

ПЕРВАЯ ВСЕРОССИЙСКАЯ КЛАССИФИКАЦИЯ

Несколько поколений наших спортсменов и тренеров прошли свой путь в спорте через ступеньки разрядов и спортивных званий Единой Всесоюзной спортивной классификации (ЕВСК). Норма очередного разряда была своеобразным ориентиром на пути повышения спортивного мастерства, процесс подготовки спортсмена от одного разряда к другому был определенным этапом его спортивной биографии.

ЕВСК была призвана содействовать развитию массового спорта, укреплению здоровья и повышению достижений советских спортсменов; формированию у молодежи интереса к спорту; обеспечению единства оценки спортивных результатов в разных видах спорта; определению этапов подготовки спортсменов от новичка до мастера спорта международного класса.

Классификация появилась в 1937 г. и обновлялась каждые четыре года. За более чем полувековую историю существовало 15 вариантов этого нормативного документа. В первых вариантах классификации было 5 разрядов: юношеский, 3-й, 2-й, 1-й и мастер спорта (МС). Потом появились еще два юношеских разряда, звания кандидата в мастера спорта (КМС) и мастера спорта международного класса (МСМК). В последнее время в спортивной классификации было 9 разрядов, столько же сохраняется и в 1-й Всероссийской классификации по легкой атлетике на 1994-1996 г. Существующее в спорте высшее спортивное звание «Заслуженный мастер спорта» в ЕВСК не входит, оно присваивается за особые заслуги в спорте.

Развитие легкой атлетики за последние 50 лет, рост отечественных и мировых рекордов отразились на динамике уровня разрядных норм, особенно в высших разрядах. Характер динамики разрядных норм в разных видах неодинаков. В некоторых видах норма МС постепенно росла (шест, высота у мужчин), в других видах она колебалась, и достигнув максимума, снижалась в последующих вариантах классификации (5000 м у мужчин). Динамика норм МС в некоторых видах легкой атлетики у мужчин показана на следующем примере: бег

100 м - 10,8 в 1940 г., 10,4 (1953), 10,3 (1969), 10,4 (1985); бег 5000 м - 14.18,0 (1953), 13.42,0 (1973), 14.00,0 (1985); высота - 1,85 (1940), 2,00 (1952), 2,16 (1985); шест - 4,00 (1940), 4,40 (1952), 5,00 (1973), 5,10 (1977); ядро - 16,50 (1953), 18,50 (1973).

Колебание норм массового 3-го разряда было значительно меньшим. За последние 40 лет норма в прыжке в высоту находилась на уровне 1,55-1,60, в прыжках с шестом 3,10-3,20, в прыжках в длину 5,60-5,80, в беге на 100 м 12,1-12,4.

Первая Всероссийская спортивная классификация по легкой атлетике, разработанная на основе предыдущей Всесоюзной классификации с сохранением ее структуры и формы, претерпела значительные изменения по сравнению с классификацией 1989-1992 гг. В новую классификацию впервые включены нормы от 3-го разряда до МСМК в беге по шоссе на 20.0975 км (полумарафон), 100 км и в суточном беге, т.е. в тех видах, которые в последние годы стали популярны в России и за рубежом, и по которым проводятся чемпионаты и Кубки России, Европы, мира.

Для удобства пользования классификацией отдельно выделены нормы ручного и автоматического хронометража в беге на дистанциях от 60 до 800 м, в эстафете 4x100 м, на всех барьерных дистанциях, а также в беге на 200, 400 и 800 м в помещении.

Введены разрядные нормы для соревнований в манеже в беге до 3000 м, в ходьбе на 3000 м (жен) и 5000 м (муж) и в беге с препятствиями.

Значительные изменения проведены в классификации барьерных дистанций с пониженными барьерами и метаний облегченных снарядов. Сняты нормы на дистанциях 60 и 110 м у мужчин с барьерами высотой 100 и 91,4 см, а также в беге на 60 и 100 м у женщин с барьерами высотой 76,2 см. На всех этих барьерных дистанциях установлены единые нормы, а высота барьеров и расстояние между ними используются в соответствии с разделом классификации «Условия выполнения разрядных норм и требований». Аналогичные изменения в классификации сделаны у мужчин в метании диска 1,5 и 1,0 кг, молота 6, 5, 4 кг, копья 600 г, в толкании ядра 6, 5, 4 кг и у женщин в метании диска 0,75 кг, копья 500 г, молота 3 кг, гранаты 300 г и толкании ядра 3 кг. Эти нововведения в классификации помогут юношам и девушкам выполнить разрядные нормы и направлены на овладение техникой этих видов легкой атлетики.

Из классификации выведены редко включаемые в программы соревнований эстафеты, кроссовые дистанции, неко-

торые виды ходьбы и бега по шоссе, многоборий.

Основным принципом в разработке российской классификации было обеспечить равноценность, эквивалентность разрядных норм одного уровня в разных видах легкой атлетики. Для этого использовались статистические методы, а также экспертная оценка результатов крупнейших международных и всероссийских соревнований. Естественно, учитывались особенности современного развития отдельных видов легкой атлетики, рост популярности прыжков с шестом, тройным и метания молота у женщин, проведение чемпионатов по полумарафону, бегу на 100 км, суточному бегу и др.

Нормы МСМК, определенные экспертным методом, соответствуют результатам, необходимым для попадания в основные соревнования в прыжках и метаниях, в полуфиналы в спринтерском и барьерном беге, в число 12-16 сильнейших в других видах легкой атлетики на олимпийских играх и чемпионатах мира. Фактически нормы МСМК обеспечивают успешное выступление в квалификационных соревнованиях, в забегах и четвертьфиналах и выход в следующий круг крупнейших международных соревнований.

Нормы мастера спорта соответствуют 20-30-му результату в ежегодных списках сильнейших легкоатлетов России. Для расчета норм от МС до 3-го разряда и норм юношеских разрядов использовались отечественные таблицы результатов, разработанные на основе математической обработки результатов массовых соревнований легкоатлетов.

Результаты 3-го разряда оцениваются с небольшими отклонениями в 300 очков, 2-го разряда - в 440, 1-го - в 580, КМС - в 720 и МС - в 860 очков. Интервалы между соседними разрядами оцениваются в 140 очков.

По сравнению с предыдущей классификацией в новой повышены 8-12% разрядных норм, снижены более 60% норм 2-го и 1-го разрядов, более 40% - 3-го разряда и КМС, 30% норм МС. Без изменения остались 65% норм МСМК, около 30% норм МС, КМС и 3-го разряда, 9-11% норм 2-го и 1-го разрядов.

В разделе разрядных требований классификации упорядочены соревнования по кроссу и бегу по шоссе.

Первая Всероссийская классификация призвана содействовать дальнейшему развитию легкой атлетики в России.

А. УШАКОВ

СПОРТИВНАЯ КЛАССИФИКАЦИЯ ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ НА 1994-1996 г.

Разрядные требования

Мужчины и женщины

Мастер спорта международного класса - выполнить установленный норматив или занять одно из следующих мест:

1. Индивидуальные виды:

1-12-е на олимпийских играх или чемпионатах мира;

1-8-е на чемпионатах Европы;

1-3-е на Кубках мира и Европы;

1-е на Кубке Европы среди молодежи.

2. В составе эстафетных команд:

1-6-е на олимпийских играх или чемпионатах мира;

1-3-е на чемпионатах Европы или на Кубке мира;

1-2-е на Кубке Европы.

3. Индивидуальные виды на соревнованиях в помещении:

1-6-е на чемпионатах мира;

1-3-е на чемпионатах Европы.

Мастер спорта и кандидат в мастера спорта - выполнить установленный норматив или занять следующие места:

| Соревнования | МС | КМС |
|--|-----|------|
| Чемпионаты мира среди юниоров | 1-6 | - |
| Чемпионаты Европы среди юниоров | 1-3 | - |
| Чемпионаты России по кроссу и бегу по шоссе | 1-5 | 6-20 |
| Кубки России и первенства среди молодежи по кроссу и бегу по шоссе | 1-2 | 3-10 |
| Всероссийские чемпионаты ДСО и ведомств по кроссу и бегу по шоссе | 1-2 | 3-10 |
| Первенства России среди юниоров по кроссу и бегу по шоссе | - | 1-6 |
| Первенства краев, республик, областей в составе России: группа № 1 | - | 1-5 |
| (по положению ВФЛА) группа № 2 | - | 1-3 |

РАЗРЯДНЫЕ НОРМЫ

| Вид | Звания и разряды, результаты | | | | | | | | |
|--|------------------------------|---------|---------|---------|---------------------|---------------------|-----------|---------|---------|
| | МСМК | МС | КМС | 1 | 2 | 3 | юношеские | | |
| | | | | | | | 1 | 2 | 3 |
| МУЖЧИНЫ | | | | | | | | | |
| Бег, м (мин, с) | | | | | | | | | |
| 30 | - | - | - | - | - | 4,3 | 4,4 | 4,6 | 4,8 |
| 60 | - | - | 6,8 | 7,0 | 7,2 | 7,6 | 7,8 | 8,1 | 8,4 |
| 60 а | 6,70 | 6,84 | 7,04 | 7,24 | 7,44 | 7,84 | 8,04 | 8,34 | 8,64 |
| 100 | - | 10,4 | 10,7 | 11,1 | 11,7 | 12,4 | 12,8 | 13,4 | 14,0 |
| 100 а | 10,35 | 10,64 | 10,94 | 11,34 | 11,94 | 12,64 | 13,04 | 13,64 | 14,24 |
| 200 | - | 21,1 | 21,8 | 22,8 | 24,0 | 25,7 | 26,7 | 28,0 | 29,4 |
| 200 а | 20,70 | 21,34 | 22,04 | 23,04 | 24,24 | 25,94 | 26,94 | 28,24 | 29,64 |
| 300 | - | - | 33,8 | 35,3 | 37,3 | 40,0 | 41,5 | 43,4 | 46,0 |
| 300 а | - | - | 34,04 | 35,54 | 37,54 | 40,24 | 41,74 | 43,64 | 46,24 |
| 400 | - | 47,5 | 49,0 | 51,0 | 54,0 | 57,8 | 1.00,0 | 1.03,0 | 1.06,0 |
| 400 а | 45,80 | 47,74 | 49,24 | 51,24 | 54,24 | 58,04 | 1.00,24 | 1.03,24 | 1.06,24 |
| 600 | - | - | 1.21,0 | 1.25,0 | 1.29,5 | 1.36,0 | 1.40,0 | 1.45,0 | 1.50,0 |
| 800 | 1.46,3 | 1.50,0 | 1.54,5 | 1.59,0 | 2.06,0 | 2.16,0 | 2.21,0 | 2.28,0 | 2.36,0 |
| 800 а | 1.46,54 | 1.50,24 | 1.54,74 | 1.59,24 | 2.06,24 | 2.16,24 | 2.21,24 | 2.28,24 | 2.36,24 |
| 1000 | - | 2.21,0 | 2.27,0 | 2.33,0 | 2.42,0 | 2.54,0 | 3.00,0 | 3.10,0 | 3.20,0 |
| 1500 | 3.38,5 | 3.46,0 | 3.55,0 | 4.06,0 | 4.20,0 | 4.39,0 | 4.49,0 | 5.04,0 | 5.20,0 |
| 3000 | - | 8.05,0 | 8.26,0 | 8.50,0 | 9.20,0 | 10.00,0 | 10.25,0 | 10.55,0 | - |
| 5000 | 13.30,0 | 14.00,0 | 14.35,0 | 15.15,0 | 16.10,0 | 17.20,0 | 18.00,0 | 19.00,0 | - |
| 10 000 | 28.20,0 | 29.25,0 | 30.35,0 | 32,00,0 | 33.40,0 | 36.30,0 | - | - | - |
| Эстафетный бег, м (мин, с) | | | | | | | | | |
| 4х100 | - | - | 42,0 | 43,6 | 46,0 | 49,0 | 50,8 | 53,2 | 56,0 |
| 4х100 а | - | 41,00 | 42,24 | 43,84 | 46,24 | 49,24 | 51,04 | 53,44 | 56,24 |
| 4х400 | - | 3.09,0 | 3.15,0 | 3.23,0 | 3.36,0 | 3.51,0 | 4.00,0 | 4.12,0 | 4.24,0 |
| Барьерный бег, м (мин, с) | | | | | | | | | |
| 60 | - | - | 8,2 | 8,7 | 9,2 | 9,9 | 10,3 | 10,8 | 11,5 |
| 60 а | 7,75 | 8,10 | 8,44 | 8,94 | 9,44 | 10,14 | 10,54 | 11,04 | 11,74 |
| 110 | - | 14,2 | 14,9 | 15,8 | 16,8 | 18,3 | 19,0 | 20,0 | 21,5 |
| 110 а | 13,70 | 14,44 | 15,14 | 16,04 | 17,04 | 18,54 | 19,24 | 20,24 | 21,74 |
| 300 | - | - | - | 40,5 | 43,0 | 47,0 | 49,0 | 52,0 | - |
| 400 | - | 52,8 | 55,0 | 58,5 | 1.02,5 | 1.08,0 | 1.11,0 | - | - |
| 400 а | 49,50 | 53,04 | 55,24 | 58,74 | 1.02,74 | 1.08,24 | 1.11,24 | - | - |
| Бег с препятствиями, м (мин, с) | | | | | | | | | |
| 2000 | - | - | 6.00,0 | 6.20,0 | 6.46,0 | 7.23,0 | 7.40,0 | - | - |
| 3000 | 8.28,0 | 8.50,0 | 9.20,0 | 9.50,0 | 10.30,0 | 11.25,0 | - | - | - |
| Бег по шоссе, км (ч, мин, с) | | | | | | | | | |
| 15 | - | - | 47,0 | 49,00 | 51,30 | 56,0 | - | - | - |
| 21,0975 | 1:02.30 | 1:05.30 | 1:08.00 | 1:11.30 | 1:15.00 | 1:21.00 | - | - | - |
| 42,195 | 2:13.30 | 2:20.00 | 2:28.00 | 2:37.00 | 2:48.00 | закончить дистанцию | - | - | - |
| 100 | 6:35.00 | 7.00.00 | 7:20.00 | 7:50.00 | закончить дистанцию | закончить дистанцию | - | - | - |
| Суточный (км) 250 | 240 | 220 | 190 | - | - | - | - | - | - |
| Кросс, км (мин, с) | | | | | | | | | |
| 1 | - | - | - | - | 2.42,0 | 2.55,0 | 3.02,0 | 3.10,0 | 3.20,0 |
| 2 | - | - | - | - | 6.00,0 | 6.30,0 | 6.40,0 | 7.00,0 | 7.20,0 |
| 3 | - | - | 8.28,0 | 8.50,0 | 9.20,0 | 10.00,0 | 10.30,0 | 11.00,0 | 11.30,0 |
| 5 | - | - | 14.40,0 | 15.20,0 | 16.20,0 | 17.30,0 | 18.20,0 | 19.00,0 | 20.00,0 |
| 8 | - | - | 24.20,0 | 25.20,0 | 27.00,0 | 29.00,0 | 30.00,0 | - | - |
| 12 | - | - | 37.40,0 | 39.20,0 | 42.00,0 | 45.00,0 | - | - | - |
| Бег в помещении, м (мин, с) | | | | | | | | | |
| 200 | - | 21,8 | 22,5 | 23,4 | 24,6 | 26,3 | 27,3 | 28,6 | 30,0 |
| 200 а | 21,30 | 22,04 | 22,74 | 23,64 | 24,84 | 26,54 | 27,54 | 28,84 | 30,24 |
| 300 | - | - | 34,5 | 36,0 | 38,0 | 40,6 | 42,1 | 44,0 | 46,6 |
| 400 | - | 48,5 | 50,0 | 52,0 | 55,0 | 58,8 | 1.01,0 | 1.04,0 | 1.07,0 |
| 400 а | 46,80 | 48,74 | 50,24 | 52,24 | 55,24 | 59,04 | 1.01,24 | 1.04,24 | 1.07,24 |
| 600 | - | - | 1.22,5 | 1.26,5 | 1.31,0 | 1.37,5 | 1.41,5 | 1.46,5 | 1.51,5 |
| 800 | - | 1.52,0 | 1.56,5 | 2.01,0 | 2.09,5 | 2.17,5 | 2.22,5 | 2.29,5 | 2.37,5 |
| 800 а | 1.48,50 | 1.52,24 | 1.56,74 | 2.01,24 | 2.09,24 | 2.17,74 | 2.22,74 | 2.29,74 | 2.37,74 |

Условия выполнения разрядных норм и требований

1. Звание «Мастер спорта международного класса» присваивается спортсменам, показавшим результаты на международных или всероссийских соревнованиях, включенных в календари ИААФ, ЕАА и ВФЛА; на чемпионатах всероссийских ДСО и ведомств, Москвы и Санкт-Петербурга при участии в судействе этих соревнований не менее 3 судей высшей категории.

Звание «Мастер спорта» присваивается спортсменам, показавшим результаты на соревнованиях не ниже областного масштаба, а также на открытых чемпионатах и турнирах при судействе не менее 3 судей высшей и республиканской категории.

2. Результаты, зафиксированные с использованием автохронометража, помечены в таблице разрядных норм буквой «а». Результаты, зафиксированные при ручном хронометраже приведены без пометок. При автохронометраже на дистанциях, для которых не предусмотрены нормы автохронометража, разрядные нормы определяются прибавлением 0,24 секунды к норме ручного хронометража.

3. Звание «Мастер спорта» в беге на 100 м, 100 м с барьерами и 110 м с барьерами при использовании ручного хронометража присваивается при выполнении соответствующих норм дважды в течение года.

4. Звания и разряды по бегу и ходьбе в помещении, входящие в таблицу разрядных норм, используются только при длине беговой дорожки по кругу не более 200 метров. В случае отсутствия разрядных норм для соревнований в помещении используются нормы для стадиона.

5. В барьерном беге, метаниях и многоборьях в соответствии с возрастом используются следующие параметры барьерных дистанций и массы снарядов (см. таблицу на с. 25).

6. Выполнение разрядных норм с облегченными снарядами и низкими барьерами допускается во всех разрядах до 1-го включительно. Нормы КМС, МС и МСМК засчитываются только при использовании параметров барьерного бега и массы снарядов, рекомендуемых для взрослых спортсменов (18 лет и старше).

7. В видах легкой атлетики, в которых при регистрации рекордов учитывается скорость ветра, результаты МСМК и МС засчитываются при скорости ветра не более 2 м/с, в многоборьях - не более 4 м/с.

| Вид | Звания и разряды, результаты | | | | | | | | |
|---------------------------------------|------------------------------|-----------|-----------|-----------|-----------|---------------------|-----------|-----------|---------|
| | МСМК | МС | КМС | 1 | 2 | 3 | юношеские | | |
| | | | | | | | 1 | 2 | 3 |
| 1500 | 3.40,0 | 3.48,0 | 3.57,0 | 4.08,0 | 4.22,00 | 4.41,0 | 4.51,0 | 5.06,0 | 5.22,0 |
| 3000 | 7.55,0 | 8.08,0 | 8.29,0 | 8.53,0 | 9.23,0 | 10,03,0 | 10.28,0 | 10.58,0 | - |
| 4x200 | - | - | 1.29,0 | 1.32,0 | 1.37,0 | 1.44,0 | 1.48,0 | 1.53,0 | 1.59,0 |
| 4x400 | - | - | 3.20,0 | 3.28,0 | 3.40,0 | 3.55,0 | 4.04,0 | 4.16,0 | 4.28,0 |
| 2000 с/п | - | - | 5.50,0 | 6.10,0 | 6.36,0 | 7.13,0 | 7.30,0 | - | - |
| Ходьба в помещении, м (мин, с) | | | | | | | | | |
| 5000 | 19.20,0 | 20.20,0 | 21.30,0 | 22.50,0 | 24.40,0 | 27.30,0 | 29.00,0 | 31.00,0 | 33.00,0 |
| Ходьба, км (ч, мин, с) | | | | | | | | | |
| 3 | - | - | - | - | 14.20,0 | 16.00,0 | 17.00,0 | 18.00,0 | 19.00,0 |
| 5 | - | - | - | 22.50,0 | 24.40,0 | 27.30,0 | 29.00,0 | 31.00,0 | 33.00,0 |
| 10 | - | 41.00,0 | 45.00,0 | 48.00,0 | 52.00,0 | 57.40,0 | 1:01.00,0 | 1:05.00,0 | - |
| 20 | 1:22.30,0 | 1:29.00,0 | 1:35.00,0 | 1:41.00,0 | 1:50.00,0 | 2:03.00,0 | - | - | - |
| 50 | 3:52.00,0 | 4:20.00,0 | 4:45.00,0 | 5:15.00,0 | 5:50.00,0 | закончить дистанцию | | - | - |
| Прыжки с разбега (м) | | | | | | | | | |
| в высоту | 2,28 | 2,14 | 2,02 | 1,90 | 1,75 | 1,60 | 1,55 | 1,45 | 1,35 |
| с шестом | 5,65 | 5,10 | 4,60 | 4,20 | 3,65 | 3,10 | 2,85 | 2,60 | 2,20 |
| в длину | 8,00 | 7,60 | 7,20 | 6,80 | 6,20 | 5,60 | 5,30 | 5,00 | 4,60 |
| тройным | 16,90 | 16,00 | 15,20 | 14,30 | 13,30 | 12,20 | 11,70 | 11,20 | 10,50 |
| Метания (м) | | | | | | | | | |
| диска | 61,50 | 55,00 | 50,00 | 44,50 | 38,00 | 31,00 | 28,50 | 25,50 | 21,50 |
| молота | 75,00 | 67,00 | 60,00 | 54,00 | 46,50 | 38,50 | 35,50 | 32,00 | 28,00 |
| копья | 78,00 | 73,00 | 68,00 | 61,00 | 53,00 | 44,00 | 40,50 | 36,50 | 32,50 |
| гранаты | - | - | - | - | 54,00 | 45,00 | 42,00 | 39,00 | 35,00 |
| мяча | - | - | - | - | 70,00 | 60,00 | 50,00 | 45,00 | 40,00 |
| Ядро | 19,50 | 17,50 | 16,00 | 14,20 | 12,30 | 10,30 | 9,40 | 8,50 | 7,50 |
| Многоборья (очки) | | | | | | | | | |
| 10-борье | 8000 | 7100 | 6500 | 5800 | 4800 | 3800 | 3300 | - | - |
| 9-борье | - | - | 6000 | 5300 | 4450 | 3500 | 3100 | 2650 | - |
| 7-борье | 5900 | 5350 | 4800 | 4250 | 3600 | 2900 | 2600 | 2100 | - |
| 6-борье | - | - | 4050 | 3550 | 2950 | 2300 | 2000 | 1700 | 1300 |
| 5-борье | - | - | 3600 | 3200 | 2700 | 2200 | 1950 | 1650 | 1250 |
| 4-борье | - | - | - | - | 300 | 2700 | 220 | 170 | 120 |
| 3-борье | - | - | - | 1800 | 1500 | 1200 | 1000 | 850 | 600 |
| ЖЕНЩИНЫ | | | | | | | | | |
| Бег, м (мин, с) | | | | | | | | | |
| 30 | - | - | - | - | - | 4,9 | 5,0 | 5,2 | 5,5 |
| 60 | - | - | 7,5 | 7,8 | 8,2 | 8,8 | 9,1 | 9,4 | 9,9 |
| 60 а | 7,30 | 7,50 | 7,74 | 8,04 | 8,44 | 9,04 | 9,34 | 9,64 | 10,14 |
| 100 | - | 11,7 | 12,2 | 12,8 | 13,6 | 14,7 | 15,3 | 16,0 | 17,0 |
| 100 а | 11,35 | 11,94 | 12,44 | 13,04 | 13,84 | 14,94 | 15,54 | 16,24 | 17,24 |
| 200 | - | 24,0 | 25,2 | 26,6 | 28,5 | 31,0 | 32,4 | 34,0 | 36,0 |
| 200 а | 23,10 | 24,24 | 25,44 | 26,84 | 28,74 | 31,24 | 32,64 | 34,24 | 36,24 |
| 300 | - | - | 39,0 | 41,0 | 44,0 | 48,0 | 50,0 | 53,0 | 56,0 |
| 300 а | - | - | 39,24 | 41,24 | 44,24 | 48,24 | 50,24 | 53,24 | 56,24 |
| 400 | - | 54,0 | 56,5 | 1.00,0 | 1.04,0 | 1.10,0 | 1.13,0 | 1.17,0 | 1.22,0 |
| 400 а | 51,40 | 54,24 | 56,74 | 1.00,24 | 1.04,24 | 1.10,24 | 1.13,24 | 1.17,24 | 1.22,24 |
| 600 | - | - | 1.34,0 | 1.39,0 | 1.46,5 | 1.56,0 | 2.02,0 | 2.08,0 | 2.17,0 |
| 800 | 2.01,0 | 2.06,0 | 2.13,0 | 2.20,0 | 2.31,0 | 2.45,0 | 2.53,0 | 3.02,0 | 3.15,0 |
| 800 а | 2.01,24 | 2.06,24 | 2.13,24 | 2.20,24 | 2.31,24 | 2.45,24 | 2.53,24 | 3.02,24 | 3.15,24 |
| 1000 | - | 2.41,0 | 2.50,0 | 3.00,0 | 3.13,0 | 3.31,0 | 3.42,0 | 3.53,0 | 4.10,0 |
| 1500 | 4.06,0 | 4.18,0 | 4.33,0 | 4.49,0 | 5.10,0 | 5.38,0 | 5.55,0 | 6.15,0 | 6.40,0 |
| 3000 | 8.56,0 | 9.20,0 | 9.48,0 | 10.23,0 | 11.10,0 | 12.10,0 | 12.45,0 | 13.30,0 | - |
| 5000 | 15.30,0 | 16.10,0 | 17.00,0 | 18.00,0 | 19.20,0 | 21.10,0 | 22.10,0 | - | - |
| 10 000 | 32.40,0 | 34.00,0 | 35.40,00 | 37.50,0 | 40.30,0 | 44.30,0 | 46.40,0 | - | - |
| Эстафетный бег, м (мин, с) | | | | | | | | | |
| 4x100 | - | - | 48,0 | 50,8 | 54,0 | 58,5 | 1.01,0 | 1.04,0 | 1.08,0 |
| 4x100 а | - | 46,00 | 48,24 | 51,04 | 54,24 | 58,74 | 1.01,24 | 1.04,24 | 1.08,24 |
| 4x400 | - | 3.36,0 | 3.46,0 | 4.00,0 | 4.16,0 | 4.40,0 | 4.52,0 | 5.08,0 | 5.28,0 |
| Барьерный бег, м (мин, с) | | | | | | | | | |
| 60 | - | - | 8,7 | 9,3 | 10,1 | 11,1 | 11,7 | 12,4 | 13,4 |

| Вид | Звания и разряды, результаты | | | | | | | | |
|--|------------------------------|-----------|-----------|-----------|---------------------|---------------------|-----------|-----------|---------|
| | МСМК | МС | КМС | 1 | 2 | 3 | юношеские | | |
| | | | | | | | 1 | 2 | 3 |
| 60 а | 8,10 | 8,50 | 8,94 | 9,54 | 10,34 | 11,34 | 11,94 | 12,64 | 13,64 |
| 100 | - | 14,2 | 14,8 | 15,9 | 17,4 | 19,3 | 20,4 | 21,7 | 23,5 |
| 100 а | 13,10 | 14,44 | 15,04 | 16,14 | 17,64 | 19,54 | 20,64 | 21,94 | 23,74 |
| 300 | - | - | - | 46,5 | 50,0 | 55,0 | 58,5 | 1.02,0 | - |
| 400 | - | 1.00,0 | 1.03,5 | 1.07,5 | 1.13,0 | 1.20,0 | 1.25,0 | - | - |
| 400 а | 56,00 | 1.00,24 | 1.03,74 | 1.07,74 | 1.13,24 | 1.20,24 | 1.25,24 | - | - |
| Бег с препятствиями, м (мин, с) | | | | | | | | | |
| 2000 | - | 6.30,0 | 6.50,0 | 7.10,0 | 7.30,0 | 8.00,0 | 8.30,00 | - | - |
| Бег по шоссе, км (ч, мин, с) | | | | | | | | | |
| 15 | - | - | 55.00 | 58.30 | 1:03.00 | 1:09.00 | - | - | - |
| 21,0975 | 1:13.00 | 1:17.00 | 1:21.00 | 1:26.00 | 1:33.00 | 1:42.00 | - | - | - |
| 42,195 | 2:35.00 | 2:48.00 | 3.00,00 | 3:12.00 | 3.30.00 | закончить дистанцию | | | |
| 100 | 8:10.00 | 8:40.00 | 9:10.00 | 9:40.00 | закончить дистанцию | | | | |
| Суточный (км)200 | - | 190 | 170 | 140 | - | - | - | - | - |
| Кросс, км (мин, с) | | | | | | | | | |
| 1 | - | - | - | 3.01,0 | 3.14,0 | 3.32,0 | 3.42,0 | 3.54,0 | 4.10,0 |
| 2 | - | - | 6.17,0 | 6.40,0 | 7.10,0 | 7.50,0 | 8.10,0 | 8.35,0 | 9.15,0 |
| 3 | - | - | 9.50,0 | 10.25,0 | 11.10,0 | 12.15,0 | 12.45,0 | 13.30,0 | - |
| 4 | - | - | 13.20,0 | 14.05,0 | 15.10,0 | 16.40,0 | 17.20,0 | 18.20,0 | - |
| 6 | - | - | 20.40,0 | 22.00,0 | 23.30,0 | 25.50,0 | 27.00,0 | 28.30,0 | - |
| Бег в помещении, м (мин, с) | | | | | | | | | |
| 200 | - | 24,6 | 25,8 | 27,2 | 29,0 | 31,5 | 33,0 | 34,5 | 36,5 |
| 200 а | 23,30 | 24,84 | 26,04 | 27,44 | 29,24 | 31,74 | 33,24 | 34,74 | 36,74 |
| 300 | - | - | 39,5 | 42,0 | 45,0 | 49,0 | 51,0 | 54,0 | 57,0 |
| 400 | - | 55,0 | 57,5 | 1.01,0 | 1.05,0 | 1.11,0 | 1.14,0 | 1.18,0 | 1.23,0 |
| 400 а | 52,60 | 55,24 | 57,74 | 1.01,24 | 1.05,24 | 1.11,24 | 1.14,24 | 1.18,24 | 1.23,24 |
| 600 | - | - | 1.35,5 | 1.40,5 | 1.48,0 | 1.57,0 | 2.03,0 | 2.09,0 | 2.18,0 |
| 800 | - | 2.08,0 | 2.14,5 | 2.21,5 | 2.32,5 | 2.46,0 | 2.54,0 | 3.03,0 | 3.16,0 |
| 800 | 2.02,50 | 2.08,24 | 2.14,74 | 2.21,74 | 2.32,74 | 2.46,24 | 2.54,24 | 3.03,24 | 3.16,24 |
| 1500 | - | 4.20,0 | 4.35,0 | 4.51,0 | 5.12,0 | 5.40,0 | 5.57,0 | 6.17,0 | 6.42,0 |
| 3000 | 8.59,0 | 9.23,0 | 9.51,0 | 10.26,0 | 11.13,0 | 12.13,0 | 12.48,0 | 13.33,0 | - |
| 4x200 | - | - | 1.42,0 | 1.47,0 | 1.55,0 | 2.05,0 | 2.11,0 | 2.17,0 | 2.25,0 |
| 4x400 | - | - | 3.50,0 | 4.04,0 | 4.20,0 | 4.44,0 | 4.56,0 | 5.12,0 | 5.32,0 |
| 2000 с/п | - | - | 6.40,0 | 7.00,0 | 7.20,0 | 7.50,0 | 8.20,0 | - | - |
| Ходьба в помещении, м (мин, с) | | | | | | | | | |
| 3000 | 12.20,0 | 13.20,0 | 14.20,0 | 15.20,0 | 16.30,0 | 18.00,0 | 18.50,0 | 20.00,0 | 21.20,0 |
| Ходьба по стадиону, м (мин, с) | | | | | | | | | |
| 3000 | - | - | 14.20,0 | 15.20,0 | 16.30,0 | 18.00,0 | 18.50,0 | 20.00,0 | 21.30,0 |
| 5000 | - | 23.30,0 | 25.00,0 | 26.30,0 | 28.20,0 | 31.00,0 | 32.30,0 | 34.20,0 | 36.40,0 |
| 10 000 | 45.30,0 | 48.30,0 | 51.30,0 | 55.00,0 | 59.00,0 | 1:05.00,0 | 1:08.00,0 | 1:12.00,0 | - |
| Ходьба по шоссе, км (мин, с) | | | | | | | | | |
| 10 | 45.00,0 | 48.00,0 | 51.00,0 | 54.30,0 | 58.30,0 | 1:04.30,0 | 1:07.30,0 | 1:11.30,0 | - |
| 20 | 1:35.00,0 | 1:42.00,0 | 1:47.00,0 | 1:55.00,0 | 2:05.00,0 | закончить дистанцию | | | |
| Прыжки с разбега (м) | | | | | | | | | |
| в высоту | 1,92 | 1,82 | 1,75 | 1,65 | 1,55 | 1,40 | 1,35 | 1,25 | 1,20 |
| с шестом | 4,00 | 3,70 | 3,50 | 3,15 | 2,80 | 2,40 | 2,20 | 2,00 | 1,80 |
| в длину | 6,70 | 6,30 | 6,00 | 5,60 | 5,20 | 4,70 | 4,50 | 4,20 | 3,90 |
| тройным | 14,00 | 13,40 | 12,90 | 12,30 | 11,60 | 10,70 | 10,30 | 9,90 | 9,50 |
| Метания (м) | | | | | | | | | |
| диска | 62,00 | 54,00 | 49,00 | 42,50 | 36,00 | 29,50 | 26,50 | 23,50 | 20,00 |
| молота | 61,00 | 55,00 | 50,00 | 44,00 | 37,00 | 30,00 | 28,00 | 24,00 | 21,00 |
| копья | 60,00 | 52,50 | 47,00 | 40,00 | 33,00 | 26,00 | 23,00 | 20,00 | 17,00 |
| гранаты | - | - | - | - | 40,00 | 35,00 | 31,00 | 27,00 | 23,00 |
| мяча | - | - | - | - | 60,00 | 49,00 | 43,00 | 37,00 | 30,00 |
| Ядро | 19,00 | 16,00 | 14,50 | 12,60 | 10,50 | 8,30 | 7,40 | 6,50 | 5,50 |
| Многоборья (очки) | | | | | | | | | |
| 7-борье | 6150 | 5400 | 4800 | 4100 | 3300 | 2500 | 2100 | 1600 | 1200 |
| 5-борье | 4500 | 4000 | 3600 | 3100 | 2550 | 2000 | 1700 | 1350 | 1000 |
| 4-борье | - | - | - | - | 300 | 270 | 220 | 170 | 120 |
| 3-борье | - | - | - | 2000 | 1450 | 1300 | 1100 | 800 | 600 |

| Параметры дистанций барьерного бега, масса снарядов | Возрастные группы, лет | | | |
|---|------------------------|-------|-------|-------------|
| | до 13 | 14-15 | 16-17 | 18 и старше |
| Мужчины | | | | |
| Бег на 50, 60, 110 м с/б | 840 | 914 | 991 | 1067 |
| высота барьера (мм) | 8,50 | 8,80 | 9,14 | 9,14 |
| расстояние между барьерами (м) | - | - | - | - |
| Масса снарядов (кг) | | | | |
| ядро, молот | 4,0 | 5,0 | 6,0 | 7,26 |
| диск | 1,0 | 1,5 | 1,5 | 2,0 |
| копье | 0,6 | 0,6 | 0,8 | 0,8 |
| граната | 0,3 | 0,5 | 0,5 | 0,7 |
| мяч | 0,15 | 0,15 | - | - |
| Женщины | | | | |
| Бег на 50, 60, 100 м с/б | 650 | 762 | 762 | 840 |
| высота барьера (мм) | 8,00 | 8,25 | 8,50 | 8,50 |
| расстояние между барьерами (м) | - | - | - | - |
| Масса снарядов (кг) | | | | |
| ядро, молот | 3,0 | 3,0 | 3,0 | 4,0 |
| диск | 0,75 | 1,0 | 1,0 | 1,0 |
| копье | 0,4 | 0,6 | 0,6 | 0,6 |
| граната | 0,3 | 0,3 | 0,3 | 0,5 |
| мяч | 0,15 | 0,15 | - | - |

8. Составы многоборий:

Мужчины

Девятиборье: 100 м, длина, ядро, высота, 400 м, 110 м с/б, диск, шест, копье, 1500 м.

Десятиборье: 100 м, длина, ядро, высота, 110 м с/б, диск, шест, копье, 1500 м.

Семиборье: 60 м, длина, ядро, высота, 60 м с/б, шест, 1000 м.

Шестиборье: 100 м, длина, ядро, 110 м с/б, диск, шест.

Пятиборье: длина, копье, 200 м, диск, 1500 м.

Четырехборье: 60 м, высота (или длина), мяч, 800 м.

Троеборье: бег, прыжок, метание по выбору из видов, входящих в другие многоборья.

Женщины

Семиборье: 100 м с/б, высота, ядро, 200 м, длина, копье, 800 м.

Пятиборье: 60 м с/б, высота, ядро, длина, 800 м.

Четырехборье: 60 м, высота (или длина), мяч, 500 м.

Троеборье: бег, прыжок, метание по выбору из видов, входящих в другие многоборья.

9. Оценка результатов в многоборьях проводится по таблице ИААФ 1985 г., четырехборье оценивается по специальной таблице.

10. В соревнованиях по кроссу в ДСО и ведомствах, краях, республиках, областях для каждой возрастной группы в течение года классифицируется не более 2 дистанций.

11. Для присвоения званий МСМК и МС вместе с документами на присвоение в ВФЛА должны быть представлены справка с подписью главного судьи и полная копия протокола по данному виду. Данное условие относится к соревнованиям, проводимым в ДСО, ведомствах, территориальных организациях России.