немесе кіші айналымға байланысты анық басқа элементтің орындалуы;

д) сермеу элементін күшпен орындау;

е) статикалық жағдайдың 1 с. артық болмауы.

8.18. Сәтсіз деп есептелетін элементтерде орындаудағы қателер үшін, оның ішінде қону кезіндегі қателер үшін ұпай шегерімі жоқ.

8.19. Қатысушы бір элементті (немесе жаттығудың бір орнында қатарынан бірнеше элементті) қосқан сайын 0,5 ұпай шегеріледі. Аяқталған элементтің немесе комбинация бөлігінің қайталануы элементті қосу ретінде қарастырылады.

8.20. Жаттығуды орындау кезінде көмек көрсеткені үшін 0,5 балл төмендетіледі, ал көмек көрсетіліп жасалған элемент орындалмаған болып саналады.

8.21. Егер гимнаст құлап қалса немесе снарядтан шығып кетсе, онда 0,5 ұпай шегеріледі. Он может продолжить упражнение (кроме прыжков) до того, как старший судья произнесет: «Тридцать секунд».

8.22. Құлағаннан кейін элементті қосуға немесе көмек көрсетуге рұқсат етіледі.

8.23. Жаттығу кезінде гимнастпен сөйлесуге және оған ешқандай сигнал беруге болмайды. Осындай бұзушылықтар үшін баға 0,3 балға төмендейді.

8.24. Қорытынды ұпайды шығару.

8.24.1. Бағалар аға төрешінің белгісі бойынша көрсетіледі.

8.24.2. Окончательная оценка определяется:

үш төрешімен – орташа баға,

екі төрешімен - екі бағаның орташа арифметикалық мәні.

8.24.3. №1 жаттығуды орындағаны үшін соңғы баға орташа бағаны 1,1 коэффициентіне көбейту арқылы анықталады (№2 жаттығуды орындағаны үшін секіруде — 1,05). Қорытынды ұпай бірден қатысушыға хабарланады.

8.24.4. Бағалар арасындағы алшақтық (үш судьяның жақын болған екі бағасы арасындағы) мыналардан аспауы тиіс:

0,1 балл – қорытынды балл 9,55 және одан жоғары;

0,2 балл – қорытынды балл 9,0-ден 9,5 баллға дейін;

0,3 балл – қорытынды балл 8,0-ден 8,95 баллға дейін;

0,5 балл – қорытынды балл 7,0-ден 7,95 баллға дейін;

1,0 балл – қорытынды балл 6,95 баллдан төмен.

## **9. Нәтижелерді анықтау.**

9.1. Офицерлік жазғы (қысқы) төртсайыстың жеңімпазы әр жаттығуда көрсеткен нәтижелері үшін қатысушының алған ұпайларының ең көп сомасы бойынша анықталады.

9.2. Ұпайлар тең болған жағдайда басымдық атудан, одан кейін жүгіруден (шаңғымен жүгіру), жүзуден, гимнастикадан үздік нәтиже көрсеткен қатысушыға беріледі.

9.3. Қатысушыларға «әскери қолданбалы спорт» спорт түрі бойынша нормаларды, талаптарды және оларды жүзеге асыру шарттарын орындау нәтижелерін бағалау үшін кестелер бойынша ұпайлар беріледі.

9.4. Егер көрсетілген нәтиже кестеде көрсетілген екі нәтиженің арасында болса, онда ұпайлар санын анықтау кезінде 0,5 ұпайға дейінгі дәлдікпен интерполяция әдісі қолданылады. Барлық басқа жағдайларда кесте бойынша ең нашар нәтижеге теңестіру жүзеге асырылады.

9.5. Чемпионаттарда командалық сынақты өткізу тәртібі жарыстар туралы Ережемен белгіленеді.

## 4 бөлім. ӘСКЕРИ-ҚОЛДАНБАЛЫ СПОРТТЫҢ СПОРТТЫҚ ПӘНДЕРІ БОЙЫНША ЖАРЫСТАР ӨТКІЗУДІҢ БАҒДАРЛАМАСЫ МЕН ШАРТТАРЫ.

### § 1. ФОРМАДА 100 м Жүгіру, ФОРМАДА 400 м ЖҮГІРУ.

#### 1. Жарыстарды өткізу шарттары.

1.1. 100 метрге және 400 метрге жүгіруден жарыстар стадионның жүгіру жолағында немесе кез келген беті бар тегіс жерде өткізіледі.

1.2. Старт пен мәре арасындағы сызықтар әр қатысушының жүгіруі үшін белгіленген. Жолдардың ені сызықтардың енін қосқанда 1,25 м. Қашықтықтың соңғы 5 метрі (мәре сызығына дейін) бүкіл жол бойымен әр метр сайын сызықтармен белгіленеді. Барлық таңбалар ені 5 см ақ сызықтармен жасалады. Жолдардың ені қашықтықтың жалпы ұзындығына қосылады.

1.3. Жүгіру қашықтығы металл өлшеуіш таспамен (рулетка) немесе ұзындығы 50 м металл арқанмен (кабельмен) өлшенеді.

1.4. Жарыстарға арналған нысанды киім: әскери – № 2В немесе № 3В, № 26 Қосымшаға сәйкес.

1.5. Қатысушылар жүгіруі тиіс жолдар жарыс күні қарсаңында немесе тікелей жарыс алдында өткізілетін жеребе тастау арқылы анықталады.

#### 2. Старт.

2.1. Әрбір жарыс басталар алдында оның қатысушылары таныстырылады. Қатысушыны таныстырған кезде спортшы алға қадам жасауы керек.

2.2. Старт орнынан тұрып қабылданады. Стартердің «*Стартқа*» пәрмені бойынша бастапқы сызыққа өтіп, бір аяқпен сызықты баспай алға қойып, екінші аяқты жарты қадамға артқа қою керек. «*Назар аудар*» пәрмені бойынша дене салмағын алдыңғы аяққа ауыстырып, денені алға жылжытып, қозғалмайтын қалыпқа көшу. "*Марш*" командасы бойынша жүгіруді бастау.

2.3. Жүгіруді бастау туралы белгі старттық тапаншадан ату немесе «*Марш*» пәрменінің старттық жалауын бірден түсірумен бірге беріледі.

2.4. "*Назар аудар*" пәрменінен кейін және "*Марш*" пәрменіне дейін қатысушылар кез-келген қозғалысты тоқтатуы керек. Бұл командалар арасындағы интервал әртүрлі болуы мүмкін.

2.5. Стартердің белгісіне дейін жүгіруді бірінші болып старт алған қатысушы (қатысушылар тобы) дұрыс емес старт (фальстарт) алды деп есептеледі. Бұл жағдайда жарысқа қатысушылар «*Тоқта*», «*Артқа*» пәрмендері бойынша немесе старттық тапаншадан екінші рет ату арқылы стартқа қайтарылады.

2.6. Старт ережесін бұзған қатысушыға ескерту беріледі. Ескертуді алған адам өзіне жасалған ескертуді естігенін растау үшін қолын көтеруі керек. Старт ережесін екінші рет бұзған қатысушы жарыстан шығарылады.

#### 3. Қашықтықтан өту.

3.1. Әр қатысушы өз жолағымен жүгіруі керек.

3.2. Егер қатысушы жүгіру кезінде басқа жолаққа өтіп, басқа қатысушыға кедергі келтірсе, онда ол жарыстан шығарылады.

3.3. Жетекшілікке (жүгіру кезінде сүйемелдеу) рұқсат етілмейді. Егер бұл ереже бұзылса, жетекшісі бар қатысушы жарыстан шығарылады. Қашықтықтағы төреші жетекшілікті анықтайды.

3.4. 400 метрге жүгіруде топтық старт рұқсат етіледі, бірақ алты адамнан артық емес.

#### 4. Мәре.

4.1. Қашықтықтың соңы қатысушы денесінің кез-келген бөлігімен мәре сызығына жеткен кезде белгіленеді.

4.2. Егер қатысушы мәре сызығына денесімен жетіп, кейін сол сызыққа құлап түссе, онда ол мәре сызығын өз бетінше кесіп өткен жағдайда келу уақыты мен тәртібі сақталады.

## 5. Нәтижелерді анықтау.

5.1. Қашықтықты аяқтаған әрбір қатысушының нәтижесі жеке секундомермен анықталады.

5.2. Жарыстың жеңімпазын және алған жеке орындарды анықтау көрсетілген нәтижелер бойынша жүргізіледі.

5.3. Егер екі немесе бірнеше қатысушы қашықтықты әртүрлі жүгіру жарыстарында бірдей нәтижемен аяқтаса, онда бұрын бастаған қатысушы басымдыққа ие болады, ал егер қатысушылар бір жүгірісте бастаған болса, онда орындар қатысушылардың мәре сызығына жанасу ретімен анықталады.

## § 2. 1000 м ФОРМАМЕН ЖҮГІРУ, 3000 м ФОРМАМЕН ЖҮГІРУ.

### 1. Жарыстарды өткізу шарттары.

1.1. Әскери округ және одан жоғары біріншіліктерде жүгіру стадионның соқпақтары бойымен жүргізіледі, әртүрлі мәртебедегі спорттық жарыстарда жүгіруді тегіс жерде, жарты қашықтықта бұрылыспен өткізуге болады. Старт пен мәре бір жерде жабдықталады.

1.2. Жүгіру қашықтығын металл өлшеуіш таспамен (рулетка өлшеуішімен) немесе ұзындығы 50 м металл арқанмен (троспен) немесе метражды есептегіші бар арнайы велосипед дөңгелегімен өлшеуге болады.

1.3. Жүгіру қашықтығы түрлі-түсті жалаушалармен немесе басқа бояу құралдарымен белгіленеді. Бұрылыстар жалаушалардың гирляндларымен, бағыт және жүгіріс көрсеткіштерімен көрсетіледі. 3 км жүгіруде мәреге 500 м қалғанда *«Мәре сызығына дейін 500 м»* белгісі қойылады. Бастау және аяқтау дәліздері старт пен мәреде жабдықталған.

1.4. Қатысушылардың қашықтықты өтуінің дұрыстығын бақылау үшін жүгіру қашықтығына контроллерлер қойылады. Төрешілер саны жарысқа қатысушылардың қашықтықты дұрыс өтуіне сенімді бақылауды қамтамасыз етуі тиіс.

1.5. Жарыстарға арналған бірыңғай киім үлгісі: № 26 Қосымшаға сәйкес әскери – № 3В немесе № 4В. № 4В киім үлгісімен жаттығуды орындау кезінде қатысушыларға бас киімдерін шешуге және оны жүгіру кезінде және мәре сызығында ғана қолында ұстауға рұқсат етіледі.

### 2. Старт.

2.1. Старт орнынан тұрып қабылданады. 1 км – ге жүгіруге қатысушылар саны 10 адамнан, ал 3 км – ге-30 адамнан аспауы тиіс (стадионмен жүгіру кезінде-20 адам).

2.2. Қашықтықтың ортасында бұрылыспен жүгіру кезінде топтық старттар арасындағы аралық 1 км-ге кемінде 3-4 минут және 3 км-ге 5-6 минут болуы керек.

2.3. Қатысушыларды стартқа орналастыру жеребе тастауға сәйкес бір немесе бірнеше қатарда жүргізіледі. Саптардағы қатысушылардың санын қазылар алқасы анықтайды.

2.4. Жүгіруді бастамас бұрын *«Стартқа»* пәрмендері беріледі. Жүгіруді бастау сигналы старттық тапаншадан ату немесе жалауды бірден түсірумен бірге *«Марш»* пәрмені арқылы беріледі.

2.5. *«Стартқа»* пәрменінен кейін және *«Марш»* пәрменінің алдында қатысушылар барлық қозғалысты тоқтатуы керек. Бұл командалар арасындағы интервал әртүрлі болуы мүмкін.

2.6. Стартердің белгісіне дейін жүгіруді бірінші болып старт алған қатысушы (қатысушылар тобы) дұрыс емес старт (фальстарт) алды деп есептеледі. Бұл жағдайда жарысқа қатысушыларды *«Тоқта»*, *«Артқа»* пәрмендерімен немесе старттық тапаншаны қайта атумен стартқа қайтарады.

2.7. Старт ережесін бұзған қатысушыға ескерту беріледі. Ескертуді алған адам өзіне жасалған ескертуді естігенін растау үшін қолын көтеруі керек. Старт ережесін екінші рет бұзған қатысушы жарыстан шығарылады.



### 3. Қашықтықтан өту.

3.1. Жүгіру кезінде қатысушылар бір-біріне кедергі жасамауы керек. Қатысушы басып озуды итермеуі немесе оны қолымен ұстамауы тиіс, оны бұзғаны үшін ол жарыстан шығарылады.

3.2. Қашықтықтан шыққан жүгіруге қатысушы өзінің төс нөмірін алуға және бұл туралы жақын маңдағы бақылаушы судьяға, ал мәреге жеткенде-мәредегі судьяға хабарлауға міндетті.

3.3. Жетекшілікке (жүгіру кезінде сүйемелдеу) рұқсат етілмейді. Егер бұл ереже бұзылса, жетекшісі бар қатысушы жарыстан шығарылады. Қашықтықтағы төреші жетекшілікті анықтайды.

### 4. Мәре.

4.1. Қашықтықтың соңы қатысушы денесінің кез-келген бөлігімен мәре сызығына жеткен кезде белгіленеді.

4.2. Егер қатысушы мәре сызығына денесімен жетіп, кейін сол сызыққа құлап түссе, онда ол мәре сызығын өз бетінше кесіп өткен жағдайда келу уақыты мен тәртібі сақталады.

### 5. Нәтижелерді анықтау.

5.1. Қатысушылардың уақыты секундомерді тоқтатпай ("сырғымалы" бағыттауыш бойынша) 1 с дейінгі дәлдікпен тіркеледі.

5.2. Жарыстың жеңімпазын және алған жеке орындарды анықтау көрсетілген нәтижелер бойынша жүргізіледі. Егер екі немесе одан да көп қатысушы әртүрлі жарыстарда қашықтықты бірдей нәтижемен аяқтаса, онда оларға бірдей орындар беріледі. Одан кейінгі орындар ауыспайды.

Әскери-қолданбалы спорт түрлері бойынша  
Халықаралық Одағының әскери-  
қолданбалы спорт түрлері  
жөніндегі қағидаларына  
1-қосымша  
"Бекітемін"  
Әскери бөлім командирі

(әскери атағы, қолы, тегі,  
аты-жөні, мөр)

20\_\_ жылғы "\_\_\_" \_\_\_\_\_

Үлгі

**00000 әскери бөлімі командасының Әскери-қолданбалы спорт түрлері бойынша Халықаралық Одағының чемпионатына қатысу үшін өтінім \_\_\_\_\_ (спорт түрінен)**

Р/с №	Әскери атағы	Тегі, аты, әкесінің аты (болған жағдайда)	Туған жылы	Спорттық разряды	Жаттығулар (салмақ дәрежесі)			Жарысқа жіберу туралы рұқсаты (дәрігердің қолы және мөрі)
1.								
2.								
3.								

Жарысқа қатысуға барлығы \_\_\_\_\_ адам жіберілді

Команданың өкілі \_\_\_\_\_ Дәрігер \_\_\_\_\_  
(қолы) (дәрігердің қолы, мөрі)

Әскери-қолданбалы спорт түрлері  
бойынша Халықаралық Одағының әскери-  
қолданбалы спорт түрлері  
жөніндегі қағидаларына  
2-қосымша

**Әскери-спорттық көпсайыс (спорт түрлері бойынша) нәтижелерін бағалау және ұпайларды есептеу КЕСТЕСІ**

Жаттығу	1000 ұпайға бағаланатын нәтиже	Жоғары (төмен) ұпайларды есептеу	
1	2	3	
Белтемірде тартылу	26 тартылу	1 тартылу (плюс-минус)	30 ұпай
100 метрге әскери киіммен: қонышы биік бәтеңкемен жүгіру	12,6 секунд	12,6 секунд - 0,1 секундқа жақсы 12,6 секунд - 0,1 секундқа нашар	50 ұпай 25 ұпай
1 километрге жүгіру	3 минут 05 секунд (ерлер) 3 минут 30 секунд (әйелдер)	ерлер 3 минут 05 секунд - 3 минут 10 секунд - 1 минут 05 секунд 3 минут 10 секунд - 4 минут 00 секунд - 1 минут 00 секунд 4 минут 00 секунд - 1 секундқа нашар әйелдер 3 минут 30 секунд - 3 минут 35 секунд - 1 минут 05 секунд 3 минут 35 секунд - 4 минут 25 секунд - 1 минут 25 секунд 4 минут 25 секунд - 1 секундқа нашар	7 ұпай 20 ұпай 10 ұпай 5 ұпай
2 километрге жүгіру	6 минут 25,0 секунд	1 секунд (плюс-минус)	5 ұпай
3 километрге жүгіру	10 минут 10,0 секунд	1 секунд (плюс-минус)	4 ұпай
3 километрге әскери киіммен: қонышы биік бәтеңкемен жүгіру	10 минут 40 секунд	1 секунд (плюс-минус)	4 ұпай
Жүктемемен километрге кросс	3 11 минут 30 секунд	1 секунд – 11 минут 30 секундтан жақсы 1 секунд – 11 минут 30 секундтан нашар	5 ұпай 3 ұпай
Жаттығу	1000 ұпайға бағаланатын нәтиже	Жоғары (төмен) ұпайларды есептеу	
1	2	3	
Шаңғы жарысы: 5 километрге 10 километрге	ерлер 19 минут 20 секунд 43 минут 00 секунд әйелдер 24 минут 00 секунд 49 минут 30 секунд	2 секунд (плюс-минус) 2 секунд (плюс-минус)	3 ұпай 1 ұпай
Табельдік қарудан ату: Калашников автоматы-1 (№ 4 нысана, кеуде фигурасымен)	90	90-нан жоғары атылған 1 ұпай 6-дан 90-ға дейін атылған 1 ұпай 0-ден 6-ға дейін атылған 1 ұпай	20 ұпай 10 ұпай 25 ұпай
Макаров тапаншасы-1	88	88-ден жоғары атылған 1 ұпай	50

(№ 4 нысана, (кеуде пішінді) Макаров тапаншасы -1 (№ 4 кара шеңбермен нысана) Макаров тапаншасы -3 (№ 4 нысана, кеуде пішінді) Макаров тапаншасы -3 (№ 4 кара шеңбермен нысана)	80 255 230		88-ден төмен атылған 80-нен жоғары атылған 80-нен төмен атылған 265-тен жоғары атылған 265-тен төмен атылған	1 1 1 1 1	ұпай ұпай ұпай ұпай ұпай	ұпай 20 ұпай 30 ұпай 20 ұпай 20 ұпай 10 ұпай 10 ұпай
Жүзу: 100 метрге 200 метрге 300 метрге	ерлер 1 минут 13,0 секунд 2 минут 41,5 секунд 4 минут 30,0 секунд	әйелдер 1 минут 20,0 секунд -	0,5 секунд 0,5 секунд 0,5 секунд (плюс-минус)	(плюс-минус) (плюс-минус)	7 ұпай 5 ұпай 4 ұпай	
Гимнастика	28,5 балл		0,05 балл		5 ұпай	
Гимнастикалық шеңбер	28,0 балл		28,0-ден жоғары 28,0-ден жоғары 0,1 балл	1 балл	10 ұпай 5 ұпай	
Жаттығу	1000 ұпайға бағаланатын нәтиже		Жоғары (төмен)ұпайларды есетеу			
1	2		3			
Лопинг	45,0 секунд		0,1 секунд		2 ұпай	
Ф-1 гранатасын қашықтыққа лақтыру	55 метр		10 сантиметр (плюс-минус)		5 ұпай	
Кедергілер жолағынан өту: 400 метрге жүгірумен үйлестіре отырып жалпы бақылау жаттығуы 200 метрге жүгірумен үйлестіре отырып жалпы бақылау жаттығуы	2 минут 25,0 секунд 1 минут 55,0 секунд		0,1 секунд 0,1 секунд (плюс-минус)	(плюс-минус)	4 ұпай 4 ұпай	
Әскери бессайыс-1: Оқ ату (7,62 винтовкадан) Кедергілер жолағынан өту Гранатаны дәлдікке, қашықтыққа лақтыру 8 километрге кросс	180 2 минут 40 секунд 170 28 минут		1 атылған 1 1 1 секунд	ұпай секунд ұпай	7 ұпай 7 ұпай 4 ұпай 1 ұпай	
Әскери бессайыс-2 400 метрге жүгірумен үйлестіре отырып кедергілер жолағынан өту (ЖБЖ) (спорттық киімде)	2 минут 25 секунд 90 35,5 секунд 170 28 минут		0,1 секунд 90-нан жоғары атылған 0,1 секунд 1 1 секунд	(плюс-минус) 1 ұпай (плюс-минус) ұпай	4 ұпай 20 ұпай 10 ұпай ұпай 4 ұпай	

Калашников автоматы-1-ден ату (№ 4 нысана, кеуде пішінді) 50 метрге жүзу Гранатаны дәлдікке және қашықтыққа лақтыру 8 километрге кросс			1 ұпай
--	--	--	--------

**Әскери-спорттық көпсайыс (спорт түрлері бойынша) нәтижелерін бағалау және ұпайларды есептеу КЕСТЕСІ**

Табельдік қарудан ату: Калашников автоматы-1 жаттығуы – Калашников автоматынан (5,45) 100 метрге № 4 қозғалмайтын нысанаға (шеңберлер сызылған кеуде пішіні) бір-бірден 3 сынақ және 10 есепке алынатын ату.

Нәтиже	Ұпай	Нәтиже	Ұпай	Нәтиже	Ұпай	Нәтиже	Ұпай	Нәтиже	Ұпай
100	1200	79	890	58	680	37	470	16	260
99	1180	78	880	57	670	36	460	15	250
98	1160	77	870	56	660	35	450	14	240
97	1140	76	860	55	650	34	440	13	230
96	1120	75	850	54	640	33	430	12	210
95	1100	74	840	53	630	32	420	11	200
94	1080	73	830	52	620	31	410	10	190
93	1060	72	820	51	610	30	400	9	180
92	1040	71	810	50	600	29	390	8	170
91	1020	70	800	49	590	28	380	7	160
90	1000	69	790	48	580	27	370	6	150
89	990	68	780	47	570	26	360	5	125
88	980	67	770	46	560	25	350	4	100
87	970	66	760	45	550	24	340	3	75
86	960	65	750	44	540	23	330	2	50
85	950	64	740	43	530	22	320	1	25
84	940	63	730	42	520	21	310	0	0
83	930	62	720	41	510	20	300		
82	920	61	710	40	500	19	290		
81	910	60	700	39	490	18	280		
80	900	59	690	38	480	17	270		

**Әскери-спорттық көпсайыс (спорт түрлері бойынша) нәтижелерін бағалау және ұпайларды есептеу КЕСТЕСІ**

Калашников автоматы-2 жаттығуы – Калашников автоматынан (5,45) 200 метрге, № 7 нысана бойынша үш қалыптан (жатқан, тізе бүккен, тұрған), (белге дейінгі кеуде пішіні) оқ ату, кезек бойынша 3 серия (10 патроннан)

Ойық саны	Ұпай	Ойық саны	Ұпай	Ойық саны	Ұпай
1	420	8	724	15	1273

2	450	9	786	16	1381
3	487	10	854	17	1500
4	527	11	923	18	1620
5	569	12	1000	19	1740
6	613	13	1083	20	1860
7	667	14	1174		

**Әскери-спорттық көпсайыс (спорт түрлері бойынша) нәтижелерін бағалау және ұпайларды есептеу КЕСТЕСІ**

Макаров тапаншасы-1 жаттығуы – Макаров тапаншасынан № 4 қозғалмайтын нысана (шеңберлер сызылған кеуде пішіні) бойынша 25 метрге оқ ату, 3 сынақ және 10 есепке алынатын ату (2x5)

Нәтиже	Ұпай	Нәтиже	Ұпай	Нәтиже	Ұпай	Нәтиже	Ұпай
100	1600	80	840	60	440	40	40
99	1550	79	820	59	420	39	20
98	1500	78	800	58	400	38	0
97	1450	77	780	57	380		
96	1400	76	760	56	360		
95	1350	75	740	55	340		
94	1300	74	720	54	320		
93	1250	73	700	53	300		
92	1200	72	680	52	280		
91	1150	71	660	51	260		
90	1100	70	640	50	240		
89	1050	69	620	49	220		
88	1000	68	600	48	200		
87	980	67	580	47	180		
86	960	66	560	46	160		
85	940	65	540	45	140		
84	920	64	520	44	120		
83	900	63	500	43	100		

82	880	62	480	42	80		
81	860	61	460	41	60		

**Әскери-спорттық көпсайыс (спорт түрлері бойынша) нәтижелерін бағалау және ұпайларды есептеу КЕСТЕСІ**

Макаров тапаншасы-3 жаттығуы– Макаров тапаншасынан № 4 қозғалмайтын нысана (шеңберлер сызылған кеуде пішіні) бойынша 25 метрге оқ ату, 5 сынақ және 30 есепке алынатын ату (6х5)

Нәтиже	Ұпай	Нәтиже	Ұпай	Нәтиже	Ұпай	Нәтиже	Ұпай	Нәтиже	Ұпай
300	1700	280	1300	260	950	240	750	220	550
299	1680	279	1280	259	940	239	740	219	540
298	1660	278	1260	258	930	238	730	218	530
297	1640	277	1240	257	920	237	720	217	520
296	1620	276	1220	256	910	236	710	216	510
295	1600	275	1200	255	900	235	700	215	500
294	1580	274	1180	254	890	234	690	214	490
293	1560	273	1160	253	880	233	680	213	480
292	1540	272	1140	252	870	232	670	212	470
291	1520	271	1120	251	860	231	660	211	460
290	1500	270	1100	250	850	230	650	210	450
289	1480	269	1080	249	840	229	640	209	440
288	1460	268	1060	248	830	228	630	208	430
287	1440	267	1040	247	820	227	620	207	420
286	1420	266	1020	246	810	226	610	206	410
285	1400	265	1000	245	800	225	600	205	400
284	1380	264	990	244	790	224	590	204	390
283	1360	263	980	243	780	223	580	203	380
282	1340	262	970	242	770	222	570	202	370
281	1320	261	960	241	760	221	560	201	360

**Кестенің жалғасы**

Нәтиже	Ұпай	Нәтиже	Ұпай
200	350	180	150
199	340	179	140
198	330	178	130
197	320	177	120
196	310	176	110
195	300	175	100
194	290	174	90
193	280	173	80
192	270	172	70
191	260	171	60
190	250	170	50
189	240	169	40
188	230	168	30

187	220	167	20
186	210	166	10
185	200	165	0
184	190		
183	180		
182	170		
181	160		

**Әскери-спорттық көпсайыс (спорт түрлері бойынша) нәтижелердің бағалау және ұпайларды есептеу КЕСТЕСІ**

**Ф-1 (600 грамм) гранатасын қашықтыққа лақтыру**

Нәтиже (метр)	Ұпай	Нәтиже (метр)	Ұпай	Нәтиже (метр)	Ұпай	Нәтиже (метр)	Ұпай	Нәтиже (метр)	Ұпай
70,00	1750	67,50	1625	65,00	1500	62,50	1375	60,00	1250
69,90	1745	67,40	1620	64,90	1495	62,40	1370	59,90	1245
69,80	1740	67,30	1615	64,80	1490	62,30	1365	59,80	1240
69,70	1735	67,20	1610	64,70	1485	62,20	1360	59,70	1235
69,60	1730	67,10	1605	64,60	1480	62,10	1355	59,60	1230
69,50	1725	67,00	1600	64,50	1475	62,00	1350	59,50	1225
69,40	1720	66,90	1595	64,40	1470	61,90	1345	59,40	1220
69,30	1715	66,80	1590	64,30	1465	61,80	1340	59,30	1215
69,20	1710	66,70	1585	64,20	1460	61,70	1335	59,20	1210
69,10	1705	66,60	1580	64,10	1455	61,60	1330	59,10	1205
69,00	1700	66,50	1575	64,00	1450	61,50	1325	59,00	1200
68,90	1695	66,40	1570	63,90	1445	61,40	1320	58,90	1195
68,80	1690	66,30	1565	63,80	1440	61,30	1315	58,80	1190
68,70	1685	66,20	1560	63,70	1435	61,20	1310	58,70	1185
68,60	1680	66,10	1555	63,60	1430	61,10	1305	58,60	1180
68,50	1675	66,00	1550	63,50	1425	61,00	1300	58,50	1175
68,40	1670	65,90	1545	63,40	1420	60,90	1295	58,40	1170
68,30	1665	65,80	1540	63,30	1415	60,80	1290	58,30	1165
68,20	1660	65,70	1535	63,20	1410	60,70	1285	58,20	1160
68,10	1655	65,60	1530	63,10	1405	60,60	1280	58,10	1155
68,00	1650	65,50	1525	63,00	1400	60,50	1275	58,00	1150
67,90	1645	65,40	1520	62,90	1395	60,40	1270	57,90	1145
67,80	1640	65,30	1515	62,80	1390	60,30	1265	57,80	1140
67,70	1635	65,20	1510	62,70	1385	60,20	1260	57,70	1135
67,60	1630	65,10	1505	62,60	1380	60,10	1255	57,60	1130

**Кестенің жалғасы**

Нәтиже (метр)	Ұпай	Нәтиже(метр)	Ұпай	Нәтиже (метр)	Ұпай
57,50	1125	55,00	1000	52,50	875
57,40	1120	54,90	995	52,40	870
57,30	1115	54,80	990	52,30	865

57,20	1110	54,70	985	52,20	860
57,10	1105	54,60	980	52,10	855
57,00	1100	54,50	975	52,00	850
56,90	1095	54,40	970	51,90	845
56,80	1090	54,30	965	51,80	840
56,70	1085	54,20	960	51,70	835
56,60	1080	54,10	955	51,60	830
56,50	1075	54,00	950	51,50	825
56,40	1070	53,90	945	51,40	820
56,30	1065	53,80	940	51,30	815
56,20	1060	53,70	935	51,20	810
56,10	1055	53,60	930	51,10	805
56,00	1050	53,50	925	51,00	800
55,90	1045	53,40	920	50,90	795
55,80	1040	53,30	915	50,80	790
55,70	1035	53,20	910	50,70	785
55,60	1030	53,10	905	50,60	780
55,50	1025	53,00	900	50,50	775
55,40	1020	52,90	895	50,40	770
55,30	1015	52,80	890	50,30	765
55,20	1010	52,70	885	50,20	760
55,10	1005	52,60	880	50,10	755

**Ф-1 (600 грамм) гранатасын қашықтыққа лақтыру**

Нәтиже (метр)	Ұпай	Нәтиже(метр)	Ұпай	Нәтиже (метр)	Ұпай	Нәтиже (метр)	Ұпай	Нәтиже (метр)	Ұпай
50,00	750	48,00	650	46,00	550	44,00	450	42,00	350
49,90	745	47,90	645	45,90	545	43,90	445	41,90	345
49,80	740	47,80	640	45,80	540	43,80	440	41,80	340
49,70	735	47,70	635	45,70	535	43,70	435	41,70	335
49,60	730	47,60	630	45,60	530	43,60	430	41,60	330
49,50	725	47,50	625	45,50	525	43,50	425	41,50	325
49,40	720	47,40	620	45,40	520	43,40	420	41,40	320
49,30	715	47,30	615	45,30	515	43,30	415	41,30	315
49,20	710	47,20	610	45,20	510	43,20	410	41,20	310
49,10	705	47,10	605	45,10	505	43,10	405	41,10	305
49,00	700	47,00	600	45,00	500	43,00	400	41,00	300
48,90	695	46,90	595	44,90	495	42,90	395	40,90	295
48,80	690	46,80	590	44,80	490	42,80	390	40,80	290
48,70	685	46,70	585	44,70	485	42,70	385	40,70	285
48,60	680	46,60	580	44,60	480	42,60	380	40,60	280
48,50	675	46,50	575	44,50	475	42,50	375	40,50	275
48,40	670	46,40	570	44,40	470	42,40	370	40,40	270
48,30	665	46,30	565	44,30	465	42,30	365	40,30	265
48,20	660	46,20	560	44,20	460	42,20	360	40,20	260
48,10	655	46,10	555	44,10	455	42,10	355	40,10	255



## Кестенің жалғасы

Нәтиже (метр)	Ұпай	Нәтиже (метр)	Ұпай	Нәтиже (метр)	Ұпай
40,00	250	38,00	150	36,00	50
39,90	245	37,90	145	35,90	45
39,80	240	37,80	140	35,80	40
39,70	235	37,70	135	35,70	35
39,60	230	37,60	130	35,60	30
39,50	225	37,50	125	35,50	25
39,40	220	37,40	120	35,40	20
39,30	215	37,30	115	35,30	15
39,20	210	37,20	110	35,20	10
39,10	205	37,10	105	35,10	5
39,00	200	37,00	100	35,00	0
38,90	195	36,90	95		
38,80	190	36,80	90		
38,70	185	36,70	85		
38,60	180	36,60	80		
38,50	175	36,50	75		
38,40	170	36,40	70		
38,30	165	36,30	65		
38,20	160	36,20	60		
38,10	155	36,10	55		

**Әскери-спорттық көпсайыс (спорт түрлері бойынша) нәтижелерін бағалау және ұпайларды есептеу КЕСТЕСІ**

### Ф-1 (600 грамм) гранатасын қашықтыққа лақтыру

1 (ортаңғы) айналым		2-айналым		3-айналым	
Тигізген саны	Ұпай	Тигізген саны	Ұпай	Тигізген саны	Ұпай
1	115	1	75	1	45
2	230	2	150	2	90
3	345	3	225	3	135
4	460	4	300	4	180
5	575	5	375	5	225
6	690	6	450	6	270
7	805	7	525	7	315
8	920	8	600	8	360
9	1035	9	675	9	405
10	1150	10	750	10	450

11	1265	11	825	11	495
12	1380	12	900	12	540
13	1495	13	975	13	585
14	1610	14	1050	14	630
15	1725	15	1125	15	675

**Әскери-спорттық көпсайыс (спорт түрлері бойынша) нәтижелерін бағалау және ұпайларды есептеу КЕСТЕСІ**

**400 метрге жүгірумен үйлестіре отырып, кедергілер жолағынан өту (жалпы бақылау жаттығуы)**

Нәтиже(минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже(минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай
2.14,5	1420	2.17,0	1320	2.19,5	1220	2.22,0	1120	2.24,5	1020	2.27,0	920
2.14,6	1416	2.17,1	1316	2.19,6	1216	2.22,1	1116	2.24,6	1016	2.27,1	916
2.14,7	1412	2.17,2	1312	2.19,7	1212	2.22,2	1112	2.24,7	1012	2.27,2	912
2.14,8	1408	2.17,3	1308	2.19,8	1208	2.22,3	1108	2.24,8	1008	2.27,3	908
2.14,9	1404	2.17,4	1304	2.19,9	1204	2.22,4	1104	2.24,9	1004	2.27,4	904
2.15,0	1400	2.17,5	1300	2.20,0	1200	2.22,5	1100	2.25,0	1000	2.27,5	900
2.15,1	1396	2.17,6	1296	2.20,1	1196	2.22,6	1096	2.25,1	996	2.27,6	896
2.15,2	1392	2.17,7	1292	2.20,2	1192	2.22,7	1092	2.25,2	992	2.27,7	892
2.15,3	1388	2.17,8	1288	2.20,3	1188	2.22,8	1088	2.25,3	988	2.27,8	888
2.15,4	1384	2.17,9	1284	2.20,4	1184	2.22,9	1084	2.25,4	984	2.27,9	884
2.15,5	1380	2.18,0	1280	2.20,5	1180	2.23,0	1080	2.25,5	980	2.28,0	880
2.15,6	1376	2.18,1	1276	2.20,6	1176	2.23,1	1076	2.25,6	976	2.28,1	876
2.15,7	1372	2.18,2	1272	2.20,7	1172	2.23,2	1072	2.25,7	972	2.28,2	872
2.15,8	1368	2.18,3	1268	2.20,8	1168	2.23,3	1068	2.25,8	968	2.28,3	868
2.15,9	1364	2.18,4	1264	2.20,9	1164	2.23,4	1064	2.25,9	964	2.28,4	864
2.16,0	1360	2.18,5	1260	2.21,0	1160	2.23,5	1060	2.26,0	960	2.28,5	860
2.16,1	1356	2.18,6	1256	2.21,1	1156	2.23,6	1056	2.26,1	956	2.28,6	856
2.16,2	1352	2.18,7	1252	2.21,2	1152	2.23,7	1052	2.26,2	952	2.28,7	852
2.16,3	1348	2.18,8	1248	2.21,3	1148	2.23,8	1048	2.26,3	948	2.28,8	848
2.16,4	1344	2.18,9	1244	2.21,4	1144	2.23,9	1044	2.26,4	944	2.28,9	844
2.16,5	1340	2.19,0	1240	2.21,5	1140	2.24,0	1040	2.26,5	940	2.29,0	840
2.16,6	1336	2.19,1	1236	2.21,6	1136	2.24,1	1036	2.26,6	936	2.29,1	836
2.16,7	1332	2.19,2	1232	2.21,7	1132	2.24,2	1032	2.26,7	932	2.29,2	832
2.16,8	1328	2.19,3	1228	2.21,8	1128	2.24,3	1028	2.26,8	928	2.29,3	828
2.16,9	1324	2.19,4	1224	2.21,9	1124	2.24,4	1024	2.26,9	924	2.29,4	824

**400 метрге жүгірумен үйлестіре отырып кедергілер жолағынан өту (жалпы бақылау жаттығуы)**

Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай
2.29,5	820	2.32,3	708	2.35,1	596	2.37,9	484	2.40,7	372	2.43,5	260
2.29,6	816	2.32,4	704	2.35,2	592	2.38,0	480	2.40,8	368	2.43,6	256

2.29,7	812	2.32,5	700	2.35,3	588	2.38,1	476	2.40,9	364	2.43,7	252
2.29,8	808	2.32,6	696	2.35,4	584	2.38,2	472	2.41,0	360	2.43,8	248
2.29,9	804	2.32,7	692	2.35,5	580	2.38,3	468	2.41,1	356	2.43,9	244
2.30,0	800	2.32,8	688	2.35,6	576	2.38,4	464	2.41,2	352	2.44,0	240
2.30,1	796	2.32,9	684	2.35,7	572	2.38,5	460	2.41,3	348	2.44,1	236
2.30,2	792	2.33,0	680	2.35,8	568	2.38,6	456	2.41,4	344	2.44,2	232
2.30,3	788	2.33,1	676	2.35,9	564	2.38,7	452	2.41,5	340	2.44,3	228
2.30,4	784	2.33,2	672	2.36,0	560	2.38,8	448	2.41,6	336	2.44,4	224
2.30,5	780	2.33,3	668	2.36,1	556	2.38,9	444	2.41,7	332	2.44,5	220
2.30,6	776	2.33,4	664	2.36,2	552	2.39,0	440	2.41,8	328	2.44,6	216
2.30,7	772	2.33,5	660	2.36,3	548	2.39,1	436	2.41,9	324	2.44,7	212
2.30,8	768	2.33,6	656	2.36,4	544	2.39,2	432	2.42,0	320	2.44,8	208
2.30,9	764	2.33,7	652	2.36,5	540	2.39,3	428	2.42,1	316	2.44,9	204
2.31,0	760	2.33,8	648	2.36,6	536	2.39,4	424	2.42,2	312	2.45,0	200
2.31,1	756	2.33,9	644	2.36,7	532	2.39,5	420	2.42,3	308	2.45,1	196
2.31,2	752	2.34,0	640	2.36,8	528	2.39,6	416	2.42,4	304	2.45,2	192
2.31,3	748	2.34,1	636	2.36,9	524	2.39,7	412	2.42,5	300	2.45,3	188
2.31,4	744	2.34,2	632	2.37,0	520	2.39,8	408	2.42,6	296	2.45,4	184
2.31,5	740	2.34,3	628	2.37,1	516	2.39,9	404	2.42,7	292	2.45,5	180
2.31,6	736	2.34,4	624	2.37,2	512	2.40,0	400	2.42,8	288	2.45,6	176
2.31,7	732	2.34,5	620	2.37,3	508	2.40,1	396	2.42,9	284	2.45,7	172
2.31,8	728	2.34,6	616	2.37,4	504	2.40,2	392	2.43,0	280	2.45,8	168
2.31,9	724	2.34,7	612	2.37,5	400	2.40,3	388	2.43,1	276	2.45,9	164
2.32,0	720	2.34,8	608	2.37,6	496	2.40,4	384	2.43,2	272	2.46,0	160
2.32,1	716	2.34,9	604	2.37,7	492	2.40,5	380	2.43,3	268	2.46,1	156
2.32,2	712	2.35,0	600	2.37,8	488	2.40,6	376	2.43,4	264	2.46,2	152

400 метрге жүгірумен үйлестіре отырып кедергілер жолағынан өту (жалпы бақылау жаттығуы)

Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай
2.46,3	148	2.48,3	68
2.46,4	144	2.48,4	64
2.46,5	140	2.48,5	60
2.46,6	136	2.48,6	56
2.46,7	132	2.48,7	52
2.46,8	128	2.48,8	48
2.46,9	124	2.48,9	44
2.47,0	120	2.49,0	40
2.47,1	116	2.49,1	36
2.47,2	112	2.49,2	32
2.47,3	108	2.49,3	28
2.47,4	104	2.49,4	24
2.47,5	100	2.49,5	20
2.47,6	96	2.49,6	16
2.47,7	92	2.49,7	12
2.47,8	88	2.49,8	8

2.47,9	84	2.49,9	4
2.48,0	80	2.50,0	0
2.48,1	76		
2.48,2	72		

**Әскери-спорттық көпсайыс (спорт түрлері бойынша) нәтижелерін бағалау және ұпайларды есептеу КЕСТЕСІ**

**Еркін стильмен 100 метрге жүзу (әйелдер)**

Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай
1.10,0	1140	1.21,0	986	1.32,0	832	1.43,0	678	1.54,0	524
1.10,5	1133	1.21,5	979	1.32,5	825	1.43,5	671	1.54,5	517
1.11,0	1126	1.22,0	972	1.33,0	818	1.44,0	664	1.55,0	510
1.11,5	1119	1.22,5	965	1.33,5	811	1.44,5	657	1.55,5	503
1.12,0	1112	1.23,0	958	1.34,0	804	1.45,0	650	1.56,0	496
1.12,5	1105	1.23,5	951	1.34,5	797	1.45,5	643	1.56,5	489
1.13,0	1098	1.24,0	944	1.35,0	790	1.46,0	636	1.57,0	482
1.13,5	1091	1.24,5	937	1.35,5	783	1.46,5	629	1.57,5	475
1.14,0	1084	1.25,0	930	1.36,0	776	1.47,0	622	1.58,0	468
1.14,5	1077	1.25,5	923	1.36,5	769	1.47,5	615	1.58,5	461
1.15,0	1070	1.26,0	916	1.37,0	762	1.48,0	608	1.59,0	454
1.15,5	1063	1.26,5	909	1.37,5	755	1.48,5	601	1.59,5	447
1.16,0	1056	1.27,0	902	1.38,0	748	1.49,0	594	2.00,0	440
1.16,5	1049	1.27,5	895	1.38,5	741	1.49,5	587	2.00,5	433
1.17,0	1042	1.28,0	888	1.39,0	734	1.50,0	580	2.01,0	426
1.17,5	1035	1.28,5	881	1.39,5	727	1.50,5	573	2.01,5	419
1.18,0	1028	1.29,0	874	1.40,0	720	1.51,0	566	2.02,0	412
1.18,5	1021	1.29,5	867	1.40,5	713	1.51,5	559	2.02,5	405
1.19,0	1014	1.30,0	860	1.41,0	706	1.52,0	552	2.03,0	398
1.19,5	1007	1.30,5	853	1.41,5	699	1.52,5	545	2.03,5	391
1.20,0	1000	1.31,0	846	1.42,0	692	1.53,0	538	2.04,0	384
1.20,5	993	1.31,5	839	1.42,5	685	1.53,5	531	2.04,5	377

**Кестенің жалғасы**

Нәтиже секунд)	(минут, Ұпай	Нәтиже секунд)	(минут, Ұпай	Нәтиже секунд)	(минут, Ұпай
2.05,0	370	2.16,0	216	2.27,0	62
2.05,5	363	2.16,5	209	2.27,5	55
2.06,0	356	2.17,0	202	2.28,0	48
2.06,5	349	2.17,5	195	2.28,5	41
2.07,0	342	2.18,0	188	2.29,0	34
2.07,5	335	2.18,5	181	2.29,5	27
2.08,0	328	2.19,0	174	2.30,0	20
2.08,5	321	2.19,5	167	2.30,5	13
2.09,0	314	2.20,0	160	2.31,0	6

2.09,5	307	2.20,5	153	2.31,5	0
2.10,0	300	2.21,0	146		
2.10,5	293	2.21,5	139		
2.11,0	286	2.22,0	132		
2.11,5	279	2.22,5	125		
2.12,0	272	2.23,0	118		
2.12,5	265	2.23,5	111		
2.13,0	158	2.24,0	104		
2.13,5	251	2.24,5	97		
2.14,0	244	2.25,0	90		
2.14,5	237	2.25,5	83		
2.15,0	230	2.26,0	76		
2.15,5	223	2.26,5	69		

**Әскери-спорттық көпсайыс (спорт түрлері бойынша) нәтижелердің бағалау және ұпайларды есептеу КЕСТЕСІ**

**Еркін стильмен 100 м жүзу (ерлер)**

Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай
0.58,5	1203	1.08,5	1063	1.18,5	923	1.28,5	783	1.38,5	643
0.59,0	1196	1.09,0	1056	1.19,0	916	1.29,0	776	1.39,0	636
0.59,5	1189	1.09,5	1049	1.19,5	909	1.29,5	769	1.39,5	629
1.00,0	1182	1.10,0	1042	1.20,0	902	1.30,0	762	1.40,0	622
1.00,5	1175	1.10,5	1035	1.20,5	895	1.30,5	755	1.40,5	615
1.01,0	1168	1.11,0	1028	1.21,0	888	1.31,0	748	1.41,0	608
1.01,5	1161	1.11,5	1021	1.21,5	881	1.31,5	741	1.41,5	601
1.02,0	1154	1.12,0	1014	1.22,0	874	1.32,0	734	1.42,0	594
1.02,5	1147	1.12,5	1007	1.22,5	867	1.32,5	727	1.42,5	587
1.03,0	1140	1.13,0	1000	1.23,0	860	1.33,0	720	1.43,0	580
1.03,5	1133	1.13,5	993	1.23,5	853	1.33,5	713	1.43,5	573
1.04,0	1126	1.14,0	986	1.24,0	846	1.34,0	706	1.44,0	566
1.04,5	1119	1.14,5	979	1.24,5	839	1.34,5	699	1.44,5	559
1.05,0	1112	1.15,0	972	1.25,0	832	1.35,0	692	1.45,0	552
1.05,5	1105	1.15,5	965	1.25,5	825	1.35,5	685	1.45,5	545
1.06,0	1098	1.16,0	958	1.26,0	818	1.36,0	678	1.46,0	538

1.06,5	1091	1.16,5	951	1.26,5	811	1.36,5	671	1.46,5	531
1.07,0	1084	1.17,0	944	1.27,0	804	1.37,0	664	1.47,0	524
1.07,5	1077	1.17,5	937	1.27,5	797	1.37,5	657	1.47,5	517
1.08,0	1070	1.18,0	930	1.28,0	790	1.38,0	650	1.48,0	510

### Кестенің жалғасы

Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай
1.48,5	503	1.58,5	363	2.08,5	223	2.18,5	83
1.49,0	496	1.59,0	356	2.09,0	216	2.19,0	76
1.49,5	489	1.59,5	349	2.09,5	209	2.19,5	69
1.50,0	482	2.00,0	342	2.10,0	202	2.20,0	62
1.50,5	475	2.00,5	335	2.10,5	195	2.20,5	55
1.51,0	468	2.01,0	328	2.11,0	188	2.21,0	48
1.51,5	461	2.01,5	321	2.11,5	181	2.21,5	41
1.52,0	454	2.02,0	314	2.12,0	174	2.22,0	34
1.52,5	447	2.02,5	307	2.12,5	167	2.22,5	27
1.53,0	440	2.03,0	300	2.13,0	160	2.23,0	20
1.53,5	433	2.03,5	293	2.13,5	153	2.23,5	13
1.54,0	426	2.04,0	286	2.14,0	146	2.24,0	6
1.54,5	419	2.04,5	279	2.14,5	139	2.24,5	0
1.55,0	412	2.05,0	272	2.15,0	132		
1.55,5	405	2.05,5	265	2.15,5	125		
1.56,0	398	2.06,0	258	2.16,0	118		
1.56,5	391	2.06,5	251	2.16,5	111		
1.57,0	384	2.07,0	244	2.17,0	104		
1.57,5	377	2.07,5	237	2.17,5	97		
1.58,0	370	2.08,0	230	2.18,0	90		

**Әскери-спорттық көпсайыс (спорт түрлері бойынша) нәтижелерін бағалау және ұпайларды есептеу КЕСТЕСІ**

### Еркін стильмен 200 метрге жүзу (ерлер)

Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай
2.31,5	1100	2.44,0	975	2.56,5	850	3.09,0	725	3.21,5	600	3.34,0	475
2.32,0	1095	2.44,5	970	2.57,0	845	3.09,5	720	3.22,0	595	3.34,5	470
2.32,5	1090	2.45,0	965	2.57,5	840	3.10,0	715	3.22,5	590	3.35,0	465
2.33,0	1085	2.45,5	960	2.58,0	835	3.10,5	710	3.23,0	585	3.35,5	460
2.33,5	1080	2.46,0	955	2.58,5	830	3.11,0	705	3.23,5	580	3.36,0	455
2.34,0	1075	2.46,5	950	2.59,0	825	3.11,5	700	3.24,0	575	3.36,5	450

2.34,5	1070	2.47,0	945	2.59,5	820	3.12,0	695	3.24,5	570	3.37,0	445
2.35,0	1065	2.47,5	940	3.00,0	815	3.12,5	690	3.25,0	565	3.37,5	440
2.35,5	1060	2.48,0	935	3.00,5	810	3.13,0	685	3.25,5	560	3.38,0	435
2.36,0	1055	2.48,5	930	3.01,0	805	3.13,5	680	3.26,0	555	3.38,5	430
2.36,5	1050	2.49,0	925	3.01,5	800	3.14,0	675	3.26,5	550	3.39,0	425
2.37,0	1045	2.49,5	920	3.02,0	795	3.14,5	670	3.27,0	545	3.39,5	420
2.37,5	1040	2.50,0	915	3.02,5	790	3.15,0	665	3.27,5	540	3.40,0	415
2.38,0	1035	2.50,5	910	3.03,0	785	3.15,5	660	3.28,0	535	3.40,5	410
2.38,5	1030	2.51,0	905	3.03,5	780	3.16,0	655	3.28,5	530	3.41,0	405
2.39,0	1025	2.51,5	900	3.04,0	775	3.16,5	650	3.29,0	525	3.41,5	400
2.39,5	1020	2.52,0	895	3.04,5	770	3.17,0	645	3.29,5	520	3.42,0	395
2.40,0	1015	2.52,5	890	3.05,0	765	3.17,5	640	3.30,0	515	3.42,5	390
2.40,5	1010	2.53,0	885	3.05,5	760	3.18,0	635	3.30,5	510	3.43,0	385
2.41,0	1005	2.53,5	880	3.06,0	755	3.18,5	630	3.31,0	505	3.43,5	380
2.41,5	1000	2.54,0	875	3.06,5	750	3.19,0	625	3.31,5	500	3.44,0	375
2.42,0	995	2.54,5	870	3.07,0	745	3.19,5	620	3.32,0	495	3.44,5	370
2.42,5	990	2.55,0	865	3.07,5	740	3.20,0	615	3.32,5	490	3.45,0	365
2.43,0	985	2.55,5	860	3.08,0	735	3.20,5	610	3.33,0	485	3.45,5	360
2.43,5	980	2.56,0	855	3.08,5	730	3.21,0	605	3.33,5	480	3.46,0	355

### Еркін стильмен 200 метрге жүзу (ерлер)

Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай
3.46,5	350	3.57,0	245	4.07,5	140	4.18,0	35
3.47,0	345	3.57,5	240	4.08,0	135	4.18,5	30
3.47,5	340	3.58,0	235	4.08,5	130	4.19,0	25
3.48,0	335	3.58,5	230	4.09,0	125	4.19,5	20
3.48,5	330	3.59,0	225	4.09,5	120	4.20,0	15
3.49,0	325	3.59,5	220	4.10,0	115	4.20,5	10
3.49,5	320	4.00,0	215	4.10,5	110	4.21,0	5
3.50,0	315	4.00,5	210	4.11,0	105	4.21,5	0
3.50,5	310	4.01,0	205	4.11,5	100		
3.51,0	305	4.01,5	200	4.12,0	95		
3.51,5	300	4.02,0	195	4.12,5	90		
3.52,0	295	4.02,5	190	4.13,0	85		
3.52,5	290	4.03,0	185	4.13,5	80		
3.53,0	285	4.03,5	180	4.14,0	75		
3.53,5	280	4.04,0	175	4.14,5	70		
3.54,0	275	4.04,5	170	4.15,0	65		

3.54,5	270	4.05,0	165	4.15,5	60		
3.55,0	265	4.05,5	160	4.16,0	55		
3.55,5	260	4.06,0	155	4.16,5	50		
3.56,0	255	4.06,5	150	4.17,0	45		
3.56,5	250	4.07,0	145	4.17,5	40		

**Әскери-спорттық көпсайыс (спорт түрлері бойынша) нәтижелерін бағалау және ұпайларды есептеу КЕСТЕСІ**

**Еркін стильмен 300 метрге жүзу (ерлер)**

Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай
3.40,0	1400	3.52,5	1300	4.05,0	1200	4.17,5	1100	4.30,0	1000
3.40,5	1396	3.53,0	1296	4.05,5	1196	4.18,0	1096	4.30,5	996
3.41,0	1392	3.53,5	1292	4.06,0	1192	4.18,5	1092	4.31,0	992
3.41,5	1388	3.54,0	1288	4.06,5	1188	4.19,0	1088	4.31,5	988
3.42,0	1384	3.54,5	1284	4.07,0	1184	4.19,5	1084	4.32,0	984
3.42,5	1380	3.55,0	1280	4.07,5	1180	4.20,0	1080	4.32,5	980
3.43,0	1376	3.55,5	1276	4.08,0	1176	4.20,5	1076	4.33,0	976
3.43,5	1372	3.56,0	1272	4.08,5	1172	4.21,0	1072	4.33,5	972
3.44,0	1368	3.56,5	1268	4.09,0	1168	4.21,5	1068	4.34,0	968
3.44,5	1364	3.57,0	1264	4.09,5	1164	4.22,0	1064	4.34,5	964
3.45,0	1360	3.57,5	1260	4.10,0	1160	4.22,5	1060	4.35,0	960
3.45,5	1356	3.58,0	1256	4.10,5	1156	4.23,0	1056	4.35,5	956
3.46,0	1352	3.58,5	1252	4.11,0	1152	4.23,5	1052	4.36,0	952
3.46,5	1348	3.59,0	1248	4.11,5	1148	4.24,0	1048	4.36,5	948
3.47,0	1344	3.59,5	1244	4.12,0	1144	4.24,5	1044	4.37,0	944
3.47,5	1340	4.00,0	1240	4.12,5	1140	4.25,0	1040	4.37,5	940
3.48,0	1336	4.00,5	1236	4.13,0	1136	4.25,5	1036	4.38,0	936
3.48,5	1332	4.01,0	1232	4.13,5	1132	4.26,0	1032	4.38,5	932
3.49,0	1328	4.01,5	1228	4.14,0	1128	4.26,5	1028	4.39,0	928
3.49,5	1324	4.02,0	1224	4.14,5	1124	4.27,0	1024	4.39,5	924
3.50,0	1320	4.02,5	1220	4.15,0	1120	4.27,5	1020	4.40,0	920
3.50,5	1316	4.03,0	1216	4.15,5	1116	4.28,0	1016	4.40,5	916
3.51,0	1312	4.03,5	1212	4.16,0	1112	4.28,5	1012	4.41,0	912
3.51,5	1308	4.04,0	1208	4.16,5	1108	4.29,0	1008	4.41,5	908
3.52,0	1304	4.04,5	1204	4.17,0	1104	4.29,5	1004	4.42,0	904

**Кестенің жалғасы**

Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай
4.42,5	900	4.55,0	800
4.43,0	896	4.55,5	796
4.43,5	892	4.56,0	792



4.44,0	888	4.56,5	788
4.44,5	884	4.57,0	784
4.45,0	880	4.57,5	780
4.45,5	876	4.58,0	776
4.46,0	872	4.58,5	772
4.46,5	868	4.59,0	768
4.47,0	864	4.59,5	764
4.47,5	860	5.00,0	760
4.48,0	856	5.00,5	756
4.48,5	852	5.01,0	752
4.49,0	848	5.01,5	748
4.49,5	844	5.02,0	744
4.50,0	840	5.02,5	740
4.50,5	836	5.03,0	736
4.51,0	832	5.03,5	732
4.51,5	828	5.04,0	728
4.52,0	824	5.04,5	724
4.52,5	820	5.05,0	720
4.53,0	816	5.05,5	716
4.53,5	812	5.06,0	712
4.54,0	808	5.06,5	708
4.54,5	804	5.07,0	704

### Еркін стильмен 300 метрге жүзу (ерлер)

Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай
5.07,5	700	5.21,5	588	5.35,5	476	5.49,5	364	6.03,5	252
5.08,0	696	5.22,0	584	5.36,0	472	5.50,0	360	6.04,0	248
5.08,5	692	5.22,5	580	5.36,5	468	5.50,5	356	6.04,5	244
5.09,0	688	5.23,0	576	5.37,0	464	5.51,0	352	6.05,0	240
5.09,5	684	5.23,5	572	5.37,5	460	5.51,5	348	6.05,5	236
5.10,0	680	5.24,0	568	5.38,0	456	5.52,0	344	6.06,0	232
5.10,5	676	5.24,5	564	5.38,5	452	5.52,5	340	6.06,5	228
5.11,0	672	5.25,0	560	5.39,0	448	5.53,0	336	6.07,0	224
5.11,5	668	5.25,5	556	5.39,5	444	5.53,5	332	6.07,5	220
5.12,0	664	5.26,0	552	5.40,0	440	5.54,0	328	6.08,0	216
5.12,5	660	5.26,5	548	5.40,5	436	5.54,5	324	6.08,5	212
5.13,0	656	5.27,0	544	5.41,0	432	5.55,0	320	6.09,0	208
5.13,5	652	5.27,5	540	5.41,5	428	5.55,5	316	6.09,5	204
5.14,0	648	5.28,0	536	5.42,0	424	5.56,0	312	6.10,0	200
5.14,5	644	5.28,5	532	5.42,5	420	5.56,5	308	6.10,5	196
5.15,0	640	5.29,0	528	5.43,0	416	5.57,0	304	6.11,0	192
5.15,5	636	5.29,5	524	5.43,5	412	5.57,5	300	6.11,5	188
5.16,0	632	5.30,0	520	5.44,0	408	5.58,0	296	6.12,0	184
5.16,5	628	5.30,5	516	5.44,5	404	5.58,5	292	6.12,5	180
5.17,0	624	5.31,0	512	5.45,0	400	5.59,0	288	6.13,0	176

5.17,5	620	5.31,5	508	5.45,5	396	5.59,5	284	6.13,5	172
5.18,0	616	5.32,0	504	5.46,0	392	6.00,0	280	6.14,0	168
5.18,5	612	5.32,5	500	5.46,5	388	6.00,5	276	6.14,5	164
5.19,0	608	5.33,0	496	5.47,0	384	6.01,0	272	6.15,0	160
5.19,5	604	5.33,5	492	5.47,5	380	6.01,5	268	6.15,5	156
5.20,0	600	5.34,0	488	5.48,0	376	6.02,0	264	6.16,0	152
5.20,5	596	5.34,5	484	5.48,5	372	6.02,5	260	6.16,5	148
5.21,0	592	5.35,0	480	5.49,0	368	6.03,0	256	6.17,0	144

### Кестенің жалғасы

Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай
6.17,5	140	6.31,5	28
6.18,0	136	6.32,0	24
6.18,5	132	6.32,5	20
6.19,0	128	6.33,0	16
6.19,5	124	6.33,5	12
6.20,0	120	6.34,0	8
6.20,5	116	6.34,5	4
6.21,0	112	6.35,0	0
6.21,5	108		
6.22,0	104		
6.22,5	100		
6.23,0	96		
6.23,5	92		
6.24,0	88		
6.24,5	84		
6.25,0	80		
6.25,5	76		
6.26,0	72		
6.26,5	68		
6.27,0	64		
6.27,5	60		
6.28,0	56		

6.28,5	52		
6.29,0	48		
6.29,5	44		
6.30,0	40		
6.30,5	36		
6.31,0	32		

**Әскери-спорттық көпсайыс (спорт түрлері бойынша) нәтижелерін бағалау және ұпайларды есептеу КЕСТЕСІ**

**100 метрге жүгіру (қонышы биік бәтеңкемен)**

Нәтиже (секунд)	Ұпай	Нәтиже (секунд)	Ұпай	Нәтиже (секунд)	Ұпай	Нәтиже (секунд)	Ұпай
10,9	1850	12,6	1000	14,3	575	16,0	150
11,0	1800	12,7	975	14,4	550	16,1	125
11,1	1750	12,8	950	14,5	525	16,2	100
11,2	1700	12,9	925	14,6	500	16,3	75
11,3	1650	13,0	900	14,7	475	16,4	50
11,4	1600	13,1	875	14,8	450	16,5	25
11,5	1550	13,2	850	14,9	425	16,6	0
11,6	1500	13,3	825	15,0	400		
11,7	1450	13,4	800	15,1	375		
11,8	1400	13,5	775	15,2	350		
11,9	1350	13,6	750	15,3	325		
12,0	1300	13,7	725	15,4	300		
12,1	1250	13,8	700	15,5	275		
12,2	1200	13,9	675	15,6	250		
12,3	1150	14,0	650	15,7	225		
12,4	1100	14,1	625	15,8	200		
12,5	1050	14,2	600	15,9	175		

**Әскери-спорттық көпсайыс (спорт түрлері бойынша) нәтижелерін бағалау және ұпайларды есептеу КЕСТЕСІ**

**1 километрге жүгіру (әскери қызметші әйелдер)**

Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай
3,05	1175	3,26	1028	3,47	780	4,08	570	4,29	380
3,06	1168	3,27	1021	3,48	770	4,09	560	4,30	375
3,07	1161	3,28	1014	3,49	760	4,10	550	4,31	370
3,08	1154	3,29	1007	3,50	750	4,11	540	4,32	365
3,09	1147	3,30	1000	3,51	740	4,12	530	4,33	360
3,10	1140	3,31	980	3,52	730	4,13	520	4,34	355
3,11	1133	3,32	960	3,53	720	4,14	510	4,35	350
3,12	1126	3,33	940	3,54	710	4,15	500	4,36	345
3,13	1119	3,34	920	3,55	700	4,16	490	4,37	340
3,14	1112	3,35	900	3,56	690	4,17	480	4,38	335
3,15	1105	3,36	890	3,57	680	4,18	470	4,39	330
3,16	1098	3,37	880	3,58	670	4,19	460	4,40	325
3,17	1091	3,38	870	3,59	660	4,20	450	4,41	320
3,18	1084	3,39	860	4,00	650	4,21	440	4,42	315
3,19	1077	3,40	850	4,01	640	4,22	430	4,43	310
3,20	1070	3,41	840	4,02	630	4,23	420	4,44	305
3,21	1063	3,42	830	4,03	620	4,24	410	4,45	300
3,22	1056	3,43	820	4,04	610	4,25	400	4,46	295
3,23	1049	3,44	810	4,05	600	4,26	395	4,47	290
3,24	1042	3,45	800	4,06	590	4,27	390	4,48	285
3,25	1035	3,46	790	4,07	580	4,28	385	4,49	280

### Кестенің жалғасы

Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай
4,50	275	5,11	170	5,32	65
4,51	270	5,12	165	5,33	60
4,52	265	5,13	160	5,34	55
4,53	260	5,14	155	5,35	50
4,54	255	5,15	150	5,36	45
4,55	250	5,16	145	5,37	40
4,56	245	5,17	140	5,38	35
4,57	240	5,18	135	5,39	30
4,58	235	5,19	130	5,40	25
4,59	230	5,20	125	5,41	20
5,00	225	5,21	120	5,42	15
5,01	220	5,22	115	5,43	10
5,02	215	5,23	110	5,44	5
5,03	210	5,24	105	5,45	0
5,04	205	5,25	100		
5,05	200	5,26	95		
5,06	195	5,27	90		

5,07	190	5,28	85		
5,08	185	5,29	80		
5,09	180	5,30	75		
5,10	175	5,31	70		

**Әскери-спорттық көпсайыс (спорт түрлері бойынша) нәтижелерін бағалау және ұпайларды есептеу КЕСТЕСІ**

**1 километрге жүгіру (ерлер)**

Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай
2,40	1175	3,01	1028	3,22	780	3,43	570	4,04	380
2,41	1168	3,02	1021	3,23	770	3,44	560	4,05	375
2,42	1161	3,03	1014	3,24	760	3,45	550	4,06	370
2,43	1154	3,04	1007	3,25	750	3,46	540	4,07	365
2,44	1147	3,05	1000	3,26	740	3,47	530	4,08	360
2,45	1140	3,06	980	3,27	730	3,48	520	4,09	355
2,46	1133	3,07	960	3,28	720	3,49	510	4,10	350
2,47	1126	3,08	940	3,29	710	3,50	500	4,11	345
2,48	1119	3,09	920	3,30	700	3,51	490	4,12	340
2,49	1112	3,10	900	3,31	690	3,52	480	4,13	335
2,50	1105	3,11	890	3,32	680	3,53	470	4,14	330
2,51	1098	3,12	880	3,33	670	3,54	460	4,15	325
2,52	1091	3,13	870	3,34	660	3,55	450	4,16	320
2,53	1084	3,14	860	3,35	650	3,56	440	4,17	315
2,54	1077	3,15	850	3,36	640	3,57	430	4,18	310
2,55	1070	3,16	840	3,37	630	3,58	420	4,19	305
2,56	1063	3,17	830	3,38	620	3,59	410	4,20	300
2,57	1056	3,18	820	3,39	610	4,00	400	4,21	295
2,58	1049	3,19	810	3,40	600	4,01	395	4,22	290
2,59	1042	3,20	800	3,41	590	4,02	390	4,23	285
3,00	1035	3,21	790	3,42	580	4,03	385	4,24	280

**Кестенің жалғасы**

Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай
4,25	275	4,46	170	5,07	65
4,26	270	4,47	165	5,08	60
4,27	265	4,48	160	5,09	55
4,28	260	4,49	155	5,10	50
4,29	255	4,50	150	5,11	45
4,30	250	4,51	145	5,12	40
4,31	245	4,52	140	5,13	35

4,32	240	4,53	135	5,14	30
4,33	235	4,54	130	5,15	25
4,34	230	4,55	125	5,16	20
4,35	225	4,56	120	5,17	15
4,36	220	4,57	115	5,18	10
4,37	215	4,58	110	5,19	5
4,38	210	4,59	105	5,20	0
4,39	205	5,00	100		
4,40	200	5,01	95		
4,41	195	5,02	90		
4,42	190	5,03	85		
4,43	185	5,04	80		
4,44	180	5,05	75		
4,45	175	5,06	70		

**Әскери-спорттық көпсайыс (спорт түрлері бойынша) нәтижелерін бағалау және ұпайларды есептеу КЕСТЕСІ**

**2 километрге жүгіру (ерлер)**

Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай
6,05	1100	6,29	980	6,53	860	7,17	740	7,41	620
6,06	1095	6,30	975	6,54	855	7,18	735	7,42	615
6,07	1090	6,31	970	6,55	850	7,19	730	7,43	610
6,08	1085	6,32	965	6,56	845	7,20	725	7,44	605
6,09	1080	6,33	960	6,57	840	7,21	720	7,45	600
6,10	1075	6,34	955	6,58	835	7,22	715	7,46	595
6,11	1070	6,35	950	6,59	830	7,23	710	7,47	590
6,12	1065	6,36	945	7,00	825	7,24	705	7,48	585
6,13	1060	6,37	940	7,01	820	7,25	700	7,49	580
6,14	1055	6,38	935	7,02	815	7,26	695	7,50	575
6,15	1050	6,39	930	7,03	810	7,27	690	7,51	570
6,16	1045	6,40	925	7,04	805	7,28	685	7,52	565
6,17	1040	6,41	920	7,05	800	7,29	680	7,53	560
6,18	1035	6,42	915	7,06	795	7,30	675	7,54	555
6,19	1030	6,43	910	7,07	790	7,31	670	7,55	550
6,20	1025	6,44	905	7,08	785	7,32	665	7,56	545
6,21	1020	6,45	900	7,09	780	7,33	660	7,57	540
6,22	1015	6,46	895	7,10	775	7,34	655	7,58	535
6,23	1010	6,47	890	7,11	770	7,35	650	7,59	530

6,24	1005	6,48	885	7,12	765	7,36	645	8,00	525
6,25	1000	6,49	880	7,13	760	7,37	640	8,01	520
6,26	995	6,50	875	7,14	755	7,38	635	8,02	515
6,27	990	6,51	870	7,15	750	7,39	630	8,03	510
6,28	985	6,52	865	7,16	745	7,40	625	8,04	505

### Кестенің жалғасы

Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай
8,05	500	8,29	380	8,53	260
8,06	495	8,30	375	8,54	255
8,07	490	8,31	370	8,55	250
8,08	485	8,32	365	8,56	245
8,09	480	8,33	360	8,57	240
8,10	475	8,34	355	8,58	235
8,11	470	8,35	350	8,59	230
8,12	465	8,36	345	9,00	225
8,13	460	8,37	340	9,01	220
8,14	455	8,38	335	9,02	215
8,15	450	8,39	330	9,03	210
8,16	445	8,40	325	9,04	205
8,17	440	8,41	320	9,05	200
8,18	435	8,42	315	9,06	195
8,19	430	8,43	310	9,07	190
8,20	425	8,44	305	9,08	185
8,21	420	8,45	300	9,09	180
8,22	415	8,46	295	9,10	175
8,23	410	8,47	290	9,11	170
8,24	405	8,48	285	9,12	165
8,25	400	8,49	280	9,13	160
8,26	395	8,50	275	9,14	155
8,27	390	8,51	270	9,15	150
8,28	385	8,52	265	9,16	145

### 2 километрге жүгіру (ерлер)

Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай
9,17	140	9,25	100	9,33	60	9,41	20
9,18	135	9,26	95	9,34	55	9,42	15
9,19	130	9,27	90	9,35	50	9,43	10
9,20	125	9,28	85	9,36	45	9,44	5
9,21	120	9,29	80	9,37	40	9,45	0
9,22	115	9,30	75	9,38	35		
9,23	110	9,31	70	9,39	30		
9,24	105	9,32	65	9,40	25		

**Әскери-спорттық көпсайыс (спорт түрлері бойынша) нәтижелерін бағалау және ұпайларды есептеу КЕСТЕСІ**

**3 километрге жүгіру (ерлер)**

Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай
9,30	1160	9,54	1064	10,18	968	10,42	872	11,06	776
9,31	1156	9,55	1060	10,19	964	10,43	868	11,07	772
9,32	1152	9,56	1056	10,20	960	10,44	864	11,08	768
9,33	1148	9,57	1052	10,21	956	10,45	860	11,09	764
9,34	1144	9,58	1048	10,22	952	10,46	856	11,10	760
9,35	1140	9,59	1044	10,23	948	10,47	852	11,11	756
9,36	1136	10,00	1040	10,24	944	10,48	848	11,12	752
9,37	1132	10,01	1036	10,25	940	10,49	844	11,13	748
9,38	1128	10,02	1032	10,26	936	10,50	840	11,14	744
9,39	1124	10,03	1028	10,27	932	10,51	836	11,15	740
9,40	1120	10,04	1024	10,28	928	10,52	832	11,16	736
9,41	1116	10,05	1020	10,29	924	10,53	828	11,17	732
9,42	1112	10,06	1016	10,30	920	10,54	824	11,18	728
9,43	1108	10,07	1012	10,31	916	10,55	820	11,19	724
9,44	1104	10,08	1008	10,32	912	10,56	816	11,20	720
9,45	1100	10,09	1004	10,33	908	10,57	812	11,21	716
9,46	1096	10,10	1000	10,34	904	10,58	808	11,22	712
9,47	1092	10,11	996	10,35	900	10,59	804	11,23	708
9,48	1088	10,12	992	10,36	896	11,00	800	11,24	704
9,49	1084	10,13	988	10,37	892	11,01	796	11,25	700
9,50	1080	10,14	984	10,38	888	11,02	792	11,26	696
9,51	1076	10,15	980	10,39	884	11,03	788	11,27	692
9,52	1072	10,16	976	10,40	880	11,04	784	11,28	688
9,53	1068	10,17	972	10,41	876	11,05	780	11,29	684

**Кестенің жалғасы**

Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай
11,30	680	11,54	584	12,18	488
11,31	676	11,55	580	12,19	484
11,32	672	11,56	576	12,20	480
11,33	668	11,57	572	12,21	476
11,34	664	11,58	568	12,22	472
11,35	660	11,59	564	12,23	468
11,36	656	12,00	560	12,24	464
11,37	652	12,01	556	12,25	460
11,38	648	12,02	552	12,26	456
11,39	644	12,03	548	12,27	452
11,40	640	12,04	544	12,28	448
11,41	636	12,05	540	12,29	444



11,42	632	12,06	536	12,30	440
11,43	628	12,07	532	12,31	436
11,44	624	12,08	528	12,32	432
11,45	620	12,09	524	12,33	428
11,46	616	12,10	520	12,34	424
11,47	612	12,11	516	12,35	420
11,48	608	12,12	512	12,36	416
11,49	604	12,13	508	12,37	412
11,50	600	12,14	504	12,38	408
11,51	596	12,15	500	12,39	404
11,52	592	12,16	496	12,40	400
11,53	588	12,17	492	12,41	396

### 3 километрге жүгіру (ерлер)

Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай
12,42	392	13,02	312	13,22	232	13,42	152	14,02	72
12,43	388	13,03	308	13,23	228	13,43	148	14,03	68
12,44	384	13,04	304	13,24	224	13,44	144	14,04	64
12,45	380	13,05	300	13,25	220	13,45	140	14,05	60
12,46	376	13,06	296	13,26	216	13,46	136	14,06	56
12,47	372	13,07	292	13,27	212	13,47	132	14,07	52
12,48	368	13,08	288	13,28	208	13,48	128	14,08	48
12,49	364	13,09	284	13,29	204	13,49	124	14,09	44
12,50	360	13,10	280	13,30	200	13,50	120	14,10	40
12,51	356	13,11	276	13,31	196	13,51	116	14,11	36
12,52	352	13,12	272	13,32	192	13,52	112	14,12	32
12,53	348	13,13	268	13,33	188	13,53	108	14,13	28
12,54	344	13,14	264	13,34	184	13,54	104	14,14	24
12,55	340	13,15	260	13,35	180	13,55	100	14,15	20
12,56	336	13,16	256	13,36	176	13,56	96	14,16	16
12,57	332	13,17	252	13,37	172	13,57	92	14,17	12
12,58	328	13,18	248	13,38	168	13,58	88	14,18	8
12,59	324	13,19	244	13,39	164	13,59	84	14,19	4
13,00	320	13,20	240	13,40	160	14,00	80	14,20	0
13,01	316	13,21	236	13,41	156	14,01	76		

**Әскери-спорттық көпсайыс (спорт түрлері бойынша) нәтижелерін бағалау және ұпайларды есептеу КЕСТЕСІ**

### 3 километрге жүгіру (қонышы биік бәтеңкемен)

Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай
9,30	1280	9,50	1200	10,10	1120	10,30	1040	10,50	960
9,31	1276	9,51	1196	10,11	1116	10,31	1036	10,51	956
9,32	1272	9,52	1192	10,12	1112	10,32	1032	10,52	952

9,33	1268	9,53	1188	10,13	1108	10,33	1028	10,53	948
9,34	1264	9,54	1184	10,14	1104	10,34	1024	10,54	944
9,35	1260	9,55	1180	10,15	1100	10,35	1020	10,55	940
9,36	1256	9,56	1176	10,16	1096	10,36	1016	10,56	936
9,37	1252	9,57	1172	10,17	1092	10,37	1012	10,57	932
9,38	1248	9,58	1168	10,18	1088	10,38	1008	10,58	928
9,39	1244	9,59	1164	10,19	1084	10,39	1004	10,59	924
9,40	1240	10,00	1160	10,20	1080	10,40	1000	11,00	920
9,41	1236	10,01	1156	10,21	1076	10,41	996	11,01	916
9,42	1232	10,02	1152	10,22	1072	10,42	992	11,02	912
9,43	1228	10,03	1148	10,23	1068	10,43	988	11,03	908
9,44	1224	10,04	1144	10,24	1064	10,44	984	11,04	904
9,45	1220	10,05	1140	10,25	1060	10,45	980	11,05	900
9,46	1216	10,06	1136	10,26	1056	10,46	976	11,06	896
9,47	1212	10,07	1132	10,27	1052	10,47	972	11,07	892
9,48	1208	10,08	1128	10,28	1048	10,48	968	11,08	888
9,49	1204	10,09	1124	10,29	1044	10,49	964	11,09	884

### Кестенің жалғасы

Нәтиже секунд)	(минут, Ұпай	Нәтиже секунд)	(минут, Ұпай	Нәтиже секунд)	(минут, Ұпай
11,10	880	11,30	800	11,50	720
11,11	876	11,31	796	11,51	716
11,12	872	11,32	792	11,52	712
11,13	868	11,33	788	11,53	708
11,14	864	11,34	784	11,54	704
11,15	860	11,35	780	11,55	700
11,16	856	11,36	776	11,56	696
11,17	852	11,37	772	11,57	692
11,18	848	11,38	768	11,58	688
11,19	844	11,39	764	11,59	684
11,20	840	11,40	760	12,00	680
11,21	836	11,41	756	12,01	676
11,22	832	11,42	752	12,02	672
11,23	828	11,43	748	12,03	668
11,24	824	11,44	744	12,04	664
11,25	820	11,45	740	12,05	660
11,26	816	11,46	736	12,06	656
11,27	812	11,47	732	12,07	652
11,28	808	11,48	728	12,08	648
11,29	804	11,49	724	12,09	644

### 3 километрге жүгіру (қонышы биік бәтеңкемен)

Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай
12,10	640	12,34	544	12,58	448	13,22	352	13,46	256
12,11	636	12,35	540	12,59	444	13,23	348	13,47	252

12,12	632	12,36	536	13,00	440	13,24	344	13,48	248
12,13	628	12,37	532	13,01	436	13,25	340	13,49	244
12,14	624	12,38	528	13,02	432	13,26	336	13,50	240
12,15	620	12,39	524	13,03	428	13,27	332	13,51	236
12,16	616	12,40	520	13,04	424	13,28	328	13,52	232
12,17	612	12,41	516	13,05	420	13,29	324	13,53	228
12,18	608	12,42	512	13,06	416	13,30	320	13,54	224
12,19	604	12,43	508	13,07	412	13,31	316	13,55	220
12,20	600	12,44	504	13,08	408	13,32	312	13,56	216
12,21	596	12,45	500	13,09	404	13,33	308	13,57	212
12,22	592	12,46	496	13,10	400	13,34	304	13,58	208
12,23	588	12,47	492	13,11	396	13,35	300	13,59	204
12,24	584	12,48	488	13,12	392	13,36	296	14,00	200
12,25	580	12,49	484	13,13	388	13,37	292	14,01	196
12,26	576	12,50	480	13,14	384	13,38	288	14,02	192
12,27	572	12,51	476	13,15	380	13,39	284	14,03	188
12,28	568	12,52	472	13,16	376	13,40	280	14,04	184
12,29	564	12,53	468	13,17	372	13,41	276	14,05	180
12,30	560	12,54	464	13,18	368	13,42	272	14,06	176
12,31	556	12,55	460	13,19	364	13,43	268	14,07	172
12,32	552	12,56	456	13,20	360	13,44	264	14,08	168
12,33	548	12,57	452	13,21	356	13,45	260	14,09	164

### Кестенің жалғасы

Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай	Нәтиже (минут, секунд)	Ұпай
14,10	160	14,34	64
14,11	156	14,35	60
14,12	152	14,36	56
14,13	148	14,37	52
14,14	144	14,38	48
14,15	140	14,39	44
14,16	136	14,40	40
14,17	132	14,41	36
14,18	128	14,42	32
14,19	124	14,43	28
14,20	120	14,44	24
14,21	116	14,45	20
14,22	112	14,46	16
14,23	108	14,47	12
14,24	104	14,48	8
14,25	100	14,49	4
14,26	96	14,50	0
14,27	92		
14,28	88		

14,29	84		
14,30	80		
14,31	76		
14,32	72		
14,33	68		

**Әскери-спорттық көпсайыс (спорт түрлері бойынша) нәтижелерін бағалау және ұпайларды есептеу КЕСТЕСІ**

Белтемірде тартылу (киім үлгісі – әскери далалық стильде, немесе әскери далалық)

Нәтиже (саны рет)	Ұпай	Нәтиже (саны рет)	Ұпай	Нәтиже (саны рет)	Ұпай	Нәтиже (саны рет)	Ұпай
59	1990	41	1450	23	910	5	370
58	1960	40	1420	22	880	4	340
57	1930	39	1390	21	850	3	310
56	1900	38	1360	20	820	2	280
55	1870	37	1330	19	790	1	250
54	1840	36	1300	18	760		
53	1810	35	1270	17	730		
52	1780	34	1240	16	700		
51	1750	33	1210	15	670		
50	1720	32	1180	14	640		
49	1690	31	1150	13	610		
48	1660	30	1120	12	580		
47	1630	29	1090	11	550		
46	1600	28	1060	10	520		
45	1570	27	1030	9	490		
44	1540	26	1000	8	460		
43	1510	25	970	7	430		
42	1480	24	940	6	400		

**Оқ ату бойынша жарыстардағы жаттығулардың шарттары**

Макаров тапаншасы-1 – Макаров тапаншасынан № 4 қозғалмайтын нысана (шеңберлер сызылған кеуде пішіні) бойынша 25 метрге оқ ату, 3 сынақ және 10 есепке алынатын ату.

Макаров тапаншасы-3 - Макаров тапаншасынан № 4 нысана (шеңберлер сызылған кеуде пішіні) бойынша 25 метрге оқ ату, 5 сынақ және 30 есепке алынатын ату (6x5).

Калашников автоматы-1 – автоматтан № 4 нысана (шеңберлер сызылған кеуде пішіні) бойынша 100 метрге тіреусіз жатқан қалпында бір-бірлеп оқ ату, 3 сынақ және 10 есепке алынатын ату.

Калашников автоматы-2 – автоматтан № 7 нысана (белге дейінгі кеуде пішіні) бойынша тіреусіз үш қалыптан (жатқан, тізе бүккен, тұрған күйде) кезектермен оқ ату, әрбір қалыпта 10 есепке алынатын ату (3x10).

Калашников автоматы-3 – автоматтан № 4 нысана (шеңберлер сызылған кеуде пішіні) бойынша тіреусіз үш қалыптан (жатқан, тізе бүккен, тұрған күйде) бір-бірлеп 100 метрге оқ ату, әрбір қалыпта 3 сынақ және 10 есепке алынатын ату (3x10).

Мерген винтовкасы-1 – оптикалық көздеуіші бар мерген винтовкасынан № 4 нысана (шеңберлер сызылған кеуде пішіні) бойынша 300 метрге тіреусіз үш қалыптан (жатқан, тізе бүккен, тұрған күйде) оқ ату, әрбір қалыпта 3 сынақ және 10 есепке алынатын ату (3x10).

Мерген винтовкасы-2 – оптикалық көздеуіші бар мерген винтовкасынан № 4 нысана (шеңберлер сызылған кеуде пішіні) бойынша таянып жатқан қалпында 300 метрге оқ ату, 5 сынақ және 20 есепке алынатын ату (2x10).

**Жаттығуларды орындау шарттары**

Жаттығу индексі	Оқ ату арақашықтығы, (метр)	Нысана	Атулар саны		Оқ атуға уақыт		Топтамалар (атулар) саны
			сынақ	есептік	сынақ	есептік	
Макаров тапаншасы-1	25	№4 – шеңберлер сызылған кеуде пішіні (қозғалмайтын)	3	10	3 минут	8 минут	2 x 5
Макаров тапаншасы-3	25	№4 - шеңберлер сызылған кеуде пішіні (қозғалмайтын)	5	30	5 минут	1 топтамаға 4 минут	6 x 5

**Жаттығуларды орындау шарттары**

Жаттығу индексі	Оқ ату арақашықтығы, (м)	Нысана	Атулар саны		Оқ атуға уақыт		Қалып және оқ ату түрі
			сынақ	есептік	сынақ	есептік	
Калашников автоматы-1	100	№4 шеңберлер сызылған кеуде пішіні	3	10	2 минут	8 минут	Жатқан қалпында (қолдан); бір-бірлеп оқ ату
Калашников автоматы-2	200	№7 – белге дейінгі кеуде пішіні	-	30 (3x10)	-	жатқан қалпында-15 секунд, тізе бүгіп -20 секунд, тұрған қалпында -25	Үш қалыпта: жатқан қалпында (қолдан), тізе бүгіп, тұрған қалпында;

						секунд	автоматты атыс (кезекпен)
Калашников автоматы-3	100	№4 шеңберлер сызылған кеуде пішіні	9 (3x3)	30 (3x10)	жатқан қалпында 2 минут, тізе бүгіп - 3 минут, тұрған қалпында 4 минут	жатқан қалпында 8 минут, тізе бүгіп - 10 минут, тұрған қалпында 12 минут	Үш қалыпта: жатқан қалпында (қолдан), тізе бүгіп, тұрған қалпында; бір- бірлеп оқ ату
Мерген винтовкасы- 1	300	№4 шеңберлер сызылған кеуде пішіні	9 (3x3)	30 (3x10)	Әрбір қалыпта 3 минут	Әрбір қалыпта 15 минут	Үш қалыпта: жатқан қалпында (қолдан), тізе бүгіп, тұрған қалпында; бір- бірлеп оқ ату
Мерген винтовкасы- 2	300	№4 шеңберлер сызылған кеуде пішіні	6	20	5 минут	30 минут	Жатқан қалпында (қолдан); бір- бірлеп оқ ату

Әскери-қолданбалы спорт түрлері  
бойынша Халықаралық Одағының  
әскери-қолданбалы спорт түрлері  
жөніндегі қағидаларына  
4-қосымша

**Айқын басымдылық беру, ұпайларды есептеу және жекпе-жек нәтижелерін айқындау,  
спортшылардың жарақатқа әкеп соқтыратын іс-қимылдарын төрелік бағалау шарттары**

1. Сайыскерлердің техникалық әрекеттерін кілемдегі төрешілер бағалайды.

Жекпе-жек:

1) уақыт аяқталысымен;

2) сайыскерлердің біреуінде айқын басымдылық болғанда;

3) сайыскерлердің біреуі жарыстан шеттетілген жағдайда;

4) алған жарақатынан қатысушылардың біреуі сайысты жалғастыра алмауына байланысты аяқталады.

2. Айқын басымдылық беріледі

1) нәтижесінде қарсыласы қимыл-қозғалыс үйлесімін жоғалтып, қорғана алмай қалатын – НОКАУТ шабуылдау қимылы үшін сайыскерге;

2) қарсыласы екі НОКДАУН алған жағдайда сайыскерге;

3) ауырту немесе тұншықтыру тәсілін қолданған сайыскерге;

4) қарсыласы жекпе-жекте жалғастырудан бас тартқан сайыскерге;

5) қарсыласы сайысқа келмеген немесе жіберген бұзушылықтары үшін шеттетілген сайыскерге;

6) қарсыласы сайысқа қайта шақырғаннан кейін 2 минут ішінде сайысқа келмеген сайыскерге;

7) өкілі (секундант) өз спортшысын сайыстан алып тастаған немесе оны жалғастырудан бас тартқан сайыскерге;

8) 10 балл басымдығы болған жағдайда сайыскерге;

9) сайыскерлердің сайыс барысында жарақаттауға әкеп соқтыратын әрекеттерінің бағасы бойынша.

Жарақаттың болуын, оның ауырлығын және жарақат алған қатысушының сайысты (жарысты) жалғастыру мүмкіндігін жарыстардың дәрігері айқындайды. Жарақаттаудағы кінәні төрешілер үштігі айқындайды.

### 3. Ұпайларды есептеу тәртібі.

P/c №	Әрекеттердің бағасы	Баллдар			
		1 балл	2 балл	Таза жеңіс	
1.	Қолмен соққы берулер	денеге	+		
		басқа	+		
2.	Қолмен және (немесе) аяқпен соққы сериялары	басқа		+	
		денеге		+	
3.	Аяқпен соққы берулер	денеге	+		
		басқа		+	
		аяққа баға берілмейді			
4.	Ауырту тәсілдері Ауырту тәсілін орындау үшін спортшыға 20 секундтан аспайтын уақыт беріледі. Жеңілгені туралы спортшының белгісінен кейін (дауыспен немесе қолымен не аяғымен тарсылдатумен) есептеледі				+
5.	Тұншықтыру тәсілі				+
P/c №	Әрекеттердің бағасы	Баллдар			
		1 балл	2 балл	Таза жеңіс	
6.	Нокдаун Нокдаун кезінде техникалық әрекет үшін ұпай санына 2 ұпай қосылады			+	
7.	Нокаут				+
8.	Лақтырулар Қапсыра ұстап лақтыру немесе партерде күресті орындауға 15 секундтан аспайтын уақыт беріледі	құлау арқылы арқаға, жанға лақтыру	+		
		құламай арқаға, жанға лақтыру		+	
Ескертпе: Соққы берген кезде тек рұқсат етілген аймақтарға қатты бағытталған соққылар ғана есептеледі. Қапсыра ұстап, аяққа берілген және "жату" қалпында жасалған соққылар бағаланбайды, бірақ осындай соққылардың нәтижесінде алынған нокдаун мен нокаут бағаланады					
9.	Тыйым салынған техникалық әрекет ескерту (баллдар қарсыласқа есептеледі)	бірінші рет – ескерту			
		екінші рет	-		
		1-ші ескерту үшінші рет – 2-ші ескерту	+		
		төртінші рет – кейіннен шеттетуге 3-ші ескерту		+	

10.	Күрес кезінде екі аяғымен кілем шеңберінен тыс шыққаны үшін ескерту жарияланады	Кілемнің шетінен тыс шығу санына карамастан, спортшының кілем шеңберінен әрбір тыс шыққаны үшін ескерту, ал оның қарсыласына 1 балл жарияланады	+		
11.	Шақыру бойынша кешіккені үшін немесе сайыс алдында жабдық бойынша ескертулерді жойған кезде спортшыға жарияланады (баллдар қарсыласқа есептеледі)	1 минутқа дейін – ескертпе			
		1-ден 1.30 минутқа дейін – 1-ші ескерту	+		
		1.30-дан 2 минутқа дейін – 2-ші ескерту		+	
		2 минуттан артық – кейіннен шеттетуге 3-ші ескерту			
12.	10 балл айырмашылығы болған кезде айқын басымдылық беріледі				

Жекпе-жек есебі тең болған кезде жеңіс бірінші техникалық әрекет бойынша беріледі.

4. Жарақатқа әкеп соқтыратын спортшылар әрекетіне төрелік баға беру:

1) жарақаттың болуын, оның ауырлығын және сайысты жалғастыру мүмкіндігін жарыстардың дәрігері айқындайды. Сайыстан босатуды дәрігердің қорытындысы негізінде бас төреші немесе оның орынбасары береді;

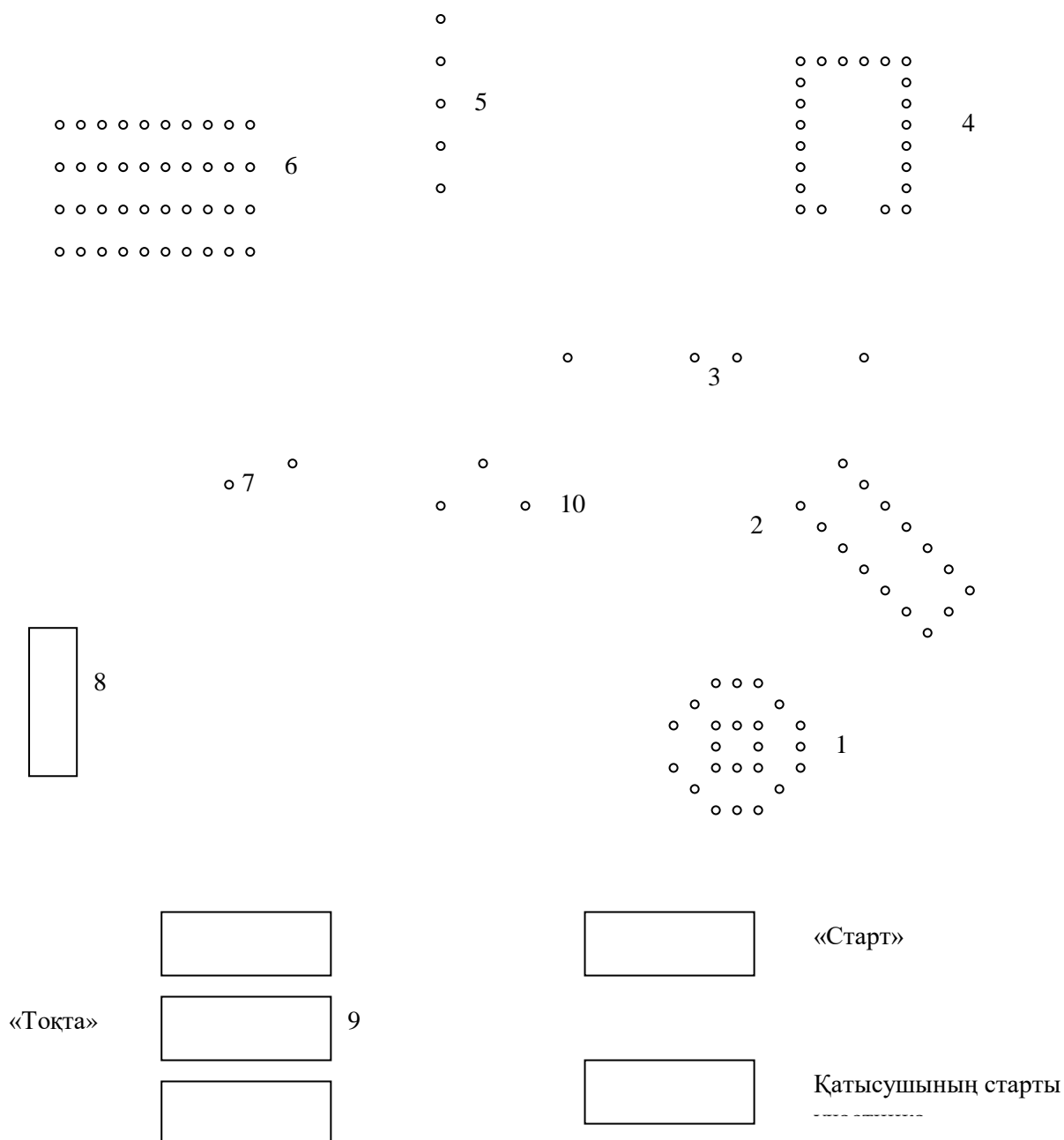
2) нәтижесінде қарсыласы сайысты жалғастыра алмауы мүмкін, оның кінәсінен тыйым салынған тәсілді қолдануы салдарынан жарақат келтірген сайыскер осы жекпе-жектен шеттетіледі және оған жеңіліс, ал оның қарсыласына жеңіс есептеледі.

3) егер сайыскер қарсыластың кінәсінен болмаған жарақат алса және сайысты жалғастыра алмайтын болса, оған жеңіліс есептеледі. Оның қарсыласына жеңіс есептеледі.

4) егер екі сайыскер бір уақытта жарақат алып, жекпе-жектегі жалғастыра алмайтын болса (екеуі де кінәлі), онда екеуіне де жеңіліс есептеледі.



**Жылдам маневр жасау трассасы айып шеңберімен (вариант)**



- 1 – «Шеңбер»
- 2 – «Бокс»
- 3 – «Сегіздік»
- 4 – «Кері бұрылудың шектеулі орны»
- 5 – «Еселенбеген жыланша»

- 6 – «Ара»
- 7 – «Діңгектер»
- 8 – «Жолтабан»
- 9 – «Тоқта»
- 10 – Айып шеңбері

\_\_\_\_\_ (жарыс тобы)

\_\_\_\_\_ Бастапқы № \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ (жарыстардың атауы)

\_\_\_\_\_ (өткізу орны)

\_\_\_\_\_ (жарыс күні, командалар)

**Қатысушы карточкасы**

Әскери атағы \_\_\_\_\_

Тегі, Аты, Әкесінің аты \_\_\_\_\_

Туған жылы және айы \_\_\_\_\_

Спорттық разряд \_\_\_\_\_

Автомобильді басқару құқығына куәлік \_\_\_\_\_

Нәтижесі \_\_\_\_\_

Командалық сынаққа арналған нәтиже \_\_\_\_\_

Орын \_\_\_\_\_

Жіктеу ұпайлары \_\_\_\_\_

Мөр орны

Бас хатшы \_\_\_\_\_

(санаты, қолы, Т. А. Ә.)

Хаттама

жарыс нәтижелері \_\_\_\_\_ жылдам маневрлеу бойынша  
(жарыстардың атауы)

\_\_\_\_\_ (өткізу орны)

\_\_\_\_\_ (жарыс күні)

Старт жасаған(жарысты бастаған) қатысушылар \_\_\_\_\_

I Спорттық разряд - \_\_\_\_\_

III Спорттық разряд - \_\_\_\_\_

II Спорттық разряд - \_\_\_\_\_

Спорттық разрядсыз - \_\_\_\_\_

Жарыс тобы \_\_\_\_\_

Бастапқы(старттық) нөмір	Тегі, инициалдары	Спорттық разряд	Команда	Қашықтықты өту уақыты (трассаны)	Алған орны	Командалық есеп үшін ұпай саны	Жіктеу ұпайларының саны

Бас төреші \_\_\_\_\_

(санаты, қолы, Т. А. Ә.)

Бас хатшы \_\_\_\_\_

(санаты, қолы, Т. А. Ә.)

Командир (бастық) \_\_\_\_\_

(әскери атағы, қолы)

« » \_\_\_\_\_ 201 \_\_\_\_ г.

**ӨТІНІМ**

\_\_\_\_\_ әскери бөлім (әскери оқу орны)командасының қатысуына

\_\_\_\_\_ чемпионатта \_\_\_\_\_ бойынша

(жарыстың атауы)

(спорттың түрі)

№ р/саны	Әскери атағы	Тегі, аты, әкесінің аты	Туылған жылы	Спорттық разряд	Дәрігердің жарыстарға жіберу туралы бұрыштамасы(визасы) және мөрі

Спорт комитетінің төрағасы \_\_\_\_\_

(әскери атағы, Т. А. Ә.)

Командирдің дене дайындығы жөніндегі көмекшісі \_\_\_\_\_

(әскери атағы, Т. А. Ә.)

Дәрігер \_\_\_\_\_

(қолы, Т. А. Ә.)

## Жарыстарға қатысуға рұқсат беру комиссиясының хаттамасы

бойынша

(жарыстардың атауы)

« \_\_\_\_\_ » 20 \_\_\_\_\_ ж \_\_\_\_\_ қаласы  
(өткізу мерзімі) (өткізу орны)

№ р/са ны	Тегі, аты, әкесінің аты	Туылған жылы	Спорттық разряды	Спорттық ұйым
Команда атауы				
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
команда өкілінің аты-жөні(Т. А. Ә.)				
команда жаттықтырушысының аты-жөні(Т. А. Ә.)				
команда атауы				
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
команда өкілінің аты-жөні(Т. А. Ә.)				
команда жаттықтырушысының аты-жөні(Т. А. Ә.)				

Рұқсат беру жөніндегі комиссия төрағасы \_\_\_\_\_ (Т. А. Ә.)

Жарыстардың бас хатшысы \_\_\_\_\_ (Т. А. Ә.)

Дәрігер \_\_\_\_\_ (Т. А. Ә.)

ХАТТАМА  
жарыс қашықтығын өтуді бақылау

(жарыстың атауы)

Қашықтық \_\_\_\_\_

Бақылау пункткінің № \_\_\_\_\_

№ р/с	1кр.	2кр.	3кр.	5кр.	6кр.	7кр.	8кр.	9кр.	финиш
1									
2									
3									
4									
5									
6									
7									
8									
9									
10									
11									
12									
13									
14									
15									
16									
17									
18									
19									
20									

Төреші: \_\_\_\_\_

(қолы, Т. А. Ә.)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ ж.

## МӘРЕ ЖӘНЕ ХРОНОМЕТРАЖ ХАТТАМАСЫ

(жарыстың атауы)

Қашықтық \_\_\_\_\_

Жүгіру № \_\_\_\_\_

№ р/с	Қатысушының №	Басталу уақыты	Мәре уақыты	Нәтижесі	Ескертпе
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					

Аға төреші-секундометрист: \_\_\_\_\_  
(санаты, қолы, Т. А. Ә.)

Судья-секундометрист \_\_\_\_\_  
(санаты, қолы, Т. А. Ә.)

Хатшы \_\_\_\_\_  
(санаты, қолы, Т. А. Ә.)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ ж.

## БАСТАПҚЫ (СТАРТТЫҚ) ХАТТАМА

Жарыстар \_\_\_\_\_

(жарыстың атауы)

Жүгіру № \_\_\_\_\_

№ р/с	Фамилиясы, инициалдары	Команда номері	Қатысушының номері	Басталу (старт) уақыты
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				

Аға төреші \_\_\_\_\_  
(санаты, қолы, Т. А. Ә.)Хатшы: \_\_\_\_\_  
(санаты, қолы, Т. А. Ә.)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ ж.



## ХАТТАМА

Жарыстар \_\_\_\_\_

(жарыстың атауы)

тартылу бойынша \_\_\_\_\_

№ п/п	Тегі, аты, әкесінің аты	Нәтижесі	Балл саны
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			

Аға төреші \_\_\_\_\_

(санаты, қолы, Т. А. Ә.)

Хатшы: \_\_\_\_\_

(санаты, қолы, Т. А. Ә.)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ ж.





ХАТТАМА

қысқы (жазғы) чемпионатта гимнастика бойынша белтемірде (брусьяда, тіреп секіруде) жарыстар

снарядтың атауы \_\_\_\_\_

Өткізу орны \_\_\_\_\_

№ р/с	Фамилиясы, инициалдары	Қатысушының №	Команда	жагтығулар №	Судьялардың бағасы, балдар			Орташа баға	Қорытынды бағалау	Ескертпе
					1	2	3			

Бас төреші \_\_\_\_\_  
(санаты, қолы, Т. А. Ә.)

Төрешілер \_\_\_\_\_  
(санаты, қолы, Т. А. Ә.)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ ж.

**ЖИЫНТЫҚ ХАТТАМА**  
қысқы (жазғы) чемпионаттағы гимнастика бойынша жарыстар

(чемпионат атауы)

№ р/с	Фамилиясы, инициалдары	Қатысушы нөмірі	Команда	Жаттығу нөмірі, бағалау			Сомасы	Ұпайлар	Жеке орны	Ескертпе
				Керме	Брусьтер	Секіру				

Гимнастика бойынша аға төреші \_\_\_\_\_  
(санаты, қолы, Т. А. Ә.)

Хатшы \_\_\_\_\_  
(санаты, қолы, Т. А. Ә.)

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ ж.

## ХАТТАМА

Граната лақтыру бойынша \_\_\_\_\_ жарыстар  
(жарыстың атауы)

№ р/с	Фамилиясы, инициалдары	Команда	Қатысушы нөмірі	Қашықтыққа		Дәлдікке	Орындалған разряд	Орны	Ескертпе
				Нәтижесі	Ұпайлар(көпсайыс үшін)	Ұпайлар нәтижесі			

Бас төреші \_\_\_\_\_  
(санаты, қолы, Т. А. Ә.)

Хатшы \_\_\_\_\_  
(санаты, қолы, Т. А. Ә.)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ ж.



ХАТТАМА

жүзу бойынша \_\_\_\_\_ жарыстар  
(жарыстың атауы)

№ р/с	Әскери атағы	Фамилиясы, инициалдары	команда №	Жүзу (запльв)	Жол-із (дорожка)	Результат		Орындалған разряд	Орны
						Уақыт	Ұпайлар(көпса йыс үшін)		

Аға төреші-секундометрист \_\_\_\_\_  
(санаты, қолы, Т. А. Ә.)

Хатшы \_\_\_\_\_  
(санаты, қолы, Т. А. Ә.)

«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ ж.



**Жарыстардың ауқымы мен сипатына қарай "Әскери-қолданбалы спорт" спорт түрінің спорттық пәндері бойынша Бас төрешілер алқасының (БТА) және төрешілер бригадаларының құрамы**

№	Төрешілер алқасының құрамы	Жарыс мәртебесі		
		1	2	3
<b>БТА</b>		<b>Қажетті саны</b>		
1.	Бас төреші(судья)	1	1	1
2.	Бас хатшы	1	1	1
3.	Бас төрешінің(судьяның) орынбасары	2	2	1
4.	Бас хатшының орынбасары	1	1	1
<b>Төрешілер</b>				
1.	Спорт түрлері бойынша бас төреші(судья)	5	5	5
2.	Спорт түрлері бойынша төреші(судья)	5	5	5
3.	Спорт түрлері бойынша хатшы	5	5	5
4.	Судья - хатшы	5	5	5
5.	Судья-бақылаушы	8	7	6
6.	Бұрылыстағы судья	2	2	2
7.	Қашықтықтағы судья	5	4	4
8.	Трасса бойынша аға төреші(судья)	1	1	1
9.	Трассалар бойынша төреші(судья)	1	1	1
10.	Граната лақтыру бойынша бас төреші(судья)	1	1	1
11.	Граната лақтыру бойынша төреші(судья)	6	5	4
12.	Қару және жарақ жөніндегі аға төреші(судья)	1	1	1
13.	Қару және жарақ жөніндегі төреші(судья)	2	2	2
14.	Қатысушылар жанындағы төреші	2	2	2
15.	Бақылау пунктіндегі төреші(судья)	6	6	6
16.	Старттағы аға төреші(судья)	1	1	1
17.	Старттағы төреші(судья)	3	2	1
18.	Фальстарт бойынша төреші-стартер	1	1	1
19.	Фальстарттық бау-жіптегі(сымдағы)	2	2	2

	стартердің көмекшісі			
20.	Төреші(судья)-стартердің көмекшісі	2	2	1
21.	Мәредегі аға төреші(судья)	1	1	1
22.	Мәредегі төреші(судья)	4	4	4
23.	Мәредегі төреші(судья)-фиксатор на	4	4	4
24.	Келу тәртібінің төрешісі(судьясы)	4	4	4
25.	Келу тәртібінің хатшысы	4	4	4
26.	Аға төреші(судья)-секундометрист	1	1	1
27.	Төреші(судья)-секундометрист	5	3	2
28.	Аға төреші(судья)- КОР	1	1	1
29.	Төреші(судья)- КОР	3	3	3
30.	Оқ-ату сызығының төрешісі(судьясы)	1	1	1
31.	Нысана сызығының төрешісі(судьясы)	1	1	1
32.	Нысаналар сызығының секторлық төрешісі(судьясы)	2	1	1
33.	Нысаналар сызығының төрешісі(судьясы)	2	1	1
34.	Нысаналарды дайындау жөніндегі төреші(судья)	3	3	3
35.	Төреші(судья)-есептегіш	8	7	6
36.	Төреші(судья)--көрсеткіш	3	3	1
37.	Төреші(судья)--ақпарат беруші	2	1	1
<b>ВСЕГО:</b>		<b>125</b>	<b>108</b>	<b>99</b>

**"Әскери-қолданбалы спорт" спорт түрі бойынша жарыстардың ауқымы мен сипатына қарай тағайындалатын Техникалық персоналдың саны**

№	Қызмет көрсетуші персонал	Жарыстар мәртебесі		
		1	2	3
1.	Дәрігер	1	1	1
2.	Медициналық-санитарлық қызметкерлер ("жедел жәрдем" машинасымен)	2	1	1
3.	Жарыс коменданты	1	1	1
4.	Қашықтық бастығы	1	1	1
5.	Жұмысшылар	6	5	4
6.	Құтқару бригадасының бастығы	1	1	1
7.	Байланыс бастығы	1	1	1
11.	Марапаттау тобы	6	2	2
<b>Барлығы:</b>				

Жарыс мәртебесі:

1 – Чемпионат (кубок) страны и выше, чемпионат регионального масштаба и выше, первенство страны и выше среди граждан допризывного возраста;

1 – Ел чемпионаты (кубогы) және одан жоғары, өңірлік ауқымдағы және одан жоғары чемпионат; Әскер қатарына шақыруға дейінгі жастағы азаматтар арасында ел біріншілігі және одан жоғары;

2 – өңірлік ауқымдағы және одан жоғары Чемпионат; Жоғары оқу орындарының, орта арнаулы білім беру мекемелерінің, орта білім беру ұйымдарының Спартакиадасы; Әскер қатарына шақыруға дейінгі жастағы азаматтар арасында, оның ішінде Суворов, Нахимов және басқа да әскери училищелер мен кадет корпустары спортшыларының(қатысушыларының) қатысуымен Спартакиада; Әскер қатарына шақыруға дейінгі жастағы азаматтар

арасында, оның ішінде Суворов, Нахимов және басқа да әскери училищелер мен кадет корпустары спортшыларының(қатысушыларының) қатысуымен Біріншілік; Өңірлік ауқымдағы әскер қатарына шақыруға дейінгі жастағы азаматтар арасындағы Біріншілік.

3 – Жеке спорттық бірлестіктер мен клубтар деңгейіндегі Чемпионат; Әскер қатарына шақыруға дейінгі жастағы азаматтар арасындағы жеке спорттық бірлестіктер мен клубтар деңгейіндегі чемпионат; Әскер қатарына шақыруға дейінгі жастағы азаматтар арасындағы муниципальдық деңгейдегі (қалалық) Чемпионат.

№ 26 қосымша

**СПОРТШЫЛАРДЫҢ "ӘСКЕРИ-ҚОЛДАНБАЛЫ СПОРТ"СПОРТ ТҮРІНДЕ  
ӘСКЕРИ КИІМ НЫСАНЫ КӨЗДЕЛГЕН СПОРТТЫҚ ЖАТТЫҒУЛАРДЫ  
ОРЫНДАУҒА АРНАЛҒАН КИІМ НЫСАНДАРЫ  
(БДД-2009 сәйкес)**

**№ 2В Киім нысаны** – күнделікті, балағы түсіңкі шалбар, бәтеңке (қонышы биік бәтеңке), бас киімсіз, кеудешесі жалаңаш (майкада).

**№ 3В Киім нысаны** – күнделікті, белдік белбеуі бос, бәтеңке (қонышы биік бәтеңке), бас киімсіз, жағасы түймеленбейді.

**№ 4В Киім нысаны** – күнделікті, белдік белбеуі бос, бәтеңке (қонышы биік бәтеңке), бас киімде, жылы күртесіз.

**№ 5В Киім нысаны** – қысқы күнделікті, жылы күртешеде, шалбарда, белдік белбеуі бос, бас киімде.