

# ПОДВОДНЫЙ СПОРТ

---

---

## ПОДВОДНОЕ ОРИЕНТИРОВАНИЕ

### **Разрядные требования Мужчины и женщины**

**Мастер спорта России международного класса – занять:**

1–6 место в индивидуальных или 1–3 место в групповых упражнениях на чемпионате мира;

1–3 место в индивидуальных или 1–2 место в групповых упражнениях на чемпионате Европы;

1–3 место в индивидуальных упражнениях или 1 место в групповых упражнениях на Кубке мира при участии команд не менее чем из 5 стран, входящих по рейтингу предыдущего года в число 12 сильнейших стран мира;

1 место в индивидуальных упражнениях или в групповых упражнениях на международных соревнованиях, включенных в спортивный календарь Всемирной конфедерации подводной деятельности (КМАС) при участии команд не менее чем из 5 стран, входящих по рейтингу предыдущего года в число 12 сильнейших стран мира.

**Мастер спорта России – выполнить:**

временной норматив в одном из индивидуальных видов программы или в многоборье на финальных соревнованиях, включенных в официальный спортивный календарь ЦС РОСТО.

## **Условия выполнения разрядных требований**

1. Спортивные звания и разряды по подводному ориентированию присваиваются спортсменам, имеющим квалификацию «подводный пловец».

2. По подводному ориентированию разрядные нормы КМС выполняются – на соревнованиях не ниже областного масштаба; I разряд – на соревнованиях не ниже городского масштаба; II, III разряд – на соревнованиях любого масштаба.

3. По подводному ориентированию звания МСМК, МС присваиваются с 15 лет; КМС, I – III разряд – с 14 лет.

4. Классификационное время определяется следующим образом:

– в упражнении «зоны» – суммой времени выполнения упражнения и штрафного времени за отклонение от центра финишной линии.

Отклонение в метрах	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Штрафное время, с	4	10	18	24	30	36	42	48	54	60	66	72	78	84	90

– в упражнении «ориентиры», «малые ориентиры», «звезда» и «карта» – разностью между временем выполнения упражнения и временем, определяемым коэффициентом трудности акватории:

Прозрачность воды в метрах	1 и более	Менее 1
Коэффициент трудности акватории, с	0	30

## **Разрядные нормы и требования**

Вид соревнования	Дистанция, м	Звания и разряды				
		МС	КМС	I	II	III
<b>Мужчины</b>						
Время, мин, с						
«ЗОНЫ» – подводное плавание с изменением курса без ориентиров в 3 точках	590	6:04.0	6:55.0	7:42.0	8:50.0	10:25.0
«ОРИЕНТИРЫ» – подводное плавание с изменением курса и поиском 5 ориентиров	650	6:45.0	7:33.0	8:25.0	9:42.0	11:15.0
«ЗВЕЗДА» – подводное плавание с изменением курса в 9 точках и поиском 5 ориентиров	600	6:35.0	7:23.0	8:15.0	9:32.0	11:05.0

«КАРТА» – подводное плавание с расчетом маршрута следования под водой и поиском 5 ориентиров	650	7:45.0	8:33.0	9:25.0	10:42.0	12:15.0
Очки						
МНОГОБОРЬЕ «ЗОНЫ» + «ОРИЕНТИРЫ» + «ЗВЕЗДА»		4200	3750	3200	2600	2200
<b>Женщины</b> Время, мин, с						
«ЗОНЫ» – подводное плавание с изменением курса без ориентиров в 3 точках	590	6:34.0	7:25.0	8:18.0	9:38.0	11:19.0
«ОРИЕНТИРЫ» – подводное плавание с изменением курса и поиском 5 ориентиров	650	7:20.0	8:14.0	9:10.0	10:34.0	12:22.0
«ЗВЕЗДА» – подводное плавание с изменением курса в 9 точках и поиском 5 ориентиров	600	7:10.0	8:04.0	9:00.0	10:24.0	12:12.0
«КАРТА» – подводное плавание с расчетом маршрута следования под водой и поиском 5 ориентиров	650	8:20.0	9:14.0	10:10.0	10:34.0	13:22.0
Очки						
МНОГОБОРЬЕ «ЗОНЫ» + «ОРИЕНТИРЫ» + «ЗВЕЗДА»	–	4200	3700	3150	2600	2200

### **Разрядные нормы и требования**

Вид соревнования	Дистанция, м	Разряды			
		КМС	I	II	III
<b>Юноши</b> (младшая группа – 14–15 лет) Время, мин, с					
«МАЛЫЕ ЗОНЫ» – подводное плавание с изменением курса без ориентиров в 3 точках	275	3:15.0	3:35.0	4:00.0	4:25.0
«МАЛЫЕ ОРИЕНТИРЫ» – подводное плавание с изменением курса и поиском 5 ориентиров	325	3:40.0	4:00.0	4:35.0	5:15.0
<b>Девушки</b> (младшая группа – 14–15 лет) Время, мин, с					
«МАЛЫЕ ЗОНЫ» – подводное плавание с изменением курса без ориентиров в 3 точках	275	3:30.0	3:50.0	4:20.0	4:50.0
«МАЛЫЕ ОРИЕНТИРЫ» – подводное плавание с изменением курса и поиском 5 ориентиров	325	4:00.0	4:20.0	5:00.0	5:50.0

## ПЛАВАНИЕ В ЛАСТАХ

### **Разрядные требования Мужчины и женщины**

**Мастер спорта России международного класса – занять:**

1–6 место в индивидуальных номерах программы или 1–3 место в эстафетах на чемпионате мира и Всемирных играх; 1–3 место в индивидуальных номерах программы или 1–2 место в эстафетах на чемпионате Европы;

1 место в индивидуальных номерах программы на чемпионате мира (Европы) среди клубов;

1 место в индивидуальных номерах программы на международных соревнованиях с участием не менее 5 сборных национальных команд, входящих по рейтингу предыдущего года в число 20 сильнейших стран мира.

Установить мировой рекорд (в соответствии с требованием Всемирной конфедерации подводной деятельности (КМАС).

*Выполнить* временной норматив МСМК:

– на чемпионате России, финале Кубка России;

– официальных международных соревнованиях, включенных в спортивный календарь Всемирной конфедерации подводной деятельности (КМАС), при участии команд не менее чем из 5 стран, входящих по рейтингу предыдущего года в число 20 сильнейших стран мира.

**Мастер спорта России – выполнить** временной норматив в индивидуальных номерах программы на соревнованиях, включенных в официальный спортивный календарь ЦС РОСТО.

### **Условия выполнения разрядных требований**

1. Спортивные звания и разряды по плаванию в ластах присваиваются спортсменам, имеющим квалификацию «подводный пловец» (при плавании с аквалангом и нырянии).

2. Разрядные нормы МСМК выполняются на соревнованиях не ниже российского масштаба, которые проводятся в соответствии с международными требованиями, относительно наличия электронной системы финиша, допинг-контроля и уровня судейской квалификации; МС – выполняются на соревнованиях не ниже российского масштаба; КМС – на соревнованиях не ниже областного масштаба;

I разряд – на соревнованиях не ниже городского масштаба;

II–V разряды – на соревнованиях любого масштаба.

## Разрядные нормы

Дистанция, м	Звания и разряды. Время, мин, с							
	МСМК	МС	КМС	I	II	III	IV	V
<b>Подводное плавание</b>								
женщины								
100	41.6	43.0	46.0	49.0	56.0	1.06.0	1.14.0	1.23.0
400	3.17.0	3.29.0	3.44.0	4.10.0	4.40.0	5.10.0	–	–
800	6.58.0	7.23.0	7.48.0	8.26.0	9.36.0	10.45.0	–	–
мужчины								
100	35.5	37.5	40.0	43.0	47.0	54.0	1.04.0	1.19.0
400	2.59.0	3.08.0	3.18.0	3.33.0	3.53.0	4.18.0	–	–
800	6.20.0	6.37.0	7.02.0	7.32.0	8.07.0	8.57.0	–	–
<b>Плавание в ластах</b>								
женщины								
50	20.3	21.3	22.3	24.0	26.5	29.0	32.5	35.0
100	44.3	46.5	48.5	51.5	59.0	1.09.0	1.19.0	1.32.0
200	1.38.0	1.42.0	1.46.0	1.52.0	2.10.0	2.30.0	2.52.0	3.17.0
400	3.29.0	3.38.0	3.50.0	4.10.0	4.40.0	5.15.0	6.00.0	7.00.0
800	7.18.0	7.40.0	8.00.0	8.45.0	9.40.0	11.00.0	13.00.0	15.00.0
1500	14.03.0	14.40.0	15.20.0	16.40.0	18.30.0	21.00.0	25.00.0	29.00.0
мужчины								
50	17.3	18.2	19.2	20.5	23.5	25.5	28.0	32.0
100	38.2	40.8	42.5	45.5	51.5	57.0	1.09.0	1.26.0
200	1.28.0	1.31.5	1.36.5	1.47.5	1.58.0	2.10.0	2.38.0	3.08.0
400	3.10.0	3.18.0	3.26.0	3.40.0	4.10.0	4.40.0	5.32.0	6.32.0
800	6.40.0	7.00.0	7.20.0	7.40.0	8.40.0	9.50.0	11.20.0	13.00.0
1500	13.01.0	13.30.0	14.05.0	15.00.0	16.30.0	18.00.0	21.00.0	24.00.0
<b>Нырание</b>								
женщины								
50	18.5	19.3	20.5	22.5	25.5	29.0	–	–
мужчины								
50	15.6	16.5	17.3	19.5	22.5	25.5	–	–

## ДАЛЬНИЕ (МАРАФОНСКИЕ) ЗАПЛЫВЫ

### Разрядные требования Мужчины и женщины

**Мастер спорта России международного класса – занять:**

1–6 место в индивидуальных номерах программы на чемпионате мира;

1–4 место в индивидуальных номерах программы на чемпионате Европы;

1 место на международных соревнованиях в индивидуальных номерах программы с участием не менее 5 сборных национальных команд, входящих по рейтингу предыдущего года в число 10 сильнейших стран мира;

**Мастер спорта России – занять:**

1–3 место в индивидуальных номерах программы на чемпионате России, финале Кубка России;

**Кандидат в мастера спорта – занять:**

4–6 место в индивидуальных номерах программы на чемпионате России, финале Кубка России;

**I разряд** – закончить дистанцию, уложившись в лимитное время: 4 км (девушки) – 3 мин.; 6 км (женщины) – 7 мин.; 6 км (юноши) – 5 мин.; 8 км (мужчины) – 7 мин.

### **Условия выполнения разрядных требований**

1. Норматив МС присваивается при условии участия в заплыве не менее 10 спортсменов, имеющих спортивный разряд не ниже КМС.

2. Норматив КМС присваивается при условии участия в заплыве не менее 15 спортсменов, причем не менее 10 спортсменов должны иметь спортивный разряд не ниже I разряда.

### **ПОДВОДНАЯ ОХОТА**

**Мастер спорта России международного класса – занять:**

1–6 место на чемпионате мира;

1–3 место на чемпионате Европы;

1 место на Кубке Европы;

1 место на международных соревнованиях, включенных в спортивный календарь Всемирной конфедерации подводной деятельности (КМАС) при участии команд не менее чем из 5 стран, входящих по рейтингу предыдущего года в число 10 сильнейших стран мира.

**Мастер спорта России – занять:**

1–6 место на чемпионате и Кубке России;

или набрать на соревнованиях соответствующего ранга 3000 очков;

**Кандидат в мастера спорта – занять:**

4–10 место на чемпионате и Кубке России при участии спортсменов квалификации не ниже КМС не менее 5 команд;

1–3 место на соревнованиях не ниже областного масштаба, гг. Москвы и Санкт-Петербурга при участии спортсменов квалификации не ниже КМС не менее 5 команд;

или набрать на соревнованиях соответствующего ранга 2000 очков;

**I разряд – занять:**

2–6 место на соревнованиях не ниже областного масштаба, гг. Москвы и Санкт-Петербурга при участии спортсме-

нов квалификации не ниже I разряда не менее 5 команд;  
1 место на соревнованиях не ниже городского масштаба при участии спортсменов квалификации не ниже I разряда не менее 5 команд;  
или набрать на соревнованиях соответствующего ранга 1000 очков;

**II разряд – занять:**

7–10 место на соревнованиях не ниже областного масштаба, гг. Москвы и Санкт-Петербурга при участии спортсменов квалификации не ниже II разряда не менее 5 команд;  
2–3 место на соревнованиях не ниже городского масштаба при участии спортсменов квалификации не ниже II разряда не менее 5 команд;  
1 место на соревнованиях любого масштаба при участии спортсменов квалификации не ниже II разряда не менее 5 команд;  
или набрать на соревнованиях соответствующего ранга 600 очков;

**III разряд – занять:**

7–10 место на соревнованиях не ниже областного масштаба, гг. Москвы и Санкт-Петербурга при участии спортсменов квалификации не ниже III разряда не менее 5 команд;  
4–6 место на соревнованиях не ниже городского масштаба при участии спортсменов квалификации не ниже III разряда не менее 3-х команд;  
1–3 место на соревнованиях любого масштаба при участии спортсменов квалификации не ниже III разряда не менее 3-х команд;  
или набрать на соревнованиях соответствующего ранга 300 очков;

### **Разрядные нормы и требования**

1. Разрядные требования едины для мужчин и женщин.
2. Спортивные звания и разряды присваиваются спортсменам, которые имеют удостоверения пловца-подводника и выполнили разрядные требования по подводной охоте при достижении возраста в 18 лет.

### **ПОДВОДНАЯ СТРЕЛЬБА**

**Мастер спорта России международного класса – занять:**

- 1–6 место на чемпионате мира;
- 1–3 место на чемпионате Европы;
- 1 место на Кубке мира;
- 1 место на международных соревнованиях, включенных в спортивный календарь Всемирной конфедерации подвод-

ной деятельности (КМАС) при участии команд не менее чем из 5 стран, входящих по рейтингу предыдущего года в число 10 сильнейших стран мира;  
выполнить норматив МСМК на чемпионате России, на Кубке России (в соответствии с таблицами 1 и 2).

**Мастер спорта России** – выполнить норматив в одном из индивидуальных видов программы на финальных соревнованиях, включенных в официальный спортивный календарь ЦС РОСТО (в соответствии с таблицами 1 и 2).

Таблица 1

Спортивное звание, разряд	Результат в упражнении «стрельба на точность» (в очках)	
	мужчины	женщины
МСМК	3500	3400
МС	3200	3100
КМС	3000	2900
I	2700	2600
II	2200	2100
III	1800	1700

Таблица 2

Спортивное звание, разряд	Результат в упражнении «биатлон» (в мин, с)	
	мужчины	женщины
МСМК	2.00	2.30
МС	2.20	2.50
КМС	2.40	3.00
I	3.00	3.30
II	3.30	3.50
III	4.00	4.20

### **Разрядные нормы и требования**

1. Спортивные звания и разряды присваиваются спортсменам, которые имеют удостоверение пловца-подводника и выполнили разрядные требования по подводной стрельбе при достижении возраста 14 лет.

2. Для присвоения разрядов и званий в упражнении «биатлон» учитывается 5 попаданий.

### **ПОДВОДНАЯ БОРЬБА В ЛАСТАХ**

**Мастер спорта России международного класса** – *занять:*

1 место на чемпионате мира (Европы).

Одержать 5 побед в поединках над разными борцами квалификации не ниже мастера спорта России международного класса на международных соревнованиях, включенных



в спортивный календарь КМАС, при участии команд не менее чем из 5 стран.

**Мастер спорта России – занять:**

1–3 место на чемпионате или Кубке России.

Одержать 5 побед в поединках над разными борцами квалификации не ниже мастера спорта России на всероссийских финальных соревнованиях, включенных в официальный спортивный календарь ЦС РОСТО, при участии в подгруппе не менее 12 спортсменов.

**Кандидат в мастера спорта – занять:**

4–6 место на чемпионате или Кубке России;

1 место на чемпионатах республик, краев, областей, городов Москвы и Санкт-Петербурга.

Одержать 5 побед в поединках над разными борцами квалификации не ниже кандидата в мастера спорта на соревнованиях любого масштаба в течение календарного года, при участии в подгруппе не менее 12 спортсменов.

**I разряд – занять:**

2–3 место на чемпионатах республик, краев, областей, городов Москвы и Санкт-Петербурга;

1 место на районных соревнованиях (кроме городских);

1 место на первенстве России среди спортсменов старшей юношеской группы (16–17 лет), при участии в подгруппе не менее 12 спортсменов.

Одержать 5 побед в поединках над разными борцами квалификации не ниже I разряда на соревнованиях любого масштаба в течение календарного года.

**II разряд – занять:**

2–3 место на районных соревнованиях (кроме городских);  
1 место на чемпионатах административных единиц городов Москвы и Санкт-Петербурга, чемпионатах других городов России;

2–3 место на первенстве России среди спортсменов старшей юношеской группы (16–17 лет), при участии в подгруппе не менее 12 спортсменов;

1 место на первенствах республик, краев, областей, городов Москвы и Санкт-Петербурга среди спортсменов старшей юношеской группы (16–17 лет), при участии в подгруппе не менее 12 спортсменов.

Одержать 5 побед в поединках над разными борцами квалификации не ниже II разряда на соревнованиях любого масштаба в течение календарного года.

**III разряд – занять:**

2–3 место на чемпионатах административных единиц городов Москвы и Санкт-Петербурга, чемпионатах других городов России;

2–3 место на первенствах республик, краев, областей, городов Москвы и Санкт-Петербурга среди спортсменов стар-

шей юношеской группы (16–17 лет), при участии в подгруппе не менее 12 спортсменов.

Одержать 5 побед в поединках над разными борцами квалификации не ниже III разряда на соревнованиях любого масштаба в течение календарного года.

**I юношеский разряд – занять:**

1–2 место на первенстве России;

1 место на первенствах республик, краев, областей, городов Москвы и Санкт-Петербурга.

Одержать 5 побед в поединках над разными борцами квалификации не ниже I юношеского разряда на соревнованиях любого масштаба в течение календарного года.

**II юношеский разряд – занять:**

3–4 место на первенстве России;

2–3 место на первенствах республик, краев, областей, городов Москвы и Санкт-Петербурга;

1 место на первенствах административных единиц городов России.

Одержать 5 побед в поединках над разными борцами квалификации не ниже II юношеского разряда на соревнованиях любого масштаба в течение календарного года.

**III юношеский разряд – занять:**

2–3 место на первенствах административных единиц городов России.

Одержать 5 побед в поединках над разными борцами квалификации не ниже III юношеского разряда на соревнованиях любого масштаба в течение календарного года.

## ПОДВОДНЫЕ ИГРЫ (РЕГБИ, ХОККЕЙ)

**Мастер спорта России международного класса – занять:**

1–3 место в составе команды на чемпионате мира (Европы), при участии не менее 5 стран.

**Мастер спорта России – занять:**

1 место в составе команды на чемпионате России, при участии не менее 5 команд.

**Кандидат в мастера спорта – занять:**

2–3 место в составе команды на чемпионате России, при участии не менее 5 команд;

1 место в составе команды на чемпионатах республик, краев, областей, городов Москвы и Санкт-Петербурга, при участии не менее 5 команд.

**I разряд – занять:**

2–3 место в составе команды на чемпионатах республик, краев, областей, городов Москвы и Санкт-Петербурга, при участии не менее 5 команд;

1 место в составе команды на районных соревнованиях (кроме городских).

Участвовать в течение календарного года в соревнованиях городского масштаба в составе команды, одержавшей на них в течение календарного года 7 побед над разными командами I разряда или 14 побед над разными командами II разряда, при участии не менее 5 команд.

**II разряд – занять:**

2–3 место в составе команды на районных соревнованиях (кроме городских), при участии не менее 5 команд;

1 место в составе команды на чемпионатах городов при участии не менее 5 команд.

Участвовать в течение календарного года в соревнованиях городского масштаба в составе команды, одержавшей на них в течение календарного года 7 побед над разными командами II разряда или 14 побед над разными командами III разряда, при участии не менее 5 команд.

**III разряд – участвовать** в течение календарного года в 14 встречах по упрощенным правилам на соревнованиях любого масштаба.

**I юношеский разряд – занять:**

1–3 место на первенстве России в составе команды в старшей юношеской группе (16–17 лет), при участии не менее 5 команд;

1 место на первенствах республик, краев, областей, городов Москвы и Санкт-Петербурга в составе команды в старшей юношеской группе (16–17 лет), при участии не менее 5 команд.

Участвовать в течение календарного года в соревнованиях любого масштаба по старшей юношеской группе (16–17 лет) в составе команды, одержавшей в течение календарного года 7 побед над разными командами I юношеского разряда или 14 побед над разными командами II юношеского разряда.

**II юношеский разряд – занять:**

1–3 место на первенстве России в составе команды в средней юношеской группе (14–15 лет), при участии не менее 5 команд.

Участвовать в течение календарного года в соревнованиях любого масштаба по младшей (12–13 лет), средней (14–15 лет) или старшей юношеской (16–17 лет) группе в составе команды, одержавшей в течение календарного года 7 побед над разными командами II юношеского разряда или 14 побед над разными командами III юношеского разряда.

**III юношеский разряд – участвовать** в течение года в 14 встречах по упрощенным правилам на соревнованиях любого масштаба.

### ***Условия выполнения разрядных требований***

1. Возрастные критерии для определения группы:

18 лет и старше – В – взрослая;

16–17 лет – Ю3 – юношеская старшая;

14–15 лет – Ю2 – юношеская средняя;

12–13 лет – Ю1 – юношеская младшая;

10–11 лет – Д – детская.

Возраст участников (количество полных лет) исчисляют по дате рождения на момент проведения Мандатной комиссии.

2. Для выполнения норм МСМК, МС, КМС и I разряда в подводных играх (регби и хоккей) необходимо сыграть не менее 50% всех игр в зачетных соревнованиях и в каждой из этих игр не менее 25% игрового времени. В соревнованиях должны участвовать не менее 5 команд.

3. Юношеские разряды (I, II и III) присваивают юношам и девушкам 12–17 лет. При переходе спортсмена во взрослую группу их соответственно приравнивают к I, II и III взрослым разрядам.

4. III взрослый и III юношеский разряды присваивают при условии прохождения программы начального обучения в спортивной организации, имеющей право подготовки.

### ***Подтверждение разрядных требований***

1. Спортивные разряды действительны в течение трех календарных лет с даты их присвоения, кроме III взрослого и III юношеского разрядов, которые действительны в течение одного календарного года.

2. После окончания срока действия для подтверждения разряда «Кандидат в мастера спорта» и I, II разрядов спортсмен должен в течение календарного года повторно выполнить соответствующие разрядные требования. В противном случае разряд спортсмена понижается на одну ступень.