ВЫПИСКА ИЗ ПРАВИЛ ВИДА СПОРТА
«ВОЕННО-ПРИКЛАДНОЙ СПОРТ»

Утверждены
приказом Минспорта России
от 25 августа 2015 г. № 829,
с изменениями, внесенными приказом
Минспорта России
от 23 марта 2020 г.№ 236

§ 4. ВОЕНИЗИРОВАННЫЙ КРОСС.

1. Виды программ.

1.1. Для военнослужащих:
-бег 3 км;
-стрельба из автомата на 100 м;
-метание гранат Ф-1 на 40 метров.

1.2. Для граждан допризывного возраста:
1.2.1. Старшие юноши (17 лет):
-бег 3 км;
-стрельба из пневматической винтовки на 10 м;
-метание гранат весом 450 г. на 35 метров
1.2.2. 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. Военнослужащие принимают участие в военизированном кроссе с 18 лет. 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 военнослужащий выполняет упражнение в военной форме одежды № 4В согласно Приложению № 26, с автоматом с пристегнутым магазином, сумкой (подсумком) для магазинов с одним магазином 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 оружия 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 (черный круг диаметром 30 мм) 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 штрафуется 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 штрафуется 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.