



[РАССКАЗАТЬ О ДОСТИЖЕНИЯХ](#) [ЗАДАТЬ ВОПРОС](#) [СТАТЬ ЭКСПЕРТОМ](#)

[Поиск секций](#) [Виды спорта](#) [Тесты](#) [Психология](#) [Советы родителям](#) [Вопрос-ответ](#) [Эксперты](#)

Rebenokvsporte.ru — это информационно-познавательный сайт, на котором собрана полезная информация о детском спорте и психологии маленьких спортсменов.

Мы помогаем родителям из разных городов и стран услышать своих детей: подобрать подходящий вид спорта, поддержать на соревнованиях и определить настоящие желания ребенка.

Навигация:

- [Статьи о видах спорта](#) (рекомендации, экипировка, правила, нормативы)
- [Все о психологии спортсменов](#)
- [Советы родителям](#)
- [Задать вопрос экспертам](#)
- [Рассказать о достижениях спортсмена](#)
- [Пройти тесты](#)
- [Найти спортивную секцию](#)

Мы в социальных сетях:



По вопросам сотрудничества: info@rebenokvsporte.ru

Приказ Министерства спорта РФ от 11 января 2022 г. N 6 "Об утверждении Единой всероссийской спортивной классификации (виды спорта, не включенные в программы Игр Олимпиады, Олимпийских зимних игр, а также не являющиеся военно-прикладными или служебно-прикладными видами спорта)" (с изменениями и дополнениями)

**Приложение N 19
к приказу Минспорта России
от 11 января 2022 г. N 6**

Нормы и условия их выполнения по виду спорта "гиревой спорт"

С изменениями и дополнениями от: 17 мая 2023 г., 22 апреля 2024 г.

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

МСМК выполняется с 16 лет, МС - с 15 лет, КМС - с 14 лет,
I - III спортивные разряды, юношеские спортивные разряды - с 12 лет

Сокращения, используемые в настоящих нормах и условиях их выполнения по виду спорта "гиревой спорт":

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;

М - мужской пол;

Ж - женский пол.

N п/п	Спортивная дисциплина	Единицы измерения (не менее)	Норма																	
			Вес гири																	
			32 кг для количества очков, количества подъемов,			24 кг для количества очков, количества подъемов,						16 кг для количества очков, количества подъемов,						16 кг для количества подъемов,		
						16 кг (М) для баллов,						12 кг (М) для баллов,						6 кг (Ж) для баллов		
			16 кг для баллов			8 кг (Ж) для баллов						8 кг (Ж) для баллов								
			МСМ К	МС	КМС	МСМ К	МС	КМС	Спортивные разряды			Спортивные разряды			Юношеские спортивные разряды			Юношеские спортивные разряды		
						И	II	III	И	II	III	И	II	III	И	II	III	И	II	III
М	М	М	Ж	Ж	Ж	М	М	М	Ж	Ж	Ж	М	М	М	Ж	Ж	Ж	М	М	М
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
1	Двоеборье - весовая категория 48 кг	Количество очков													110	75	50			
2	Двоеборье - весовая категория 53 кг	Количество очков													120	85	55			
3	Двоеборье - весовая категория 58 кг	Количество очков							100	80	60				130	95	60			
4	Двоеборье - весовая категория 63 кг	Количество очков	192	126	75				110	90	70				140	105	65			
5	Двоеборье - весовая категория 68 кг	Количество очков	210	146	83				120	95	75				150	110	70			
6	Двоеборье - весовая категория 73 кг	Количество очков	222	162	95				130	105	80				160	120	75			
7	Двоеборье - весовая категория 73+ кг	Количество очков							140	110	85				170	125	80			
8	Двоеборье - весовая категория 78 кг	Количество очков	227	170	110				145	115	90									
9	Двоеборье - весовая категория 85 кг	Количество очков	234	178	117				150	120	95									
10	Двоеборье - весовая категория 85+ кг	Количество очков							155	125	100									
11	Двоеборье - весовая категория 95 кг	Количество очков	240	183	120				160	130	110									
12	Двоеборье - весовая категория 95+ кг	Количество очков	246	190	126				170	140	120									
13	Толчок ДЦ - весовая категория 48 кг	Количество подъемов													40	35	30			
14	Толчок ДЦ - весовая категория 53 кг	Количество подъемов													48	42	36			
15	Толчок ДЦ - весовая категория 58 кг	Количество подъемов				50	40	30	60	50	40				55	48	40			
16	Толчок ДЦ - весовая категория 58+ кг	Количество подъемов										60	52	43						
17	Толчок ДЦ - весовая категория 63 кг	Количество подъемов	59	44	35	59	44	35	65	54	43	64	55	46	61	51	42			
18	Толчок ДЦ - весовая категория 63+ кг	Количество подъемов										68	58	49						
19	Толчок ДЦ - весовая категория	Количество	72	56	45	62	52	40	70	58	46	68	58	49	66	56	46			

	категория 68 кг	подъемов																		
20	Толчок ДЦ - весовая категория 68+ кг	Количество подъемов				72	56	45				70	60	50						
21	Толчок ДЦ - весовая категория 73 кг	Количество подъемов	76	62	48				74	62	50				71	61	51			
22	Толчок ДЦ - весовая категория 73+ кг	Количество подъемов							78	66	55				74	64	54			
23	Толчок ДЦ - весовая категория 78 кг	Количество подъемов	79	66	52				82	69	57									
24	Толчок ДЦ - весовая категория 85 кг	Количество подъемов	82	69	55				85	73	60									
25	Толчок ДЦ - весовая категория 85+ кг	Количество подъемов							90	75	62									
26	Толчок ДЦ - весовая категория 95 кг	Количество подъемов	84	72	57				90	79	65									
27	Толчок ДЦ - весовая категория 95+ кг	Количество подъемов	88	75	62				94	82	70									
28	Толчок ДЦ - эстафета	Количество подъемов	146	136	115				140	130	115									
29	Рывок - весовая категория 48 кг	Количество подъемов										80	60	45				43	33	23
30	Рывок - весовая категория 53 кг	Количество подъемов										90	70	50				45	35	25
31	Рывок - весовая категория 58 кг	Количество подъемов				146	120	66				100	80	60				55	45	35
32	Рывок - весовая категория 58+ кг	Количество подъемов										110	90	70				65	55	45
33	Рывок - весовая категория 63 кг	Количество подъемов				159	126	73				115	95	75				65	55	45
34	Рывок - весовая категория 63+ кг	Количество подъемов										125	100	85				75	65	55
35	Рывок - весовая категория 68 кг	Количество подъемов				167	135	79				125	115	85						
36	Рывок - весовая категория 68+ кг	Количество подъемов				181	146	86				130	105	90						
37	Жонглирование	Баллы			12			9,5	9,5	8,5	7,5	8	7	6	7	6	5	7	6	5
38	Жонглирование - пара	Баллы			9,5			9,5	8	7	6	8	7	6	8	7	6	8	7	6
Иные условия			<p>1. В таблице приведено: для спортивных дисциплин в наименованиях которых содержатся слова "двоеборье - весовая категория" количество очков, набранных за 10 минут в каждом упражнении, для спортивных дисциплин в наименованиях которых содержатся слова "толчок ДЦ - весовая категория", "рывок - весовая категория" количество подъемов за 10 минут, для спортивных дисциплин в наименованиях которых содержатся слова "толчок ДЦ - эстафета" количество подъемов за 12 минут, для спортивных дисциплин в наименованиях которых содержатся слова "жонглирование" количество баллов за 30 не повторяющихся элементов.</p> <p>2. Спортивные дисциплины в наименованиях которых содержится слово "двоеборье" состоят из упражнения "толчок" и упражнения "рывок".</p> <p>3. Очки в спортивных дисциплинах в наименованиях которых содержится слово "двоеборье" начисляются: 1 толчок-1 очко, 1 рывок - 0,5 очка.</p> <p>4. Баллы в спортивных дисциплинах в наименованиях которых содержится слово "жонглирование" начисляются: 1 оборот гири - 0,2 балла.</p> <p>5. Нормы МСМК выполняются при занятии 1-2 места на чемпионате мира, 1 места на чемпионате Европы, 1 места на Кубке мира, 1 места на Кубке Европы, 1 места на первенстве мира среди юниоров и юниорок (19-23 года), 1 места на первенстве Европы среди юниоров и юниорок (19-23 года), 1</p>																	

места на других международных спортивных соревнованиях, включенных в ЕКП.

6. Для выполнения нормы МСМК необходимо проведение допинг-контроля на указанных спортивных соревнованиях.

7. Нормы МС выполняются на спортивных соревнованиях, имеющих статус не ниже статуса других всероссийских спортивных соревнований, включенных в ЕКП.

8. Нормы КМС, I спортивный разряд выполняются на спортивных соревнованиях, имеющих статус не ниже статуса других официальных спортивных соревнований субъекта Российской Федерации.

9. Нормы II - III спортивных разрядов выполняются на спортивных соревнованиях, имеющих статус не ниже статуса других официальных спортивных соревнований муниципального образования.

10. Нормы I - III юношеских спортивных разрядов выполняются на официальных спортивных соревнованиях любого статуса.

11 Спортивные соревнования, имеющие статус чемпионата мира и спортивные соревнования более низкого статуса, проводятся среди мужчин и женщин.

12. Первенства России, другие всероссийские спортивные соревнования, включенные в ЕКП, среди лиц с ограничением верхней границы возраста, первенства федерального округа, двух и более федеральных округов, первенства субъекта Российской Федерации, другие официальные спортивные соревнования 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 проводятся в возрастных группах: юниоры, юниорки (19-23 года), юноши, девушки (17-18 лет), юноши, девушки (14-16 лет).

13. Для участия в спортивных соревнованиях спортсмен должен достичь установленного возраста в календарный год проведения спортивных соревнований.

Rebenokvsporte.ru — это информационно-познавательный сайт, на котором собрана полезная информация о детском спорте и психологии маленьких спортсменов.

Мы помогаем родителям из разных городов и стран услышать своих детей: подобрать подходящий вид спорта, поддержать на соревнованиях и определить настоящие желания ребенка.

Навигация:

- [Статьи о видах спорта](#) (рекомендации, экипировка, правила, нормативы)
- [Все о психологии спортсменов](#)
- [Советы родителям](#)
- [Задать вопрос экспертам](#)
- [Рассказать о достижениях спортсмена](#)
- [Пройти тесты](#)
- [Найти спортивную секцию](#)

Мы в социальных сетях:

