

### 3. Нормы и условия их выполнения для присвоения спортивных званий и спортивных разрядов

443  
**МСМК** выполняется с 14 лет, **МС** – с 12 лет, **КМС** – с 10 лет,  
**I, II, III** спортивные разряды, юношеские спортивные разряды – с 9 лет

| № п/п                    | Спортивная дисциплина, стартующий         | Единица измерения | МСМК     |          | МС       |          | КМС      |          | Спортивные разряды |          |          |          |          |          | Юношеские спортивные разряды |          |          |          |          |          |
|--------------------------|---|-------------------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|--------------------|----------|----------|----------|----------|----------|------------------------------|----------|----------|----------|----------|----------|
|                          |   |                   | М        | Ж        | М        | Ж        | М        | Ж        | I                  |          | II       |          | III      |          | I                            |          | II       |          | III      |          |
|                          |   |                   |          |          |          |          |          |          | М                  | Ж        | М        | Ж        | М        | Ж        | М                            | Ж        | М        | Ж        | М        | Ж        |
| 1                        | 2   | 3                 | 4        | 5        | 6        | 7        | 8        | 9        | 10                 | 11       | 12       | 13       | 14       | 15       | 16                           | 17       | 18       | 19       | 20       | 21       |
| <b>Бассейн 50 метров</b> |   |                   |          |          |          |          |          |          |                    |          |          |          |          |          |                              |          |          |          |          |          |
| 1                        | Вольный стиль 50 м (бассейн 25 м)         | с                 | 21,29    | 24,19    | 22,65    | 25,95    | 23,40    | 26,75    | 24,65              | 28,05    | 27,05    | 30,75    | 29,25    | 32,75    | 35,25                        | 39,75    | 45,25    | 49,75    | 55,25    | 59,25    |
| 2                        | Вольный стиль 100 м (бассейн 25 м)        | мин, с            | 47,05    | 52,66    | 50,40    | 56,40    | 53,70    | 1:00,40  | 57,10              | 1:04,24  | 1:03,50  | 1:11,80  | 1:11,00  | 1:19,50  | 1:23,50                      | 1:33,50  | 1:43,50  | 1:53,50  | 2:03,50  | 2:12,50  |
| 3                        | Вольный стиль 200 м (бассейн 25 м)        | мин, с            | 1:44,25  | 1:54,74  | 1:51,75  | 2:04,25  | 1:58,25  | 2:12,55  | 2:06,50            | 2:21,25  | 2:21,00  | 2:37,00  | 2:39,50  | 2:55,00  | 3:05,00                      | 3:26,00  | 3:15,00  | 4:06,00  | 4:25,00  | 4:44,00  |
| 4                        | Вольный стиль 400 м (бассейн 25 м)        | мин, с            | 3:42,57  | 4:01,47  | 3:59,00  | 4:23,00  | 4:11,50  | 4:38,00  | 4:28,00            | 4:56,00  | 5:03,00  | 5:37,00  | 5:44,00  | 6:21,00  | 6:40,00                      | 7:32,00  | 7:36,00  | 8:43,00  | 8:32,00  | 9:54,00  |
| 5                        | Вольный стиль 800 м (бассейн 25 м)        | мин, с            | 7:45,64  | 8:16,54  | 8:17,00  | 9:00,00  | 8:50,00  | 9:34,00  | 9:28,00            | 10:15,00 | 11:06,00 | 11:46,00 | 12:28,00 | 13:19,00 | 14:30,00                     | 16:04,00 | 16:30,00 | 18:34,00 | 18:30,00 | 21:04,00 |
| 6                        | Вольный стиль 1500 м (бассейн 25 м)       | мин, с            | 14:42,19 | 16:02,75 | 15:38,50 | 17:22,50 | 17:16,50 | 18:31,50 | 18:15,00           | 20:14,50 | 20:37,50 | 22:44,50 | 23:37,50 | 26:07,50 | 27:40,00                     | 30:15,00 | 31:40,00 | 34:20,00 | 35:40,00 | 38:30,00 |
| 7                        | На спине 50 м (бассейн 25 м)              | мин, с            | 24,45    | 27,56    | 26,00    | 28,85    | 27,55    | 30,05    | 29,35              | 31,75    | 32,25    | 36,75    | 35,75    | 40,75    | 41,75                        | 47,25    | 51,75    | 57,25    | 1:01,75  | 1:07,25  |
| 8                        | На спине 100 м (бассейн 25 м)             | мин, с            | 52,48    | 58,91    | 57,40    | 1:04,00  | 1:00,80  | 1:08,90  | 1:04,80            | 1:13,40  | 1:13,00  | 1:21,50  | 1:21,50  | 1:31,50  | 1:34,00                      | 1:45,50  | 1:56,50  | 2:08,50  | 2:16,50  | 2:28,50  |
| 9                        | На спине 200 м (бассейн 25 м)             | мин, с            | 1:54,41  | 2:06,59  | 2:05,55  | 2:18,75  | 2:12,25  | 2:26,75  | 2:20,00            | 2:35,75  | 2:37,00  | 2:55,00  | 2:57,00  | 3:17,00  | 3:25,00                      | 3:51,00  | 4:11,00  | 4:36,00  | 4:51,00  | 5:16,00  |
| 10                       | Брасс 50 м (бассейн 25 м)                 | мин, с            | 26,87    | 30,62    | 28,45    | 32,65    | 30,00    | 34,45    | 31,85              | 36,15    | 35,25    | 40,25    | 38,75    | 44,25    | 45,25                        | 51,75    | 55,25    | 1:01,75  | 1:05,25  | 1:11,75  |
| 11                       | Брасс 100 м (бассейн 25 м)                | мин, с            | 58,98    | 1:06,06  | 1:03,40  | 1:12,40  | 1:07,30  | 1:16,40  | 1:11,80            | 1:21,40  | 1:20,50  | 1:30,00  | 1:28,50  | 1:42,00  | 1:44,50                      | 2:06,50  | 2:03,50  | 2:16,50  | 2:23,50  | 2:37,50  |
| 12                       | Брасс 200 м (бассейн 25 м)                | мин, с            | 2:08,35  | 2:22,76  | 2:19,25  | 2:35,25  | 2:27,25  | 2:44,25  | 2:37,25            | 2:54,75  | 2:56,50  | 3:15,00  | 3:19,50  | 3:40,00  | 3:52,00                      | 4:17,00  | 4:25,00  | 4:52,00  | 5:05,00  | 5:34,00  |
| 13                       | Баттерфляй 50 м (бассейн 25 м)            | мин, с            | 22,87    | 25,64    | 24,15    | 27,50    | 25,15    | 28,65    | 27,15              | 31,15    | 30,25    | 33,75    | 33,25    | 36,75    | 38,25                        | 43,75    | 48,25    | 53,75    | 58,25    | 1:03,75  |
| 14                       | Баттерфляй 100 м (бассейн 25 м)           | мин, с            | 50,66    | 56,81    | 54,40    | 1:01,90  | 58,40    | 1:05,40  | 1:01,90            | 1:09,90  | 1:10,50  | 1:19,50  | 1:20,50  | 1:30,50  | 1:30,50                      | 1:42,50  | 1:49,50  | 2:01,50  | 2:09,50  | 2:21,50  |
| 15                       | Баттерфляй 200 м (бассейн 25 м)           | мин, с            | 1:53,47  | 2:06,17  | 2:03,75  | 2:17,75  | 2:10,75  | 2:25,25  | 2:18,75            | 2:35,25  | 2:37,50  | 2:56,00  | 2:58,00  | 3:19,00  | 3:22,00                      | 3:46,00  | 3:57,00  | 4:22,00  | 4:37,00  | 5:02,00  |
| 16                       | Комплексное плавание 100 м (бассейн 25 м) | мин, с            | 52,74    | 59,90    | 56,90    | 1:04,90  | 1:01,90  | 1:09,90  | 1:05,90            | 1:14,90  | 1:14,00  | 1:24,00  | 1:24,00  | 1:35,00  | 1:35,00                      | 1:47,00  | 1:54,00  | 2:06,00  | 2:14,00  | 2:46,00  |
| 17                       | Комплексное плавание 200 м (бассейн 25 м) | мин, с            | 1:56,37  | 2:09,31  | 2:06,75  | 2:21,75  | 2:14,25  | 2:30,25  | 2:22,75            | 2:39,75  | 2:41,00  | 3:00,00  | 3:05,00  | 3:26,00  | 3:30,00                      | 3:55,00  | 4:05,00  | 4:31,00  | 4:45,00  | 5:11,00  |
| 18                       | Комплексное плавание 400 м (бассейн 25 м) | мин, с            | 4:09,38  | 4:33,76  | 4:31,00  | 5:01,00  | 4:46,00  | 5:18,50  | 5:05,00            | 5:40,00  | 5:46,00  | 6:24,00  | 6:34,00  | 7:17,00  | 7:29,00                      | 8:18,00  | 8:25,00  | 9:29,00  | 9:21,00  | 10:40,00 |

|    |   |        |         |         |         |         |         |         |         |         |         |         |         |         |         |         |         |         |         |         |
|----|---|--------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 19 | Эстафета 4x50 м - вольный стиль (бассейн 25 м) (только для спортсмена стартующего первым)               | с      | 21,29   | 24,19   | 22,65   | 25,95   | 23,40   | 26,75   | 24,65   | 28,05   | 27,05   | 30,75   | 29,25   | 32,75   | 35,25   | 39,75   | 45,25   | 49,75   | 55,25   | 59,25   |
| 20 | Эстафета 4x100 м - вольный стиль (бассейн 25 м) (только для спортсмена стартующего первым)              | мин, с | 47,05   | 52,66   | 50,40   | 56,40   | 53,70   | 1:00,40 | 57,10   | 1:04,24 | 1:03,50 | 1:11,80 | 1:11,00 | 1:19,50 | 1:23,50 | 1:33,50 | 1:43,50 | 1:53,50 | 2:03,50 | 2:12,50 |
| 21 | Эстафета 4x200 м - вольный стиль (бассейн 25 м) (только для спортсмена стартующего первым)              | мин, с | 1:44,25 | 1:54,74 | 1:51,75 | 2:04,25 | 1:58,25 | 2:12,55 | 2:06,50 | 2:21,25 | 2:21,00 | 2:37,00 | 2:39,50 | 2:55,00 | 3:05,00 | 3:26,00 | 3:15,00 | 4:06,00 | 4:25,00 | 4:44,00 |
| 22 | Эстафета 4x50 м - комбинированная (бассейн 25 м) (только для спортсмена стартующего первым - на спине)  | мин, с | 24,45   | 27,56   | 26,00   | 28,85   | 27,55   | 30,05   | 29,35   | 31,75   | 32,25   | 36,75   | 35,75   | 40,75   | 41,75   | 47,25   | 51,75   | 57,25   | 1:01,75 | 1:07,25 |
| 23 | Эстафета 4x100 м - комбинированная (бассейн 25 м) (только для спортсмена стартующего первым - на спине) | мин, с | 52,48   | 58,91   | 57,40   | 1:04,00 | 1:00,80 | 1:08,90 | 1:04,80 | 1:13,40 | 1:13,00 | 1:21,50 | 1:21,50 | 1:31,50 | 1:34,00 | 1:45,50 | 1:56,50 | 2:08,50 | 2:16,50 | 2:28,50 |

### Бассейн 50 метров

|    |                      |        |          |          |          |          |          |          |          |          |          |          |          |          |          |          |          |          |          |          |
|----|----------------------|--------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|----------|
| 24 | Вольный стиль 50 м   | мин, с | 21,99    | 24,78    | 23,40    | 26,70    | 24,15    | 27,50    | 25,40    | 28,80    | 27,80    | 31,50    | 30,00    | 33,50    | 36,00    | 40,50    | 46,00    | 50,50    | 56,00    | 1:00,00  |
| 25 | Вольный стиль 100 м  | мин, с | 48,35    | 53,90    | 51,90    | 57,90    | 55,30    | 1:01,90  | 58,70    | 1:05,74  | 1:05,00  | 1:13,30  | 1:12,50  | 1:21,00  | 1:25,00  | 1:35,00  | 1:45,00  | 1:55,00  | 2:05,00  | 2:14,00  |
| 26 | Вольный стиль 200 м  | мин, с | 1:46,72  | 1:57,28  | 1:54,75  | 2:07,25  | 2:01,45  | 2:15,55  | 2:09,75  | 2:24,25  | 2:24,00  | 2:40,00  | 2:42,50  | 2:58,00  | 3:08,00  | 3:29,00  | 3:48,00  | 4:09,00  | 4:28,00  | 4:47,00  |
| 27 | Вольный стиль 400 м  | мин, с | 3:47,43  | 4:07,26  | 4:05,00  | 4:29,00  | 4:17,50  | 4:44,00  | 4:34,00  | 5:02,00  | 5:09,00  | 5:43,00  | 5:50,00  | 6:27,00  | 6:46,00  | 7:38,00  | 7:42,00  | 8:49,00  | 8:38,00  | 10:00,00 |
| 28 | Вольный стиль 800 м  | мин, с | 7:58,29  | 8:28,12  | 8:29,00  | 9:12,00  | 9:02,00  | 9:46,00  | 9:41,00  | 10:27,00 | 11:18,00 | 11:58,00 | 12:40,00 | 13:31,00 | 14:42,00 | 16:16,00 | 16:42,00 | 18:46,00 | 18:42,00 | 21:16,00 |
| 29 | Вольный стиль 1500 м | мин, с | 15:02,33 | 16:26,08 | 16:01,00 | 17:45,00 | 17:39,00 | 18:54,00 | 18:39,00 | 20:37,00 | 21:00,00 | 23:07,00 | 24:00,00 | 26:30,00 | 28:02,50 | 30:37,50 | 32:02,50 | 34:42,50 | 36:02,50 | 38:52,50 |
| 30 | На спине 50 м        | мин, с | 25,19    | 28,20    | 26,85    | 29,20    | 28,35    | 30,90    | 30,15    | 32,50    | 33,00    | 37,50    | 36,50    | 41,50    | 42,50    | 48,00    | 52,50    | 58,00    | 1:02,50  | 1:08,00  |
| 31 | На спине 100 м       | мин, с | 53,77    | 59,96    | 58,90    | 1:06,40  | 1:02,40  | 1:10,40  | 1:06,40  | 1:14,90  | 1:14,50  | 1:23,00  | 1:23,00  | 1:33,00  | 1:35,50  | 1:47,00  | 1:58,00  | 2:10,00  | 2:18,00  | 2:30,00  |
| 32 | На спине 200 м       | мин, с | 1:57,19  | 2:09,31  | 2:08,55  | 2:21,75  | 2:15,25  | 2:29,75  | 2:23,25  | 2:38,75  | 2:40,00  | 2:58,00  | 3:00,00  | 3:20,00  | 3:28,00  | 3:54,00  | 4:14,00  | 4:39,00  | 4:54,00  | 5:19,00  |
| 33 | Брасс 50 м           | мин, с | 27,61    | 31,26    | 29,20    | 33,40    | 30,70    | 35,20    | 32,60    | 36,90    | 36,00    | 41,00    | 39,50    | 45,00    | 46,00    | 52,50    | 56,00    | 1:02,50  | 1:06,00  | 1:12,50  |
| 34 | Брасс 100 м          | мин, с | 59,94    | 1:07,07  | 1:04,90  | 1:13,90  | 1:08,90  | 1:17,90  | 1:13,40  | 1:22,90  | 1:22,00  | 1:31,50  | 1:30,00  | 1:43,50  | 1:46,00  | 2:08,00  | 2:05,00  | 2:18,00  | 2:25,00  | 2:39,00  |
| 35 | Брасс 200 м          | мин, с | 2:10,10  | 2:24,69  | 2:22,25  | 2:38,25  | 2:30,25  | 2:47,25  | 2:40,25  | 2:57,75  | 2:59,50  | 3:18,00  | 3:22,50  | 3:43,00  | 3:55,00  | 4:20,00  | 4:28,00  | 4:55,00  | 5:08,00  | 5:37,00  |
| 36 | Баттерфляй 50 м      | мин, с | 23,70    | 26,20    | 24,90    | 28,25    | 25,90    | 29,40    | 27,90    | 31,90    | 31,00    | 34,50    | 34,00    | 37,50    | 39,00    | 44,50    | 49,00    | 54,50    | 59,00    | 1:04,50  |
| 37 | Баттерфляй 100 м     | мин, с | 51,91    | 58,03    | 55,90    | 1:03,40  | 59,90    | 1:06,90  | 1:03,40  | 1:11,40  | 1:12,00  | 1:21,00  | 1:22,00  | 1:32,00  | 1:32,00  | 1:44,00  | 1:51,00  | 2:03,00  | 2:11,00  | 2:23,00  |

|    |   |        |         |         |         |         |         |         |         |         |         |         |         |         |         |         |         |         |         |          |
|----|---|--------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|----------|
| 38 | Баттерфляй 200 м  | мин, с | 1:56,45 | 2:08,58 | 2:06,75 | 2:20,75 | 2:13,75 | 2:28,25 | 2:21,75 | 2:38,25 | 2:40,50 | 2:59,00 | 3:01,00 | 3:22,00 | 3:25,00 | 3:49,00 | 4:00,00 | 4:25,00 | 4:40,00 | 5:05,00  |
| 39 | Комплексное плавание 200 м  | мин, с | 1:59,43 | 2:11,88 | 2:09,75 | 2:24,75 | 2:17,25 | 2:33,25 | 2:25,75 | 2:42,75 | 2:44,00 | 3:03,00 | 3:08,00 | 3:29,00 | 3:33,00 | 3:58,00 | 4:08,00 | 4:34,00 | 4:48,00 | 5:14,00  |
| 40 | Комплексное плавание 400 м  | мин, с | 4:14,98 | 4:38,66 | 4:37,00 | 5:07,00 | 4:52,00 | 5:24,50 | 5:11,00 | 5:46,00 | 5:52,00 | 6:30,00 | 6:40,00 | 7:23,00 | 7:35,00 | 8:24,00 | 8:31,00 | 9:35,00 | 9:27,00 | 10:46,00 |
| 41 | Эстафета 4x100 м - вольный стиль<br>(только для спортсмена стартующего первым)              | мин, с | 48,35   | 53,90   | 51,90   | 57,90   | 55,30   | 1:01,90 | 58,70   | 1:05,74 | 1:05,00 | 1:13,30 | 1:12,50 | 1:21,00 | 1:25,00 | 1:35,00 | 1:45,00 | 1:55,00 | 2:05,00 | 2:14,00  |
| 42 | Эстафета 4x200 м - вольный стиль<br>(только для спортсмена стартующего первым)              | мин, с | 1:46,72 | 1:57,28 | 1:54,75 | 2:07,25 | 2:01,45 | 2:15,55 | 2:09,75 | 2:24,25 | 2:24,00 | 2:40,00 | 2:42,50 | 2:58,00 | 3:08,00 | 3:29,00 | 3:48,00 | 4:09,00 | 4:28,00 | 4:47,00  |
| 43 | Эстафета 4x100 м - комбинированная<br>(только для спортсмена стартующего первым - на спине) | мин, с | 53,77   | 59,96   | 58,90   | 1:06,40 | 1:02,40 | 1:10,40 | 1:06,40 | 1:14,90 | 1:14,50 | 1:23,00 | 1:23,00 | 1:33,00 | 1:35,50 | 1:47,00 | 1:58,00 | 2:10,00 | 2:18,00 | 2:30,00  |

|                                |  |
|--------------------------------|--|
| <p>Условия выполнения норм</p> | <p>1. Норма <b>МСМК</b> выполняется:</p> <p>1.1. На спортивных соревнованиях имеющих статус не ниже статуса других международных спортивных соревнований, включенных в ЕКП.</p> <p style="text-align: center;"><b>446</b></p> <p>2. Норма <b>МС</b> выполняется:</p> <p>2.1. На официальных спортивных соревнованиях, имеющих статус не ниже статуса чемпионата федерального округа, двух и более федеральных округов, чемпионатов г. Москвы и г. Санкт-Петербурга.</p> <p>2.2. При обязательном использовании электронной системы хронометража.</p> <p>3. Норма <b>КМС</b> выполняется:</p> <p>3.1. На спортивных соревнованиях, имеющих статус не ниже статуса других официальных спортивных соревнований субъекта Российской Федерации (за исключением официальных физкультурных мероприятий субъекта Российской Федерации).</p> <p>3.2. При наличии электронной системы хронометража, а при ее отсутствии – при наличии трех секундометристов на каждой дорожке.</p> <p>4. Норма <b>I спортивного разряда</b> выполняется:</p> <p>4.1. На спортивных соревнованиях, имеющих статус не ниже статуса других официальных спортивных соревнований субъекта Российской Федерации.</p> <p>4.2. На всероссийских физкультурных мероприятиях, включенных в ЕКП.</p> <p>5. Нормы <b>II, III спортивных разрядов</b>, юношеских спортивных разрядов выполняются на официальных спортивных соревнованиях и официальных физкультурных мероприятиях любого статуса.</p>   |
|                                | <p>6. В спортивных дисциплинах, в наименованиях которых содержится слово «эстафета» нормы спортивных званий и спортивных разрядов выполняются на первом этапе эстафетного плавания (за исключением спортивных дисциплин, в наименованиях которых содержится слово «смешанная»).</p> <p>7. Спортивные соревнования, имеющие статус Игр Олимпиады, и спортивные соревнования более низкого статуса, проводятся среди мужчин, женщин.</p> <p>8. Первенства России проводятся в возрастных группах: юниоры (17-18 лет), юниорки (15-17 лет), юноши (15-16 лет), девушки (13-14 лет).</p> <p>9. Другие всероссийские спортивные соревнования, включенные в ЕКП, среди лиц с ограничением верхней границы возраста, первенства федерального округа, двух и более федеральных округов, первенства г. Москвы, г. Санкт-Петербурга, проводятся в следующих возрастных группах: юниоры (17-18 лет), юниорки (15-17 лет), юноши (15-16 лет), девушки (13-14 лет), юноши (13-14 лет), девушки (11-12 лет).</p> <p>10. Всероссийские физкультурные мероприятия среди лиц с ограничением верхней границы возраста, включенные в ЕКП, другие межрегиональные спортивные соревнования, включенные в ЕКП, среди лиц с ограничением верхней границы возраста, другие межрегиональные соревнования, являющиеся отборочными к Всероссийской Спартакиаде между субъектами Российской Федерации, включенные в ЕКП, среди лиц с ограничением верхней границы возраста, проводятся в возрастных группах: юниоры (17-18 лет), юниорки (15-17 лет); юноши (15-16 лет), девушки (13-14 лет); юноши (13-14 лет), девушки (11-12 лет); юноши (11-12 лет), девушки (9-10 лет).</p> <p>11. Первенства субъекта Российской Федерации, другие официальные спортивные соревнования субъекта Российской Федерации среди лиц с ограничением верхней границы возраста, официальные физкультурные мероприятия субъекта Российской Федерации среди лиц с ограничением верхней границы возраста, первенства муниципального образования, другие официальные спортивные соревнования муниципального образования среди лиц с ограничением верхней границы возраста, официальные физкультурные мероприятия муниципального образования среди лиц с ограничением верхней границы возраста проводятся в возрастных группах: юниоры (17-18 лет), юниорки (15-17 лет); юноши (15-16 лет), девушки (13-14 лет); юноши (13-14 лет), девушки (11-12 лет); юноши (11-12 лет), девушки (9-10 лет), юноши (9-10 лет).</p> <p>12. Всероссийская Спартакиада между субъектами Российской Федерации проводится в возрастных группах: юниоры (17-18 лет), юниорки (15-17 лет), юноши (15-16 лет), девушки (13-14 лет).</p> <p>13. Для участия в спортивных соревнованиях спортсмен должен достичь установленного возраста в календарный год проведения спортивных соревнований.</p> |

## **Сокращения, используемые в настоящих нормах, требованиях и условиях их выполнения по виду спорта «Плавание»**

МСМК – спортивное звание мастер спорта России международного класса;

МС – спортивное звание мастер спорта России;

КМС – спортивный разряд кандидат в мастера спорта;

I – первый;

II – второй;

III – третий;

ЕКП – Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий;

мин – минута;

М – мужской пол;

Ж – женский пол.