

**Таблица норм, требований и условия их выполнения по виду спорта «фигурное катание на коньках»**

1. Требования и условия их выполнения для присвоения спортивного звания Мастер спорта России международного класса.

МСМК выполняется с 14 лет,  
в спортивной дисциплине «синхронное катание» - с 15 лет

Статус спортивных соревнований	Пол, возраст	Спортивная дисциплина	Требование: занять место
1	2	3	4
Олимпийские игры	Мужчины, женщины	Одиночное катание, парное катание, танцы на льду, командные соревнования	1-8
Чемпионат мира	Мужчины, женщины	Одиночное катание, парное катание, танцы на льду	1-7
		Синхронное катание	1-6
Чемпионат Европы	Мужчины, женщины	Одиночное катание, парное катание, танцы на льду	1-6

Первенство мира	Юниоры, юниорки (13-19 лет)	Одиночное катание	1
	Юниоры (13-21 год), юниорки (13-19 лет)	Парное катание, танцы на льду	1
	Условие: занять 1-6 место на чемпионате России в текущем спортивном сезоне (с 1 июля по 30 июня).		
Всемирная Универсиада	Юниоры, юниорки (18-25 лет)	Одиночное катание, парное катание, танцы на льду, синхронное катание	1
Другие международные спортивные соревнования, включенные в ЕКП	Мужчины, женщины	Одиночное катание, парное катание, танцы на льду	1-6*
			1-3**
	Условия: 1 *. Финал спортивного соревнования из 6 этапов, отбор на которое осуществляется по итогам чемпионата мира. 2 **. Этап спортивного соревнования, указанного в пункте 1 настоящих условий.		
	Иные условия	Для участия в спортивных соревнованиях спортсмен должен достичь установленного возраста в спортивный сезон (с 1 июля по 30 июня) проведения спортивных соревнований.	

2. Требования и условия их выполнения для присвоения спортивного звания мастер спорта России и спортивного разряда кандидат в мастера спорта.

МС выполняется с 14 лет, КМС - с 11 лет,  
в спортивной дисциплине «синхронное катание»: МС - с 15 лет, КМС - с 13 лет

Статус спортивных соревнований, общекомандное место	Пол, возраст	Спортивная дисциплина	Требование: занять место	
			МС	КМС
1	2	3	4	5
Юношеские Олимпийские игры	Юниоры, юниорки (13-19 лет)	Одиночное катание, парное катание, танцы на льду	1	2-5
	Условие: участие в чемпионате России в текущем спортивном сезоне (с 1 июля по 30 июня).			
Европейский юношеский Олимпийский фестиваль	Юниоры, юниорки (13-19 лет); Юноши, девушки (10-15 лет)	Одиночное катание	1	2-5
	Условие: участие в чемпионате России в текущем спортивном сезоне (с 1 июля по 30 июня).			
Чемпионат России	Мужчины, женщины	Одиночное катание	1-10	11-18
		Парное катание, танцы на льду	1-8	9-15
		Синхронное катание	1-2	3-6
Всероссийская Спартакиада среди сильнейших спортсменов	Мужчины, женщины	Одиночное катание	1-5	6-10
		Парное катание, танцы на льду	1-2	3-8

Кубок России (финал)	Мужчины, женщины	Одиночное катание	1-5	6-15
		Парное катание, танцы на льду	1-3	4-10
		Синхронное катание	1	2-5
Первенство России	Юниоры, юниорки (13-19 лет)	Одиночное катание		1-10
	Юноши, девушки (10-15 лет)	Одиночное катание		1
	Юниоры (13-21 год), юниорки (13-19 лет)	Парное катание, танцы на льду		1-8
	Юноши (10-19 лет), девушки (10-17 лет)	Парное катание, танцы на льду		1-5
	Юниоры, юниорки (13-19 лет)	Синхронное катание		1-3
Всероссийская Спартакиада между субъектами Российской Федерации	Юниоры, юниорки (13-19 лет)	Одиночное катание		1-10
	Юноши, девушки (10-15 лет)	Одиночное катание		1
	Юниоры (13-21 год), юниорки (13-19 лет)	Парное катание, танцы на льду		1-8
	Юноши (10-19 лет), девушки (10-17 лет)	Парное катание, танцы на льду		1-5
	Юниоры, юниорки (13-19 лет)	Синхронное катание		1-3

Другие всероссийские спортивные соревнования, включенные в ЕКП	Мужчины, женщины	Одиночное катание	1-3*	4-6*
			1	2-3
			*Условие: спортивное соревнование, проводимое по регламенту Кубка России.	
		Парное катание, танцы на льду	1-3*	4-6*
			1	2-3
			*Условие: спортивное соревнование, проводимое по регламенту Кубка России.	
	Юниоры (13-21 год), юниорки (13-19 лет)	Одиночное катание		1-3
	Юноши, девушки (10-15 лет)	Одиночное катание		1-3
	Юниоры (13-21 год), юниорки (13-19 лет)	Парное катание, танцы на льду		1-3
	Юниоры, юниорки (13-19 лет)	Синхронное катание		1-2
Чемпионат федерального округа, г. Москвы, г. Санкт-Петербурга	Мужчины, женщины	Одиночное катание, парное катание, танцы на льду	1	2-6

Первенство федерального округа, двух и более федеральных округов	Юниоры (13-19 год), юниорки (13-19 лет)	Одиночное катание		1-3
	Юноши, девушки (10-15 лет)	Одиночное катание		1-3
	Юниоры (13-21 год), юниорки (13-19 лет)	Парное катание, танцы на льду		1-3
	Юниоры, юниорки (13-19 лет)	Синхронное катание		1
Первенства г. Москвы, г. Санкт-Петербурга	Юниоры (13-19 год), юниорки (13-19 лет)	Одиночное катание		1-5
	Юноши, девушки (10-15 лет)	Одиночное катание		1-3
	Юниоры (13-21 год), юниорки (13-19 лет)	Парное катание, танцы на льду		1-3
	Юниоры, юниорки (13-19 лет)	Синхронное катание		1
Кубок субъекта Российской Федерации (Финал)	Мужчины, женщины	Одиночное катание		1-5
		Парное катание, танцы на льду		1-4
		Синхронное катание		1-3

Первенство субъекта Российской Федерации (кроме г. Москвы, г. Санкт-Петербурга)	Юниоры (13-19 год), юниорки (13-19 лет)	Одиночное катание		1-3
	Юноши, девушки (10-15 лет)	Одиночное катание		1-3
	Юниоры (13-21 год), юниорки (13-19 лет)	Парное катание, танцы на льду		1-2
Иные условия	<p>1. В короткой программе в спортивных дисциплинах «одиночное катание» и «парное катание» средняя оценка бригады спортивных судей за качество исполнения всех прыжковых элементов, в спортивной дисциплине «парное катание» - поддержек и выбросов, должна быть не ниже оценки спортивного судьи (-2).</p> <p>2. Необходимо выполнить все элементы, предусмотренные классификационной программой для МС, КМС, отдельно в короткой и произвольной программах.</p> <p>3. Требование выполнено только при соблюдении пункта 4 «Классификационные программы» норм, требований и условий их выполнения по виду спорта «фигурное катание на коньках».</p> <p>4. Для присвоения МС необходимо не менее 7 спортивных судей, оценивающих качество исполнения элементов и компонентов программы, один из которых выполняет функции рефери. Из них не менее 5 спортивных судей квалификационной категории «спортивный судья всероссийской категории» и не менее 4 спортивных судей квалификационной категории не ниже «спортивный судья первой категории», технический контролер, технический специалист, ассистент технического специалиста, оператор ввода данных и оператор видеоповтора, назначенные общероссийской спортивной федерацией, аккредитованной по виду спорта «фигурное катание на коньках».</p>			

5. Для присвоения спортивного разряда КМС необходимо не менее 5 спортивных судей, оценивающих качество исполнения элементов и компонентов программы, один из которых выполняет функции рефери. Из них не менее 3 спортивных судей квалификационной категории «спортивный судья всероссийской категории» и не менее 3 спортивных судей квалификационной категории не ниже «спортивный судья первой категории», технический контролер, технический специалист, ассистент технического специалиста, оператор ввода данных и оператор видеоповтора, назначенные общероссийской спортивной федерацией, аккредитованной по виду спорта «фигурное катание на коньках».
6. Для участия в спортивных соревнованиях спортсмен должен достичь установленного возраста в спортивный сезон (с 1 июля по 30 июня) проведения спортивных соревнований.



## 3. Нормы и условия их выполнения для присвоения I-III спортивных разрядов, юношеских спортивных разрядов.

I спортивный разряд выполняется с 10 лет,

II спортивный разряд - с 9 лет, III спортивный разряд - с 8 лет, юношеские спортивные разряды - с 6 лет

№ п/п	Спортивная дисциплина	Единицы измерения	Спортивные разряды						Юношеские спортивные разряды					
			I		II		III		I		II		III	
			М	Ж	М	Ж	М	Ж	М	Ж	М	Ж	М	Ж
1	Одиночное катание	Баллы (не менее) за короткую / произвольную программы для I-II спортивных разрядов, за произвольную программу для III спортивного разряда и юношеских спортивных разрядов	19/30	19/30	13/19	13/19	16	16	13	13	11	11	7	7

2	Парное катание	Баллы (не менее) за короткую / произвольную программы для I спортивного разряда, за произвольную программу для II спортивного разряда	17/23	17/23	13	13								
	Условие:		Средняя оценка бригады спортивных судей за качество исполнения всех поддержек, выбросов и прыжковых элементов должна быть не ниже оценки спортивного судьи (-2) у большинства судей.											
3	Танцы на льду	Баллы (не менее) за 2 паттерн танца/ произвольный танец	26/23	26/23	23,5/14	23,5/14	19,5/9	19,5/9						
	Условие:		Средняя оценка бригады спортивных судей за качество исполнения всех элементов танца должна быть не ниже оценки спортивного судьи (-2) у большинства судей.											
4	Синхронное катание	Баллы (не менее) за произвольную программу	35		21									
Иные условия			1. Норма выполнена только при соблюдении пункта 4 «Классификационные программы» норм, требований и условий их выполнения по виду спорта «фигурное катание на коньках». 2. Баллы указаны с учетом технического результата и ГОЕ. 3. Все судьи назначаются общероссийской спортивной федерацией, аккредитованной по виду спорта «фигурное катание на коньках». 4. Среди мужчин, женщин проводятся Кубок субъекта Российской Федерации и спортивные соревнования более низкого статуса.											

5. В спортивной дисциплине «одиночное катание»:

5.1. В возрастных группах юниоры, юниорки (13-19 лет), юноши, девушки (10-15 лет) проводятся первенства России, Всероссийские Спартакиады между субъектами Российской Федерации, всероссийские спортивные соревнования, включенные в ЕКП, среди лиц с ограничением верхней границы возраста, первенства федеральных округов, двух и более федеральных округов, первенства г. Москвы, г. Санкт-Петербурга, 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, иные физкультурные мероприятия.

5.2. В возрастной группе мальчики, девочки (6-9 лет) проводятся 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, иные физкультурные мероприятия.

6. В спортивных дисциплинах «парное катание» и «танцы на льду» в возрастных группах юниоры (13-21 год), юниорки (13-19 лет) и юноши (10-19 лет), девушки (10-17 лет) проводятся первенства России, Всероссийские Спартакиады между субъектами Российской Федерации, всероссийские спортивные соревнования, включенные в ЕКП, среди лиц с ограничением верхней границы возраста, первенства федеральных округов, двух и более федеральных округов, первенства г. Москвы, г. Санкт-Петербурга, 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, иные физкультурные мероприятия.

7. В спортивной дисциплине «синхронное катание» в возрастной группе юниоры, юниорки (13-19 лет) проводятся первенства России, Всероссийские Спартакиады между субъектами Российской Федерации, всероссийские спортивные соревнования, включенные в ЕКП, среди лиц с ограничением верхней границы возраста, первенства федеральных округов, двух и более федеральных округов, первенства г. Москвы, г. Санкт-Петербурга, первенства субъекта Российской Федерации, другие официальные спортивные соревнования субъекта Российской Федерации среди лиц с ограничением верхней границы возраста, другие официальные спортивные соревнования муниципального образования среди лиц с ограничением верхней границы возраста, иные физкультурные мероприятия.

## 4. Классификационные программы.

Спортивная дисциплина	Уровень исполнения	Программа	Пол	Время выполнения программы (мин, с)	Коэффициент компонентов	Элементы, подлежащие исполнению в программе, и условия
Одиночное катание	МС	Короткая программа	М	2,40 +/- 10 с	1,0	На текущий спортивный сезон. Средняя оценка бригады спортивных судей за все элементы - не менее, чем оценка спортивного судьи (-2).
			Ж	2,40 +/- 10 с	0,8	
		Произвольная программа	М	4,00 +/- 10 с	2,0	Сбалансированность программы на текущий сезон: не менее четырех различных прыжков в 3 оборота, не менее одного каскада или комбинации прыжков, состоящей из двух тройных прыжков. Средняя оценка бригады спортивных судей за все элементы - не менее, чем оценка спортивного судьи (-2).
			Ж	4,00 +/- 10 с	1,6	Сбалансированность программы на текущий сезон: не менее трех различных прыжков в 3 оборота, не менее одной комбинации или каскада двойного и тройного прыжков. Средняя оценка бригады спортивных судей за все элементы - не менее, чем оценка спортивного судьи (-2).
	КМС	Короткая программа	М	2,40 +/- 10 с	1,0	На текущий спортивный сезон. Средняя оценка бригады спортивных судей за все элементы - не менее, чем оценка спортивного судьи (-2).
			Ж	2,40 +/- 10 с	0,8	
		Произвольная программа	М	3,30 +/- 10 с	2,0	Сбалансированность программы на текущий сезон: не менее двух различных прыжков в 3 оборота, не менее одного каскада или комбинации из тройного и двойного прыжков. Средняя оценка бригады спортивных судей за все элементы - не менее, чем оценка спортивного судьи (-2).
			Ж	3,30 +/- 10 с	1,6	
	I спортивный разряд	Короткая программа	М, Ж	2,40 +/- 10 с	1,0	Участвуют спортсмены, выполнившие упражнения по скольжению, установленные на текущий сезон, из пункта 5 «Предписанные шаги для выполнения спортивных разрядов» норм, требований и условий их выполнения по виду спорта «фигурное катание на коньках».
						Элементы: 1. Двойной Аксель. 2. Любой прыжок в 2 или 3 оборота. 3. Каскад из двух прыжков в 2 или 3 оборота.

						110 4. Прыжок во вращение, позиция приземления отлична от позиции во вращении со сменной ноги (8 оборотов). 5. Вращение в одной базовой позиции без входа прыжком: для юношей - со сменной ноги в позиции волчка или либелы (6+6 оборотов); для девушек - без смены ноги в позиции заклона, волчка или либелы (8 оборотов). 6. Комбинированное вращение с только одной сменной ноги без входа прыжком (6+6 оборотов). 7. Одна дорожка шагов. Все прыжки короткой программы должны быть различными, допустим каскад из двух одинаковых прыжков. Максимальный уровень элементов - четвертый. Оцениваются пять компонентов: мастерство катания, представление программы, интерпретация, связующие шаги,хореография. Необходимо набрать минимальный технический результат в 19 баллов.
	Произвольная программа	М	3,30 +/- 10 с	2,0	Сбалансированность программы на текущий сезон:	
		Ж	3,30 +/- 10 с	1,6	Максимум шесть прыжковых элементов, один из которых должен содержать двойной аксель. Любой прыжок может быть исполнен не более двух раз; только 2 прыжка из прыжков в 3 оборота могут быть повторены в каскаде или комбинации; максимум 3 каскада или комбинации (только один каскад может состоять максимум из 3-х прыжков) Максимум 3 различных вращения: вращение с заходом прыжком; вращение в одной базовой позиции, комбинированное вращение со сменной ноги. Максимум одна дорожка шагов Максимальный уровень элементов - четвертый. Оцениваются пять компонентов: мастерство катания, представление программы, интерпретация, связующие шаги,хореография. Необходимо набрать минимальный технический результат в 30 баллов.	

Одиночное катание	II спортивный разряд	Короткая программа	М, Ж	2,20 +/- 10 с	1,0	<p>Участвуют спортсмены, выполнившие упражнения по скольжению, установленные на текущий сезон, из пункта 5 «Предписанные шаги для выполнения спортивных разрядов» норм, требований и условий их выполнения по виду спорта «фигурное катание на коньках».</p> <p>Элементы:</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Одинарный Аксель или Двойной Аксель.</li> <li>2. Любой прыжок в 2 или 3 оборота.</li> <li>3. Каскад из двух прыжков в два оборота, или каскад из одного в два и одного в три оборота.</li> <li>4. Вращение в позиции Либела или волчок со сменой ноги для юношей (6+6 оборотов), позиция заклон назад или в сторону, волчка или либелы без смены ноги для девушек (8 оборотов). Заход прыжком запрещен.</li> <li>5. Комбинированное вращение с одной сменой ноги (6+6 оборотов). Вход прыжком разрешен.</li> <li>6. Одна дорожка шагов.</li> </ol> <p>Все прыжки короткой программы должны быть различными, допустим каскад из двух одинаковых прыжков.</p> <p>Максимальный уровень элементов - третий.</p> <p>Оцениваются четыре компонента: мастерство катания, представление программы, интерпретация, связующие шаги.</p> <p>Необходимо набрать минимальный технический результат в 13 баллов.</p>
		Произвольная программа	М, Ж	3,00 +/- 10 с	1,8	<p>Максимум шесть прыжковых элементов, один из которых должен содержать одинарный или двойной Аксель, только 2 прыжка в три оборота могут быть повторены в каскаде или комбинации;</p> <p>Любой прыжок может быть исполнен не более двух раз;</p> <p>Максимум два каскада или комбинации; Каскад может состоять только из двух прыжков;</p> <p>Максимум два вращения: комбинированное вращение со сменой ноги без входа прыжком (10 оборотов в сумме);</p> <p>Прыжок во вращение (8 оборотов в позиции приземления) или вращение в одной позиции со сменой ноги и заходом прыжком (6+6 оборотов);</p> <p>Максимум одна дорожка шагов.</p> <p>Максимальный уровень элементов - третий.</p> <p>Оцениваются четыре компонента: мастерство катания, представление программы, интерпретация, связующие шаги.</p> <p>Необходимо набрать минимальный технический результат 19 баллов.</p>

Одиночное катание	III спортивный разряд	Произвольная программа	М, Ж	3,00 +/- 10 с	1,8	<p>Участвуют спортсмены, выполнившие упражнения по скольжению, установленные на текущий сезон, из пункта 5 «Предписанные шаги для выполнения спортивных разрядов» норм, требований и условий их выполнения по виду спорта «фигурное катание на коньках».</p> <p>Максимум 5 прыжковых элементов, которые должны содержать одинарный или двойной Аксель.</p> <p>Максимум 2 каскада или комбинации. Каскад должен состоять только из двух прыжков в полтора и/или два оборота.</p> <p>Любой прыжок может быть исполнен не более двух раз. Прыжки в 3 оборота запрещены.</p> <p>Максимум 2 вращения: одно прыжком во вращение (8 оборотов), или вращение в одной позиции со сменой ноги с заходом прыжком (6+6 оборотов); одно комбинированное вращение со сменой ноги без входа прыжком (6+6 оборотов).</p> <p>Максимум одна дорожка шагов.</p> <p>Максимальный уровень элементов - второй.</p> <p>Оцениваются три компонента: мастерство катания, представление программы, интерпретация.</p> <p>Необходимо набрать минимальный технический результат в 16 баллов.</p>
	I юношеский спортивный разряд	Упражнения по скольжению	Юноши, девушки, мальчики, девочки			<p>Участвуют спортсмены, выполнившие упражнения по скольжению, установленные на текущий сезон, из пункта 5 «Предписанные шаги для выполнения спортивных разрядов» норм, требований и условий их выполнения по виду спорта «фигурное катание на коньках».</p>
		Произвольная программа	Юноши, девушки, мальчики, девочки	2,30 +/- 10 с	1,8	<p>Максимум 4 прыжковых элемента, которые должны содержать одинарный Аксель, 3 разных прыжка в 2 оборота. Любой прыжок может быть исполнен не более двух раз.</p> <p>Запрещены прыжки в 2,5 оборота и более. Максимум 2 каскада или комбинации. Каскад может состоять только из двух прыжков в два оборота.</p> <p>Максимум 2 вращения, одно из которых вращение в одной базовой позиции со сменой (6+6 оборотов) или без смены ноги (8 оборотов), одно комбинированное вращение со сменой или без смены ноги (10 оборотов в сумме).</p> <p>Максимум одна хореографическая последовательность, состоящая из любых движений, шагов, поворотов, спиралей.</p> <p>Максимальный уровень вращений - второй. Оцениваются три компонента: мастерство катания, представление программы, интерпретация.</p> <p>Необходимо набрать минимальный технический результат в 13 баллов.</p>

Одиночное катание	II юношеский спортивный разряд	Упражнения по скольжению	Юноши, девушки, мальчики, девочки			Участвуют спортсмены, выполнившие упражнения по скольжению, установленные на текущий сезон, из пункта 5 «Предписанные шаги для выполнения спортивных разрядов» норм, требований и условий их выполнения по виду спорта «фигурное катание на коньках»
		Произвольная программа	Юноши, девушки, мальчики, девочки	2,15 +/- 10 с	1,6	Максимум 4 прыжковых элемента, которые должны содержать прыжки: одинарный Аксель, Лутц и минимум 1 прыжок в 2 оборота; только один прыжок один раз может быть повторен в каскаде или комбинации. Запрещены прыжки в 2,5 и более оборотов. Не более одного каскада или комбинации прыжков; каскад может состоять только из двух прыжков. Максимум 2 вращения, одно из которых либела или волчок со сменой ноги минимум 4 первых оборота в классических позициях на каждой ноге (4+4 оборота). Одно комбинированное вращение со сменой или без смены ноги (10 оборотов в сумме). В обоих вращениях запрещен вход прыжком. Максимальный уровень вращений - первый. Максимум одна хореографическая последовательность, состоящая из любых движений, шагов, поворотов, спиралей. В программе оцениваются только три компонента: мастерство катания, представление программы, интерпретация. Необходимо набрать минимальный технический результат в 11 баллов.
	III юношеский спортивный разряд	Упражнения по скольжению	Юноши, девушки, мальчики, девочки			Участвуют спортсмены, выполнившие упражнения по скольжению, установленные на текущий сезон, из пункта 5 «Предписанные шаги для выполнения спортивных разрядов» норм, требований и условий их выполнения по виду спорта «фигурное катание на коньках»
		Произвольная программа	Юноши, девушки, мальчики, девочки	2,00 +/- 10 с	1,5	Максимум три прыжковых элемента, один из которых должен содержать одинарный риттбергер, только один прыжок один раз может быть повторен в каскаде или комбинации. Запрещены прыжки в 2 и более оборотов. Не более одной комбинации или каскада из двух прыжков. Максимум два вращения, одно из которых должно быть вращением волчок без смены ноги (минимум 4 первых оборота в классической позиции). Второе вращение либела без смены ноги (в классической позиции, минимум 4 первых оборота). Запрещен вход прыжком и въезд назад наружу. Максимальный уровень вращений - базовый. Максимум одна хореографическая последовательность, состоящая из любых движений, шагов, поворотов, спиралей.



						В программе оцениваются два компонента: мастерство катания, представление программы. Необходимо набрать минимальный технический результат в 7 баллов.
Парное катание	МС	Короткая программа	М, Ж	2,40 +/- 10 с	0,8	На текущий спортивный сезон.
		Произвольная программа	М, Ж	4,00 +/- 10 с	1,6	Сбалансированность программы на текущий сезон: три различных поддержки из групп 3, 4, 5 (в том числе, две не ниже второго уровня), одна двойная или тройная подкрутка. Два любых различных тройных выброса, Двойной Аксель или любой тройной прыжок, прыжковая комбинация или каскад прыжков не менее, чем в 2 оборота. Парное комбинированное вращение (не менее 8 оборотов) с хотя бы одной сменой позиции и одной сменой ноги, тодес (не включенный в короткую программу данного сезона), хореографическая комбинация спиралей. Средняя оценка бригады спортивных судей за качество исполнения всех поддержек, выбросов и прыжковых элементов должна быть не ниже оценки спортивного судьи (-2).
	КМС	Короткая программа	М, Ж	2,40 +/- 10 с	0,8	На текущий спортивный сезон.
		Произвольная программа	М, Ж	4,00 +/- 10 с	1,6	Сбалансированность программы на текущий сезон: Две различных поддержки из групп 3, 4, 5 (в том числе, одна не ниже второго уровня), одна двойная или тройная подкрутка. Два двойных или тройных выброса. Любой двойной прыжок, прыжковая комбинация или каскад прыжков не менее, чем в 2 оборота. Парное комбинированное вращение (не менее 10 оборотов) с хотя бы одной сменой позиции и с одной сменой ноги. Любой тодес, хореографическая комбинация спиралей. Средняя оценка бригады спортивных судей за качество исполнения всех поддержек, выбросов и прыжковых элементов должна быть не ниже оценки спортивного судьи (-2).

Парное катание	I спортивный разряд	Короткая программа	М, Ж	2,40 +/- 10 с	0,8	На текущий спортивный сезон. Необходимо набрать минимальный технический результат в 17 баллов.
		Произвольная программа	М, Ж	3,30 +/- 10 с	1,6	Сбалансированность программы на текущий сезон: Две различных поддержки (группы 1-4), одна одинарная или двойная подкрутка, один одинарный или двойной выброс, одинарный или двойной параллельный прыжок, одно параллельное вращение (минимум 8 оборотов для вращения без смены ноги, 5+5 оборотов для вращения со сменой ноги) или парное комбинированное вращение (5+5 оборотов), один тодес или обводка, одна хореографическая комбинация спиралей, дорожка шагов. Оцениваются только четыре компонента: мастерство катания, переходы между элементами, представление/исполнение программы, интерпретация музыки. Необходимо набрать минимальный технический результат в 23 балла.
	II спортивный разряд	Произвольная программа	М, Ж	3,30 +/- 10 с	2,0	Две различные поддержки (группы 1-2), Одна одинарная подкрутка Один параллельный одинарный или двойной прыжок Одно параллельное вращение в одной позиции или парное вращение, Параллельное вращение может быть исполнено как без смены (8 оборотов), так и со сменой ноги (5+5 оборотов), парное вращение без смены ноги (5 оборотов) Одна обводка, Одна дорожка шагов, Максимальный уровень элементов - второй, Оцениваются два компонента программы: мастерство катания, представление программы. Необходимо набрать минимальный технический результат в 13 баллов.
		Произвольная программа	М, Ж	3,30 +/- 10 с	2,0	Две различные поддержки (группы 1-2), Одна одинарная подкрутка Один параллельный одинарный или двойной прыжок Одно параллельное вращение в одной позиции или парное вращение, Параллельное вращение может быть исполнено как без смены (8 оборотов), так и со сменой ноги (5+5 оборотов), парное вращение без смены ноги (5 оборотов) Одна обводка, Одна дорожка шагов, Максимальный уровень элементов - второй, Оцениваются два компонента программы: мастерство катания, представление программы. Необходимо набрать минимальный технический результат в 13 баллов.
Танцы на льду	МС	Ритм танец	М, Ж	2,50 +/- 10 с	0,8	Ритм и содержание танца на текущий спортивный сезон.
		Произвольный танец	М, Ж	4,00 +/- 10 с	1,2	На текущий спортивный сезон .
	КМС	Ритм танец	М, Ж	2,50 +/- 10 с	0,8	Ритм и содержание танца на текущий спортивный сезон.
		Произвольный танец	М, Ж	3,30 +/- 10 с	1,2	На текущий спортивный сезон.

Танцы на льду	I спортивный разряд	Паттерн танцы	М, Ж		0,7	На соревнованиях исполняются два Паттерн танца из одной группы, объявленные на текущий сезон. Общая сумма Паттерн танцев будет умножаться на коэффициент 1.0. Оцениваются только четыре компонента: мастерство катания, представление программы, интерпретация, музыкальность. Необходимо набрать минимальный технический результат в 26 баллов.
		Произвольный танец	М, Ж	3,00 +/- 10 с	1,0	Сбалансированность программы на текущий спортивный сезон . Оцениваются только четыре компонента: мастерство катания, переходы/связующие шаги, представление программы, интерпретация музыки. Необходимо набрать минимальный технический результат в 23 балла.
	II спортивный разряд	Паттерн танцы	М, Ж		0,7	На соревнованиях исполняются два Паттерн танца одной из двух групп, объявленные на текущий сезон (группа определяется жеребьевкой на соревнованиях перед первой тренировкой). Общая сумма Паттерн танцев будет для каждого танца будет умножаться на коэффициент 0.75. Оцениваются только три компонента: мастерство катания, представление программы, музыкальность. Необходимо набрать минимальный технический результат в 23,5 балла.
		Произвольный танец	М, Ж	2,30 +/- 10 с	1,0	Сбалансированность программы на текущий спортивный сезон . Оцениваются только три компонента: мастерство катания, представление программы, интерпретация музыки. Необходимо набрать минимальный технический результат в 14 баллов.
	III спортивный разряд	Паттерн танцы	М, Ж		0,7	На соревнованиях исполняются два Паттерн танца из одной группы, объявленные на текущий сезон (танцы определяются жеребьевкой на соревнованиях перед первой тренировкой). Общая сумма Паттерн танцев будет умножаться на коэффициент 0.5. Оцениваются только три компонента: мастерство катания, представление программы, музыкальность. Необходимо набрать минимальный технический результат в 19,5 баллов.
		Произвольный танец	М, Ж	2,00 +/- 10 с	1,0	Сбалансированность программы на текущий спортивный сезон. Оцениваются только три компонента: мастерство катания, представление программы, интерпретация музыки. Необходимо набрать минимальный технический результат в 9 баллов.

Синхронное катание	МС	Короткая программа	М, Ж	до 2,50	0,8	На текущий спортивный сезон.
		Произвольная программа	М, Ж	4,00 +/- 10 с	1,6	На текущий спортивный сезон.
	КМС	Короткая программа	М, Ж	до 2,50	0,8	На текущий спортивный сезон.
		Произвольная программа	М, Ж	3,00 +/- 10 с	1,6	На текущий спортивный сезон.
	I спортивный разряд	Произвольная программа	М, Ж	3,00 +/- 10 с	1,2	На текущий спортивный сезон.
	II спортивный разряд	Произвольная программа	М, Ж	3,00 +/- 10 с	1,2	На текущий спортивный сезон.

## 5. Предписанные шаги для выполнения спортивных разрядов.

### **3 юношеский разряд**

1. Дуги вперёд наружу.
2. Дуги вперёд внутрь.
3. Перетяжка вперёд наружу и перетяжка вперёд внутрь.
4. Дуги назад наружу.
5. Дуги назад внутрь.
6. Перетяжка назад наружу и перетяжка назад внутрь.
7. Перебежки (беговые) вперёд и ласточка вперёд внутрь.
8. Перебежки (беговые) назад по кругу и ласточка вперёд наружу.

### **2 юношеский разряд**

1. Кросс-ролл вперёд.
2. Кросс-ролл назад.
3. Тройка вперёд наружу по кругу.
4. Тройка вперёд внутрь по кругу.
5. Тройка назад наружу (риттбергерская).
6. Тройка назад внутрь двукратная.
7. Перебежки назад по кругу с моухоками и ласточка назад наружу.

### **1 юношеский разряд**

1. Тройка вперёд наружу трёхкратная.
2. Тройка вперёд внутрь трёхкратная.
3. Чоктау короткий (по серпантину, с дуги назад наружу).
4. Твизл назад наружу (риттбергерский).

### **3 спортивный разряд**

1. Перебежка вперёд по кругу с моухоками наружу.
2. Крюки внутрь вперёд и назад.
3. Крюки наружу назад и вперёд.
4. Твизл вперёд наружу (с перебежки назад или кросс-роллов вперёд наружу)

### **2 спортивный разряд**

1. Выкрюк наружу вперёд и назад.
2. Выкрюк внутрь вперёд и назад.

3. Скобы вперёд и назад наружу.
4. Скобы вперёд и назад внутрь.

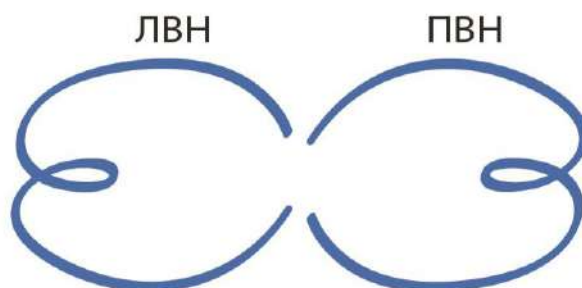
### **1 спортивный разряд**

1. Петли вперёд наружу.
2. Петли вперёд внутрь.
3. Петли назад наружу.
4. Петли назад внутрь.

## 5. Предписанные шаги для выполнения спортивных разрядов.

### 5.1. I спортивный разряд.

Вариант 1  
для передних  
и задних петель.



Вариант 2  
для задних петель.

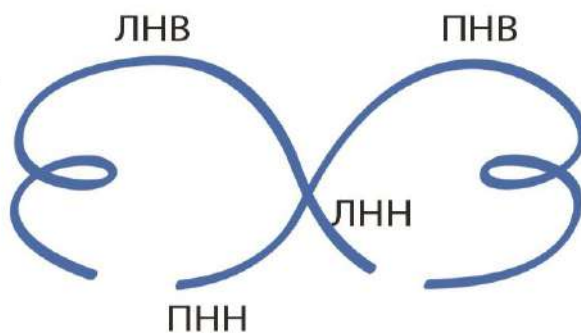


Рисунок 1. Варианты для передних и задних петель.



Рисунок 2. Петля с перетяжкой.

5.2. II спортивный разряд.

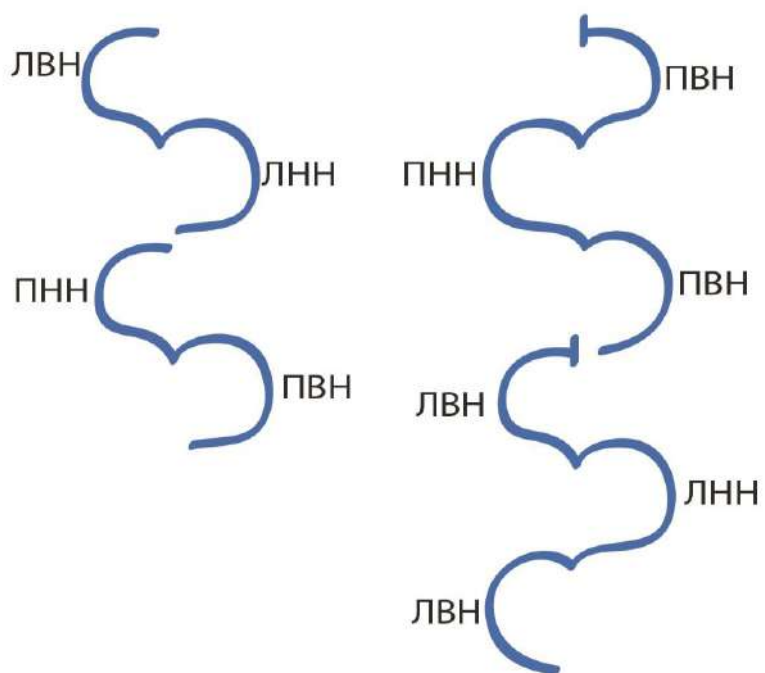


Рисунок 3. Выкрюк наружу.

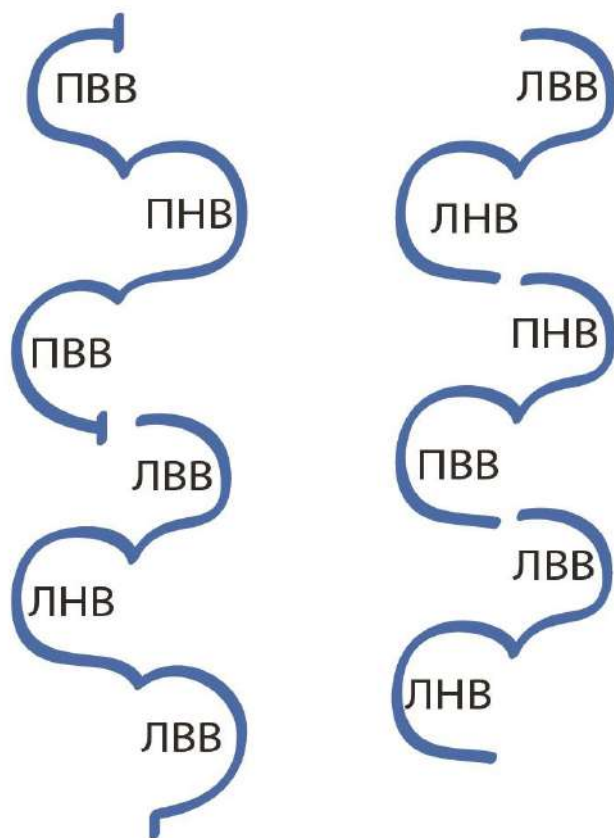


Рисунок 4. Выкрюк внутрь.



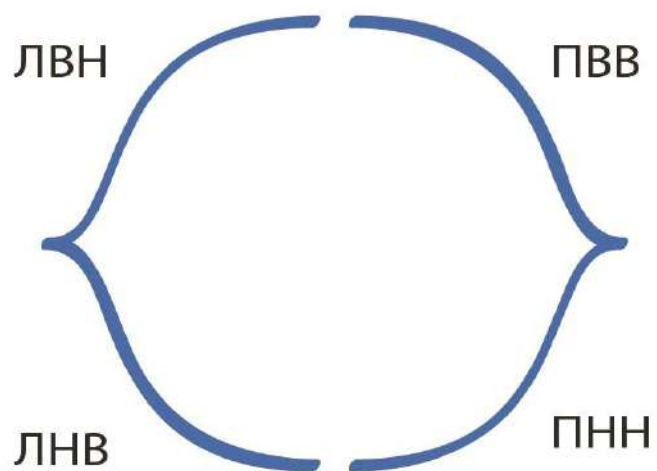


Рисунок 5. Скобка наружу.

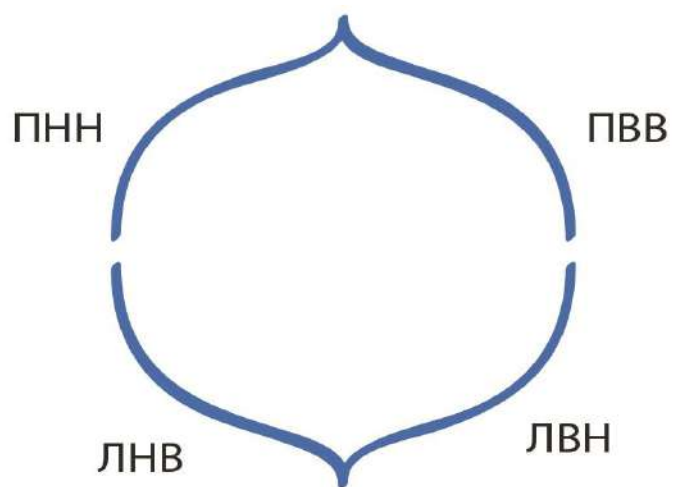


Рисунок 6. Скобка внутрь.

5.3. III спортивный разряд.

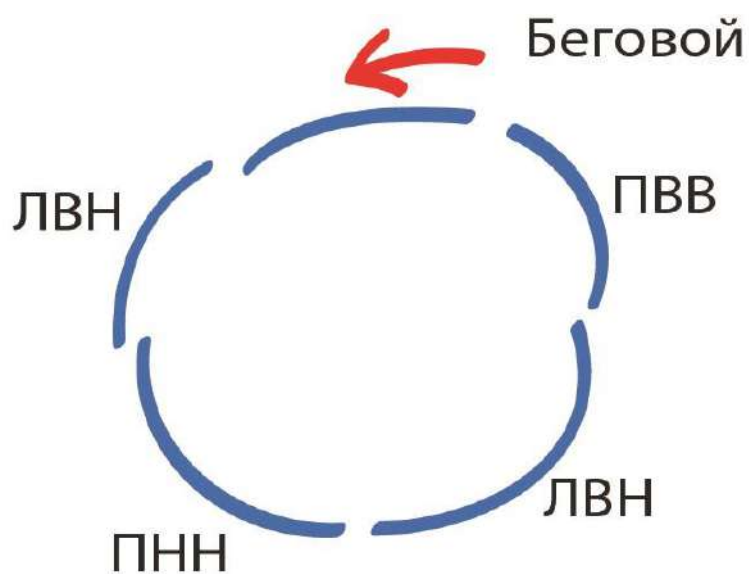


Рисунок 7. Моухок наружу. Вариант 1.

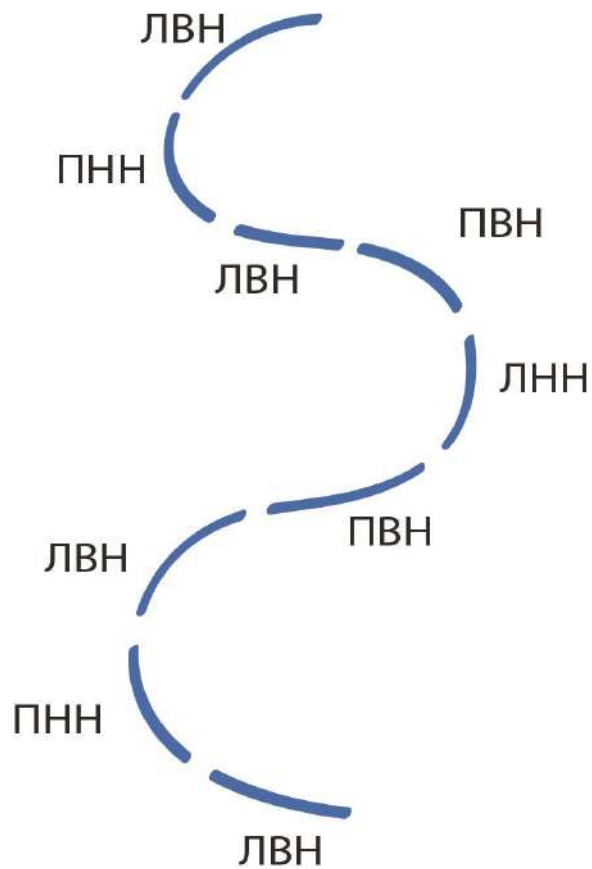


Рисунок 8. Моухок наружу. Вариант 2.

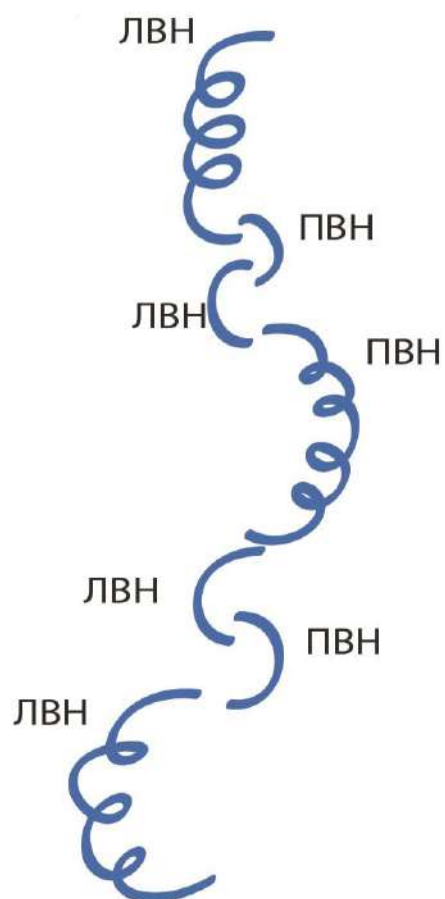


Рисунок 9. Твизл вперед наружу не менее трех оборотов. Вариант 1.

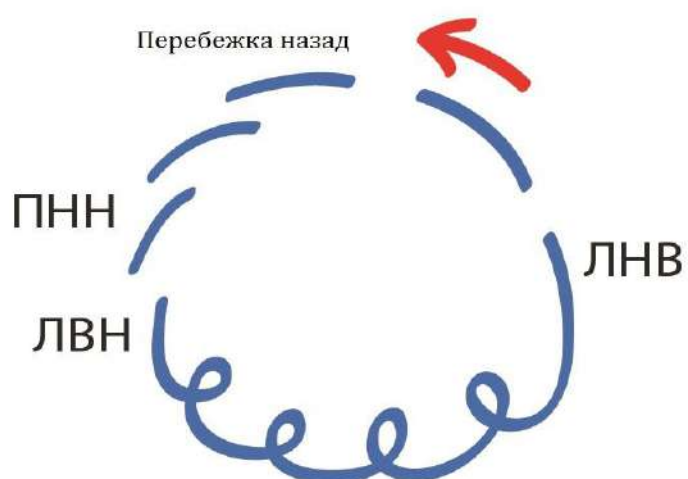


Рисунок 10. Твизл вперед наружу не менее трех оборотов. Вариант 2.

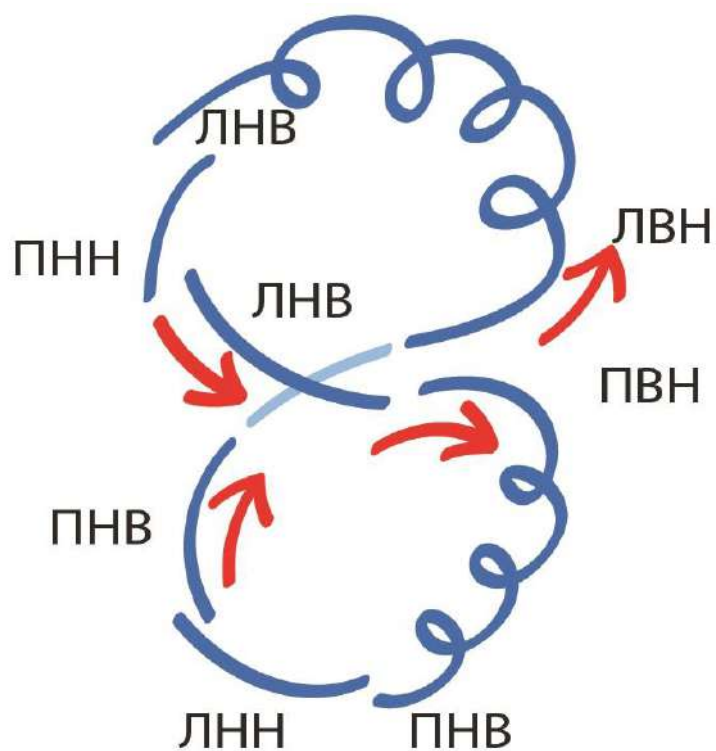


Рисунок 11. Твизл вперед наружу не менее трех оборотов. Вариант 3.

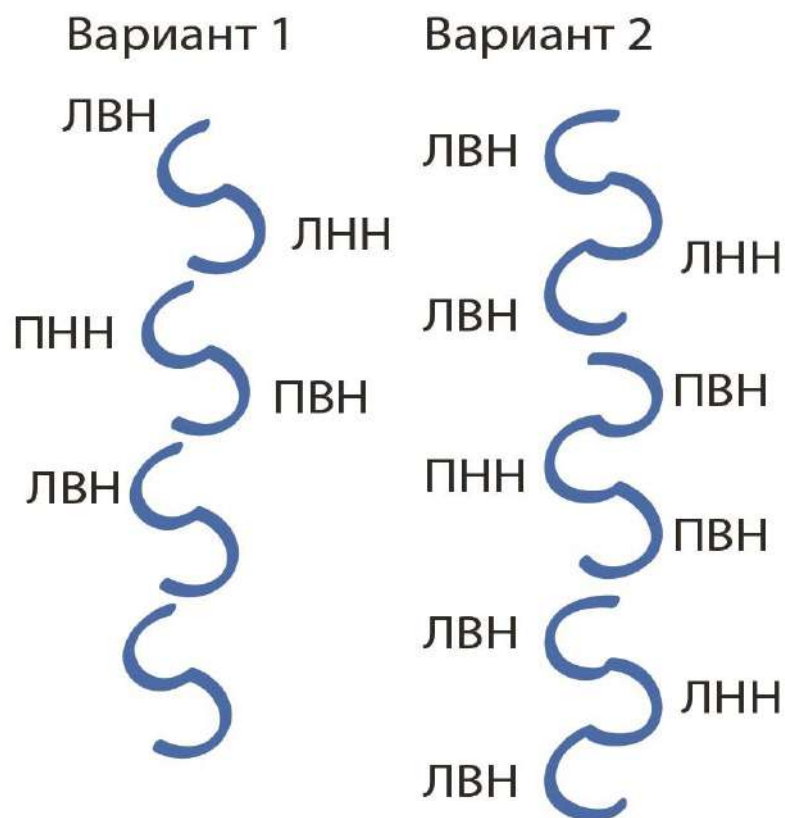


Рисунок 12. Крюк вперед наружу.

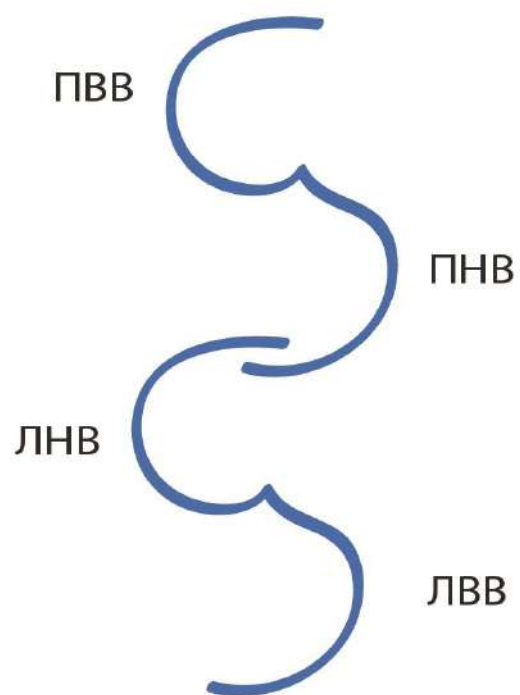


Рисунок 13. Крюк внутрь.

5.4. I юношеский спортивный разряд.

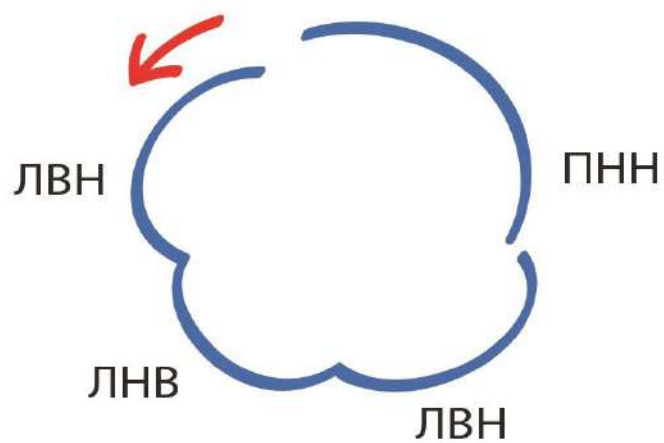


Рисунок 14. Тройка вперед наружу трехкратная.

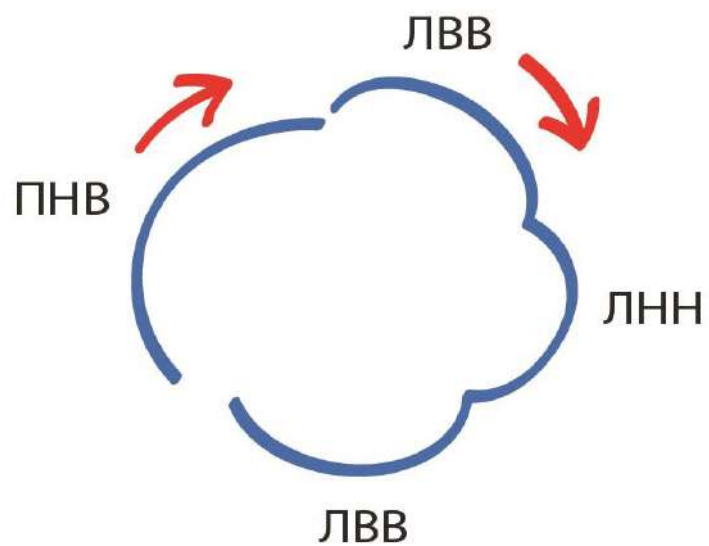


Рисунок 15. Тройка вперед внутрь трехкратная.



Рисунок 16. Чоктау.

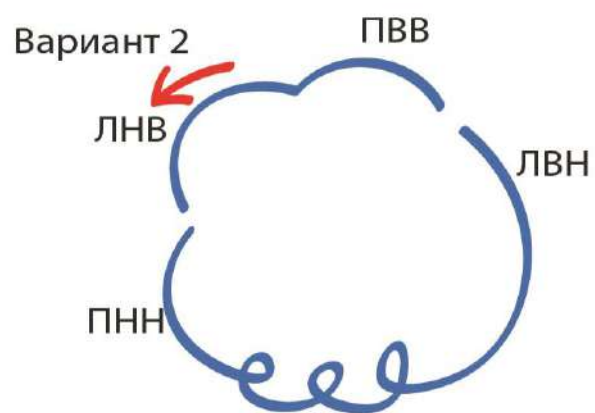
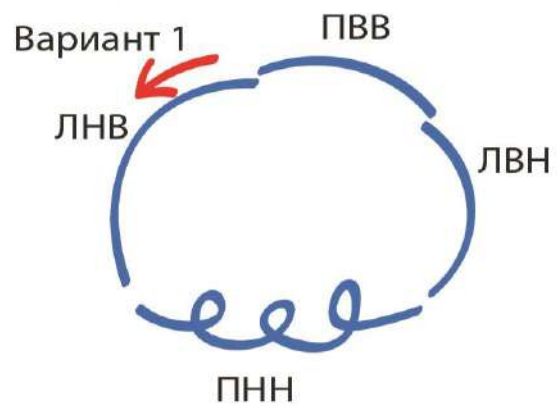


Рисунок 17. Твизл назад наружу не менее трех оборотов.

### 5.5. II юношеский спортивный разряд.



Рисунок 18. Кросс-ролл вперед.

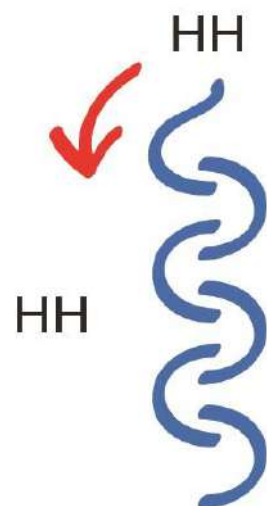


Рисунок 19. Кросс-ролл назад.

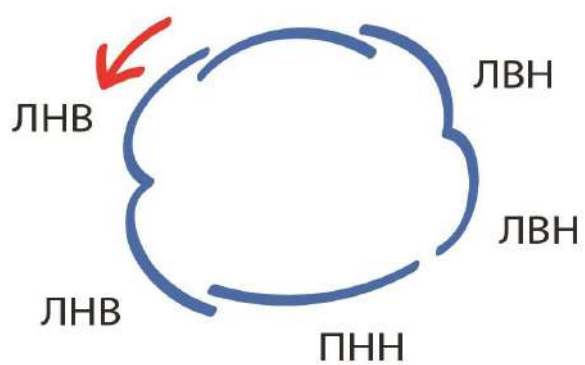


Рисунок 20. Тройка вперед наружу.

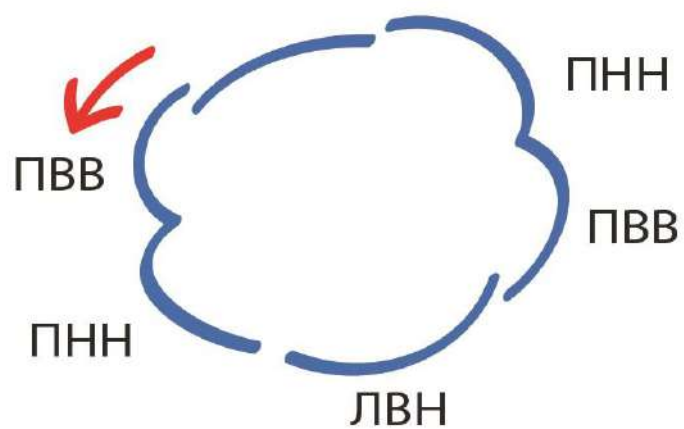


Рисунок 21. Тройка вперед внутрь.



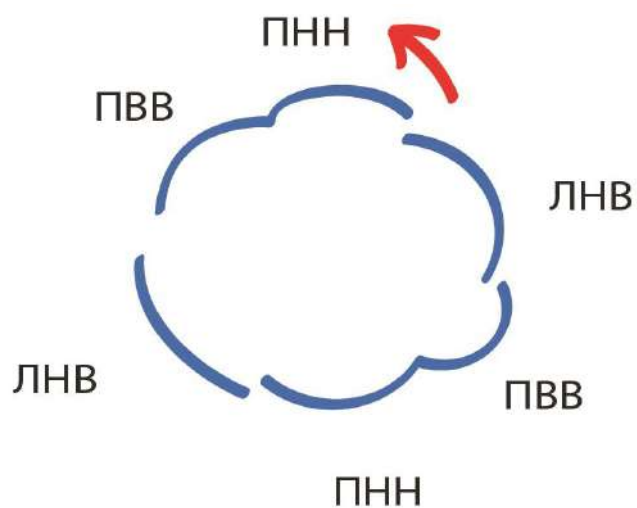


Рисунок 22. Тройка назад наружу (Риттбергеровская).

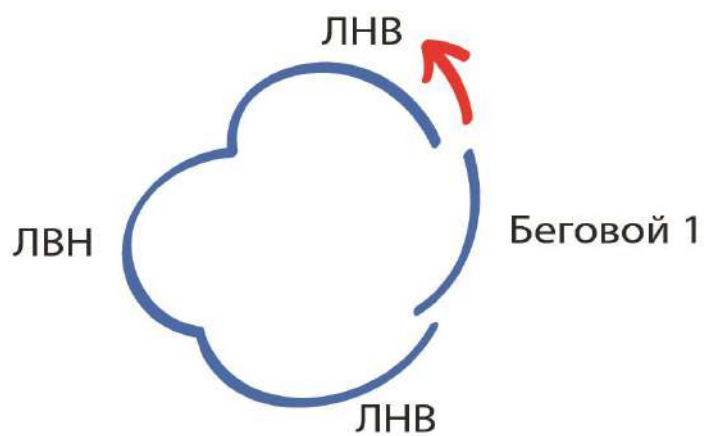


Рисунок 23. Тройка назад внутрь двухкратная.

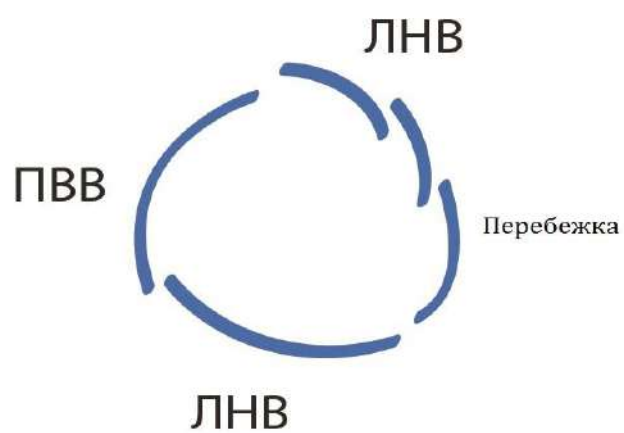


Рисунок 24. Перебежка назад с моухоками вперед внутрь.

5.6. III юношеский спортивный разряд.



Рисунок 25. Дуги вперед наружу.



Рисунок 26. Дуги вперед внутрь.



Рисунок 27. Дуги назад наружу.



Рисунок 28. Дуги назад внутрь.

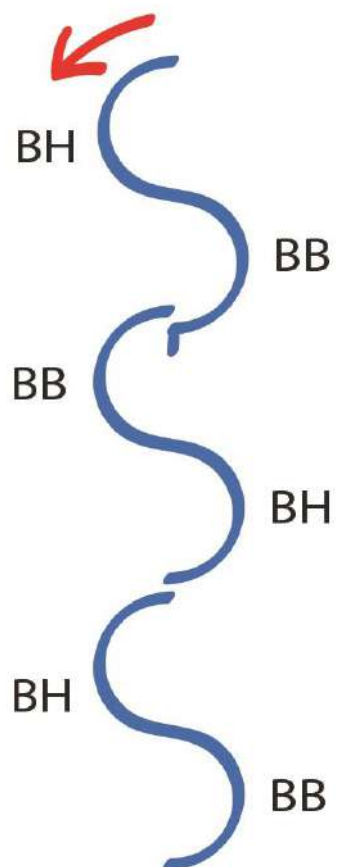


Рисунок 29. Перетяжка вперед (с двух ног).

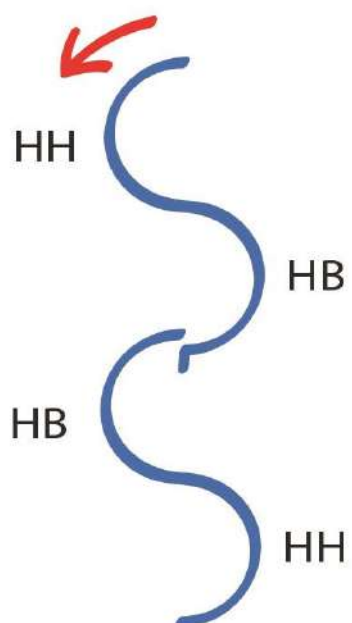
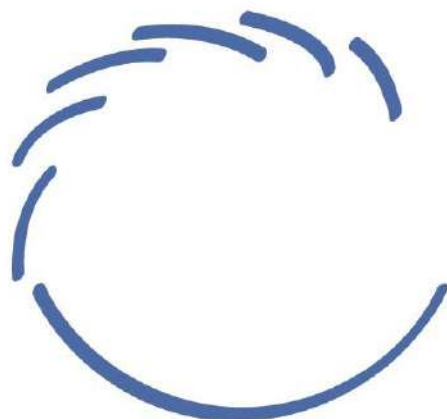


Рисунок 30. Перетяжка назад (с двух ног).



Ласточка ВВ

Рисунок 31. Перебежка вперед с ласточкой вперед  
внутри.



Ласточка ВН

Рисунок 32. Перебежка назад с ласточкой вперед  
наружу.

Сокращения, используемые в настоящих нормах, требованиях и условиях их выполнения по виду спорта

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

М - мужской пол;

Ж - женский пол;

УСС - участие в официальном спортивном соревновании;

ГОЕ - дополнительная оценка стоимости качества исполнения элемента;

ЛВВ – левая нога вперед внутренняя кромка конька;

ЛВН – левая нога вперед наружная кромка конька;

ЛНВ – левая нога назад внутренняя кромка конька;

ЛНН – левая нога назад наружная кромка конька;

ПВВ – правая нога вперед внутренняя кромка конька;

ПВН – правая нога вперед наружная кромка конька;

ПНВ – правая нога назад внутренняя кромка конька;

ПНН – правая нога назад наружная кромка конька.