

**УТВЕРЖДЕН**  
чрезвычайным Конгрессом  
общественной организации  
Объединение юридических лиц  
«Международный Союз по  
военно-прикладным видам спорта»  
(далее - **Международный Союз по  
военно-прикладным видам спорта**)  
«27» июля 2022 г.

**ПРАВИЛА ПО ВОЕННО-ПРИКЛАДНЫМ ВИДАМ СПОРТА  
МЕЖДУНАРОДНОГО СОЮЗА ПО ВОЕННО-ПРИКЛАДНЫМ ВИДАМ СПОРТА**

**Раздел 1. Общие положения**

**Глава 1. Общие положения по военно-прикладным видам спорта**

1. Настоящие Правила по военно-прикладным видам спорта (далее – Правила) определяют порядок организации военно-прикладных видов спорта Международным Союзом по военно-прикладным видам спорта (далее – «Союз»). Военно-спортивные соревнования проводятся с использованием военно-профессиональных приемов и действий, упражнений из программы по физической подготовке, Военно-спортивного комплекса и военно-прикладных видов спорта. Спортивные соревнования по виду спорта «военно-прикладной спорт» проводятся в соответствии с Правилами вида спорта (далее – Правилами), а также Положениями о соревнованиях (далее – Положение).

2. К военно-прикладным видам спорта относятся:

- 1) военно-спортивное многоборье;
- 2) легкая атлетика и ускоренное передвижение;
- 3) лыжный спорт;
- 4) метание гранат;
- 5) перетягивание каната;
- 6) прикладное плавание;
- 7) преодоление полосы препятствий;
- 8) стрельба из табельного оружия;
- 9) упражнения на специальных снарядах;
- 10) армейский рукопашный бой;
- 11) парашютное двоеборье;
- 12) скоростное маневрирование на легковом автомобиле;
- 13) скоростное маневрирование на грузовом автомобиле.

2.1. Для граждан допризывного возраста:

- 1) военизированный кросс;
- 2) полоса препятствий ОКУ;
- 3) метание гранаты ГД (на дальность);
- 4) метание гранаты ГТ (на точность);
- 5) ныряние в длину;
- 6) перетягивание каната в форме;
- 7) плавание с автоматом;
- 8) военное многоборье (ВТ-3);
- 9) военное многоборье (ВТ-4);
- 10) офицерское летнее четырехборье;
- 11) офицерское зимнее четырехборье.

3. По характеру зачета соревнования по военно-прикладным видам спорта делятся на:

1) личные – соревнования по итогам которых, определяются места, занятые отдельными спортсменами (по полу, возрастной категории, весовой категории спортивной квалификации);

2) командные – соревнования по итогам которых, результаты отдельных участников суммируются в общий результат с последующим определением места каждой команде;

3) лично-командные – соревнования по итогам которых, на основании результатов выводятся места, как отдельным участникам, так и командам.

Характер соревнования в каждом отдельном случае определяется Положением о соревновании.

4. Положение о соревновании утверждается учреждением, проводящим соревнование, которое содержит следующие требования:

1) наименование соревнования по военно-прикладному виду спорта;

2) цели и задачи;

3) место и время проведения соревнования;

4) система проведения соревнования;

5) участвующие организации;

6) численный состав спортсменов, тренеров, судей и других участников;

7) пол и год рождения спортсменов;

8) система оценки результатов;

9) медико-санитарное обеспечение;

10) порядок и срок подачи заявок на участие в соревновании;

11) условия командирования участников и судей;

12) порядок награждения чемпионов и призеров соревнования;

13) порядок подачи протестов и их рассмотрение;

14) день приезда и день отъезда участников соревнований и судей.

4.1. Положение о соревнованиях не должно противоречить Правилам соревнований.

4.2. Положение не должно дублировать Правила соревнований.

4.3. Положение о чемпионатах, кубках и первенствах Международного Союза по военно-прикладным видам спорта должно быть разослано потенциальным участникам военно-прикладных видов спорта не менее чем за 3 месяца до начала соревнований, для других соревнований – не позже 2 месяцев.

4.4. Изменение в Положение может вносить только организация, утвердившая его. Обо всех изменениях участники должны быть оповещены не позднее, чем за 30 дней до начала соревнований.

## **Глава 1-1 Организационный комитет.**

1-1.1. Для подготовки и проведения соревнований приказом(решением) соответствующего руководителя(начальника) учреждения создается организационный комитет, состав которого определяется в зависимости от статуса соревнований и количества участников.

1-1.2. Организационный комитет решает следующие задачи:

подготовка и оборудование мест соревнований, обеспечение судейским инвентарём;

оповещение участников соревнований;

обеспечение участников соревнований равноценными судами и инвентарем в соответствии с Положением о соревнованиях;

организация медицинского обслуживания;

обеспечение безопасности участников, судей и зрителей во время соревнований;

составление списка местных судей – кандидатов в состав судейской коллегии;

составление программы соревнований по дням;  
организация пропаганды и информации о соревнованиях;  
обеспечение встречи, размещения и отправки участников и судей;  
обеспечение транспортом участников и судей в период проведения соревнований;  
организация питания участников и судей;  
назначение председателя комиссии по допуску к соревнованиям (мандатной комиссии)  
и организация ее работы;  
проведение торжественных мероприятий открытия и закрытия соревнований;  
подготовка и проведение культурной программы для участников;  
обеспечение работы секретариата (выделение компьютерной техники и канцелярских принадлежностей).

1-1.3. Организационный комитет должен передать Главному судье соревнований все сведения о готовности спортивных объектов и технических служб к проведению спортивного соревнования.

## **Глава 2. Допуск участников к соревнованиям по военно-прикладным видам спорта**

### **5. К соревнованиям допускаются:**

- спортсмены(граждане, военнослужащие и граждане допризывного возраста, прошедшие соответствующую подготовку), признающие настоящие Правила, умеющие плавать, получившие разрешение врача(прошедшие медицинский осмотр) и соответствующие возрастным и квалификационным требованиям.

1) Соревнования проводятся в следующих возрастных группах:

мужчины – 18 лет и старше;

граждане допризывного возраста: старшие юноши (17 лет), юноши (15-16 лет).

2) Необходимое количество лет спортсмену должно исполниться в календарный год участия в соревнованиях;

3) В одних и тех же спортивных соревнованиях спортсмен может выступать только в одной возрастной группе участников;

6. Допуск спортсменов к участию в соревнованиях осуществляется мандатной комиссией(комиссией по допуску к соревнованиям и организации ее работы) путём проверки соответствия представленных документов требованиям Правил и Положения. Перечень документов, представляемых в комиссию по допуску, определяется Положением о соревнованиях. Обязательными документами являются:

1) утвержденная руководителем (начальником) команды заявка (согласно приложению 1 к настоящим Правилам) на участие в конкретных соревнованиях с персональным разрешением врача каждому спортсмену и указанием обязанностей в команде (представитель команды, капитан команды, рулевой и т.д.);

2) документ, удостоверяющий личность, или документ его заменяющий, на каждого спортсмена;

3) военный билет или удостоверение личности офицера, в случае если спортсмен является военнослужащим;

4) отчет о проведении отборочных соревнований в отдельных видах военно-прикладных видов спорта при их наличии;

5) карточка участника соревнований(приложение 2 к настоящим Правилам).

Мандатная комиссия утверждается учреждением, проводящим соревнования. В мандатную комиссию входят председатель комиссии, главный судья, заместитель главного судьи, главный секретарь соревнований, врач. Основанием для включения спортсменов в списки участников соревнований является протокол комиссии по допуску (Приложение № 5).

### **Глава 3. Определение личного и командного зачета по военно-прикладным видам спорта**

7. Личные результаты и занятые участниками места в соревнованиях определяются по отдельным военно-прикладным видам спорта в соответствии с Положением о соревновании.

8. Командный зачет в соревнованиях по военно-прикладным видам спорта определяется в соответствии с Положением о соревновании:

- 1) по лучшей сумме результатов зачетных участников;
- 2) по наибольшей сумме очков, набранных зачетными участниками по таблицам оценки результатов и начисления очков в военно-спортивных многоборьях (по видам спорта), согласно приложению 2 к настоящим Правилам;
- 3) по наименьшей сумме мест, занятых зачетными участниками;
- 4) по лучшему среднему результату всех участников.

В случае равенства результатов у двух или нескольких команд определение места оговаривается Положением о соревновании по виду спорта.

9. При проведении спартакиад общекомандное первенство определяется по наименьшей сумме мест, занятых командами в отдельных видах программы.

В случае равенства суммы мест предпочтение отдается команде, занявшей больше 1, затем 2 и 3 мест.

### **Глава 4. Подача протестов**

10. Протест в судейскую коллегию подается руководителем (в случае его отсутствия – капитаном команды) спортивной команды в письменной форме с указанием разделов, пунктов Правил, нарушенных участниками или судьями и представляется не позже 1 часа после окончания данного соревнования.

11. Судейская коллегия рассматривает протест, принимает решение и извещает заявителя не позднее 24 часов с момента его подачи и до утверждения результатов соревнований. Решение судьи по протестам является окончательным и пересмотру не подлежит.

### **Раздел 2. Военно-прикладные виды спорта Международного Союза по военно-прикладным видам спорта**

#### **Глава 5. Военно-спортивное многоборье**

##### **Параграф 1. ВОЕННОЕ ТРОЕБОРЬЕ – 1**

12. В программу соревнований по военному троеборью – 1 (далее – ВТ-1) входит:

- 1) стрельба из автомата Калашникова, упражнение – 1 (далее – АК-1) на 100 метров;
- 2) метание гранаты Ф-1 (600 грамм) на дальность (3 броска);
- 3) преодоление полосы препятствий, общее контрольное упражнение (далее – ОКУ) в сочетании с бегом на 400 метров.

13. Соревнования по стрельбе АК-1 проводятся в соответствии с параграфом 2 главы 12 настоящих Правил и условиями упражнений в соревнованиях по стрельбе, согласно приложению 3 к настоящим Правилам.

14. Метание гранат Ф-1 (600 грамм) на дальность проводится в соответствии с параграфом 1 главы 8 настоящих Правил.

15. Преодоление полосы препятствий по ОКУ в сочетании с бегом на 400 метров проводится в соответствии с главой 11 настоящих Правил.

16. Снаряжение участника составляет: форма одежды – военно-полевого стиля, либо военно-полевая, автомат с магазином и подсумок с 2 магазинами. Не допускается обматывать автомат подручными материалами.

17. Соревнования регионального масштаба и выше, проводятся в течение 3 календарных дней:

1-й день – стрельба АК-1;

2-й день – метание гранат Ф-1 (600 грамм) на дальность;

3-й день – преодоление полосы препятствий ОКУ в сочетании с бегом на 400 метров.

Соревнования на уровне отдельных спортивных объединений и клубов проводятся в течение 2 календарных дней:

1-й день – стрельба из автомата Калашникова АК-1, метание гранат Ф-1 на дальность;

2-й день – преодоление полосы препятствий ОКУ в сочетании с бегом на 400 метров.

## **Параграф 2. ВОЕННОЕ ТРОЕБОРЬЕ – 2**

18. В программу соревнований по военному троеборью – 2 (далее – ВТ-2) входит:

1) стрельба из автомата Калашникова, упражнение – 2 (далее – АК-2) на 200 метров;

2) метание гранаты Ф-1 (600 грамм) на точность попадания (16 бросков);

3) преодоление полосы препятствий ОКУ в сочетании с бегом на 400 метров.

19. Соревнования по стрельбе АК-2 проводятся в соответствии с параграфом 2 главы 12 настоящих Правил и условиями упражнений в соревнованиях по стрельбе, согласно приложению 3 к настоящим Правилам.

20. Метание гранат Ф-1 (600 грамм) на точность попадания проводится в соответствии с параграфом 2 главы 8 настоящих Правил.

21. Преодоление полосы препятствий ОКУ в сочетании с бегом на 400 метров проводится в соответствии с главой 11 настоящих Правил.

22. Снаряжение участника составляет: форма одежды – военно-полевого стиля, либо - военная полевая, автомат с магазином и подсумок с 2 магазинами. Не допускается обматывать автомат подручными материалами.

23. Соревнования регионального масштаба и выше, проводятся в течение 3 календарных дней:

1-й день – стрельба АК-2;

2-й день – метание гранат Ф-1 на точность попадания;

3-й день – преодоление полосы препятствий ОКУ в сочетании с бегом на 400 метров.

Соревнования на уровне отдельных спортивных объединений и клубов проводятся в течение 2 календарных дней:

1-й день – стрельба АК-2, метание гранат Ф-1 на точность попадания;

2-й день – преодоление полосы препятствий ОКУ в сочетании с бегом на 400 метров.

## **Параграф 3. ВОЕННОЕ ПЯТИБОРЬЕ – 1**

24. В программу соревнований по военному пятиборью – 1 (далее – ВП-1) входит:

1) стрельба из стандартной винтовки калибра 7,62 миллиметров на 200 метров из положения лежа без упора (20 выстрелов);

2) преодоление полосы препятствий 500 метров;

3) плавание на 50 метров с препятствиями;

4) метание гранат Ф-1 (600 грамм) на точность попадания (16 бросков) и дальность (3 броска);

5) кроссовый забег на 8 километров.

Соревнования проводятся в течение 3 календарных дней:

1-й день стрельба и преодоление полосы препятствий;

2-й день – плавание и метание гранат;

3-й день – кроссовый забег на 8 километров.

25. Стрельба на 200 метров из положения лежа, без упора с использованием ремня включает медленную и скоростную стрельбу. Оружие – стандартная винтовка калибр – 7,62 миллиметра с магазином емкостью 5 или 10 патронов. Усилие спускового крючка не менее 1,5 килограмма. Мишень № 3 с 10 кругами и минимальными размерами белого поля мишени 1300x1300 миллиметра.

Перед началом стрельбы выполняется 5 пробных выстрелов в течение 7 минут, медленная стрельба – 10 выстрелов за 12 минут, скоростная стрельба – 10 выстрелов за 1 минуту. Скоростная стрельба ведется через 3 минуты после окончания медленной стрельбы.

Пробные выстрелы производятся после 2-х минутной подготовки. По истечении 1 минуты 45 секунд подается команда: "Осталось 15 секунд!". Начало стрельбы осуществляется по команде: "Огонь!" или сигналом свистка. По истечении 6 минут 45 секунд подается команда: "Осталось 15 секунд!". Прекращение огня – по сигналу свистка.

Скоростная стрельба ведется после 2-х минутной подготовки. По истечении 1 минуты 45 секунд подается команда: "Осталось 15 секунд!", затем по истечении 1 минуты 55 секунд подается команда: "Приготовиться!" и по истечении 2 минут – команда: "Огонь!" или короткий свисток. По истечении 1 минуты по короткому свистку стрельба заканчивается. За каждый выстрел, произведенный до сигнала открытия огня, снимается 2 очка. Каждый выстрел, произведенный после команды об окончании стрельбы, оценивается как промах (снимается лучшая пробоина). При ведении скоростной стрельбы за каждый выстрел до открытия огня или после окончания стрельбы, аннулируются лучшие результаты зачетной серии. Выстрел, произведенный участником по мишени другого спортсмена, засчитывается как промах. Если в мишени участника окажется более 10 пробоин, засчитываются лучшие результаты. Если участник произведет более 10 выстрелов в одной серии, аннулируются лучшие попадания. Форма одежды – военно-полевого стиля, либо -военная полевая.

26. Полоса препятствий 500 метров с 20 препятствиями. Ширина одной дорожки полосы препятствий – 2 метра. Каждый спортсмен бежит только по своей полосе и преодолевает все препятствия определенным способом. Если препятствие преодолено неправильно, судья флажком и свистком указывает спортсмену на повторное преодоление препятствия. Командами для начала выполнения преодоления препятствий являются: "На старт!", "Внимание!", "Марш!". В случае фальстарта забег останавливается и дается повторный старт. Форма одежды – военно-полевого стиля, либо военно-полевая.

27. Соревнования проводятся в открытом или закрытом 50-метровом плавательном бассейне (водной станции) на плавательной дорожке с 4 препятствиями. Дистанция 50 метров вольным стилем с преодолением 4 препятствий установленным способом.

Старт в заплывах вольным стилем осуществляется прыжком со стартовой тумбочки. После длинного свистка судьи участники встают на стартовую тумбочку. По команде стартера "На старт!" участники принимают стартовое положение, поставив одну ногу на переднюю часть стартовой тумбочки. Положение рук не регламентируется. Участники принимают неподвижное положение, после чего стартер подает стартовый сигнал. Спортсмен, совершивший фальстарт, получает предупреждение, после второго – подлежит дисквалификации. Форма одежды – спортивная для плавания.

28. Метание гранат Ф-1 (600 грамм) на точность попадания и дальность. Метание гранат на точность попадания производится с места или с разбегу (не более 3 метров) по кругам на расстояние 20, 25, 30, 35 метров. Круги имеют 2 концентрические зоны диаметром 2 и 4 метра. В центре круга устанавливается флажок высотой 20 сантиметров. Участнику выдается 16 гранат по 4 гранаты на каждый круг. Метание выполняется из-за парашюта высотой 125 сантиметров. Гранаты расположены на верхней части парашюта. Время на метание – 4

минуты. Метание начинается и заканчивается по сигналу свистком. Бросок, произведенный раньше времени или после окончания метания, засчитывается как промах в соответствующий круг. Если участник метает более 4 гранат в 1 круг, то каждая лишняя граната засчитывается как промах. Очки за попадание в круги начисляются следующим образом:

- круг № 1 (20 метров) – внутренняя зона – 7 очков, внешняя зона – 3 очка;
  - круг № 2 (25 метров) – внутренняя зона – 8 очков, внешняя зона – 4 очка;
  - круг № 3 (30 метров) – внутренняя зона – 9 очков, внешняя зона – 5 очков;
  - круг № 4 (35 метров) – внутренняя зона – 10 очков, внешняя зона – 6 очков.
- Максимальное количество очков в одной серии – 136.

Метание гранат на дальность производится после окончания метания гранат на точность. Время, отводимое на метание – 3 минуты. Начало и окончание метания производится по сигналу свистком. Участнику предоставляется 3 попытки. Метание производится по сектору, обозначенному линиями, являющимися продолжением сектора для метания гранат на точность. Засчитываются гранаты, упавшие в сектор или на его границах. Место падения гранат отмечается указателями. Засчитывается лучший результат. Результат округляется до дециметров. Форма одежды для метания – военно-полевого стиля, либо военно-полевая.

29. Старт производится согласно протоколу результатов после 4 видов программы соревнований в обратном порядке. Участники стартуют с интервалом в 1 минуту. Участник под № 1 стартует спустя 1 минуту после включения секундомера. Дистанция размечена указателями через каждый километр. Форма одежды – спортивная.

30. Определение лично-командного зачета определяется путем сложения очков, полученных в каждом виде в соответствии с таблицей оценки результатов и начисления очков в военно-спортивных многоборьях (по видам спорта), согласно приложению 2 к настоящим Правилам.

#### **Параграф 4. ВОЕННОЕ ПЯТИБОРЬЕ – 2**

31. В программу соревнований по военному пятиборью – 2 (далее – ВП-2) входит:

1) стрельба АК-1 на 100 метров, из положения лежа без упора с использованием ремня. Соревнование проводится в соответствии с параграфом 2 главы 12 настоящих Правил и условиями упражнений в соревнованиях по стрельбе, согласно приложению 3 к настоящим Правилам;

2) преодоление полосы препятствий ОКУ в сочетании с бегом на 400 метров. Соревнование проводится в соответствии с главой 11 настоящих Правил. Форма одежды – военная полевая;

3) плавание на 50 метров Соревнования проводятся в открытом или закрытом 25 или 50-метровом плавательном бассейне (водной станции). Стиль плавания вольный без препятствий. Старт в заплывах вольным стилем осуществляется прыжком со стартовой тумбочки. После длинного свистка судьи участники встают на стартовую тумбочку. По команде стартера "На старт!" участники принимают стартовое положение, поставив одну ногу на переднюю часть стартовой тумбочки. Положение рук не регламентируется. Участники принимают неподвижное положение, после чего стартер подает стартовый сигнал. Спортсмен, совершивший фальстарт, получает предупреждение, после второго – подлежит дисквалификации. Форма одежды – спортивная для плавания;

4) метание гранат Ф-1 (600 грамм) на дальность и точность попадания. Метание гранат Ф-1 (600 грамм) на дальность и точность попадания проводится в соответствии с параграфами 1, 2 главы 8 настоящих Правил;

5) кросс на дистанцию 8 км. Старт производится согласно протоколу результатов после 4 видов программы соревнований в обратном порядке. Участники стартуют с интервалом в 1 минуту. Участник под № 1 стартует по истечению 1 минуты после включения секундомера. Дистанция размечена указателями через каждый километр. Форма одежды – спортивная.

#### **Параграф 5. ОФИЦЕРСКОЕ ТРОЕБОРЬЕ**

32. В программу соревнования по офицерскому троеборью входит:

1) для 1 возрастной категории (мужчины до 30 лет):

бег на 3000 метров (зимой – лыжная гонка на 10 километров);

плавание на 300 метров вольным стилем;

стрельба из табельного оружия пистолет Макарова, упражнение-3 (далее – ПМ-3);

2) для 2 возрастной категории (мужчины от 30 до 40 лет):

бег на 2000 метров (зимой – лыжная гонка на 5 километров);

плавание на 200 м вольным стилем;

стрельба из табельного оружия ПМ-3;

3) для 3 возрастной категории (мужчины от 40 лет и старше):

бег на 1000 метров (зимой – лыжная гонка на 5 километров);

плавание на 100 м вольным стилем;

стрельба из табельного оружия ПМ-3;

4) для военнослужащих-женщин всех возрастных категорий:

бег на 1000 метров (зимой – лыжная гонка на 5 километров);

плавание на 100 метров вольным стилем;

стрельба из табельного оружия пистолет Макарова, упражнение -1 (далее - ПМ-1).

33. Бег на 1000, 2000, 3000 метров. Число участников в беге на 1000 метров не превышает 10 человек, на 2000 метров – 20 человек, на 3000 метров – 30 человек. Интервал между групповыми стартами составляет не менее 3 минут на 1000 метров, 3 – 4 минуты – на 2000 метров и 5 – 6 минут – на 3000 метров. Расстановка участников на старте проводится согласно жеребьевке в 1 или 2 шеренги. Количество участников в шеренгах определяет судейская коллегия.

Во время бега по дистанции участникам не допускается мешать друг другу. За нарушение, участник снимается с соревнований. Участник забега, сошедший с дистанции, снимает свой нагрудный номер и сообщает об этом ближайшему судье – контролеру, по прибытии на финиш – судье на финише.

Окончание дистанции фиксируется в момент, когда участник преодолет финишную полосу или отступит. Время участников фиксируется без остановки секундомера (по "скользящей" стрелке) с точностью до 1 секунды.

34. Плавание на 100, 200, 300 метров проводятся в открытом или закрытом 25 или 50-метровом плавательном бассейне (водной станции). Стиль плавания вольный без препятствий. Старт в заплывах вольным стилем осуществляется прыжком со стартовой тумбочки. После длинного свистка судьи участники встают на стартовую тумбочку. По команде стартера "На старт!" участники принимают стартовое положение, поставив одну ногу на переднюю часть стартовой тумбочки. Положение рук не регламентируется. Участники принимают неподвижное положение, после чего стартер подает стартовый сигнал. Спортсмен, совершивший фальстарт, получает предупреждение, после второго – подлежит дисквалификации.

35. Стрельба из табельного оружия ПМ-1, ПМ-3 проводится в соответствии с параграфом 1 главы 12 настоящих Правил и условиями упражнений в соревнованиях по стрельбе, согласно приложению 3 к настоящим Правилам.



36. Соревнования проводятся в течение 3 календарных дней:

1-й день – стрельба;

2-й день – плавание;

3-й день – бег (лыжная гонка).

Спортсмены выступают по возрастным категориям.

Форма одежды: при стрельбе – военно-полевого стиля, либо военно-полевая, в соревнованиях по плаванию и бегу (лыжной гонке) – спортивная. Для выполнения каждого вида участнику предоставляется одна попытка.

37. Личное первенство определяется по наибольшей сумме очков, полученных участником за показанные результаты в каждом виде многоборья. Очки начисляются по таблицам оценки результатов и начисления очков в военно-спортивных многоборьях (по видам спорта), согласно приложению 2 к настоящим Правилам.

## **Параграф 6. МНОГОБОРЬЕ ВОЕННО-СПОРТИВНОГО КОМПЛЕКСА**

38. В программу соревнований по многоборью военно-спортивного комплекса (далее – ВСК) входит:

1) стрельба из автомата АК-1;

2) метание гранаты Ф-1 (600 грамм) на дальность;

3) подтягивание на перекладине;

4) бег на 100 метров;

5) бег на 3000 метров.

Форма одежды – военно-полевого стиля, либо военно-полевая.

39. Метания гранат Ф-1 на дальность проводится в соответствии с параграфом 1, главы 8 настоящих Правил.

40. Соревнования по стрельбе АК-1 проводятся в соответствии с параграфом 2 главы 12 настоящих Правил и условиями упражнений в соревнованиях по стрельбе, согласно приложению 3 к настоящим Правилам.

41. Условия выполнения подтягивания на перекладине: вис хватом сверху, подтянуться (подбородок выше уровня перекладины), из неподвижного положения в висе на прямых руках (пауза 1-2 секунд), ноги вместе без рывков и маховых движений.

42. Соревнования в беге на 100 и 3000 метров проводятся на беговой дорожке стадиона или на ровной местности с любым покрытием. Во время бега по дистанции участникам не допускается мешать друг другу. За нарушение, участник снимается с соревнований. Участник забега, сошедший с дистанции, снимает свой нагрудный номер, и сообщает об этом ближайшему судье – контролеру, по прибытии на финиш – судье на финише. Окончание дистанции фиксируется в момент, когда участник преодолет финишную полосу. Время участников фиксируется без остановки секундомера (по "скользящей" стрелке) с точностью до 1 секунды.

43. Личное первенство определяется по наибольшей сумме очков, полученных участником за показанные результаты в каждом виде многоборья. Очки начисляются по таблицам оценки результатов и начисления очков в военно-спортивных многоборьях (по видам спорта), согласно приложению 2 к настоящим Правилам.

## **Глава 6. ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА И УСКОРЕННОЕ ПЕРЕДВИЖЕНИЕ**

### **Параграф 1. Марш-бросок на 5 и 10 км**

44. Соревнования в марш-броске проводятся на дистанции 5 и 10 километров по среднепересеченной местности.

Снаряжение участника: Форма одежды – военно-полевого стиля, либо военно-полевая, автомат Калашникова (карабин), противогаз, сумка с 2 магазинами (подсумок).

Старт допускается групповой или общий. Во время старта участники одеты по форме, оружие в положении "за спину" на предохранителе. При групповом старте участники стартуют группами по 2 – 10 человек с интервалами не менее 1 минуты. При общем старте (подразделением) интервалы между стартами от 5 до 10 минут.

Перед стартом проводится проверка снаряжения, вооружения и обмундирования. Если к моменту старта недостатки в вооружении, снаряжении и обмундировании, обнаруженные при проверке, не устранены, старт подразделению (участнику) задерживается до полного их устранения. Время старта при этом остается то, которое записано в стартовом протоколе.

Каждый участник преодолевает дистанцию марш-броска самостоятельно (без чьей-либо помощи), в том числе и при старте в составе подразделения.

45. Время участнику определяется с точностью до 1 секунды. Весь личный состав на финише одет по форме, имеет все снаряжение, зарегистрированное на старте. За любой недостающий предмет снаряжения и вооружения, участник снимается с соревнований.

## **Параграф 2. Военизированный кросс**

46. В программу соревнования входит: бег на 3000 метров для мужчин и 1500 метров для спортсменов-женщин со стрельбой из автомата Калашникова, упражнение-5 (АК-5,45 миллиметров, на 100 метров), малокалиберной винтовки (на 50 метров) или пистолет Макарова (на 25 метров), метание гранаты Ф-1 (600 грамм) на дальность.

47. Старт и финиш оборудуются в одном месте. Место для стрельбы (стрельбище) на дистанции 3000 метров оборудуется на 1500 метровом отрезке (на поворотном, встречном или промежуточном на кольцевой дистанциях) от старта. На дистанции 1500 метров оборудуется на 750 метровом отрезке. Старт участников соревнований одиночный, парный либо групповой (но не более 5 человек в группе). При старте оружие ставится на предохранитель. Участники получают патроны на огневом рубеже, занимают место по указанию судьи-контролера и изготавливаются для ведения стрельбы. Когда спортсмен снаряжает магазин патронами, судья называет номер мишени, по которой участнику необходимо вести огонь. Огонь открывается по мере готовности, без дополнительной команды судьи.

48. Участники ведут стрельбу из автомата (малокалиберной винтовки) из положения лежа с руки, из пистолета – стоя, тремя одиночными выстрелами, до поражения 3 мишеней (участнику выдается 4 патрона).

Стрельба из автомата Калашникова и ПМ ведется по мишени № 4 (грудная фигура с кругами), из малокалиберной винтовки по мишени № 7 ("падающая" на подъемниках). При стрельбе допускается использование ремня автомата (винтовки).

Все действия с оружием участник выполняет самостоятельно. Для устранения задержек и неисправностей участнику допускается, с разрешения судьи, воспользоваться помощью оружейного мастера.

Если участник, вместо одиночных выстрелов, открыл ведение огня очередью из автомата Калашникова, то стрельба засчитывается. За снаряжение магазина патронами более чем определено Положением о соревновании, участник от соревнований отстраняется.

В случае, когда участник поразил чужую мишень, стрельба ему засчитывается, но к результату в кроссе добавляется 15 секунд.

Если мишень участника упала во время стрельбы, а спортсмен не произвел выстрела, судья подает сигнал оператору о поднятии мишени, после чего стрельба продолжается, при этом время вынужденной задержки стрельбы из общего результата в кроссе вычитается.

За каждую, не пораженную мишень, участник штрафуются одним дополнительным (штрафным) кругом 100 метров.

После окончания стрельбы судья осматривает оружие, когда участник находится еще в положении лежа, извлекает оставшиеся патроны и подает команду на продолжение бега.

49. Для метания гранат, вначале третьего километра или последних 500 метров на дистанции 1500 метров, оборудуются коридоры шириной 10 метров, длиной 40 и 25 метров. Гранаты Ф-1 (600 грамм) находятся на расстоянии 10 метров от линии метания. Для выполнения упражнения дается 3 гранаты. Если недобрасывание гранаты до контрольного рубежа 40 метров (для мужчин) и 25 метров (для женщин) в лучшей попытке составляет менее 5 метров, участник наказывается одним штрафным кругом, от 5 до 10 метров – двумя штрафными кругами. Если недобрасывание превышает 10 метров всех 3 гранат или не 1 из них не попала в коридор, то участник наказывается 3 штрафными кругами. Дистанция штрафного круга составляет 100 метров.

50. Количество мест для стрельбы и метания определяется в зависимости от числа участников. Окончание дистанции фиксируется в момент, когда участник коснется плоскости финиша какой-либо частью туловища. Время участников фиксируется без остановки секундомера (по "скользящей" стрелке) с точностью до 1 секунды.

51. Личные места в военизированном кроссе определяются по лучшему результату. В случае равенства результатов преимущество дается участнику, поразившему мишень, затем бросившему гранату за рубеж 40 (25) метров.

Если учет поражения мишени и удачного броска гранаты не позволяет выявить победителя, участникам даются одинаковые места.

## **Глава 7. ЛЫЖНЫЙ СПОРТ**

### **Параграф 1. Командная гонка патрулей со стрельбой**

52. Старт команд отдельный с интервалом 1 – 2 минуты, согласно жеребьевке. Стартовый номер команды определяет и направление на огневом рубеже. Дистанция 10 километров со стрельбой на 1 огневом рубеже из положения лежа. Оружие – малокалиберная винтовка находится на спине спортсмена, типа ТОЗ-8 (Тульский оружейный завод–8), ТОЗ-12 (Тульский оружейный завод-12) или спортивная (для биатлона) с любым прицелом, кроме оптического.

Состав команды – 4 человека.

Дистанция стрельбы 50 метров, мишень диаметром 11 сантиметров (биатлонная для стрельбы из положения лежа), "падающая".

Стрельба производится поочередно каждым участником команды до поражения своей мишени (участнику выдается 3 патрона). Всего команде необходимо поразить 4 мишени. За каждую, не пораженную мишень, команда наказывается 1 штрафным кругом – 150 метров (проходит вся команда).

Все участники команды проходят по дистанции совместно, допускается оказание любой помощи между участниками команды.

После огневого рубежа 1 из участников может сойти с дистанции (в том числе начальник(руководитель) патруля) и команда продолжает гонку в составе 3 человек.

Финишировать команде необходимо с интервалом между участниками не более 20 метров, время финиша определяется по последнему члену команды.

### **Параграф 2. Эстафета патрулей**

53. К участию в эстафете допускаются команды, имеющие полный состав участников на всех этапах. Старт 1 этапа общий.

Дистанция этапа 5 километров, со стрельбой на одном огневом рубеже из положения лежа. Стрельба производится каждым участником команды до поражения 3 мишеней

(участнику выдается 4 патрона). За каждую, не пораженную мишень, участник наказывается 1 штрафным кругом – 150 метров.

54. Победители в командном зачете определяются по наименьшей сумме мест 2 видов программы:

- 1) лыжные гонки: индивидуальная лыжная гонка плюс лыжная эстафета;
- 2) лыжная гонка патрулей со стрельбой: командная гонка патрулей плюс эстафета патрулей.

В случае равенства этого показателя преимущество получает команда, имеющая лучшие показатели в лыжной гонке патрулей со стрельбой.

## **Глава 8. МЕТАНИЕ ГРАНАТ**

### **Параграф 1. Метание гранат на дальность**

55. Метание гранат на дальность производится с разбега или с места учебными гранатами Ф-1 без предохранительного рычага. Масса гранаты – 600 грамм. Гранаты предоставляются участнику судейской коллегией на месте метания.

Форма одежды – военно-полевого стиля, либо военно-полевая, с автоматом в руке. Допускается расстегнуть воротник, ослабить поясной ремень, использовать ремень автомата, не отстегивая от оружия. Головной убор снимать не допускается.

Метание производится от планки или линии длиной 4 метра, шириной 7 сантиметров, по коридору шириной 10 метров. Планка укрепляется на одном уровне с грунтом дорожки для разбега и окрашивается в белый цвет. По концам ее устанавливаются цветные флажки или указатели.

Коридор размечается параллельными белыми линиями, которые проводятся через 5 метров (начиная с 40 метров). По обоим концам линий устанавливаются указатели с цифрами, показывающими расстояние линии от планки. Ширина боковых линий не входит в границы коридора.

Дорожка для разбега плотная. Ширина дорожки – не менее 1,25 метра, длина – 25 – 30 метров. На последних 6 – 8 метров перед планкой дорожка расширяется до 4 метров.

56. Бросок засчитывается после команды старшего судьи "Есть!", которую произносит в том случае, когда граната упала в границах коридора, и участник после броска принял устойчивое положение. Команду "Есть!" судья сопровождает поднятием флажка вверх, что является сигналом для судей-измерителей и дает право отметить результат.

При нарушении, старший судья произносит команду "Нет!" и одновременно производит отмашку флажком, опущенным вниз.

Попытка считается неудавшейся, если участник:

- 1) в момент броска или после него коснется какой - либо частью тела, обмундирования или автомата грунта за планкой;
- 2) наступит на планку или заденет ее сверху;
- 3) выпустит (даже случайно) во время разбега (замаха) гранату, которая упадет впереди планки. Случайное падение гранаты в секторе для метания (до планки) ошибкой не считается;
- 4) выйдет через планку вперед после броска до команды "Есть!". Бросок не засчитывается также, если граната упала вне коридора.

След, оставленный гранатой на грунте при падении ее в коридоре, отмечается колышком с номером. Колышек ставится в ближайшую к планке точку следа.

Измерение производится рулеткой от колышка до линии, перпендикулярной планке. При измерении нулевая отметка рулетки прикладывается к колышку. Результат определяется с

точностью до 1 сантиметра. Измерение производится после совершения всех 3 бросков и в протокол записывается только результат лучшего броска.

В случае равенства результата у двух и более участников им даются одинаковые места. Последующие места при этом не сдвигаются. Участникам, показавшим одинаковые результаты и претендующим на звание победителя соревнований, предоставляется дополнительно по 3 броска.

## **Параграф 2. Метание гранат на точность**

57. Метание гранат на точность производится с места или с разбега с автоматом в руке на расстояние 40 метров по 3 кругам: 1-й (центральный) – радиусом 0,5 метра, 2-й – 1,5 метра, 3-й – 2,5 метра.

1-й круг изготавливается из металла, устанавливается на одном уровне с землей и окрашивается в белый цвет. В центре круга укрепляется красный флаг размером 15x20 сантиметров, высота древка – 30 сантиметров от земли. Остальные круги размечаются линиями шириной 5 сантиметров. Линия разметки входит в размер меньшего круга. Метание производится учебными гранатами Ф-1 без предохранительного рычага. Масса гранаты – 600 грамм. Гранаты участнику выдаются судьейской коллегией на месте метания.

Каждому участнику дается 3 пробных и 15 зачетных бросков. Время для метания пробных гранат – 1 минута, зачетных – 6 минут. После выполнения пробных бросков участник докладывает о готовности произвести зачетные броски и по разрешающей команде судьи начинает метание. До окончания метания всех гранат участнику допускается выходить из сектора только по разрешению судьи.

При выполнении зачетных бросков оценка производится судьей в секторе (у круга) поднятием указки с цифрой, соответствующей достоинству броска и дублируется голосом. Метание очередной гранаты допускается только после получения оценки за предыдущий бросок.

Критерии оценки попыток (удачной или неудачной) аналогичны условиям проведения соревнований в метании гранат на дальность.

Броски при попадании гранаты в цель оцениваются: 1-й (центральный) круг – 115 очков, во 2-й – 75 очков, в 3-й – 45 очков. Попадание во флажок, установленный в центральном круге, оценивается в 115 очков.

Форма одежды для соревнований – военно-полевого стиля, либо военно-полевая. Допускается расстегнуть воротник и ослабить поясной ремень.

В целях безопасности при метании гранаты за кругами устанавливается ограждение из металлической сетки.

58. Личное первенство определяется по наибольшей сумме набранных очков. При равенстве результатов лучшее место присуждается участнику, имеющему больше попаданий в центральный круг (во 2-й круг, затем 3-й). Командное первенство определяется по среднему результату от общей суммы очков зачетных участников или иными условиями Положения о соревновании.

## **Глава 9. Перетягивание каната**

59. Соревнование по перетягиванию каната проводится между 2 командами до 2 побед одной из команд. Между перетягиванием каната участникам предоставляется отдых не более 5 минут.

Перед первым перетягиванием производится жеребьевка с использованием монеты для выбора концов каната. Перед вторым перетягиванием команды меняются местами. Если необходимо третье перетягивание, выбор концов вновь определяется путем жеребьевки.

60. Состав команды – 8 человек (1 запасной). Замена участника запасным производится непосредственно перед началом перетягивания каната. Соревнования по перетягиванию каната проводятся в следующих командных весовых категориях:

- 1) легкий вес – не выше 560 килограмм;
- 2) средний вес – не выше 640 килограмм;
- 3) тяжелый вес – не выше 720 килограмм;
- 4) сверхтяжелый вес – свыше 720 килограмм.

Взвешивание участников осуществляется накануне соревнований в течение 1 часа в обнаженном виде или трусах (плавках).

Тренеру команды не допускается разговаривать с командой в процессе ее участия в перетягивании.

61. Место проведения соревнований по перетягиванию каната представляет собой плоскую и ровную поверхность.

Длина каната – не менее 22 метров и не более 34 метров, диаметр – 10-13 сантиметров. Канат размечен метками в следующих местах:

- 1 (красная) – в центре;
- 2 (белые) – на расстоянии 4 метров от центральной метки по обеим сторонам;
- 3 (зеленые) – на расстоянии 5 метров от центральной метки по обеим сторонам.

На отведенной для соревнования площадке чертится одна центральная линия, перпендикулярно направлению движения каната.

Форма одежды – военно-полевого стиля, либо военно-полевая. Для проведения соревнований в спортивном зале допускается использовать обычную спортивную форму. Не допускается иметь на обуви металлический носок или металлические пластины, наличие шипов и гвоздей, выступающих из подошвы или пяток обуви. Форма одежды для юношей: бейсболка, куртка (футболка) с длинными рукавами, спортивные брюки (рейтузы) по щиколку, спортивная обувь без шипов.

62. Каждому участнику допускается удерживать канат обеими руками, захватывая обычным образом, то есть ладони обеих рук повернуты вверх, а канат находится между корпусом тела и плечом. Любой другой захват, препятствующий освобождению движению каната, является тормозом и рассматривается как нарушение.

Замыкающий член команды захватывает канат руками обычным образом, а конец каната пропускает через подмышечную впадину, далее через спину, противоположное плечо и зажимает в другой подмышечной впадине.

Канат постоянно находится в положении натяжения.

Команда дисквалифицируется при получении 3 предупреждений, связанных с нарушением в одном перетягивании. Нарушение, допущенное одним участником, считается нарушением правил командой.

Вначале перетягивания канат туго натянут, центральная метка на нем находится над центральной линией, размеченной на месте проведения соревнования.

63. Не допускается:

- 1) захватывать канат в пределах длины, ограниченной зелеными метками;
- 2) вязать петли или узлы;
- 3) намеренно садиться на землю (пол) или медленно вставать после непреднамеренного падения;
- 4) касаться земли, какой либо частью тела, помимо ступней ног;
- 5) выполнять любой захват каната, противоречащий действующим правилам;
- 6) делать любые выемки в земле до команды "Натянуть канат!";

7) выходить за пределы поверхности, на которой проводится соревнование.

64. Процесс перетягивания каната обслуживается тремя судьями (старший судья и 2 боковых судей). Когда старший судья получает от 2 инструкторов сигнал о готовности, подает участникам голосом или жестом следующие команды:

1) "Поднять канат!" (по этой команде происходит захватывание каната);

2) "Натянуть канат!" (участники туго натягивают канат);

3) "Канат – в центр!" (канат переводится в центральное положение);

4) "Держать в устойчивом положении!" (канат находится в устойчивом положении и центральная метка – над центральной линией на земле).

После небольшой паузы подается команда: "Перетягивать канат!".

Если судья фиксирует нарушение, останавливает схватку, делает предупреждение соответствующей команде и указывает на центральную метку, после чего перетягивание начинается заново.

Победа в перетягивании фиксируется старшим судьей свистком и жестом руки в сторону победившей команды.

Перетягивание считается выигранным, если одна из команд переместила канат на требуемое расстояние, указанное метками или если дисквалифицирована другая команда.

## **Глава 10. ПРИКЛАДНОЕ ПЛАВАНИЕ**

### **Параграф 1. Плавание в обмундировании с оружием**

65. При плавании в обмундировании с оружием форма одежды устанавливается для спортсменов всех категорий – военно-полевого стиля, либо военно-полевая, ботинки с высоким берцем, ремень, автомат Калашникова модернизированный или автомат Калашникова специальный.

Оружие или макет автомата соответствует размеру и массе, обладает отрицательной плавучестью – не менее 2 килограмм.

При плавании в обмундировании с оружием, не допускается использовать, какие бы то ни было устройства, ускоряющие движение, улучшающие плавучесть тела или оружия у поверхности воды, улучшающие выносливость или другие физические качества, а также закатывать штанины брюк, зашивать или отрезать карманы на обмундировании.

При плавании в обмундировании с оружием участникам допускается расстегивать верхнюю пуговицу воротника куртки и пуговицу на рукавах, закатывать рукава куртки, крепить за спиной автомат и обувь поясным ремнем. Данная экипировка участника соревнований проверяется старшим судьей перед стартом.

В случае несоответствия формы одежды, оружия или макета автомата участник к старту не допускается. После проплыва дистанции старший судья на финише проверяет у каждого участника заплыва наличие обмундирования, снаряжения и оружия. За каждый потерянный элемент одежды или снаряжения выполненный разряд снижается на 1 категорию.

66. Соревнования организуются в искусственных или естественных бассейнах. Соревнования, проводимые в естественных водоемах, имеющих течение, половину дистанции участники преодолевают против течения. В месте выполнения стартового прыжка глубина составляет не менее 1,2 метров. Поверхность стартового мостика (стартовых тумбочек) горизонтальная (допускается уклон не более 70) с нескользящим покрытием, поворотные щиты ровные, без щелей, с высотой надводной части не менее 0,3 метра и подводной – 1,8 метра. Дорожки бассейна не уже 2,5 метра каждая, разделены веревками с круглыми поплавками диаметром не более 10 сантиметров. Дорожки обозначаются своими порядковыми номерами. Для остановки участников при неправильно взятом старте, над водой, поперек бассейна, на высоте 1,5 метра и на расстоянии 15 метров от старта

натягивается шнур, который опускается под воду, когда необходимо вернуть стартовавших назад. Дно бассейна чистое, ровное без предметов, которые могут нанести травму участникам.

Номера дорожек участников определяются жеребьевкой непосредственно перед стартом очередного заплыва.

67. Старт производится прыжком со стартового мостика (тумбочки). Высота стартовой тумбочки не более 0,75 метров от уровня воды.

Стартер, по готовности судей-хронометристов, подает предварительную команду "Участникам занять места!" или протяжный свисток. По этой команде участники встают на определенные им жеребьевкой стартовые тумбочки. По команде "На старт!" – участники медленно подготавливаются к старту, приняв неподвижное положение. Стартер производит выстрел или дает исполнительную команду "Марш!", одновременно опуская поднятый над головой флажок.

Старт считается правильным, если до команды "Марш!" или до выстрела все участники сохраняли неподвижное положение. Если один или несколько участников до сигнала (команды) о старте начали движение или прыгнули в воду, старт считается не взятым (фальстарт), все участники возвращаются на исходное положение и старт повторяется. Количество повторений старта не более 2 раз. Спортсмен, нарушивший условия во второй раз, дисквалифицируется (независимо от того, нарушал при первом фальстарте или нет).

При повторном старте участники заплыва не возвращаются. Проплывают дистанцию полностью. Решением главного судьи дисквалифицируются те кто, по его мнению, стартовал преждевременно. Их результаты не засчитываются.

68. Участники проплывают всю дистанцию по поверхности воды. При стартовом прыжке и на поворотах допускается погружение под воду. В заплыве вольным стилем при выполнении поворота и на финише участники касаются поворотного щита или стенки бассейна рукой или любой другой частью тела, при плавании брассом – 2 руками одновременно.

Спортсмен, оказавшийся на чужой дорожке и помешавший другому участнику, дисквалифицируется. В этом случае засчитывается лучшее время из 2 заплывов.

При прохождении дистанции участникам не допускается подтягиваться, хватаясь за дорожки, поручни лестницы и другие предметы, а также отталкиваться от них или вставать на дно. Непреднамеренное касание предметов или дна, нарушением не является.

Производить какие-либо действия по лидированию (давать указания, сопровождать спортсмена по борту бассейна) во время прохождения дистанции не допускается.

За нарушение условий поворотов, финиша и прохождения дистанции участники снимаются с соревнований.

69. Окончание дистанции (финиш) фиксируется в момент, когда участник коснется рукой поворотного щита или стенки бассейна.

Время участника, пришедшего в своем заплыве первым, фиксируется тремя секундомерами и определяется с точностью до 0,1 секунд. При расхождении показаний секундометристов берутся данные двух секундомеров, зафиксировавших одинаковое время или показания среднего секундомера при расхождении всех трех. В случае если время окажется принятым только двумя секундомерами, берется худшее время. Время каждого из остальных фиксируется отдельным секундомером.

Если показания секундомеров расходятся с записью порядка прихода участников к финишу, то личные места определяются согласно приходу, зафиксированного судьями на



финише, а результаты, вызывающие сомнения, устанавливаются по показаниям секундомеров, определивших результат участника, пришедшего на финиш первым.

Определение победителя и занятых личных мест производится по показанным результатам. В случае если двое или несколько участников закончат дистанцию с одинаковым временем, им даются одинаковые места, на которые претендуют, а последующие места не сдвигаются. За призовые места, в случае равенства результатов, назначается повторный заплыв.

## **Параграф 2. НЫРЯНИЕ В ДЛИНУ**

70. Ныряние в длину проводится при прозрачности воды не менее 1 м в бассейнах или на водных станциях, имеющих продольный настил с одной стороны.

В бассейнах соревнования проводятся по 2 крайним дорожкам.

71. На летней водной станции место для ныряния оборудуется следующим образом. На расстоянии 2 метров от продольного настила вдоль бассейна на глубине 1 метра натягивается белый шнур толщиной 1-1,5 сантиметра, без узлов и надрывов. На шнуре делаются 3 отметки:

первая, окрашенная в черный цвет (участок 20 сантиметров) – на расстоянии 30 метров от начала ныряния;

вторая, окрашенная в красный цвет – на расстоянии 40 метров;

третья, синего цвета – на расстоянии 45 метров.

72. Для страхования участников во время ныряния используется капроновый шнур толщиной 0,5 сантиметров, один конец которого закрепляется на поясе, а второй находится в руках судьи-контролера. Длина шнура 6-7 метров. Шнур прочный, без узлов и надрывов.

Для обеспечения мер безопасности в распоряжение судьи-контролера выделяется спасательная команда (2 – 4 человека) пловцов, которые располагаются вдоль настила, в местах, указанных судейской коллегией.

73. Старт ныряющих участников строго индивидуален. При готовности к выполнению упражнения участник подает сигнал поднятием руки вверх и голосом: "Готов!".

Старт выполняется прыжком со стартовой тумбочки. В процессе ныряния участник находится все время под водой. В случае появления на поверхности воды любой части тела упражнение прекращается. Результат участнику определяется по появлении его головы на поверхности.

Участник продвигается вперед за счет гребковых движений руками и толчковых ногами. Не допускается при выполнении упражнения продвигаться вперед, цепляясь за путеводный шнур.

74. Если соревнования проводятся в 25-метровом бассейне, то упражнение начинается от стартовой стенки. После проныривания 25 м выполняется поворот под водой, и участник после толчка от стенки проныривает оставшиеся метры дистанции. Участник при повороте касается поворотного щита любой частью тела.

На борту бассейна отмечаются 3 отметки: 30, 40 и 50 метров, которыми судья-контролер руководствуется при определении результата. Поворотный щит в открытом водоеме окрашивается в белый цвет.

В бассейнах с большой прозрачностью воды на дне, наносятся 2 поперечные линии на расстоянии 30, 40 метров от начала ныряния. Длина линии 1 метр, ширина – 10 сантиметров.

Отметки на дне бассейна и на путеводном шнуре используются участниками соревнований для контроля дистанции.

## **Глава 11. ПРЕОДОЛЕНИЕ ПОЛОСЫ ПРЕПЯТСТВИЙ**

75. Соревнования на полосе препятствий включаются в программу военного троеборья – 1, военного троеборья – 2, военного четырехборья, военного пятиборья – 2, а также проводятся как отдельный вид спорта.

Оборудование полос препятствий и порядок выполнения упражнений производится по аналогии с требованиями приказа Министра обороны Республики Казахстан от 10 августа 2017 года № 438 "Об утверждении Правил физической подготовки в Вооруженных Силах Республики Казахстан" (зарегистрирован в Реестре государственной регистрации нормативных правовых актов под № 15729).

76. Соревнования по общему контрольному упражнению на единой полосе препятствий в сочетании с бегом на 400 метров проводятся в следующей последовательности:

- 1) бег на 200 метров;
- 2) преодоление полосы препятствий и бег на 200 метров (метание гранат исключается).

77. На соревнованиях по преодолению препятствий применяется только парный старт. По команде судьи-стартера "На старт!" участники очередного забега занимают исходное положение в соответствии с условиями данного упражнения. Команда "Марш!" производится выстрелом из стартового пистолета или голосом и сопровождается резким опусканием флажка. Участник, который до сигнала стартера первым начал выполнять упражнение, считается сделавшим неправильный старт (фальстарт). В этом случае участники забега возвращаются повторным выстрелом или командой "Назад!". Стартер делает предупреждение участнику, нарушившему условия старта. Участник, получивший предупреждение, поднимает вверх руку в подтверждение того, что слышал сделанное ему предупреждение.

Участник, получивший предупреждение и затем снова нарушивший условия старта, снимается с соревнования.

78. Участникам допускается бежать только по своей дорожке или участку (направлению) полосы препятствий. За нарушение, участник снимается с соревнований. Если участник пробежал любой отрезок чужой дорожки (участка полосы) и при этом помешал другому участнику, последнему, с разрешения главного судьи дается повторный старт в этот же день. В этом случае участнику засчитывается лучший из 2 показанных им результатов.

79. Приемы преодоления препятствий допускается осуществлять любым способом, если их выполнение не оговорено в описании упражнения. Для преодоления каждого препятствия участнику предоставляется не более 3 попыток. В случае нарушения условий преодоления препятствий участник снимается с соревнований.

80. При проведении соревнований не допускается всякое лидирование участника (сопровождение впереди или сбоку) и оказание ему любой посторонней помощи. При нарушении, участник снимается с соревнований.

81. Время каждого участника фиксируется по отдельному секундомеру с точностью до 0,1 секунды. Личное первенство определяется по результатам каждого участника. При равных результатах у двух и более участников, им присуждаются одинаковые места. Последующие места при этом не сдвигаются.

## **Глава 12. Стрельба из табельного оружия**

82. В целях обеспечения безопасности при организации и проведении соревнований по военно-спортивной стрельбе из штатного оружия, а также при обращении с оружием не допускается:

- 1) держать оружие в открытом (не зачехленном) виде;

2) на стрельбище, в тире (вне огневого рубежа) готовиться к стрельбе и прицеливаться куда-либо, иметь оружие заряженным, пистолет – с взведенным курком, оставлять свое оружие без присмотра и брать чужое без разрешения;

3) на огневом рубеже заряжать и стрелять без команды, стрелять из неисправного оружия, поворачивать ствол оружия в сторону от направления стрельбы (допускается вверх-вниз – до 450), касаться оружия в перерывах между сериями, когда на линии мишеней или в зоне огня находятся люди, ношение оружия заряженным и со взведенным курком после команды "Разряжай!";

4) вносить в конструкцию оружия какие-либо изменения, в том числе: изменение формы и размеров прицельных приспособлений, спускового крючка, деталей ударно-спускового механизма, рукоятки.

Натяжение спуска курка для пистолета Макарова, автомата Калашникова не менее 2 килограмм, для Снайперской винтовки не менее 1,5 килограмм.

Спортивный клуб, либо спортивное учреждение, на базе которой проводятся соревнования, обеспечивает участников боеприпасами строго одной номенклатуры. Привозить и использовать свои боеприпасы участникам не допускается.

### **Параграф 1. Стрельба из пистолета Макарова**

83. Стрельба из пистолета системы Макарова упражнение-1 (ПМ-1), упражнение-3 (ПМ-3). Форма одежды – военно-полевого стиля, либо военно-полевая.

При выполнении упражнений участники стоят на отведенных им участках (огневых позициях) без опоры на посторонние предметы. Пистолет при этом удерживается и выстрелы из него производятся только одной и той же рукой.

На подготовку смены к выполнению упражнений, после занятия огневых позиций, отводится 3 минуты.

Участникам не допускается иметь какие-либо повязки (накладки) на руке для фиксации кисти, а также стрельба двумя руками.

84. В упражнении ПМ-1 участникам дается 3 пробных, 10 зачетных выстрелов. Время на пробные выстрелы – 3 минуты, зачетной серии – 4 минуты на каждую серию (2 серии по 5 выстрелов). 10 выстрелов выполняется по новой мишени. Мишень № 4 – грудная с кругами. Дистанция – 25 метров.

85. В упражнении ПМ-3 участникам дается 5 пробных, 30 зачетных выстрелов. Время на пробные выстрелы – 5 минут. Стрельба на зачет – 6 серий по 5 выстрелов, время на стрельбу – 4 минуты на каждую серию (либо 3 серии по 10 выстрелов – 8 минут на каждую серию). На соревнованиях ниже регионального командования и по офицерскому троеборью смена мишеней производится после 10 выстрелов. Мишень № 4 – грудная с кругами. Дистанция – 25 метров.

При выполнении упражнений магазин пистолета для каждой серии снаряжается 5 патронами. При отсутствии оптических приборов наблюдения после пробной и каждой зачетной серии в упражнениях ПМ-1 и ПМ-3 смена по команде старшего судьи на линии огня подводится к мишеням для осмотра.

### **Параграф 2. Стрельба из автомата и винтовки**

86. Стрельба из автомата Калашникова (автомат Калашникова (АК-74), автомата Калашникова модернизированный (АКМ) и их модификации) упражнение-1 (АК-1), упражнение-2 (АК-2), упражнение-3 (АК-3). Стрельба из снайперской винтовки Драгунова (далее – СВД), упражнение-1 (СВ-1) и упражнение-2 (СВ-2). Форма одежды – военно-полевого стиля, либо военно-полевая.

Для подготовки к стрельбе из каждого положения отводится 3 минуты.

При стрельбе из автомата допускается использовать ремень, не отстегивая от оружия, при стрельбе из винтовки пользоваться ремнем не допускается.

87. Стрельба ведется одиночными выстрелами. Каждому участнику выдается по 13 патронов, которыми снаряжаются 2 магазина (3 и 10 патронов). Выполняется упражнение АК-1 (АК-3, СВ-1, СВ-2), пробная серия 3 выстрела, время - 2-3 минуты. Зачетная серия, лежа (10 выстрелов) выполняется по новой мишени. Стрельба с колена и стоя в упражнении АК-3 выполняется аналогично стрельбе из положения лежа за отведенное условиями соревнований время. При стрельбе с колена допускается использовать 1 валик – подколенник диаметром не более 180 миллиметров, а при стрельбе стоя – сумку магазина (в качестве упора) для локтя левой (правой) руки, передвигая ее по ремню, но не поворачивая. Не допускается использование ремня с подсумком в области грудной клетки.

88. Стрельба АК-2 выполняется из автомата очередями на 200 метров по мишени № 7 (поясная фигура) из 3 положений (лежа, с колена, стоя) без упора, 10 зачетных выстрелов в каждом положении. Перед выполнением стрельбы производит показ расположения мишеней в течение 30 секунд, после чего мишени убираются и через 30 секунд появляются на 15 секунд для выполнения стрельбы из положения лежа.

Перед выполнением стрельбы из положений с колена и стоя дается 1 минута на подготовку без предварительного показа мишеней. Время для выполнения стрельбы с колена – 20 секунд, стоя – 25 секунд, стрельба ведется очередями по 2-3 выстрела. Одиночный выстрел допускается только последним патроном. Если участник произвел одиночные выстрелы в начале или в середине серии, то штрафуются количеством пробоин, равным количеству одиночных выстрелов.

При выполнении упражнения все действия с оружием участник выполняет самостоятельно. Для устранения задержек и неисправностей допускается с разрешения судьи воспользоваться помощью оружейного мастера. Участник, опоздавший к началу выполнения упражнения, к стрельбе не допускается. Перезаявка участников и замена их в лично-командных соревнованиях допускается не позднее, чем за 1 час до начала стрельбы.

В соревнованиях все выстрелы учитываются независимо от того, произведены по воле участника или случайно. За выстрел вне огневого рубежа участник отстраняется от участия в соревнованиях. За лишний выстрел с участника снимается результат всего положения, в котором было обнаружено нарушение.

С участника, выполнившего выстрел до момента появления мишеней для стрельбы, снимаются пробоины, по количеству произведенных выстрелов. За выстрелы после команды "Отбой!" участник снимается с соревнований.

Участнику, в чью мишень был ошибочно произведен выстрел, предоставляется перестрелка в том случае, если количество пробоин в его мишени было больше допустимого (из положения лежа – 10 пробоин, с колена – 5 пробоин, стоя – 5 пробоин).

Участники и призеры, показавшие одинаковый результат во всех 3 положениях, производят перестрелку всего упражнения.

При прекращении стрельбы по независящим от участников причинам, им предоставляется право повторного выполнения упражнения из того положения, в котором была задержка. Перерывы в стрельбе по вине участника не считаются и дополнительное время на стрельбу не предоставляется.

89. Результаты стрельбы каждого участника соревнований определяются по сумме выбитых очков в мишенях зачетных серий или по сумме пробоин в зачетных мишенях. Попадание в поясную мишень засчитывается, если пробоина находится в площади фигуры или накрывает хотя бы часть ее границы. Пробоина в мишени с габаритными окружностями

считается нарушившей габарит, около которого находится и засчитывается в большую сторону, если хотя бы касается внешней стороны габаритной линии. Оценка спорной пробоины производится с помощью шаблона из прозрачного материала с нанесенными на нем окружностями. Внешняя окружность равна калибру оружия, внутренняя – контрольная (для центровки). Размер шаблона, равный калибру оружия составляет для автомата и снайперской винтовки – 7,62 миллиметров, для пистолета – 9,00 миллиметров. В отсутствии измерительных приборов, нарушением контурной линии габарита считается разрыв ее пробоиной или наличием, на внешней стороне линии габарита ясно видимого следа от пули. Разрыв линии габарита радиальными лучами, расходящиеся от пробоины, во внимание не принимается. Овальная пробоина от пули, попавшей в мишень в момент ее вскрытия, засчитывается, если длина пулевого отверстия не превышает при стрельбе из автомата, винтовки и пистолета 12 миллиметров. Совмещенную пробоину (попадание "пуля в пулю") определяют и заверяют не менее 2 судей.

Наличие и достоинство пробоин в мишенях определяют не менее 2 судей. Решение судейской коллегии в оценке достоинства пробоин является окончательным и опротестованию не подлежит.

Личное первенство в упражнениях, выполняемых по мишеням с габаритными окружностями, определяется по наибольшей сумме выбитых очков, а при их равенстве:

- 1) по наибольшему количеству очков в последней серии из 10 выстрелов, предпоследней;
- 2) по большему количеству "десяток", затем "девяток", "восьмерок", "семерок", "шестерок", "пятерок", "четверок", "троек", "двоек";
- 3) по большему количеству выбитых очков из положения стоя, затем с колена, лежа;
- 4) по наименьшему удалению от центра худшей пробоины в последней мишени, предпоследней и так далее.

Если преимущество не выявится, присуждаются одинаковые места.

Личное первенство в упражнениях, выполняемых по мишеням без габаритных окружностей, определяется по наибольшей сумме попадания в зачетные мишени, а при их равенстве – по лучшей стрельбе стоя, затем с колена и лежа. Если преимущество не выявится, то назначается повторная стрельба за призовые места.

Повторная стрельба производится из положения стоя, но не более 2 раз.

### **Глава 13. СОРЕВНОВАНИЯ НА СПЕЦИАЛЬНЫХ СНАРЯДАХ**

90. Соревнования проводятся на стандартных снарядах: лопинге, стационарном колесе, гимнастическом колесе.

91. Соревнования на лопинге проводятся по 2 упражнениям.

В первом упражнении – "Обороты со сменой направления вращения (4x5)" – выполняются 4 серии по 5 оборотов со сменой направления вращения после каждой серии. Оценка упражнения производится по общему времени, затраченному на 4 серии оборотов. Количество раскачиваний во время выполнения упражнения неограниченно. В первых 5 оборотах направление вращения определяет участник. Начинается и заканчивается упражнение в момент прохождения участником верхнего вертикального положения. Счет оборотов в сериях ведет судья голосом. О выполнении менее 5 оборотов в серии участник предупреждается. В этом случае участник заканчивает серию оборотов. Упражнение не засчитывается, если на выполнение затрачено более 90 секунд.

Во втором упражнении – "Обороты с поворотами на 3600" – выполняется произвольное количество оборотов с поворотами на 3600 в одном направлении. Результат определяется по времени, затраченному на 5 оборотов. После каждого поворота судья называет счет. Поворот считается выполненным в том случае, если завершен в процессе 1 оборота. Начинается

упражнение в момент прохождения участником верхнего вертикального положения и заканчивается при завершении 5-го поворота. Упражнение не засчитывается, если на выполнение затрачено более 90 секунд.

92. Упражнение на стационарном колесе (2x10) включает 10 оборотов влево и 10 оборотов вправо.

По готовности участника старший судья дает распоряжение на выполнение упражнения командой "Упражнение начи – най!", после чего участник из неподвижного положения делает 10 полных оборотов в одну, а затем – столько же оборотов в другую сторону. Время выполнения упражнения определяется по секундомеру. Заканчивается упражнение на двадцатом обороте в момент прохождения участником вертикального положения головой вверх. Во время выполнения упражнения судья ведет счет оборотов. После первых 10 оборотов счет прекращается без выключения секундомера, а выполненные лишние обороты не засчитываются. Счет возобновляется только после изменения направления оборотов. Если в одной из серии выполнено менее 10 оборотов, упражнение не засчитывается.

93. Упражнение на гимнастическом колесе включает 3 серии спиралей в различном сочетании:

для 3 спортивного разряда – 3 серии по 10 передних спиралей в 1 сторону (по выбору участника), полностью и безошибочно выполненное упражнение оценивается в 28 баллов;

для 2 спортивного разряда – 3 серии по 10 передних спиралей, 1 из серий – в противоположную сторону, полностью и безошибочно выполненное упражнение оценивается в 30 баллов;

для 1 спортивного разряда – 10 передних правых, 10 передних левых и 10 задних спиралей в произвольной последовательности, полностью и безошибочно выполненное упражнение оценивается в 32 балла.

94. Технические требования к упражнению на гимнастическом колесе:

1) начинать упражнение из исходного положения "стоя в гимнастическом колесе, взявшись за 2 ручки", по команде судьи "Упражнение начи – най!";

2) выполнить 3 серии спиралей, в каждой – по 10. Серию спиралей заканчивать выходом на 2 обода (допускается: отдых по 10 секунд, во время остановки между сериями выходить из колеса, отпускать ручки, производить доворот колеса);

3) за 5 секунд до окончания отдыха между сериями спиралей судья предупреждает участника: "Осталось 5, 4, 3, 2, 1 секунда!";

4) начинать и заканчивать спираль следует в момент прохождения ног в нижнем положении (счет спиралей от 1 до 10 ведет старший судья);

5) упражнение необходимо выполнять на площадке размером 5x5 метров, очерченной полем 8x8 метров.

95. Снятие баллов за нарушение требований к выполнению упражнения на гимнастическом колесе:

1) отдых между спиральями – более 10 секунд, за каждую лишнюю секунду – 0,1 балла;

2) дополнительная попытка ввода в спираль – 0,5 балла;

3) неподнимание колеса на 2 оборота – 0,5 балла;

4) выход за пределы площадки 5x5 метров – 0,5 балла;

5) потеря связи с колесом рукой (руками) – 0,5 балла;

6) потеря связи с колесом ногой (ногами) – 0,5 балла;

7) невыполнение или лишнее выполнение спиралей – 0,5 балла;

8) падение колеса – 1,0 балл;

9) при выходе за пределы площадки 8x8 м упражнение не засчитывается.

## Глава 14. АРМЕЙСКИЙ РУКОПАШНЫЙ БОЙ

96. Соревнования проводятся: по олимпийской системе, по круговой системе (стенка на стенку).

97. По олимпийской системе участник соревнований заканчивает выступление после первого поражения. По этой системе проводятся соревнования как личные, так и лично-командные. Порядковый номер каждого участника определяется согласно жеребьевки. В личном первенстве разыгрываются 1-е, 2-е и два 3-х места.

98. По круговой системе (стенка на стенку) участники соревнований заканчивают командное выступление, если в команде преимущество поражений превышает победы.

99. К участию в соревнованиях допускаются лица, заявленные тренером (представителем команды) и прошедшие медицинский осмотр не ранее, чем за 14 дней до начала соревнований.

100. Участники соревнований подразделяются на следующие весовые категории: до 55, до 60, до 65, до 70, до 75, до 80, до 85, до 90 и свыше 90 килограмм.

Примечание: весовые категории определяются Положением о соревнованиях.

101. Взвешивание участников:

1) взвешивание участников производится за день до начала соревнований и заканчивается не менее чем за 1 час до начала жеребьевки. Участники соревнований одной весовой категории взвешиваются на одних весах;

2) при взвешивании результаты взвешивания заносятся в протокол взвешивания;

3) участник, опоздавший на взвешивание, к соревнованиям не допускается;

4) взвешивание проводит комиссия, в которую входят: заместитель главного судьи, секретарь и врач;

5) в соревнованиях личных и личных с командным зачетом участник выступает только в весовой категории, установленной при взвешивании;

6) порядковый номер каждого бойца или команды определяется по жребью непосредственно после окончания взвешивания. Жеребьевка проводится в процессе взвешивания. Допускается электронная жеребьевка.

102. За опоздание по вызову или при устранении замечаний по экипировке перед боем спортсмену объявляется:

1) до 1 минуты – замечание;

2) от 1 до 1.30 минут – 1-ое предупреждение – 1 балл сопернику;

3) от 1.30 до 2 минут – 2-ое предупреждение – 2 балла сопернику;

4) более 2-х минут – поражение, а его сопернику – победа явным преимуществом сопернику.

103. Участникам допускается:

1) обращаться в судейскую коллегию через представителя своей команды;

2) в личных соревнованиях при отсутствии представителя обращаться непосредственно в судейскую коллегию;

3) за 1 час до начала взвешивания проводить контроль своего веса на весах официального взвешивания;

4) подавать условный сигнал поднятием руки при получении травмы или отказе продолжать бой, а также при необходимости приведения в порядок защитных средств.

104. Экипировка участников – полевая куртка и брюки прямого покроя камуфляжной расцветки (при наличии допускается – костюм установленного цвета "Multicam").

Наименование команды, которую представляет спортсмен, фамилия и инициалы наносятся на спину участника (на бронежилете). Форма одежда для всей команды однообразная.

105. Защитная экипировка спортсменов:

- 1) шлем с металлической решеткой (красный или синий);
- 2) шлем с пластиковой решеткой (для юношей) (красный и синий);
- 3) бронежилет (без пластин);
- 4) раковина;
- 5) перчатки для рукопашного боя (красные или синие) – до 75 килограмм - 10 унции, свыше 75 килограмм - 12 унции;
- 6) накладки на голень;
- 7) борцовки – футы с защитой подъема стопы и пятки.

Цвет шлема и перчаток-краг соответствует цвету угла спортсмена, в котором участник приглашается на поединок.

Защитное снаряжение кроме разгрузки, накладки на голень, раковины – одевается только под одежду.

106. Количество поединков:

- 1) количество поединков в течение дня каждому участнику определяется Положением о соревнованиях (но не более 4-х в день);
- 2) перед каждым поединком участнику отводится не менее 30 минут на отдых.

Начало и конец поединка:

1) перед началом боя участники становятся на линиях исходных позиций, обозначенных на площадке. Судья на ковре становится на судейскую линию. Спортсмен с красного угла находится справа от судьи на ковре, спортсмен с синего угла – слева;

2) участники обмениваются приветствием с соперником перед началом поединка, а после окончания пожимают руки;

3) поединок начинается командой судьи на ковре "по свистку" и заканчивается командой "по свистку";

4) после поединка, до объявления результата боя участники снимают шлем.

107. Продолжительность боя:

1) бой длится – 5 минут (для юниоров – 3 минуты);

2) по истечении времени бой останавливается независимо от положения бойцов. Технические действия в период между сигналом об окончании поединка и командой судьи на ковре засчитываются, а нарушения идут в зачет;

3) в случае нарушений в защитных средствах бойца, поединок останавливается для устранения недостатков (допускается помощь секунданта);

4) не допускается останавливать самостоятельно бой для приведения экипировки или защитных средств в порядок, а также покидать площадку без разрешения судьи на ковре.

108. К техническим действиям относятся: удары руками, локтем, коленом и ногами; броски; болевые и удушающие приемы.

Зоны нанесения ударов: голова, грудь, живот, боковые части тела, ноги.

109. Запрещены следующие приемы и действия при ведении боя:

- 1) нанесение ударов пальцами в глаза;
- 2) проведение болевых приемов на шею, позвоночник, кисть, стопу;
- 3) прыжки ногами на лежащего соперника;
- 4) удары в пах, шею, затылок, спину и позвоночник;
- 5) захват за шлем или решетку шлем-маски;



б) нанесение ударов и проведение атакующих действий после команды "СТОП" (свисток);

7) умышленные выходы за пределы площадки во время боя;

8) нарушение дисциплины, грубое, неэтичное поведение по отношению, к своему сопернику, участникам соревнований, судьям или зрителям;

9) за грубое вмешательство представителя команды в работу судьей, медицинского персонала или организаторов соревнований, предупреждения объявляется бойцу.

110. Боец снимается с боя или соревнования (дисквалификация на соревнование):

1) при нанесении травмы, выводящей противника из боя;

2) при нанесении травмы, выводящей противника из соревнования;

3) при грубом нарушении этики;

4) при отказе от участия в церемонии награждения.

Дисквалификация на соревновании означает, что место в соревнованиях бойцу не определяется.

111. Условия присуждения явного преимущества, судейская оценка действий спортсменов, приводящих к травмам, порядок начисления очков и определения результатов поединка, изложены в приложении 4 к настоящим Правилам.

112. Протест подается только секундантом, обслуживающий поединок. Протест подается секундантом, только в процессе боя, то есть по каждому моменту не согласия с решением судей, с выбрасыванием "Челендж" (красный и синий кубик). При рассмотрении протеста судьям предлагается видеозапись, в которой четко видны все действия бойцов и жесты всех судей, обслуживающих поединок. Решение протеста рассматривается судьями, обслуживающими данный поединок, в присутствии главного судьи если протест не обоснован, то сопернику засчитывается 1 балл.

113. В личных соревнованиях с командным зачетом места определяются в зависимости от личных результатов участников, входящих в зачетный состав команд. Зачетное количество участников определяется Положением о соревновании.

Командный зачет проводится по любой из систем, принятых для личных соревнований и определяется Положением о соревновании.

## **Глава 15. ПАРАШЮТНОЕ ДВОЕБОРЬЕ**

### **1. Соревнования проводятся в видах программ:**

1.1. 1 упражнение: прыжок с парашютом с самолетов Ан-12, Ан-22 или Ил-76 с высоты 800 – 1000 м со стабилизацией падения 3 с; марш-бросок на 1 км с оружием, снаряжением и парашютом (основным и запасным);

1.2. 2 упражнение: прыжок с парашюта с самолета Ан-2 с высоты, обеспечивающей раскрытие парашюта на высоте 800 – 900 м над уровнем площадки; стабилизация падения в течение 15 с; марш-бросок на 1 км с оружием, снаряжением и парашютом (основным и запасным);

1.3. 3 упражнение (для летного состава ВВС и ПВО): прыжок с парашютом при скорости полета самолета (вертолета) не менее 100 км/ч с высоты 800 м; марш-бросок на 1 км с оружием, снаряжением, парашютом (основным и запасным) и НАЗ (носимым аварийным запасом).

### **2. Условия проведения соревнований.**

2.1. Упражнения выполняются на серийных парашютах в соответствии с Правилами соревнований.

2.2. Десантирование участников соревнований производится:

а) в 1 упражнении – на линию старта, выложенную из укладочных полотнищ вдоль площадки;

б) во 2 и 3 упражнениях – в район стартового сборного пункта, находящегося в 1 км от финиша.

2.3. Для участия в соревнованиях устанавливается следующая форма одежды: комбинезон, шлем, сапоги (ботинки), автомат (пистолет), сумка с магазином и штык-нож.

2.4. Каждый участник должен иметь номер размером 30x20 см, закрепленный выше колена на передней стороне левой ноги.

2.5. Внутри самолетной группы очередность прыжков устанавливается старшим группы в зависимости от массы парашютиста.

2.6. Прыжки разрешается совершать при скорости ветра у земли и по высотам в пределах установленных норм. В случае превышения их метеопост должен немедленно сообщать об этом руководителю прыжков и главному судье соревнований.

2.7. Ответственность за точность выброски парашютистов несут руководитель прыжков, штурман на площадке приземления и командир экипажа самолета.

2.8. В случае изменения направления ветра во время соревнований в 1 упражнении, десантирование спортсменов прекращается. Соревнования возобновляются после производства новых расчетов курса захода самолета штурманом на площадке приземления или после возвращения ветра к прежнему направлению.

### **3. Порядок выполнения упражнений.**

3.1. Отделение участников от самолета должно производиться по команде (сигналу) штурмана самолета.

3.2. Время выполнения упражнений определяется с момента отделения спортсменов от самолета и до прибытия их на финиш.

3.3. Во 2-м и 3-м упражнениях регистрируется время отделения каждого спортсмена, в 1 упражнении – первого спортсмена в серии, которое является исходным для всех спортсменов этой серии.

3.4. Серия парашютистов, отделяющихся в один заход, может быть: в 1 упражнении – до 60 человек, во 2-м и 3-м – по 5-10 человек.

3.5. В 1 упражнении устанавливается несколько пунктов финиша, но не более четырех на 1 км длины площадки приземления.

3.6. Финишные пункты могут располагаться:

а) I вариант – параллельно линии старта, справа и слева от нее на удалении 1 км;

б) II вариант – на самой линии старта. В этом случае справа и слева от линии старта параллельно ей на удалении 500 м оборудуются поворотные пункты.

3.7. Во 2 и 3 упражнениях устанавливается один стартовый сборный пункт и один пункт финиша.

3.8. После приземления и сборки парашютов в переносные сумки участники, выполняющие 1 упражнение, следуют:

а) при I варианте – на ближайший финишный пункт;

б) при II варианте – на ближайший поворотный пункт, где отмечаются у судьи и возвращаются на линию старта к ближайшему финишному пункту.

3.9. При выполнении второго и третьего упражнений участники после приземления и сборки парашютов в переносные сумки прибывают на стартовый сборный пункт, отмечаются у судьи и бегут на финиш.

3.10. Финишные пункты и пункты поворота должны быть хорошо обозначены для ориентировки участников в воздухе и на земле.

3.11. В момент приземления при выполнении 1 упражнения по решению главного судьи или его заместителя участникам могут задаваться направления движения (вправо или влево от линии старта) с помощью сигнальных ракет или других средств.

3.12. Все спортсмены прибывают к финишу со своими парашютами, уложенными в переносные сумки, оружием и снаряжением. При утере предметов снаряжения, вооружения и парашюта результат аннулируется.

3.13. Нарушения в работе секундомера, страхующего прибора, неисправность обмундирования, снаряжения или плохая подгонка подвесной системы парашюта, повлиявшие на результат прыжка, не дают участнику права на повторный прыжок.

3.14. В случае необходимости для обеспечения благополучного исхода прыжка и безопасности приземления участник соревнований обязан воспользоваться запасным парашютом, невзирая на результат прыжка.

#### **4. Определение результатов.**

4.1. Время участникам фиксируется с точностью до 1 с.

4.2. Определение победителя и занятых личных мест производится по показанным результатам.

4.3. В случае если два или несколько участников покажут одинаковые результаты, то им даются одинаковые места. Последующие места при этом не сдвигаются.

### **Глава 16. СКОРОСТНОЕ МАНЕВРИРОВАНИЕ НА ЛЕГКОВОМ АВТОМОБИЛЕ, СКОРОСТНОЕ МАНЕВРИРОВАНИЕ НА ГРУЗОВОМ АВТОМОБИЛЕ.**

#### **1. Общие положения.**

1.1. Соревнования по скоростному маневрированию проводятся на армейских автомобилях в любое время года и любую погоду.

1.2. На трассе соревнований устанавливаются девять фигур определенной конфигурации и размеров. В любое соревнование по скоростному маневрированию обязательно включаются все фигуры. Выбор упражнений и их количество определяется организатором в зависимости от масштаба соревнований и квалификации участников.

1.3. Разрешается выступление нескольких участников на одном автомобиле, но при этом каждый участник должен устанавливать на автомобиле свой стартовый номер.

1.4. Если по вине судейской коллегии или другого участника, а также из-за технической неисправности машины водитель не в состоянии продолжать вождение, ему дается повторный старт или при определении результата исключается время вынужденного простоя.

1.5. Если участник не может продолжать соревнования из-за технической неисправности машины или по другой причине, он должен доложить об этом ближайшему судье и по его указанию вывести машину с трассы.

1.6. Тренировка на трассе, оборудованной для соревнований, не разрешается. Ознакомление с фигурами и упражнениями, расположенными на трассе, проводится перед началом соревнований путем обхода участниками в сопровождении судьи.

#### **2. Требования к трассе.**

2.1. В качестве трассы скоростного маневрирования может быть использована любая горизонтальная площадка с твердым гладким покрытием или утрамбованным грунтом.

2.2. Допускается проведение соревнований на площадке с травяным покровом или на утрамбованном снегу.

2.3. Площадка или участок дороги для проведения соревнований по скоростному маневрированию должны иметь размеры, позволяющие разместить все фигуры с соблюдением расстояний, достаточных для выполнения упражнений.

2.4. Ограничители в фигурах устанавливаются через 1 м для легковых автомобилей и через 1,5 - 2 м - для грузовых, если в описании фигур не указаны другие размеры.

2.5. Если высота ограничителей не оговорена в описании упражнений, то для легковых автомобилей она должна быть не менее 1 м, а для грузовых – не менее 1,5 м.

2.6. Расположение фигур на трассе, а также последовательность выполнения упражнений определяется организатором соревнований и указывается в Положении. Упражнение "СТОП" выполняется последним.

2.7. Штрафной круг размечается примерно в центре площадки для проведения соревнований. Если фигуры размещаются в один ряд, то размечаются два штрафных круга в стороне от трассы.

2.8. Примерные схемы трасс приведены в приложении № 1.

2.9. При наличии площадок достаточных размеров могут быть размечены несколько параллельных идентичных трасс.

3. Порядок старта и движения на трассе.

3.1. Распределение автомобилей между участниками, очередность выхода на старт определяется Положением.

3.2. Автомобиль, заторможенный стояночным тормозом, устанавливается на линии "СТАРТ" трассы с работающим двигателем и закрытыми дверками.

3.3. Стартующий участник находится на расстоянии 50 м от своего автомобиля. Он не имеет права направляться к машине до подачи стартового сигнала. Старт дается только индивидуальный. После подачи стартового сигнала участник бегом направляется к машине и начинает движение по трассе.

3.4. Между фигурами и внутри них допускается любое маневрирование автомобиля, кроме остановок в зоне линии "СТОП".

3.5. Участник имеет право пользоваться всеми приемами, общепринятыми у водителей автомобилей.

3.6. При движении задним ходом разрешается открывать дверку автомобиля. При этом запрещается ставить ногу на подножку автомобиля.

3.7. Перед началом движения передним ходом дверка должна быть закрыта. За движение с незакрытой дверкой передним ходом участник исключается из соревнований.

3.8. Каждый участник обязан выполнить все упражнения в назначенной последовательности.

3.9. Спортсмен, нарушивший последовательность, уклонившийся от выполнения хотя бы одного упражнения, а также умышленно не выполнивший упражнение, выбывает из соревнований.

3.10. При задевании ограничителей и других нарушениях порядка выполнения упражнений участнику дается штрафной круг, после прохождения которого он совершает вторую попытку выполнения данного упражнения.

3.11. Если вторая попытка также не удалась, упражнение считается невыполненным и участник без объезда штрафного круга переходит к выполнению следующих упражнений.

3.12. Окончанием попытки считается полный выезд автомобиля за пределы фигуры, что фиксируется судьями поднятием соответствующих флагов.

3.13. Участники, не выполнившие два упражнения, выбывают из соревнований.

3.14. В упражнении "СТОП" вторая попытка не предоставляется. Если остановка автомобиля произошла вне зоны линии "СТОП", упражнение считается невыполненным и участник выбывает из соревнований.

3.15. При задевании ограничителей фигуры, в которой в данный момент упражнение не выполнялось, участник объезжает штрафной круг.

3.16. При задевании ограничителей штрафного круга участник выбывает из соревнований.

4. Перечень фигур, расчет их размеров, описание упражнений.

4.1. Условные обозначения размеров автомобиля:

Б - база автомобиля;

Д - габаритная длина автомобиля;

Ш - габаритная ширина автомобиля;

Шш - ширина шины автомобиля;

Рнг - наружный габаритный радиус поворота по наиболее выступающей точке автомобиля;

Рвг - внутренний габаритный радиус поворота автомобиля.

4.2. "Круг" - две концентрические окружности, обозначенные ограничителями и образующие проезжую часть, въезд в которую осуществляется через ворота во внешней окружности.

4.2.1. Участник должен въехать через ворота на проезжую часть круга и, описав полный круг, вывести автомобиль за створ ворот.

4.2.2. Размеры фигуры:

- а) Радиус наружной окружности -  $R_{но}=1,07R_{нг}$ .
- б) Радиус внутренней окружности -  $R_{во}=R_{вг}-10$  см.
- в) Ширина ворот -  $B=R_{нг}-R_{во}$ .

4.2.3. Выполняемые упражнения:

- а) Движение по кругу передним ходом по часовой стрелке.
- б) Движение по кругу передним ходом против часовой стрелки.
- в) Движение по кругу задним ходом по часовой стрелке.
- г) Движение по кругу задним ходом против часовой стрелки.

4.3. "Ограниченное место разворота" - прямоугольник, обозначенный ограничителями со всех сторон, с воротами с одной стороны для въезда и выезда автомобиля.

4.3.1. Участник должен въехать в ограниченное место через ворота, используя любой маневр, развернуться в нем и вывести машину через те же ворота, не задев ограничительных стоек так, чтобы проекция ни одной детали автомобиля не выходила за периметр фигуры.

4.3.2. Размеры фигуры:

- а) Длина:  $Д_{ом}=3Д$ .
- б) Ширина:  $Ш_{ом}=2Д$ .
- г) Ширина ворот:  $Ш_{в}=Ш+1,5$  м.

4.3.3. Выполняемое упражнение:

- а) Разворот автомобиля в ограниченном месте.

4.4. "Змейка некратная" – пять ограничителей в виде стоек установленных по прямой линии и образующих четыре проезда.

4.4.1. Участник должен последовательно проехать их, полностью выехав за последний проезд и не задев ограничителей.

4.4.2. Размеры фигуры:

- а) Расстояние между первой и второй стойками:  $Д_{з1}=1,4Д$ .
- б) Расстояние между второй и третьей стойками:  $Д_{з2}=1,4Д+0,5м$ .
- в) Расстояние между третьей и четвертой стойками:  $Д_{з3}=1,2Д$ .
- г) Расстояние между четвертой и пятой стойками:  $Д_{з4}=1,2Д$ .

4.4.3. Выполняемые упражнения:

- а) Проезд змейки передним ходом.
- б) Проезд змейки задним ходом.

4.5. "Восьмерка" – четыре ограничителя в виде стоек, установленных на одной линии, из которых средние стойки образуют ворота. Движение осуществляется с переменной направления вокруг крайних ограничителей.

4.5.1. Въезд и выезд через ворота - перпендикулярно линии, на которой установлены ограничители. Направление начального движения по окружности - в зависимости от размещения фигур.

4.5.2. Размеры фигуры:

- а) Ширина ворот "восьмерки":  $Ш_{вв}=Ш+1$  м.
- б) Расстояние между стойкой ворот и крайним ограничителем:  $Д_{ов}=2Д$ .

4.5.3. Выполняемое упражнение:

- а) Въезд передним ходом через ворота, объезд ограничителей и выезд через ворота.

4.6. "Пила" состоит из двух параллельно расположенных габаритных коридоров с расстоянием между ними 5 м. Габаритные коридоры размечаются установкой двух рядов ограничителей с разной шириной проезжей части.

4.6.1. Участник должен проехать первый коридор с использованием заднего хода, затем - между коридорами передним ходом и второй коридор - задним ходом.

4.6.2. Размеры фигуры:

- а) Длина коридора:  $D_k=2D$ .
- б) Ширина первого коридора:  $Ш_k1=Ш+1м$ .
- в) Ширина второго коридора:  $Ш_k2=Ш+0,5м$ .

#### 4.6.3. Выполняемое упражнение:

а) Движение в габаритных коридорах с переменной направления передним и задним ходом.

4.7. "Колея" – доска (целая или составная по длине и ширине), образующая проезд для колес одной стороны автомобиля.

4.7.1. Участник должен провести автомобиль по доске так, чтобы передние и задние колеса одной стороны автомобиля не сошли с доски.

4.7.2. Размеры фигуры:

- а) Ширина проезда колеи:  $Ш_k=1,95Шш. П$
- б) При сдвоенных задних колесах:  $Ш_k=2,95Шш.$
- в) Длина доски:  $D_k = D$ .

4.7.3. Выполняемые упражнения:

- а) Проезд колеи левой стороной передним ходом.
- б) Проезд колеи правой стороной передним ходом.
- в) Проезд колеи левой стороной задним ходом.

4.8. "Пеньки" – два деревянных или пластмассовых цилиндра высотой, определяемой наименьшим дорожным просветом автомобиля, установленные на расстоянии  $B$  между ними.

4.8.1. Участник должен провести автомобиль над пеньками, не задевая их.

4.8.2. Выполняемые упражнения:

- а) Проезд над пеньками передним ходом.
- б) Проезд над пеньками задним ходом.

4.9. "Бокс" – прямоугольник, обозначенный ограничителями с трех сторон, с открытой узкой стороной.

4.9.1. Участник должен через узкую сторону поставить автомобиль так, чтобы в момент остановки проекция ни одной из его деталей ни выходила за периметр фигуры, а затем вывести автомобиль, не задев ограничителей.

4.9.2. Размеры фигуры:

- а) Глубина бокса:  $Г_b=1,04D$ .
- б) Ширина бокса:  $Ш_b=1,24Ш.$

4.9.3. Выполняемые упражнения:

- а) Въезд в бокс задним ходом.
- б) Въезд в бокс передним ходом.

4.10. "Стоп" – линия длиной 3 м и шириной 15 см, нанесенная на поверхность площадки перпендикулярно зачетному направлению движения.

4.10.1. Перед основной линией "Стоп" и за ней на расстоянии 1 м наносят две линии, которые ограничивают зону фигуры.

4.10.2. Участник, двигаясь безостановочно от первой линии, должен так остановить автомобиль, чтобы в контакте с основной линией "Стоп" оказались оба передних колеса. При этом после полной остановки автомобиля выключают секундомер.

4.10.3. Если колеса автомобиля в момент остановки оказались в зоне перед основной линией "Стоп", то к затраченному на прохождения трассы добавляется штрафное время - 5 с. Если колеса автомобиля в момент остановки оказались в зоне за основной линией "Стоп", то штрафное время удваивается.

4.11. "Штрафной круг" – три стойки, расположенные в виде равностороннего треугольника со стороны, равной 5 м.

4.11.1. Участник должен описать штрафной круг, не задев ни одной стойки. Движение осуществляется передним ходом по часовой стрелке.

## 5. Порядок преодоления трассы.

5.1. Если Положением соревнований количество и название упражнений не определено, то соревнования проводятся в следующем порядке:

- движение по кругу передним ходом по часовой стрелке;
- въезд в бокс задним ходом;
- разворот автомобиля в ограниченном месте;
- проезд змейки передним ходом;
- проезд змейки задним ходом;
- проезд "восьмерки";
- движение в габаритных коридорах ("пила") в переменных направлениях передним и задним ходом;
- проезд колеи левой стороной передним ходом;
- проезд над пеньками передним ходом;
- остановка передними колесами после движения передним ходом.

## **РАЗДЕЛ 3. ВОЕННО-ПРИКЛАДНЫЕ ВИДЫ СПОРТА МЕЖДУНАРОДНОГО СОЮЗА ПО ВОЕННО-ПРИКЛАДНЫМ ВИДАМ СПОРТА ДЛЯ ГРАЖДАН ДОПРИЗЫВНОГО ВОЗРАСТА**

### **Глава 17. ВОЕНИЗИРОВАННЫЙ КРОСС**

#### **1. Виды программ.**

1.1. Для граждан допризывного возраста:

1.1.1. Старшие юноши (17 лет):

- бег 3 км;
- стрельба из пневматической винтовки на 10 м;
- метание гранат весом 450 г. на 35 метров

1.1.2. Юноши (15-16 лет):

- бег 1 км;
- стрельба из пневматической винтовки на 10 м;
- метание гранат весом 350 г. на 35 метров

#### **2. Участники соревнований.**

2.1. Граждане допризывного возраста соревнуются в возрастных группах: старшие юноши (17 лет), юноши (15-16 лет).

#### **3. Условия проведения соревнований**

3.1. Соревнования по военизированному кроссу проводятся на любой местности.

3.2. Каждый гражданин допризывного возраста выполняет упражнение в форме одежды для граждан допризывного возраста и противогазом.

3.3. Форма одежды для граждан допризывного возраста: бейсболка, куртка (футболка) с длинными рукавами, спортивные брюки (рейтузы) по щиколку, спортивная обувь без шипов и противогаз.

3.4. Запрещается всякое дополнительное крепление и снаряжения, препятствующие их немедленному использованию по назначению (в том числе, дополнительные ремни и другие приспособления, не предусмотренные соответствующей формой одежды).

3.5. Оборудование, оформление, измерение и разметка трассы такие же, как в спортивных дисциплинах «бег в форме 1000 м, бег в форме 3000 м».

3.6. Количество мест для стрельбы и метаний определяется в зависимости от числа участников.

3.7. Старт и финиш оборудуются в одном месте, а поворот – на расстоянии 500 м при беге на 1 км и 1500 м при беге на 3км.

#### **4. Старт.**

4.1. Военнослужащие во время старта должны быть одеты по форме, иметь оружие в положение «*На ремень*». При старте и финише оружие у военнослужащих должно быть на предохранителе.

4.2. Старт одиночный, парный или групповой (не более 5 чел. в группе). Интервал между групповыми стартами должен быть не менее 3 – 4 мин на 1 км и 5 – 6 мин – на 3 км.

4.3. До начала бега подается команда «*На старт*». Сигнал к началу бега дается выстрелом из стартового пистолета или командой «*Марш*», сопровождаемой резким опусканием флага.

## **5. Прохождение дистанции.**

5.1. При беге участники не должны мешать друг другу. Участник не должен толкать обгоняющего или задерживать его руками, за нарушение этого он снимается с соревнования.

5.2. Участник забега, сошедший с дистанции, обязан снять свой нагрудный номер и сообщить об этом ближайшему судье-контролеру, а по прибытии на финиш – судье на финише.

5.3. Лидирование (сопровождение во время бега) не разрешается. При нарушении этого правила лидируемый участник снимается с соревнований. Определяет лидирование судья на дистанции.

## **6. Порядок стрельба из автомата.**

6.1. Место для стрельбы из автомата и пневматической винтовки оборудуется на поворотном пункте.

6.2. Военнослужащие ведут стрельбу из автомата, из положения лежа, тремя одиночными выстрелами, до первого попадания по падающей мишени № 7 (поясная фигура).

6.3. После прибытия на огневой рубеж участники получают патроны, занимают место по указанию судьи и изготавливаются для ведения стрельбы. Когда спортсмен снаряжает магазин патронами, судья обязан назвать ему номер мишени, по которой он должен вести стрельбу.

6.4. Огонь открывается по мере готовности, без дополнительной команды судьи. При стрельбе разрешается использовать ремень автомата и упор магазином в грунт. Все действия с оружием участник выполняет самостоятельно. Для устранения задержек и неисправностей он может с разрешения судьи воспользоваться помощью оружейного мастера.

6.5. Если стрелок вместо одиночных выстрелов начал ведение огня очередью, стрельба ему засчитывается. За снаряжение магазина более чем тремя патронами участник от состязаний отстраняется.

6.6. В случае, когда участник поразил чужую мишень, стрельба ему засчитывается, но к результату кросса добавляется 15 с.

6.7. Если мишень упала, а участник не стрелял, судья должен дать сигнал оператору о поднятии мишени, после чего стрельба продолжается. При этом время вынужденной задержки стрельбы из общего результата в кроссе вычитается.

6.8. После окончания стрельбы судья осматривает оружие, когда участник находится еще в положении лежа, принимает оставшиеся патроны и дает команду на продолжение бега.

## **7. Порядок стрельбы из пневматической винтовки.**

7.1. Пневматические винтовки располагают на огневом рубеже представители команд или тренеры.

7.2. Для пневматических винтовок используются пульки любого типа и формы калибра 4,5 мм, изготовленные из свинца или аналогичного мягкого сплава (материала).

7.3. Стальные или оболочечные пульки запрещены. Иметь на старте пульки для стрельбы запрещается.

7.4. Юноши ведут стрельбу из пневматической винтовки, лежа с упора пятью одиночными выстрелами по мишени № 8 на дистанции 10 м.



7.5. После прибытия на огневой рубеж участники получают пульки, занимают место по указанию судьи и изготавливаются для ведения стрельбы. Огонь открывается по мере готовности, без дополнительной команды судьи.

7.6. Все действия с оружием участник выполняет самостоятельно. Для устранения задержек и неисправностей он может с разрешения судьи воспользоваться помощью оружейного мастера.

7.7. В случае, если судья на линии огня зафиксировал, что участник выполнил более пяти выстрелов, то он снимается с соревнований.

7.8. В случае, если в черной части мишени обнаружено менее пяти пробоин, то к результату бега участника начисляются 15 с штрафного времени за каждую недостающую пробоину.

7.9. В случае, если в мишени обнаружено более пяти пробоин, то к результату бега участника начисляются 5 с штрафного времени за каждую лишнюю пробоину.

7.10. В случае, когда участник поразил чужую мишень, стрельба ему засчитывается, но к результату бега добавляется 20 с штрафного времени.

7.11. После окончания стрельбы участник самостоятельно разряжает винтовку, оставляет её на огневом рубеже и без команды судьи продолжает кросс.

## **8. Метание гранат.**

8.1. Для метания гранат военнослужащим в начале третьего километра оборудуются коридоры шириной 10 м и длиной 40 м. Три гранаты Ф-1 находятся на месте метания. Участник занимает любой свободный коридор и последовательно метает гранаты Ф-1 (600 г) с места или с разбега до первого броска за рубеж 40 м, после чего по команде судьи продолжает бег.

8.2. За промах в стрельбе или броске гранаты менее чем на 40 м военнослужащий штрафуются и к времени участника, показанному на финише, прибавляется соответственно 20 с или 10 с.

8.3. При метании гранат юношами на расстоянии 200 м до финиша при беге на 1 км и в начале третьего километра при беге на 3 км оборудуются коридоры шириной 10 м и длиной соответственно 30 м или 35 м. Три гранаты находятся на месте метания. Участник занимает любой свободный коридор и последовательно метает гранаты с места или с разбега до первого броска за рубеж 30 м для юношей (15-16 лет) и 35 м для старших юношей (17 лет), после чего по команде судьи продолжает бег.

8.4. За бросок гранаты менее чем на 35 м для старших юношей (17 лет) или 30 м для юношей (15-16 лет) участник штрафуются и к времени, показанному на финише, прибавляется 20 с.

8.5. Попытка считается неудавшейся, если участник:

а) в момент броска или после него коснется какой-либо частью тела, обмундирования или автомата грунта за планкой;

б) наступит на планку или заденет ее сверху; выпустит во время разбега (размахивания) гранату, которая упадет впереди планки. Случайное падение гранаты в секторе для метания (до планки) ошибкой не считается;

в) выйдет через планку вперед после броска до команды «*Есть*». Бросок не засчитывается также, если граната упала вне коридора.

## **9. Финиш.**

9.1. Окончание дистанции фиксируется в момент, когда участник коснется воображаемой плоскости финиша какой-либо частью туловища.

9.2. Если участник после касания туловищем плоскости финиша упадет на линию, то время и порядок прихода сохраняются, в случае если он затем самостоятельно пересечет плоскость финиша.

## **10. Определение результатов.**

10.1. Время участникам фиксируется без остановки секундомера (по «скользящей» стрелке) с точностью до 1 с.

10.2. Определение победителя и занятых личных мест производится по показанным результатам, с учетом штрафного времени. Если два или несколько участников закончат дистанцию в разных забегах с одинаковым результатом (с учетом штрафного времени), то им даются одинаковые места. Последующие места при этом не сдвигаются.

## **Глава 18. ПОЛОСЫ ПРЕПЯТСТВИЙ ОКУ**

### **1. Общие положения.**

1.1. Полосы препятствий ОКУ проводятся на спортивных соревнованиях как отдельные спортивные дисциплины.

1.2. Оборудование полос препятствий и порядок выполнения упражнений производится в соответствии с требованиями Наставления по физической подготовке в Вооруженных Силах РК (далее – НФП) и настоящих Правил.

1.3. Перед началом соревнований на горной полосе препятствий необходимо проверить правильность крепления веревок, канатов. Их надежность устанавливается внешним осмотром и опробованием, изношенные веревки и канаты заменяются новыми. Особое внимание уделяется проверке креплений бревен, балок, карнизов, перил и других деталей, находящихся на значительной высоте.

1.4. Все детали, с которыми соприкасаются руки и тело участников, не должны иметь заусенцев, окалин, рваных стыков и неровностей. Альпинистские веревки навешиваются непосредственно перед соревнованиями, а по окончании снимаются. Ямы для приземления вскапываются и взрыхляются. Натяжные муфты и болты смазываются и подтягиваются.

### **2. Участники соревнований.**

2.1. Граждане допризывного возраста соревнуются в возрастных группах: старшие юноши (17 лет), юноши (15-16 лет).

### **3. Форма одежды.**

3.1. Форма одежды для граждан допризывного возраста: бейсболка, куртка (футболка) с длинными рукавами, спортивные брюки (рейтузы) по щиколку, спортивная обувь без шипов и противогоза.

### **4. Старт.**

4.1. Перед стартом каждого забега производится представление его участников. При представлении участника спортсмен должен сделать шаг вперед. На соревнованиях в преодолении препятствий применяется только парный старт

4.2. Старт принимается из положения стоя. По команде стартера «На старт» подойти к стартовой линии, поставить одну ногу вперед, не наступая на линию, другую отставить на полшага назад на носок. По команде «Внимание» перенести тяжесть тела на выставленную вперед ногу, туловище подать вперед и принять неподвижное положение. По команде «Марш» начать бег.

4.3. Сигнал к началу бега дается выстрелом из стартового пистолета или командой «Марш», сопровождаемой резким опусканием стартового флага.

4.4. После команды «Внимание» и до команды «Марш» участники должны прекратить всякое движение. Интервал между этими командами может быть различным.

4.5. Участник, который до сигнала стартера первым начал бег, считается стартовавшим неправильно (фальстарт). В этом случае участников забега возвращают на старт командами «Стой», «Назад» или повторным выстрелом стартового пистолета.

4.6. Участнику, нарушившему правила старта, делается предупреждение. Получивший предупреждение должен поднять вверх руку в подтверждение того, что он слышал сделанное ему предупреждение. Участник, вторично нарушивший правила старта, снимается с соревнования.

4.7. При поломке препятствий, происшедшей не по вине участника, ему разрешается повторный старт в этот же день.

#### 5. Общие требования к преодолению препятствий.

5.1. Каждый участник должен преодолеть полосу препятствий самостоятельно, без какой-либо помощи.

5.2. Участнику разрешается бежать только по своей дорожке или участку (направлению) полосы препятствий. За нарушение этого правила, участник снимается с соревнований.

5.3. Если спортсмен пробежал любой отрезок чужой дорожки (участка полосы) и при этом помешал другому участнику, последнему с разрешения главного судьи может быть дан старт в этот же день. В этом случае участнику засчитывается лучший из двух показанных им результатов.

5.4. Приемы преодоления препятствий, метания гранат, а также специальные приемы и действия разрешается осуществлять любым способом, если их выполнение не оговорено в описании упражнения.

5.5. Для преодоления каждого препятствия участнику предоставляется не более трех попыток. В случае нарушения правил преодоления препятствий участник снимается с соревнований.

5.6. Спортсмен юношеского возраста, уронивший при преодолении препятствий какой-либо предмет одежды, обязан возвратиться назад и поднять утерянное, после чего продолжить выполнение упражнения.

5.7. Участник забега, сошедший с дистанции, обязан снять свой нагрудный номер и сообщить об этом ближайшему судье-контролеру, а по прибытии на финиш – судье на финише.

5.8. Лидирование (сопровождение во время бега) не разрешается. При нарушении этого правила лидируемый участник снимается с соревнований. Определяет лидирование судья на дистанции.

6. Порядок преодоления полосы препятствий ОКУ в сочетании с бегом на 200 м для граждан допризывного возраста.

6.1. Соревнования по общему контрольному упражнению на единой полосе препятствий в сочетании с бегом на 200 м для юношей проводятся в такой последовательности: бег 100 м, преодоление полосы препятствий, бег 100 м. Метание гранат не проводится.

6.2. Порядок преодоления полосы препятствий для старших юношей (17 лет):

- пробежать 100 м по дорожке, по направлению к линии начала полосы;
- обежать флажок и перепрыгнуть ров шириной 2 м;
- пробежать по проходам лабиринта;
- перелезть через забор, влезть по вертикальной лестнице на второй (изогнутый) отрезок разрушенного моста;
- пробежать по балкам, перепрыгнув через разрыв, и соскочить на землю с конца последнего отрезка балки;
- преодолеть три ступени разрушенной лестницы с обязательным касанием двумя ногами земли между ступенями, пробежать под четвертой ступенью;
- пролезть в пролом стенки; соскочить в траншею, пройти по ходу сообщения;
- выскочить из колодца, добежать до стенки и прыжком преодолеть её;
- взбежать по наклонной лестнице на четвертую ступень и сбежать по ступеням разрушенной лестницы;
- влезть по вертикальной лестнице на балку разрушенного моста, пробежать по балкам, перепрыгивая через разрывы, и сбежать по наклонной доске;
- перепрыгнуть ров шириной 2 м;

-пробежать 20 м и, обежав флажок, пробежать в обратном направлении 100 м по дорожке до финиша.

### 6.3. Порядок преодоления полосы препятствий для юношей (15-16 лет):

- пробежать 100 м по дорожке, по направлению к линии начала полосы;
- обежать флажок;
- перепрыгнуть ров шириной 2 м;
- пробежать по проходам лабиринта;
- перелезть через забор высотой 2 м с помощью подставки;
- пробежать мимо разрушенного моста;
- преодолеть три ступени разрушенной лестницы любым способом с обязательным касанием земли между ступенями и пробежать под четвертой ступенью;
- пролезть в пролом стенки и добежать до траншеи;
- соскочить в нее и по ходу сообщения пробежать до колодца и выскочить из него;
- добежать до стенки и преодолеть ее прыжком;
- взбежать по наклонной лестнице на четвертую ступень и сбежать по ступеням разрушенной лестницы;
- пробежать мимо разрушенного моста и забора;
- перепрыгнуть ров шириной 2 м;
- пробежать 20 м и, обежав флажок, пробежать в обратном направлении 100 м по дорожке до финиша.

6.3.1. В качестве подставок используются тумбы высотой не более 55 см.

### 7. Финиш.

7.1. Окончание дистанции фиксируется в момент, когда участник коснется воображаемой плоскости финиша какой-либо частью туловища.

7.2. Участник на финише должен быть одет по форме и иметь при себе вооружение, обмундирование и снаряжение, зарегистрированное на старте. За любой недостающий предмет обмундирования, снаряжения и вооружения участник снимается с соревнований.

7.3. Если участник после касания туловищем плоскости финиша упадет на линию, то время и порядок прихода сохраняются, в случае, если он затем самостоятельно пересечет плоскость финиша.

### 8. Определение результатов.

8.1. Результат каждого участника, закончившего дистанцию, определяется по отдельному секундомеру с точностью до 0,1 с.

8.2. Определение победителя бега и занятых личных мест производится по показанным результатам.

8.3. При равных результатах у двух и более участников лучшее место присуждается спортсмену, стартовавшему раньше. Если два участника показали одинаковые результаты в одном забеге, им присуждаются одинаковые места. Последующие места при этом не сдвигаются.

## Глава 19. МЕТАНИЕ ГРАНАТ

1. При метании гранат юношами на расстоянии 200 м до финиша при беге на 1 км и в начале третьего километра при беге на 3 км оборудуются коридоры шириной 10 м и длиной соответственно 30 м или 35 м. Три гранаты находятся на месте метания. Участник занимает любой свободный коридор и последовательно метает гранаты с места или с разбега до первого броска за рубеж 30 м для юношей (15-16 лет) и 35 м для старших юношей (17 лет), после чего по команде судьи продолжает бег.

2. За бросок гранаты менее чем на 35 м для старших юношей (17 лет) или 30 м для юношей (15-16 лет) участник штрафуются и к времени, показанному на финише, прибавляется 20 с.

3. Попытка считается неудавшейся, если участник:

а) в момент броска или после него коснется какой-либо частью тела, обмундирования или автомата грунта за планкой;

б) наступит на планку или заденет ее сверху; выпустит во время разбега (размахивания) гранату, которая упадет впереди планки. Случайное падение гранаты в секторе для метания (до планки) ошибкой не считается;

в) выйдет через планку вперед после броска до команды «*Есть*». Бросок не засчитывается также, если граната упала вне коридора.

### **Финиш.**

1. Окончание дистанции фиксируется в момент, когда участник коснется воображаемой плоскости финиша какой-либо частью туловища.

2. Если участник после касания туловищем плоскости финиша упадет на линию, то время и порядок прихода сохраняются, в случае если он затем самостоятельно пересечет плоскость финиша.

### **Определение результатов.**

1. Время участникам фиксируется без остановки секундомера (по «скользящей» стрелке) с точностью до 1 с.

2. Определение победителя и занятых личных мест производится по показанным результатам, с учетом штрафного времени. Если два или несколько участников закончат дистанцию в разных забегах с одинаковым результатом (с учетом штрафного времени), то им даются одинаковые места. Последующие места при этом не сдвигаются.

## **Глава 20. МЕТАНИЕ ГРАНАТЫ ГД (на дальность).**

### **1. Условия проведения соревнований.**

1.1. Метание гранат на дальность производится с разбега или с места, учебными гранатами Ф-1 без предохранительного рычага. Масса гранат для граждан допризывного возраста: для старших юношей (17 лет) – 450 г; для юношей (15-16 лет) – 350 г.

1.2. Спортсмен метает 3-и гранаты. Участники обязаны пользоваться гранатами, предоставленными только судейской коллегией. При использовании иных гранат результат метания не засчитывается.

1.3. Метание производится от планки или линии длиной 4 м и шириной 7 см по коридору шириной 10 м. Планка укрепляется заподлицо с грунтом дорожки для разбега и окрашивается в белый цвет. По концам её устанавливаются цветные флажки и указатели.

1.4. Коридор размечается параллельными белыми линиями, которые проводятся через 5 м, начиная с 40 м. По обоим концам линий устанавливаются указатели с цифрами, которые показывают расстояние от планки. Ширина боковых линий не входит в границы коридора.

1.5. Дорожка для разбега должна быть плотной. Ширина дорожки не менее 1,25 м, длина – 25 – 30 м. На последних 6 – 8 метрах перед планкой дорожка расширяется до 4 м.

### **2. Форма одежды.**

2.1. Форма одежды для юношей: бейсболка, куртка (футболка) с длинными рукавами, спортивные брюки (рейтузы) по щиколку, спортивная обувь без шипов. Юноши выполняют упражнение без оружия.

### **3. Участники соревнований.**

3.1. Граждане допризывного возраста соревнуются в возрастных группах: старшие юноши (17 лет), юноши (15-16 лет).

#### **4. Определение результатов.**

4.1. Бросок засчитывается после команды старшего судьи «*Есть*», если граната упала в границах коридора, а участник не нарушил правил метания и после броска не заступил за планку или боковую линию. Команду «*Есть*» судья сопровождает поднятием флажка вверх, что является сигналом для судей-измерителей и дает им право отметить результат.

4.2. При нарушении правил метания старший судья произносит команду «*Нет*» и одновременно производит отмашку флажком, опущенным вниз.

4.3. Попытка считается неудавшейся, если участник:

а) в момент броска или после него коснется какой-либо частью тела, обмундирования или автомата грунта за планкой;

б) наступит на планку или заденет ее сверху; выпустит во время разбега (размахивания) гранату, которая упадет впереди планки. Случайное падение гранаты в секторе для метания (до планки) ошибкой не считается;

в) выйдет через планку вперед после броска до команды «*Есть*». Бросок не засчитывается также, если граната упала вне коридора.

4.4. След, оставленный гранатой после падения ее в коридор, отмечается указкой с номером. Указка ставится на ближайшую к планке точку следа.

4.5. Измерение производится рулеткой от указки по линии перпендикулярной планке. При измерении нулевая отметка рулетки прикладывается к указке. Результат определяется с точностью до 1 см.

4.6. Измерение производится после совершения всех трех бросков. В протокол записывается только результат лучшего броска.

4.7. В случае равенства результата у двоих и более участников им дают одинаковые места. Последующие места при этом не сдвигаются. Участникам, показавшим одинаковые результаты и претендующим на звание победителя состязаний, предоставляется дополнительно по три броска.

### **Глава 21. МЕТАНИЕ ГРАНАТЫ ГТ (на точность).**

#### **1. Условия проведения соревнований.**

1.2. Метание гранат на точность производится с места или с разбега на расстояние 35 м по трем кругам: 1-й круг (центральный) радиусом 0,5 м; 2-й – 1,5 м; 3-й – 2,5 м.

Расстояние до центра круга для граждан допризывного возраста – 35 м.

1.3. Первый круг изготавливается из металла, устанавливается заподлицо с землей и окрашивается в белый цвет. В центре круга укрепляется красный флаг размером 15x20 см, высота – 30 см от земли.

1.4. Другие круги размечаются линиями шириной 5 см. Линия разметки входит в размер меньшего круга.

1.5. Метание производится учебными гранатами Ф-1 массой 350 г. и 450 г. без предохранительного рычага. Масса гранат для граждан призывного возраста: для юношей (15-16 лет) – 350 г; для старших юношей (17 лет) – 450 г. Гранаты участнику выдаются судьями на месте метания.

1.6. Участники обязаны пользоваться гранатами, предоставленными судейской коллегией. При использовании иных гранат результат метания не засчитывается.

1.7. Метание гранат может вестись одновременно в нескольких секторах с соблюдением необходимых мер безопасности.

1.8. В целях безопасности при метании гранат за кругами устанавливается ограждение из металлической сетки.

1.9. Правила метания и критерии оценки попытки аналогичны условиям проведения соревнований в метании гранат на дальность. Размеры сектора аналогичны размерам сектора для метания гранат на дальность.

#### **2. Участники соревнований.**

2.1. Граждане допризывного возраста соревнуются в возрастных группах: старшие

юноши (17 лет), юноши (15-16 лет).

### **3. Форма одежды.**

3.1. Форма одежды для юношей: бейсболка, куртка (футболка) с длинными рукавами, спортивные брюки (рейтузы) по щиколку, спортивная обувь без шипов. Головной убор снимать не разрешается. Юноши выполняют упражнение без оружия.

### **4. Определение результатов.**

4.1. Каждому участнику разрешается три пробных и пятнадцать зачетных бросков. Время для метания пробных гранат 1 мин, зачетных – 6 мин.

4.2. После выполнения пробных бросков участник докладывает о готовности произвести зачетные броски и по команде судьи начинает метание. До окончания метания всех гранат участник может выходить из сектора только по разрешению судьи.

4.3. При выполнении зачетных бросков оценка производится судьей у круга поднятием указки с цифрой, соответствующей достоинству броска, и дублируется голосом. Метание очередной гранаты разрешается только после получения оценки за предыдущий бросок.

4.4. Броски при попадании гранаты в цель оцениваются: 1-й круг (центральный) – 115 очков; 2-й круг – 75 очков; 3-й круг – 45 очков.

4.5. Попадание во флажок, установленный в центральном круге, оценивается в 115 очков.

4.6. Победитель определяется по наибольшей сумме набранных очков. При равенстве очков лучшее место определяется участнику, который имеет больше попаданий в 1-й круг, затем – 2-й, 3-й.

## **Глава 22. НЫРЯНИЕ В ДЛИНУ**

### **1. Условия проведения соревнований.**

1.1. Военнослужащие и граждане допризывного возраста выполняют упражнение в спортивной форме.

1.2. Из исходного положения на стартовой тумбе прыгнуть в воду и плыть под водой любым способом, ориентируясь по линии на дне бассейна или натянутому шнуру на глубине 1-1,5 м.

1.3. Старт принимается индивидуально по готовности военнослужащего к выполнению упражнения. В бассейнах старт принимается толчком от стенки.

1.4. При проведении соревнования на водной станции старт дается со стартовой тумбы, по желанию спортсмена разрешается принимать старт толчком от щита настила.

1.5. Ныряние в длину проводится при прозрачности воды не менее 1 м в бассейне.

1.6. При нырянии в длину на водных станциях она должна быть оборудована не менее чем с одной стороны продольным настилом.

1.7. В бассейнах соревнования можно проводить по двум крайним дорожкам.

1.8. На летней водной станции место для ныряния оборудуется следующим образом. На расстоянии 2 м от продольного настила вдоль бассейна на глубине 1 м натягивается белый шнур толщиной 1 – 1,5 см. Шнур не должен иметь узлов и надрывов. На шнуре делаются три отметки: одна – на расстоянии 30 м от начала ныряния, окрашенная в черный цвет, (участок 20 см), другая – на расстоянии 40 м, окрашенная в красный цвет, третья на расстоянии 45 м, окрашенная в синий цвет.

1.9. Для страховки пловца во время ныряния используется капроновый шнур толщиной 0,5 см, который одним концом закрепляется на поясе, второй находится в руках судьи контролера. Длина шнура – 7 – 6 м. Шнур должен быть прочным и не иметь узлов и надрывов.

1.10. Для обеспечения мер безопасности в распоряжение судьи-контролера выделяется спасательная команда (2 – 4 чел.) пловцов, которые располагаются вдоль

настила, в местах, указанных судьейской коллегией. Спасатели должны быть обеспечены маской для подводного плавания, дыхательной трубкой, ластами для плавания.

## **2. Участники соревнований.**

2.1. Военнослужащие принимают участие в соревнованиях с 18 лет. Граждане допризывного возраста соревнуются в возрастных группах: старшие юноши (17 лет), юноши (15-16 лет).

## **3. Старт.**

3.1. Старт пловцов строго индивидуален. При готовности к выполнению упражнения участник подает сигнал поднятием руки вверх и голосом «*Готов*».

3.2. Во время выполнения упражнения пловец должен находиться все время под водой. В случае появления на поверхности воды любой части тела упражнение прекращается. Результат участнику определяется по появлению его головы на поверхности.

3.3. Участник обязан продвигаться вперед за счет за счет гребковых движений руками и ногами. Запрещается при выполнении упражнения передвигаться вперед, цепляясь за путевой шнур.

3.4. Судья-контролер во время выполнения участником упражнения сопровождает его вдоль бассейна, держа сигнальный шнур в ослабленном положении и наблюдая за правильностью прохождения участником дистанции.

3.5. В случае остановки пловца под водой или отклонения его в сторону от путеводного шнура судья-контролер обязан немедленно натяжением шнура поднять участника на поверхность воды, а в случае необходимости дать команду пловцам спасательной команды прыгнуть в воду и оказать помощь.

3.6. После проныривания 25 м (или 50 м) выполняется поворот под водой, и участник после толчка от стенки проныривает оставшиеся метры дистанции.

3.7. Участник обязан при повороте коснуться поворотного щита. При нарушении данного условия упражнение считается невыполненным.

3.8. На борту бассейна должно быть сделаны три отметки: 30, 40 и 50 м, которыми судья-контролер руководствуется при определении результата.

3.9. В бассейне с большой прозрачностью воды на дне наносятся три поперечные линии 30, 40 и 50 м от начала ныряния. Для юношей дополнительно наносятся поперечные линии 20 м и 10 м. Длина линии – 1 м, ширина – 10 см.

3.10. Отметки на дне бассейна и на путеводном шнуре используются участниками соревнований для контроля пройденной дистанции.

## **4. Определение результатов.**

4.1. Окончание дистанции (финиш) фиксируется в момент, когда участник коснется рукой поворотного щита или стенки бассейна.

4.2. Время участника, который финишировал в своем заплыве первым фиксируется тремя секундомерами и определяется с точностью до 0,2 с. При расхождении показаний секундометристов берутся данные двух секундомеров, зафиксировавших одинаковое время, или показания среднего секундомера при расхождении всех трех. Время другого участника фиксируется отдельным секундомером.

4.3. Если показания секундомеров расходятся с записью порядка прихода участников к финишу, то личные места определяются в порядке прихода. Результат, вызывающий сомнение устанавливается по показаниям секундомеров, определивших результат участника, пришедшего на финиш первым.

4.4. Определение победителя и занятых личных мест производится по показанным результатам. В случае если два или несколько участников закончат дистанцию с одинаковым временем, им даются одинаковые места, на которые они претендуют, а последующие места при этом не сдвигаются. Для определения призовых мест назначается повторный заплыв.



## **1. Общие требования.**

1.1. Место проведения соревнований по перетягиванию каната должно представлять собой плоскую и ровную поверхность. На поверхности проводится одна центральная линия перпендикулярная направлению движения каната.

1.2. Длина каната — 33—34 м, его диаметр — 10-13 см. Канат должен иметь метки в следующих местах:

одна (красная) в центре;

две (белые) на расстоянии 4 м от центральной метки по обеим сторонам;

две (зеленые) на расстоянии 5 м от центральной метки по обеим сторонам.

1.6. Состав команды восемь человек. Разрешается иметь одного запасного. Замена участника запасным разрешается непосредственно перед началом перетягивания каната.

1.7. Командные весовые категории устанавливаются в соответствии с Положением о проведении соревнований.

1.8. Взвешивание участников проводится в день соревнований в течение одного часа в трусах (плавках) и прекращается за один час до их начала.

1.9. Каждая команда должна иметь своего инструктора, который руководит ее действиями при перетягивании. Тренеру не разрешается разговаривать с командой в процессе ее участия в перетягивании.

## **2. Участники соревнований.**

2.1. Граждане допризывного возраста соревнуются в возрастных группах: старшие юноши (17 лет), юноши (15-16 лет).

## **3. Форма одежды.**

3.1. Форма одежды для юношей: бейсболка, куртка (футболка) с длинными рукавами, спортивные брюки (рейтузы) по щиколку, спортивная обувь без шипов.

3.2. Не разрешается иметь на обуви металлический носок или металлические пластины. Не допускается наличие шипов и гвоздей, выступающих из подошвы или пяток обуви.

## **4. Требования к захвату каната.**

4.1. Участники не должны захватывать канат в пределах длины, ограниченной зелеными метками.

4.2. На канате не должно быть узлов или петель. Перед началом перетягивания канат должен быть туго натянут, центральная метка на нем должна находиться над центральной линией, размеченной на месте проведения соревнования.

4.3. Каждому участнику разрешается удерживать канат обеими руками, захватывая его обычным образом, т. е. ладони обеих рук повернуты вверх и канат проходит между телом и плечом.

4.4. Любой другой захват, препятствующий свободному движению каната, является тормозом и рассматривается как нарушение правил.

4.5. Замыкающий член команды захватывает канат руками обычным образом, а конец каната пропускает через подмышечную впадину, далее по спине через противоположное плечо и зажимает в другой подмышечной впадине.

4.6. Канат должен постоянно находиться в положении натяжения.

4.7. Команда дисквалифицируется при получении трех предупреждений, связанных с нарушением правил в одном перетягивании. Нарушение, допущенное одним участником, считается нарушением правил командой.

## **5. Запрещается:**

а) намеренно садиться на землю (поле) или медленно вставать после непреднамеренного падения;

б) касаться земли какой-либо частью тела помимо ступней ног;

- любой захват каната, препятствующий его свободному движению;
- в) делать любые выемки в земле до команды «Натянуть канат»;
- г) выход за пределы поверхности, на которой проводится соревнование.

## 6. Условия проведения соревнований.

6.1. Соревнование по перетягиванию каната между двумя командами проводится до двух побед. Между перетягиванием каната участникам предоставляется отдых не более 5 мин.

6.2. Перед первым перетягиванием производится жеребьевка для выбора концов каната. При втором перетягивании команды меняются концами. Если необходимо третье перетягивание, выбор концов вновь определяется путем жеребьевки.

6.3. После получения старшим судьёй сигнала от судей о готовности, он подает участникам голосом или жестом следующие команды:

**«Поднять канат»** — по этой команде происходит захватывание каната;

**«Натянуть канат»** — участники обязаны туго натянуть канат;

**«Канат в центр»** — канат переводится в центральное положение;

**«Держать в устойчивом положении»** — канат находится в устойчивом положении и его центральная метка над центральной линией на земле.

После небольшой паузы подается команда **«Перетягивать канат»**.

6.4. Если судья фиксирует нарушение, он останавливает схватку, делает предупреждение соответствующей команде и указывает на центральную метку, после чего перетягивание начинается заново.

6.5. Победа в перетягивании фиксируется старшим судьёй свистком и жестом.

## 7. Команды и жесты старшего судьи.

<b>Команда</b>	<b>Сигнал</b>
<i>Приготовиться</i>	<i>Правая рука поднята вверх</i>
<i>Поднять канат</i>	<i>Руки вытянуты вперед, ладони вверх</i>
<i>Натянуть канат</i>	<i>Руки подняты вверх ладонями внутрь</i>
<i>Канат в центр</i>	<i>Указывает одной рукой в сторону команды, которая должна переместиться к центру</i>
<i>Держать в устойчивом положении</i>	<i>Руки вытянуты вверх ладонями наружу</i>
<i>Перетягивать канат</i>	<i>Быстро опускает руки вниз по бокам</i>
<i>Победа</i>	<i>Подает сигнал свистком и указывает рукой на победившую команду</i>
<i>Поменяться концами каната</i>	<i>Подает сигнал свистком и скрещивает руки над головой</i>
<i>Стоп</i>	<i>Подает сигнал свистком и скрещивает руки перед собой</i>
<i>Предупреждение</i>	<i>Поднимает руку в сторону команды, допустившей нарушение, и указывает одним или двумя пальцами номер предупреждения</i>

## 8. Определение победителя.

8.1. Перетягивание каната считается выигранным командой, если она переместила канат на требуемое расстояние, указанное метками, или если судьёй дисквалифицирована другая команда.

8.2. Процесс перетягивания каната обслуживают не менее трёх судей: старший судья и два боковых судьи.

## **Глава 24. ПЛАВАНИЕ С АВТОМАТОМ.**

### **1. Общие требования.**

1.1. Соревнования проводятся в искусственных и естественных бассейнах.

1.2. В месте выполнения стартового прыжка глубина должна быть не менее 1,2 м. Поверхность стартовой тумбочки должна быть горизонтальной или с уклоном 7 градусов и нескользкой. Высота стартовой тумбочки должна быть не более 0,75 см от уровня воды.

1.3. Подводные щиты должны быть ровными, без щелей, с высотой надводной части не менее 0,3 м и подводной – 1,8 м.

1.4. Дорожка бассейна должна быть не уже 2,5 м каждая. Они отделяются друг от друга веревками (тросами) с поплавками диаметром не более 10 см. Нумерация дорожек ведется справа налево, если смотреть со стороны старта.

1.5. Для остановки пловцов при неправильном старте над водой поперек бассейна на высоте 1,5 м, на расстоянии 15 м от старта натягивается шнур, который опускается в воду, когда необходимо вернуть стартовавших назад.

1.6. Поворотный щит в открытом водоеме должен быть выкрашен в белый цвет.

### **2. Условия проведения соревнований.**

2.1. Юноши выполняют упражнение в форме одежды с макетом автомата (АКМ или АКС).

2.2. Макет автомата должен соответствовать размеру и массе не менее 2 кг, обладать отрицательной плавучестью.

### **3. Форма одежды.**

3.1. Для юношей: поясной ремень, куртка (футболка) с длинными рукавами спортивные брюки (рейтузы) по щиколку, спортивная обувь без шипов, макет автомата.

### **4. Участники соревнований.**

4.1. Граждане допризывного возраста соревнуются в возрастных группах: старшие юноши (17 лет), юноши (15-16 лет).

### **5. Старт.**

5.1. Из исходного положения на стартовой тумбе или с воды (сапоги, ботинки, спортивная обувь сняты и заправлены за поясной ремень спереди или сзади подметками наружу, голенища согнуты к носкам стопы, автомат с пристегнутым магазином за спиной; у юношей спортивная обувь заправлена за поясной ремень, макет автомата за спиной) по команде судьи-стартера участники должны проплыть дистанцию любым способом.

5.2. Номера дорожек для участников определяются жеребьевкой непосредственно перед стартом очередного заплыва. Разрешается проводить жеребьевку заранее.

5.3. Стартер, проверив готовность судей-секундометристов, дает предварительную команду **«Участникам занять места»** или протяжный свисток. По этой команде участники занимают места на стартовой тумбочке согласно жеребьевке. По команде **«На старт»** участники должны немедленно подготовиться к старту, приняв неподвижное положение. Убедившись, что участники готовы к старту, стартер подает команду **«Марш»**, одновременно опуская поднятый над головой флажок.

5.4. Если один или несколько участников до сигнала (команды) о старте начнут движение или прыгнут в воду, то старт считается неправильным (фальстарт). Все участники возвращаются и старт повторяется. При повторном фальстарте, любой участник, нарушивший правило, дисквалифицируется.

5.5. При втором старте заплыв не возвращается. Все участники проплывают дистанцию полностью, стартер своим решением и с согласия главного судьи

дисквалифицирует спортсмена, кто, по его мнению, стартовал преждевременно. Результат участнику, который нарушил правило 4.4. не засчитывается.

## **6. Преодоление дистанции.**

6.1. Участник должен проплыть всю дистанцию по поверхности воды. При стартовом прыжке и поворотах допускается погружение под воду.

6.2. При выполнении поворотов и на финише участник должен коснуться поворотного щита или стенки бассейна рукой или любой другой частью тела.

6.3. Участник, оказавшийся на чужой дорожке и помешавший другому участнику, дисквалифицируется. Пострадавшему участнику предоставляется новая попытка в этот же день, в этом случае засчитывается лучшее время из двух заплывов.

6.4. При прохождении дистанции участникам запрещается подтягиваться, хвататься за дорожки, поручни лестницы и другие предметы, а также отталкиваться от них или от дна.

6.5. Производить какие-либо действия по лидированию (давать указания, сопровождать спортсмена по борту бассейна и т.п.) во время прохождения спортсменом дистанции не разрешается.

6.6. За нарушение правил поворотов, финиша и прохождения дистанции участники снимаются с соревнований.

6.7. После преодоления дистанции старший судья на финише проверяет у каждого участника заплыва наличие обмундирования, снаряжения и оружия. В случае потери оружия или предметов обмундирования результат участнику не засчитывается.

## **7. Финиш.**

7.1. Окончание дистанции фиксируется в момент, когда участник коснется рукой поворотного щита или стенки бассейна.

## **8. Определение результатов.**

8.1. Время участника, пришедшего в своем заплыве первым, фиксируется тремя секундомерами и определяется с точностью до 0,2 с.

8.2. В случае расхождении показаний секундометристов берутся данные двух секундомеров, зафиксировавших одинаковое время, или показания среднего секундомера при расхождении всех трех.

8.3. Время каждого из остальных участников заплыва фиксируется отдельным секундомером.

8.4. Если показания секундомеров расходятся с записью порядка прихода участников к финишу, то личные места определяются согласно приходу.

8.5. Результаты, вызывающие сомнение, устанавливаются по показаниям секундомеров, определивших результат участника, пришедшего на финиш первым.

8.6. Определение победителя и занятых личных мест производится по показанным результатам. В случае если два или несколько участников закончат дистанцию с одинаковым временем, им даются одинаковые места, на которые они претендуют, а последующие места не сдвигаются. За призовые места назначается повторный заплыв.

## **Глава 25. ВОЕННОЕ МНОГОБОРЬЕ (ВТ-3).**

### **1. Виды программ:**

1.1. Для граждан допризывного возраста:

а) старшие юноши (17 лет):

-стрельба ВП-2 (20 выстрелов на 10 м, стоя);

-метание гранат на дальность;

-полоса препятствий ОКУ в сочетании с бегом на 200 метров.

б) юноши (15-16 лет):

-стрельба ВП-1(20 выстрелов на 10 м, стоя, с опорой о столик);

- метание гранат на дальность;
- полоса препятствий ОКУ в сочетании с бегом на 200 метров.

## **2. Условия проведения соревнований.**

2.1. Соревнования по ВТ-3 проводятся на чемпионате вида (рода войск) Вооруженных Сил, военного округа (флота), первенстве граждан допризывного возраста в течение трех дней:

1-й день – стрельба АК-1 (для юношей – ВП-1, ВП-2);

2-й день – метание гранат Ф-1 на дальность;

3-й день – преодоление полосы препятствий ОКУ в сочетании с бегом на 400 метров (для юношей – в сочетании с бегом на 200 м).

2.2. Чемпионат воинской части, соединения, объединения, военно-учебного заведения проводится в течение 2-х дней:

1-й день – стрельба и метание гранат Ф-1 на дальность;

2-й день – преодоление препятствий ОКУ в сочетании с бегом на 400 метров.

2.3. Условия и порядок преодоления препятствий и метания гранат на дальность (ГД) для военнослужащих и юношей изложены соответственно в Главе 20 Раздела 3 настоящих Правил.

2.4. Судейство соревнований и условия проведения стрельбы АК-1 изложены в главах 2 и 3 вида спорта «стрельба из штатного или табельного оружия».

2.5. Для выполнения каждого упражнения программы участнику предоставляется одна попытка, за исключением случаев, указанных в разделе преодоление препятствий настоящих Правил.

2.6. При выполнении упражнений все действия с оружием участник выполняет самостоятельно. Для устранения задержек и неисправностей он может с разрешения судьи воспользоваться помощью оружейного мастера или другого лица (тренера).

2.7. Участник, опоздавший к началу выполнения упражнения, к стрельбе не допускается.

2.8. При стрельбе все выстрелы учитываются независимо от того, произведены они по воле стрелка или случайно.

2.9. За выстрел вне огневого рубежа участник отстраняется от участия в соревновании. За лишний выстрел с участника снимается лучшая пробоина.

2.10. Во всех остальных случаях при стрельбе, не предусмотренных настоящими Правилами, следует руководствоваться Правилами соревнований по пулевой стрельбе и Положением о соревнованиях.

## **3. Участники соревнований.**

3.1. Граждане допризывного возраста соревнуются в возрастных группах: старшие юноши (17 лет), юноши (15-16 лет).

## **4. Форма одежды.**

4.1. Форма одежды для юношей: бейсболка, куртка (футболка) с длинными рукавами, спортивные брюки (рейтузы) по щиколку, спортивная обувь без шипов.

## **5. Порядок и условия выполнения упражнений из пневматической винтовки.**

Индекс упражнения	Дистанция (м)	Мишень	Положение для стрельбы	Число пробных мишеней	Число пробных выстрелов	Время на пробные выстрелы	Число зачетных выстрелов	Время на зачетные выстрелы
-------------------	---------------	--------	------------------------	-----------------------	-------------------------	---------------------------	--------------------------	----------------------------

ВП-1	10	8	Стоя, с опорой о столик	1	5	10 мин.	20	40 мин.
ВП-2	10	8	Стоя	1	5	10 мин.	20	40 мин.

5.1. Для пневматических винтовок используются пульки любого типа и формы калибра 4,5 мм, изготовленные из свинца или аналогичного мягкого сплава (материала). Стальные или оболочечные пульки запрещены.

## 5.2. Порядок выполнения упражнения ВП-1.

5.2.1. По команде *«Смена приглашается на огневой рубеж»* участники состязаний выходят на огневой рубеж и останавливаются позади своих огневых позиций напротив столов, номера которых определены путем жеребьевки.

5.2.2. По команде *«Приготовиться»* стрелки начинают готовиться к стрельбе из положения стоя с опорой о столик. Касаться оружием поверхности столика, а также посторонних предметов во время стрельбы не разрешается. Время на подготовку – 5 мин.

5.2.3. По истечении времени на подготовку старший судья линии огня объявляет: *«Внимание, выполняется упражнение ВП-1. Пробная серия, 5 выстрелов, время – 10 минут»*, подает команды: *«Заряжай»* и через 3-5 с – *«Огонь»*. После выполнения пробной серии подаются команды: *«Стой»*, *«Разряжай»*, *«Оружие к осмотру»*. После осмотра винтовки кладутся на столик с открытым замыкателем, стрелки снимают пробные мишени.

5.2.4. Зачетная серия с опорой о столик – 20 выстрелов, выполняется по одному или двум выстрелам в мишень. При стрельбе разрешается использовать стрелковую подстилку толщиной 10 мм для локтей рук.

5.2.5. Старший судья линии огня объявляет: *«Внимание, выполняется упражнение ВП-1. Зачетная серия, 20 выстрелов, время – 40 минут»*, подает команды: *«Заряжай»* и через 3-5 с – *«Огонь»*.

5.2.6. После выполнения зачетной серии подаются команды: *«Стой»*, *«Разряжай»*, *«Оружие к осмотру»*, *«Осмотрено»*, *«Убрать оружие»*. Винтовки убираются в чехлы или коробки, смена уходит с огневого рубежа.

## 6.3. Порядок выполнения упражнения ВП-2.

6.3.1. Упражнение ВП-2 юноши выполняют аналогично упражнению ВП-1, за исключением того, что пробная и зачетная серии выполняются без опоры о столик или на какие-либо другие предметы.

## 7. Определение результатов стрельбы.

7.1. Результаты стрельбы каждого участника соревнований определяются по сумме выбитых очков в мишенях зачетных серий или по сумме пробоин в зачетных мишенях.

7.2. Пробоина в мишени с габаритными окружностями считается нарушившей габарит, около которого она находится, и засчитывается в большую сторону в том случае, если хотя бы касается внешней стороны габаритной линии.

7.3. Оценка спорной пробоины производится с помощью шаблона из прозрачного материала с нанесенными на нем окружностями. Внешняя окружность равна калибру оружия, внутренняя - контрольная (для центровки).

Размер шаблона, равный калибру оружия, должен быть 4,5 мм.

7.4. Если отсутствуют измерительные приборы, нарушением контурной линии габарита следует считать разрыв ее пробойной или наличие на внешней стороне линии габарита ясно видимого следа от пульки.

7.5. Разрыв линии габарита радиальными лучами, расходящимися от пробоины, во внимание не принимается.

7.6. Совмещенную пробоину (попадание пули в пулю) определяют и заверяют, не

снимая мишени со щита, не менее двух судей.

7.7. Наличие и достоинство пробойн в мишенях определяют не менее двух судей. При отсутствии у них единого мнения окончательное решение принимает старший судья КОР.

7.8. Решение судейской коллегии в оценке достоинства пробойн является окончательным и опротестованию не подлежит.

7.9. Победитель в упражнениях, выполняемых по мишеням с габаритными окружностями, определяется по наибольшей сумме выбитых очков, а при их равенстве – по большему количеству "10", затем - "9", "8" и т. п.

## **8. Определение результатов соревнования.**

8.1. Победитель определяется по наибольшей сумме очков, полученных участником за показанные результаты в каждом упражнении многоборья.

8.2. Очки участникам начисляются по таблицам оценки результатов норм, требований и условий их выполнения по виду спорта «военно-прикладной спорт».

8.3. Если показанный результат находится между двумя результатами, указанными в таблице, то при определении количества очков применяется метод интерполяции с точностью до 0,5 очка. Во всех остальных случаях осуществляется приравнивание по таблице к худшему результату.

8.4. Порядок определения командного зачета устанавливается Положением о соревнованиях.

## **Глава 26. ВОЕННОЕ МНОГОБОРЬЕ (ВТ-4).**

### **1. Виды программ:**

1.1. Для граждан допризывного возраста:

1.2.1. Старшие юноши (17 лет):

-подтягивание;

-бег 3 км;

-бег 100 м;

-преодоление препятствий ОКУ в сочетании с бегом на 200 м или плавание 100 м.

1.2.2. Юноши (15-16 лет):

-подтягивание;

-бег 1 км;

-бег 60 м;

-преодоление препятствий ОКУ в сочетании с бегом на 200 м или плавание 50 м.

### **2. Условия проведения соревнований.**

2.1. Соревнования по военному многоборью (ВТ-4) проводятся в течение 2 – 3 дней.

2.2. Условия и порядок проведения бега 1 км и 3 км, изложены в § 2 Раздела 4 настоящих Правил.

2.2.1. Условия и порядок проведения бега 60 м и 100 м изложены в § 1 Раздела 4 настоящих Правил.

2.2.2. Условия и порядок преодоления препятствий изложены в Главе 18 (Полосы препятствий ОКУ) Раздела 3 настоящих Правил и Наставлении по физической подготовке для Вооруженных Сил РК (далее – НФП).

2.2.3. Плавание 50 м и 100 м проводятся в соответствии с Правилами соревнований вида спорта «плавание».

2.3. Для выполнения каждого упражнения программы участнику предоставляется одна попытка, за исключением случаев, указанных в разделе преодоление препятствий настоящих Правил.

### **3. Участники соревнований.**

3.1. Граждане допризывного возраста соревнуются в возрастных группах: старшие юноши (17 лет), юноши (15-16 лет).

### **4. Форма одежды.**

4.1. Для юношей в беге 60 м, 100 м и преодолении препятствий: бейсболка, куртка (футболка) с длинными рукавами, спортивные брюки (рейтузы) по щиколку, спортивная обувь без шипов. В беге 1 км, 3 км и плавании – спортивная.

### **5. Порядок выполнения спортивных упражнений.**

#### **5.1. Подтягивание на перекладине.**

5.1.1. Вис хватом сверху, сгибая руки, подтянуться (подбородок выше грифа перекладины), разгибая руки, опуститься в вис. Положение вися фиксируется.

5.1.2. Разрешается незначительное сгибание и разведение ног, незначительное отклонение тела от неподвижного положения в вися.

5.1.3. Запрещается выполнение движений рывком и махом.

#### **5.2. Подъем переворотом на перекладине.**

5.2.1. Вис хватом сверху, сгибая руки, поднять ноги к перекладине и переворачиваясь вокруг оси снаряда выйти в упор на прямые руки. Положения вися и упора фиксируются, опускание в вис выполняется произвольным способом.

5.2.2. Разрешается незначительное сгибание и разведение ног, незначительное отклонение тела от неподвижного положения в вися.

5.2.3. Запрещается выполнение движений махом.

#### **5.3. Упражнение на лопинге (обороты вперед, назад с поворотами на лопинге).**

5.3.1. Выполняется 4 серии по 5 оборотов со сменой направления вращения после каждой серии.

5.3.2. Начинается и заканчивается упражнение в момент прохождения рамой лопинга верхнего вертикального положения. Количество раскачиваний во время выполнения упражнения и между сериями не ограничивается.

5.3.3. Упражнение оценивается по сумме времени, затраченного на выполнение 4 серий.

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

6.1. Победитель определяется по наибольшей сумме очков, полученных участником за показанные результаты в каждом упражнении многоборья.

6.2. Очки участникам начисляются по таблицам оценки результатов норм, требований и условий их выполнения по виду спорта «военно-прикладной спорт».

6.3. Если показанный результат находится между двумя результатами, указанными в таблице, то при определении количества очков применяется метод интерполяции с точностью до 0,5 очка. Во всех остальных случаях осуществляется приравнивание по таблице к худшему результату.

6.4. Порядок определения командного зачета устанавливается Положением о соревнованиях.

## **Глава 27. ОФИЦЕРСКОЕ ЗИМНЕЕ ЧЕТЫРЁХБОРЬЕ, ОФИЦЕРСКОЕ ЛЕТНЕЕ ЧЕТЫРЁХБОРЬЕ.**

### **1. Офицерское зимнее четырёхборье.**

1.1. Виды программ:



1.1.1. Для граждан допризывного возраста:

а) старшие юноши (17 лет):

-2 упражнение - стрельба ПП-1 на 10 метров (3+10); подтягивание; плавание 100 м; лыжная гонка 10 км.

б) юноши (15-16 лет):

-3 упражнение - стрельба ПП-1 на 10 метров (3+10); подтягивание; плавание 50 м; лыжная гонка 5 км.

## **2. Офицерское летнее четырёхборье.**

2.1. Виды программ:

2.1.1. Для граждан допризывного возраста:

а) старшие юноши (17 лет):

-2 упражнение - стрельба ПП-1 на 10 метров (3+10); подтягивание; плавание 100 м; бег 3 км.

б) юноши (15-16 лет):

-3 упражнение - стрельба ПП-1 на 10 метров (3+10); подтягивание; плавание 50 м; бег 1 км.

## **3. Условия проведения соревнований.**

3.1. Упражнение в стрельбе ПМ-1 выполняется по мишени № 4 с черным кругом. Судейство соревнований и условия проведения стрельбы ПМ-1 изложены в главах 2 и 3 Правил вида спорта «стрельба из штатного или табельного оружия».

3.2. Условия и порядок проведения бега 1 км и 3 км, изложены в § 2 Раздела 4 настоящих Правил.

3.3. Условия и порядок проведения соревнований для юношей в подтягивании изложены в Главе 26 Раздела 3 пункт 5.1. спортивной дисциплины «военное многоборье (ВТ-4)» настоящих Правил.

3.4. Плавание 50 м и 100 м проводятся в соответствии с Правилами вида спорта «плавание».

3.5. Соревнования до чемпионата военного округа проводятся в два дня:

1-й день – гимнастика, плавание;

2-й день – стрельба, бег или лыжная гонка (в зимнее время).

3.6. Чемпионат военного округа и выше, первенства граждан допризывного возраста проводятся в три дня:

1-й день – гимнастика;

2-й день – стрельба, плавание;

3-й день – бег или лыжная гонка (в зимнее время).

3.7. Для выполнения каждого упражнения участнику предоставляется одна попытка.

## **4. Форма одежды.**

4.1. Для военнослужащих устанавливается следующая форма одежды: для стрельбы – военная № 4В, согласно Приложению № 26, для гимнастики, бега, лыжных гонок и плавания – спортивная.

4.2. Форма одежды для юношей:

-в стрельбе – бейсболка, футболка (куртка) с длинными рукавами, спортивные брюки (рейтузы) по щиколку, спортивная обувь без шипов;

-в гимнастике, беге, лыжных гонках и плавании – спортивная.

## **5. Участники соревнований.**

5.1. Граждане допризывного возраста соревнуются в возрастных группах: старшие юноши (17 лет), юноши (15-16 лет).

## **6. Порядок и условия выполнения упражнения из пневматического пистолета (ПП-1).**

Индекс упражнения	Дистанция (м)	№ мишени	Количество пробных мишеней	Число выстрелов		Время (мин)	
				Пробных	Зачетных	На пробные	На зачетные
Стрельба из пневматического пистолета							
ПП-1	10	9	1	3	10	3	12

6.1. Стрельба ведется из пневматического пистолета Макарова производства Ижевского механического завода.

6.2. Для стрельбы используются пульки любого типа и формы калибра 4,5 мм.

6.3. Натяжение спуска курка для пневматического пистолета должно быть не менее 0,5 кг.

6.4. При выполнении упражнения стрелки должны стоять на отведенных им участках (огневых позициях) без опоры на посторонние предметы. Пистолет при этом удерживается, и выстрелы из него производятся одной и той же рукой.

6.5. На подготовку смены к выполнению упражнения после занятия огневых позиций отводится 3 минуты.

6.6. При обращении с пневматическим пистолетом и проведении стрельб категорически запрещается:

- а) при перевозке (переноске) оружия держать его в открытом виде (без чехла);
- б) на стрельбище, в тире (вне огневого рубежа) изготавливаться к стрельбе и прицеливаться куда-либо;
- в) держать оружие заряженным, пистолет – с закрытым замыкателем;
- г) оставлять оружие без присмотра и брать чужое без разрешения;
- д) на огневом рубеже заряжать и стрелять без команды, стрелять из неисправного оружия;
- е) поворачивать ствол оружия в сторону от направления стрельбы (разрешается вверх-вниз – до 45°);
- ж) касаться оружия в перерывах между сериями, когда на линии мишеней или в зоне огня находятся люди,
- з) держать оружие заряженным, пистолет – с открытым замыкателем после команды **«Разряжай»**;

6.7. Не разрешается в одном тире одновременно проводить зачетные и тренировочные стрельбы, а также соревнования в разных упражнениях.

6.8. Оружие для проверки участниками соревнований предъявляется судье по оружию в день стрельбы.

6.9. Запрещается вносить в конструкцию оружия какие-либо изменения, в том числе: изменение формы и размеров прицельных приспособлений, спускового крючка, деталей ударно-спускового механизма, рукоятки и т.п.

## **7. Порядок выполнения упражнения из пневматического пистолета.**

7.1. Очередная смена по команде старшего судьи линии огня выстраивается на исходном положении согласно списку смен.

7.2. По командам **«Смена приглашается на огневой рубеж»**, **«Приготовиться»** стрелки занимают огневые позиции, готовят места для стрельбы, изготавливаются к стрельбе и выполняют приемы стрельбы без патрона. По истечении времени на подготовку старший судья линии огня объявляет, какое упражнение выполняется и приступает к проведению стрельбы.

7.3. Перед пробными выстрелами старший судья линии огня подает команды: **«Три пробных выстрелов. Заряжай»** и через 2-3 с – **«Огонь»**. По окончании стрельбы или

истечении 3 минут подается команда: «Разряджай». «Оружие к осмотру». Пистолеты осматриваются, кладутся на столик (тумбочку) с открытым замыкателем. Зачетная серия – 10 выстрелов выполняется по одному или по два выстрела в мишень.

7.4. Для выполнения зачетных выстрелов подаются команды: «Зачетная серия. Заряджай» и через 2-3 с – «Огонь», а после выполнения стрельбы или по истечении 12 минут – команды: «Стоп», «Разряджай», «Убрать оружие». Пистолеты убираются в чехлы или коробки, смена уводится с огневого рубежа.

## 8. Гимнастика.

8.1. В соревнованиях по гимнастике участники выступают командами. Команду возглавляет капитан. Он занимает место на правом фланге команды.

8.2. В соревнованиях упражнения выполняются в гимнастических брюках (трусах), майках, и туфлях (или в носках без туфель).

8.3. Участники должны иметь на костюме эмблему своей спортивной организации. Участники одной команды должны иметь единообразную форму.

8.4. Гимнастические снаряды и инвентарь должны отвечать определённым требованиям.

*Перекладина.* Длина грифа — 2400 мм ± 2 мм, диаметр — 28 мм ± 1 мм, высота от пола — 2550 мм. Под перекладину на расстоянии 4,5 м в каждую сторону должны быть положены маты шириной 2 м. Гриф, нагруженный в середине массой 220 кг, должен прогнуться на 100 мм ± 10 мм.

*Брусья.* Высота верхней поверхности брусьев — 1750 мм ± 5 мм от пола. Расстояние между внутренними поверхностями жердей — 480—520 мм. Профиль жердей овальный — 41—51 мм. Жердь, нагруженная в середине массой 135 кг, должна прогнуться на 60 мм ± 6 мм.

*Гимнастический мостик.* Наибольшая высота мостика в месте отталкивания — 140 мм ± 10 мм. Мостик, нагруженный на расстоянии 300 мм от высокого края массой 600 кг, должен прогибаться на 85 мм ± 10 мм.

*Маты.* Толщина по всей поверхности — 60—65 мм. Возле брусьев маты укладываются в один слой, около перекладины и при опорных прыжках маты могут укладываться в два и три слоя. Пользоваться поролоновыми матами не разрешается.

*Конь для прыжков.* Длина — 1600—1630 мм, ширина — 350 мм, высота — 1300 мм. Конь должен быть прикреплен к полу. От снаряда со стороны приземления до ближайшего препятствия должно быть не менее 5 м, расстояние от коня до начала разбега — 20 м.

### 8.5. Содержание и оценка гимнастических упражнений:

#### *Перекладина*

<i>Упражнение №1</i>		<i>баллы</i>
1	Вис, размахивание, подъем разгибом	<b>1,5</b>
2	Оборот вперед	<b>1,0</b>
3	Отмах в вис, большим махом вперед    переворот в упор	<b>2,5</b>
4	Мах дугой с поворотом	<b>1,5</b>
5	Подъем двумя, перехват правой (левой) хватом снизу	<b>1,5</b>
6	Оборот вперед в соскок	<b>2,0</b>
<i>Итого</i>		<b>10,0</b>
<i>Упражнение №2</i>		

1	Вис, подъем переворотом	<b>1,0</b>
2	Мах дугой	<b>1,5</b>
3	Подъем разгибом, мах назад	<b>2,5</b>
4	Оборот назад в упоре	<b>2,0</b>
5	Мах дугой	<b>1,5</b>
6	Махом назад соскок прогнувшись	<b>1,5</b>
<i>Итого</i>		<b>10,0</b>

### **Брусья**

<i>Упражнение № 1</i>		
1	Вис углом, подъем разгибом в упор	<b>2,0</b>
2	Махом назад кувырок вперед	<b>1,0</b>
3	Подъем махом назад	<b>1,5</b>
4	Мах вперед, угол (держать)	<b>0,5</b>
5	Силой, согнувшись, стойка на плечах (держать)	<b>1,0</b>
6	Махом вперед перекат с перехватом рук в упор на руках и подъем махом вперед	<b>2,0</b>
7	Махом назад соскок влево (вправо) с поворотом плечом вперед («заножка»)	<b>2,0</b>
<i>Итого</i>		<b>10,0</b>
<i>Упражнение №2</i>		
1	Размахивание в упоре на руках, подъем махом вперед	<b>2,5</b>
2	Махом назад стойка на плечах (держать)	<b>2,0</b>
3	Махом вперед, перекат с перехватом рук в упор на руках согнувшись	<b>1,0</b>
4	Подъем разгибом, мах назад	<b>2,5</b>
5	Махом вперед соскок углом вправо (влево) с поворотом налево (направо) кругом	<b>2,0</b>
<i>Итого</i>		<b>10,0</b>

### **Прыжок**

Упражнение № 1	Прыжок согнувшись через коня в длину	<b>10,0</b>
Упражнение № 2	Прыжок согнув ноги через коня в длину	<b>10,0</b>
Упражнение № 3	Прыжок ноги врозь через коня в длину	<b>10,0</b>

Высота коня — 1300 мм.

8.6. Для опробования гимнастических снарядов отводится равное для всех участников время из расчета 30—40 с на участника.

8.7. Сигналом для выхода участника является вызов его старшим судьей.

8.8. Участник, находясь на исходном положении, должен повернуться лицом к старшему судье, поднять правую руку вверх в знак готовности и затем начать упражнение. Если через 35 с после вызова участник не начнет упражнение, производится сбавка в 0,3 балла. Участник может получить нулевую оценку, если не начнет упражнение через 1 мин 5 с после вызова старшего судьи.

8.9. Выполнение упражнения без вызова не оценивается. В этом случае участнику может быть предоставлена повторная попытка по разрешению главного судьи со сбавкой в 0,3 балла.

8.10. Участник может быть снят с соревнований главным судьей за недисциплинированность и в случае явной неподготовленности к соревнованиям.

8.11. Судейство осуществляется открытым способом. Оценка упражнения определяется в зависимости от качества выполнения. Упражнение должно выполняться в соответствии с описанием, без ошибок, с хорошей осанкой, с большой амплитудой движений, четко, легко, уверенно, красиво и выразительно.

8.12. Началом выполнения упражнения является строевая стойка, принятая участником перед снарядом (в опорном прыжке — момент касания мостика).

8.13. Окончанием упражнения считается момент, когда участник после приземления примет строевую стойку.

8.14. Все отклонения от безукоризненного выполнения элементов, соединений и упражнения в целом ведут к соответствующим сбавкам. Упражнение оценивается с точностью до 0,1 балла.

8.15. Сбавки за ошибки в выполнении упражнений:

8.15.1. При выполнении упражнений могут быть допущены мелкие (сбавка 0,1 балла), средние (сбавка 0,3 балла) и грубые (сбавка 0,5 балла) ошибки.

8.15.2. Мелкими ошибками при сгибании рук, ног и тела считаются отклонения до 30° от требуемого положения; при приземлениях — значительные колебательные движения без схождения с места, схождение с места одним шагом или прыжком.

8.15.3. Средними ошибками являются отклонения до 45° от требуемого положения, схождение с места двумя и более шагами (прыжками) при приземлении.

8.15.4. Грубые ошибки — отклонение до 60°, пробежка при приземлении или касание пола рукой.

8.16. Участник может не выполнить элемент. В этом случае из общей оценки вычитается соответствующая стоимость элемента.

8.17. Невыполнением элемента считается:

а) сильное сгибание рук, ног или тела (более чем на 60°);

б) приземление на любую часть тела, кроме ступней;

в) дополнительная опора о снаряд в прыжках;

г) выполнение явно другого элемента из-за большего или меньшего поворота;

д) выполнение махового элемента силой;

е) недодержка статического положения более 1 с.

8.18. В элементах, которые считаются невыполненными, сбавка за ошибки в выполнении, включая сбавки за ошибки в приземлении, не производится.

8.19. При каждом добавлении участником одного элемента (или в одном месте упражнения нескольких элементов подряд) производится сбавка в 0,5 балла. Повторение выполненного элемента или части комбинации рассматривается как добавление элемента.

8.20. За оказание помощи при выполнении упражнения производится сбавка в 0,5 балла, а элемент, в котором оказана помощь, считается невыполненным.

8.21. Если гимнаст упадет или сойдет со снаряда, то производится сбавка в 0,5 балла. Он может продолжить упражнение (кроме прыжков) до того, как старший судья произнесет: **«Тридцать секунд»**.

8.22. Добавление элемента после падения или оказание помощи допускается.

8.23. При выполнении упражнения нельзя разговаривать с гимнастом или подавать ему какие-либо сигналы. За подобные нарушения оценка снижается на 0,3 балла.

8.24. Выведение окончательной оценки.

8.24.1. Оценки показывают по сигналу старшего судьи.

8.24.2. Окончательная оценка определяется:

при трех судьях — средней оценкой,

при двух — средним арифметическим двух оценок.

8.24.3. Окончательная оценка за выполнение упражнения № 1 определяется умножением средней оценки на коэффициент 1,1 (на прыжках за выполнение упражнения № 2 — на 1,05). Окончательная оценка немедленно объявляется участнику.

8.24.4. Расхождение между оценками (между двумя ближайшими оценками при трех судьях) не должно превышать:

0,1 балла — при окончательной оценке от 9,55 балла и выше;

- 0,2 балла — при окончательной оценке от 9,0 до 9,5 балла;
- 0,3 балла — при окончательной оценке от 8,0 до 8,95 балла;
- 0,5 балла — при окончательной оценке от 7,0 до 7,95 балла;
- 1,0 балла — при окончательной оценке ниже 6,95 балла.

## 9. Определение результатов.

9.1. Победитель в офицерском летнем (зимнем) четырехборье определяется по наибольшей сумме очков, полученных участником за показанные результаты в каждом упражнении.

9.2. В случае равенства очков преимущество получает участник, имеющий лучший результат в стрельбе, затем в беге (лыжных гонках), плавании, гимнастике.

9.3. Очки участникам начисляются по таблицам оценки результатов норм, требований и условий их выполнения по виду спорта «военно-прикладной спорт».

9.4. Если показанный результат находится между двумя результатами, указанными в таблице, то при определении количества очков применяется метод интерполяции с точностью до 0,5 очка. Во всех остальных случаях осуществляется приравнивание по таблице к худшему результату.

9.5. Порядок подведения командного зачета на чемпионатах устанавливается Положением о соревнованиях.

## Раздел 4. ПРОГРАММА И УСЛОВИЯ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ ПО СПОРТИВНЫМ ДИСЦИПЛИНАМ ВОЕННО-ПРИКЛАДНОГО СПОРТА.

### § 1. БЕГ В ФОРМЕ 100 м, БЕГ В ФОРМЕ 400 м.

#### 1. Условия проведения соревнований.

1.1. Соревнования по бегу в форме 100 м и бегу в форме 400 м проводятся на беговой дорожке стадиона или ровной местности с любым покрытием.

1.2. Между стартом и финишем размечаются дорожки для бега каждого участника. Ширина дорожек – 1,25 м, включая ширину линий. Последние 5 м дистанции (перед линией финиша) размечаются поперёк всей дорожки линиями через каждый метр. Вся разметка производится белыми линиями шириной 5 см. Ширина линий входит в общую длину дистанции.

1.3. Дистанция бега измеряется металлической мерной лентой (рулеткой) или металлическим канатом (тросом) длиной 50 м.

1.4. Форма одежды для соревнований: военная – № 2В или № 3В, согласно Приложения № 26.

1.5. Дорожки, по которым должны бежать участники, определяются жеребьёвкой, проводимой накануне дня соревнований или непосредственно перед стартом.

#### 2. Старт.

2.1. Перед стартом каждого забега производится представление его участников. При представлении участника спортсмен должен сделать шаг вперед.

2.2. Старт принимается из положения стоя. По команде стартера «*На старт*» подойти к стартовой линии, поставить одну ногу вперед, не наступая на линию, другую отставить на полшага назад на носок. По команде «*Внимание*» перенести тяжесть тела на выставленную вперед ногу, туловище подать вперед и принять неподвижное положение. По команде «*Марш*» начать бег.

2.3. Сигнал к началу бега дается выстрелом из стартового пистолета или командой «*Марш*», сопровождаемой резким опусканием стартового флага.

2.4. После команды «*Внимание*» и до команды «*Марш*» участники должны прекратить всякое движение. Интервал между этими командами может быть различным.

2.5. Участник (группа участников), который до сигнала стартера первым начал бег, считается стартовавшим неправильно (фальстарт). В этом случае участников забега возвращают на старт командами «*Стой*», «*Назад*» или повторным выстрелом стартового пистолета.

2.6. Участнику, нарушившему правила старта, делается предупреждение. Получивший предупреждение должен поднять вверх руку в подтверждение того, что он слышал сделанное ему предупреждение. Участник, вторично нарушивший правила старта, снимается с соревнования.

### **3. Прохождение дистанции.**

3.1. Каждый участник должен бежать по своей дорожке.

3.2. Если участник перешел во время бега на другую дорожку и помешал при этом другому участнику, то он снимается с соревнований.

3.3. Лидирование (сопровождение во время бега) не разрешается. При нарушении этого правила лидируемый участник снимается с соревнований. Определяет лидирование судья на дистанции.

3.4. В беге на 400 м разрешается групповой старт, но не более чем шести человек.

### **4. Финиш.**

4.1. Окончание дистанции фиксируется в момент, когда участник коснется воображаемой плоскости финиша какой-либо частью туловища.

4.2. Если участник после касания туловищем плоскости финиша упадет на линию, то время и порядок прихода сохраняются, в случае если он затем самостоятельно пересечет плоскость финиша.

### **5. Определение результатов.**

5.1. Результат каждого участника, закончившего дистанцию, определяется по отдельному секундомеру.

5.2. Определение победителя бега и занятых личных мест производится по показанным результатам.

5.3. Если два или несколько участников закончат дистанцию в разных забегах с одинаковым результатом, то преимущество имеет участник, стартовавший раньше, а если участники стартовали в одном забеге, то занятые места определяются порядком касания участниками плоскости финиша.

## **§ 2. БЕГ В ФОРМЕ 1000 м, БЕГ В ФОРМЕ 3000 м.**

### **1. Условия проведения соревнований.**

1.1. На чемпионатах военного округа и выше бег проводится по дорожкам стадиона, на спортивных соревнованиях иного статуса бег может проводиться на ровной местности, с поворотом на половине дистанции. Старт и финиш оборудуются в одном месте.

1.2. Дистанция бега может измеряться металлической мерной лентой (рулеткой) или металлическим канатом (тросом) длиной 50 м. или специальным велосипедным колесом со счетчиком метража.

1.3. Дистанция бега размечается цветными флажками или другими средствами расцветивания. Повороты обозначаются гирляндами из флажков, указателями поворотов и километража. На дистанции бега 3 км за 500 м до финиша устанавливается указатель «*До финиша 500 м*». На старте и финише оборудуются стартовый и финишный коридоры.

1.4. На дистанции бега расставляются судьи-контролеры для наблюдения за правильностью прохождения участниками дистанции. Количество судей должно обеспечивать надежный контроль правильного прохождения дистанции участниками забега.

1.5. Форма одежды для соревнований: военная – № 3В или № 4В, согласно Приложению № 26. При выполнении упражнения в форме одежды № 4В участникам

разрешается снимать головной убор и держать его в руке только во время бега и при финишировании.

## **2. Старт.**

2.1. Старт принимается из положения стоя. Число участников забега на 1 км не должно превышать 10, а на 3 км – 30 человек (при беге по стадиону – 20 человек).

2.2. При беге с поворотом на середине дистанции интервал между групповыми стартами должен быть не менее 3 – 4 мин на 1 км и 5 – 6 мин – на 3 км.

2.3. Расстановка участников на старте проводится согласно жеребьевке в одну или несколько шеренг. Количество участников в шеренгах определяет судейская коллегия.

2.4. До начала бега подаются команды *«На старт»*. Сигнал к началу бега дается выстрелом из стартового пистолета или командой *«Марш»*, сопровождаемой резким опусканием флага.

2.5. После команды *«На старт»* и до команды *«Марш»* участники должны прекратить всякое движение. Интервал между этими командами может быть различным.

2.6. Участник (группа участников), который до сигнала стартера первым начал бег, считается стартовавшим неправильно (фальстарт). В этом случае участников забега возвращают на старт командами *«Стой»*, *«Назад»* или повторным выстрелом стартового пистолета.

2.7. Участнику, нарушившему правила старта, делается предупреждение. Получивший предупреждение должен поднять вверх руку в подтверждение того, что он слышал сделанное ему предупреждение. Участник, вторично нарушивший правила старта, снимается с соревнования.

## **3. Прохождение дистанции.**

3.1. При беге участники не должны мешать друг другу. Участник не должен толкать обгоняющего или задерживать его руками, за нарушение этого он снимается с соревнования.

3.2. Участник забега, сошедший с дистанции, обязан снять свой нагрудный номер и сообщить об этом ближайшему судье-контролеру, а по прибытии на финиш – судье на финише.

3.3. Лидирование (сопровождение во время бега) не разрешается. При нарушении этого правила лидируемый участник снимается с соревнований. Определяет лидирование судья на дистанции.

## **4. Финиш.**

4.1. Окончание дистанции фиксируется в момент, когда участник коснется воображаемой плоскости финиша какой-либо частью туловища.

4.2. Если участник после касания туловищем плоскости финиша упадет на линию, то время и порядок прихода сохраняются, в случае если он затем самостоятельно пересечет плоскость финиша.

## **5. Определение результатов.**

5.1. Время участникам фиксируется без остановки секундомера (по «скользящей» стрелке) с точностью до 1 с.

5.2. Определение победителя бега и занятых личных мест производится по показанным результатам. Если два или несколько участников закончат дистанцию в разных забегах с одинаковым результатом, то им даются одинаковые места. Последующие места при этом не сдвигаются.



Приложение 1 к Правилам  
по военно-прикладным видам  
спорта Международного Союза по  
военно-прикладным видам спорта  
"Утверждаю" Командир  
войсковой части

\_\_\_\_\_ (воинское звание, роспись,  
фамилия, инициалы, печать)  
" \_\_\_\_ " \_\_\_\_\_ 20\_\_ года

Форма

**Заявка на участие команды воинской части 00000 в соревнованиях  
Вооруженных Сил Республики Казахстан**

по \_\_\_\_\_ (вид спорта)

№ п/п	Воинское звание	Фамилия, имя и отчество (при наличии)	Дата рождения	Спортивный разряд	Упражнения (весовая категория)			Виза врача о допуске к соревнованиям (подпись и печать врача)
1.								
2.								
3.								

Всего к участию в соревнованиях допущено \_\_\_\_\_ человек.  
Представитель команды \_\_\_\_\_ (подпись)  
Врач \_\_\_\_\_ (подпись, печать врача)

Приложение 2 к Правилам  
по военно-прикладным видам  
спорта Международного Союза по  
военно-прикладным видам спорта

**ТАБЛИЦА оценки результатов и начисления очков в военно-спортивных многоборьях  
(по видам спорта)**

Упражнения	Результат, оцениваемый в 1000 очков	Начисление очков свыше (ниже)
1	2	3

Подтягивание на перекладине	26 подтягиваний	1 подтягивание (плюс-минус)	30 очков
Бег на 100 метров в военной форме: в ботинках с высоким берцем	12,6 секунд	12,6 секунд - лучше 0,1 секунд 12,6 секунд - хуже 0,1 секунд	50 очков 25 очков
Бег на 1 километр	3 минуты 05 секунд (мужчины) 3 минуты 30 секунд (женщины)	мужчины 3 минуты 05 секунд - лучше 1 секунда 3 минуты 10 секунд - секунд - 1 секунда 3 минуты 05 секунд - 1 секунда 3 минуты 10 секунд - 4 минуты 00 секунд - 1 секунда 4 минуты 00 секунд - хуже - 1 секунда женщины 3 минуты 30 секунд - лучше 1 секунда 3 минуты 35 секунд - 1 секунда 3 минуты 35 секунд - 4 минуты 25 секунд - 1 секунда 4 минуты 25 секунд - хуже - 1 секунда	30 очков 7 очков 20 очков 10 очков 5 очков 25 очков
Бег на километра	26 минут 25,0 секунд	1 секунда (плюс-минус)	5 очков
Бег на километра	310 минут 10,0 секунд	1 секунда (плюс-минус)	4 очка
Бег на километра в военной форме: в ботинках с высоким берцем	310 минут 40 секунд	1 секунда (плюс-минус)	4 очка
Кросс на километра выкладкой	311 минут 30 секунд	1 секунда – лучше 11 минут 30 секунд 1 секунда – хуже 11 минут 30 секунд	5 очков 3 очка
Упражнения	Результат, оцениваемый в 1000 очков	Начисление очков свыше (ниже)	
1	2	3	
Лыжная гонка: на 5 километров на 10 километров	мужчины 19 минут 20 секунд 43 минуты 00 секунд женщины 24 минуты 00 секунд 49 минут 30 секунд	2 секунды (плюс-минус) 2 секунды (плюс-минус)	3 очка 1 очко
Стрельба из табельного оружия:	90	1 выбитое очко свыше 90 1 выбитое очко от 6 до 90	20 очков

Автомат Калашникова-1 (мишень № 4, грудная)		1 выбитое очко от 0 до 6	10 очков 25 очков
Пистолет Макарова-1 (мишень № 4, грудная)			50 очков 20 очков
Пистолет Макарова-1 (мишень № 4 с черным кругом)	88 80	1 выбитое очко свыше 1 выбитое очко ниже 1 выбитое очко свыше 1 выбитое очко ниже	88 30 88 20 80 20 80 очков
Пистолет Макарова-3 (мишень № 4, грудная)	255 230	1 выбитое очко свыше 1 выбитое очко ниже 1 выбитое очко (плюс-минус)	265 20 265 очков 10 очков
Пистолет Макарова-3 (мишень № 4 с черным кругом)			10 очков
Плавание: на 100 метров на 200 метров на 300 метров	мужчины 1 минута 13,0 секунд 2 минуты 41,5 секунд 4 минуты 30,0 секунд	женщины 1 минута 20,0 секунд 0,5 секунды (плюс-минус) 0,5 секунды (плюс-минус) 0,5 секунды (плюс-минус)	7 очков 5 очков 4 очка
Гимнастическое колесо	28,0 балла	0,1 балла свыше 0,1 балла ниже 28,0	10 очков 5 очков
Упражнения	Результат, оцениваемый в 1000 очков	Начисление очков свыше (ниже)	
1	2	3	
Лопинг	45,0 секунд	0,1 секунды	2 очка
Метание гранаты Ф-1 на дальность	55 метров	10 сантиметров (плюс-минус)	5 очков
Преодоление препятствий: Общее контрольное упражнение в сочетании	2 минуты 25,0 секунд 1 минута 55,0 секунд	0,1 секунды (плюс-минус) 0,1 секунды (плюс-минус)	4 очка 4 очка

бегом на 400 метров Общее контрольное упражнение в сочетании с бегом на 200 метров							
Военное пятиборье-1: Стрельба пулевая (винтовка 7,62) Преодоление полосы препятствий Метание гранаты на точность и дальность Кросс на 8 километров	180 2 минуты 40 секунд 170 28 минут		1 1 1 1 секунда	выбитое	очко секунда очко	7 7 4 очка 1 очко	7 очков
Военное пятиборье-2 Полоса препятствий (ОКУ) в сочетании с бегом на 400 метров (в спортивной форме) Стрельба из автомата Калашникова-1 (мишень № 4, грудная) Плавание на 50 метров Метание гранаты на точность и дальность Кросс на 8 километров	2 минуты 25 секунд 90 35,5 170 4,28 минут		0,1 секунды 1 с 0,1 секунды 1 1 секунда	(плюс-минус) выбитое очко (плюс-минус)	свыше 90 очко	4 очка 20 очков 10 очков 4 очка 1 очко	4 очка 20 очков 10 очков 4 очка 1 очко

**ТАБЛИЦА оценки результатов и начисления очков в военно-спортивных многоборьях (по видам спорта)**

Стрельба из табельного оружия: упражнение Автомат Калашникова-1 – стрельба из автомата Калашникова (5,45) на 100 метров, по неподвижной мишени № 4 (грудная фигура с кругами), одиночными, 3 пробных и 10 зачетных выстрелов

Результат	Очки	Результат	Очки	Результат	Очки	Результат	Очки	Результат	Очки
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		

**ТАБЛИЦА оценки результатов и начисления очков в военно-спортивных многоборьях (по видам спорта)**

Упражнение Автомат Калашникова-2 – стрельба из автомата Калашникова (5,45) на 200 метров, из трех положений (лежа, с колена, стоя), по мишени № 7 (поясная фигура), очередями 3 серии (по 10 патронов)

Количество пробоин	Очки	Количество пробоин	Очки	Количество пробоин	Очки
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		

**ТАБЛИЦА оценки результатов и начисления очков в военно-спортивных многоборьях (по видам спорта)**

Упражнение Пистолет Макарова-1 – стрельба из пистолета Макарова на 25 метров по неподвижной мишени № 4 (грудная фигура с кругами), 3 пробных и 10 зачетных выстрелов (2х5)

Результат	Очки	Результат	Очки	Результат	Очки	Результат	Очки
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		

**ТАБЛИЦА оценки результатов и начисления очков в военно-спортивных многоборьях (по видам спорта)**

Упражнение Пистолет Макарова-3 – стрельба из пистолета Макарова на 25 метров по неподвижной мишени № 4 (грудная фигура с кругами), 5 пробных и 30 зачетных выстрелов (6х5)

Результат	Очки	Результат	Очки	Результат	Очки	Результат	Очки
300	1700	280	1300	260	950	240	750
299	1680	279	1280	259	940	239	740
298	1660	278	1260	258	930	238	730
297	1640	277	1240	257	920	237	720
296	1620	276	1220	256	910	236	710
295	1600	275	1200	255	900	235	700
294	1580	274	1180	254	890	234	690
293	1560	273	1160	253	880	233	680
292	1540	272	1140	252	870	232	670
291	1520	271	1120	251	860	231	660
290	1500	270	1100	250	850	230	650
289	1480	269	1080	249	840	229	640
288	1460	268	1060	248	830	228	630
287	1440	267	1040	247	820	227	620
286	1420	266	1020	246	810	226	610
285	1400	265	1000	245	800	225	600
284	1380	264	990	244	790	224	590
283	1360	263	980	243	780	223	580
282	1340	262	970	242	770	222	570
281	1320	261	960	241	760	221	560

Продолжение таблицы

Результат	Очки	Результат	Очки	Результат	Очки
220	550	200	350	180	150
219	540	199	340	179	140
218	530	198	330	178	130
217	520	197	320	177	120
216	510	196	310	176	110
215	500	195	300	175	100
214	490	194	290	174	90
213	480	193	280	173	80
212	470	192	270	172	70

211	460	191	260	171	60
210	450	190	250	170	50
209	440	189	240	169	40
208	430	188	230	168	30
207	420	187	220	167	20
206	410	186	210	166	10
205	400	185	200	165	0
204	390	184	190		
203	380	183	180		
202	370	182	170		
201	360	181	160		

**ТАБЛИЦА оценки результатов и начисления очков в военно-спортивных многоборьях (по видам спорта)**

Метание гранаты Ф-1 (600 грамм) на дальность

Результат (метров)	Очки	Результат (метров)	Очки	Результат (метров)	Очки	Результат (метров)	Очки
70,00	1750	67,50	1625	65,00	1500	62,50	1375
69,90	1745	67,40	1620	64,90	1495	62,40	1370
69,80	1740	67,30	1615	64,80	1490	62,30	1365
69,70	1735	67,20	1610	64,70	1485	62,20	1360
69,60	1730	67,10	1605	64,60	1480	62,10	1355
69,50	1725	67,00	1600	64,50	1475	62,00	1350
69,40	1720	66,90	1595	64,40	1470	61,90	1345
69,30	1715	66,80	1590	64,30	1465	61,80	1340
69,20	1710	66,70	1585	64,20	1460	61,70	1335
69,10	1705	66,60	1580	64,10	1455	61,60	1330
69,00	1700	66,50	1575	64,00	1450	61,50	1325
68,90	1695	66,40	1570	63,90	1445	61,40	1320
68,80	1690	66,30	1565	63,80	1440	61,30	1315
68,70	1685	66,20	1560	63,70	1435	61,20	1310
68,60	1680	66,10	1555	63,60	1430	61,10	1305
68,50	1675	66,00	1550	63,50	1425	61,00	1300
68,40	1670	65,90	1545	63,40	1420	60,90	1295
68,30	1665	65,80	1540	63,30	1415	60,80	1290
68,20	1660	65,70	1535	63,20	1410	60,70	1285
68,10	1655	65,60	1530	63,10	1405	60,60	1280



68,00	1650	65,50	1525	63,00	1400	60,50	1275
67,90	1645	65,40	1520	62,90	1395	60,40	1270
67,80	1640	65,30	1515	62,80	1390	60,30	1265
67,70	1635	65,20	1510	62,70	1385	60,20	1260
67,60	1630	65,10	1505	62,60	1380	60,10	1255

Продолжение таблицы

Результат (метров)	Очки	Результат (метров)	Очки	Результат (метров)	Очки	Результат (метров)	Очки
60,00	1250	57,50	1125	55,00	1000	52,50	875
59,90	1245	57,40	1120	54,90	995	52,40	870
59,80	1240	57,30	1115	54,80	990	52,30	865
59,70	1235	57,20	1110	54,70	985	52,20	860
59,60	1230	57,10	1105	54,60	980	52,10	855
59,50	1225	57,00	1100	54,50	975	52,00	850
59,40	1220	56,90	1095	54,40	970	51,90	845
59,30	1215	56,80	1090	54,30	965	51,80	840
59,20	1210	56,70	1085	54,20	960	51,70	835
59,10	1205	56,60	1080	54,10	955	51,60	830
59,00	1200	56,50	1075	54,00	950	51,50	825
58,90	1195	56,40	1070	53,90	945	51,40	820
58,80	1190	56,30	1065	53,80	940	51,30	815
58,70	1185	56,20	1060	53,70	935	51,20	810
58,60	1180	56,10	1055	53,60	930	51,10	805
58,50	1175	56,00	1050	53,50	925	51,00	800
58,40	1170	55,90	1045	53,40	920	50,90	795
58,30	1165	55,80	1040	53,30	915	50,80	790
58,20	1160	55,70	1035	53,20	910	50,70	785
58,10	1155	55,60	1030	53,10	905	50,60	780
58,00	1150	55,50	1025	53,00	900	50,50	775
57,90	1145	55,40	1020	52,90	895	50,40	770
57,80	1140	55,30	1015	52,80	890	50,30	765
57,70	1135	55,20	1010	52,70	885	50,20	760
57,60	1130	55,10	1005	52,60	880	50,10	755

Метание гранаты Ф-1 (600 грамм) на дальность

Результат (метров)	Очки	Результат (метров)	Очки	Результат (метров)	Очки	Результат (метров)	Очки
50,00	750	48,00	650	46,00	550	44,00	450
49,90	745	47,90	645	45,90	545	43,90	445
49,80	740	47,80	640	45,80	540	43,80	440
49,70	735	47,70	635	45,70	535	43,70	435

49,60	730	47,60	630	45,60	530	43,60	430
49,50	725	47,50	625	45,50	525	43,50	425
49,40	720	47,40	620	45,40	520	43,40	420
49,30	715	47,30	615	45,30	515	43,30	415
49,20	710	47,20	610	45,20	510	43,20	410
49,10	705	47,10	605	45,10	505	43,10	405
49,00	700	47,00	600	45,00	500	43,00	400
48,90	695	46,90	595	44,90	495	42,90	395
48,80	690	46,80	590	44,80	490	42,80	390
48,70	685	46,70	585	44,70	485	42,70	385
48,60	680	46,60	580	44,60	480	42,60	380
48,50	675	46,50	575	44,50	475	42,50	375
48,40	670	46,40	570	44,40	470	42,40	370
48,30	665	46,30	565	44,30	465	42,30	365
48,20	660	46,20	560	44,20	460	42,20	360
48,10	655	46,10	555	44,10	455	42,10	355

Продолжение таблицы

Результат (метров)	Очки	Результат (метров)	Очки	Результат (метров)	Очки	Результат (метров)	Очки
42,00	350	40,00	250	38,00	150	36,00	50
41,90	345	39,90	245	37,90	145	35,90	45
41,80	340	39,80	240	37,80	140	35,80	40
41,70	335	39,70	235	37,70	135	35,70	35
41,60	330	39,60	230	37,60	130	35,60	30
41,50	325	39,50	225	37,50	125	35,50	25
41,40	320	39,40	220	37,40	120	35,40	20
41,30	315	39,30	215	37,30	115	35,30	15
41,20	310	39,20	210	37,20	110	35,20	10
41,10	305	39,10	205	37,10	105	35,10	5
41,00	300	39,00	200	37,00	100	35,00	0
40,90	295	38,90	195	36,90	95		
40,80	290	38,80	190	36,80	90		
40,70	285	38,70	185	36,70	85		
40,60	280	38,60	180	36,60	80		
40,50	275	38,50	175	36,50	75		

40,40	270	38,40	170	36,40	70		
40,30	265	38,30	165	36,30	65		
40,20	260	38,20	160	36,20	60		
40,10	255	38,10	155	36,10	55		

**ТАБЛИЦА оценки результатов и начисления очков в военно-спортивных многоборьях (по видам спорта)**

Метание гранаты Ф-1 (600 грамм) на точность

1 (центральный) круг		2 круг		3 круг	
Количество попаданий	Очки	Количество попаданий	Очки	Количество попаданий	Очки
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

**ТАБЛИЦА оценки результатов и начисления очков в военно-спортивных многоборьях (по видам спорта)**

Преодоление полосы препятствий (общее контрольное упражнение) в сочетании с бегом на 400 метров

Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки
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

Преодоление полосы препятствий (общее контрольное упражнение) в сочетании с бегом на 400 метров

Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки
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

Преодоление полосы препятствий (общее контрольное упражнение) в сочетании с бегом на 400 метров

Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки
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		

**ТАБЛИЦА оценки результатов и начисления очков в военно-спортивных многоборьях (по видам спорта)**

Плавание на 100 метров вольным стилем (женщины)

Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки
1.10,0	1140	1.21,0	986	1.32,0	832	1.43,0	678
1.10,5	1133	1.21,5	979	1.32,5	825	1.43,5	671
1.11,0	1126	1.22,0	972	1.33,0	818	1.44,0	664
1.11,5	1119	1.22,5	965	1.33,5	811	1.44,5	657
1.12,0	1112	1.23,0	958	1.34,0	804	1.45,0	650
1.12,5	1105	1.23,5	951	1.34,5	797	1.45,5	643
1.13,0	1098	1.24,0	944	1.35,0	790	1.46,0	636
1.13,5	1091	1.24,5	937	1.35,5	783	1.46,5	629
1.14,0	1084	1.25,0	930	1.36,0	776	1.47,0	622
1.14,5	1077	1.25,5	923	1.36,5	769	1.47,5	615
1.15,0	1070	1.26,0	916	1.37,0	762	1.48,0	608
1.15,5	1063	1.26,5	909	1.37,5	755	1.48,5	601
1.16,0	1056	1.27,0	902	1.38,0	748	1.49,0	594
1.16,5	1049	1.27,5	895	1.38,5	741	1.49,5	587
1.17,0	1042	1.28,0	888	1.39,0	734	1.50,0	580
1.17,5	1035	1.28,5	881	1.39,5	727	1.50,5	573
1.18,0	1028	1.29,0	874	1.40,0	720	1.51,0	566
1.18,5	1021	1.29,5	867	1.40,5	713	1.51,5	559
1.19,0	1014	1.30,0	860	1.41,0	706	1.52,0	552
1.19,5	1007	1.30,5	853	1.41,5	699	1.52,5	545
1.20,0	1000	1.31,0	846	1.42,0	692	1.53,0	538
1.20,5	993	1.31,5	839	1.42,5	685	1.53,5	531

Продолжение таблицы

Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки
1.54,0	524	2.05,0	370	2.16,0	216	2.27,0	62
1.54,5	517	2.05,5	363	2.16,5	209	2.27,5	55
1.55,0	510	2.06,0	356	2.17,0	202	2.28,0	48
1.55,5	503	2.06,5	349	2.17,5	195	2.28,5	41
1.56,0	496	2.07,0	342	2.18,0	188	2.29,0	34
1.56,5	489	2.07,5	335	2.18,5	181	2.29,5	27
1.57,0	482	2.08,0	328	2.19,0	174	2.30,0	20
1.57,5	475	2.08,5	321	2.19,5	167	2.30,5	13
1.58,0	468	2.09,0	314	2.20,0	160	2.31,0	6
1.58,5	461	2.09,5	307	2.20,5	153	2.31,5	0

1.59,0	454	2.10,0	300	2.21,0	146		
1.59,5	447	2.10,5	293	2.21,5	139		
2.00,0	440	2.11,0	286	2.22,0	132		
2.00,5	433	2.11,5	279	2.22,5	125		
2.01,0	426	2.12,0	272	2.23,0	118		
2.01,5	419	2.12,5	265	2.23,5	111		
2.02,0	412	2.13,0	158	2.24,0	104		
2.02,5	405	2.13,5	251	2.24,5	97		
2.03,0	398	2.14,0	244	2.25,0	90		
2.03,5	391	2.14,5	237	2.25,5	83		
2.04,0	384	2.15,0	230	2.26,0	76		
2.04,5	377	2.15,5	223	2.26,5	69		

**ТАБЛИЦА оценки результатов и начисления очков в военно-спортивных многоборьях (по видам спорта)**

Плавание на 100 метров вольным стилем (мужчины)

Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки
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

Продолжение таблицы

Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки
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		

**ТАБЛИЦА оценки результатов и начисления очков в военно-спортивных многоборьях  
(по видам спорта)**



Плавание на 200 метров вольным стилем (мужчины)

Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки
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

Плавание на 200 метров вольным стилем (мужчины)

Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки
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		

**ТАБЛИЦА оценки результатов и начисления очков в военно-спортивных многоборьях (по видам спорта)**

Плавание на 300 метров вольным стилем (мужчины)

Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки
3.40,0	1400	3.52,5	1300	4.05,0	1200	4.17,5	1100
3.40,5	1396	3.53,0	1296	4.05,5	1196	4.18,0	1096
3.41,0	1392	3.53,5	1292	4.06,0	1192	4.18,5	1092
3.41,5	1388	3.54,0	1288	4.06,5	1188	4.19,0	1088
3.42,0	1384	3.54,5	1284	4.07,0	1184	4.19,5	1084
3.42,5	1380	3.55,0	1280	4.07,5	1180	4.20,0	1080
3.43,0	1376	3.55,5	1276	4.08,0	1176	4.20,5	1076
3.43,5	1372	3.56,0	1272	4.08,5	1172	4.21,0	1072
3.44,0	1368	3.56,5	1268	4.09,0	1168	4.21,5	1068
3.44,5	1364	3.57,0	1264	4.09,5	1164	4.22,0	1064

3.45,0	1360	3.57,5	1260	4.10,0	1160	4.22,5	1060
3.45,5	1356	3.58,0	1256	4.10,5	1156	4.23,0	1056
3.46,0	1352	3.58,5	1252	4.11,0	1152	4.23,5	1052
3.46,5	1348	3.59,0	1248	4.11,5	1148	4.24,0	1048
3.47,0	1344	3.59,5	1244	4.12,0	1144	4.24,5	1044
3.47,5	1340	4.00,0	1240	4.12,5	1140	4.25,0	1040
3.48,0	1336	4.00,5	1236	4.13,0	1136	4.25,5	1036
3.48,5	1332	4.01,0	1232	4.13,5	1132	4.26,0	1032
3.49,0	1328	4.01,5	1228	4.14,0	1128	4.26,5	1028
3.49,5	1324	4.02,0	1224	4.14,5	1124	4.27,0	1024
3.50,0	1320	4.02,5	1220	4.15,0	1120	4.27,5	1020
3.50,5	1316	4.03,0	1216	4.15,5	1116	4.28,0	1016
3.51,0	1312	4.03,5	1212	4.16,0	1112	4.28,5	1012
3.51,5	1308	4.04,0	1208	4.16,5	1108	4.29,0	1008
3.52,0	1304	4.04,5	1204	4.17,0	1104	4.29,5	1004

Продолжение таблицы

Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки
4.30,0	1000	4.42,5	900	4.55,0	800
4.30,5	996	4.43,0	896	4.55,5	796
4.31,0	992	4.43,5	892	4.56,0	792
4.31,5	988	4.44,0	888	4.56,5	788
4.32,0	984	4.44,5	884	4.57,0	784
4.32,5	980	4.45,0	880	4.57,5	780
4.33,0	976	4.45,5	876	4.58,0	776
4.33,5	972	4.46,0	872	4.58,5	772
4.34,0	968	4.46,5	868	4.59,0	768
4.34,5	964	4.47,0	864	4.59,5	764
4.35,0	960	4.47,5	860	5.00,0	760
4.35,5	956	4.48,0	856	5.00,5	756
4.36,0	952	4.48,5	852	5.01,0	752
4.36,5	948	4.49,0	848	5.01,5	748
4.37,0	944	4.49,5	844	5.02,0	744
4.37,5	940	4.50,0	840	5.02,5	740
4.38,0	936	4.50,5	836	5.03,0	736
4.38,5	932	4.51,0	832	5.03,5	732
4.39,0	928	4.51,5	828	5.04,0	728
4.39,5	924	4.52,0	824	5.04,5	724
4.40,0	920	4.52,5	820	5.05,0	720

4.40,5	916	4.53,0	816	5.05,5	716
4.41,0	912	4.53,5	812	5.06,0	712
4.41,5	908	4.54,0	808	5.06,5	708
4.42,0	904	4.54,5	804	5.07,0	704

Плавание на 300 метров вольным стилем (мужчины)

Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки
5.07,5	700	5.21,5	588	5.35,5	476	5.49,5	364
5.08,0	696	5.22,0	584	5.36,0	472	5.50,0	360
5.08,5	692	5.22,5	580	5.36,5	468	5.50,5	356
5.09,0	688	5.23,0	576	5.37,0	464	5.51,0	352
5.09,5	684	5.23,5	572	5.37,5	460	5.51,5	348
5.10,0	680	5.24,0	568	5.38,0	456	5.52,0	344
5.10,5	676	5.24,5	564	5.38,5	452	5.52,5	340
5.11,0	672	5.25,0	560	5.39,0	448	5.53,0	336
5.11,5	668	5.25,5	556	5.39,5	444	5.53,5	332
5.12,0	664	5.26,0	552	5.40,0	440	5.54,0	328
5.12,5	660	5.26,5	548	5.40,5	436	5.54,5	324
5.13,0	656	5.27,0	544	5.41,0	432	5.55,0	320
5.13,5	652	5.27,5	540	5.41,5	428	5.55,5	316
5.14,0	648	5.28,0	536	5.42,0	424	5.56,0	312
5.14,5	644	5.28,5	532	5.42,5	420	5.56,5	308
5.15,0	640	5.29,0	528	5.43,0	416	5.57,0	304
5.15,5	636	5.29,5	524	5.43,5	412	5.57,5	300
5.16,0	632	5.30,0	520	5.44,0	408	5.58,0	296
5.16,5	628	5.30,5	516	5.44,5	404	5.58,5	292
5.17,0	624	5.31,0	512	5.45,0	400	5.59,0	288
5.17,5	620	5.31,5	508	5.45,5	396	5.59,5	284
5.18,0	616	5.32,0	504	5.46,0	392	6.00,0	280
5.18,5	612	5.32,5	500	5.46,5	388	6.00,5	276
5.19,0	608	5.33,0	496	5.47,0	384	6.01,0	272
5.19,5	604	5.33,5	492	5.47,5	380	6.01,5	268
5.20,0	600	5.34,0	488	5.48,0	376	6.02,0	264
5.20,5	596	5.34,5	484	5.48,5	372	6.02,5	260
5.21,0	592	5.35,0	480	5.49,0	368	6.03,0	256

Продолжение таблицы

Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки
6.03,5	252	6.17,5	140	6.31,5	28

6.04,0	248	6.18,0	136	6.32,0	24
6.04,5	244	6.18,5	132	6.32,5	20
6.05,0	240	6.19,0	128	6.33,0	16
6.05,5	236	6.19,5	124	6.33,5	12
6.06,0	232	6.20,0	120	6.34,0	8
6.06,5	228	6.20,5	116	6.34,5	4
6.07,0	224	6.21,0	112	6.35,0	0
6.07,5	220	6.21,5	108		
6.08,0	216	6.22,0	104		
6.08,5	212	6.22,5	100		
6.09,0	208	6.23,0	96		
6.09,5	204	6.23,5	92		
6.10,0	200	6.24,0	88		
6.10,5	196	6.24,5	84		
6.11,0	192	6.25,0	80		
6.11,5	188	6.25,5	76		
6.12,0	184	6.26,0	72		
6.12,5	180	6.26,5	68		
6.13,0	176	6.27,0	64		
6.13,5	172	6.27,5	60		
6.14,0	168	6.28,0	56		
6.14,5	164	6.28,5	52		
6.15,0	160	6.29,0	48		
6.15,5	156	6.29,5	44		
6.16,0	152	6.30,0	40		

6.16,5	148	6.30,5	36		
6.17,0	144	6.31,0	32		

**ТАБЛИЦА оценки результатов и начисления очков в военно-спортивных многоборьях (по видам спорта)**

Бег на 100 метров (в ботинках с высоким берцем)

Результат (секунд)	Очки	Результат (секунд)	Очки	Результат (секунд)	Очки	Результат (секунд)	Очки
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		

**ТАБЛИЦА оценки результатов и начисления очков в военно-спортивных многоборьях (по видам спорта)**

Бег на 1 километр (военнослужащие-женщины)

Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки
3,05	1175	3,26	1028	3,47	780	4,08	570

3,06	1168	3,27	1021	3,48	770	4,09	560
3,07	1161	3,28	1014	3,49	760	4,10	550
3,08	1154	3,29	1007	3,50	750	4,11	540
3,09	1147	3,30	1000	3,51	740	4,12	530
3,10	1140	3,31	980	3,52	730	4,13	520
3,11	1133	3,32	960	3,53	720	4,14	510
3,12	1126	3,33	940	3,54	710	4,15	500
3,13	1119	3,34	920	3,55	700	4,16	490
3,14	1112	3,35	900	3,56	690	4,17	480
3,15	1105	3,36	890	3,57	680	4,18	470
3,16	1098	3,37	880	3,58	670	4,19	460
3,17	1091	3,38	870	3,59	660	4,20	450
3,18	1084	3,39	860	4,00	650	4,21	440
3,19	1077	3,40	850	4,01	640	4,22	430
3,20	1070	3,41	840	4,02	630	4,23	420
3,21	1063	3,42	830	4,03	620	4,24	410
3,22	1056	3,43	820	4,04	610	4,25	400
3,23	1049	3,44	810	4,05	600	4,26	395
3,24	1042	3,45	800	4,06	590	4,27	390
3,25	1035	3,46	790	4,07	580	4,28	385

Продолжение таблицы

Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки
4,29	380	4,50	275	5,11	170	5,32	65
4,30	375	4,51	270	5,12	165	5,33	60
4,31	370	4,52	265	5,13	160	5,34	55
4,32	365	4,53	260	5,14	155	5,35	50
4,33	360	4,54	255	5,15	150	5,36	45
4,34	355	4,55	250	5,16	145	5,37	40
4,35	350	4,56	245	5,17	140	5,38	35
4,36	345	4,57	240	5,18	135	5,39	30
4,37	340	4,58	235	5,19	130	5,40	25
4,38	335	4,59	230	5,20	125	5,41	20
4,39	330	5,00	225	5,21	120	5,42	15
4,40	325	5,01	220	5,22	115	5,43	10
4,41	320	5,02	215	5,23	110	5,44	5
4,42	315	5,03	210	5,24	105	5,45	0
4,43	310	5,04	205	5,25	100		

4,44	305	5,05	200	5,26	95		
4,45	300	5,06	195	5,27	90		
4,46	295	5,07	190	5,28	85		
4,47	290	5,08	185	5,29	80		
4,48	285	5,09	180	5,30	75		
4,49	280	5,10	175	5,31	70		

**ТАБЛИЦА оценки результатов и начисления очков в военно-спортивных многоборьях (по видам спорта)**

Бег на 1 километр (мужчины)

Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки
2,40	1175	3,01	1028	3,22	780	3,43	570
2,41	1168	3,02	1021	3,23	770	3,44	560
2,42	1161	3,03	1014	3,24	760	3,45	550
2,43	1154	3,04	1007	3,25	750	3,46	540
2,44	1147	3,05	1000	3,26	740	3,47	530
2,45	1140	3,06	980	3,27	730	3,48	520
2,46	1133	3,07	960	3,28	720	3,49	510
2,47	1126	3,08	940	3,29	710	3,50	500
2,48	1119	3,09	920	3,30	700	3,51	490
2,49	1112	3,10	900	3,31	690	3,52	480
2,50	1105	3,11	890	3,32	680	3,53	470
2,51	1098	3,12	880	3,33	670	3,54	460
2,52	1091	3,13	870	3,34	660	3,55	450
2,53	1084	3,14	860	3,35	650	3,56	440
2,54	1077	3,15	850	3,36	640	3,57	430
2,55	1070	3,16	840	3,37	630	3,58	420
2,56	1063	3,17	830	3,38	620	3,59	410
2,57	1056	3,18	820	3,39	610	4,00	400
2,58	1049	3,19	810	3,40	600	4,01	395
2,59	1042	3,20	800	3,41	590	4,02	390
3,00	1035	3,21	790	3,42	580	4,03	385

Продолжение таблицы

Результат	Очки	Результат	Очки	Результат	Очки	Результат	Очки
-----------	------	-----------	------	-----------	------	-----------	------



(минут, секунд)		(минут, секунд)		(минут, секунд)		(минут, секунд)	
4,04	380	4,25	275	4,46	170	5,07	65
4,05	375	4,26	270	4,47	165	5,08	60
4,06	370	4,27	265	4,48	160	5,09	55
4,07	365	4,28	260	4,49	155	5,10	50
4,08	360	4,29	255	4,50	150	5,11	45
4,09	355	4,30	250	4,51	145	5,12	40
4,10	350	4,31	245	4,52	140	5,13	35
4,11	345	4,32	240	4,53	135	5,14	30
4,12	340	4,33	235	4,54	130	5,15	25
4,13	335	4,34	230	4,55	125	5,16	20
4,14	330	4,35	225	4,56	120	5,17	15
4,15	325	4,36	220	4,57	115	5,18	10
4,16	320	4,37	215	4,58	110	5,19	5
4,17	315	4,38	210	4,59	105	5,20	0
4,18	310	4,39	205	5,00	100		
4,19	305	4,40	200	5,01	95		
4,20	300	4,41	195	5,02	90		
4,21	295	4,42	190	5,03	85		
4,22	290	4,43	185	5,04	80		
4,23	285	4,44	180	5,05	75		
4,24	280	4,45	175	5,06	70		

**ТАБЛИЦА оценки результатов и начисления очков в военно-спортивных многоборьях (по видам спорта)**

Бег на 2 километра (мужчины)

Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки
6,05	1100	6,29	980	6,53	860	7,17	740
6,06	1095	6,30	975	6,54	855	7,18	735
6,07	1090	6,31	970	6,55	850	7,19	730
6,08	1085	6,32	965	6,56	845	7,20	725
6,09	1080	6,33	960	6,57	840	7,21	720

6,10	1075	6,34	955	6,58	835	7,22	715
6,11	1070	6,35	950	6,59	830	7,23	710
6,12	1065	6,36	945	7,00	825	7,24	705
6,13	1060	6,37	940	7,01	820	7,25	700
6,14	1055	6,38	935	7,02	815	7,26	695
6,15	1050	6,39	930	7,03	810	7,27	690
6,16	1045	6,40	925	7,04	805	7,28	685
6,17	1040	6,41	920	7,05	800	7,29	680
6,18	1035	6,42	915	7,06	795	7,30	675
6,19	1030	6,43	910	7,07	790	7,31	670
6,20	1025	6,44	905	7,08	785	7,32	665
6,21	1020	6,45	900	7,09	780	7,33	660
6,22	1015	6,46	895	7,10	775	7,34	655
6,23	1010	6,47	890	7,11	770	7,35	650
6,24	1005	6,48	885	7,12	765	7,36	645
6,25	1000	6,49	880	7,13	760	7,37	640
6,26	995	6,50	875	7,14	755	7,38	635
6,27	990	6,51	870	7,15	750	7,39	630
6,28	985	6,52	865	7,16	745	7,40	625

Продолжение таблицы

Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки
7,41	620	8,05	500	8,29	380	8,53	260
7,42	615	8,06	495	8,30	375	8,54	255
7,43	610	8,07	490	8,31	370	8,55	250
7,44	605	8,08	485	8,32	365	8,56	245
7,45	600	8,09	480	8,33	360	8,57	240
7,46	595	8,10	475	8,34	355	8,58	235
7,47	590	8,11	470	8,35	350	8,59	230
7,48	585	8,12	465	8,36	345	9,00	225
7,49	580	8,13	460	8,37	340	9,01	220
7,50	575	8,14	455	8,38	335	9,02	215
7,51	570	8,15	450	8,39	330	9,03	210
7,52	565	8,16	445	8,40	325	9,04	205
7,53	560	8,17	440	8,41	320	9,05	200
7,54	555	8,18	435	8,42	315	9,06	195
7,55	550	8,19	430	8,43	310	9,07	190
7,56	545	8,20	425	8,44	305	9,08	185

7,57	540	8,21	420	8,45	300	9,09	180
7,58	535	8,22	415	8,46	295	9,10	175
7,59	530	8,23	410	8,47	290	9,11	170
8,00	525	8,24	405	8,48	285	9,12	165
8,01	520	8,25	400	8,49	280	9,13	160
8,02	515	8,26	395	8,50	275	9,14	155
8,03	510	8,27	390	8,51	270	9,15	150
8,04	505	8,28	385	8,52	265	9,16	145

Бег на 2 километра (мужчины)

Результат(минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки
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		

**ТАБЛИЦА оценки результатов и начисления очков в военно-спортивных многоборьях (по видам спорта)**

Бег на 3 километра (мужчины)

Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки
9,30	1160	9,54	1064	10,18	968	10,42	872
9,31	1156	9,55	1060	10,19	964	10,43	868
9,32	1152	9,56	1056	10,20	960	10,44	864
9,33	1148	9,57	1052	10,21	956	10,45	860
9,34	1144	9,58	1048	10,22	952	10,46	856
9,35	1140	9,59	1044	10,23	948	10,47	852
9,36	1136	10,00	1040	10,24	944	10,48	848
9,37	1132	10,01	1036	10,25	940	10,49	844
9,38	1128	10,02	1032	10,26	936	10,50	840
9,39	1124	10,03	1028	10,27	932	10,51	836
9,40	1120	10,04	1024	10,28	928	10,52	832
9,41	1116	10,05	1020	10,29	924	10,53	828

9,42	1112	10,06	1016	10,30	920	10,54	824
9,43	1108	10,07	1012	10,31	916	10,55	820
9,44	1104	10,08	1008	10,32	912	10,56	816
9,45	1100	10,09	1004	10,33	908	10,57	812
9,46	1096	10,10	1000	10,34	904	10,58	808
9,47	1092	10,11	996	10,35	900	10,59	804
9,48	1088	10,12	992	10,36	896	11,00	800
9,49	1084	10,13	988	10,37	892	11,01	796
9,50	1080	10,14	984	10,38	888	11,02	792
9,51	1076	10,15	980	10,39	884	11,03	788
9,52	1072	10,16	976	10,40	880	11,04	784
9,53	1068	10,17	972	10,41	876	11,05	780

Продолжение таблицы

Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки
11,06	776	11,30	680	11,54	584	12,18	488
11,07	772	11,31	676	11,55	580	12,19	484
11,08	768	11,32	672	11,56	576	12,20	480
11,09	764	11,33	668	11,57	572	12,21	476
11,10	760	11,34	664	11,58	568	12,22	472
11,11	756	11,35	660	11,59	564	12,23	468
11,12	752	11,36	656	12,00	560	12,24	464
11,13	748	11,37	652	12,01	556	12,25	460
11,14	744	11,38	648	12,02	552	12,26	456
11,15	740	11,39	644	12,03	548	12,27	452
11,16	736	11,40	640	12,04	544	12,28	448
11,17	732	11,41	636	12,05	540	12,29	444
11,18	728	11,42	632	12,06	536	12,30	440
11,19	724	11,43	628	12,07	532	12,31	436
11,20	720	11,44	624	12,08	528	12,32	432
11,21	716	11,45	620	12,09	524	12,33	428
11,22	712	11,46	616	12,10	520	12,34	424
11,23	708	11,47	612	12,11	516	12,35	420
11,24	704	11,48	608	12,12	512	12,36	416
11,25	700	11,49	604	12,13	508	12,37	412
11,26	696	11,50	600	12,14	504	12,38	408
11,27	692	11,51	596	12,15	500	12,39	404
11,28	688	11,52	592	12,16	496	12,40	400

11,29	684	11,53	588	12,17	492	12,41	396
-------	-----	-------	-----	-------	-----	-------	-----

Бег на 3 километра (мужчины)

Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки
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		

**ТАБЛИЦА оценки результатов и начисления очков в военно-спортивных многоборьях (по видам спорта)**

Бег на 3 километра (в ботинках с высоким берцем)

Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки
9,30	1280	9,50	1200	10,10	1120	10,30	1040
9,31	1276	9,51	1196	10,11	1116	10,31	1036
9,32	1272	9,52	1192	10,12	1112	10,32	1032
9,33	1268	9,53	1188	10,13	1108	10,33	1028
9,34	1264	9,54	1184	10,14	1104	10,34	1024
9,35	1260	9,55	1180	10,15	1100	10,35	1020
9,36	1256	9,56	1176	10,16	1096	10,36	1016
9,37	1252	9,57	1172	10,17	1092	10,37	1012

9,38	1248	9,58	1168	10,18	1088	10,38	1008
9,39	1244	9,59	1164	10,19	1084	10,39	1004
9,40	1240	10,00	1160	10,20	1080	10,40	1000
9,41	1236	10,01	1156	10,21	1076	10,41	996
9,42	1232	10,02	1152	10,22	1072	10,42	992
9,43	1228	10,03	1148	10,23	1068	10,43	988
9,44	1224	10,04	1144	10,24	1064	10,44	984
9,45	1220	10,05	1140	10,25	1060	10,45	980
9,46	1216	10,06	1136	10,26	1056	10,46	976
9,47	1212	10,07	1132	10,27	1052	10,47	972
9,48	1208	10,08	1128	10,28	1048	10,48	968
9,49	1204	10,09	1124	10,29	1044	10,49	964

Продолжение таблицы

Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки
10,50	960	11,10	880	11,30	800	11,50	720
10,51	956	11,11	876	11,31	796	11,51	716
10,52	952	11,12	872	11,32	792	11,52	712
10,53	948	11,13	868	11,33	788	11,53	708
10,54	944	11,14	864	11,34	784	11,54	704
10,55	940	11,15	860	11,35	780	11,55	700
10,56	936	11,16	856	11,36	776	11,56	696
10,57	932	11,17	852	11,37	772	11,57	692
10,58	928	11,18	848	11,38	768	11,58	688
10,59	924	11,19	844	11,39	764	11,59	684
11,00	920	11,20	840	11,40	760	12,00	680
11,01	916	11,21	836	11,41	756	12,01	676
11,02	912	11,22	832	11,42	752	12,02	672
11,03	908	11,23	828	11,43	748	12,03	668
11,04	904	11,24	824	11,44	744	12,04	664
11,05	900	11,25	820	11,45	740	12,05	660
11,06	896	11,26	816	11,46	736	12,06	656
11,07	892	11,27	812	11,47	732	12,07	652
11,08	888	11,28	808	11,48	728	12,08	648
11,09	884	11,29	804	11,49	724	12,09	644

Бег на 3 километра (в ботинках с высоким берцем)

Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки
---------------------------------	------	---------------------------------	------	---------------------------------	------	---------------------------------	------

12,10	640	12,34	544	12,58	448	13,22	352
12,11	636	12,35	540	12,59	444	13,23	348
12,12	632	12,36	536	13,00	440	13,24	344
12,13	628	12,37	532	13,01	436	13,25	340
12,14	624	12,38	528	13,02	432	13,26	336
12,15	620	12,39	524	13,03	428	13,27	332
12,16	616	12,40	520	13,04	424	13,28	328
12,17	612	12,41	516	13,05	420	13,29	324
12,18	608	12,42	512	13,06	416	13,30	320
12,19	604	12,43	508	13,07	412	13,31	316
12,20	600	12,44	504	13,08	408	13,32	312
12,21	596	12,45	500	13,09	404	13,33	308
12,22	592	12,46	496	13,10	400	13,34	304
12,23	588	12,47	492	13,11	396	13,35	300
12,24	584	12,48	488	13,12	392	13,36	296
12,25	580	12,49	484	13,13	388	13,37	292
12,26	576	12,50	480	13,14	384	13,38	288
12,27	572	12,51	476	13,15	380	13,39	284
12,28	568	12,52	472	13,16	376	13,40	280
12,29	564	12,53	468	13,17	372	13,41	276
12,30	560	12,54	464	13,18	368	13,42	272
12,31	556	12,55	460	13,19	364	13,43	268
12,32	552	12,56	456	13,20	360	13,44	264
12,33	548	12,57	452	13,21	356	13,45	260

Продолжение таблицы

Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки	Результат (минут, секунд)	Очки
13,46	256	14,10	160	14,34	64
13,47	252	14,11	156	14,35	60
13,48	248	14,12	152	14,36	56
13,49	244	14,13	148	14,37	52
13,50	240	14,14	144	14,38	48
13,51	236	14,15	140	14,39	44
13,52	232	14,16	136	14,40	40
13,53	228	14,17	132	14,41	36
13,54	224	14,18	128	14,42	32
13,55	220	14,19	124	14,43	28
13,56	216	14,20	120	14,44	24
13,57	212	14,21	116	14,45	20

13,58	208	14,22	112	14,46	16
13,59	204	14,23	108	14,47	12
14,00	200	14,24	104	14,48	8
14,01	196	14,25	100	14,49	4
14,02	192	14,26	96	14,50	0
14,03	188	14,27	92		
14,04	184	14,28	88		
14,05	180	14,29	84		
14,06	176	14,30	80		
14,07	172	14,31	76		
14,08	168	14,32	72		
14,09	164	14,33	68		

**ТАБЛИЦА оценки результатов и начисления очков в военно-спортивных многоборьях (по видам спорта)**

Подтягивание на перекладине (форма одежды – военная полевая)

Результат (количество раз)	Очки	Результат (количество раз)	Очки	Результат (количество раз)	Очки	Результат (количество раз)	Очки
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		

Приложение 3 к Правилам  
по военно-прикладным видам  
спорта Международного Союза  
по военно-прикладным видам  
спорта

### Условия упражнений в соревнованиях по стрельбе

Пистолет Макарова-1 - стрельба из пистолета Макарова на 25 метров по неподвижной мишени № 4 (грудная фигура с кругами), 3 пробных и 10 зачетных выстрелов.

Пистолет Макарова-3 - стрельба из пистолета Макарова по мишени № 4 (грудная фигура с кругами) на 25 метров, 5 пробных и 30 зачетных выстрелов (6x5).

Автомат Калашникова-1 - стрельба из автомата одиночными выстрелами на 100 метров по мишени № 4 (грудная фигура с кругами) из положения, лежа без упора, 3 пробных и 10 зачетных выстрелов.

Автомат Калашникова-2 - стрельба из автомата очередями на 200 метров по мишени № 7 (поясная фигура) из трех положений (лежа, с колена, стоя) без упора, 10 зачетных выстрелов в каждом положении (3x10).

Автомат Калашникова-3 - стрельба из автомата одиночными выстрелами на 100 метров по мишени № 4 (грудная фигура с кругами) из трех положений (лежа, с колена, стоя) без упора, 3 пробных и 10 зачетных выстрелов в каждом положении (3x10).

Снайперская винтовка-1 - стрельба из снайперской винтовки с оптическим прицелом на 300 метров по мишени № 4 (грудная фигура с кругами) из трех положений (лежа, с колена, стоя) без упора, 3 пробных и 10 зачетных выстрелов в каждом положении (3x10).

Снайперская винтовка-2 - стрельба из снайперской винтовки с оптическим прицелом на 300 метров по мишени № 4 (грудная фигура с кругами) из положения лежа с руки, 5 пробных и 20 зачетных выстрелов (2x10).

### Условия выполнения упражнений

Индекс упражнения	Дистанция стрельбы, (метров)	Мишень	Количество выстрелов		Время настрельбу		Кол-восерий и (выстрелов)
			Пробные	Зачетные	Пробные	Зачетные	
Пистолет Макарова-1	25	№ 4 - грудная фигура с 3 кругами		10	3минуты	8минут	2 x 5

		(неподвижная)					
Пистолет Макарова-3	25	№ 4 - грудная фигура с кругами (неподвижная)	5	30	5 минут	4 минуты - на 16 x 5 серию	

### Условия выполнения упражнений

Индекс упражнения	Дистанция стрельбы, (метров)	Мишень	Количество выстрелов		Время на стрельбу		Положение и вид стрельбы
			Пробные	Зачетные	Пробные	Зачетные	
Автомат Калашникова -1	100	№ 4 - грудная фигура с кругами	3	10	2 минуты	8 минут	Лежа (с руки); одиночный огонь
Индекс упражнения	Дистанция стрельбы, (метров)	Мишень	Количество выстрелов		Время на стрельбу		Положение и вид стрельбы
			Пробные	Зачетные	Пробные	Зачетные	
Автомат Калашникова -2	200	№ 7 - поясная фигура	-	30 (3x10)	-	Лежа-15 секунд, с колена-20 секунд, стоя-25 секунд	Из трех положений: лежа (с руки), с колена, стоя; автоматически огонь (очередями)
Автомат Калашникова -3	100	№ 4 - грудная фигура с кругами	9 (3x3)	30 (3x10)	лежа-2 минуты, с колена-3 минуты, стоя -4 минуты	лежа-8 минут, с колена-10 минут, стоя-12 минут	Из трех положений: лежа (с руки), с колена, стоя; одиночный огонь
Снайперская винтовка-1	300	№ 4 - грудная фигура с кругами	9 (3x3)	30 (3x10)	3 минуты в каждом положении	15 минут в каждом положении	Из трех положений: лежа (с руки), с колена, стоя; одиночный огонь
Снайперская винтовка-2	300	№ 4 - грудная фигура с кругами	6	20	5 минут	30 минут	Лежа (с руки); одиночный огонь

Приложение 4 к Правилам  
по военно-прикладным видам  
спорта Международного Союза по  
военно-прикладным видам спорта

**Условия присуждения явного преимущества, начисления очков и определения результатов поединка судейская оценка действий спортсменов, приводящих к травмам,**

1. Техническое действие бойцов оценивают судьи на ковре.

Поединок оканчивается:

- 1) по истечении времени;
- 2) когда один из участников имеет явное преимущество;
- 3) в случае дисквалификации одного из участников;
- 4) ввиду невозможности продолжать бой одним из участников из-за полученной травмы.

2. Явное преимущество присуждается:

1) участнику за атакующее действие, в результате которого соперник теряет координацию движений и не в состоянии защищаться – НОКАУТ;

2) участнику, в случае получения соперником двух НОКДАУНОВ;

3) участнику, выполнившему болевой или удушающий прием;

4) участнику, соперник которого отказался продолжать поединок;

5) участнику, соперник которого не явился на бой или дисквалифицирован за допущенные нарушения;

6) участник, соперник которого не явился на бой в течение 2 минут после повторного приглашения на бой;

7) участнику, представитель (секундант) которого снял своего спортсмена или отказался от продолжения боя;

8) участнику, в случае преимущества в 10 баллов;

9) по оценке действий участников, приводящих к травме в ходе боя.

Наличие травмы, её тяжесть и возможность травмированного участника продолжить поединок (соревнование) определяет врач соревнований. Виновность в нанесение травмы определяет судейская тройка.

3. Таблица начисления очков.

№ п/п	Оценка действий	Баллы			
		1 балл	2 балла	Чистая победа	
1.	Удары руками	в корпус	+		
		в голову	+		
2.	Серия ударов рукой и (или) ногой	в голову		+	
		в корпус		+	
3.	Удары ногами	в корпус	+		
		в голову		+	

		по ногам не оцениваются			
4.	Болевые приемы на выполнение болевого приема спортсмену дается не более 20 секунд. Засчитывается после сигнала спортсмена (голосом или хлопком рукой или ногой) о сдаче				+
5.	Удушающий прием				+
6.	Нокдаун При нокдауне к количеству очков за техническое действие добавляется 2 очка		+		
7.	Нокаут				+
8.	Броски На выполнение броска в захвате или борьбу в партере предоставляется не более 15 секунд	бросок на спину, на бок с падением	+		
		бросок на спину, на бок без падения		+	
Примечание: При нанесении ударов, зачитывается только сильные акцентированные удары, наносимые в разрешенные зоны. Удары в захвате, по ногам и в положении "лежа" не оцениваются, но оцениваются нокдаун и нокаут, полученные в результате таких ударов					
9.	Предупреждение запрещенное техническое действие (баллы зачисляются сопернику)	в 1 раз – замечание			
		во 2 раз – 1-ое предупреждение	+		
		в 3 раз – 2-ое предупреждение		+	
		в 4 раз – 3-е предупреждение с последующей дисквалификацией			
10.	Во время боя за выход двумя ногами за границу ковра, объявляется замечание	при каждом последующем выходе за границу ковра бойцу объявляется предупреждение, а его сопернику 1 балл, не зависимо от количества выходов за границу ковра	+		
11.	За опоздание по вызову или при устранении замечаний по экипировке перед боем спортсмену объявляется (баллы зачисляются сопернику)	до 1 минуты – замечание			
		от 1 до 1.30 минут – 1-ое предупреждение	+		
		от 1.30 до 2 минут – 2-ое предупреждение		+	
		более 2 минут 3-е предупреждение с последующей дисквалификацией			
12.	Явное преимущество присуждается при разнице в 10 очков				

При равном счете поединка, победа присуждается по первому техническому действию.

4. Судейская оценка действий спортсменов, приводящих к травмам:

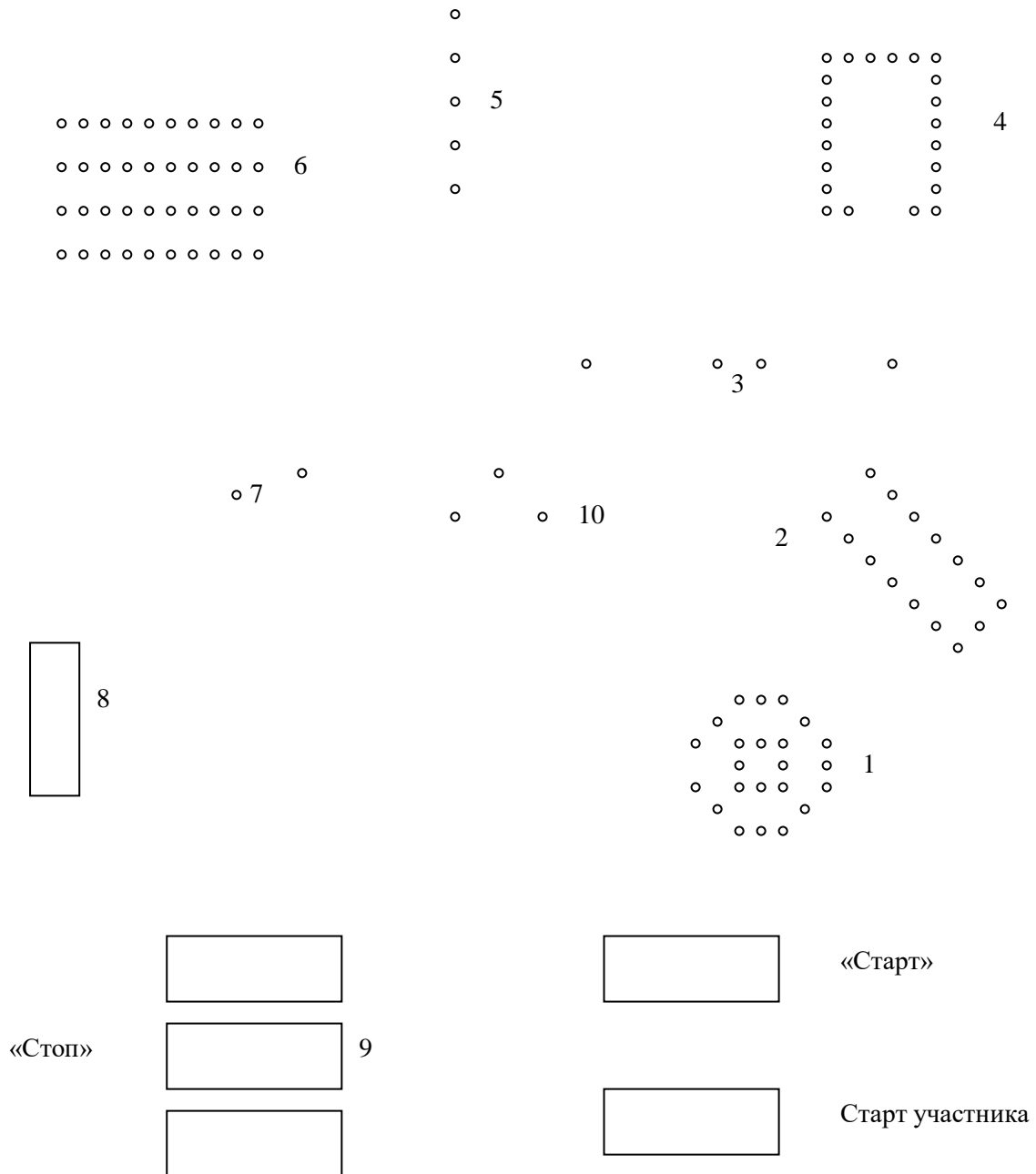
1) наличие травмы, ее тяжесть и возможность продолжать бой определяет врач соревнований. Освобождение от поединка дано главному судье или его заместителю на основании заключения врача;

2) участник, по чьей вине наносится травма вследствие проведения запрещенного приема, в результате чего соперник не в состоянии продолжать бой, дисквалифицируется на данный поединок и ему засчитывается поражение, а его сопернику победа;

3) если участник получил травму не по вине соперника и не в состоянии продолжать бой, ему засчитывается поражение. Его сопернику присуждается победа;

4) если 2 участника одновременно получили травмы и не в состоянии продолжать поединок (виноваты обоюдно), то обоим присуждается поражение.

**Трасса скоростного маневрирования с штрафным кругом (вариант)**



- 1 – «Круг»
- 2 – «Бокс»
- 3 – «Восьмерка»
- 4 – «Ограниченное место разворота»
- 5 – «Змейка некратная»

- 6 – «Пила»
- 7 – «Пеньки»
- 8 – «Колея»
- 9 – «Стоп»
- 10 – Штрафной круг

\_\_\_\_\_ (группа соревнований)

\_\_\_\_\_ Стартовый № \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ (наименование соревнований)

\_\_\_\_\_ (место проведения)

\_\_\_\_\_ (дата соревнований, команды)

**Карточка участника**

Воинское звание \_\_\_\_\_

Фамилия, имя, отчество \_\_\_\_\_

Год и месяц рождения \_\_\_\_\_

Спортивный разряд \_\_\_\_\_

Удостоверение на право управления автомобилем \_\_\_\_\_

Результат \_\_\_\_\_

Результат для командного зачета \_\_\_\_\_

Место \_\_\_\_\_

Классификационные очки \_\_\_\_\_

Место печати

Главный секретарь \_\_\_\_\_

(категория, подпись, Ф.И.О.)

Протокол

результатов соревнований \_\_\_\_\_ по скоростному маневрированию  
(наименование соревнования)

\_\_\_\_\_ (место проведения)

\_\_\_\_\_ (дата проведения)

Стартовало участников \_\_\_\_\_

I спортивный разряд - \_\_\_\_\_

III спортивный разряд - \_\_\_\_\_

II спортивный разряд - \_\_\_\_\_

б/разряда - \_\_\_\_\_

Группа соревнований \_\_\_\_\_

Стартовый номер	Фамилия инициалы	Спортивный разряд	Команда	Время прохождения дистанции (трассы)	Занятое место	Количество очков для командного зачета	Число классификационных очков

Главный судья \_\_\_\_\_

(категория, подпись, Ф.И.О.)

Главный секретарь \_\_\_\_\_

(категория, подпись, Ф.И.О.)



Командир (начальник) \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ (воинское звание, подпись)

« » \_\_\_\_\_ 20 \_\_\_\_ г.

**ЗАЯВКА**

на участие команды войсковой части (военно-учебного заведения) \_\_\_\_\_

в чемпионате \_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_  
(наименование соревнования) (вид спорта)

№ пп	в/звание	Фамилия, имя, отчество	Год рождения	Спортивный разряд	Виза врача о допуске к соревнованиям и печать

Председатель спортивного комитета \_\_\_\_\_  
(воинское звание, Ф.И.О.)

Помощник командира по физической подготовке \_\_\_\_\_  
(воинское звание, Ф.И.О.)

Врач \_\_\_\_\_  
(подпись, Ф.И.О.)

**Протокол комиссии допуска к участию в соревнованиях**

\_\_\_\_\_ по \_\_\_\_\_  
(наименование соревнований)

« \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_\_\_\_ г. город \_\_\_\_\_  
(сроки проведения) (место проведения)

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Год рождения	Спортивный разряд	Спортивная организация
Наименование команды				
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
Ф.И.О. представителя команды				
Ф.И.О. тренера команды				
Наименование команды				
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
Ф.И.О. представителя команды				
Ф.И.О. тренера команды				

Председатель комиссии по допуску \_\_\_\_\_ (Ф. И. О.)

Главный секретарь соревнований \_\_\_\_\_ (Ф. И. О.)

Врач \_\_\_\_\_ (Ф. И. О.)

ПРОТОКОЛ  
контроля прохождения дистанции соревнования

\_\_\_\_\_ (наименование соревнования)

Дистанция \_\_\_\_\_

№ контрольного пункта \_\_\_\_\_

№ п/п	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									

Судья: \_\_\_\_\_

(подпись, Ф.И.О.)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

ПРОТОКОЛ ФИНИША И ХРОНОМЕТРАЖА

(наименование соревнования)

Дистанция \_\_\_\_\_

Забег № \_\_\_\_\_

№ п/п	№ участника	Время старта	Время финиша	Результат	Примечание
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					

Старший судья-секундометрист: \_\_\_\_\_  
(категория, подпись, Ф.И.О.)

Судья-секундометрист \_\_\_\_\_  
(категория, подпись, Ф.И.О.)

Секретарь \_\_\_\_\_  
(категория, подпись, Ф.И.О.)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

СТАРТОВЫЙ ПРОТОКОЛ

соревнования \_\_\_\_\_

(наименование соревнования)

Забег № \_\_\_\_\_

№ п/п	Фамилия, инициалы	Номер команды	Номер участника	Время старта
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
10				
11				
12				
13				
14				

Старший судья \_\_\_\_\_  
(категория, подпись, Ф.И.О.)

Секретарь: \_\_\_\_\_  
(категория, подпись, Ф.И.О.)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

## ПРОТОКОЛ

соревнования \_\_\_\_\_

(наименование соревнования)

по подтягиванию \_\_\_\_\_

№ п/п	Фамилия, имя, отчество	Результат	Количество баллов
1			
2			
3			
4			
5			
6			
7			
8			
9			
10			
11			
12			
13			
14			
15			
16			
17			
18			
19			
20			

Старший судья \_\_\_\_\_  
(категория, подпись, Ф.И.О.)Секретарь: \_\_\_\_\_  
(категория, подпись, Ф.И.О.)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

ПРОТОКОЛ

соревнования \_\_\_\_\_ по специальному комплексному упражнению  
(наименование соревнования)

№ пп	Воинское звание	Фамилия, инициалы	Команда	Нагрудный номер	Результат				Возрастная группа	Спортивный разряд	Место
					Общее время	Кол-во попаданий	Итоговое время	Очки			

Старший судья \_\_\_\_\_  
(категория, подпись, Ф.И.О.)

Секретарь \_\_\_\_\_  
(категория, подпись, Ф.И.О.)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г

ПРОТОКОЛ

Лично-командных результатов по \_\_\_\_\_  
(наименование многоборья)

на чемпионате \_\_\_\_\_  
(наименование соревнования) (место соревнования)

Команда	Воинское звание	Фамилия инициалы	Результаты			
			личные		командные	
			Сумма очков	Место	Сумма очков	Место

Главный судья \_\_\_\_\_  
(категория, подпись, Ф.И.О.)

Главный секретарь \_\_\_\_\_  
(категория, подпись, Ф.И.О.)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.



ПРОТОКОЛ

соревнования на перекладине (брусьях, в опорном прыжке) по гимнастике в зимнем (летнем) на чемпионате

наименование снаряда \_\_\_\_\_

Место проведения \_\_\_\_\_

№ пп	Фамилия, инициалы	№ участника	Команда	№ упражнения	Оценка судей, баллы			Средняя оценка	Окончательная оценка	Примечание
					1	2	3			

Старший судья \_\_\_\_\_  
(категория, подпись, Ф.И.О.)

Судьи \_\_\_\_\_  
(категория, подпись, Ф.И.О.)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

**СВОДНЫЙ ПРОТОКОЛ**  
соревнования по гимнастике в зимнем (летнем) на чемпионате

\_\_\_\_\_ (наименование чемпионата)

№ пп	Фамилия, инициалы	Номер участника	Команда	Номер упражнения, оценка			Сумма	Очки	Личное место	Примечание
				Перекладина	Брусья	Прыжок				

Старший судья по гимнастике \_\_\_\_\_  
(категория, подпись, Ф.И.О.)

Секретарь \_\_\_\_\_  
(категория, подпись, Ф.И.О.)

«\_\_\_\_\_» \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

ПРОТОКОЛ

соревнования \_\_\_\_\_ по метанию гранат  
(наименование соревнования)

№ пп	Фамилия, инициалы	Команда	№ участника	На дальность		На точность	Выполненный разряд	Место	Примечание
				Результат	Очки (для многоборья)	Результат в очках			

Главный судья \_\_\_\_\_  
(категория, подпись, Ф.И.О.)

Секретарь \_\_\_\_\_  
(категория, подпись, Ф.И.О.)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

ПРОТОКОЛ

соревнований \_\_\_\_\_ по парашютному двоеборью  
(наименование соревнования)

№ пп	Фамилия, инициалы	Команда	№ упражнения	Время начала десантирования.	Время финиша	Общее время	Выполненный разряд	Место	Примечание

Главный судья \_\_\_\_\_  
(категория, подпись, Ф.И.О.)

Секретарь \_\_\_\_\_  
(категория, подпись, Ф.И.О.)

« \_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

ПРОТОКОЛ

соревнований \_\_\_\_\_ по плаванию  
 (наименование соревнования)

№ пп	Воинское звание	Фамилия инициалы	№ команды	Заплыв	Дорожка	Результат		Выполненный разряд	Место
						Время	Очки (для многоборья)		

Старший судья-секундометрист \_\_\_\_\_  
 (категория, подпись, Ф.И.О.)

Секретарь \_\_\_\_\_  
 (категория, подпись, Ф.И.О.)

« \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_

**Состав Главной судейской коллегии (ГСК) и судейских бригад в зависимости от масштаба и характера соревнований по спортивным дисциплинам вида спорта «военно-прикладной спорт»**

№	Состав судейской коллегии	Статус соревнований		
		1	2	3
<b>ГСК</b>		<b>Необходимое кол-во</b>		
1.	Главный судья	1	1	1
2.	Главный секретарь	1	1	1
3.	Зам. главного судьи	2	2	1
4.	Зам. главного секретаря	1	1	1
<b>Судьи</b>				
1.	Старший судья по видам	5	5	5
2.	Судья по видам	5	5	5
3.	Секретарь по видам	5	5	5
4.	Судья-секретарь	5	5	5
5.	Судья-контролер	8	7	6
6.	Судья на повороте	2	2	2
7.	Судья на дистанции	5	4	4
8.	Старший судья по трассам	1	1	1
9.	Судья по трассам	1	1	1
10.	Старший судья по метанию гранат	1	1	1
11.	Судья по метанию гранат	6	5	4
12.	Старший судья по оружию и снаряжению	1	1	1
13.	Судья по оружию и снаряжению	2	2	2
14.	Судья при участниках	2	2	2
15.	Судья на контрольном пункте	6	6	6
16.	Старший судья на старте	1	1	1
17.	Судья на старте	3	2	1
18.	Судья-стартер по фальстартам	1	1	1
19.	Помощник стартера на фальстартовом шнуре	2	2	2
20.	Судья помощник стартера	2	2	1

21.	Старший судья на финише	1	1	1
22.	Судья на финише	4	4	4
23.	Судья-фиксатор на финише	4	4	4
24.	Судья порядка прихода	4	4	4
25.	Секретарь судьи порядка прихода	4	4	4
26.	Старший судья-секундометрист	1	1	1
27.	Судья-секундометрист	5	3	2
28.	Старший судья КОР	1	1	1
29.	Судья КОР	3	3	3
30.	Судья линии огня	1	1	1
31.	Судья линии мишеней	1	1	1
32.	Секторный судья линии огня	2	1	1
33.	Секторный судья линии мишеней	2	1	1
34.	Судья по подготовке мишеней	3	3	3
35.	Судья-счетчик	8	7	6
36.	Судья-показчик	3	3	1
37.	Судья-информатор	2	1	1
<b>ВСЕГО:</b>		<b>125</b>	<b>108</b>	<b>99</b>

Приложение № 29

Таблица № 3

**Количество технического персонала, назначаемого в зависимости от масштаба и характера соревнований по виду спорта «военно-прикладной спорт»**

№	Обслуживающий персонал	Статус соревнований		
		1	2	3
1.	Врач	1	1	1
2.	Медико-санитарные работники (с машиной "Скорой помощи")	2	1	1
3.	Комендант соревнований	1	1	1

4.	Начальник дистанции	1	1	1
5.	Рабочие	6	5	4
6.	Начальник бригады спасательной	1	1	1
7.	Начальник связи	1	1	1
11.	Группа награждения	6	2	2
<b>ВСЕГО:</b>				

Статус соревнований:

1 – Чемпионат (кубок) Вооруженных Сил, чемпионат вида (рода войск) Вооруженных Сил, первенство Вооруженных Сил среди граждан допризывного возраста;

2 – Чемпионат военного округа (флота),斯巴蒂аиада Вузов Вооруженных Сил, Спартакиада суворовских, нахимовских военных училищ и кадетских корпусов, первенство суворовских, нахимовских военных училищ и кадетских корпусов, первенство региона среди граждан допризывного возраста;

3 – Чемпионат объединения, соединения, воинской части, военно-учебного заведения Министерства обороны, первенство суворовского военного училища, первенство нахимовского военного училища, первенство кадетского корпуса, первенство войсковой части среди граждан допризывного возраста, первенство муниципального образования среди граждан допризывного возраста.

Приложение № 26

**ФОРМЫ ОДЕЖДЫ СПОРТСМЕНОВ ДЛЯ ВЫПОЛНЕНИЯ СПОРТИВНЫХ  
УПРАЖНЕНИЙ, В КОТОРЫХ ПРЕДУСМОТРЕНА ВОЕННАЯ ФОРМА ОДЕЖДЫ  
В ВИДЕ СПОРТА «ВОЕННО-ПРИКЛАДНОЙ СПОРТ»  
(В СООТВЕТСТВИИ С НФП-2009)**

**Форма № 2В** – повседневная, брюки навывпуск, ботинки (ботинки с высоким берцем), без головного убора, с обнаженным торсом (в майке).

**Форма № 3В** – повседневная, поясной ремень ослаблен, ботинки (ботинки с высоким берцем), без головного убора, воротник расстегнут.

**Форма № 4В** – повседневная, поясной ремень ослаблен, ботинки (ботинки с высоким берцем), в головном уборе, без утепленной куртки.

**Форма № 5В** – зимняя повседневная, в утепленной куртке, брюках, поясной ремень ослаблен, в головном уборе.