



СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ

Под редакцией В. В. Маруцака

Москва
ВОЕННОЕ ИЗДАТЕЛЬСТВО
1985

ББК 68.49(2)3

С73

УДК 79

Авторы: А. А. Нестеров, З. А. Чейшвили, В. И. Станкевич,
А. И. Харченко, Н. В. Сысоев, Л. А. Кустов, Н. П. Клусов.

Рецензент заслуженный тренер РСФСР А. Н. Стародубцев

С 1304000000-073 26-85
008(02)-85

© Воениздат, 1985

ВВЕДЕНИЕ

Важнейшей составной частью коммунистического строительства, как отмечается в Программе КПСС и Конституции СССР, является общепартийная и общенародная забота о всемерном укреплении обороноспособности советского государства, повышении боевой готовности Вооруженных Сил СССР. Скорейшему решению поставленной задачи в полной мере способствуют научно-техническая революция в военном деле, дальнейшее насыщение армии новыми видами техники, оружия и средствами механизации. Это неизмеримо повышает требования к морально-политической, психологической и физической подготовке воинов. Только разносторонне подготовленные военнослужащие могут успешно действовать в сложной боевой обстановке, обладать необходимой скоростью реакции, преодолевать нервно-психические напряжения.

Спортивные игры наряду с другими разделами физической подготовки позволяют избирательно воздействовать на воспитание морально-волевых и физических качеств, необходимых воинам в их повседневной учебно-боевой деятельности. Воины, регулярно занимающиеся спортивными играми, как правило, быстрее и качественнее овладевают другими разделами физической подготовки, сноровистее действуют в условиях боевой обстановки. Характерными признаками спортивных игр являются:

непрерывность и внезапность изменения условий игры. Действия занимающихся и быстрая смена обстановки происходят в постоянно изменяющихся условиях, что заставляет игроков мгновенно ее оценивать, действовать инициативно, находчиво и быстро;

большая самостоятельность в действиях. На протяжении всей игры каждый занимающийся должен самостоятельно не только определять, какие действия ему необходимо выполнять, но и принимать решения, когда и каким способом действовать с учетом изменяющейся игровой обстановки;

высокая эмоциональность занимающихся в игровой деятельности. В ходе игры следует постоянно поддерживать активность занимающихся и создавать условия для воспитания у них умения сдерживать эмоции, не терять контроля за своими действиями, в случае успеха не ослаблять борьбы, а при неудаче проявлять волевые качества и продолжать добиваться победы;

разносторонний характер воздействия на организм занимающихся. Чередование движений и действий, часто изменяющаяся по интенсивности и продолжительности двигательная деятельность оказывают общее комплексное воздействие на организм занимающихся, способствуют развитию и совершенствованию у них основных физических качеств (силы, быстроты, выносливости, ловкости, гибкости и др.), формированию различных двигательных навыков; -

коллективность действий. Различные игровые функции обязывают занимающихся постоянно взаимодействовать друг с другом для достижения общей цели и соблюдать игровую дисциплину. Эта особенность спортивных игр имеет важное значение для воспитания дружбы и товарищества, навыков коллективных действий, привычки подчинять свои действия интересам коллектива;

соревновательный характер игровой деятельности. Стремление превзойти соперников в быстроте и точности игровых действий, в технической и тактической изобретательности приучает занимающихся мобилизовывать свои возможности для действий с максимальным напряжением сил и преодолевать трудности, возникающие в ходе спортивной борьбы.

В зависимости от воинской специальности и характера труда большее или меньшее значение приобретают те физические качества, которые или непосредственно влияют на успешность выполнения профессиональных приемов и действий, или способствуют успешному формированию их, или обеспечивают устойчивость проявления навыков в решении поставленных учебно-боевых задач.

В Наставлении по физической подготовке Советской Армии и Военно-Морского Флота с учетом требований современного боя определены общие и специальные задачи физической подготовки военнослужащих. Их решение осуществляется на учебных занятиях, утренней физической зарядке, в процессе физической тренировки в условиях учебно-боевой деятельности и спортивной работы с применением средств гимнастики, преодоления препятствий,

рукопашного боя, плавания, лыжной подготовки, ускоренного передвижения, легкой атлетики и спортивных игр.

Занятия по спортивным играм направлены на развитие общей и скоростной выносливости, быстроты, ловкости, пространственной ориентировки, внимания, точности реакции, на воспитание коллективизма, настойчивости, упорства, инициативы и находчивости.

Каждая спортивная игра располагает определенным арсеналом упражнений, приемов и действий, составляющих ее содержание, овладение которым обеспечивает развитие определенных физических и психических качеств занимающихся.

Бадминтон: удары ракеткой по мячу, подачи, прыжки, выпады, наклоны.

Несмотря на то что эта игра проводится на небольшом игровом поле (13,4 × 6,1 м для парных встреч и 13,4 × 5,18 м для одиночных), она протекает весьма динамично, живо и интересно. Сочетание малого игрового поля с простотой правил, возможностью играть на площадке любого покрытия делает бадминтон популярным и доступным для всех. Выполнение специфичных приемов и действий на игровом поле, большая эмоциональность игры развивают и совершенствуют у игроков быстроту реакции, быстроту и точность действий, соразмерность мышечных усилий, тонкую двигательную координацию, внимание и служат эффективным средством активного отдыха.

Баскетбол: ведение мяча, его передача различными приемами, ловля мяча одной и двумя руками, броски по кольцу, прыжки, бег, остановки, повороты, постоянное наблюдение за действиями игроков своей команды и команды противника.

Разнообразие упражнений, приемов и действий по содержанию, форме, технике выполнения в быстро меняющихся условиях игры, значительные физические нагрузки способствуют улучшению координации и точности движений, развитию ловкости, быстроты, повышают скорость двигательной реакции. Кроме того, при занятиях баскетболом у занимающихся совершенствуются вестибулярный и зрительный анализаторы, обостряется внимание.

Волейбол: передачи мяча, нападающие удары, блокирование, подачи мяча, прыжки, выпады, приседания, падения.

Большое значение в технике игры в волейбол имеют приемы и действия, выполняемые в сочетании с прыжками, особенно при игре у сетки, при приеме трудных мя-

чей. Такие приемы и действия тренируют мышцы ног, развивая их силу, а наклоны, повороты, падения — мышцы тела.

Современный волейбол характеризуется сильным нападающим ударом, значительно затрудняющим прием мяча. Для того чтобы принять такой мяч правильно, игрок постоянно должен быть внимательным и обладать быстротой и точностью реакции и действий.

Совершенствование навыков в точной передаче мяча своему партнеру развивает у занимающихся мышечную чувствительность и соразмерность усилий отдельных мышц. Выполнение передач мяча из различных положений требует от игрока постоянно видеть всех партнеров, оценивать обстановку на площадке, что возможно при высоком уровне развития пространственной ориентировки.

Гандбол: ведение мяча, ловля его различными способами, передачи, броски в ворота с места, с разбегу, в прыжке, в падении, блокирование игрока противника телом и руками, бег с изменением направления, с остановками, прыжки.

Из перечня приемов и действий видно, что игра в гандбол является эффективным средством развития и совершенствования таких физических качеств, как ловкость, быстрота, выносливость, сила мышц ног, туловища, рук. Необходимость преодолевать сопротивление противника, принимать тактически правильные решения в постоянно меняющейся игровой обстановке формирует и совершенствует у игроков решительность, смелость, инициативу, находчивость, коллективизм, распределение и переключение внимания, пространственную ориентировку.

Городки: броски бит в цель, повороты, наклоны.

Игра менее эмоциональна, чем другие виды спортивных игр, проводится в спокойной манере. В ней отсутствует непосредственная контактная борьба с противником. В процессе данной игры развиваются координация движений, глазомер, мышечная чувствительность, в определенной степени — сила и точность движений. Как и теннис, настольный теннис, волейбол и бадминтон, городки являются хорошим средством активного отдыха.

Регби: бег с мячом, ведение мяча ударами ног, ловля и броски мяча, участие в силовом единоборстве с противником, захваты противника и отражение их, бег с изменением направления, поворотами, выпады, наклоны, прыжки.

Характер ведения игры «все в защите — все в нападении», постоянная силовая борьба, часто сменяющаяся игровая ситуация, высокий темп игры способствуют воспитанию физически сильного человека. При занятиях регби совершенствуются сила, общая и силовая выносливость, быстрота, ловкость и сноровка. Разнообразные технико-тактические действия воспитывают инициативу и находчивость, а применение силовых приемов — силу, силовую выносливость, смелость, решительность.

Теннис: удары ракеткой по мячу, выпады, наклоны, прыжки, ускорения.

Содержание упражнений, приемов и действий в теннисе, техника их выполнения, характерная тактика игры, возможность легко управлять ее темпом делают этот вид спортивных игр наиболее доступным для людей различного возраста. Теннис служит средством активного отдыха, эмоциональной разрядки и поддержания соответствующего тонуса сердечно-сосудистой и дыхательной систем для людей старшего возраста.

Для людей младшего возраста эта игра носит ярко выраженный спортивный характер с наличием комбинационной тактики игры, позволяющей сочетать нападение с активной обороной, игру на задней линии с резкими выходами к сетке, с жесткими и разнообразными нападающими ударами и их перехватами с лета и после отскока.

Быстрые свободные и ритмичные движения, в которых участвуют большие мышечные группы, и разнообразная тактика развивают у теннисиста быстроту реакции и двигательную координацию.

Теннис настольный: удары по мячу и подачи, выпады, наклоны.

Эта игра доступна людям всех возрастов. Для людей старшего возраста настольный теннис служит в основном средством активного отдыха. Игра воспитывает быстроту реакции и точность действий, тонкую двигательную координацию, устойчивость и распределение внимания.

Футбол: ведение мяча ногами или головой, разнообразные удары по неподвижному, катящемуся и летящему мячу, остановка его (ногами, головой, грудью), бег с изменением направления, остановками, ускорениями, рывками, прыжки, изменение положения тела в опорном и безопорном положениях.

Перечисленные упражнения, приемы и действия игроки команды выполняют в быстром темпе, со значительными перемещениями по футбольному полю, часто всту-

ная в непосредственное единоборство с противником. Все это предъявляет к футболистам разнообразные требования и развивает у них общую и скоростную выносливость, быстроту, ловкость, силу ног и туловища. В процессе тренировок и соревнований у занимающихся улучшается быстрота двигательной реакции, совершенствуется деятельность органов чувств и вестибулярного аппарата, воспитываются такие качества, как смелость, решительность, находчивость, инициатива, умение быстро ориентироваться в обстановке, чувство коллективизма и др.

Хоккей: ходьба и бег на коньках, ведение шайбы, передача ее, броски шайбы в ворота, силовая борьба, ускоренный бег на коньках.

Бег на коньках с резкими остановками, рывками, разнообразными поворотами, прыжками, выполнение силовых приемов содействуют разностороннему физическому развитию, совершенствуют вестибулярный аппарат у занимающихся, развивают у них быстроту, ловкость, силу, общую и скоростную выносливость. Часто меняющаяся игровая обстановка, тактические действия, необходимость быстрых ответных действий, применение силовых приемов воспитывают у хоккеистов быстроту реакции, ориентировку в пространстве, чувство партнера, коллективизм, смелость, решительность, находчивость и инициативу.

Преимущественная направленность видов спортивных игр на развитие определенных физических и психических качеств показана в табл. 1.

Таким образом, занятия любимыми спортивными играми оказывают существенное влияние на развитие и совершенствование различных физических и психических качеств, повышают общую двигательную активность и благоприятно воздействуют на протекание психических процессов.

Следует помнить, что при занятиях только спортивными играми не достигается максимальный уровень развития физических качеств. В тренировочном цикле, особенно в подготовительном периоде, в содержание тренировки спортсменов для более эффективного развития силы, выносливости, ловкости, гибкости и других качеств, которыми должен обладать спортсмен, включается целый ряд упражнений из тяжелой и легкой атлетики, гимнастики и других видов спорта.

В то же время спортивные игры в силу их эмоциональности, игровой азартности, увлекательности являются эффективным средством воздействия на функции человека, совершенствования отдельных физических и психических

**Преимущественная направленность видов спортивных игр
на развитие физических и психических качеств**

Физические и психические качества	Бадминтон	Баскетбол	Волейбол	Гандбол	Городки	Регби	Теннис	Теннис настольный	Футбол	Хоккей
Общая выносливость		+	+	+		+	+		+	+
Силовая выносливость				+		+			+	+
Скоростная выносливость		+		+		+			+	+
Сила				+		+			+	+
Ловкость	+	+	+	+		+	+	+	+	+
Быстрота в действиях	+	+	+	+		+	+	+	+	+
Быстрота реакции	+	+	+	+		+	+	+	+	+
Тонкая двигательная координация	+				+		+	+		
Точность реакции и действий	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Устойчивость к укачиванию		+	+	+		+				+
Устойчивость внимания					+					
Распределение и быстрое переключение внимания	+	+	+	+		+	+	+	+	+
Концентрация внимания					+					
Эмоциональная устойчивость	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
Пространственная ориентировка		+	+	+		+			+	+
Смелость, решительность, находчивость и инициатива		+	+	+		+			+	+

качеств. Поэтому средства спортивных игр в различном их сочетании применяются с большой пользой в комплексных занятиях.

В табл. 2 показана примерная преимущественная направленность спортивных игр на решение задач физической подготовки по группам воинских специальностей.

Летный состав всех
родов авиации видов
Вооруженных Сил
СССР

Общая выносливость
Словесная выносливость
Пространственная ори-
ентировка
Тонкая двигательная
координация
Быстрота
Точность реакций и
действий
Устойчивость внимания
Распределение и быст-
рое переключение внима-
ния
Устойчивость к укачи-
ванию
Эмоциональная устой-
чивость

	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
				+						
+					+		+	+		
+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
					+					
+	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+

Личный состав над-
водных кораблей и
подводных лодок

Общая выносливость
Ловкость
Быстрота в действиях
Устойчивость к укачи-
ванию

		+	+	+		+			+	+
+	+	+	+	+		+	+	+	+	+
+	+	+	+	+		+	+	+	+	+
		+	+	+		+				+

Личный состав мор-
ской пехоты

Общая выносливость
Быстрота в действиях
Устойчивость к укачи-
ванию
Смелость, решитель-
ность, инициатива и на-
ходчивость

		+	+	+			+	+	+	+
+	+	+	+	+		+	+	+	+	+
		+	+	+		+			+	+

Личный состав час-
тей Воздушно-десант-
ных войск

Общая выносливость
Сила
Быстрота в действиях

		+	+	+		+	+		+	+
+	+	+	+	+		+	+	+	+	+

Группа личного состава	Профессионально важные физические и психические качества	Бадминтон	Баскетбол	Волейбол	Гандбол	Городки	Регби	Теннис	Теннис настольный	Футбол	Хоккей
Личный состав частей Воздушно-десантных войск	Пространственная ориентировка		+	+	+		+			+	+
	Устойчивость к укачиванию		+	+	+		+				+
	Смелость, решительность, инициатива и находчивость		+	+	+		+			+	+
Личный состав частей Гражданской обороны СССР	Эмоциональная устойчивость	+	+	+	+	+	+	+	+	+	+
	Сила				+		+			+	+
	Силовая выносливость				+		+			+	+
	Ловкость	+	+	+	+		+	+	+	+	+

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ В РАЗЛИЧНЫХ ФОРМАХ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ВОЕННОСЛУЖАЩИХ

УЧЕБНЫЕ ЗАНЯТИЯ

Учебные занятия — основная форма физической подготовки. Они организуются в виде инструкторско-методических, показательных, теоретических и практических занятий.

Инструкторско-методические занятия являются основной формой методической подготовки руководителей занятий.

Показные занятия организуются в целях показа содержания физической подготовки, рациональной методики проведения ее различных форм, методов и методических приемов обучения и воспитания военнослужащих.

Теоретические занятия проводятся для изучения основ физической подготовки, а практические — для изучения и освоения программного материала, закрепления прикладных навыков и совершенствования физических и психических качеств.

Они являются основным видом учебных занятий по спортивным играм и подразделяются на предметные и комплексные.

Предметные занятия

Предметные занятия проводятся по одному из видов спортивных игр (баскетболу, волейболу, гандболу, футболу, хоккею, теннису, настольному теннису, бадминтону, регби, гирькам), чтобы разучить новые упражнения, отработать игровые комбинации и тактические системы игры в целом. Они направлены на изучение и совершенствование приемов техники и тактики игры, развитие общей выносливости, быстроты, ловкости, пространственной ориентировки и находчивости, а также на ознакомление с основными правилами спортивных игр.

Бадминтон:

техника игры: стойки, способы держания ракетки, передвижения, подачи, приемы подач, удары;

тактика игры — одиночная и парная.

Баскетбол:

техника игры — техника передвижения: стойки, ходьба, бег, прыжки, остановки, повороты; техника владения мячом: передачи, ловля, броски, ведение, финты, перехваты, вырывания, накрывания, выбивания, овладения мячом;

тактика нападения и защиты — индивидуальная, групповая, командная.

Волейбол:

техника игры — техника передвижения: стойки, ходьба, бег, прыжки, остановки; техника владения мячом: передачи, приемы, подачи, нападающие удары, блокирование;

тактика нападения и защиты — индивидуальная, групповая, командная.

Гандбол:

техника игры полевого игрока — техника владения мячом: ловля, передача, броски, ведение, отбор, перехваты, финты, заслоны; техника передвижения: стойки, ходьба, бег, прыжки, падения, остановки, повороты; техника игры вратаря: отбивания, ловля, переводы, передачи, броски, ведение мяча;

тактика нападения и защиты — индивидуальная, групповая, командная.

Городки:

техника игры: стойки, держание биты, броски, выбивание фигур;

тактика игры — индивидуальная, групповая, командная.

Регби:

техника игры: стойки, передвижения, держание мяча, ловля, поднимание мяча, передачи, финты, удары ногами, ведение мяча ногами, захваты;

тактика игры — индивидуальная, групповая, командная.

Теннис:

техника игры: стойки, способы держания ракетки, передвижения, удары, подачи, приемы подач;

тактика игры — одиночная и парная.

Теннис настольный:

техника игры: стойки, передвижения, способы держания ракетки, подачи, приемы подач, удары, вращения мяча;

тактика игры — одиночная и парная.

Футбол:

техника игры полевого игрока (техника владения мячом): удары, передачи, остановки, ведение, обводка, отбор, перехваты, вбрасывание мяча из-за боковой линии, игра головой; техника игры вратаря: ловля, отбивание, переводы, броски и удары от ворот, отбор, перехваты;

тактика нападения и защиты — индивидуальная, групповая, командная.

Хоккей:

техника игры полевого игрока (техника владения шайбой): способы держания клюшки, ведение, броски, удары, остановка; техника игры вратаря: способы держания клюшки, отбивание, ловля, передачи, остановки;

тактика нападения и защиты — индивидуальная, групповая, командная.

Организационно-методические указания к проведению предметных занятий

В процессе обучения спортивным играм особое внимание обращается на изучение и совершенствование основных технико-тактических приемов. По мере их усвоения условия выполнения постепенно усложняются (увеличивается быстрота, скорость передвижения доводится до игровой). Качество усвоения технического приема оценивается по тактической грамотности и эффективности применения этого приема в условиях игры и выполнения контрольных упражнений.

При изучении отдельных приемов техники внимание занимающихся акцентируется вначале на последовательности овладения структурой движения, а затем на деталях, способствующих качественному выполнению приема.

Тактическая подготовка в процессе учебных занятий должна тесно сочетаться с технической. Она предусматривает овладение навыками в следующих действиях:

в правильной оценке изменяющейся ситуации и применении наиболее рациональных индивидуальных действий в нападении и защите;

в эффективном использовании взаимодействия двух, трех и более игроков в нападении и защите;

в применении комбинаций, целесообразных для конкретного момента игры;

в применении комбинаций, типичных для игровой ситуации в целом;

в быстром переключении с одной тактической системы игры на другую.

Системы игры в защите и нападении, а также тактические комбинации разучиваются на одной половине поля. При обучении тактике игры в нападении комбинации разучиваются сначала при пассивном, а затем и при активном сопротивлении защитников.

Системы игры и комбинации совершенствуются в учебных играх и соревнованиях. В учебных играх даются конкретные тактические задания как отдельным игрокам, так и команде в целом.

Каждое предметное занятие состоит из трех частей (подготовительной, основной и заключительной), органически связанных между собой, но имеющих относительную самостоятельность в решении частных задач.

Основным содержанием **подготовительной части предметного занятия** являются организация занимающихся и подготовка их организма к работе в основной части занятия.

В содержание подготовительной части занятия входят: строевые приемы, ходьба, бег, различные прыжковые и общеразогревающие упражнения для мышц плечевого пояса, туловища, ног; специальные и имитационные упражнения по технике игры; упражнения с набивными мячами, на внимание, для развития быстроты и точности реакции; комплексные упражнения; эстафеты.

Для начала движения подается команда **«Взвод (рота), в обход площадки (зала) шагом — МАРШ! (на ходу — МАРШ!)»**. По этой команде подразделение двигается по границам площадки (зала), заходя правым плечом вперед без дополнительной команды.

Для изменения способа передвижения, например обычного бега на бег правым боком вперед приставными шагами, подается команда **«Взвод (рота), бег правым боком вперед приставными шагами, упражнение начи-НАИ!»**. Для окончания передвижения тем или иным способом подается команда **«Упражнение — ЗАКОНЧИТЬ!»**. Изменение способа передвижения может осуществляться по сигналам, подаваемым руководителем занятия свистком. Так,

например: один свисток — обычный бег, два свистка — бег правым боком вперед приставными шагами, три свистка — бег левым боком вперед приставными шагами. Во время ходьбы и бега выполняются общеразвивающие упражнения для мышц плечевого пояса, туловища, ног из исходного положения, которое принимается по команде «Исходное положение — ПРИНЯТЬ!». Например: «Исходное положение руки в стороны на высоте плеч, пальцы сжаты в кулак. Исходное положение — ПРИНЯТЬ! Упражнение начи-НАЙ!». Выполнение упражнения заканчивается по команде «Упражнение — ЗАКОНЧИТЬ!».

В конце подготовительной части занятия проводятся комплексные упражнения и эстафеты. В их содержание входят специальные упражнения, характерные для данного вида спорта, различные способы передвижения, имитационные упражнения по технике игры. Продолжительность подготовительной части в одночасовом занятии 7—10 мин, в двухчасовом 10—25 мин.

По окончании подготовительной части занятия подразделение выстраивается в колонну по два, по три или по четыре. Указав места занятий, руководитель подает команду «Взвод (рота), к местам занятий шагом (бегом) — МАРШ!». По этой команде отделения (взводы) в колонне по одному двигаются кратчайшим путем к местам занятий и, подойдя к ним, обозначают шаг на месте, затем по общей команде останавливаются и поворачиваются налево. После этого руководитель подает команду «К выполнению упражнений — ПРИСТУПИТЬ!». Командиры отделений (взводов) делают два шага вперед и, повернувшись налево, подают команду «Отделение (взвод) — ВОЛЬНО!».

Задачами основной части предметного занятия являются:

- обучение техническим и тактическим приемам игры и их совершенствование;
- овладение техническими и тактическими навыками, воспитание умения применять их в двусторонних играх;
- развитие физических, волевых и специальных качеств;
- повышение общей работоспособности.

В содержание основной части этого занятия включаются подготовительные, подводящие и специальные упражнения, направленные на изучение приемов техники и тактики игры в баскетбол, волейбол, гандбол, футбол, хоккей, теннис, настольный теннис, бадминтон, регби, городки, эстафеты, игры в один ворота (кольцо), учебно-трениро-

вочные игры по упрощенным правилам и в соответствии с правилами соревнований.

В начале основной части проводится обучение основным приемам техники и тактики игры и совершенствование в их выполнении. По мере овладения ими занимающимися в нее включают двусторонние учебно-тренировочные игры.

Руководитель осуществляет общее руководство основной частью занятия, направляет действия командиров отделений (взводов), организует и проводит учебно-тренировочные игры. Он следит за своевременной сменой мест занятий, наблюдает за порядком и дисциплиной занимающихся, выделяет в отдельную группу отстающих и организует с ними обучение или тренировку. Он обязан образцово показать упражнение; когда это необходимо, оказать помощь командирам отделений (взводов) в устранении ошибок, допущенных занимающимися при разучивании упражнений или в ходе учебно-тренировочных игр.

Командир отделения является непосредственным помощником руководителя (командира взвода, роты). От его действий зависит эффективность воспитания, обучения и тренировки в процессе занятий по спортивным играм. Он подготавливает места занятий, проверяет исправность оборудования и инвентаря, при обучении называет (а при необходимости показывает) упражнения и объясняет порядок их выполнения.

Как было указано, обучение приемам техники игры проводится с помощью подготовительных и подводящих упражнений, изучаемых индивидуально или в парах в разомкнутом двухшереножном строю лицом друг к другу. Интервал между парами и дистанция между занимающимися выбираются в зависимости от упражнения. После подготовительных и подводящих упражнений занимающиеся переходят к выполнению приемов с места, в медленном темпе, на точность, на небольшую дистанцию.

По мере овладения двигательным навыком какого-либо технического приема дальнейшее изучение его проводится в условиях, приближенных к игре. Прием выполняется в быстром темпе, в движении, в полную силу, на точность, с активным сопротивлением противника, в условиях жесткого лимита времени, в соответствии с правилами соревнований, индивидуально и в парах, в группах (в составе двух, трех и более занимающихся), одновременно, поочередно или поточно. Если упражнение по организационной форме сложное, то перед его выполнением руководитель

занятия или командир взвода (отделения) доводит до занимающихся порядок его разучивания.

Обучение индивидуальным и групповым тактическим действиям осуществляется в основной части занятия одновременно с совершенствованием в выполнении технических приемов, а сложным групповым и командным тактическим действиям (тактическим комбинациям, системам игры в защите и нападении) — перед двусторонними играми с демонстрацией на макете или непосредственно на спортивной площадке.

Важное место в проведении основной части занятия занимают организация и проведение двусторонних учебно-тренировочных игр. Их вначале проводят по упрощенным правилам, предусматривающим увеличение или уменьшение количества игроков в командах, уменьшение размеров площадки. По мере овладения обучаемыми техническими приемами и тактическими действиями двусторонние игры проводят по официальным правилам соревнований.

Перед двусторонней учебно-тренировочной игрой руководитель занятия строит подразделение и распределяет его на команды в зависимости от уровня подготовленности обучаемых. Кроме того, перед началом игры руководитель назначает судей из числа занимающихся. Затем он дает на игру установку, которая должна быть краткой и хорошо понятной обучаемым, например для гандбола: «Система игры в нападении — быстрый прорыв и позиционное нападение 1 + 3 + 3, в защите — зонная 1 + 5 + 1. В процессе игры применять изученные приемы техники и тактики. Игру проводить в соответствии с действующими официальными правилами соревнований».

В ходе двусторонней игры руководитель занятия следит за выполнением обучаемыми установки на игру, за их активностью, соблюдением правил соревнований, поведением и дисциплиной, правильностью решений, выносимых судьями. При необходимости он может остановить игру и указать на недостатки в применении технических приемов и тактических действий команд. При этом он обращает внимание вначале на общие недостатки (присущие большинству обучаемых), а затем — на частные. Продолжительность основной части в одночасовом занятии 35—40 мин, в двухчасовом 65—85 мин.

Основными задачами заключительной части предметного занятия являются приведение организма в относительно спокойное состояние и подведение итогов.

В заключительную часть занятия включаются приведение в порядок мест занятий и инвентаря, ходьба и медленный бег, упражнения на расслабление мышц в сочетании с глубоким дыханием. Заканчивается занятие подведением итогов. Руководитель при этом напоминает занимающимся пройденный материал, указывает степень усвоения ими приемов и действий, отмечает активность и недостатки отдельных занимающихся, дает задания на самоподготовку. Продолжительность заключительной части в одночасовом занятии 3—5 мин, в двухчасовом 5—10 мин.

В табл. 3 и 4 приводятся примерные планы одночасового и двухчасового предметных занятий.

Таблица 3

**Примерный план
одночасового предметного занятия по гандболу**

Подразделение: 1-й взвод 2-й роты.

Задачи: 1. Ознакомление с основными правилами игры.

2. Совершенствование технической подготовленности занимающихся (изучение передачи мяча согнутой рукой сбоку и ловли его двумя руками).

3. Воспитание коллективизма, инициативы и находчивости.

Время: 50 мин.

Форма одежды: спортивная.

Материальное обеспечение: 8—10 гандбольных мячей, макет площадки.

Место проведения: площадка для игры в гандбол.

Пособия: НФП-78, Правила соревнований.

Содержание занятия	Время, мин	Организационно-методические указания
--------------------	---------------	--------------------------------------

Подготовительная часть — 10 мин

1. Построение, доведение задач занятия	1	Проверить наличие занимающихся и их форму одежды
2. Ознакомление с основными правилами передачи и ловли мяча	4	Взвод в двухшереножном строю. При ознакомлении с правилами игры использовать макет площадки
3. Ходьба, бег лицом вперед, приставными шагами правым и левым боком вперед, спиной вперед, бег лицом вперед с круговыми движениями рук вперед и назад, ходьба выпадами вперед с поворотами туловища, бег с ускорениями	5	Ходьбу, бег и упражнения проводить в колонне по одному в движении, дистанция между занимающимися — 2 шага; ходьбу и бег различными способами осуществлять, используя разметку площадки. Ускорения во время бега в среднем темпе чередовать через 30 м (повторить 2—3 раза)

Основная часть — 35 мин

<p>1. Изучение передачи мяча согнутой рукой сбоку и ловля мяча двумя руками: после одного шага с места; после трех шагов с места; в движении бегом</p>	25	<p>Взвод в двухшереножном строю. Показ осуществлять, находясь в положении правым боком к строю; кратко рассказать технику выполнения упражнений. Изучение проводить во встречных колоннах (дистанция между колоннами — 5—10 м).</p> <p>При выполнении упражнений сконцентрировать внимание на захлестывающем движении предплечья и кисти руки при передаче мяча и амортизирующем движении рук при ловле его. После ловли и передачи мяча занимающиеся должны уйти в конец противоположной колонны, двигаясь с правой стороны от нее</p>
<p>2. Встречная эстафета с мячом</p>	10	<p>Взвод разделить на две равные команды и построить в две колонны на расстоянии 20 м от мячей. Интервал между командами 3—4 м. По сигналу направляющим каждой из команд пробежать 10 м лицом вперед, 10 м спиной, подобрать мяч и передать его согнутой рукой сбоку в опоре очередному игроку своей команды. После этого встать на левый фланг своей колонны. Получивший мяч должен пробежать с ним 20 м (10 м лицом вперед, 10 м спиной), положить его на отметку, возвратиться, дотронуться рукой до очередного игрока своей команды и встать на левый фланг. Очередной должен выполнить действия направляющего и т. д. По окончании эстафеты руководитель должен объявить ее результат, отметить правильные коллективные действия команды и обратить внимание на проявление инициативы и находчивости отдельными занимающимися</p>

Заключительная часть — 5 мин

<p>1. Приведение в порядок мест занятий и инвентаря</p>	2
---	---

Содержание занятия	Время, мин	Организационно-методические указания
2. Бег в спокойном темпе, ходьба, упражнения на расслабление мышц в сочетании с глубоким дыханием	2	Взвод — в колонне по одному
3. Подведение итогов занятия	1	Отметить положительные и отрицательные стороны техники выполнения упражнений занимающимися. Дать задания на самоподготовку

Руководитель занятия _____

" _____ 19__ г.

Таблица 4

**Примерный план
двухчасового предметного занятия по волейболу**

Задачи: 1. Изучение присма и передачи мяча двумя руками снизу и верхней прямой подачи.

2. Совершенствование изученных приемов в двусторонней учебно-тренировочной игре.

3. Воспитание коллективизма, настойчивости и инициативы.

Подразделение: учебная группа.

Время: 100 мин.

Форма одежды: спортивная.

Материальное обеспечение: 14 мячей.

Место проведения: спортивный зал.

Пособия: НФП-78, Правила соревнований.

Содержание занятия	Время, мин	Организационно-методические указания
--------------------	------------	--------------------------------------

Подготовительная часть — 23 мин

1. Построение, доведение задач занятия	12	Проверить наличие занимающихся и их форму одежды
2. Ходьба, ходьба спортивным шагом	1	Группа в колонне по одному
3. Бег, бег вдоль сетки приставными шагами левым и правым боком вперед	1	При беге вдоль сетки кисти рук в исходном положении у плеч
4. Бег с вращательными движениями рук в плечевых суставах вперед и назад	1	Проводить с небольшими подскоками, дистанция между занимающимися 2 шага
5. Падения вперед вправо, вперед влево с перекатом через бедро, спину	2	Проводить по сигналам (сигнал — свисток), после выполнения падения быстро встать и продолжать движение вперед шагом

Содержание занятия	Время, мин	Организационно-методические указания
6. Падения вперед с опорой на руки и последующим переворотом вперед на грудь	2	Выполнять по сигналу с предварительным поворотом налево
7. Бег спиной вперед с поворотами на 180° и ускорениями вперед на 8—10 м	2	Выполнять по сигналу: один свисток после поворота — ускорение, два свистка — бег спиной вперед
8. Прыжки толчком двумя ногами с доставанием одной рукой высоко расположенных предметов	2	Проводить в сочетании с бегом в среднем темпе, выполнить 3—4 прыжка

Основная часть — 67 мин

1. Изучение приема и передачи мяча двумя руками снизу:	4	Группа в двухшереножном строю
имитация передачи мяча двумя руками снизу	4	Акцентировать внимание на развернутом вверх положении предплечий с выпрямлением рук в локтевых суставах
передача мяча двумя руками снизу перед собой	4	Проводить индивидуально (вначале выполняет первая шеренга, затем — вторая)
передача мяча двумя руками снизу после перемещения вперед	5	Проводить в парах (первая шеренга выполняет передачу мяча двумя руками сверху, вторая — двумя руками снизу, затем наоборот)
то же, но после передвижения вправо	4	Интервал между занимающимися 3 шага. Обратить внимание на разворот туловища и предплечий в сторону передачи, а также на порядок выполнения упражнений
2. Изучение верхней прямой подачи:	4	Проводить у места подачи, обратить внимание на правильность подбрасывания мяча и хлестообразное ударное движение кистью и предплечьем
подбрасывание мяча с последующим ударом и ловлей его	4	Порядок выполнения прежний
верхняя прямая подача мяча партнеру с 4—5 и 9—10 м	4	Проводить в парах без сетки, обратить внимание на точность подачи, для чего направлять кисть и предплечье в сторону подачи

Содержание занятия	Время, мин	Организационно-методические указания
верхняя прямая подача мяча через сетку с 4—5 м от сетки и из-за лицевой линии	10	Проводить в парах (один подает, другой принимает двумя руками снизу и выполняет передачу над собой)
3. Двусторонняя учебно-тренировочная игра	24	Проводить по упрощенным правилам. Обратит внимание на технику выполнения изученных приемов (передач мяча снизу и сверху, верхней прямой подачи). По окончании игры руководитель должен объявить ее результат, отметить правильные коллективные действия команды и обратить внимание на проявление коллективизма, настойчивости и инициативы отдельными занимающимися

Заключительная часть — 10 мин

1. Приведение в порядок мест занятий и инвентаря	4	
2. Бег в спокойном темпе, ходьба, упражнения на расслабление мышц в сочетании с глубоким дыханием	3	
3. Подведение итогов занятия	3	Отметить положительные и отрицательные стороны техники и тактики выполнения упражнений занимающимися

Руководитель занятия _____

« _____ 19__ г.

Комплексные занятия

Комплексные занятия проводятся в целях общей и специальной тренировки личного состава. Они включают приемы и действия из различных разделов физической подготовки.

Повышение эффективности занятий может быть достигнуто лишь в результате внедрения в практику целого комплекса мер, направленных на постоянное совершенствование учебно-педагогического процесса. Теоретические данные и практика физического воспитания позволяют считать, что общим направлением этих мер является всесторонняя интенсификация процесса обучения и тренировки. Это достигается за счет резкого повышения эффективности и использования выделяемого на физическую подготовку как учебного, так и внеучебного времени; подбора наиболее эффективных упражнений, приемов и действий, составляющих содержание физической подготовки; целенаправленного использования ее средств для развития физических качеств (силы, быстроты, ловкости и выносливости) и военно-прикладных навыков; комплексирования средств физической подготовки; повышения тренировочной направленности основных форм физической подготовки (утренней физической зарядки, учебных занятий, спортивной работы); внедрения в практику современных методов спортивной тренировки.

Одним из наиболее эффективных путей интенсификации процесса обучения и тренировки являются комплексные учебные занятия по физической подготовке, в содержание которых входят многочисленные простые упражнения на быстроту, силу, ловкость, выносливость, развивающие профессионально важные качества.

При определении содержания комплексных занятий руководствуются возможностью выполнения упражнений, их соответствием педагогическим задачам конкретного периода обучения и кумулирующим эффектом тренировки.

Программный материал по спортивным играм (баскетбол, волейбол, гандбол, футбол, хоккей, теннис, теннис настольный, бадминтон, регби, городки) предъявляет высокие требования не только к техническим умениям и навыкам, но и к уровню развития физических качеств у занимающихся. Комплексные занятия как метод интенсификации физической подготовки дают большие возможности для развития физических качеств, особенно силовой и скоростной выносливости.

Применение на учебных занятиях по спортивным играм упражнений, приемов и действий, составляющих содержание других разделов физической подготовки, приобретает особое значение, так как позволяет успешно решать следующие задачи:

более эффективно совершенствовать физические, психические качества и двигательные навыки у обучаемых за счет тренировочной направленности, целенаправленного воздействия упражнений, возможности широкого применения различных вариантов нагрузок и способов организации занимающихся;

развивать у обучаемых способность быстро переключаться от одного вида двигательной деятельности к другому;

значительно увеличивать плотность урока и применять интенсивные физические нагрузки, приближать их к соревновательному режиму игровой деятельности, т. е. ликвидировать длительные паузы между упражнениями в ходе занятий по отдельным разделам физической подготовки.

В процессе комплексных занятий с преимущественным использованием средств и методов тренировки, применяемых в спортивных играх, не только развиваются физические качества занимающихся, но и совершенствуется их спортивно-техническая и тактическая подготовка.

Содержание комплексных занятий

Комплексные занятия по физической подготовке, проводимые в целях более эффективного овладения техникой и тактикой игры в баскетбол, волейбол, гандбол, футбол, хоккей, регби, наиболее результативны, если в их содержание входят не только средства самих спортивных игр, но и упражнения, приемы, действия из разделов гимнастики, легкой атлетики или плавания. Примерное содержание комплексных занятий по спортивным играм с использованием упражнений из разделов гимнастики, легкой атлетики и плавания приводится в табл. 5.

В содержание комплексных занятий по спортивным играм помимо средств гимнастики, легкой атлетики и плавания включаются подвижные игры с элементами общеразвивающих упражнений, бега, упражнений на ловкость, скорость, прыжков с места в длину, в высоту, метаний, лазанья, с сопротивлением. Подвижные игры, включаемые в подготовительную и основную части занятия, не только способствуют эффективному развитию физических и психических качеств занимающихся, но и совершенствуют их навыки в активных, самостоятельных и коллективных действиях при постоянно меняющихся условиях двигательной деятельности.

Таблица 5

Примерные упражнения из разделов гимнастики, легкой атлетики и плавания НФП-78, используемые в комплексном занятии по спортивным играм

Упражнение	Номер упражнения по НФП-78	Часть учебного занятия		
		подготовительная	основная	заключительная
Гимнастика				
1. Стрессовые приемы: построения, повороты на месте и в движении		+	+	+
2. Ходьба, бег, упражнения в движении (с высоким подниманием колен, пригнутые вперед, боком, спиной вперед, с поворотами, наклонами туловища, с выпадами, с изменением скорости и направления движения)		+	—	+
3. Вольные упражнения (подтягивающие, для мышц рук и плечевого пояса, туловища, ног, всего тела)		+	—	+
4. Упражнения на гимнастической стенке (прогибания, приседания, взмахи ногами, поднимание и разведение ног)		+	—	+
5. Упражнения на гимнастической скамейке (наклоны, поднимание ног, сгибание и разгибание рук в упоре, прыжки через скамейку)		+	—	—
6. Комплексы вольных упражнений на 10 счетов:				
первый	1	+	+	+
второй	2	+	+	+
третий	3	+	+	+
7. Упражнения на перекладине:				
подтягивание	5	—	+	—
подъем переворотом	6	—	+	—
подъем силой	7	—	+	—
8. Упражнения на брусьях:				
сгибание и разгибание рук в упоре	11	—	+	—
угол в упоре	12	—	+	—
9. Опорные прыжки:				
прыжок ноги врозь через козла в длину	16	—	+	—
прыжки ноги врозь через козла на быстроту	19	—	+	—
10. Упражнения с тяжестями:				
поднимание гири	21	—	+	—
упражнения с патронным ящиком, бревном, штангой (поднимание на плечо, на спину, на грудь, сгибание и разгибание рук, наклоны, приседания, переноска груза)	21	—	+	—

Упражнение	Номер упражнения по НФП-78	Часть учебного занятия		
		подготовительная	основная	заключительная
11. Акробатические упражнения:				
акробатическое упражнение № 1	22	+	+	—
акробатическое упражнение № 2	23	+	+	—
прыжки с трамплина	24	+	+	—
12. Упражнения на расслабление мышц рук, ног и туловища		—	+	+

Легкая атлетика

13. Бег на 100 м	51	—	+	—
14. Челночный бег 10×10 м	52	—	+	—
15. Прыжок в длину с места	53	+	+	—
16. Кросс на 1 км	56	—	+	—
17. Бег в среднем темпе на 200, 400 и 800 м		+	—	+

Плавание

18. Плавание на 100 м	43	—	+	—
19. Ныряние в длину	45	—	+	—
20. Прыжок в воду вниз ногами	47	—	+	—
21. Прыжок в воду вниз головой	48	—	+	—
22. Упражнения в воде (многократное выполнение выдоха в воду, движения ногами лежа на груди, спине, плавание с доской)		—	+	+

На первом этапе обучения комплексные занятия способствуют достижению высокого уровня общей физической подготовленности в сокращенные сроки, овладению приемами и действиями, необходимыми для ведения игры, а также совершенствованию физических качеств, нужных для профессиональной деятельности.

В зависимости от педагогических задач периода обучения, уровня физической и технической подготовленности занимающихся, а также от особенностей различных видов спортивных игр предложенное содержание комплексных занятий конкретизируется. В соответствии с задачами и содержанием учебного занятия определяется та или иная форма организации занимающихся.

Методика проведения комплексных занятий

Методика проведения комплексных занятий по программе физической подготовки военнослужащих с использованием средств спортивных игр, гимнастики, легкой атлетики или плавания в целях развития выносливости, быстроты, силы и ловкости для совершенствования технической подготовленности на фоне больших физических нагрузок требует от руководителя занятий хорошего знания учебного материала и высокого педагогического мастерства.

Комплексные занятия, как и занятия по разделам физической подготовки, состоят из трех взаимосвязанных между собой частей (подготовительной, основной, заключительной) и проводятся по плану, приведенному в табл. 6.

Подготовительная часть (7—10 мин) проводится в составе взвода и имеет целью подготовить организм к физической нагрузке различной интенсивности в основной части занятия. Содержанием подготовительной части комплексных занятий являются ходьба и бег, строевые приемы, вольные упражнения для различных групп мышц, упражнения вдвоем, упражнения на гимнастической скамейке и стенке. Методика проведения этой части занятия состоит в постепенном увеличении дистанции, темпа ходьбы и бега, скорости выполнения упражнения, усложнении приемов и действий.

Основная часть (35—40 мин) проводится по отделениям, группам или в составе взвода в целях тренировки обучаемых в выполнении упражнений и действий, развивающих физические и психические качества, а также совершенствования технико-тактических приемов игры.

В содержание этой части комплексного занятия включаются изученные приемы и действия, физические упражнения из гимнастики, легкой атлетики, плавания и самих спортивных игр (баскетбола, волейбола, гандбола, футбола, хоккея и регби). Примерное содержание основной части комплексного занятия приводится в табл. 7.

Заключительная часть (3—5 мин) проводится в составе взвода. Занимающиеся убирают оборудование и инвентарь и приводят в порядок места занятий. Затем выполняются ходьба, упражнения в глубоком дыхании и для расслабления мышц. После этого подводятся итоги занятия.

Примерный план комплексного занятия

Содержание занятия	Время, мин	Организационно-методические указания
Подготовительная часть — 7—10 мин		
1. Построение. Строевые приемы	1	Проводить в составе взвода в колонне по два
2. Ходьба и бег	2—3	
3. Первый комплекс вольных упражнений	2—3	Проводить в разомкнутом строю. Повторить 3 раза
4. Бег со сменой направления	2—3	Проводить в колонне по одному
Основная часть — 35—40 мин		
1. Акробатическое упражнение № 2	7—8	Выполнять потоком, дистанция 10 м
2. Челночный бег 10×10 м	7—8	Выполнять одновременно взводом
3. Подвижные игры с мячом	7—3	Разбить взвод на три группы по росту, проводить потоком в группах
4. Игровые упражнения с мячом	7—8	Провести соревнования между двумя командами (определить победителя)
5. Упражнение «Десять передач мяча подряд»	7—8	Провести соревнования между четырьмя командами (определить победителя)
Заключительная часть — 3—5 мин		
1. Приведение в порядок мест занятий и инвентаря		
2. Упражнения на расслабление мышц	2—3	Проводить в составе взвода

Примерное содержание основной части комплексного занятия

Элемент учебного занятия	Номер учебного места	Условное название упражнения	Наименование упражнения	Баскетбол	Волейбол	Гандбол	Футбол	Хоккей	Регби
№ 1	1	Челнок	Челночный бег 10×10 м	+	+	+	+	+	+
	2	Отметка	Прыжки с места	+	+	+	+	+	+
	3	Скакалки	Прыжки со скакалкой	+	+	+	+	+	+
	4	Кросс	Бег на дистанцию 1000 м	+	+	+	+	+	+
	5	Цель	Бросок (удар) мяча (шайбы) в ворота (кольцо)	+		+	+	+	+
	6	Мяч	Имитация прямого нападающего удара с чередованием рук		+				
№ 2	1	Перекладина	Подтягивание, подъем переворотом на перекладине	+	+	+	+	+	+
	2	Кольца	Навешивание колец в прыжке двумя руками		+				
	3	Треугольник	Передача, ловля мяча (шайбы) и владение мячом	+		+	+	+	+
	4	Гиря	Поднимание гири на быстроту	+	+	+	+	+	+
	5	Рейки	Сбивание реек в прыжке	+	+	+	+	+	+
	6	Трое против троих	Тренировка хорошо изученных игровых элементов	+	+	+	+	+	+
№ 3	1	Совершенствование	Передача, владение мячом	+	+	+	+	+	+
	2	Бассейн	Проплывание в бассейне 25-метровых отрезков дистанции на скорости	+	+	+	+	+	+
№ 4	1	Игра	Двусторонняя игра — защита в меньшинстве	+	+	+	+	+	+
	2	Кросс	Бег до 3 км в среднем темпе	+	+	+	+	+	+

Вариант учебного занятия	Номер учебного места	Условное название упражнения	Наименование упражнения	Баскетбол	Волейбол	Гандбол	Футбол	Хоккей	Регби
№ 5	1	Подвижная игра	Подвижные игры с мячом, проводимые в виде соревнований	+	+	+	+	+	+
	2	Кубок	Соревнования с выбыванием команд	+	+	+	+	+	+
№ 6	1	Батут	Прыжки (сгибаясь и разгибаясь, с поворотом, сальто вперед)	+	+	+	+	+	+
	2	Лопинг	Обороты вперед, назад, с поворотами	+	+	+	+	+	+
	3	Соревнования	Игры по упрощенным правилам	+	+	+	+	+	+

Методы организации занимающихся на комплексных занятиях

Хорошая организация занимающихся на комплексных занятиях обеспечивается целесообразными построениями для лучшего и безопасного выполнения упражнений и игр, а также для быстрого изменения характера исполнения движения и действий. На комплексных занятиях применяются фронтальный, двусторонний, групповой и круговой методы организации занимающихся.

Фронтальный метод предусматривает одновременное выполнение занимающимися одинаковых упражнений, приемов и действий (по командам или заданию руководителя) взводом (ротой), как правило, в шеренгах, колоннах или кругах, одновременно всем подразделением в заданном темпе и ритме. Этот метод, не связанный с действиями партнера, позволяет активизировать всех обучаемых и достигнуть высокой моторной плотности урока.

Основными способами изменения характера выполнения упражнений при использовании на занятии фронтального метода организации занимающихся являются:

одновременное выполнение всеми занимающимися упражнений сначала в определенном темпе и ритме, затем с изменением темпа и ритма;

самостоятельное выполнение упражнения в индивидуальном темпе и ритме в зависимости от команд (сигналов);

поточное выполнение упражнений (одиночно, по несколько человек, по шеренгам);

выполнение упражнений по отделениям.

Двусторонний метод предусматривает выполнение упражнений, приемов и действий в непосредственной связи и с противодействующим партнером или подгруппой. Этот метод позволяет отдельному занимающемуся или подгруппе проявлять находчивость, противопоставлять свою быстроту, ловкость и силу более слабому, равному или сильному партнеру.

Способы изменения характера выполнения упражнений при использовании двустороннего метода действий с партнером следующие:

пассивное противодействие одного (двух) партнера;

изменение темпа, ритма и скорости выполнения упражнений;

активное противодействие одного (двух) партнера в соревновательном плане.

Групповой метод предусматривает разделение взвода (роты) на отделения (взводы) или на подгруппы и выполнение каждой из них различных упражнений, приемов, действий под руководством помощников руководителя занятий. Каждое отделение (взвод) выполняет то или иное упражнение в назначенное время одновременно, поочередно или по несколько человек.

Учебные места сменяются по команде руководителя через определенное время, после чего отделение (взвод) или подгруппа выполняет упражнения другого характера. Этот метод позволяет дифференцировать нагрузку и характер упражнений, а также выполнять упражнения в индивидуальном темпе.

Круговой метод предусматривает выполнение разнохарактерных упражнений, приемов и действий.

Характерными особенностями круговой тренировки по спортивным играм являются:

комплексное развитие физических качеств, особенно выносливости, позволяющее приблизить уровень нагрузки у занимающихся в ходе тренировки к соревновательному режиму;

дозировка физических нагрузок с использованием методов повторного выполнения упражнений со стандартными нагрузками, повторного вариативного выполнения упраж-

**Примерный план комплексного занятия по спортивным играм
с использованием средств легкой атлетики**

Задачи: 1. Тренировка в выполнении упражнений для развития скоростной выносливости.

2. Совершенствование техники прыжков в длину с места, техники и тактики игры в гандбол.

3. Воспитание коллективизма и инициативы.

Подразделение: взвод.

Время: 50 мин.

Форма одежды: спортивная.

Материальное обеспечение: 2 мяча, 1 батут (щит), 2 секундомера, 1 судейский свисток.

Место проведения: спортивный зал.

Пособия: НФП-78, Правила соревнований.

Содержание занятия	Время, мин	Организационно-методические указания
--------------------	---------------	---

Подготовительная часть — 7 мин

1. Построение, объяснение задач занятия	1	Взвод — в двухшереножном строю
2. Ходьба и бег	2	Проводить в колонне по одному
3. Общеразвивающие упражнения для мышц рук, туловища и ног	2	Повторять по 4—6 раз, дистанция 2 шага
4. Специальные упражнения	2	Проводить на гандбольной площадке с использованием ее разметки

Основная часть — 38 мин

1. Прыжок в длину с места:		
принятие исходного положения перед прыжком	2	Повторить 5 раз
многоскоки	3	Повторить 3 раза
прыжки в длину с места	4	Выполнить 3 раза одновременно всей шеренгой
2. Специальное упражнение с мячом (передача и ловля мяча)	9	Взвод разделить на 2 подгруппы. Военнослужащие должны подойти в колонне по одному к мячам, лежащим у батута (щита), поймать отскочивший мяч и передать его сзади стоящему партнеру, после чего уйти в конец своей колонны
3. Техника и тактика игры (учебная двусторонняя игра)	20	Составить 2 команды. Игру проводить по упрощенным правилам. Отметить правильные коллективные действия команды и обратить внимание на проявление занимающимися настойчивости, инициативы и находчивости

Заключительная часть — 5 мин

1. Приведение в порядок мест занятий и инвентаря	1	
2. Медленный бег, ходьба в спокойном темпе, упражнения в глубоком дыхании и расслаблении мышц	2	Проводить в колонне по одному. Выполнять в движении
3. Подведение итогов занятия	2	Проверить пульс. Отметить степень выполнения поставленных задач

Руководитель занятия _____

" _____ 19__ г.

нений с постепенным увеличением или уменьшением нагрузки и отдыха, повторного непрерывного выполнения упражнений короткими дозами с чередованием работы и отдыха.

Примерный план комплексного занятия по физической подготовке с использованием средств спортивных игр и легкой атлетики приводится в табл. 8.

Спортивные и подвижные игры аккумулируют многие двигательные действия и, следовательно, могут включаться в содержание всех учебно-тренировочных занятий по физической подготовке и отдельным видам спорта. Объем игрового материала и его содержание значительно изменяются в связи с задачами периода тренировки и уровня подготовленности занимающихся.

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ В УТРЕННЕЙ ФИЗИЧЕСКОЙ ЗАРЯДКЕ

Утренняя физическая зарядка (УФЗ) организуется в целях систематической физической подготовки военнослужащих. Она является обязательным элементом распорядка дня и проводится на открытом воздухе с применением четырех вариантов, которые чередуются между собой в течение каждой недели.

Первый вариант: многократно в нарастающем темпе выполняются общеразвивающие упражнения, чередующиеся с комплексами вольных упражнений.

Второй вариант: применяются ранее изученные элементы на гимнастических (специальных) снарядах, силовые упражнения и упражнения с тяжестями.

• **Третий вариант:** многократно преодолеваются отдельные препятствия или полоса препятствий в целом по условиям выполнения контрольных упражнений.

Четвертый вариант: применяются бег на скорость, эстафеты, тренировки в смешанном передвижении и кросс до 3000 м.

Наставление по физической подготовке Советской Армии и Военно-Морского Флота (НФП-78), предусматривая четыре основных варианта зарядки, не исключает использования в ней (особенно при проведении УФЗ продолжительностью 50 мин) таких средств развития физических и психических качеств военнослужащих, как футбол, хоккей, ручной мяч, регби, баскетбол, волейбол и различные подвижные игры.

Утренняя физическая зарядка с использованием спортивных и подвижных игр способствует разносторонней физической подготовленности военнослужащих, укреплению их здоровья, закаливанию организма, в наибольшей мере воспитывает привычку к систематическим физическим упражнениям.

Примерное содержание вариантов зарядки с использованием спортивных и подвижных игр приводится в табл. 9.

Упражнения отрабатываются по отделениям. Например, при тренировке в выполнении упражнения с ручным мячом первое отделение направляется для бега на 20 м спиной и лицом вперед, второе тренируется в ловле и передаче мяча во встречных колоннах, третье совершенствуется в ведении мяча между стойками и бросках по воротам.

После ходьбы, бега и общеразвивающих упражнений руководитель указывает основные места зарядки для каждого взвода и подает команду для следования к ним. Например: «Первому взводу отрабатывать приемы ловли и передачи мяча на месте и в движении, второму — играть в ручной мяч на правой половине футбольного поля, третьему — играть в ручной мяч на левой половине футбольного поля. Рота, к местам занятий бегом — МАРШ!».

Прибыв в указанное место, взвод продолжает зарядку под руководством помощника командира взвода, который распределяет места занятий для отделений и подает команду для начала основного содержания зарядки. Например: «Первому отделению выполнять ведение мяча между стой-

Примерное содержание вариантов зарядки с использованием спортивных и подвижных игр, проводимой в теплое время года

Условное название варианта	Подготовительная часть (2—4 мин)	Основная часть (24—26 мин)	Заключительная часть (2 мин)
Подвижные игры	Ходьба, бег, общеразвивающие упражнения для мышц рук, туловища и ног в движении	Подвижные игры, основу которых составляют: легкоатлетические упражнения; гимнастические упражнения; прием, действия из спортивных игр	Медленный бег, ходьба с упражнениями в глубоком дыхании и для расслабления мышц
Техника	То же	Упражнения, приемы, действия, направленные на совершенствование техники ударов, бросков, передач, ведения, ловли мяча. Тренировка в выполнении комплексного контрольного упражнения с мячом по условиям Военно-спортивного комплекса	То же
Тактика	»	Игра по упрощенным правилам, бег на расстоянии до 1 км	»

ками и броски по воротам, второму — выполнять передачи и ловлю мяча, третьему — тренироваться в беге лицом вперед. Взвод, к месту занятий бегом — **МАРШ!**». Отделения подбегают к местам занятий, обозначают шаг на месте, затем по общей команде останавливаются и поворачиваются налево. После этого командир взвода подает команду **«К выполнению упражнений — ПРИСТУПИТЬ!»**.

Для проведения игры по упрощенным правилам создаются команды (количество игроков не ограничивается). Если взводы в полном составе, а площадок для игры мало, двусторонние игры могут проводиться на одной площадке. При этом на каждой половине поля будут играть по две команды.

При организации дополнительных вариантов зарядки, для того чтобы она проходила организованно, с должной физической нагрузкой, начальник физической подготовки

и спорта воинской части обязан тщательно продумать ее содержание, учитывая при этом подготовку руководителей, материальную базу, умения и навыки военнослужащих и игровых видах спорта.

Многие военнослужащие в ряде случаев еще не владеют техникой и тактикой игры, не знают правил соревнований, поэтому игры вначале проводятся по упрощенным правилам, которые заключаются в увеличении или уменьшении количества игроков в командах, уменьшении размеров площадки и снижении требований к соблюдению правил игры. Для отработки техники и тактики игры на каждую зарядку даются определенные простейшие задания. По мере овладения занимающимися техническими приемами игры проводятся по официальным Правилам соревнований.

Для смены занятий командир подает команду «**Упражнение — ЗАКОНЧИТЬ!**». По этой команде командиры отделений прекращают выполнение упражнений и выстраивают свои подразделения, затем по общей команде подразделения поворачиваются направо. Смена мест занятий производится по команде «**Для смены мест занятий бегом — МАРШ!**».

По окончании игр или тренировки в выполнении различных игровых действий руководитель зарядки подает команду «**Рота — КО МНЕ!**», по которой взводы бегом собираются к командиру и по его дополнительному распоряжению выстраиваются, после чего в составе роты выполняются дыхательные упражнения и упражнения для расслабления мышц.

ФИЗИЧЕСКАЯ ТРЕНИРОВКА С ИСПОЛЬЗОВАНИЕМ СПОРТИВНЫХ ИГР В ПРОЦЕССЕ УЧЕБНО-БОЕВОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Физические упражнения в условиях дежурств, при передвижении войск железнодорожным транспортом, на боевых и транспортных машинах, в длительном плавании на корабле применяются в целях сохранения умственной и физической работоспособности, поддержания постоянной психической и физической готовности к экстренным действиям, обеспечения активного отдыха и снятия психической напряженности.

В практике физической подготовки определены следующие основные пути применения физических упражне-

ний для повышения уровня работоспособности военнослужащих:

использование физических упражнений в период непосредственной работы или в процессе служебной деятельности (на дежурствах, вахтах, маршах и т. д.);

организация активного отдыха после длительного периода напряженной деятельности;

применение физических упражнений для восстановления работоспособности в умственном труде.

Проведенные исследования позволили выявить ряд методических правил, регламентирующих применение физических упражнений в процессе учебно-боевой деятельности. Основными критериями для подбора и дозировки упражнений служат учет особенностей профессионального и общего утомления, микроклиматических факторов в момент занятий, а также самочувствие и индивидуальный интерес занимающихся.

При организации физической тренировки в условиях учебно-боевой деятельности важно обеспечить строгое дозирование физической нагрузки, соответствие ее физическому состоянию военнослужащих. Например, в условиях дежурств, при передвижении транспортными средствами, особенно после сильного воздействия на организм неблагоприятных факторов среды, физическая тренировка преследует задачу сохранения эмоционального настроения на дальнейшую работу или воздействия на организм положительного эффекта активного отдыха.

В отдельных случаях (например, в период организованного отдыха после длительной напряженной летной работы) содержание и методика проведения физической тренировки помимо решения задач активного отдыха и восстановления работоспособности должны способствовать росту общей и специальной тренированности военнослужащих.

Физические упражнения в процессе учебно-боевой деятельности применяются, как правило, в виде комплексов общеразвивающего характера, в которые включаются упражнения в потягивании с прогибанием в поясничной части, бег на месте с поворотами, наклоны, повороты и вращения головой и туловищем, приседания, подскоки на месте с различными движениями ног и рук, упражнения на внимание и координацию, сгибание и разгибание рук в упоре лежа.

При наличии соответствующих условий и времени содержание физической тренировки в процессе учебно-боевой деятельности может предусматривать спортивные и по-

движные игры. При подборе и проведении игр принимается во внимание направленное их воздействие на совершенствование специальных качеств и навыков, необходимых военнослужащему.

Учитывая место, время и задачи физической тренировки в условиях учебно-боевой деятельности, руководитель обязан выбрать игру и определить основные правила, которые следует выполнять, подготовить все необходимое для ее проведения, организовать занимающихся и подвести итоги игры.

Выбор спортивной или подвижной игры зависит в основном от тех педагогических задач, которые ставятся перед конкретной физической тренировкой в процессе учебно-боевой деятельности. Игровой материал подбирается в зависимости от места проведения игры (ограниченная площадка, поле, поляна, палуба корабля, зал), наличия инвентаря и времени, предназначенного для проведения физической тренировки в условиях учебно-боевой деятельности.

Определение результатов игры, выявление ошибок, неверных действий имеют большое воспитательное значение. При подведении итогов спортивной или подвижной игры важно учитывать не только достижение цели тренировки в процессе учебно-боевой деятельности, но и качество выполнения игровых действий, дисциплинированность занимающихся, выявление лучших игроков. К разбору полезно привлекать помощников и самих занимающихся. Это привлекает участников критически мыслить, повышает сознательную дисциплину, усиливает интерес к дальнейшим физическим тренировкам в процессе учебно-боевой деятельности с использованием средств спортивных игр.

СПОРТИВНАЯ РАБОТА

Спортивная работа является одной из форм физической подготовки и направлена на вовлечение всех военнослужащих в регулярные занятия спортом, на повышение уровня их физической подготовленности, спортивного мастерства и организацию досуга.

В виде Вооруженных Сил, военном округе, объединении, соединении, военно-учебном заведении и воинской части для помощи командиру (начальнику) в организации и проведении спортивной работы его приказом назначается спортивный комитет, на который возлагаются комплектование спортивных команд по отдельным видам спорта и орга-

питация в них учебно-тренировочных занятий и соревнований.

Занятия в спортивных командах проводятся тренером из числа военнослужащих, имеющих спортивный разряд по данному виду спорта и отвечающих за постановку всей учебно-воспитательной работы в команде. Тренер обязан разрабатывать понедельные планы тренировок команды (поурочные или графические) не менее чем на месяц, проводить учебно-тренировочные занятия, вести учет работы спортивной команды и принимать участие в оформлении материалов на присвоение спортсменам спортивных званий, разрядов, судейских категорий.

В военно-учебных заведениях, частях и подразделениях учебно-тренировочные занятия по видам спортивных игр проводятся на протяжении всего периода обучения (службы) в свободное от занятий время или в часы самоподготовки. В их содержание обязательно включаются разносторонняя физическая подготовка, овладение теоретическими знаниями, совершенствование в технике и тактике игры.

Одной из важных задач работы спортивных команд является подготовка актива из числа занимающихся. Хорошо подобранный, организационно и методически подготовленный актив помогает проводить спортивную работу на высоком уровне.

Работа в спортивных командах по баскетболу, волейболу, гандболу, футболу, хоккею с шайбой, регби, теннису, настольному теннису, бадминтону и городкам отражается в общем плане работы спортивных команд, составляемом на год специалистом по физической подготовке и спорту. На его основе разрабатываются календарные планы на год, полугодие, квартал или месяц, в которых конкретизируются сроки работы, указываются тренеры и лица, ответственные за каждое мероприятие.

Неизменный и постоянный рост спортивных показателей и успех команды будут только тогда, когда правильно спланирован процесс тренировки.

Планирование представляет собой индивидуализированную часть управления учебно-тренировочной работой, которая должна согласовываться со специфическими особенностями каждой команды и каждого игрока.

При составлении планов учебно-тренировочной работы необходимо учитывать:

задачи и условия, в которых будет проходить тренировочный процесс;

эффективность различных вариантов тренировки на отдельных этапах обучения;

опыт работы тренеров ведущих команд.

При определении задач спортивной тренировки следует исходить из необходимости обеспечить гармоническое совершенствование человека, развитие его физических и духовных способностей для творческого труда и защиты Родины. Принимаются во внимание возраст, пол, профессиональная деятельность, степень физического развития, подготовленность занимающихся, время, отведенное для тренировки, масштабы предстоящих соревнований и намеченный результат, а также материальная база.

При составлении новых планов анализируется предыдущий: его задачи, содержание, степень выполнения и допущенные ошибки.

Цель планирования — разработка определенной системы мероприятий, предусматривающих систематичность, последовательность и сроки выполнения поставленных задач.

В задачи планирования входят:

разработка и конкретизация тренировочных планов, строгая оценка спортивно-технического уровня и потенциальных возможностей игрока и команды в целом;

согласование намеченной цели с задачами учебно-тренировочного процесса, которые должны быть достигнуты на отдельных этапах подготовки;

подбор соответствующих средств и методов учебно-тренировочной работы в зависимости от целей и задач отдельных этапов подготовки;

уточнение тестов, контрольных прикидок, календаря соревнований различного масштаба и сроков медицинского контроля.

Недельные циклы учебно-тренировочной работы включают в себя занятия с малой, средней и большой нагрузками.

Занятие с малой нагрузкой — непродолжительное (примерно 1 ч), обычно проводится накануне и в дни игры, обучаемые выполняют упражнения, не требующие больших нервно-мышечных усилий и не связанные с риском. Например, для хоккейной команды в содержание такого занятия включаются:

броски по воротам — 10 мин;

обводка, отбор, единство в малом звене у одних ворот — 5 мин;

атака с ходу от красной линии — 10 мин;

позиционная атака в большом или малом звене — 20 мин;

двусторонняя игра с тактическим заданием — 10 мин;

тренировочная работа с вратарем — 5 мин.

Занятие со средней нагрузкой продолжается 1,5—2 ч.

Плотность его невысокая, что позволяет следить за качеством выполнения технических приемов, разучивать новые тактические приемы и вносить поправки в уже освоенные. Например, для хоккейной команды в содержание такого занятия включаются:

свободное индивидуальное катание с ведением шайбы и бросками, разминка вратарей — 5 мин;

передачи шайбы в большом звене — 10 мин;

броски по воротам с места для тренировки вратарей — 5 мин;

обводка, отбор, единоборство с забрасыванием шайбы — 10 мин;

произвольные броски в облегченных условиях — 5 мин;

атака с ходу в больших звеньях на встречном потоке — 10 мин;

позиционная атака в больших звеньях — 20 мин;

двусторонняя игра — 25 мин;

малая скоростная работа — 5 мин.

Занятие с большой нагрузкой продолжается 2—3 ч.

В него входят игры и различные игровые упражнения. Для хоккейной команды, например, в содержание такого занятия включаются:

свободное индивидуальное катание с ведением шайбы и бросками, разминка вратарей — 5 мин;

ведение шайбы с бросками — 5 мин;

передачи шайбы в малом звене — 10 мин;

обводка, отбор, единоборство с забрасыванием шайбы — 10 мин;

произвольные броски по воротам — 3 мин;

атака с ходу в малых звеньях — 10 мин;

броски по воротам индивидуально — 5 мин;

позиционная атака в звеньях — 10 мин;

атака с ходу в малых звеньях на встречном потоке — 15 мин;

позиционная атака в большом звене — 30 мин;

двусторонняя игра — 25 мин;

передачи шайбы в малых звеньях — 3 мин;

скоростная работа с ведением шайбы, с бросками по воротам, забиванием; выполнение акробатических упражнений по ходу движения — 4 мин.

Основными документами планирования для команды являются годовой план-график по периодам планирования (табл. 10), месячный план тренировки (табл. 11), расписание занятий (табл. 12), план-конспект учебно-тренировочного занятия (табл. 13).

Все указанные документы разрабатываются непосредственно тренером команды.

После подготовки команды к состязаниям не следует в период их проведения вносить коренные изменения в технику выполнения отдельных приемов и тактику игры. Тренеру нужно уделять большое внимание психологическому состоянию игроков и команды в целом.

Для успешной учебно-тренировочной работы тренеру необходимо вести ее учет.

Журнал учета следует иметь для каждой команды. Основные его разделы:

списочный состав и личные данные занимающихся (год рождения, партийность, национальность, образование, место работы или учебы, спортивный разряд, рост, семейное положение, домашний адрес);

учет посещаемости;

учет пройденного материала;

учет успеваемости (результаты выполнения контрольных упражнений, нормативов ВСК и норм Единой всесоюзной спортивной классификации);

учет результатов участия в соревнованиях;

учет результатов диспансеризации.

При современном уровне развития спорта личный опыт, даже самый богатый, не позволяет успешно решить все задачи, возникающие в ходе кропотливой тренировочной работы и в условиях соревнований. Здесь приходит на помощь тренеру и спортсмену наука. Только синтез теоретических исследований и практического опыта позволяет организовать качественную подготовку спортсмена и создать условия для раскрытия всех его потенциальных возможностей.

Для достижения этой цели тренер обязан:

систематически повышать научно-практический уровень своей квалификации, постоянно быть в курсе последних достижений теории и практики спорта и уметь творчески применять их в оперативной и перспективной корректировке тренировочного процесса;

опираться на достижения в области спортивной физиологии, психологии, педагогики и других наук;

Таблица 10

Примерный годовой план-график тренировки гандбольной команды

Содержание занятия	Всего часов	Количество часов на период		
		подготовительный	соревновательный	переходный
Теоретические занятия				
Политическая и культурно-массовая работа	9	5	3	1
Состояние и развитие гандбола (краткий обзор)	1	1	—	—
Правила соревнований и методика судейства	3	2	1	—
Общая и специальная физическая подготовка и ее роль в спортивной тренировке	3	1	1	1
Техника, тактика и методы их совершенствования	2	1	1	—
Моральный и волевой облик советского спортсмена, вопросы психологической подготовки	4	2	1	1
Физиологические основы спортивной тренировки	2	2	—	—
Зачет	1	1	—	—
Итого . . .	25	15	7	3
Практические занятия				
Общая физическая подготовка	52	30	12	10
Специальная физическая подготовка	68	32	30	6
Изучение и совершенствование техники и тактики	222	98	102	22
Инструкторская практика	7	4	1	2
Сдача контрольных упражнений по физической и технической подготовке	2	2	—	—
Итого . . .	351	166	145	40
Участие в соревнованиях	Согласно календарному плану спортивных мероприятий			
Восстановительные мероприятия	После участия в играх			
Восстановление функционального состояния организма в реабилитационном центре	Согласно плану диспансеризации			
Медицинское обследование	Согласно плану диспансеризации			
Всего . . .	376	181	152	43

Содержание тренировок	МЯ											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	
Теоретическая подготовка												
1. Политическая, культурно-массовая работа						+						
2. Собрание команды	+											
3. Изучение правил, положений о соревнованиях						+						
4. Разбор и установка тренировок и игр	+	+	+	+	+	+		+	+	+	+	
5. Анализ техники и тактики игры ведущих команд	+											
Общая и специальная физическая подготовка												
1. Общефизические упражнения (ходьба, бег, гимнастические упражнения)	+	+	+	+	+	+		+	+			+
2. Упражнения с медицинболами, скакалками и т. д.		+	+	+	+	+		+	+			+
3. Скоростные упражнения (стартовые ускорения из различных положений на 20, 30, 40 и 60 м)		+			+	+		+	+			
4. Кросс без ускорений и с ускорениями от 400 до 3000 м			+	+					+			+
5. Футбол 5:5 и 7:7			+	+								+
6. Плавание на дистанции 100 и 200 м без ускорений			+	+	+				+			+
7. Проверка физической подготовки	+											
Техническая подготовка												
1. Совершенствование техники передачи и ловли мяча	+	+	+	+	+			+	+			+
2. Изучение и совершенствование бросков по воротам		+	+	+	+			+	+			+
3. Изучение и совершенствование ложных действий (финтов и обводок)				+	+				+			+
4. Совершенствование быстрого прорыва	+	+	+	+	+			+				+

Содержание тренировок													
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11		
5. Совершенствование техники защиты против игрока без мяча	+	+	+									+	
6. Совершенствование техники защиты против игрока с мячом	+	+	+					+				+	
7. Совершенствование техники игры вратаря (специальные упражнения)		+	+	+	+	+		+				+	
8. Проверка технической подготовки	+												
Тактическая подготовка													
1. Совершенствование действий игроков при защите по системе 1+6 и 1+5+1					+	+	Выходной день		+	+			
2. Изучение и совершенствование комбинаций при позиционном нападении по системе 1+3+3					+	+			+	+	+		
3. Совершенствование действий игроков при нейтрализации прорыва соперника					+	+						+	
4. Изучение и совершенствование комбинаций при 9-метровом свободном броске					+	+			+	+	+		
5. Совершенствование разминки перед игрой									+			+	
Двусторонние игры													
1. Учебно-тренировочные										+			
2. Товарищеские и контрольные												+	
Медицинское обследование												По плану	

„ _____ 19___ г.

Примерное расписание тренировок

Дата	Время	Содержание	Кто занимается
16.06 среда	7.45—8.30	Утренняя физическая зарядка	Вся команда
	11.00—12.30	Собрание участников и постановка задач сбора	
	17.30—19.30	Проверка участников сбора по общей и специальной физической подготовке: подтягивание на перекладине (не менее 10 раз); броски на дальность и точность; бег на 60 м; прыжки в высоту с разбегу	
	21.00—22.45	Просмотр кинофильма	
17.06 четверг	7.45—8.30	Утренняя физическая зарядка	Вся команда
	10.30—11.30	Установка на индивидуальную тренировку	
	11.30—13.30	Индивидуальная тренировка (общая и специальная физическая подготовка)	
	17.30—19.30	Командная тренировка (техническая и тактическая подготовка)	
	21.00—21.35	Просмотр программы «Время»	
	22.00—23.00	Разбор проведенной индивидуальной тренировки	
18.06 пятница	7.45—8.30	Утренняя физическая зарядка	Вся команда
	10.30—11.30	Установка на индивидуальную тренировку. Политинформация	
	11.30—13.30	Индивидуальная тренировка (общая и специальная физическая подготовка)	

Имени гандбольной команды

Дежурные	Место проведения	Форма одежды	Инвентарь
А. Иванов, И. Ситников	Стадион им. С. М. Кирова Гостиница ста- диона им. С. М. Кирова Стадион им. С. М. Кирова	Тренировочная Повседневная Спортивная	6 гандбольных мячей
Г. Рыбаков, И. Макаров	Кинотеатр Стадион им. С. М. Кирова Гостиница ста- диона им. С. М. Кирова Стадион им. С. М. Кирова	Повседневная Тренировочная Повседневная Спортивная	Макет гандболь- ного поля Скакалки — 18 шт., медицин- болы — 19 шт., футбольный мяч — 1 шт. 15 гандбольных мячей
	Площадка ЦПКО Ауд. 12 Гостиница ста- диона им. С. М. Кирова	» Повседневная »	Макет гандболь- ного поля
М. Орехов, О. Аграчев	Стадион им. С. М. Кирова Гостиница ста- диона им. С. М. Кирова Стадион им. С. М. Кирова	Тренировочная Повседневная Спортивная	Политическая карта мира Скакалки — 18 шт., медицин- болы — 9 шт., футбольный мяч — 1 шт.

Дата	Время	Содержание	Кто занимается
19.06 суббота	17.30—19.30	Командная тренировка (техническая и тактическая подготовка)	Вся команда
	21.00—23.30	Разбор проведенной тренировки	
		Восстановительные мероприятия	
	7.45—8.30	Утренняя физическая зарядка	
	10.30—11.30	Установка на индивидуальную тренировку и товарищескую встречу	
	11.30—13.30	Индивидуальная тренировка (общая и специальная физическая подготовка)	
	18.00—19.30	Товарищеская встреча	
	21.00—21.35	Просмотр программы «Время»	
20.06 воскресенье	8.15—9.00	Утренняя физическая зарядка	Вся команда
	9.30—10.30	Политическое занятие на тему «Воспитание спортсменов в духе советского патриотизма»	
	12.00—14.30	Культпоход в театр	
	18.00—23.30	Свободное время	
21.06 понедельник	7.45—8.30	Утренняя физическая зарядка	Вся команда
	10.30—12.00	Проверка участников сбора по физической и технической подготовке	
	12.30—13.30	Медосмотр участников сбора	
	И т. д.		

Дежурные	Место проведения	Форма одежды	Инвентарь
И. Сорокин, И. Власов	Площадка ЦПКО	Спортивная	6 гандбольных мячей
	Гостиница стадиона им. С. М. Кирова Реабилитационный центр	Тренировочная	Макет гандбольного поля
	Стадион им. С. М. Кирова Гостиница стадиона им. С. М. Кирова	Тренировочная Повседневная	Макет гандбольного поля
	Стадион им. С. М. Кирова	Спортивная	Скакалки — 18 шт., медицинболы — 9 шт., футбольный мяч — 1 шт.
	Площадка ЦПКО Ауд. 12	» Повседневная	6 гандбольных мячей
	Гостиница стадиона им. С. М. Кирова	»	Макет гандбольного поля
А. Колесов, Г. Ветров	Стадион им. С. М. Кирова Гостиница стадиона им. С. М. Кирова	Тренировочная Повседневная	
	Театр им. А. С. Пушкина	»	
	Стадион им. С. М. Кирова То же	Тренировочная »	
И. Сорокин, И. Власов	Медпункт	Повседневная	

Старший тренер команды _____

**Примерный план-конспект учебно-тренировочного занятия
с баскетбольной командой**

- Задачи: 1. Совершенствование физической подготовленности.
2. Совершенствование в выполнении приемов техники и тактики игры.
3. Воспитание коллективизма, инициативы и находчивости.
Время: 90 мин.
Форма одежды: спортивная.
Материальное обеспечение: 8—10 мячей, макет площадки.
Место проведения: баскетбольная площадка.
Пособие: Правила соревнований.

Содержание занятия	Время, мин	Организационно-методические указания
--------------------	---------------	---

Подготовительная часть — 20 мин

1. Построение, рапорт, краткое объяснение задач занятия	3	Команда в двухшереножном строю
2. Ходьба обычная, спортивная, на носках, пятках, на наружной и внутренней сторонах стопы с выпадами и поворотами туловища. Бег правым, левым боком и спиной вперед, с внезапными остановками и изменениями направления	8	Ходьбу и бег проводить в колонне по одному. При ходьбе с выпадами руки отводить вверх до отказа. Сигналы: руки вверх — остановка; руки вниз — продолжение бега; поворот тренера лицом в сторону движения — изменение направления бега
3. Упражнения для укрепления мышц и увеличения подвижности в суставах, круговые движения руками и отведение рук, наклоны и вращения туловища, поднятие прямых ног вперед, из упора присев выбрасывание ног назад. Прыжки на месте и в движении. Бег с высоко-го старта	9	Круговые движения руками, отведение рук, наклоны и вращения туловища, поднятие прямых ног вперед проводить в движении шагом. Бег 60 м с высокого старта повторить 2 раза

Основная часть — 60 мин

1. Передачи мяча в тройках и броски его одной рукой в прыжке	5	<p>Для выполнения упражнения построить занимающихся в колонну по три. Тройками передвигаться к щиту, передавая мяч друг другу, одному из них в прыжке с расстояния 5—6 м выполнить бросок мяча в корзину.</p> <p>После каждого упражнения игрокам меняться местами так, чтобы каждый из них мог бросить мяч в корзину справа, прямо и слева. Мяч из рук игрок выпускает в наивысшей точке прыжка.</p> <p>Упражнение вначале проводить без защиты, а затем постепенно усиливающимся противодействием защиты</p>
2. Броски с дальней дистанции и добивание мяча в корзину	5	<p>Занимающимся в тройках встать в 7—8 м против каждого щита. Среднему игроку бросить мяч в корзину, после чего тройке устремиться к щиту и добить мяч.</p> <p>Упражнения проводить в виде соревнования между тройками: за попадание мяча в корзину после броска — 1 очко, после добивания — 2 очка.</p> <p>После каждого упражнения игрокам меняться местами</p>
3. Игра на один щит «трое против троих»	10	<p>Игру проводить у обоих щитов. Одной тройке нападать, другой — защищаться. Начинать с линии штрафных бросков. Броску в корзину должна предшествовать не менее чем одна передача. Победителя определять по количеству заброшенных мячей</p>
4. Система быстрого нападения и защита «игрок против игрока»	10	<p>Совершенствование проводить в пятерках. Тренеру произвести удар мячом о щит. Игрокам пятерки овладеть им и продвигаться к противоположному щиту, произвести 2—3 передачи и бросить мяч в корзину. Вначале комбинацию проводить без защитника. Игрокам в пятерках каждый раз меняться местами.</p>

Содержание занятия	Время, мин	Организационно-методические указания
5. Учебная игра	25	<p>Разученную комбинацию совершенствовать в игровой обстановке: одной команде — организовать защиту, другой — нападение. После попадания мяча в корзину командам меняться ролями</p> <p>Дать установку командам на применение во время игры в нападении «быстрого прорыва», а в защите — системы «игрок против игрока». За мяч, заброшенный в результате быстрого нападения, 4 очка.</p> <p>По окончании игры тренер должен объявить ее результат, отметить правильные коллективные действия команды и обратить внимание на проявление инициативы и находчивости отдельными игроками</p>
6. Соревнования в выполнении штрафных бросков	5	<p>Игроков разбить на две команды по 6—8 человек в каждой. Задание первое: каждому игроку выполнить по пять штрафных бросков. Задание второе: каждому игроку выполнить штрафные броски до попадания</p>

Заключительная часть — 10 мин

1. Медленная ходьба, упражнения на расслабление и глубокое дыхание	5	Команда в колонне по одному. Проводить в составе команды
2. Краткий обзор проведенного занятия	5	При разборе тренировки особое внимание уделить недостаткам в игре и проведении быстрого нападения

Старший тренер команды _____

„ _____ 19____ г.

управлять тренировкой, т. е. правильно планировать подготовку в годовом цикле, уметь координировать процессы совершенствования физической, технической и тактической готовности с учетом функциональных возможностей орга-

низма спортсмена, четко определять, какие упражнения, и в каком объеме, последовательности, соотношении и с какой интенсивностью следует применять в каждом периоде, достичь высокой спортивной формы в определенные сроки; использовать восстановительные мероприятия, являющиеся такой же неотъемлемой частью процесса подготовки, как и тренировка.

ПОДГОТОВКА ОБЩЕСТВЕННЫХ ТРЕНЕРОВ И СУДЕЙ

Вовлечение всех военнослужащих в регулярные занятия спортом и высокое качество проведения спортивной работы в подразделениях и частях возможны только при наличии высококвалифицированных общественных спортивных кадров — тренеров спортивных команд (секций) и судей по спорту. От их отбора, расстановки и обученности во многом зависят эффективность работы спортивных команд (секций), организация и проведение соревнований.

Каждый командир воинской части вместе со своим заместителем и начальником физической подготовки и спорта проявляют постоянную заботу о подготовке грамотных, политически сознательных, инициативных и трудолюбивых общественных тренеров команд (секций) и судей по спорту.

Подготовка и повышение квалификации общественных спортивных кадров осуществляются в воинской части. При необходимости эта работа ведется в масштабе соединения (гарнизона). Гарнизонные дома офицеров и спортивные клубы округов (групп войск), флотов, флотилий оказывают командирам частей помощь в подготовке и повышении квалификации спортивных кадров.

Подготовка тренеров команд (секций), судей по спорту и повышение их квалификации осуществляются на семинарах, а также в процессе самостоятельной подготовки. Основной формой подготовки общественных спортивных кадров по спортивным играм являются семинары по установленным планам, утвержденным соответствующими командирами.

Семинары проводятся без отрыва военнослужащих от выполнения служебных обязанностей во внеучебное время не реже трех раз в неделю по 2—3 ч или в служебное время с ежедневными занятиями по 6—8 ч (из них не более 4 ч практические занятия).

При возможности освобождения слушателей семинара от занятий по боевой подготовке семинар с тренерами команд (секций) может быть проведен в течение трех дней, а с судьями — в течение двух. С тренерами и судьями, имеющими достаточный опыт в выполнении своих обязанностей, для повышения их квалификации практикуются семинары в течение одного дня во внеучебное время продолжительностью 2—4 ч (обычно перед соревнованиями). На них изучаются руководящие документы по спортивной работе, итоги работы за определенный период и Положение о соревнованиях.

Повышение квалификации тренеров проводится не реже двух раз в год. Ответственность за подготовку и повышение квалификации общественных спортивных кадров несет командир воинской части. Непосредственную организацию и проведение этой работы, а также систематический контроль за выполнением тренерами команд (секций) своих обязанностей осуществляет спортивный комитет воинской части при активном участии начальника физической подготовки и спорта.

За активную и успешную работу по проведению соревнований, вовлечению военнослужащих в регулярные занятия в составе команд и достижению высоких спортивных результатов тренеры команд (секций) и судьи могут поощряться.

За долголетнее безупречное судейство судьям по спорту могут быть присвоены республиканская, всесоюзная и международная категории, а тренерам за особо выдающиеся заслуги в подготовке спортсменов высшей спортивной квалификации — звания «Заслуженный тренер республики» и «Заслуженный тренер СССР».

Основную работу по организации и проведению семинара в части (соединении) выполняет начальник физической подготовки и спорта. Она заключается в определении сроков проведения семинаров, подборе слушателей и руководителей занятий, разработке учебного плана, расписания занятий, приказа о проведении семинара, в подготовке мест занятий и материальном обеспечении. Сроки проведения семинара и его содержание предусматриваются планом спортивных мероприятий воинской части и определяются в зависимости от задач боевой и политической подготовки, климатических условий, вида спортивных игр.

Командиры в порядке служебного задания назначают офицеров, ответственных за проведение семинаров, и руко-

водителей занятий. Как правило, ими бывают начальник физической подготовки и спорта или один из наиболее подготовленных офицеров воинской части (соединения). Для проведения теоретических, практических, показательных, инструкторско-методических занятий и зачетных испытаний подбираются квалифицированные специалисты по физической подготовке и спорту, тренеры, врачи.

В некоторых случаях для проведения отдельных занятий могут приглашаться начальники физической подготовки и спорта других воинских частей, специалисты по физической подготовке и спорту военного округа, тренеры из окружных спортивных клубов, а также специалисты из гражданских организаций. За хозяйственное обеспечение отвечает специально назначенный старшина семинара (при

Таблица 14

**Примерный учебный план
по подготовке тренеров команд (секций)**

в период с „ _____ по „ _____ 19___ г.

Тема занятия	Количество часов	
	на теорию	на практику
Краткий обзор развития и современное состояние данного вида спортивных игр	2	—
Организация, планирование и методика проведения учебно-тренировочной работы (инструкторско-методическое занятие)	2	8
Методы врачебно-педагогического контроля, используемые тренером	2	—
Использование вспомогательных технических средств в учебно-тренировочной работе	1	1
Организация и методика проведения учебно-тренировочного занятия в подготовительном периоде тренировки (показное занятие)	—	2
Организация и методика проведения учебно-тренировочного занятия в соревновательном периоде тренировки (показное занятие)	—	2
Зачет по технике, теории и правилам игры	2	2
Итого . . .	9	15

Начальник физической подготовки и спорта в/ч _____

„ _____ 19___ г.

в большинстве случаев обязанности старшины выполняет один из слушателей).

Исходя из задач семинара, времени, отведенного на него, и уровня подготовленности слушателей разрабатывается учебный план семинара по подготовке тренеров команд (секций) и судей по спортивным играм, который состоит из двух разделов: теоретического и практического. В каждый раздел включают основные вопросы и количество учебного времени, отводимого на изучение каждого из них. Так, например, если на семинар для подготовки тренеров отводится 24 ч, то их целесообразно распределить следующим образом: 9 ч на теорию и 15 ч на практику. В табл. 14 приводится примерный учебный план по подготовке тренеров команд (секций) по спортивным играм.

Если на семинар для подготовки судей по спорту отводится 16 ч, то их целесообразно распределить следующим образом: 6 ч на теорию и 10 ч на практику. В табл. 15 приводится примерный учебный план подготовки судей по спорту.

УТВЕРЖДАЮ

Таблица 15

Командир в/ч _____

(звание, подпись)

“_____ 19__ г.

Примерный учебный план подготовки судей по спорту

в период с „ _____ по „ _____ 19__ г.

Тема занятия	Количество часов	
	на теорию	на практику
Задачи, организация и проведение соревнований	2	—
Правила соревнований	2	—
Содержание работы судейской коллегии и методика судейства	1	5
Учебная практика в судействе соревнований	—	4
Зачеты по физической подготовке, правилам соревнований и методике судейства	1	1
Итого . . .	6	10

Начальник физической подготовки и спорта в/ч _____

“_____ 19__ г.

ПРОВЕДЕНИЕ СЕМИНАРА

Для проведения семинара следует иметь помещение для теоретических занятий, место и необходимый инвентарь для практических занятий, наглядные пособия (схемы, рисунки, макеты, таблицы), разработанные вопросы для зачетов (билеты), канцелярские принадлежности, специальную литературу для самостоятельной работы слушателей.

Семинар открывается вступительным словом руководителя, в котором он доводит до слушателей задачи семинара, содержание учебного плана, расписание занятий и распорядок дня.

В процессе семинара проводятся теоретические, практические, инструкторско-методические и показательные занятия и судейская практика занимающихся.

Теоретические занятия проводятся в форме лекций и бесед с использованием наглядных пособий, при этом изложение всех теоретических вопросов тесно увязывается с уровнем подготовленности, будущими обязанностями и практической деятельностью тренера команды и судьи. На этих занятиях слушатели под контролем руководителя отрабатывают необходимую документацию по планированию и учету спортивной работы в подразделении, в спортивной команде, а также по проведению соревнований. Для закрепления изучаемого материала и проверки знаний в конце каждого занятия проводится опрос слушателей.

Теоретические занятия должны тщательно готовиться и проводиться по заранее предусмотренному плану.

Практические занятия проводятся в форме урока продолжительностью 1—2 ч. На них слушатели осваивают технику выполнения отрабатываемых упражнений. При этом большое внимание обращается на усвоение слушателями методических приемов, а также на анализ структуры и специфику упражнений. В процессе каждого практического занятия слушателям дается задание провести подготовительную, основную или заключительную часть занятия или занятие в целом в роли руководителя.

Практические занятия должны проводиться интересно, с соблюдением основных принципов обучения и воспитания. Для этого следует подбирать конкретный материал, который может быть использован слушателями в их будущей практической работе.

Инструкторско-методические занятия проводятся для повышения методической подготовленности тренеров и судей. Они организуются в целях повышения знаний, совершенствования навыков и умений тренеров и судей в организации и методике проведения учебно-тренировочных занятий и соревнований по избранному виду спортивных игр. На них проверяется практическая подготовленность тренеров, судей и отрабатывается методика судейства, проводится обучение приемам техники и тактики игры, предусмотренным программой семинара.

В инструкторско-методическое занятие для тренеров включаются следующие вопросы:

ознакомление с содержанием учебно-тренировочных занятий;

освоение методики проведения подготовительной и основной частей занятия, а также комплексной тренировки; практика в их проведении;

указания по подготовке к проведению предстоящих учебно-тренировочных занятий.

Включение в план того или иного учебного вопроса и выделение времени на его проведение зависят от задач инструкторско-методического занятия, состава слушателей семинара и уровня их методической подготовленности. В табл. 16 приводится примерный план инструкторско-методического занятия по гандболу.

В соответствии с учебным планом составляется расписание занятий семинара. В нем указываются дата и часы занятий, краткое их содержание, место проведения и руководитель.

Учебный план, расписание занятий и распорядок дня подписываются начальником физической подготовки и спорта и утверждаются командиром воинской части.

После разработки указанных документов, а также после решения других вопросов, связанных с организацией и проведением семинара, начальник физической подготовки и спорта совместно со спортивным комитетом за 5—7 дней до начала семинара готовит проект приказа. В нем указываются время начала и окончания работы семинара, место и лица, ответственные за проведение, состав слушателей и комиссии для организации и проведения зачетов. К приказу прилагаются учебный план, расписание занятий и список слушателей семинара.

Ниже приводится примерный приказ о проведении семинара тренеров команд по футболу.

П Р И К А З

командира в/ч _____

(Примерный вариант)

№ _____

„ _____ 19__ г.

г. _____

О проведении семинара тренеров команд по футболу

Для повышения теоретических знаний, совершенствования практической подготовленности и инструкторско-методических умений и навыков тренеров команд в подразделениях

П Р И К А З Ы В А Ю:

1. С „ _____ по „ _____ 19__ г. в клубе части провести семинар по подготовке тренеров команд рот (батарей).

2. Для проведения семинара назначить:

руководителем семинара по организационным вопросам начальника физической подготовки и спорта капитана Соколова Г. И.;

руководителем занятий по врачебно-педагогическому контролю капитана м/с Петрова О. О.;

руководителями занятий по теоретической, практической и методической подготовке майора Ковалева П. П., ст. лейтенанта Семенова И. И. и майора Нехаева А. И.

3. Для приема зачетов создать комиссию в составе: председатель комиссии — капитан Соколов Г. И.; члены комиссии — майор Ковалев П. П. и ст. лейтенант Семенов И. И.

4. Занятия на семинаре (включая самоподготовку) проводить ежедневно с « _____ » до « _____ » с перерывом на обед с « _____ » до « _____ » в соответствии с расписанием занятий и распорядком дня.

5. Начальнику клуба подготовить помещение для проведения теоретических занятий со слушателями семинара.

6. Командирам подразделений обеспечить своевременную явку слушателей на занятия. Слушателям иметь с собой спортивную форму.

7. Капитану Соколову Г. И. представить отчет о проведении семинара в течение трех дней после его окончания.

Командир в/ч _____

Начальник штаба _____

Начальник физической подготовки и
спорта в/ч _____

(звание, подпись)

« _____ 19 ____ г.

**Примерный план
инструкторско-методического занятия со слушателями
семинара по гандболу**

Задача: подготовить слушателей семинара к проведению предстоящих учебно-тренировочных занятий по гандболу в подразделениях.

Время: 90 мин.

Место проведения: площадка для игры в гандбол.

Форма одежды: спортивная.

Материальное обеспечение: макет площадки, 4 гандбольных мяча.

Пособия: НФП-78, Правила соревнований.

Содержание занятия	Время, мин	Организационно-методические указания
1. Построение занимающихся. Объяснение задач занятия. Разбор содержания предстоящих учебных занятий в подразделениях	5	Принять рапорт. Проверить наличие занимающихся, сообщить объем программного материала
2. Ознакомление с содержанием игры и основными правилами	15	Раскрыть кратко содержание игры и основные правила
3. Разбор содержания и методики проведения подготовительной части занятия	10	Практически показать проведение подготовительной части занятия
4. Разбор методики обучения и совершенствования приемов техники и тактики игры: передача мяча одной рукой и ловля его двумя руками	10	Проверить у слушателей технику владения изучаемыми приемами игры. Показать последовательность обучения отдельному приему техники игры (передача мяча согнутой рукой сбоку и ловля его двумя руками)
броски мяча по воротам одной рукой (с места, в движении, в прыжке, в падении)	5	Показать упражнения в совершенствовании бросков мяча по воротам согнутой рукой сверху

Содержание занятия	Время, мин	Организационно-методические указания
системы защиты «игрок против игрока» и нападения «быстрым прорывом»	20	Провести опрос слушателей по содержанию приемов тактики игры. Показать примерные упражнения при совершенствовании приемов тактики игры (передачи мяча, выбор места, закрывание игрока) и организацию их выполнения. Поручить одному из слушателей семинара провести обучение нападению «быстрым прорывом» и защиты «игрок против игрока» с последующим разбором
5. Учебная двусторонняя игра	15	Показать организацию учебной двусторонней игры
6. Подведение итогов занятия	10	Отметить практическую и методическую подготовку слушателей семинара. Уточнить необходимый материал для подготовки к проведению учебно-тренировочных занятий. Дать примерный конспект одного из предстоящих учебно-тренировочных занятий. Рекомендовать литературу для проведения занятий

Руководитель занятия _____

„ _____ 19 ____ г.

Показные занятия проводятся с большой, средней или малой нагрузкой с учетом периодов спортивной тренировки, чтобы продемонстрировать наиболее правильную организацию и методику проведения учебно-тренировочных занятий.

Важнейшим условием успешного проведения показательного занятия является тщательная подготовка руководителя. При этом он определяет методику проведения показательного занятия, дозировку упражнений, темп их выполнения, подбирает подготовительные упражнения, продумывает содержание комплексных тренировок. В конце показательного занятия проводится разбор, на котором руководитель отвечает на вопросы, дает методические советы и указания.

Примерный план-конспект показательного занятия по гандболу с малой нагрузкой приводится в табл. 17.

Начальник физической подготовки и
спорта в/ч _____

(звание, подпись)

“ _____ 19 ____ г.

**Примерный план-конспект
показного занятия по гандболу с малой нагрузкой**

Задачи: 1. Совершенствование в технике передач и ловли мяча.
2. Изучение техники бросков мяча по воротам.
3. Воспитание настойчивости, упорства и инициативы.

Время: 60 мин.

Место проведения: спортивный зал.

Форма одежды: спортивная.

Материальное обеспечение: из расчета на двух занимающихся — один гандбольный мяч.

Пособия: ИФП-78, Правила соревнований.

Содержание занятия	Время, мин	Организационно-методические указания
--------------------	---------------	--------------------------------------

Подготовительная часть — 7 мин

1. Прием группы и доведение до занимающихся задач занятия	1	
2. Общеразвивающие и специальные упражнения для различных групп мышц	6	Ходьбу и бег проводить в колонне по одному, дистанция между занимающимися 2 шага

Основная часть — 45 мин

1. Совершенствование в передачах мяча согнутой рукой сбоку и ловле мяча двумя руками	10	Проводить в движении. Приемы выполнять во встречных колоннах по одному, расстояние между колоннами 10—15 шагов.
		Закончить соревнованиями на быстроту выполнения приемов
2. Изучение броска мяча по воротам прямой рукой сверху	15	Занимающихся построить в колонну по одному напротив ворот. Обратить внимание на то, чтобы игроки с мячом не делали более трех шагов
3. Учебная двусторонняя игра	20	Проводить по правилам игры, избегать частых ее остановок. Для совершенствования тактических приемов игрокам дать задания на определенные действия в нападении и защите.
		В ходе игры обратить особое внимание на проявление обучаемыми настойчивости, упорства, инициативы

Содержание занятия,	Время, мин	Организационно-методические указания
---------------------	---------------	--------------------------------------

Заключительная часть — 8 мин

1. Медленная ходьба, упражнения в глубоком дыхании	3	
2. Подведение итогов занятия	5	Указать на недостатки в действиях занимающихся. Провести разбор занятия, ответить на вопросы, дать указания

Руководитель занятия _____

" _____ 19 ____ г.

Судейская практика. Судейскую практику слушатели проходят в процессе практических занятий. Для практики в судействе учебных соревнований часть слушателей участвует в двусторонней игре, а остальные осуществляют судейство. Затем группы меняются ролями.

В конце соревнований руководитель проводит разбор, подводит итоги, дает оценку работы судейской коллегии и каждого судьи. После определенной подготовки слушателей организуется судейство соревнований в подразделениях (части). При организации таких соревнований руководитель судейской практики контролирует стажеров и оказывает им помощь. Организация и проведение судейской практики планируются так, чтобы каждый слушатель получил опыт в выполнении различных обязанностей в составе судейской коллегии.

Обязательным условием для успешного проведения семинара с тренерами и судьями является самостоятельная подготовка слушателей, в процессе которой они изучают рекомендованную литературу, приводят в порядок свои записи, выполняют письменные задания, готовятся к судейской практике, совершенствуют спортивно-техническую подготовленность. В часы самостоятельной подготовки демонстрируются учебные и спортивные кинофильмы, руководители занятий дают слушателям необходимые консультации.

Успеваемость слушателей учитывается на всех практических занятиях, а также при проведении судейской практики. Учет работы ведется в специальном журнале, в ко-

тором отражаются посещаемость слушателями занятий, оценка их успеваемости, краткое содержание проведенных занятий, задание на самостоятельную подготовку и результаты зачетов.

ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ СЕМИНАРА

В конце семинара комиссией, назначенной приказом командира, проводятся зачеты по теории, организации и методике спортивной тренировки, практическому выполнению технических приемов, предусмотренных программой, знанию правил соревнований, организации и практике их судейства.

К зачетам допускаются слушатели, прошедшие курс теории, организации и методики, имеющие положительные оценки за выполнение практической части программы и получившие достаточный практический опыт в организации и судействе соревнований.

Итоговые оценки на зачетах выставляются с учетом оценок, полученных слушателями в процессе всех занятий. Окончившими семинар считаются слушатели, получившие положительные оценки.

Итоги семинара подводятся в приказе командира (начальника), в котором указываются сроки его проведения, положительные и отрицательные стороны, отмечаются лучшие слушатели и руководители занятий, дается список слушателей, закончивших семинар.

Военнослужащим, успешно сдавшим зачетные испытания по теоретической, практической и методической подготовке, присваивается звание «Тренер по спорту», а слушателям семинара, сдавшим зачеты по правилам соревнований и выполнившим установочные требования по судейству, присваиваются соответствующие судейская категория или звание судьи по спорту и выдаются удостоверения. Однако знания, полученные ими на семинарах, являются лишь основой для успешной практической работы, поэтому в дальнейшем им необходимо систематически повышать свои знания в области спортивной работы, совершенствовать умения и навыки в судействе соревнований, а также проявлять заботу о личной физической подготовленности.

ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ УЧЕБНО-ТРЕНИРОВОЧНЫХ СБОРОВ

Учебно-тренировочный сбор — это особая организационная форма комплексной подготовки спортсменов к решению главной задачи спортивного сезона. Учебно-тренировочные сборы проводятся в целях повышения спортивного мастерства и успешного выступления в международных, всесоюзных, республиканских, городских и армейских соревнованиях.

Задачами учебно-тренировочного сбора являются: развитие и совершенствование морально-волевых и физических качеств, а также технико-тактической подготовки спортсменов, воспитание их в духе советского патриотизма;

непосредственная подготовка спортсменов и команд в определенные периоды тренировочного цикла к спортивным соревнованиям в условиях, приближенных к ним;

повышение теоретических знаний спортсменов в области спорта;

углубленное комплексное медицинское обследование спортсменов.

В Советской Армии и Военно-Морском Флоте все учебно-тренировочные сборы по подготовке к соревнованиям проводятся в соответствии с планом спортивной работы части, соединения, округа, вида Вооруженных Сил СССР.

В период проведения учебно-тренировочных сборов (кроме сборов, проводимых воинскими частями) на тренерскую работу могут приглашаться тренеры-преподаватели из других организаций с почасовой оплатой их труда в соответствии с существующим положением. Все расходы по проведению учебно-тренировочных сборов производятся за счет средств, предусмотренных сметой Министерства обороны СССР в пределах выделяемых ассигнований.

Направленность, содержание и продолжительность учебно-тренировочных сборов определяются масштабом соревнований, к которым привлекаются сборные команды соединения, округа, вида Вооруженных Сил. Максимальная численность спортсменов при этом должна быть не более полуторного состава команд, допускаемых к соответствующим соревнованиям.

На подобные сборы могут привлекаться спортсмены не ниже II спортивного разряда, а юные спортсмены — не ниже III взрослого разряда или I юношеского разряда. Общая численность участников сбора, сроки его проведения и продолжительность устанавливаются соответствующими командирами (начальниками) при утверждении планов спортивных мероприятий.

При подготовке и проведении учебно-тренировочного сбора его руководители готовят следующую документацию:

- программу сбора;
- план-график или расписание учебно-тренировочных занятий сбора;
- планы-конспекты занятий;
- индивидуальные планы тренировок;
- распорядок дня;
- список участников учебно-тренировочного сбора.

Кроме того, на каждом сборе уточняется список участников, ведется журнал учета занятий. По окончании сбора его руководитель представляет письменный отчет командиру (начальнику) или в соответствующую организацию.

Организуя учебно-тренировочный сбор, каждый командир (начальник сбора) обязан:

- утверждать списки участников сбора;
- рассматривать и утверждать программу сбора, уделяя при этом особое внимание мероприятиям, направленным на высокое качество учебного процесса, совершенствование технического и тактического мастерства спортсменов, улучшение организации политико-воспитательной работы, обеспечение дисциплины среди участников сбора и повышение их теоретических знаний в вопросах спортивной тренировки, техники и тактики данного вида спорта;
- выделять квалифицированных тренеров, врачей, массажистов и др.;
- систематически осуществлять контроль за количественным составом сбора и качеством проведения учебно-тренировочного процесса;

привлекать к строгой ответственности лиц, виновных в нарушении требований, предъявляемых к участникам; своевременно определять спортивные сооружения и базы для проведения учебно-тренировочных сборов, обеспечивать их необходимыми инвентарем и оборудованием; утверждать сметы на проведение сборов.

Для ведущих спортивных команд организуются и проводятся учебно-тренировочные сборы по общей физической подготовке (ОФП), по специальной физической подготовке (СФП), в период предсоревновательной подготовки, для сохранения (поддержания) спортивной формы, восстановительные сборы.

Учебно-тренировочный сбор по общей физической подготовке проводится за 1,5—2 месяца до начала соревнований (продолжительность его 10 дней). Характерными особенностями сбора являются повышение общего уровня функциональных возможностей организма, развитие физических и волевых способностей спортсмена. Цель сбора — достижение высокого уровня физической подготовки.

В период сбора должны быть решены задачи по формированию коллектива, совершенствованию психологических качеств и теоретической подготовки, воспитательной работе, повышению общего и культурного уровня игроков.

Участники сбора тренируются по программе, в которую включены общеразвивающие упражнения, подвижные игры, упражнения с отягощениями, акробатика, гимнастика, кросс, прыжковые и спринтерские упражнения, спортивные игры, передвижение на велосипеде и лыжах и др.

Учебно-тренировочный сбор по специальной физической подготовке проводится за 1—1,5 месяца до начала соревнований (продолжительность его 15 дней). Характерной особенностью сбора является избирательное воздействие на спортсмена физическими упражнениями, которые в наибольшей степени соответствуют специфике данного игрового вида спорта. Цель сбора — максимальное развитие физических способностей игроков с учетом игровой специализации.

В период такого сбора решаются задачи по комплектованию команды, изучению и совершенствованию техники и тактики игры, повышению психологической подготовки и расширению теоретического кругозора игроков.

Участники сбора тренируются по программе, в которую включены общеразвивающие упражнения, упражнения для развития специальных двигательных качеств (преимущественно скоростно-силового характера), упражнения

в совершенствовании индивидуальной техники и тактики игры, учебные, контрольные и товарищеские игры.

Учебно-тренировочный сбор в период предсоревновательной подготовки проводится за 10—24 дня до начала соревнований (продолжительность его 18 дней). Характерной особенностью сбора является становление спортивной формы спортсменов в сочетании с созданием игрового коллектива (сыгранности отдельных игроков, звеньев, команды в целом). Цель сбора — достижение игроками наивысшей спортивной формы.

В период этого сбора необходимо завершить технико-тактическую подготовку игроков и комплектование команды.

Участники сбора тренируются по программе, в которой предусмотрены общеразвивающие упражнения, упражнения по специальной физической подготовке, игровые упражнения, односторонние и двусторонние игры, товарищеские и контрольные игры, участие в турнирах.

Учебно-тренировочный сбор для сохранения (поддержания) спортивной формы (продолжительность его 2—4 дня) проводится в течение соревновательного периода на этапах подготовки к наиболее ответственным играм (кубковым встречам, турам, первенствам, турнирам и др.). Характерной особенностью сбора является сохранение (поддержание) спортивной формы и стабильности состава команды. Цель сбора — поддержание спортивной формы, дальнейшее совершенствование спортивного мастерства.

В период такого сбора решаются задачи по поддержанию общих и специальных физических качеств игроков на необходимом уровне, совершенствованию техники и тактики игры, достижению стабильности в исполнении принятых в команде вариантов и систем тактических действий, улучшению психологической подготовки игроков.

Участники сбора тренируются по программе, в которой предусмотрены упражнения по общей и специальной физической подготовке, упражнения в совершенствовании технических приемов и тактических действий, товарищеские и контрольные игры, соревнования.

Восстановительный учебно-тренировочный сбор (продолжительность его 24 дня) проводится, как правило, по окончании напряженного соревновательного периода. Характерными особенностями сбора являются снижение нагрузки и переход к активному отдыху. В этот период проводятся углубленные или этапные медицинские осмотры спортсменов. Цель сбора — восстановление спортивной

формы, подготовка игроков к предстоящим тренировкам и соревнованиям.

С участниками сбора проводятся мероприятия в реабилитационном центре, упражнения по общей и специальной физической, технико-тактической и психологической подготовке.

Политико-воспитательная и культурно-массовая работа со спортсменами организуется в соответствии с планом учебно-тренировочного сбора.

Задачи, права и обязанности начальника сбора и тренеров команд определяются приказом соответствующего командира (начальника) о проведении сбора, а практическая деятельность основывается на требованиях уставов Вооруженных Сил СССР и соответствующих приказов Министра обороны СССР, директив Главного политического управления Советской Армии и Военно-Морского Флота.

Тренеры ежедневно ведут учет проведенных занятий выполнения программы сбора, сдачи нормативов по физической и технической подготовке, индивидуальных заданий, оценок специальных теоретических знаний, медицинского контроля и мероприятий, проведенных по реабилитации спортсменов.

Основными документами учета являются журнал учета, дневники тренера и спортсмена, учетная карточка спортсмена с данными медицинских осмотров.

Об окончании сбора представляется письменный отчет. Если после сбора команда участвовала в соревновании, то прилагаются и его результаты.

В отчете приводятся общая оценка, результаты выполнения программы (если имело место невыполнение, указать причины), характеристика состояния мест тренировки, спортивной формы, инвентаря и оборудования, условия размещения участников и организация питания, оценка качества проведения учебного процесса (использование достижений науки и передового практического опыта), результаты политико-воспитательной работы, выводы и предложения.

Ниже приводятся примерные документы для подготовки и проведения учебно-тренировочного сбора: программа (табл. 18), план-график тренировки (табл. 19), план-конспект учебно-тренировочного занятия (табл. 20), план культурно-массовой работы (табл. 21), индивидуальный план тренировки (табл. 22), распорядок дня (табл. 23) и список участников (табл. 24).

Председатель спорткомитета

в/ч _____

(звание, подпись)

" _____ 19 ____ г.

**Примерная программа учебно-тренировочного сбора
по подготовке к соревнованиям по гандболу**

(на 15 дней)

Цель: подготовка к чемпионату СА и ВМФ.

Задачи: 1. Сохранение спортивной формы спортсменов.

2. Совершенствование взаимодействия отдельных звеньев команды с учетом индивидуальных особенностей игроков.

3. Отработка командной тактики.

Содержание занятия	Количество часов
Теория	
Лекции:	
1. Профилактика спортивного травматизма	1
2. Основы массажа и самомассажа	1
3. Анализ техники и тактики игры	2
Групповые занятия:	
4. Установка на тренировочные игры и их разбор	6
5. Изучение правил соревнований	1
Итого . . .	11
Практика	
1. Прием нормативов ОФП и СФП	2
2. Подвижные игры, эстафеты	4
3. Совершенствование технических приемов игры в нападении и защите	16
4. Упражнения с отягощениями	6
5. Взаимодействия отдельных звеньев команды	6
6. Игровые упражнения 2 : 2, 3 : 3 и т. д.	2
7. Отработка вариантов защиты	4
8. Совершенствование коллективных действий в нападении	4
9. Односторонние и двусторонние игры	8
10. Контрольные, тренировочные, товарищеские игры	14
Итого . . .	63

Содержание занятия	Количество часов
Политико-воспитательная работа	
1. Политинформация	4
2. Лекция о международном положении	1
3. Коллективное посещение театра	4
4. Посещение музея, исторических мест города	2
5. Проведение диспута по книге, кинофильму, театральному спектаклю	1
6. Встреча с воинами части	1
Итого . . .	13
Всего на период сбора . . .	90

Старший тренер команды _____

Начальник сбора _____

" _____ 19__ г.

УТВЕРЖДАЮ

Председатель спортивного комитета в/ч _____

(звание, подпись)

« _____ 19 ____ г.

Примерный план-график тренировки сборной команды в/ч _____ по гандболу на период
с « _____ » _____ по « _____ » _____ 19 ____ г.
(на 15 дней)

Содержание занятия	Апрель									Май				
	21	22	23	24	26	27	28	29	30	3	4	5	6	7
	сред.	четверг	пятница	суббота	поне- дельник	вторник	среда	четверг	пятница	поне- дельник	вторник	среда	четверг	пятница
Теоретическая подготовка														
Политико-воспитательная и культурно-массовая работа	+			+			+		+	+			+	
Собрания участников сбора														
Изучение Правил (поло- жений) соревнований, тео- рии игры				+		+							+	
Разбор игр, тренировок и установок				+	+		+	+	+	+		+	+	+
Анализ техники и такти- ки игры ведущих сборных команд				+			+		+	+		+	+	+

Содержание занятия	Август									Сентябрь				
	21	22	23	24	25	27	28	29	30	3	4	5	6	7
	среда	четверг	пятница	суббота	поне- дельник	вторник	среда	четверг	пятница	поне- дельник	вторник	среда	четверг	пятница
Совершенствование приемов техники игры:														
передач и ловли мяча		+	+		+	+		+			+			
бросков по воротам		+	+		+	+		+			+			
ложных действий, за- слонов		+	+		+	+		+			+			
игры вратаря (выпол- нение специальных упражнений)		+	+		+	+		+			+			
Изучение и совершенствование тактических приемов игры:														
защиты по системе 1+6; 1+5 (при чис- ленном меньшинстве)			+			+								
позиционного нападе- ния по системе 1+ +3+3 и 1+5 (при численном меньшин- стве)			+			+								

Содержание занятия ?	Апрель									Май				
	21	22	23	24	26	27	28	29	30	3	4	5	6	7
	среда	четверг	пятница	суббота	поне- дельник	вторник	среда	четверг	пятница	поне- дельник	вторник	среда	четверг	пятница
быстрого прорыва 9-метрового свобод- ного броска и 7-мет- рового штрафного броска персональной опеки нейтрализации про- рыва противника		+				+		+						
Контрольные, товарищеские и учебно-тренировочные игры		+	+		+	+		+		+		+	+	
Медицинское обследо- вание														
Восстановительные меро- приятия									+					+

Старший тренер команды _____

Начальник сбора _____

(звание, подпись)

" _____ 19__ г.

Примерный план-конспект учебно-тренировочного занятия по волейболу

Задачи: 1. Совершенствование блокирования при нападающем ударе и при передаче мяча.

2. Страховка при нападающем ударе.

3. Развитие настойчивости, упорства и инициативы.

Место проведения: спортзал.

Форма одежды: спортивная.

Время: 90 мин.

Материальное обеспечение: 10 мячей.

Пособие: Правила соревнований.

Содержание занятия	Время, мин	Организационно-методические указания
--------------------	------------	--------------------------------------

Подготовительная часть — 25 мин

1. Построение, рапорт, краткое объяснение задач занятия. Спортивная ходьба, бег, перемещения вперед спиной, правым и левым боком.

Перемещения игроков на одной стороне площадки с резким рывком вперед на другую сторону площадки и имитацией приемов защиты

2. Силовые упражнения для ног: парные упражнения с выбрасыванием мяча на партнера и момент переката или падения на грудь (с подстраховкой руками) после перемещения вперед

3. Имитация блокирования на месте и после перемещения и стороны приставными шагами

10 | Выполнять по сигналу тренера. Занимающимся парами перемещаться вперед от лицевой линии. Одному из игроков с мячом в руках выполнить перекат или падение на грудь (с подстраховкой руками) и выбросить мяч на партнера, который должен поймать его и выполнить аналогичные действия

5 | Выполнять в двухшереножном разомкнутом строю

10 | Выполнять в парах с разбегу

Основная часть — 70 мин

1. Передача мяча в парах

10 | Мяч для удара подбрасывать нападающему игроку

2. То же, с ударами партнера

10 | Мяч подбрасывать ближе к сетке

Содержание занятия	Время, мин	Организационно-методические указания
3. Блокирование нападающего удара	10	Выполнить 8—10 раз
4. То же, с нападающим ударом со второй передачи, защитой и страховкой	15	Выполнить 10—15 раз
5. Учебная игра	20	Обратить внимание на проявление игроками в ходе игры настойчивости, упорства и инициативы

Заключительная часть — 5 мин

1. Ходьба и медленный бег. Упражнения на расслабление мышц в сочетании с глубоким дыханием	3	Проводить в составе команды
2. Подведение итогов занятия	2	Дать задания игрокам для индивидуальной подготовки

Старший тренер команды _____

» “ _____ 19__ г.

(звание, подпись)

“ _____ 19__ г.

Примерный план культурно-массовой работы
учебно-тренировочного сбора команды по гандболу на период
с “ _____ по “ _____ 19__ г.

Мероприятие	Срок проведения	Ответственный	Отметка о выполнении
1. Проведение политической информации	Нечетные дни	Майор Рыбаков Г. П. Комсорг сбора	
2. Выпуск стенгазеты «Гандболист»	15 и 20		
3. Выпуск боевого листка сбора	Четные дни		
4. Организация лекции на научную, общественно-политическую тему (общество «Знание»)	16		
5. Посещение музея (выставок, памятников старины, революционной славы)	12		
6. Коллективный выезд в театр (кино, концерт, цирк)	13		
7. Посещение производственного предприятия, встреча с передовиками труда (завод, фабрика, совхоз)	12—16	Начальник сбора	
8. Встреча с ветеранами Великой Отечественной войны, Героем Советского Союза	14—17		
9. Коллективное обсуждение прочитанного литературного произведения (поэма, роман, мемуары)	14	Комсорг сбора	
10. Проведение вечера отдыха (викторины, игры, песни, танцы)	18		
11. Организация вечера художественной самодеятельности силами участников сбора	20	Комсорг сбора	

Мероприятие	Срок проведения	Ответственный	Отметка о выполнении
12. Выезд на природу (рыбалка, сбор грибов, турпоход)	По выходным дням	Начальник сбора	
13. Встреча с войнами одной из воинских частей	22		

Старший тренер команды _____

Комсорг сбора _____

« _____ 19__ г.

Таблица 22

Примерный индивидуальный план тренировки члена сборной команды по гандболу

на учебно-тренировочном сборе _____

Время тренировок: _____

Упражнение	Задание	Отметка о выполнении
------------	---------	----------------------

Физическая подготовка

1. 12-минутный бег	Пробежать 3000 м	
2. Бег на 30 м: с мячом	Пробежать за 4,4 с	
без мяча	Пробежать за 4,0 с	
3. Бросок мяча на дальность (48 м)	Выполнить 3 раза	

Техническая подготовка

1. Броски мяча в ворота	Овладеть техникой опорного броска с ходу, совершенствовать бросок в прыжке прямой рукой сверху и бросок в нападении	
2. Отвлекающие действия, финты	Отработать двухшажный финт, совершенствовать финты на передачу и бросок	
3. Блокирование броска	Совершенствовать блокирование на выходах, освоить групповое блокирование	

Упражнение	Задание	Отметка о выпол- нении
------------	---------	------------------------------

Тактическая подготовка

1. Позиционное нападе- ние	Освоить функции левого полусред- него нападающего, ознакомиться с функциями левого крайнего нападаю- щего
2. Действия в защите	Освоить функции левого полусред- него и крайнего защитников по си- стеме 1+3+3
3. Игровые взаимодей- ствия	Отработать «тройки» в углу и связку с линейным нападающим
4. Атака с отрывом	Отработать подключение в первый эшелон и возвращение при контрата- ке противника
5. Комбинации в ходе игры	Освоить действия при выполнении «большой восьмерки» и «двойного за- слона»

Старший тренер команды _____

Игрок команды _____

“ _____ 19 ____ г.

(звание, подпись)

“ _____ 19__ г.

Примерный распорядок дня учебно-тренировочного сбора
сборной команды по гандболу
на период с “ _____ “ _____ по “ _____ “ _____ 19__ г.

Мероприятие	Рабочие дни	Выходные дни
Подъем	7.30	8.00
Зарядка (утренняя тренировка)	7.45—8.45	8.15—9.00
Туалет	9.00—9.30	9.00—9.30
Завтрак	9.30—10.30	9.30—10.30
Теоретические занятия, политическая информация	11.00—12.00	10.30—11.30
Разбор игр и тренировок	12.30—13.30	—
Обед	14.00—15.00	14.00—15.00
Отдых	15.00—17.00	15.00—17.00
Вечерняя тренировка	17.30—19.30	—
Ужин	20.00—21.00	20.00—21.00
Личное время	21.00—23.00	—
Отбой	23.00	23.00

Старший тренер команды _____

“ _____ 19__ г.

Председатель спорткомитета

в/ч _____

(звание, подпись)

" _____ 19 ____ г.

Примерный список участников учебно-тренировочного сбора
гандбольной команды

Срок проведения: с _____ по _____

Количество игроков: 20 человек.

Место проведения: Спортивный клуб ЛенВО.

№ п/п	Воинское звание, фамилия и инициалы	Год рождения	Спортивный разряд (звание)	Партийность	Функциональные обязанности
1	Майор Рыбаков Г. П.	1955	—	Член КПСС	Начальник сбора
2	Майор Кустов В. Н.	1956	МС	То же	Старший тренер
3	Старший лейтенант Га- гин О. И.	1961	I	„	Игрок
4	Лейтенант Храпов А. П.	1963	КМС	„	„
5	Прапорщик Козлов В. И.	1961	I	„	„
6	Сержант Игнатов В. Г.	1965	КМС	„	„
7	Рядовой Сычев В. А.	1965	I	Член ВЛКСМ	„
8	Рядовой Чигарев А. П. И т. д.	1966	I	То же	„

Старший тренер команды _____

Начальник сбора _____

" _____ 19 ____ г.

ОРГАНИЗАЦИЯ И ПРОВЕДЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ ПО СПОРТИВНЫМ ИГРАМ

Соревнования по спортивным играм проводятся по единым правилам, установленным федерациями по отдельным видам спорта и утвержденным Комитетом по физической культуре и спорту при Совете Министров СССР. Эти правила определяют количественный состав команды, продолжительность игры, размеры площадок, полей, оборудование и инвентарь. Кроме того, ими регламентируются в значительной мере и действия участников соревнований.

В Советской Армии и Военно-Морском Флоте соревнования проводятся в целях воспитания у военнослужащих воли и стремления к победе, коллективизма, способности стойко переносить предельные физические напряжения, а также в целях выработки навыков в выполнении разнообразных физических упражнений, игровых приемов и действий.

Соревнования по спортивным играм способствуют:

повышению функциональных возможностей организма к выполнению интенсивной физической работы в условиях высоких психических напряжений;

выявлению уровня морально-волевой, психической, физической, технической и тактической подготовленности команд и отдельных игроков;

повышению спортивного мастерства занимающихся и определению лучших игроков и команд;

популяризации спортивных игр среди личного состава Советской Армии и Военно-Морского Флота;

организации здорового, культурного и активного отдыха военнослужащих.

В Советской Армии и Военно-Морском Флоте систематически проводятся соревнования по футболу, хоккею, гандболу, баскетболу, волейболу, теннису и другим видам спортивных игр. Они организуются, как правило, в часы массовой спортивной работы, а также в предвыходные и

выходные дни и пользуются огромной популярностью у личного состава частей и соединений.

Из года в год все большее число армейских команд и спортсменов принимают участие в международных соревнованиях, многие из них регулярно выступают в соревнованиях на первенство Европы и мира. Стали традиционными соревнования по спортивным играм среди дружественных армий. Международные соревнования с участием наших спортсменов способствуют укреплению дружбы между социалистическими армиями, расширению и укреплению международных спортивных связей.

ВИДЫ СОРЕВНОВАНИЙ

Соревнования по своему характеру подразделяются на личные, лично-командные и командные.

Личные соревнования — это соревнования, по результатам которых определяется место каждого спортсмена-участника.

Лично-командные соревнования — это соревнования, в которых определяются не только места каждого участника, но и каждой команды.

Командные соревнования — это соревнования, в результате которых определяется место каждой команды, участвующей в них.

Личные, лично-командные и командные соревнования проводятся по бадминтону, городкам, теннису, настольному теннису, шахматам и шашкам; командные — по баскетболу, волейболу, гандболу, водному поло, регби, футболу, хоккею с мячом, хоккею на траве.

По своему назначению, организационной форме и задачам указанные соревнования подразделяются на первенства или чемпионаты, соревнования на кубок, сокращенные (ускоренные, укороченные), с гандикапом (уравнительные), классификационные, отборочные, матчевые и товарищеские встречи.

Первенства или чемпионаты — наиболее ответственные соревнования, в результате проведения которых присваивается почетное звание чемпиона части, соединения, армии, округа, вида Вооруженных Сил, Советской Армии и Военно-Морского Флота. Такие соревнования проводятся один раз в год. Победители первенства Советской Армии и Военно-Морского Флота по отдельным видам спортивных игр награждаются золотыми, серебряными и бронзовыми медалями.

Соревнования на кубок обычно проводятся по принципу «проигравший выбывает». Они требуют много времени и позволяют охватить большое количество команд или участников.

Сокращенные (ускоренные, укороченные) соревнования проводятся в сокращенное время. Например, по правилам игра в футбол длится 90 мин. Для укороченной игры время может быть сокращено до 30—40 мин, укороченные соревнования по волейболу проводятся до счета десять в каждой партии и т. д.

Укороченные соревнования получили широкое распространение в частях и соединениях Советской Армии и Военно-Морского Флота. Они, как правило, приурочиваются к какому-либо торжественному дню или празднику, к открытию или закрытию спортивного сезона.

В программу ускоренных соревнований кроме спортивной игры могут быть включены и другие упражнения (элементы игры, легкоатлетические упражнения, эстафеты), характеризующие техническую и физическую подготовку игроков.

В случае ничейного исхода игры победитель определяется по лучшим показателям времени в других упражнениях (эстафете, беге) или по другим показателям, например по результатам 11-метровых штрафных ударов и т. д. Ускоренные соревнования проходят более интересно и привлекают многочисленных зрителей, что имеет большое агитационное значение.

Соревнования с гандикапом (уравнивательные соревнования) организуются между командами или отдельными участниками различной подготовленности. Для того чтобы такие соревнования представляли спортивный интерес как для сильнейших команд (участников), так и для слабейших и создавали условия для напряженной спортивной борьбы, силы команд (участников) искусственно уравниваются. В этом случае более слабым командам или отдельным участникам (если соревнования личные) еще до начала соревнования дается обусловленное количество очков, забитых мячей или шайб (фора). Такие соревнования проводятся следующим образом. Из числа квалифицированных судей, общественного и тренерского актива избирается организационный комитет (3—7 человек), который не только организует соревнования, но и определяет фору. На заседании комитета заслушиваются мнения тренеров и капитанов играющих команд, анализируются спор-

тивные результаты команд-участниц, уровень их мастерства, моральная и волевая подготовка как отдельных игроков, так и команды в целом, после чего для участвующих команд устанавливается определенная фора на каждую игру. Установленная фора пишется на бумажке, которая вкладывается в конверт и опечатывается. О ней знают только члены организационного комитета. Конверт с форой вскрывается по окончании игры, и судья, учтя фору, объявляет конечный результат встречи.

Предположим, что встреча по футболу закончилась победой команды старшего разряда со счетом 7:4. Однако после вскрытия конверта оказалось, что установленная фора равна пяти мячам в пользу команды младшего разряда. Следовательно, окончательный результат встречи будет 9:7 в пользу команды младшего разряда. В случае если после вскрытия конверта окончательный результат окажется ничейным, победу принято присуждать команде, не получившей форы.

Соревнования с гандикапом имеют большое педагогическое значение, так как они способствуют тому, что команда младшего разряда проводит игры с командами старшего разряда на более высоком морально-волевом, техническом и тактическом уровне. Это заставляет спортсменов команды младшего разряда как бы подтягиваться до своих соперников, чтобы добиться во встрече хотя бы ничейного результата или проиграть ее с минимальным счетом.

Классификационные соревнования проводятся в целях определения уровня спортивной подготовленности спортсмена или команды и выполнения ими разрядных требований Единой всесоюзной спортивной классификации.

Отборочные соревнования помогают выявить наиболее подготовленные команды (игроков) по отдельным видам спортивных игр для участия их в более крупных соревнованиях.

Матчевые встречи заранее предусматриваются планом спортивной работы и носят традиционный характер. В них обычно участвует небольшое количество команд. Такие соревнования способствуют развитию дружеских взаимоотношений между частями, соединениями, видами Вооруженных Сил СССР, а также между дружественными армиями.

Товарищеские встречи проводятся между командами отдельных частей, соединений, армий и т. д. в целях про-

верки готовности спортсменов к предстоящим соревнованиям, поддержания и совершенствования спортивной формы, упрочения спортивных связей.

СИСТЕМА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Соревнования по спортивным играм проводятся по круговой системе, системе с выбыванием и по смешанной системе. Выбор какой-либо системы розыгрыша зависит от задач соревнования, количества участвующих в нем команд или участников, спортивной базы, уровня спортивно-технической подготовленности участников.

Каждая система розыгрыша имеет определенные способы составления календаря встреч соревнующихся команд. Перед составлением календаря игр проводится жеребьевка участвующих команд (если соревнования командные) или участников (если соревнования личные). По результатам жеребьевки каждая из команд или участник соревнований получает определенный номер. На основании этих номеров составляется календарь соревнований.

Соревнования по круговой системе. Сущность проведения данных соревнований заключается в том, что участники встречаются друг с другом. Круговая система проведения соревнований позволяет не только наиболее точно выявить победителя, но и определить места всех других участников, дает точное представление о соотношении и состоянии морально-волевой, психической, физической, технической и тактической подготовки соревнующихся команд.

Главным недостатком круговой системы соревнований является то, что она требует большого количества времени. Соревнования по круговой системе обычно проводят в один или два круга, чтобы создать одинаковые условия для соревнующихся команд. В этом случае команды встречаются между собой 2 раза: на поле противника и на своем поле.

Для определения количества игровых дней и игр, необходимых для проведения соревнований по круговой системе в один круг, существуют формулы.

Так, определяя количество игровых дней, следует знать общее число команд, участвующих в соревнованиях. Если оно четное, то число игровых дней будет на единицу меньше числа играющих команд; если оно нечетное, то число игровых дней будет равно числу команд, участвующих в соревнованиях, т. е. $X = A - 1$ (при четном числе команд) и

$X = A$ (при нечетном числе команд), где X — количество игровых дней соревнований, A — число команд, участвующих в соревнованиях.

Количество игр при проведении соревнований по круговой системе в один круг определяется по формуле

$$X = \frac{A(A-1)}{2},$$

где X — количество игр при проведении соревнований по круговой системе в один круг;

A — общее число команд, участвующих в соревнованиях;

$(A-1)$ — число игр, которое должна провести каждая команда в ходе соревнований;

2 — показатель того, что в игре одновременно принимают участие две команды.

Если соревнования по круговой системе проводятся не в один, а в два, три или четыре круга, то количество игровых дней и игр соответственно возрастает в два, три или четыре раза.

Календарь игр по круговой системе составляется двумя способами.

Первый способ предусматривает чередование полей, т. е. все участвующие команды имеют свое поле и каждая из них проводит часть игр на своем поле, часть — на поле противника. Этот способ носит название «змейка».

Календарь игр по данному способу с помощью вспомогательных рисунков составляется всегда на нечетное число команд, т. е. если команд восемь, то для семи команд, если пять, то для пяти.

Таким образом, таблица розыгрыша всегда составляется на число игровых дней независимо от того, четное или нечетное число команд участвует в соревнованиях. Сущность составления ее сводится к следующему. По количеству игровых дней (в нашем примере — семь дней) чертятся вертикальные линии (рис. 1).

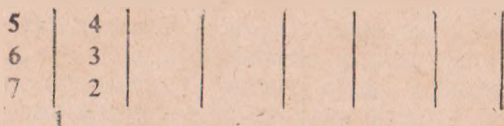


Рис. 1. Вспомогательная схема первого способа составления календаря игр

Под первой вертикальной линией ставится цифра 1 и снизу вверх между первой и второй вертикальными линиями проставляется столько цифр, сколько можно составить пар из семи команд, т. е. три цифры (2, 3, 4). Цифры 5, 6, 7 дописываются сверху вниз слева от первой вертикальной линии соответственно напротив цифр 4, 3, 2. Так составляется первый календарный день соревнований по данному способу.

Для последующих дней написание цифр производится по способу «змейка», т. е. цифры от 1 до 7 пишутся между, над и под вертикальными линиями до тех пор, пока справа от последней вертикали не будут написаны снизу вверх цифры 5, 6, 7. При этом необходимо учитывать следующее: составляя рисунок, цифры надо писать строго по середине между вертикалями и соответственно друг против друга (рис. 2).

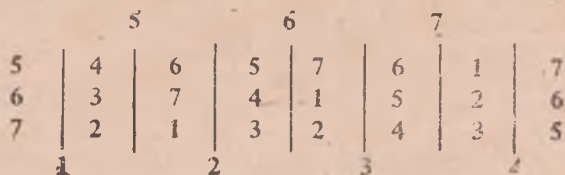


Рис. 2. Основная схема первого способа составления календаря игр

После составления данного рисунка игры распределяются по календарным дням. Цифры, расположенные по одну и другую стороны вертикальной линии, обозначают игровые пары. Команды, обозначенные цифрами, расположенными справа от вертикальных линий и под ними, по существующему общему положению принято считать «хозяевами» поля. В игровых парах они пишутся первыми.

1-й день	2-й день	3-й день	4-й день	5-й день	6-й день	7-й день
1-0	0-5	2-0	0-6	3-0	0-7	4-0
2-7	6-4	3-1	7-5	4-2	1-6	5-3
3-6	7-3	4-7	1-4	5-1	2-5	6-2
4-5	1-2	5-6	2-3	6-7	3-4	7-1

Рис. 3. Итоговая схема первого способа составления календаря игр по дням при нечетном числе команд-участниц

Составление игровых пар начинается с цифр, стоящих под и над вертикалями. Распределение игр по игровым дням для семи команд показано на рис. 3.

При нечетном числе команд-участниц против номеров команд, обозначенных цифрами 1, 5, 2, 6, 3, 7, 4, стоящими над и под вертикалями (рис. 2), проставляются нули (рис. 3). Это значит, что данные команды будут выходными в игровом дне.

Если число команд четное (например, восемь команд), то к цифрам 1, 5, 2, 6, 3, 7, 4, стоящим над и под вертикалями (рис. 2), приписывается цифра 8 (рис. 4).

1-й день	2-й день	3-й день	4-й день	5-й день	6-й день	7-й день
1-8	8-5	2-8	8-6	3-8	8-7	4-8
2-7	6-4	3-1	7-5	4-2	1-6	5-3
3-6	7-3	4-7	1-4	5-1	2-5	6-2
4-5	1-2	5-6	2-3	6-7	3-4	7-1

Рис. 4. Итоговая схема первого способа составления календаря игр по дням при четном числе команд-участниц

При окончательном написании календаря игр вместо цифр (номеров, полученных командами при жеребьевке) пишутся наименования команд, а также указываются дата, время начала игры и место ее проведения. При данном способе составления календаря соблюдается очередность смены полей в каждом календарном дне.

Второй способ составления календаря игр значительно проще. Он применяется тогда, когда смена полей при проведении соревнований не играет никакой роли, т. е. соревнования проводятся в одном месте, на одном поле для всех участвующих команд. При этом способе порядок игр составляется непосредственно по игровым дням.

Номера, соответствующие количеству выступающих команд (в нашем примере шесть), записываются в колонку из двух столбцов, напротив первого номера (справа) ставится второй, от которого сверху вниз по ходу часовой стрелки в возрастающем порядке пишутся остальные номера (3, 4, 5, 6). Для составления последующих игровых дней номера передвигают против хода часовой стрелки, ставляя первый номер на месте (рис. 5).

Если в соревнованиях участвует нечетное число команд (в нашем примере семь команд), то вместо последнего четного числа ставится ноль (рис. 6).

Команда, номер которой при распределении попадает в пару с цифрой ноль, будет выходной в игровом дне.

При проведении соревнований по круговой системе с большим числом участвующих команд, когда каждой из

1-й день	2-й день	3-й день	4-й день	5-й день
1-2	1-3	1-4	1-5	1-6
6-3	2-4	3-5	4-6	5-2
5-4	6-5	2-6	3-2	4-3

Рис. 5. Схема второго способа составления календаря игр по дням при четном числе команд-участниц

них нужно определить место в розыгрыше, а время для проведения соревнований ограничено, применяют систему проведения соревнований в один круг с предварительными

1-й день	2-й день	3-й день	4-й день	5-й день	6-й день	7-й день
1-2	1-3	1-4	1-5	1-6	1-7	1-0
0-3	2-4	3-5	4-6	5-7	6-0	7-2
7-4	0-5	2-6	3-7	4-0	5-2	6-3
6-5	7-6	0-7	2-0	3-2	4-3	5-4

Рис. 6. Схема второго способа составления календаря игр по дням при нечетном числе команд-участниц

и финальными играми. Так, если число команд 18, то предварительно их разбивают на подгруппы, например на шесть подгрупп по три команды.

В каждой подгруппе соревнования проводятся в один круг, и по результатам определяются места команд (с 1-го по 3-е). Затем команды, занявшие в подгруппах первые места, объединяются в первую финальную группу, где разыгрывают места с 1-го по 6-е; занявшие вторые места — во вторую финальную группу, где разыгрывают места с 7-го по 12-е; занявшие третьи места — в третью финальную группу, где разыгрываются места с 13-го по 18-е.

Исходя из количества состава участвующих команд число команд в подгруппах, где проводятся предварительные игры, можно увеличить, например 18 команд разбить на три предварительные подгруппы (по шесть команд в каждой подгруппе). После проведения соревнований в подгруппах в первую финальную группу можно объединить

команды, занявшие в подгруппах 1-е и 2-е места; во вторую — команды, занявшие в подгруппах 3-е и 4-е места; в третью — команды, занявшие 5-е и 6-е места, и т. д.

Таким образом, каждой из 18 участвующих в соревнованиях команд будет определено место в соревнованиях, причем, для того чтобы повторно не проводить в финальных группах встречи между командами, которые вошли в одну финальную группу из одной предварительной подгруппы, резуль-

4	3	или	1—6
5	2		2—5
	1—6		3—4

 тат встречи, проведенной в предварительной подгруппе, засчитывается в финале.

Жеребьевка команд для участия в финале соревнований проводится

Рис. 7. Схема составления календаря финальных состязаний с учетом предварительных игр

следующим образом. Команды, занявшие 1-е и 2-е места в подгруппах, получают парные номера (например, 1—6) исходя из первого дня финальных соревнований, который в общем календаре финальных игр не будет учитываться, так как команды сыграли игры этого дня в предварительных соревнованиях. Например, если число команд шесть, то первый день будет выглядеть так, как показано на рис. 7.

В связи с этим любой из представителей команд, вышедших в финал из одной группы, вытаскивает на жеребьевке парные номера, например 1—6, 2—4 или 3—4. Затем представители команд, вышедших в финал из одной подгруппы, разыгрывают между собой те парные номера, которые они вытащили, т. е. 1 и 6, 2 и 5, 3 и 4. Таким образом, первый день соревнований считается сыгранным в предварительных играх, а все последующие дни календаря составляются по общепринятым способам в зависимости от номеров, полученных командами на жеребьевке. Таким же образом проводится жеребьевка для команд, занявших в предварительных соревнованиях 3-е и 4-е, а также 5-е и 6-е места.

Круговая система с предварительными и финальными играми значительно сокращает время проведения соревнований. При распределении команд на предварительные подгруппы по силам следует исходить из прошлогодних или каких-либо других результатов соревнований, а если таковых нет, то провести распределение команд на подгруппы согласно жребию.

В тех случаях, когда команды на подгруппы не разбиваются, так как команд немного и они будут играть все вместе в одной подгруппе, проводится общая жеребьевка. Если команд много, а сроки проведения соревнований ограничены, они разбиваются на подгруппы с помощью рассеивания, что создает возможность сформировать подгруппы, примерно равные по силам. В настоящее время применяются два способа рассеивания: жребием и «змейкой». Обычно команды по подгруппам рассеиваются по результатам прошлогодних, предыдущих или предварительных соревнований.

Рассеивание жребием проводится следующим образом. После определения принципа рассеивания команд, число которых соответствует количеству подгрупп, проводят жеребьевку для распределения по подгруппам. Например, если подгрупп три, то команды, занявшие в прошлом году 1, 2 и 3-е места, рассеиваются жребием по этим подгруппам, затем таким же образом распределяются по жребью команды, занявшие в прошлом году 4, 5 и 6-е места, и т. д. Рассеиванию могут подвергаться все команды или часть из них. Так, например, вначале рассеиваются по подгруппам команды — призеры прошлогодних соревнований. Для всех остальных проводится общая жеребьевка, при этом обращается внимание на то, чтобы в зависимости от вытянутого номера команды попадали в определенную подгруппу.

Рассеивание «змейкой» осуществляется так: всем командам присваиваются номера в соответствии с местом, занятым ими на прошлогодних или предыдущих соревнованиях, после чего они в соответствии с присвоенными номерами распределяются «змейкой» по подгруппам.

Рассеивание по способу «змейка» восьми команд на две подгруппы будет выглядеть так, как показано на рис. 8, а

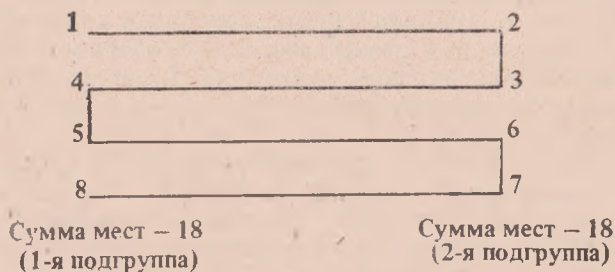


Рис. 8. Схема рассеивания восьми команд на две подгруппы по способу «змейка»

двенадцати команд — на три подгруппы так, как показано на рис. 9. Как видно из рис. 8 и 9, при рассеивании команд по способу «змейка» создается условное равенство в подгруппах.

После рассеивания команд по подгруппам жребием или способом «змейка» в них проводится дополнительная жеребьевка. Способ рассеивания команд по подгруппам и количество команд, подвергающихся рассеиванию, предусматриваются положением о соревнованиях.

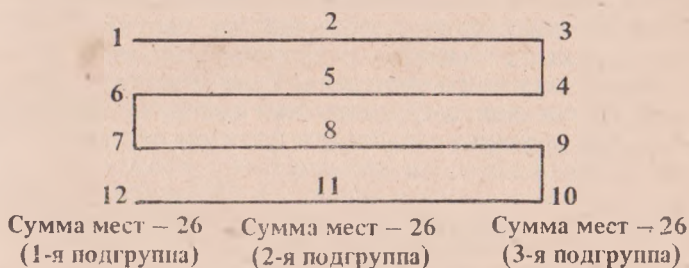


Рис. 9. Схема рассеивания двенадцати команд на три подгруппы по способу «змейка»

Места команд в результате проведенных соревнований определяются по сумме очков, набранных ими в играх всех календарных дней. Очки командам в ходе соревнования начисляются в соответствии с оценочной шкалой, предусматривающей начисление определенного количества очков за победу, ничью, поражение и неявку команды на соревнование.

В таких видах спортивных игр, как футбол, гандбол, хоккей и хоккей на траве, регби, где возможны ничейные результаты, команде за победу начисляются 2 очка, за ничью 1 очко, за поражение 0 очков, за неявку на игру 0 или минус 2 очка (если это предусматривается положением о соревнованиях).

В таких видах спортивных игр, как баскетбол, волейбол, теннис, бадминтон, команде (участнику) за победу начисляют 1 очко, за поражение 0 очков, за неявку на соревнования 0 или минус 1 очко (если это предусматривается положением о соревнованиях). Места команд (игроков) определяются по сумме набранных ими очков.

При равенстве очков у двух команд, претендующих на 1-е место, для выявления победителя назначается дополнительная игра. В остальных случаях преимущество получа-

ет та команда, которая выиграла встречу у команды, имеющей с ней одинаковое количество очков. Если же в этом случае игра между командами закончилась вничью, в силу вступает разница забитых и пропущенных мячей в играх со всеми остальными командами. Если равное количество очков набирают три команды или более, преимущество получает команда с большим числом побед в играх между ними. При равенстве этого показателя предпочтение отдается команде с лучшей разницей забитых и пропущенных мячей (очков) в играх между этими командами. Если и эти показатели одинаковые, преимущество получает команда с лучшей разницей забитых и пропущенных мячей в играх со всеми остальными командами. Если и этого недостаточно, то в положении о соревновании оговариваются какие-либо другие критерии оценки выступления команд в соревнованиях.

Таблица 25

Примерная таблица результатов соревнований по футболу на первенство в/ч _____

№ по пар.	Команда	1	2	3	4	5	Количество очков	Разница мячей	Место
1	«Стрела»	X	$\frac{2:1}{2}$	$\frac{1:3}{0}$	$\frac{2:2}{1}$	$\frac{0:4}{0}$	3	5—10 (—5)	IV
2	«Сокол-1»	$\frac{1:2}{0}$	X	$\frac{3:3}{1}$	$\frac{8:0}{2}$	$\frac{1:0}{2}$	5	13—5 (+8)	II
3	«Звезда»	$\frac{3:1}{2}$	$\frac{3:3}{1}$	X	$\frac{0:0}{1}$	$\frac{5:0}{2}$	6	11—4 (+7)	I
4	«Победа»	$\frac{2:2}{1}$	$\frac{0:8}{0}$	$\frac{0:0}{1}$	X	$\frac{1:4}{0}$	2	3—14 (—11)	V
5	«Сокол-2»	$\frac{4:0}{2}$	$\frac{0:1}{0}$	$\frac{0:5}{0}$	$\frac{4:1}{2}$	X	4	8—7 (+1)	III

Главный судья соревнований _____

Главный секретарь соревнований _____

„ „ _____ 19 ____ г.

В табл. 25 приводятся результаты соревнований по футболу на первенство части.

Соревнования по системе с выбыванием. Сущность проведения соревнований по системе с выбыванием заключается в том, что команда после проигрыша (первого, второго или третьего поражения) выбывает из соревнований. В настоящее время наиболее распространена система проведения соревнований с выбыванием после первого поражения, по которой разыгрываются кубки СССР, республик, городов, соединений и частей. Эта система позволяет при большом количестве участников (команд) проводить соревнования в более короткие сроки, чем круговая система. Основным недостатком ее является то, что она не дает полного представления о силах команд, не может определить места всем командам, участвующим в соревнованиях. При проведении соревнований по данной системе возможен элемент случайности, т. е. слабая команда может стать даже победительницей соревнований.

При составлении календаря игр по этой системе прежде всего составляется сетка распределения игр на заявленное количество команд, участвующих в соревнованиях, а затем проводится жеребьевка.

Сетка распределения игр по системе с выбыванием после первого поражения составляется, например, для команд, число которых равно степени числа 2, так, как показано на рис. 10.



Рис. 10. Схема составления календаря игр по системе с выбыванием после первого поражения при участии 8 команд

Как видно из рис. 10, номера команд записываются столбцом сверху вниз в возрастающем порядке с 1-го по

8-й номер включительно. Затем, начиная сверху, номера соединяются попарно, образуя игровые пары первого дня соревнований. Победители объединяются в том же порядке в игровые пары второго дня соревнований. Команды, выигравшие во второй день соревнований, образуют финальную пару третьего дня, победитель которой будет обладателем Кубка.

Если число команд не равно степени числа 2, в первый день соревнований проводятся игры определенного числа команд из общего количества участвующих в соревнованиях. В ходе этих игр проигравшие выбывают из соревнований, а оставшиеся образуют со всеми остальными число, являющееся степенью числа 2. Так, если общее число команд 10, то в первый день соревнований в играх участвуют четыре команды, из соревнований выбывают 5-я и 7-я (рис. 11), во второй — восемь, из них две команды (в нашем примере 4-я и 6-я), победившие в первый день соревнований.

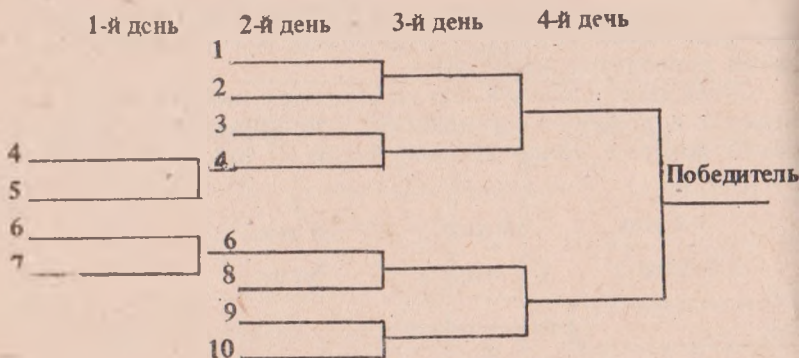


Рис. 11. Схема составления календаря игр по системе с выбыванием после первого поражения при участии 10 команд

Для определения количества команд, играющих в первый день, пользуются формулой $X = (A - 2^n) \cdot 2$, где X — количество команд, участвующих в играх в первый день соревнований, A — общее число команд, 2^n — число, являющееся степенью числа 2 из общего числа команд, 2 — показатель того, что играют одновременно две команды. Согласно нашему примеру $X = (10 - 8) \cdot 2 = 4$.

В соответствии с общепринятыми правилами в играх первого дня соревнований участвуют команды, имеющие в

результате жеребьевки средние номера. Команды, не играющие в первый день соревнований, распределяются в верхней и нижней частях сетки игр поровну (если общее число команд четное). Так, в нашем примере при десяти командах в первый день соревнований в играх не будут принимать участие шесть команд. Поделив их пополам, получим, что в первый день соревнований не участвуют 1, 2 и 3-я команды сверху и 8, 9 и 10-я снизу. В первый игровой день между собой встречаются команды 4, 5, 6 и 7-я.

Таким образом, сетка распределения игр для десяти команд будет выглядеть так, как показано на рис. 11.

Если же общее число команд нечетное (например, 11 команд), то в нижней части сетки располагается на одну команду больше, чем в верхней ее части (рис. 12).

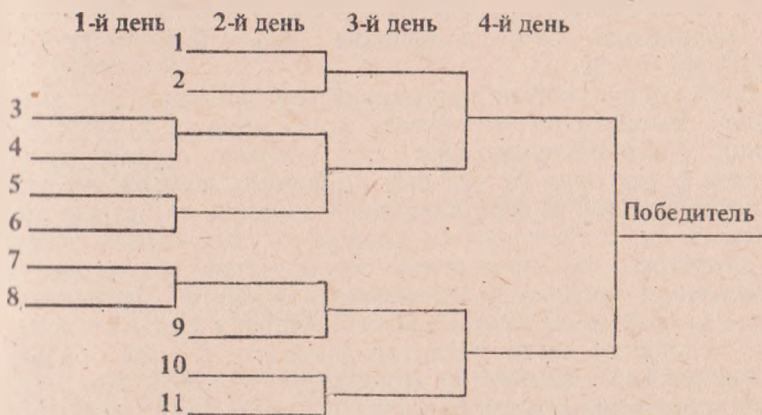


Рис. 12. Схема составления календаря игр по системе с выбыванием после первого поражения при участии 11 команд

Для определения количества игровых дней и игр при проведении соревнований по системе с выбыванием пользуются формулой $X=n$, где X — количество дней, необходимое для проведения соревнований по системе с выбыванием после первого поражения, n — степень числа 2 из общего количества участвующих команд. Например, если число команд 8, то количество игровых дней будет 3, так как число 8 является третьей степенью числа 2, т. е. $X=n=3$.

Если количество команд не является степенью числа 2, то пользуются формулой $X=n+1$, где X — количество дней для проведения соревнований по системе с выбыванием

после первого поражения, $n+1$ — степень числа 2 плюс единица. Например, если число команд 10, то количество игровых дней будет $3+1$, так как из десяти число 8 является третьей степенью числа 2 плюс один день, необходимый для того, чтобы из состязаний выбыли две команды в первый день и осталось число команд, равное 8, т. е. $X=n+1=3+1=4$.

Количество игр для проведения соревнований по системе с выбыванием определяется по формуле $X=(A-1) \cdot m$, где X — количество игр для проведения соревнований по системе с выбыванием, A — число команд, участвующих в соревнованиях, m — количество поражений, при котором команда выбывает из соревнований. Например, если число команд 12 и соревнования проводятся с выбыванием после первого поражения, то количество игр $X=A-1=12-1=11$. Если соревнования проводятся с выбыванием после второго поражения, то количество игр $X=(A-1) \cdot 2=(12-1) \cdot 2=22$.

При данной системе проведения соревнований две сильнейшие команды по жеребьевке могут попасть в одну половину сетки распределения игр (элемент случайности), в связи с чем одна из них еще до финала должна выбыть из соревнований. В финал выходят команды из разных половин сеток, совершенно не равные по силе. Чтобы этого не случилось, при проведении соревнований по системе с выбыванием после первого поражения часто применяют искусственное рассевание двух сильнейших команд по разным половинам сетки распределения игр. С этой целью между двумя сильнейшими командами (с учетом результатов прошлогодних и предыдущих соревнований) проводится жеребьевка, в результате которой определяется, кому из них достанутся первый и последний номера общего числа команд, участвующих в соревнованиях. Для остальных команд после этого проводится жеребьевка со второго по предпоследний номер включительно. Таким образом, две сильнейшие команды, если они до финала никому не проиграют, встретятся между собой только в финале. По этой системе определяются 1-е и 2-е места.

Хозяевами поля при проведении соревнований по системе с выбыванием в первый день являются команды, имеющие нечетные номера, во второй день — команды, игравшие в первый день на поле противника.

Если же обе команды играли на поле противника или на своем поле, то между ними проводится жеребьевка, выявляющая место их встречи. Все последующие встречи оп-

ределяются тем же способом. Исключение составляет финальная игра, которая может заранее назначаться в определенном месте. Так, например, финальная игра на Кубок СССР по футболу всегда проводится в Москве, в Лужниках. Результаты соревнований по системе с выбыванием могут фиксироваться примерно так, как показано на рис. 13.

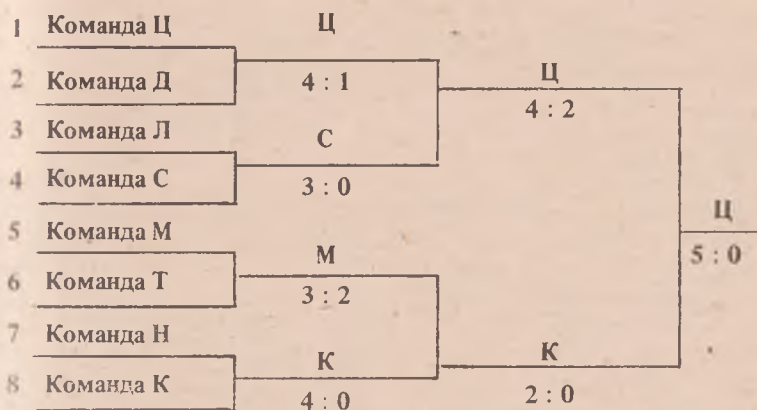


Рис. 13. Примерная итоговая схема розыгрыша состязаний на Кубок по системе с выбыванием после первого поражения

При проведении соревнований по системе с выбыванием после двух поражений сетка распределения игр будет выглядеть так, как изображено на рис. 14. Как видно из рисунка, сетка распределения игр состоит из основной и дополнительной сеток. Команды, получив одно поражение, переходят в дополнительную сетку и там продолжают игры до тех пор, пока не проигрывают второй раз. При этом варианте количество игровых дней и игр увеличивается в 2 раза, причем возможен вариант, когда финальную встречу придется проводить дважды.

Соревнования по смешанной системе. Смешанная система проведения соревнований представляет собой сочетание двух систем розыгрыша: круговой и с выбыванием. При этой системе одна часть соревнований (предварительная или заключительная) проводится по круговой системе, а другая — по системе с выбыванием.

Иногда систему с выбыванием применяют в предварительной части розыгрыша среди команд, разбитых на подгруппы, а из оставшихся команд составляют группы силь-

нейших, встречающихся в заключительной части соревнований по круговой системе.

В зависимости от числа участвующих команд или от других каких-либо условий в некоторых случаях соревнования по смешанной системе проводят следующим образом. Команды распределяются на две подгруппы, в каждой из которых проходят соревнования по круговой системе в

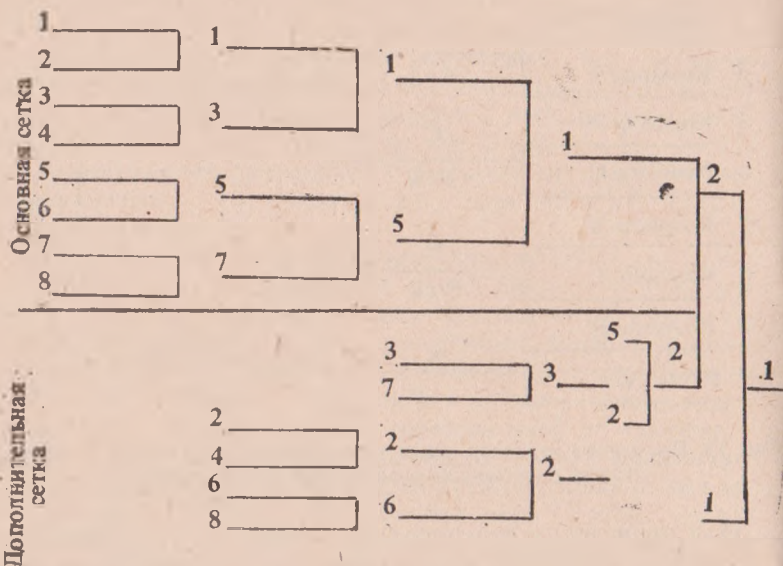


Рис. 14. Схема составления календаря игр по системе с выбыванием после двух поражений при участии 8 команд

один круг. После окончания соревнований в подгруппах и определения мест, занятых командами, проводятся стыковые игры (по системе с выбыванием) между командами, занявшими первые места в подгруппах, в результате которых определяются 1-е и 2-е места среди всех команд, участвующих в соревнованиях. Таким же образом определяются все последующие места.

Преимущество смешанной системы заключается в том, что она позволяет при большом количестве участвующих команд провести соревнования в сравнительно небольшой срок и довольно точно определить соотношение сил команд-участниц.

ПОДГОТОВКА, ПРОВЕДЕНИЕ И ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ СОРЕВНОВАНИЙ

При планировании соревнований по спортивным играм учитываются:

задачи по боевой подготовке;

требования воинских уставов, Наставления по физической подготовке Советской Армии и Военно-Морского Флота по спортивной работе;

сроки и характер соревнований, проводимых вышестоящим спортивным комитетом, соответствующими комитетами по физической культуре и спорту и федерациями по видам спортивных игр;

климатические условия;

наличие учебно-спортивной и материально-технической базы.

Основными документами для проведения соревнований в воинских частях и соединениях являются план спортивной работы и положение о спортивных, военно-спортивных соревнованиях и смотре спортивной работы, которые разрабатываются на период обучения или учебный год.

Для соревнований, проходящих в воинской части (соединении), положение разрабатывается спортивным комитетом (начальником физической подготовки) и утверждается соответствующим командиром (начальником), после чего доводится до личного состава.

Для соревнований на первенство военного округа и ему равных положение разрабатывается офицерами (специалистами по физической подготовке и спорту) управления боевой подготовки военного округа и представляется на обсуждение окружному спортивному комитету и далее на утверждение заместителю командующего войсками военного округа по боевой подготовке.

Положение о соревнованиях на первенство видов Вооруженных Сил разрабатывается соответствующим начальником по физической подготовке и спорту и утверждается начальником управления (отдела) боевой подготовки округов (флотов) и видов Вооруженных Сил.

Положение о соревнованиях на первенство СА и ВМФ разрабатывается Спортивным комитетом Министерства обороны СССР и утверждается заместителем Министра обороны СССР.

В положении о соревнованиях отражаются следующие вопросы:

цель и задачи соревнований;

руководство проведением соревнований;
требования к составам команд и участникам;
условия проведения соревнований;
система зачетов и порядок определения победителей;
награждение победителей;
порядок и сроки представления заявок.

Цель и задачи соревнований предусматривают подведение итогов учебно-тренировочной работы по спортивным играм, выявление лучших спортсменов и команд, дальнейшую популяризацию спортивных игр среди личного состава и во многом зависят от конкретных условий проведения соревнований.

Руководство проведением соревнований осуществляется спортивным комитетом части или соединения, а непосредственное их проведение возлагается на судейскую коллегию по виду спортивных игр. При проведении соревнований более крупного масштаба руководство ими возлагается на специально назначенный организационный комитет.

В требованиях к составам команд и участникам указываются численный состав команд, спортивная классификация (разрядность) участников, если этого требуют условия проведения соревнований, принадлежность участников команд к воинской части, училищу, округу и их служебное положение, состав по возрасту, численный состав всей команды вместе с представителем и тренером.

В условиях проведения соревнований определяется система проведения соревнований: круговая, с выбыванием или смешанная. Если соревнования необходимо проводить с предварительными и финальными играми, указываются состав предварительных и финальных групп, разбивка команд на подгруппы с рассеиванием сильнейших команд по результатам предыдущих соревнований, способ рассеивания, число команд, подвергающихся рассеиванию и общей жеребьевке, количество кругов (если система круговая), определяется, после какого поражения команда выбывает из дальнейших игр соревнований (если соревнования проводятся по системе с выбыванием), на каком этапе проходят игры по круговой системе и системе с выбыванием (если соревнования проводятся по смешанной системе). Кроме того, указывается, какие имеются отступления от правил. Если же таких отступлений нет, то соревнования проводятся согласно правилам по данному виду спортивных игр.

Особенно тщательно разрабатываются система зачетов и порядок определения победителей, так как в соревнованиях по спортивным играм очень часто несколько команд могут набрать одинаковое количество очков и без дополнительных условий проведения соревнований им трудно определить места.

В положении о соревнованиях предусматриваются дополнительные условия, позволяющие при равном количестве очков у двух команд и более определить каждой из них соответствующее место в таблице розыгрыша, а именно: разницу забитых и пропущенных мячей (шайб), очков, результат встречи между претендующими командами (лучшее место получит выигравшая команда), дополнительную игру между ними. Например, в случае равенства очков у двух команд преимущество имеет та, которая выиграла встречу между ними, а при ничейном результате — команда, имеющая лучшую разницу забитых и пропущенных мячей (шайб) в играх со всеми командами. При равенстве и этого показателя преимущество имеет команда, забросившая больше мячей (шайб) в ворота противника. Если и этих показателей недостаточно, то преимущество имеет команда с большим количеством побед, а затем с меньшим количеством поражений.

В случае равенства очков у трех команд и более лучшее место отводится команде, одержавшей наибольшее количество побед в играх между ними; если этого недостаточно, — по лучшей разнице забитых и пропущенных мячей (шайб), партий, очков в партиях, в играх между ними, а при равенстве и этого показателя — по лучшей разнице забитых и пропущенных мячей (шайб), партий, очков в партиях в играх со всеми командами.

Соревнования на кубки проводятся по системе с выбыванием после первого поражения. В случае ничейного результата, например, в футболе (хоккее) назначается серия из пяти 11-метровых ударов (булитов) в ворота каждой команды, выполняемых разными игроками. Победителем объявляется команда, забившая большее количество 11-метровых ударов (булитов).

В разделе положения «Награждение победителей» указывается, чем награждается команда-победительница (участник), команды (участники), занявшие 2-е и 3-е места, а также тренеры этих команд (участников).

В разделе «Порядок и сроки представления заявок» предусматриваются сроки, порядок представления и формы заявок. В заявках отражаются вид спорта, подразде-

ление, от которого подается заявка, воинское звание, фамилия, имя и отчество, год рождения, партийность, спортивный разряд участников соревнований. Кроме того, обязательно должна быть подпись врача о допуске спортсмена к соревнованиям, заверенная печатью. На крупных соревнованиях в помощь судье-информатору делаются технические заявки, где указываются: наименование команды, фамилия и имя игрока, его номер, спортивное звание или разряд, фамилия, имя, спортивное звание капитана и тренера команды. Если в командах имеются чемпионы округа, Вооруженных Сил СССР, дружественных армий, СССР, Олимпийских игр и мира, в технической заявке против фамилии игрока проставляются наименование чемпионата и год его проведения. Кроме того, здесь же указываются дата, время и место заседания судейской коллегии совместно с представителями команд.

Начиная подготовку к проведению соревнований, предусмотренных планом спортивной работы, командирам, спортивным комитетам, тренерам, спорторганизаторам, участникам соревнований необходимо:

- изучить положение о соревнованиях;
- провести мероприятия по пропаганде соревнований среди военнослужащих;
- проконтролировать учебно-тренировочные занятия в подразделениях, спортивных секциях и командах;
- провести контрольные прикидки, отборочные соревнования, сформировать команды и организовать их подготовку и участие в соревнованиях.

Соревнования начинаются с торжественной части, включающей в себя парад участников и судей, рапорт командующего парадом, приветственную речь представителя командования, подъем флага соревнований (для подъема флага назначается капитан команды — чемпиона прошлого года) и прохождение участников торжественным маршем.

Успешное проведение каждого соревнования зависит от четкой согласованности действий и точного выполнения своих обязанностей ответственными организаторами соревнований, судейской коллегией, представителями команд и каждым участником.

Соревнования заканчиваются подведением итогов, в ходе которого определяется победитель, отмечаются положительные стороны и недостатки в физической, технико-тактической, морально-волевой подготовке игроков и команд.

Заканчиваются соревнования торжественным закрытием, включающим:

построение всех команд (участников соревнований) в порядке занятых мест и объявление результатов и победителей;

вызов на пьедестал почета команды-победительницы и команд, занявших 2-е и 3-е места, награждение команд и участников переходящими призами, вымпелами, грамотами (в соответствии с положением о соревнованиях);

предоставление капитану команды-победительницы (или участнику, занявшему 1-е место) права на спуск флага, а команде-победительнице соревнований — права совершить круг почета с завоеванным призом.

На заключительном заседании судейской коллегии совместно с представителями команд утверждаются окончательные результаты соревнований, дается оценка технико-тактической подготовленности отдельных игроков и материально-технической базы, заслушиваются пожелания и критические замечания представителей команд в адрес судейской коллегии и организаторов соревнований. На этом же совещании главный судья оценивает работу каждого судьи.

По окончании соревнований главный судья составляет отчет, который в течение трех дней он обязан сдать в организацию, проводящую соревнования. Большую помощь в этом ему оказывают заместитель главного судьи и главный секретарь. В отчет включаются место и время проведения соревнований, состав участников, таблицы результатов, победители соревнований, протесты, решения по ним, замечания о поведении участников, данные о состоянии материальной базы и медицинского обслуживания, технико-тактической подготовке игроков и работе членов судейской коллегии, общее заключение по проведенным соревнованиям. К нему прилагаются протоколы заседаний судейской коллегии, справки о сыгранном времени, таблица результатов соревнований, просмотревые карточки на судей, список судей с указанием судейской категории, выполняемой должности и оценки за судейство, протоколы сдачи нормативов по технической подготовке (если это предусмотрено положением о соревнованиях), заявки команд на участие в играх. Ниже приводится примерный отчет главного судьи соревнований.

Отчет главного судьи соревнования по гандболу

г. Тбилиси

В соревнованиях на первенство по гандболу приняли участие сборные команды подразделений подполковника Кухианидзе А. Д., полков-

ника Соскова В. А., майоров Воробьева Г. И., Комаровича И. А., Джатиева И. А. и Аносова Б. В.

К соревнованиям было допущено 85 человек, из них 3 мастера спорта, 10 спортсменов I разряда, 31 спортсмен II разряда, 16 спортсменов III разряда и 25 спортсменов без разряда. В играх приняли участие 75 человек.

Результаты соревнований:

- 1-е место — команда подразделения полковника Соскова В. А.
- 2-е место — команда подразделения подполковника Кухианидзе А. Д.
- 3-е место — команда подразделения майора Комаровича И. А.
- 4-е место — команда подразделения майора Джатиева И. А.
- 5-е место — команда подразделения майора Аносова Б. В.
- 6-е место — команда подразделения майора Воробьева Г. И.

Команда подразделения полковника Соскова В. А. выступала в следующем составе:

- | | |
|---|-----------------------------|
| 1. Ст. лейтенант Малик В. Г.
(капитан) | 8. Рядовой Петров Т. И. |
| 2. Лейтенант Сидоров И. И. | 9. Рядовой Евстигнеев С. М. |
| 3. Сержант Боневич Г. Г. | 10. Рядовой Турко К. Т. |
| 4. Сержант Джатиев Ю. А. | 11. Рядовой Афанасьев В. В. |
| 5. Рядовой Андреев В. С. | 12. Рядовой Малолетов В. Г. |
| 6. Рядовой Викторов А. П. | 13. Рядовой Кузьмин Ю. И. |
| 7. Рядовой Селиверстов О. П. | 14. Рядовой Игнатов С. С. |

Выводы и предложения:

1 Оценка спортивно-технической подготовленности команд и участников. В играх на первенство хорошую технико-тактическую подготовку показали участники команд подразделений полковника Соскова В. А. и подполковника Кухианидзе А. Д., занявших 1-е и 2-е места. Они провели игры на хорошем технико-тактическом уровне.

Ввиду недостаточной организованности ниже своих возможностей выступала команда подразделения майора Джатиева И. А.

В результате плохой подготовки к соревнованиям команды подразделений майоров Аносова Б. В. и Воробьева Г. И. играли примитивно, показав слабую техническую и тактическую подготовленность.

На основании результатов и сдачи нормативов по технической подготовке 6 участников соревнований достойны присвоения II спортивного разряда и 15 участников — III спортивного разряда.

2. Протесты и жалобы. Протестов на судейство не поступало.

3. Дисциплина игроков. Нарушений воинской дисциплины и спортивного режима не наблюдалось.

4. Спортивный травматизм. Серьезных травм (переломов, вывихов) в ходе соревнований не было; при получении мелких травм в виде ссадин, ушибов и т. п. немедленно оказывалась медицинская помощь медперсоналом, присутствовавшим на соревнованиях.

5. Места соревнований. Площадка для гандбола к соревнованиям была подготовлена хорошо.

6. Оценка работы судейской коллегии. Все игры обсуждались судьями-военнослужащими, имеющими судейские категории. Нареканий и жалоб на судейство не было.

На основании протоколов просмотровой комиссии достойны повышения судейской категории трое судей: капитан Джоджуа Г. Ш., ст. лейтенант Сидорович В. А. и лейтенант Рыбаков Г. П.

7. Приложения:

таблица розыгрыша (приложение 1);

список судейской коллегии (приложение 2);
лист назначения судьи на соревнование (приложение 3);
календарь соревнований (приложение 4);
протоколы заседания судейской коллегии;
справка о сыгранном времени для команды (приложение 5);
просмотровая карточка на судью (приложение 6);
протоколы соревнований;
результаты сдачи нормативов по технической подготовке;
заявки на участие команд в соревнованиях (приложение 7).

Главный судья соревнований _____

Главный секретарь соревнований _____

„_____“ _____ 19__ г.

На основе отчета главного судьи соревнований части (соединения) в одном из пунктов приказа командир (начальник) объявляет итоги соревнований, присваивается звание чемпиона, объявляются команды и участники, награждаемые грамотами и другими видами поощрения.

При проведении соревнований более крупного масштаба может издаваться отдельный приказ о подведении итогов соревнований.

УСЛОВИЯ И ПОРЯДОК ПРИСВОЕНИЯ СПОРТИВНЫХ РАЗРЯДОВ И СУДЕЙСКИХ КАТЕГОРИЙ

В Советской Армии и Военно-Морском Флоте спортивные звания и разряды присваиваются согласно Положению о Единой всесоюзной спортивной классификации на 1985—1988 гг. и существующему порядку присвоения спортивных званий и разрядов.

Спортивные разряды присваиваются спортсменам только на основании результатов, которые показаны на соревнованиях, предусмотренных календарными планами и проводимых по утвержденным для каждого вида спортивных игр правилам соревнований.

В спортивных играх разрядные требования считаются выполненными игроками команд, если они сыграли 50% игр по календарю данного соревнования. Игрок считается сыгравшим игру, если он участвовал в выигранной встрече 50% времени, установленного правилами; в баскетболе и ручном мяче — 25%; в волейболе — если он принял участие в 25% общего количества разыгранных подач.

Победа над командой высшего разряда оценивается как две победы над командой своего разряда, ничья с командой высшего разряда оценивается как победа над командой своего разряда. Две ничьи с командой своего разряда оцениваются как одна победа.

Разрядность команды (кроме регби) определяется судьей, проводящим встречу, по разрядности $\frac{2}{3}$ состава игроков, участвующих в данной игре. В тех случаях, когда в команде есть игроки разных разрядов (трех и более) и ни по одному из них число игроков не составляет $\frac{2}{3}$ команды, разрядность определяется следующим образом: если количество игроков высшего и среднего разрядов составляет не менее 40% состава команды, то разрядность устанавливается по среднему разряду.

Военнослужащему присваиваются спортивные разряды, если он принимал участие в соревнованиях на первенство (Кубок) части, соединения, округа, Вооруженных Сил СССР, дружественных армий, а также в городских, областных, республиканских, всесоюзных и международных соревнованиях и выполнил нормы (требования) Единой всеобщей спортивной квалификации.

Право присваивать спортивные разряды предоставляется:

I спортивный разряд — командующим армиями и начальникам высших военно-учебных заведений, начальникам спортивных клубов армии (флота);

II спортивный разряд — командирам соединений, начальникам гарнизонов из числа командиров частей, начальникам военно-учебных заведений;

III спортивный разряд — командирам частей и им соответствующим.

Спортивные разряды присваиваются приказом командира (начальника) на основании протоколов состязаний (выписок из протоколов), подписанных судьями. В табл. 26 приводятся разрядные требования по видам спортивных игр.

Судейские категории по спортивным играм присваиваются военнослужащим, рабочим и служащим Советской Армии и Военно-Морского Флота, членам семей военнослужащих, членам спортивного актива, участвующим в общественной работе по судейству соревнований.

Судейские категории присваиваются на основании выполнения следующих требований:

судья III категории — лицам, окончившим судейские семинары и имеющим практику судейства не менее чем десяти встреч в любой должности на соревнованиях, проводимых в подразделениях, воинских частях и военно-учебных заведениях, а также в коллективах физической культуры, районе или городе;

судья II категории — лицам, имеющим практику судейства не менее чем пяти встреч в качестве судьи в поле на соревнованиях воинской части, военно-учебного заведения, районного или городского масштаба, а также участвующим в судействе состязаний на первенство гарнизона, соединения;

судья I категории — лицам, имеющим опыт судейства в качестве главного судьи (заместителя главного судьи, главного секретаря) в состязаниях на первенство воинской части, военно-учебного заведения или судьи в

Разрядные требования по видам спортивных игр

Спортивная игра	Для I разряда	Для II разряда	Для III разряда
Баскетбол	<p>Участвовать:</p> <p>в чемпионате или первенстве СА и ВМФ СССР в составе команды округа, ВДВ, группы войск, флота, флотилии;</p> <p>в составе команды, одержавшей в течение года 6 побед над разными командами I разряда, или 3 победы над разными командами I разряда и 6 побед над разными командами II разряда на соревнованиях в воинской части и выше</p>	<p>Участвовать в составе команды, одержавшей в течение года 7 побед над разными командами II разряда или 14 побед над разными командами III разряда на соревнованиях в батальоне (дивизионе) и выше</p>	<p>Участвовать в составе команды, одержавшей в течение года 7 побед над командами любой квалификации при условии выступления не менее чем в 14 встречах на соревнованиях в роте (батарее) и выше</p>
Волейбол	<p>Участвовать:</p> <p>в чемпионате или первенстве СА и ВМФ СССР в составе команды округа, ВДВ, группы войск, флота и флотилии, ЛВМБ;</p> <p>в чемпионате или первенстве видов Вооруженных Сил СССР, военных округов (флотов) и военно-учебных заведений Министерства обороны в составе команды, занявшей 2—5-е места;</p> <p>в чемпионате или первенстве объединений в составе команды,</p>	<p>Участвовать в составе команды, одержавшей в течение года 4 победы над разными командами II разряда или 8 побед над разными командами III разряда при выступлении за это время в 14 встречах на соревнованиях в батальоне (дивизионе) и выше</p>	<p>Участвовать:</p> <p>в составе команды, занявшей 1—3-е места на соревнованиях в роте (батарее) и выше при участии в них не менее 8 команд;</p> <p>в 15 встречах на соревнованиях любого масштаба в течение года</p>

Гандбол

занявшей 1—3-е места при участии в соревнованиях не менее 3 команд I разряда и 6 команд II разряда;

в составе команды, одержавшей в течение года 6 побед над разными командами I разряда или 3 победы над разными командами I разряда и 6 побед над разными командами II разряда на соревнованиях воинской части и выше

Участвовать в составе команды, одержавшей в течение года 7 побед над разными командами I разряда или 14 побед над разными командами II разряда на соревнованиях в воинской части и выше

Футбол

Участвовать в составе команды, занявшей 1—4-е места на чемпионате или первенстве части и выше при условии участия в соревнованиях не менее 16 команд, из которых 6 команд должны быть I разряда, 9 команд II разряда и 1 команда III разряда (без разряда)

Хоккей

Участвовать: в чемпионате или первенстве СА и ВМФ СССР в составе команды округа, ВДВ, группы войск, флота, флотилий;

Участвовать в составе команды, одержавшей в течение года 7 побед над разными командами II разряда или 14 побед над разными командами III разряда на соревнованиях в батальоне (дивизионе) и выше

Участвовать в составе команды, занявшей 1—3-е места на чемпионате или первенстве батальона (батареи) и выше при условии участия в 14 встречах в течение года

Участвовать в составе команды, занявшей 1-е место на чемпионате или первенстве части, учебного заведения, в котором участвовало не менее 5 команд III разряда

Участвовать в составе команды, одержавшей в течение года 7 побед над командами любой квалификации при условии выступления не менее чем в 14 встречах на соревнованиях в роте (батарее) и выше

Участвовать в составе команды, занявшей 1—5-е места на чемпионате или первенстве роты (батареи) и выше при условии участия в 14 встречах в течение года

Участвовать: в составе команды, выступившей в течение года не менее чем в 6 встречах на чемпионате батальона, учебного заведения и

Спортивная игра	Для I разряда	Для II разряда	Для III разряда
Теннис	<p>в чемпионате или первенстве видов Вооруженных Сил СССР, военных округов (флотов) и военно-учебных заведений Министерства обороны в составе команды, занявшей 1—3-е места;</p> <p>в чемпионате или первенстве объединений в составе команды, занявшей 1-е место в соревнованиях, проводимых с участием не менее 10 команд</p> <p>Одержать в течение года: 2 победы над разными теннисистами I разряда; 4 победы над разными теннисистами II разряда; победу (занять 1-е место) на соревнованиях в части и выше при участии в них не менее 16 теннисистов II разряда</p>	<p>Одержать в течение года: 2 победы над разными теннисистами II разряда; 4 победы над разными теннисистами III разряда; победу (занять 1-е место) на соревнованиях в батальоне (дивизионе) и выше при участии в них не менее 16 теннисистов III разряда</p>	<p>одержавшей 4 победы над командами любой квалификации; в составе команды, занявшей 1-е место среди команд новичков в соревнованиях, проводимых по круговой системе, при участии в них не менее 6 команд; в течение года не менее чем в 10 встречах в соревнованиях любого масштаба</p> <p>Одержать в течение года: 2 победы над разными теннисистами III разряда; 4 победы над разными теннисистами без разряда; победу (занять 1-е место) на соревнованиях любого масштаба, в которых участвуют не менее 16 теннисистов при системе с выбыванием или 6 теннисистов при круговой системе, одержав при этом 4 победы над разными теннисистами без разряда</p>
Настольный теннис	<p>Одержать в течение года победы: над 12 спортсменами I разряда;</p>	<p>Одержать в течение года победы: над 12 спортсменами II разряда;</p>	<p>Одержать в течение года победы: над 4 спортсменами III разряда;</p>

Бадминтон

над 8 спортсменами I разряда и над 8 спортсменами III разряда;

в турнире, проводимом по круговой системе, с участием 12 спортсменов II разряда в соревнованиях в воинской части и выше

Одержать в течение года 4 победы над спортсменами I разряда и 4 победы над спортсменами II разряда (в любой категории) в соревнованиях в воинской части и выше

Регби

Участвовать в составе команды, одержавшей в течение года 4 победы над командами I разряда и 6 побед над командами II разряда на соревнованиях в воинской части и выше

Городки

Затратить не более 162 бит на 90 фигур на соревнованиях в воинской части и выше

над 8 спортсменами II разряда и над 8 спортсменами III разряда;

в турнире по круговой системе с участием 12 спортсменов III разряда, проводимом в батальоне (дивизионе) и выше

Одержать в течение года 2 победы над спортсменами II разряда и 4 победы над спортсменами III разряда (в любой категории) в соревнованиях в батальоне (дивизионе) и выше

Участвовать в составе команды, выступавшей в течение года не менее чем в 10 встречах на соревнованиях в батальоне (дивизионе) и одержавшей 4 победы над командами II разряда или 7 побед над командами III разряда

Затратить не более 116 бит на 60 фигур или 174 биты на 90 фигур на соревнованиях в батальоне (дивизионе) и выше

над 10 новичками.

в турнире с участием не менее 12 новичков, проводимом в роте (батальоне) и выше

Одержать в течение года 6 побед над новичками (в любой категории) в соревнованиях, проводимых в роте (батарее) и выше

Участвовать в составе команды, одержавшей 4 победы над командами любой квалификации, проводя в течение года не менее 8 встреч на соревнованиях в роте (батарее) и выше

Затратить не более 124 бит на 60 фигур или 180 бит на 90 фигур;

участвовать в составе команды, выступившей не менее чем в 10 встречах в течение года и одержавшей 6 побед над командами любой квалификации, или в составе команды, занявшей 1-е место на соревнованиях в роте (батарее) и выше при участии в них не менее 8 команд

поле на соревнованиях, проводимых в соединении, гарнизоне, объединении и выше, а также практику проведения не менее двух семинаров по подготовке судейских кадров.

Спортивные судейские категории по спортивным играм присваиваются таким образом:

судья II и III категорий — приказами командиров воинских частей, начальников военно-учебных заведений, начальников гарнизонов и им соответствующих;

судья I категории — приказами командиров соединений, начальников военно-учебных заведений и им соответствующих, начальников гарнизонов, начальника ЦСКА, начальника ЦСК ВМФ, начальника Центрального дома Советской Армии им. М. В. Фрунзе и им соответствующих.

ХАРАКТЕРИСТИКА ОТДЕЛЬНЫХ ТРАВМ И ПЕРВАЯ ПОМОЩЬ

Ссадина — поверхностное повреждение кожи (эпидермиса), возникающее при резком однократном ее трении о твердый тупой предмет (при падении на пол, асфальт, землю и т. д.). Признаки: сильная болезненность, капиллярное крово- и лимфотечение.

Первая помощь: поверхность ссадины очистить 3%-ным раствором перекиси водорода и смазать 2%-ным спиртовым раствором бриллиантовой зелени. Небольшие ссадины желательно оставлять открытыми. На большие ссадины накладывать повязку с пенициллиновой, биомициновой или другой мазью (в данных случаях пострадавшего необходимо направить в медицинскую часть для введения противостолбнячной сыворотки).

Потертость — повреждение кожи, возникающее в результате длительного трения ее об одежду, обувь или соприкосновения поверхностей кожи (например, область внутренних поверхностей бедер). Признаки: болезненная припухлость, покраснение, при длительном трении — пузырь, наполненный бесцветной жидкостью. Последний при дальнейшем трении лопается и образуется эрозия (изъязвление).

Первая помощь: осторожно обработать поврежденный участок кожи 3%-ным раствором перекиси водорода и наложить повязку с мазью или эмульсией (синтомициновой, стрептомициновой и др.). При отсутствии мази наложить стерильную повязку и направить пострадавшего к врачу.

Рана — повреждение тканей с нарушением целостности кожи или слизистых оболочек. Признаки: боль, зияние (расхождение краев раны), кровотечение.

Первая помощь: остановить кровотечение любым способом (например, наложить жгут, закрутку, пережать

артериальный сосуд пальцами — в зависимости от силы кровотечения), обработать края раны раствором йода (спиртом, одеколоном, водкой), наложить стерильную повязку, создать спокойное удобное положение раненой части тела. Если кровотечение небольшое, после обработки краев раны остановить его давящей повязкой. До прихода врача нельзя промывать рану, доставать из нее инородные предметы.

Примечание. При небольших ссадинах и ранах вместо перечисленных выше средств можно пользоваться различными аэрозолями типа «Випизоль», левовипизоль, оксикциклозоль и др.

Ушибы — закрытые механические повреждения тканей или органов без нарушения целостности кожи в результате удара тупым предметом или о тупой предмет. Признаки: припухлость, кровоизлияние, кровоподтек, боль, нарушение функции организма (при ушибе сустава, кроме того, сглаживание контуров сустава, резкая болезненность при движении).

Первая помощь: независимо от того, что травмировано (мышца, надкостница, нерв, сустав), поврежденному органу создать покой. На место ушиба воздействовать холодом (хлорэтилом, льдом, холодными компрессами), наложить давящую повязку. В более тяжелых случаях на поврежденный участок наложить давящую повязку и в течение не менее двух часов к месту ушиба прикладывать холод (пузырь со льдом, снегом, холодной водой).

Особое внимание следует обращать на ушибы головы, так как даже самый незначительный ушиб может сопровождаться сотрясением, ушибом или сдавливанием мозга, а при повреждении кровеносных сосудов — кровотечением.

Признаки: кроме общих признаков, характерных для ушиба мягких тканей, костей, наблюдаются потери сознания, головокружение, головная боль, тошнота, рвота, шум в ушах, мелькание в глазах, прерывистое дыхание (симптомы поражения головного мозга).

Первая помощь: уложить пострадавшего на спину, голову положить набок (во избежание возникновения удушья) и немедленно транспортировать в ближайшую медицинскую часть. При транспортировании для ослабления тряски вокруг головы пострадавшего положить скатанную одежду или одеяло.

Повреждения связочно-сумочного аппарата — растяжение, надрывы и разрывы. Признаки: боль, отек мягких тканей в области травмы, припухлость сустава, нарушение

функции сустава. При полном разрыве связи кроме перечисленного наблюдаются резкая боль, изменение оси конечности.

Первая помощь: воздействовать холодом на место травмы (хлорэтилом, льдом, снегом, холодной водой), наложить давящую повязку, надежно фиксирующую сустав. При необходимости (при разрыве связки) сустав иммобилизовать шиной.

Повреждение мышц и сухожилий—растяжения, надрывы и разрывы. Признаки: боль (при разрывах—резкая, как при ударе палкой или хлыстом), кровоизлияние разной степени выраженности, затруднение движения в суставах из-за боли в мышцах. При прощупывании определяются зона повышенной чувствительности (растяжение), повышенная плотность тканей или углубления под кожей в сочетании с валиком по краям.

Первая помощь: при растяжении обеспечить покой травмированному участку тела, положить лед, сделать давящую повязку, при надрыве и разрыве иммобилизовать сустав в целях максимального сближения точек прикрепления мышц и немедленно госпитализировать. В случаях небольших растяжений после обработки травмированного участка хлорэтилом спортсмену можно разрешить продолжать тренировку или участвовать в соревнованиях.

Вывих—ненормальное стойкое смещение костей за физиологические пределы, когда суставные поверхности перестают соприкасаться. При вывихе, как правило, разрываются суставная сумка и связки, повреждаются мягкие ткани. Признаки: сильная боль, вынужденное неестественное положение конечности, пальцев (попытка изменить это положение усиливает боль), изменение формы сустава и нарушение его функции.

Первая помощь: создать полную неподвижность в травмированном суставе (наложить шину или повязку) в удобном для пострадавшего положении, затем срочно его госпитализировать (тренеру или другому лицу—не специалисту вправлять вывих запрещается).

Перелом—нарушение целостности кости под влиянием острой механической травмы (удар, падение, столкновение, сжатие и др.). Признаки: локальная болезненность (в месте перелома), усиливающаяся при попытках движений, припухлость, искривление или укорочение конечности, неестественная подвижность в месте перелома, нарушение функции конечности.

Первая помощь: при открытом переломе следует

любим способом остановить кровотечение, на рану наложить стерильную повязку, осторожно исправить грубую деформацию конечности на уровне перелома путем легкого растяжения отломков по длине, иммобилизовать конечность табельными или импровизированными шинами. При закрытом переломе сразу приступить к исправлению деформации и иммобилизации.

Повреждение носа — перелом спинки носа и носовой перегородки. Признаки: боль, припухлость, носовое кровотечение, искривление и отек спинки носа.

Первая помощь: остановить кровотечение (пострадавшему придать полусидячее положение, с несколько закинутой назад головой, на область переносья наложить холод, соответствующее крыло носа пальцем прижать к перегородке). В отдельных случаях в передний отдел ввести ватные тампоны, смоченные 3%-ным раствором перекиси водорода. Направить пострадавшего в медицинскую часть.

Ушибы глаз — сопровождаются кровоизлиянием под кожу век или в ткани переднего отдела глазного яблока. Признаки: отек в области ушиба, кровоизлияние. При более тяжелых ушибах — понижение остроты зрения.

Первая помощь: на травмированный глаз наложить повязку, холодную примочку, и направить к специалисту.

Совершенно неправильно мнение некоторых специалистов по физической культуре, что занятия большинством спортивных игр, в которых игроки постоянно соприкасаются друг с другом и где возможны толчки, столкновения, выполнения запрещенных приемов и т. д., связаны с риском для здоровья и сопровождаются различными спортивными травмами. Большой опыт спортивных медиков убедительно опровергает эту точку зрения. Анализ несчастных случаев при занятиях спортивными играми свидетельствует о том, что подавляющее большинство травм вызвано вполне устранимыми причинами. Следовательно, при строгом соблюдении мер профилактики преподавательским, тренерским составом и самими спортсменами, при строгом и грамотном судействе занятия любыми спортивными играми будут безопасными для игроков.

Эффективность профилактики травм при спортивных играх во многом зависит от отношения специалистов физической подготовки к этому вопросу. Начальник физической подготовки, преподаватель, тренер в борьбе с травматизмом должны постоянно находиться в тесном контакте с медицинской службой. Необходимо постоянно помнить, что

избежать повреждений или уменьшить их количество можно только в том случае, если каждая травма будет детальным образом проанализирована, установлены ее причины, предпосылки, виновники и т. д. В этом плане преподаватель или тренер обязан о каждой травме (независимо от тяжести) информировать врача и регистрировать ее в общепринятых учетных документах.

СТРОИТЕЛЬСТВО И ОБОРУДОВАНИЕ ПЛОЩАДОК ДЛЯ СПОРТИВНЫХ ИГР

Строительство и оборудование спортивных площадок в Советской Армии и Военно-Морском Флоте имеют целью обеспечить проведение учебных, учебно-тренировочных занятий, утренней физической зарядки с использованием спортивных игр и соревнований в воинских частях, учреждениях и военно-учебных заведениях.

Спортивные площадки строятся и оборудуются в местах постоянного расквартирования воинских частей, учреждений и военно-учебных заведений Советской Армии и Военно-Морского Флота, в лагерях, Домах офицеров и при жилых зданиях офицерского состава.

При организации работ по строительству спортивных площадок в соответствии с их объемом и сложностью, а также местными условиями предусматриваются:

- назначение лиц, ответственных за качество и своевременность выполнения строительных работ;
- установление границ участка;
- определение объема, сроков начала и окончания работ;
- обеспечение строительства необходимыми строительными материалами и денежными средствами;
- разработка календарного плана строительных работ и графика поступления на площадку строительных материалов;
- производство планировочных, земляных и дренажных работ;
- заготовка и подвоз на участок строительных материалов;
- установка и сборка спортивного оборудования;
- окончательная отделка и испытание на прочность спортивных площадок и оборудования.

Площадки для спортивных игр в зависимости от их назначения, фильтрующих свойств грунта и имеющихся материалов бывают трех типов: простейшей, облегченной и нормальной конструкции.

Площадки простейшей конструкции строятся для временного пользования и не предусматривают дренажной системы и специального поверхностного слоя (может быть естественный грунт).

При строительстве таких площадок определенный участок земли, отведенный под строительство, перекапывают на глубину 10—15 см. Затем весь грунт просеиванием через металлическую сетку, натянутую на деревянную раму с ячейками не более 5—6 мм, очищают от посторонних предметов (корней деревьев, кустарников, камней и т. п.). После этого его разравнивают с учетом проектных отметок и уклона для стока воды и укатывают ручным катком массой 200—300 кг, проходя 5—6 раз в продольном и поперечном направлениях, каждый проход катка должен перекрывать не менее чем на 10—15 см ранее пройденное расстояние. При этом с помощью рейки, шаблона и нивелира проверяют и корректируют уклоны площадки, затем обильно смачивают ее водой и после некоторого просыхания производят окончательную укатку. Перед последними проходами катка поверхность площадки посыпается чистым песком (излишки удаляются за пределы площадки). Рабочая поверхность площадки должна быть на 10—15 см выше окружающей местности. Недостачу грунта можно восполнить за счет окружающих площадку участков.

В случае если на месте строительства грунт не отвечает необходимым требованиям, то в него добавляют песок или порошкообразную глину, которые равномерно рассыпают по всей площадке и тщательно перемешивают до тех пор, пока полученная масса не будет иметь равномерную окраску.

Площадки облегченной конструкции строятся преимущественно в лагерях. При строительстве их в естественный грунт вносят примеси, способствующие улучшению качества поверхностного слоя, а для отвода воды частично оборудуют дренаж.

Такие площадки могут строиться на грунте с недостаточными фильтрующими свойствами. В этом случае помимо добавок, вносимых в поверхностный слой спортивных площадок, по боковым и лицевым линиям оборудуются

дренажные канавки. Минимальная глубина канавок 30 см, уклон 0,001 (в сторону естественного понижения рельефа местности), ширина 20 см в нижней части и 25 см в верхней части. Нижняя часть дренажной канавки заполняется на высоту 18—20 см щебнем или шлаком с диаметром отдельных частиц 5—8 см, верхняя часть — на 10—12 см дерном, укладываемым корнями вверх, или крупнозернистым песком. Каждый слой, заполняющий дренажную канавку, тщательно утрамбовывают, для того чтобы в процессе эксплуатации площадок не было их оседания.

Если покрытие спортивной площадки облегченной конструкции получилось недостаточно упругим, состав покровного слоя не связался, то в него вводится добавочное количество глины, а излишняя плотность компенсируется добавлением песка.

Площадки нормальной конструкции строятся для соревнований на первенство соединения, учебного заведения, армии, военного округа. Строительство их предусматривает создание дренажной системы и нанесение поверхностного слоя площадки, состоящего из специальной смеси.

При сооружении площадки нормальной конструкции отрывается яма в форме корыта, имеющая глубину 25 см, а по своей ширине и длине соответствующая размерам спортивных площадок с окружающими их полосами безопасности.

В основании «корыта» устраивается дренажная система, расположение дрен в которой зависит от положения колодцев в канализационной системе. При отсутствии канализационной системы дренажные воды спускаются в более низкое место. Дренажная система состоит из первичных дрен, собирающих воду с основания «корыта», куда она просачивается через покровный слой площадки, дренажа «корыта» и собирательных дрен, по которым вода отводится в колодцы канализационной системы или в пониженные места естественного рельефа, окружающего площадки. Расположение первичных дрен может быть поперечным или продольным и большей частью обуславливается расположением собирательной дрены. Первичные дрены располагаются на расстоянии 2,5—4,5 м одна от другой.

Для более быстрого стока воды, просачивающейся через покровный слой площадки, поверхность основания «корыта» между первичными дренами планируется на два ската с уклоном 0,02 в сторону дрен. Поверхность дна первичной дрены планируется с уклоном 0,01 в сторону собирательной. По отношению к последней первичные дрены

располагаются под прямым углом. Планируется уклон собирательной дрены 0,01 в сторону колодца канализационной системы или пониженного места естественного рельефа, окружающего площадки, причем за пределами площадок собирательная дрена может быть в виде открытой канавы. Глубина первичных дрен в соответствии с уклоном может быть от 20 до 50 см, ширина 25 см в нижней части и 30 см в верхней части. Глубина собирательной дрены зависит от протяженности как ее самой, так и первичных дрен, впадающих в собирательную, а первоначальная глубина ее заложения должна быть на 5 см ниже первичной дрены, впадающей в собирательную с начала ее уклона. Ширина собирательной дрены 35 см в нижней части и 45 см в верхней части. Материалом для заполнения первичной и собирательной дрен может быть булыжный и кирпичный щебень с диаметром отдельных частиц 7—8 см. По мере заполнения дрен щебень должен тщательно утрамбовываться. Если в окружающей площадке местности имеется канализационная сеть с колодцами, то собирательная дрена соединяется с ними с помощью керамических труб диаметром 10 см.

После устройства дренажной системы приступают к оборудованию дренажа «корыта», на дно которого укладывается слой крупного щебня или битого кирпича с диаметром отдельных частиц 5 см. После выравнивания он укатывается катком массой 0,5—0,7 т. На слой крупного щебня укладывается слой среднего щебня, битого кирпича или шлака с диаметром частиц 3—5 см, который также укатывается катком массой 0,5—0,7 т. Каждый из перечисленных слоев укатывается 3—4 раза в продольном и поперечном направлениях.

Верхний покровный слой площадки должен быть твердым, но эластичным и водопроницаемым. Толщина его в укатанном состоянии не менее 5 см, до укатки 8 см. Материалами для данного слоя могут служить глина, песок, строительные высевки, кирпич молотый, шлак, земля и другие материалы. Выбор поверхностного слоя зависит от наличия составляющих компонентов, часто определяемых местными условиями. Примерные составы покровных смесей спортивных площадок нормальной конструкции приводятся в табл. 27.

Перед укладкой покровную смесь в сухом виде тщательно перемешивают в растворешалке (желательно больших размеров — до 1 м³) либо на деревянной, асфальтовой или бетонной площадке размером 8×4 м.

Перед перемешиванием составляющие компоненты смеси в соответствии с процентным содержанием насыпают в растворомешалку или на площадку, чередуя составляющие компоненты в определенной последовательности. При обработке смеси вручную ее насыпают холмиком длиной 6—7 м, шириной до 1 м и высотой до 50—60 см в виде слоевого пирога. Смесь перемешивают следующим образом: у каждого конца холмика встают по два человека с одной и другой стороны лицом друг к другу. Поддевая смесь лопатами с конца холмика, они продвигают лопаты навстречу друг другу до соприкосновения, поднимают смесь и переворачивают (перелопачивают) ее наружу от поперечной оси холмика. При этом величина передвижения по продольной оси холмика должна быть такой, чтобы можно было захватить на лопаты неперемешанную часть смеси. Дойдя до середины, обе пары повторяют то же самое от середины наружу. Для качественного перемешивания выполняют 4—6 проходов, после чего получают 3,0—3,5 м³ объема однородной смеси, позволяющей покрыть 40 м² поверхности площадки.

Приготовленную смесь укладывают на площадку следующим образом. С одной из сторон строящейся площадки (например, с лицевой стороны или более короткой боковой линии) брусками сечением 8×8 см (т. е. на толщину рыхлого поверхностного слоя) выкладываются коридоры шириной 3—4 м на всю ширину площадки. В них носилками или другими емкостями приносят приготовленную смесь, затем ее рассыпают, выравнивают граблями на всю ширину коридора с небольшим превышением высоты брусков. После того как смесь уложат на 4—5 м длины коридора, ее выравнивают брусками. Для этого по брускам, составляющим стороны коридора, другим бруском протаскивают излишки грунта и сбрасывают их внутрь коридора. Так делают до тех пор, пока не заполнят коридор по всей длине. Затем бруски с края площадки переставляют для выкладки следующего коридора под засыпку смесью. Канавку, оставленную бруском, аккуратно засыпают необходимым количеством смеси. После этого первый коридор, в который уложена смесь, укатывают катком массой 0,3—0,4 т в продольном направлении 2—3 раза. Одновременно вышеуказанным способом засыпают другой коридор и выравнивают его, после чего вынимают ряд брусков со стороны укатанного коридора и переставляют их для подготовки следующего. Бруски, составляющие стороны коридора, выравнивают по уровню один относительно дру-

гого, таким же образом выравнивают и стороны коридора с учетом значений уклонов, принятых при строительстве площадки. После того как поверхностный слой уложен по всей площадке, приступают к его окончательной укатке в поперечном и продольном направлениях так, как было указано выше.

Площадки для игры в бадминтон, баскетбол, волейбол, гандбол и теннис

При игре в баскетбол, волейбол, гандбол и теннис на открытом воздухе используются земляное, асфальтовое и деревянное (а для тенниса даже травяное) покрытия. В закрытых помещениях наиболее часто применяются деревянные и пластиковое, а в последнее время широкое распространение получило искусственное покрытие (по своим свойствам очень напоминающее травяную площадку для игры в теннис).

Травяные площадки для игры в теннис используются редко. Это объясняется тем, что уход за ними очень дорог, а функционируют они в году непродолжительное время.

Земляные площадки широко распространены. На них проводится большинство крупных турниров (особенно по теннису).

Площадки для указанных видов спортивных игр могут располагаться отдельно или в комплексе, например несколько площадок подряд (для тенниса или бадминтона, волейбола, гандбола и баскетбола). В этом случае величина участка земли обуславливается их габаритами, которые определяются правилами соревнований и размерами зон безопасности между площадками и за их пределами. Существуют и комбинированные площадки с разметкой для каждого вида спортивной игры и со сменным оборудованием.

В зависимости от вида спортивных игр планировка и уклон поверхности площадок для стока воды могут быть различными. Волейбольные, теннисные и бадминтонные площадки делаются с уклоном от средней к лицевым линиям, а баскетбольные и гандбольные — от центральной продольной оси к боковым линиям. Уклон в этом случае составляет 0,002—0,005.

В случае если рельеф местности для строительства площадок необходимо выровнять, составляется картограмма земляных работ. С этой целью отведенный участок разби-

вается на квадраты размером 2×2 или 3×3 м, в центрах их забиваются колышки. С помощью их, а также уровня, визира и шнура определяют размер выемки и количество грунта для подсыпки.

Перед началом строительства уточняется состав естественного грунта участка земли, выбранного под площадки. Для более точного определения состава грунта производится лабораторный анализ его. В практике строительства площадок простейшей и облегченной конструкций пользуются более простым способом анализа, а именно способом отстаивания, сущность которого заключается в следующем. стакан или мензурку заполняют взятым для анализа грунтом до половины и затем заливают доверху водой. Полученную смесь размешивают до исчезновения комков и ставят на горизонтальную поверхность для отстаивания. Сначала на дно начнут оседать более тяжелые песчаные частицы, а затем постепенно и глинистые. Когда вода станет прозрачной, будут ясно видны границы между песчаными и глинистыми частицами, определяющие приблизительно процентное содержание в грунте песка и глины, что, в свою очередь, позволяет решить вопрос о качестве грунта и способах улучшения покровного слоя простейших и облегченных конструкций площадок.

Грунт, который по своему составу содержит 20—30% глинистых и 80—70% песчаных частиц, наиболее устойчив к высыханию и размоканию, быстро просыхает и обладает достаточной упругостью и связанностью. Примерный состав грунтов приводится в табл. 28.

Таблица 28

Примерный состав грунтов

Наименование грунта	Содержание в грунте частиц. %	
	глинистых	песчаных
Жирная глина	>80	<20
Глина	50—80	20—50
Тяжелый суглинок	30—40	60—70
Легкий суглинок	20—30	70—80
Супесчаный грунт	10—20	80—90
Песчаный грунт	5—10	90—95
Рыхлопесчаный грунт	<5	>95

Земляные площадки по своему устройству соответствуют площадкам простейших и облегченных конструкций.

Деревянные (палубные) покрытия применяются для баскетбольных, волейбольных, гандбольных, теннисных и бадминтонных площадок. Из реек сечением 6×6 см или шпунтовых досок толщиной до 40 мм изготавливается палубный настил. Шпунтовые доски укладывают на лаги из брусьев размером 10×17 см. Рейки или доски крепятся к лагам гвоздями, которые при дощатом покрытии забиваются сверху, а при реечном — сбоку под углом. Лаги, располагающиеся в продольном положении по отношению к площадке на расстоянии 100—120 см друг от друга, а в поперечном — на 125—150 см, в свою очередь устанавливаются на кирпичные столбики высотой 15—18 см и площадью 24×24 см, опирающиеся на бетонные подушки площадью 40×40 см, углубленные до 40 см. Деревянные части настила, соприкасающиеся с грунтом и подставками, в целях сохранения от гниения пропитывают горячим битумом. Доски или рейки, используемые для покрытия, должны быть сухими с влажностью не более 23%. После того как покрытие готово, его выдерживают при сухой погоде 4—6 дней, затем олифят и не менее двух раз покрывают водостойкой краской.

Асфальтовые покрытия применяются для спортивных площадок, на которых не проводятся крупные соревнования и регулярные тренировки спортсменов высокой квалификации.

При изготовлении этих покрытий требуется строгое соблюдение правил техники безопасности, так как температура асфальтовой смеси при укладке должна быть не менее 120° . Помимо асфальтовой смеси применяются также резинобитумная и асфальторезиновая массы, изготавливающиеся на специальных заводах. Укладывают их на щебеночные основания толщиной 15—20 см с определенными уклонами для стока воды. Укатывают щебеночные основания и покрытия из указанных масс катком до 3 т.

Наиболее удобными при строительстве являются покрытия на основе битумных масс, которые по своим свойствам близки к резинобитумным, но изготавливаются холодным способом. Сначала для приготовления покрытия в течение 1—1,5 мин на мешалке с электроприводом перемешивают сухие компоненты (песок, резиновую крошку, наполнитель, пигмент). После этого в смесь добавляют битумную пасту и воду (при необходимости) до состояния однообразной массы, способной легко формироваться в руке, не рассыпаться и не выделять лишнюю влагу. При-

готовленная масса укладывается так же, как и грунтовые смеси.

Площадка для игры в городки

Площадка для игры в городки строится на участке размером 15×30 м. Ориентировка площадки на местности осуществляется с востока на запад с расположением городов таким образом, чтобы биты при метании направлялись на север или близко к этому направлению. На расстоянии 10 м от задней линии городов устанавливается забор высотой до 2,6 м, перед которым для перехвата бит устраивается вал из хвойных опилок и песка высотой до 80 см со скатом в 45° к задней линии городов. Для стока дождевой воды над валом в верхней части забора устраивается навес. Для стока воды от городов к лицевым линиям делается уклон 0,01.

Площадка для городов с пригородами размером 4×9 м может иметь покрытие из бетона, асфальта, дерева или других материалов. При строительстве городской площадки нормальной конструкции отрывается яма в виде корыта для устройства дренажа так же, как и при строительстве площадок для других игр.

Площадка для городов и пригородов из бетона составом 1:5:8 (одна часть цемента, пять частей песка и восемь частей гравия или мелкого щебня) делается толщиной 15 см. Верхний слой толщиной 3 см заливается смесью, состоящей из одной части цемента и одной части песка.

При изготовлении асфальтовой площадки для городов и пригородов сначала готовят хорошо выровненную и уплотненную «подушку» из щебня с размерами зерен не более 2 см, затем поливают ее жидким битумом, укладывают асфальт (слоем 3 см), который укатывают катком массой до 3 т.

Деревянная площадка для городов и пригородов изготавливается из досок толщиной 4—5 см, прикрепляемых к лагам. Лаги, в свою очередь, укладываются на щебеночную «подушку». Лаги и настилы снизу просмаливаются или покрываются жидким битумом. Сверху на деревянную площадку дважды наносится олифа, а затем также дважды — водостойкая масляная краска.

В соответствии с размерами, указанными в Правилах соревнований, участки конов и полуконов покрываются асфальтом или смесью из естественного или искусствен-

ного грунта с подготовленными под них, как было указано выше, «подушками» или дренажными «корытами». Остальная часть продольной площадки, не занятая городами, конами и полуконами, очищается от травы и посыпается песком или на ней разбивается газон, который регулярно поливается, а трава скашивается.

Стол для игры в настольный теннис

Крышку стола для игры в настольный теннис изготавливают из досок или древесно-стружечных плит в соответствии с размерами, указанными в Правилах соревнований. Доски для изготовления стола должны быть сухими, хорошо строганными, со шпунтом, толщиной до 3 см. Крышка может состоять из одного или двух щитов. Доски при изготовлении крышки плотно подгоняются друг к другу и собираются на рамке. После этого верхнюю и нижнюю поверхности крышки стола зашпаклевывают, зашкуривают, покрывают два раза олифой и окрашивают темно-зеленой краской, не имеющей блеска.

При изготовлении стола из одного щита под него делают подставку. Если же крышка стола делается из двух щитов, то под нее изготавливается разборная станина.

Крышку стола из древесно-стружечной плиты обычно делают из двух половин, не менее двух раз покрывают олифой, тщательно зашпаклевывают, после просыхания зашкуривают и красят темно-зеленой краской, не имеющей блеска.

Поле для игры в футбол и регби

Наилучшим полем для игры в футбол и регби является поле с травяным покрытием. Оно должно быть ровным, без каких-либо посторонних предметов (битого стекла, камней, железа), представляющих опасность для игроков. Не рекомендуется строить такие поля на твердых грунтах (щебне, гравии), так как они быстро пересыхают и становятся жесткими, что вредно влияет на мышцы и суставы ног игроков.

Для быстрейшего стока воды футбольное поле планируется на четыре или два ската по продольной оси с уклоном 0,005 (5 тысячных).

Перед началом строительства поля производят пробу почвы на водонепроницаемость. Делается это следующим

образом. Рокот ямы размером 40×40 см и глубиной 80 см, заливают их доверху водой. Если вода впитывается в грунт быстрее, чем за 1 ч, то это означает, что почва обладает хорошей водопроницаемостью и дренажную систему сооружать не следует. Если вода не впитывается 2 ч и более, то это значит, что поле расположено на водо-непроницаемом грунте (глине, тяжелом суглинке и др.), и в таком случае строят дренажную систему. Важно при строительстве поля выяснить, как располагаются грунтовые воды. Желательно, чтобы уровень их был не ближе 0,7 м к поверхности поля, иначе даже дренажная система не спасет его от переувлажнения.

Поле для футбола и регби, так же как и площадки для других спортивных игр, в зависимости от назначения и имеющихся материалов может быть нормальной или облегченной конструкции.

Поле нормальной конструкции имеет травяной покров, растительный, подпочвенный и подстилающий слои. При строительстве поля отрывается «корыто» глубиной 35 см. Ниже уровня дна «корыта» закладывается дренажная система, состоящая из канав, заполненных щебнем. Канавы делают глубиной 25—30 см на расстоянии 17—18 м одна от другой с выпусками в кольцевую дренажную трубу. При оборудовании «корыта» растительный грунт осторожно снимается и отводится в сторону для его последующей укладки.

Первым по дну «корыта» укладывается слой крупнозернистого песка с диаметром частиц 1,5—2 мм, чтобы в нем аккумуляровались осадки. Накопившаяся вода при этом отводится по дренажной системе за пределы поля.

Дренажные канавы заполняют в такой последовательности. Вначале слоем 15—20 см насыпают булыжный камень (битый кирпич, крупный шлак) с диаметром частиц 10—12 см, затем слоем 6 см — шлак с диаметром частиц 2—3 см. Его закрывают сверху слоем дерна (корнями вверх) или торфа толщиной 4 см. На песок укладывают подпочвенный слой толщиной 15 см (желательно из супесчаного грунта, т. е. грунта, состоящего из 10—20% глины и 80—90% песка). Оба эти слоя и дренажные канавы укатывают легким катком массой 250—400 кг. На подпочвенный слой кладут растительный слой толщиной 13 см, богатый питательными веществами. При недостаточном количестве питательных веществ в растительный слой вносят навоз или минеральное удобрение (сульфат аммония, суперфосфат) с нормой 250 кг на поле. Удобрения вносят за

несколько дней до посева газонных семян (о том, какие удобрения и в каком количестве следует вносить в конкретном случае, следует узнать у агронома).

Травяной покров (газон поля) должен быть морозостойким, засухоустойчивым, ровным, густым и состоять из многолетних злаковых растений с мощной корневой системой. Травяной покров получается после засева или дернования поля. Наиболее распространенным является засев, который проводится не раньше чем через 15 дней после полной подготовки почвенного покрова. Перед засевом поле 3—4 раза укатывается легким катком, поверхность обрабатывается граблями, сорняки уничтожаются, ямки выравниваются. Засевают поле весной или осенью смесью трав. К моменту сева почва должна просохнуть сверху не менее чем на 4 см.

Посевные семена делятся на группы. В табл. 29 приводится примерный состав травосмеси для засева футбольного поля нормальной конструкции.

Таблица 29

Примерный состав травосмеси для засева футбольного поля нормальной конструкции

Наименование газонной травы	Количество семян на одно футбольное поле, кг	Характеристика семян	Группа семян
Овсяница луговая	25—40	Многолетний, влаголюбивый, верховой, короткокорневищевый злак с легкими семенами	2
Мятлик луговой	20—25	Многолетний, влаголюбивый, низовой, корневищевый злак с легкими семенами	1
Райграс английский	20—25	Многолетний, влаголюбивый, низовой, корневищевый злак с тяжелыми крупными семенами	1
Овсяница красная	75—85	Многолетний, засухоустойчивый, низовой, корневищевый злак с тяжелыми крупными семенами	1
Клевер белый	10—15	Многолетнее бобовое растение, семена тяжелые, мелкие	1

Норма высева семян составляет 20 г на 1 м² площади. Посев производят в безветренный день. Сначала в про-

дольном направлении засеиваются тяжелые семена (1-я группа), которые сразу заделываются граблями на глубину 1—2 см, затем в поперечном направлении — легкие (2-я группа), заделываемые граблями лишь слегка. После засева поле прокатывают в продольном и поперечном направлениях легким катком массой не более 0,25 т на один погонный метр его ширины. В период роста травы поле поливают водой для смачивания грунта на глубину не менее 10—15 см.

Помимо выращивания травяного газона применяется одернование поверхности поля готовым дерном, что более приемлемо, так как позволит начать его эксплуатацию значительно быстрее. В этом случае в дерне должны преобладать низовые злаки — дернообразователи (овсяница красная, мятлик луговой, полевица белая и др.). Накладывают его на поле поздней осенью с таким расчетом, чтобы за зимний период трава укоренилась. При укладке дернины весной дают месячный срок для ее прорастания и только после этого начинают эксплуатацию поля. Перед укладкой дерна в почву вносят удобрения, предварительно уменьшив почвенный слой поля на толщину укладываемой дернины. Дернины для укладки нарезаются шириной 20—30 см, длиной 30—40 см, толщиной 6—8 см. Непосредственно на месте укладки дернины калибруют по толщине, боковые стенки их должны быть вертикальными и при укладке плотно примыкать друг к другу. Укладывать дернины следует сразу после нарезки, так как при высыхании дерн разваливается. Укладку дернин начинают с центра поля и ведут к краям рядами впритык и дернинами вразбежку. Положенные дернины слегка притрамбовывают ручной трамбовкой или одернованный участок поля полностью укатывается катком массой 280—300 кг. После утрамбовки или укатки одернованный участок поля обильно поливают водой.

При строительстве поля облегченной конструкции необходим растительный слой толщиной 13 см. Для создания такого слоя используются грунты, находящиеся на площадке, если они обладают водонепроницаемостью и связанностью в своем естественном состоянии (легкие суглинки, супеси и др.). Тяжелые суглинки могут быть доведены до желаемого качества добавлением в них до 50% песчаных или супесчаных грунтов. В легкие песчаные грунты вводят 30% глины. Для улучшения грунта на площадке его разрыхляют на глубину до 13 см, затем вводят соответствующую добавку, после чего тщательно перемешивают,

перелопачивают и обрабатывают граблями. Затем его укатывают и производят дернование или засев таким же образом, как и на поле нормальной конструкции. Дренажная система в этом случае представляет собой кольцевую канаву по краям поля.

В районах Крайнего Севера, а также в местностях с влажным климатом помимо полей, строящихся способом засева и одернования, широкое распространение получили гаревые поля. Строительство таких полей значительно проще, чем полей нормальной конструкции. Они не размокают даже при обильных дождях, позволяя проводить игры в любую погоду и долго не требуют ремонта.

При строительстве гаревого поля вначале отрывают «корыто» глубиной 20 см, на дно которого укладывается подстилочный слой из песка толщиной 5—7 см. На него кладут слой битого кирпича или шлака толщиной 8—10 см с диаметром частиц 2—3 см, который укатывается тяжелым катком. Последним укладывается слой мелкого просеянного шлака толщиной 5—6 см с частицами диаметром до 5 мм. Он укатывается 6—8 раз во влажном состоянии в поперечном и продольном направлениях тяжелым катком. Дренажная система представляет собой отводную канаву по краям поля, с выводами канав-протоков вне поля (в канализацию, пруды, канавы). Сооружается дренажная канава на 20—30 см ниже дна «корыта». Заполняется она щебнем и гравием.

Поле для игры в хоккей

При строительстве хоккейного поля подбирается ровная, без уклонов площадка в соответствии с габаритами, указанными в Правилах соревнований. После разметки контура поля на расстоянии 10 см снару́жи от контурной линии устанавливаются металлические трубы-стойки диаметром 50—60 мм на расстоянии 2—2,5 м друг от друга с таким расчетом, чтобы высота трубы над землей была 90 см. После того как трубы-стойки будут забетонированы, к ним на высоте 20 см от грунта параллельно контурной линии привариваются угольники 50×50 мм шириной 8 см. Затем на трубы надеваются доски (бруски) толщиной 4—5 см, шириной 10—12 см и длиной 280—290 см с отверстиями для труб диаметром по ширине трубы. Отверстия расположены на расстоянии 230 см друг от друга. Установив первый ряд опорных брусков, на расстоянии 60 см от него на трубы надевают второй ряд опорных брусков.

На закруглениях деревянные бруски делаются изогнутой формы по радиусу, указанному в Правилах соревнований. К этим брускам прибиваются доски толщиной 30—40 мм, которые образуют хоккейный борт. Сверху борт окантовывается гладкой рейкой овальной формы. Доски для изготовления бортов должны быть тщательно отстроганы и так же, как опорные бруски, высушены. Внутренняя часть борта покрывается 2 раза олифой и красится белой водостойкой краской. Наружная часть борта также красится водостойкой краской любого цвета.

Заливают хоккейное поле при установившейся морозной погоде, после того как земля промерзнет. В тех случаях, когда перед заливкой выпало много снега, который убрать не представляется возможным, его укатывают легким катком, после чего поле заливают с помощью пожарного брандспойта или резиновых шлангов с рассеивателем водяной струи. При этом нельзя тянуть рукава шланга по только что залитому льду, так как от них образуются борозды. При заливке струя воды должна рассеиваться в виде дождя и падать сверху, для чего конец шланга с рассеивателем надо направить вверх под углом 35—50°. При заливке поля его поверхность покрывается слоем воды толщиной 2—5 мм. Эксплуатация хоккейного поля начинается после того, как толщина льда будет не менее 5—6 см.

РАЗМЕТКА, ЭКСПЛУАТАЦИЯ СПОРТИВНЫХ ПЛОЩАДОК И ПОЛЕЙ, УХОД ЗА НИМИ

Разметка спортивных площадок и полей производится после того, как они готовы к эксплуатации, в соответствии с Правилами соревнований.

Для нанесения линий разметки площадки и поля требуются стальная мерная лента длиной 50 м (рулетка), металлический шнур длиной 100—120 м, штыри (гвозди), молоток, топор и другие необходимые инструменты. Разметка начинается с определения габаритов площадки, ее центра и осевых продольных и поперечных линий. В соответствии с Правилами соревнований определяют длину и ширину площадки, намечают боковые и лицевые линии (линии ворот). Главное при разметке площадки — добиться того, чтобы углы, образуемые боковыми и лицевыми линиями, были прямыми. Поэтому при разметке углов пользуются теоремой Пифагора или способом восстановления перпендикуляра из точки. После того как нанесены боко-

вые и лицевые линии (линии ворот), приступают к нанесению линий, характерных для каждой площадки.

Линии на площадке размечают по шнуру с помощью трафарета или специальной машинки. На водонепроницаемых площадках линии наносят известкой или клеевой краской. Состав клеевой краски следующий: 6—8 кг мела, 1 кг столярного клея, 400 г конопляного масла. Все это закладывается в ведро емкостью 10 л, наполненное водой, и доводится до кипения. После остывания краска готова к употреблению. Перед разметкой поверхность, где будут нанесены линии, подметается мягкой шваброй.

На площадках с асфальтированным, резинобитумным, деревянным и другими покрытиями для разметки применяется клеевая, масляная, эмалевая или синтетическая краска. Площадки с естественным грунтовым покрытием размечают сухим мелом, песком или известняковым порошком.

Поля для игры в футбол и регби размечают сухим мелом или известняковым порошком.

Хоккейное поле размечают ясно видимыми линиями двух цветов (красным и синим), для чего используют водорастворимые краски (гуашь и др.), которые наносят на чистый лед. После разметки, когда окрашенные места достаточно подмерзнут, их еще раз заливают водой и дают полю промерзнуть.

Рациональная эксплуатация спортивных площадок и полей, тщательный уход за ними обеспечивают их отличное состояние и возможность использования длительное время. По своему назначению и задачам уход делится на периодический и текущий. Периодический уход осуществляется весной и осенью, текущий — в процессе повседневной эксплуатации площадок.

Весной, как только водонепроницаемая площадка освободится от снега и талой воды и достаточно подсохнет, ее очищают от мусора, аккуратно прогребая на глубину 1—2 см в продольном и поперечном направлениях. Затем площадку выравнивают (в имеющиеся ямки и выбоины подсыпают вновь приготовленную смесь) и 5—6 раз в продольном и поперечном направлениях укатывают легким катком массой 250—300 кг. После выдержки площадки в течение 2—3 дней ее поливают и вновь укатывают катком массой 300—500 кг.

Весной на поле для игры в футбол и регби следует вовремя убрать лишний снег и отвести талые воды. После того как поле подсохнет, его надо осторожно прогребать

на глубину 1—2 см, внести фосфорные и калийные удобрения, провести подсев семян, прокатать легким катком и после начала вегетации полить. Одновременно с вышеуказанными работами заделывают поврежденные участки дерна и вновь выравнивают поле. После того как площадка или поле подсохнет, приступают к разметке и установке съемного оборудования (которое убиралось на зимний период).

В течение года систематически наблюдают за состоянием спортивных площадок и полей. Площадки должны быть подметены, линии разметки — ясно видны, спортивное оборудование — в исправном состоянии. Появляющиеся выбоины и другие дефекты спортивных площадок, полей и оборудования немедленно устраняются. В сухую и жаркую погоду спортивные площадки систематически поливают, как правило, в вечернее время или за 1,5—2 ч до начала занятий. Для быстрого и своевременного выполнения ремонтных работ в подсобных помещениях, располагающихся вблизи площадок, должны находиться необходимое количество инвентаря и инструменты для ремонта, а также строительные материалы для приготовления рабочих смесей.

Особого ухода в период эксплуатации требует футбольное поле (поле для игры в регби) с газонным покрытием. В сухую погоду его необходимо поливать так, чтобы почва промокала на глубину 10—15 см. Полив желательно проводить утром, вечером или ночью. Трава на поле систематически скашивается: весной — через 7—10 дней, летом — через 3—4 дня, осенью — через 8—12 дней. Траву при стрижке или скашивании оставляют высотой 6 см. В течение всего игрового сезона ведется борьба с сорняками.

В период эксплуатации футбольных полей (полей для игры в регби) нормальной и облегченной конструкции следует строго планировать количество игровых дней в неделю. В последних числах июня и августа поля не эксплуатируются в течение 10—12 дней. В этот период вносят удобрения, производят подстрижку и укатку газона. Подкормку поля удобрениями проводят после грабления и удаления сорняков. Семена трав в виде их смеси с землей подсевают на юге в марте, в северной полосе — в мае. После этого поле укатывают катком массой 300—500 кг.

Уход за гаревым полем сводится к выравниванию грунта, периодическому укатыванию его катком и поливке в сухое время.

Хоккейное поле должно быть своевременно очищено от снега, искрошенного льда, залито, размечено. Следует также вовремя выявлять и устранять повреждения бортовых досок, дверей и другого оборудования.

Осенью спортивные площадки и поля очищаются от мусора; оборудование по мере надобности демонтируется и убирается на хранение. При необходимости отдельные участки площадок и полей ремонтируются.

ОБОРУДОВАНИЕ И ИНВЕНТАРЬ ДЛЯ СПОРТИВНЫХ ИГР

Бадминтон. Игра проводится на ровной площадке, разделенной на две равные половины сеткой (рис. 15).

Волан может быть перьевым с пробковой головкой, обтянутой кожей (резиной), или штампованным из пластмассы с резиновым колпачком. Масса волана 4,7—5,5 г, диаметр головки 2,5—2,8 см, наибольшая окружность оперения 6,5 см, высота 6,5—7 см.

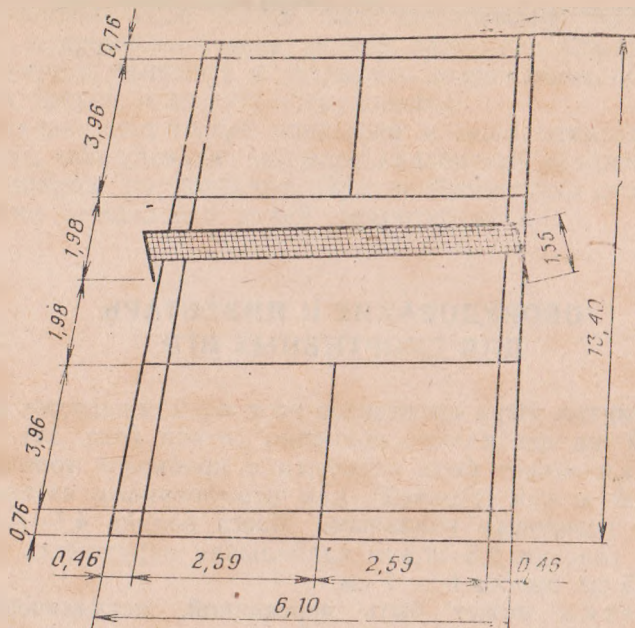
Ракетка может быть деревянной, металлической, деревянной с металлической шейкой, пластмассовой. Струны ракетки делаются из кишок животных или из синтетики (толщина нити 0,8—0,9 мм). Общая длина ракетки 67—68 см, длина головки 24 см, ширина 21 см (включая толщину обода). Масса ракетки колеблется от 100 до 140 г.

Сетка делается из капроновых ниток с ячейками 1,5—2 см². По верхней кромке она обтянута двойной окантовкой шириной 7,5 см; на сетке для одиночной игры натягиваются ограничительные ленты шириной 40 мм.

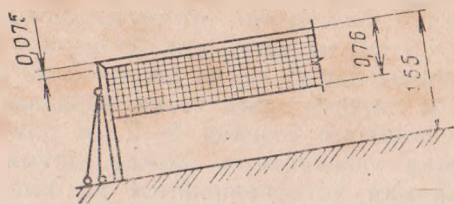
В верхний и нижний края сетки продевают прочный шнур (трос) диаметром сечения 4—5 мм для натяжки и крепления. Сетка натягивается между двумя стойками. Верхняя ее кромка устанавливается на высоте 155 см (провисание в центре не должно превышать 3 см).

Стойки могут быть деревянными и металлическими. Крепятся они с помощью растяжек, штырей или крючков. Можно применять также стойки с тяжелым основанием.

Баскетбол. Для занятий и соревнований по баскетболу нужна ровная прямоугольная площадка (рис. 16). На середине обеих лицевых линий устанавливаются специальные стойки, где укрепляются щиты с металлическими кольцами и веревочными сетками. Кольцо вместе с сеткой называется корзиной. Игра проводится специальным мячом.



а



б

Рис. 15. Площадка и оборудование для игры в бадминтон:
а — разметка площадки; б — бадминтонная конструкция

Мяч шарообразной формы, состоит из резиновой камеры и покрышки из кожи, резины или синтетического материала. Длина его окружности 75—78 см, масса 600—650 г. Мяч накачивают таким образом, чтобы при падении на твердый деревянный пол с высоты 180 см он подскакивал на высоту 120—140 см.

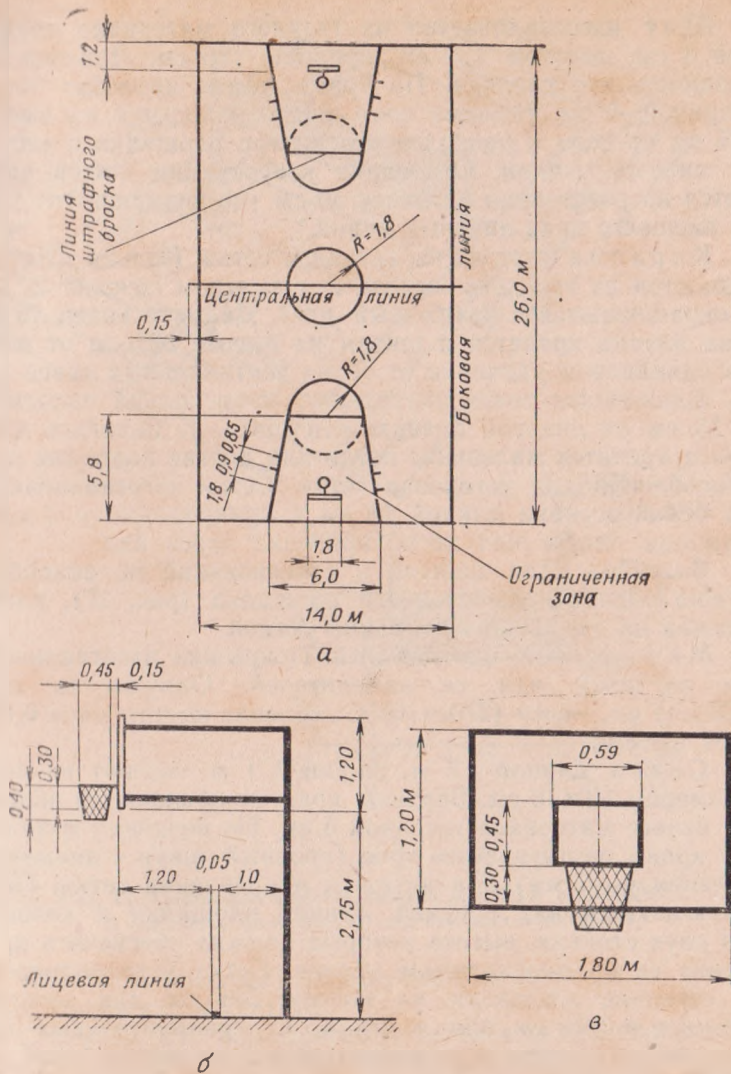


Рис. 16. Площадка и оборудование для игры в баскетбол:
 а — разметка площадки; б — баскетбольная конструкция; в — баскетбольный щит

Щит изготавливается из твердого материала толщиной 3 см, высотой 120 см, шириной 180 см. Лицевая поверхность его гладкая. По краям щитов проводят линии шириной 5 см. Нижние края щитов находятся на высоте 275 см от пола и расположены внутри площадки в 120 см от лицевой линии. Основания конструкции щитов находятся на расстоянии не менее 40 см (по возможности 1 м) от внешнего края лицевых линий.

Корзина состоит из кольца и сетки. Кольца изготавливаются из твердого железа с диаметром сечения 20 мм и окрашиваются в оранжевый цвет. Диаметр колец 45 см. Они жестко крепятся к щитам на высоте 305 см от пола, на одинаковом удалении от обоих вертикальных краев щита. Ближайшая точка внутреннего края кольца находится в 15 см от лицевой поверхности щита. К нижнему краю колец крепятся маленькие петли или другие подобные приспособления для установки сеток. Сетки изготавливаются из белой веревки длиной 40 см и прикрепляются к кольцам так, чтобы мяч легко проходил через них.

Волейбол. Для занятий и соревнований по волейболу нужна ровная прямоугольная площадка (рис. 17), разделенная на две равные половины сеткой.

Мяч круглый, одноцветный. Покрышка изготавливается из кожи или ее заменителей. Окружность мяча (65 ± 1) см, масса (270 ± 10) г, давление внутри мяча 0,48—0,52 кгс/см².

Сетка длиной 9,5 м, шириной 1 м, состоит из ячеек размером 10×10 см. Верхний край ее обшивается полосой из белого материала шириной 5 см. По верхнему и нижнему краям протягивается трос (прочный шнур с диаметром сечения 4—5 мм) для натяжки и крепления сетки. Сетка натягивается над средней линией площадки и крепится на двух стойках, высота которых должна обеспечить крепление ее на необходимом уровне. Сетка устанавливается в середине площадки на высоте 243 см для мужских команд и 224 см для женских. У ограничительных лент она может превышать установленную норму не более чем на 2 см.

Ограничительные ленты белого цвета, шириной 5 см, крепятся на сетке, над боковыми линиями площадки, на расстоянии 9 м друг от друга (они являются частью сетки).

Антенны диаметром 10 мм, длиной 180 см, устанавливаются по внешней кромке ленты. Антенны гибкие, возвышаются над сеткой на 80 см. Они красятся в два цве-

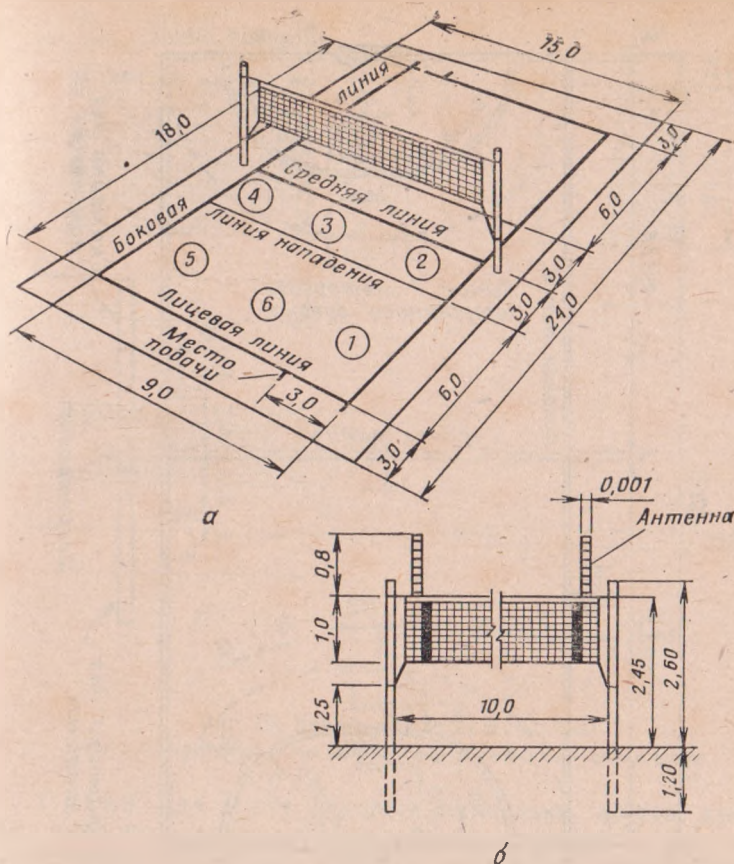


Рис. 17. Площадка и оборудование для игры в волейбол:
 а — разметка площадки; б — волейбольная конструкция

та (белый и красный), чередующиеся через 10 см (являются также частью сетки).

Стойки для подвешивания сетки устанавливаются на расстоянии не менее 50 см от боковых линий.

Гандбол. Игры в гандбол проводятся на площадке прямоугольной формы (рис. 18), на середине обеих лицевых линий которой устанавливаются ворота (рис. 19).

Мяч круглый, состоит из одноцветной кожаной или синтетической покрышки и резиновой камеры. Обхватность его 58—60 см, масса 425—475 г для мужских команд и соответственно 54—56 см и 325—400 г для женских команд.

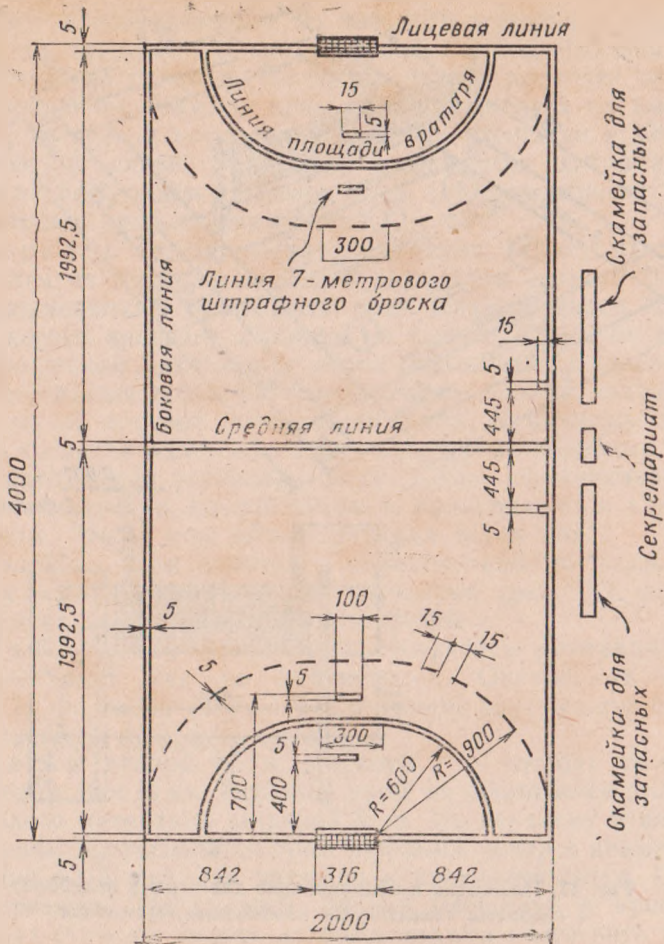


Рис. 18. Площадка для игры в гандбол

Ворота высотой 2 м, шириной 3 м (по внутренним измерениям), устанавливаются в центре лицевых линий. Стойки их жестко соединяются переключиной, задний кант которой должен совпадать с задней границей лицевой линии. Стойки и переключина имеют квадратное сечение 8×8 см и изготавливаются из дерева, металла или заменителя, соответствующего по своим свойствам дереву. Ворота красятся чередующимися поперечными полосами в два цвета со всех сторон. Поля окраски в углах равны 28 см, а остальные поля — 20 см.

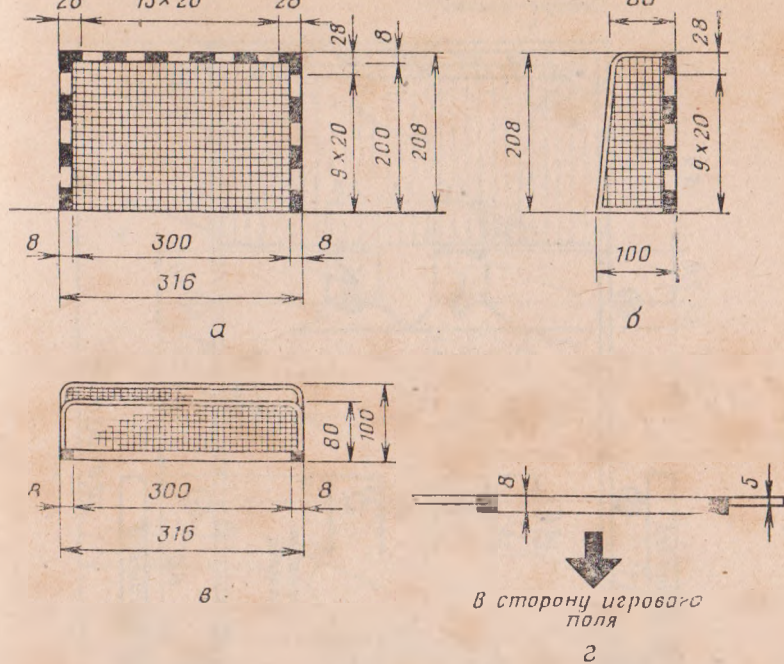


Рис. 19. Ворота для игры в гандбол:

а — вид спереди; б — вид сбоку; в — вид сверху; г — линия ворот

Сетка для ворот делается из пеньки, джута, капрона, нейлона или другого подобного материала. Она прикрепляется к стойкам, верхней и нижней перекладинам сзади ворот, должна быть хорошо закреплена и не мешать вратарю.

Гасящая сетка для ворот изготавливается из того же материала, что и сетка для ворот, и подвешивается к верхней части таким образом, чтобы мяч, заброшенный в ворота, не мог сразу же выскочить из них.

Ограничительная сетка высотой 4 м, длиной 6 м, делается из того же материала, что и сетка для ворот. Она подвешивается в залах или на открытом воздухе за лицевой линией площадки на расстоянии 2 м.

Городки. Игра проводится на специальной площадке (рис. 20).

Городок делается из дерева любой твердой породы (лучший материал для городков — береза, бук) и имеет

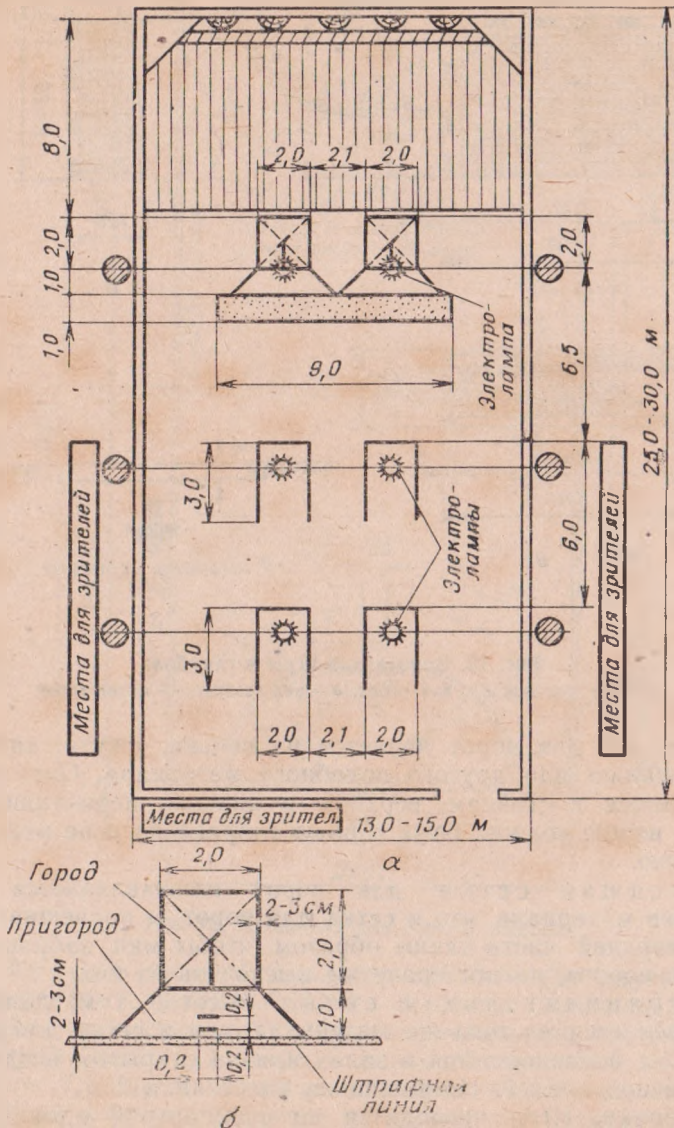


Рис. 20. Площадка и оборудование для игры в городки:
 а — разметка площадки и оборудования; б — разметка конов и полуконов

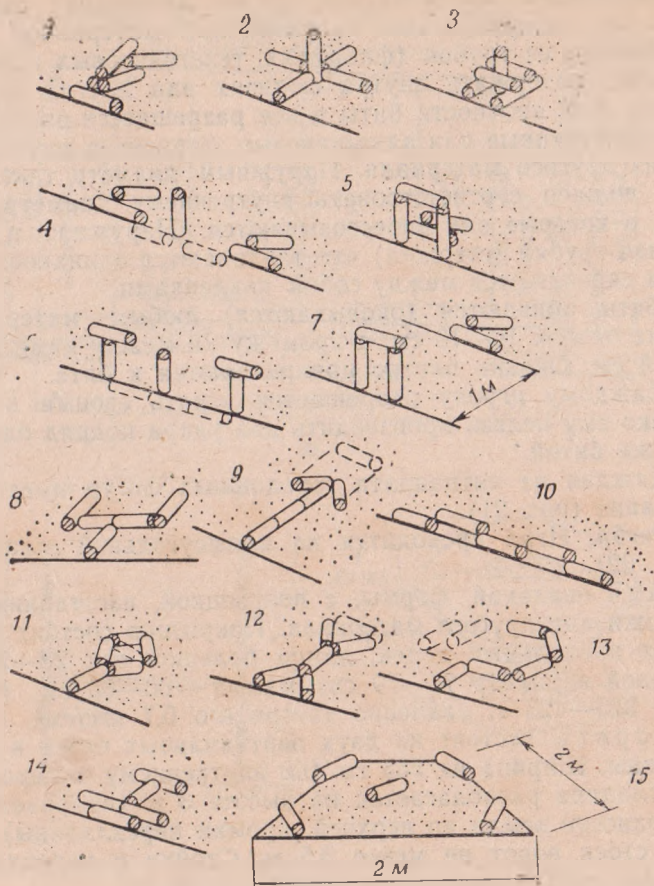


Рис. 21. Городошные фигуры:

1 — «Пушка»; 2 — «Звезда»; 3 — «Колодец»; 4 — «Артиллерия»; 5 — «Пулеметное гнездо»; 6 — «Часовые»; 7 — «Тир»; 8 — «Вилка»; 9 — «Стрела»; 10 — «Коленчатый вал»; 11 — «Ракетка»; 12 — «Рак»; 13 — «Серп»; 14 — «Самолет»; 15 — «Закрытое письмо»

форму цилиндра (длина 200 мм, диаметр 45—50 мм, фаска 3 мм под углом 45°), на его поверхности не должно быть вмятин.

Бита представляет собой круглый стержень длиной не более 1 м, произвольной массы и диаметра. Материалом для бит могут служить дерево, прессованная фанера или бумага, текстолит, фибра, фибровые и текстолитовые трубки и другие прочные материалы. Допускаются биты,

изготовленные из отдельных кусков (составок) одного и того же материала или из различных материалов. Биты, сделанные из трубок (фибровых, текстолитовых и др.), не должны содержать внутри сыпучих или других заполнителей. Для прочности биты в нее разрешается запрессовывать деревянные или алюминиевые стержни, а также трубки из другого материала. Наружный диаметр таких трубок должен соответствовать внутреннему диаметру трубок, в которые они впрессовываются. Наружная и внутренняя трубки (стержни) изготавливаются одинаковой длины и скрепляются между собой заклепками.

Биты обиваются (оковываются) любым материалом, длина оковок 10—13 см, а промежутки между ними не менее 4 см. Оковки плотно прикрепляются к бите.

Каждому игроку разрешается играть своими битами, однако ему нельзя производить два удара подряд одной и той же битой.

Каждая из пятнадцати городошных фигур имеет свое название (рис. 21).

Регби. Игра проводится на прямоугольной площадке (рис. 22).

Мяч овальной формы, с крышкой, изготавливается из кожи или другого материала. Крышка состоит из четырех продольных долек, длина большой оси 28—29 см, большой периметр 76—79 см, малый — 60—65 см. Масса мяча 375—425 г, давление внутри его 0,7 кгс/см².

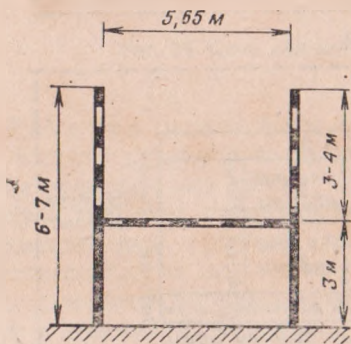
Ворота состоят из двух вертикальных стоек и перекладины. Ширина их 565 см (по внутреннему измерению), перекладина располагается на высоте 3 м (измеряется от поверхности земли до верхней кромки перекладины). Высота стоек ворот не менее 3,5 м. Стойки и перекладина должны иметь одинаковую ширину.

Теннис. Игра проводится на специальной площадке — корте (рис. 23).

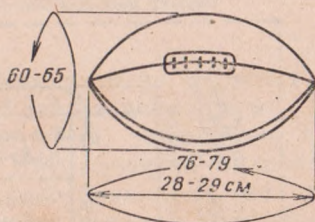
Ракетка состоит из головки, шейки и ручки. Она может быть деревянной, металлической, а также из различных искусственных материалов. Общая длина ее 68 см, длина головки 31 см, ширина 23 см (включая толщину). Масса ракетки колеблется от 300 до 420 г. Подбирать ракетку следует в зависимости от силы кисти, которая измеряется динамометром. При силе кисти 25 кгс масса ракетки должна быть около 12 унций (336 г), при силе 30—35 кгс — около 13 унций (364 г) и т. д. Толщина ручки ракетки должна быть такой, чтобы ее удобно было держать.



а



б



в

Рис. 22. Поле для игры в регби:

а — разметка поля; б — размеры ворот; в — размеры мяча

Мяч состоит из резинового баллона, покрытого сукном. Качество мяча определяется его упругостью. Если мяч после изготовления не используется игроками в течение 4—5 месяцев, он теряет свою упругость, что отрицательно влияет на качество игры теннисистов высокой квалификации (для начинающих теннисистов этот фактор не имеет решающего значения).

Диаметр мяча может колебаться в пределах $(6,51 \pm 0,16)$ см, а масса — в пределах $(57,6 \pm 0,9)$ г. Для определения упругости мяч необходимо бросить с высоты

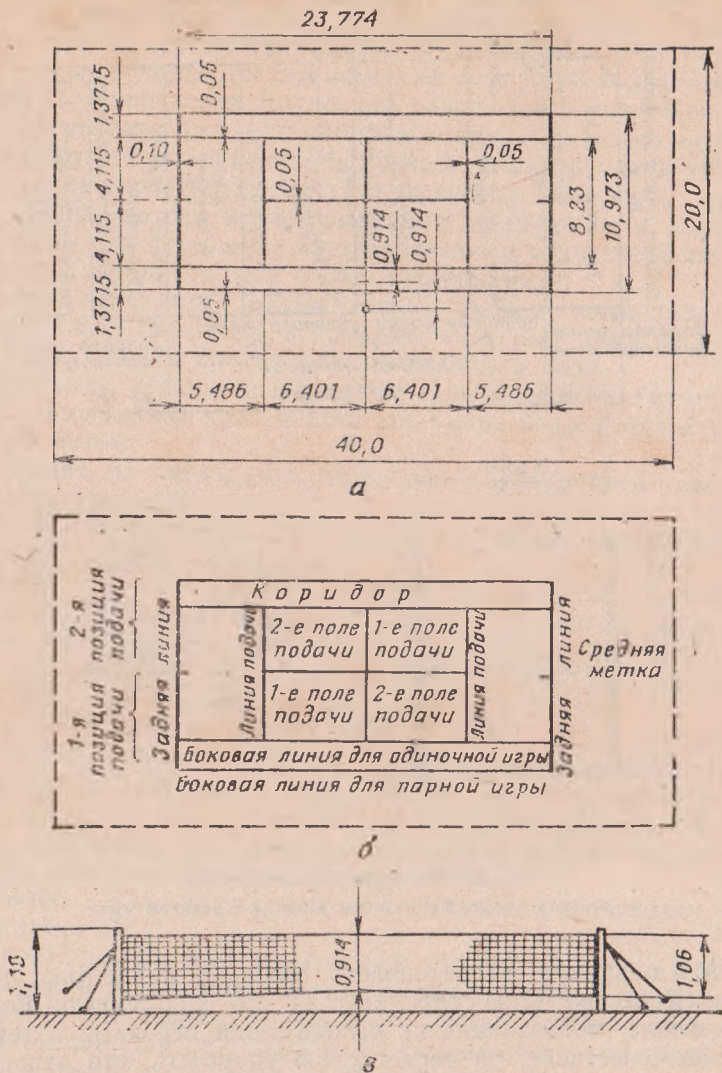


Рис. 23. Площадка и оборудование для игры в теннис:
 а — разметка площадки; б — названия участков площадки и линий; в — теннисная конструкция

2,54 м на бетонную поверхность, при этом он должен отскочить на высоту $(1,41 \pm 0,06)$ м.

Теннис настольный. Игра проводится на специальном столе, разделенном сеткой на равные части (рис. 24).

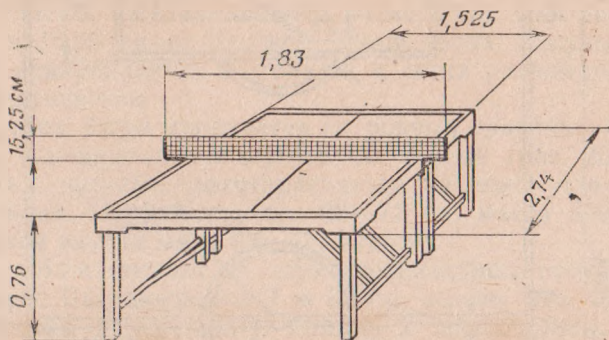


Рис. 24. Стол для игры в настольный теннис

Ракетка может быть любого размера, формы и массы, состоит из ручки и диска. Ракетка делается из одного куска фанеры или доски одинаковой толщины и имеет ровную твердую поверхность. Диск ракетки оклеивается рифленой или губчатой резиной, накладки на ручку изготавливаются из липы, ольхи, березы. Накладки на диск делают из натуральной резины или из синтетических материалов. По всей площади диска должно быть равномерно распределено не менее 10 и не более 50 пупырышков на 1 см^2 .

Мяч круглый, с гладкими швами, делается из матового целлулоида белого цвета. Диаметр его $3,27\text{--}3,82$ см, масса $2,40\text{--}2,53$ г. Для определения упругости мяч необходимо бросить на плоскость стола с высоты 30,5 см, при этом он должен отскочить на высоту $22\text{--}25$ см.

Стол имеет прямоугольную форму длиной 2,74 м, шириной 1,525 м, высотой от пола или от земли 0,76 м. Верхняя плоскость стола гладкая, ровная, зеленого цвета, сделана из досок, железобетона или какого-либо другого материала, способствующего равномерному отскоку мяча.

Сетка размером $183 \times 15,25$ см с квадратными клетками $1,3 \times 1,5$ см, изготавливается из капроновых ниток. Ее верхний край по всей длине обтягивается материалом

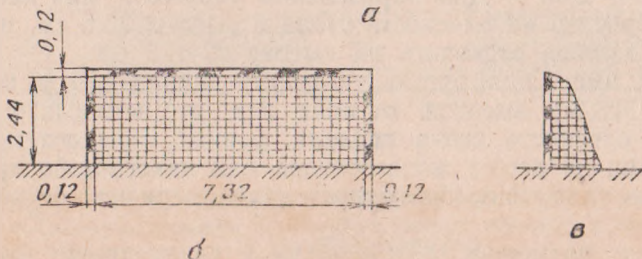
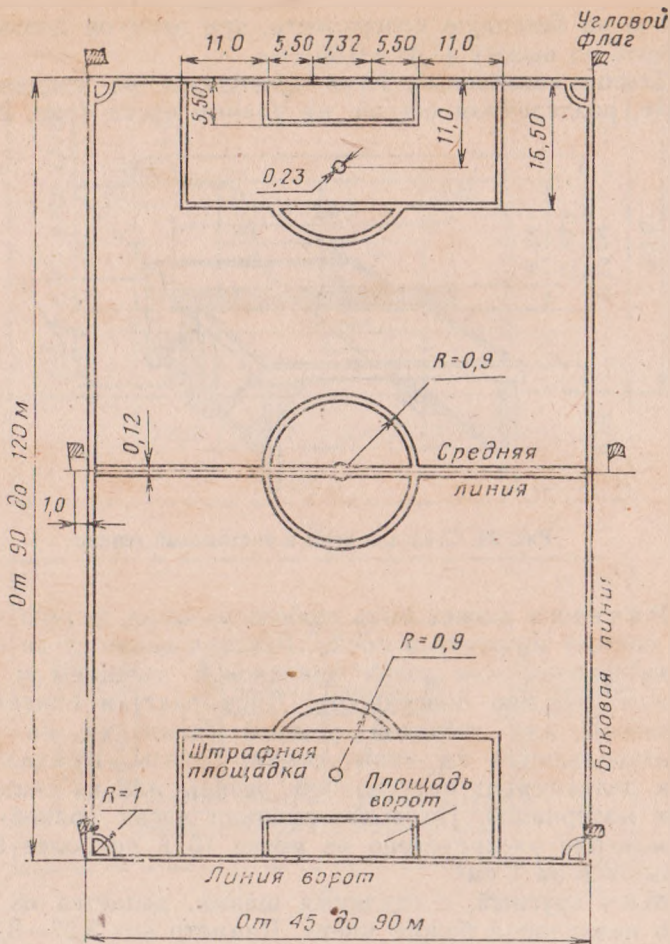


Рис. 25. Поле и оборудование для игры в футбол:
 а — разметка поля; б — ворота (вид спереди); в — ворота (вид сбоку)

белого цвета шириной 1,5 см. На боковых сторонах сетки делаются деревянные накладки шириной также 1,5 см. Верхний край сетки по всей ширине стола находится на высоте 15,25 см от его поверхности, а нижний ее край примыкает к ней вплотную.

Стойки изготавливаются из металла. Они располагаются в 15,25 см от боковой грани стола. Каждый конец сетки прикрепляется к стойкам, и сетка равномерно сильно натягивается.

Футбол. Игра проводится на ровных травяных или земляных площадках прямоугольной формы (рис. 25).

Мяч круглый, изготавливается из кожи или другого материала. Окружность его 68—71 см, масса 396—453 г, давление внутри мяча 0,6—0,7 кгс/см².

Ворота состоят из двух вертикальных стоек и перекладины. Ширина ворот 7 м 32 см, высота 2 м 44 см (по внутренним измерениям). Стойки и перекладины в поперечном сечении не должны превышать 12 см (по обоим измерениям). Они могут иметь квадратную, прямоугольную или полукруглую форму.

Сетка для ворот изготавливается из пеньки, джута, капрона, нейлона или другого подобного материала. Сетка прочно прикрепляется к стойкам, перекладине и земле сзади ворот.

Флаги с незаостренными сверху древками не короче 1,5 м, устанавливаются в угловых секторах и у средней линии (на расстоянии не менее 1 м от боковой линии).

Хоккей с шайбой. Игра в хоккей проводится на ледяной площадке прямоугольной формы с закругленными углами (рис. 26).

Шайба изготавливается из вулканизированной резины толщиной 2,54 см и диаметром 7,62 см, ее форма соответствует стандарту, масса 156—170 г.

Клюшка делается из дерева или другого материала, утвержденного стандартом. Длина клюшки от пяты крюка до конца ручки не более 140 см и от пяты до конца крюка 32 см. Ширина крюка клюшки полевого игрока 5,0—7,5 см, вратаря — не более 9 см в любой части, кроме пяты крюка (ширина пяты крюка не должна превышать 11,5 см, а длина 39 см от пяты до конца крюка), расширенная часть ручки клюшки от пяты крюка 71 см, длина от этой части ручки до конца 69 см.

Ворота устанавливаются так, чтобы они оставались неподвижными во время игры. Стойки ворот диаметром 5 см (по наружному измерению) и высотой 122 см (от по-

верхности льда) устанавливаются на расстоянии 183 см (по внутреннему измерению) друг от друга. Перекладина соединяет вершины стоек и прикрепляется к ним электро-сваркой.

Стойки, перекладина и наружная поверхность каркаса окрашиваются полностью в красный цвет, поверхность основания и другие элементы конструкции ворот, находящиеся внутри, — в белый.

Сетка для ворот изготавливается из пеньки, джута, капрона, нейлона или другого подобного материала. Она прикрепляется внутри каркаса.

Гасящая сетка для ворот делается из того же материала, что и сетка для ворот. Она подвешивается к верхней части (в глубине) и вертикально спадает на лед.

ОСНОВНЫЕ ПРАВИЛА СПОРТИВНЫХ ИГР В ВОПРОСАХ И ОТВЕТАХ

БАДМИНТОН

1. Вопрос. Из скольких партий может состоять встреча?

Ответ. Только из трех партий.

2. Вопрос. Когда встреча считается законченной?

Ответ. После того как одна сторона выигрывает две партии.

3. Вопрос. Имеют ли право на отдых участники состязания между встречами?

Ответ. Да, если они в течение дня принимали участие в нескольких встречах (после одиночной встречи 30 мин, после парной 15 мин).

4. Вопрос. Предоставляется ли участникам время для разминки перед началом встречи?

Ответ. Да, но не более 2 мин.

5. Вопрос. Как начинается розыгрыш очка?

Ответ. С подачи.

6. Вопрос. Как производится подача?

Ответ. Ударом ракеткой по волану (после удара волан должен пролететь над сеткой, не задев ее, и опуститься в пределах границ поля подачи соперника).

7. Вопрос. В каком положении при подаче в момент удара должны находиться волан и головка ракетки?

Ответ. Волан должен быть ниже линии пояса, а головка ракетки — заметно ниже кисти руки, держащей ракетку.

8. Вопрос. Имеет ли право игрок произвести подачу, если соперник не готов к приему?

Ответ. Нет.

9. Вопрос. Где во время подачи должны располагаться подающий и принимающий игроки?

— Ответ. В пределах своих (расположенных по диагонали) полей подачи (при этом они не имеют права наступать на линии).

10. Вопрос. Имеют ли право подающий и принимающий игроки (а также их партнеры в парной игре) при подаче до момента удара по волану сходить с занятых позиций и отрывать ноги от площадки?

— Ответ. Нет (отрыв части ступни ошибкой не считается).

11. Вопрос. Считается ли ошибками при подаче, если поданный волан попадает в сетку, пролетит под ней или приземлится вне пределов соответствующего поля подачи соперника; в парной игре поданный волан коснется партнера подающего или его ракетки; в момент подачи какая-либо часть волана находится выше линии пояса подающего; в момент подачи обод ракетки не был явно ниже кисти руки подающего; подающий прервал движение ракетки вперед к волану или изменил его на обратное, после чего произвел удар; в парной игре партнер подающего в момент подачи умышленно заслонил волан от принимающего?

— Ответ. Да.

12. Вопрос. В каких случаях переигрывается подача?

— Ответ. Если сторона подает не в очередь или не с надлежащего поля подачи и выигрывает, а ошибка обнаружена до выполнения следующей подачи; в парной игре подачу принимает игрок, находящийся не на своем поле подачи, и его сторона выигрывает, а ошибка обнаружена до выполнения следующей подачи; подача произведена до объявления счета судьей; принимающий или его партнер по парной игре заявил возгласом или поднятием руки до удара подающего, что он не готов и не сделал попытки отразить волан; при выполнении подачи подающему, принимающему или их партнерам что-либо помешало (постороннее лицо на площадке, ошибочный возглас судьи и т. д.); подающий промахнулся, пытаясь ударить по волану, и последний, не будучи задетым ракеткой, упал на площадку.

13. Вопрос. Считается ли ошибкой во время подачи, если волан при переходе через сетку заденет ее верхнюю кромку или стойку либо пролетит с внешней стороны стойки на любой высоте?

— Ответ. Нет.

14. Вопрос. В чем заключается розыгрыш очка?

Ответ. В том, что каждая сторона (игрок или пара) поочередно отражает летящий к ней волан, не давая ему приземлиться на своей стороне площадки.

15. Вопрос. Имеет ли право игрок переключивать ракетку для удара из одной руки в другую или держать ее обеими руками?

Ответ. Да.

16. Вопрос. Кто имеет право в парной игре после приема подачи отражать волан?

Ответ. Любой игрок.

17. Вопрос. Какая из сторон выигрывает очки?

Ответ. Только подающая сторона (при любой ошибке принимающей); принимающая сторона может отыграть либо подачу, либо очередь подач (в парной игре).

18. Вопрос. В каких случаях ошибки ведут к потере подачи (очереди подачи) или проигрышу очка?

Ответ. Если допущена ошибка при подаче; игрок коснется волана два раза подряд; волан упал на своей площадке, коснулся тела игрока или его одежды; во время розыгрыша игрок задел чем-либо сетку; волан после удара приземлился за пределами площадки и попал в какой-либо посторонний предмет; игрок ударил по волану, находящемуся на стороне противника (движение ракетки над сеткой после удара по инерции не является ошибкой); игрок перенес на сторону противника какую-либо часть тела или ракетку и этим помешал противнику; игрок совершил бросок волана ракеткой; игрок ракеткой поставил блок удару соперника сверху вниз вблизи сетки (разрешается только защищать ракеткой лицо, не мешая этим сопернику); игрок вступает с судьями в пререкание, вмешивается в их действия во время розыгрыша очка, своими действиями мешает играть сопернику или ведет себя некорректно по отношению к нему во время розыгрыша очка; игрок выпустил из рук ракетку и она пролетела на сторону соперника.

19. Вопрос. Когда партия считается выигранной при одиночной встрече?

Ответ. Когда один из противников наберет 15 очков (у женщин всех возрастных групп партия ведется до 11 очков).

20. Вопрос. Имеет ли право в мужских одиночных встречах принимающая сторона выбрать, продолжать ли игру до 5 очков или вести ее до обычного счета, т. е. до 15 очков, перед первой подачей при счете 13:13?

Ответ. Да.

21. Вопрос. Имеет ли право в мужских одиночных встречах принимающая сторона выбрать, продолжать ли ей игру до 3 очков или вести ее до обычного счета, т. е. до 15 очков, перед первой подачей при счете 14:14?

Ответ. Да.

22. Вопрос. Какое решение должен принять судья при достижении счета, дающего право на выбор продолжения игры?

Ответ. Обратиться к стороне, имеющей это право, со словами «**Выбирайте продолжение**».

23. Вопрос. Как продолжается игра, если перед первой подачей при данном счете продолжение не было выбрано?

Ответ. До обычного счета.

24. Вопрос. Имеет ли право принимающая сторона в женских одиночных встречах выбрать, продолжать ли игру до 3 очков или вести ее до обычного счета, т. е. до 11 очков, перед первой подачей при счете 9:9?

Ответ. Да.

25. Вопрос. Имеет ли право принимающая сторона в женских одиночных встречах выбрать, продолжать ли игру до 2 очков или вести ее до обычного счета, т. е. до 11 очков, перед первой подачей при счете 10:10?

Ответ. Да.

26. Вопрос. Можно ли воспользоваться правом выбора перед подачей при счете 10:10 или 14:14, если право выбора продолжения не использовано при счете 9:9 или 13:13?

Ответ. Да.

27. Вопрос. Как определяется поле подачи при выборе продолжения игры?

Ответ. Суммарным счетом (счетом, при котором выбрано продолжение, плюс текущий счет продолжения).

28. Вопрос. Как определяется победитель, после того как выбрано продолжение игры?

Ответ. Объявляется счет 0:0, и сторона, которая первой наберет 5 очков (3 очка) или 3 очка (2 очка), становится победительницей.

29. Вопрос. Меняются ли игроки после каждой партии сторонами и очередностью подачи?

Ответ. Да.

30. Вопрос. Меняются ли игроки в решающей партии сторонами?

Ответ. Да, после выигрыша одной из сторон 6 очков в игре до 11 и 8 очков в игре до 15.

31. Вопрос. Разрешается ли проводить турниры, в которых встреча состоит из одной партии, до 21 очка?

Ответ. Да (при этом смена сторон производится при счете 11, а выбор продолжения игры при счете 19:19 и 20:20 соответственно до 5 или 3 очков).

32. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если момент смены сторон упущен?

Ответ. Исправить ошибку по окончании розыгрыша первого же очка. Все очки, разыгранные до исправления ошибки, засчитать с сохранением счета и очереди подачи.

33. Вопрос. Какие дополнительные правила действуют в парных встречах?

Ответ. Партии во всех встречах ведутся до 15 очков; в каждой партии сторона, начинающая игру, имеет только одну очередь подач и выполняет ее игрок № 1 из первого поля подачи; игрок соперника, принимающий первую подачу, также считается игроком № 1, партнеры каждого из этих игроков считаются игроками № 2; игрок № 1 меняет поле подачи при каждом выигранном очке; после потери первой подачи игроком № 1 каждая сторона в дальнейшем имеет две очереди подач; первая очередь подач начинается всегда с правого поля; поле подачи меняется при каждом выигранном очке; при проигрыше первой очереди подач вторая начинается другим игроком с другого поля; при нуле и четном количестве очков у подающей стороны игрок № 1 подает с правого поля подачи, при нечетном — с левого, игрок № 2, наоборот, при нечетном счете — с правого, при четном — с левого; перед началом следующей партии игроки имеют право поменять номера; по окончании одной партии первая подача в другой партии производится выигравшей стороной.

34. Вопрос. Предоставляется ли участникам встречи перерыв перед третьей партией?

Ответ. Да (до 5 мин).

35. Вопрос. Имеет ли право судья засчитать поражение игроку, если он в связи с травмой не в состоянии возобновить игру по истечении 5 мин?

Ответ. Да.

36. Вопрос. В каких случаях судья имеет право заметить волан?

Ответ. Если волан поврежден; в результате длительного использования сильно изменились полетные характеристики волана (в этом случае необходимо обоюдное согласие сторон).

37. Вопрос. Какое количество перьевых или пластмассовых воланов предусматривается для проведения состязаний?

Ответ. 8 перьевых и 4 пластмассовых.

38. Вопрос. Разрешаются ли паузы в связи с ухудшением физического состояния игрока из-за его усталости, а также вследствие неисправности ракетки?

Ответ. Нет.

39. Вопрос. Кто из судей разыгрывает между участниками данной партии право выбора подачи и площадки?

Ответ. Судья на вышке.

40. Вопрос. Отмечаются ли в протоколе фамилии подающего и принимающего первую подачу при проведении парных игр?

Ответ. Обязательно.

41. Вопрос. Когда судья на вышке в парных играх объявляет счет и добавляет: «Вторая подача»?

Ответ. Когда первая подача проиграна (если и вторая подача проиграна, то судья объявляет: «Переход подачи» — и счет ведется со счета вновь подающей пары).

42. Вопрос. Что должен сделать судья на вышке при выборе продолжения игры?

Ответ. Спросить игрока (игроков) о решении, объявить это решение громко, чтобы слышали зрители, например: «Игра до двух (до трех, до пяти)», а затем объявить счет, например: «0 : 0, вторая подача».

БАСКЕТБОЛ

1. Вопрос. Из скольких игроков состоит команда?

Ответ. Из десяти: пяти основных (начинать игру команда должна в составе не менее пяти человек) и пяти запасных (в турнире, где команде предстоит провести более пяти матчей, число игроков может быть увеличено до 12).

2. Вопрос. Имеет ли право команда продолжать игру, если в составе ее останется меньше двух игроков?

Ответ. Нет (если же в команде использованы все замены и в ее составе остается не менее двух игроков, то они могут продолжать игру).

3. Вопрос. Что обязан сделать судья, если в одной из команд остается менее двух игроков?

Ответ. Прекратить игру и этой команде засчитать поражение (если команда, которой засчитывается победа, имеет к этому моменту преимущество в счете, то фиксируется этот счет; если эта команда проигрывала, то результат игры аннулируется и фиксируется счет 2:0 в ее пользу).

4. Вопрос. Какова общая продолжительность игры?

Ответ. 40 мин чистого времени (два периода по 20 мин с 10-минутным перерывом для отдыха).

5. Вопрос. Продолжается ли игра при ничейном результате?

Ответ. Да (назначается столько 5-минутных дополнительных периодов, сколько необходимо для определения победителей, между ними даются 2-минутные перерывы для отдыха).

6. Вопрос. Кто дает сигнал для выхода команды на поле?

Ответ. Судья на поле (при этом команды выстраиваются на линии штрафного броска и приветствуют друг друга).

7. Вопрос. Когда производится жеребьевка для выбора сторон?

Ответ. До выхода команд на поле, если они играют на нейтральной площадке; если одна из команд является хозяином поля, то право выбора предоставляется команде гостей.

8. Вопрос. Когда начинается игра?

Ответ. С момента прикосновения игрока к мячу (когда мяч, подброшенный старшим судьей для начального броска, достигнет наивысшей точки).

9. Вопрос. Когда заканчивается игра?

Ответ. По сигналу судьи-секундометриста об окончании времени игры.

10. Вопрос. Когда попадание мяча в корзину считается действительным?

Ответ. Когда «живой» мяч входит в корзину сверху и остается в ней или проходит через нее (если мяч по какой-либо случайности входит в корзину снизу, он становится «мертвым», при этом игра возобновляется розыгрышем спорного броска; при попадании мяча в корзину с игры засчитываются два очка; со штрафного броска — одно очко).

11. Вопрос. В каких случаях мяч становится «живым»?

Ответ. Если первый игрок коснулся его после достижения им высшей точки при розыгрыше спорного броска;

судья передал мяч в распоряжение игрока, выполняющего штрафной бросок; мяч вброшен из-за пределов игровой площадки и его коснулся один из игроков, находящихся на игровой площадке.

12. Вопрос. В каких случаях мяч становится «мертвым»?

Ответ. Если он заброшен в корзину; совершено любое нарушение; совершен фол в момент, когда мяч «живой» или в игре; назначен спорный мяч или он застрял на опоре корзины; очевидно, что он не попадет в корзину после броска за технический фол (тренеру или запасному) или после штрафного броска, за которым должен следовать другой бросок; звучит свисток судьи в момент, когда мяч «живой» или в игре; звучит сигнал оператора 30-секундного времени в то время, пока мяч «живой»; истекло время одной из половин игры или дополнительного периода.

13. Вопрос. Имеет ли право нападающий игрок касаться корзины или щита команды противника в то время, когда мяч при броске находится на кольце?

Ответ. Нет (за нарушение правила мяч не засчитывается, и вбрасывание производится из-за боковой линии в месте, ближайшем к месту нарушения игроком противника).

14. Вопрос. Имеет ли право защитник касаться своей корзины или щита, пока мяч находится на кольце во время броска?

Ответ. Нет (за нарушение правил бросок засчитывается, и мяч вбрасывается из-за лицевой линии).

15. Вопрос. Что обязан сделать судья, если через 15 мин после назначенного времени для начала игры команда продолжает оставаться в неполном составе (менее пяти игроков)?

Ответ. Ввести мяч в игру начальным броском в присутствии одной команды и после заброшенного в корзину мяча прекратить игру, а в протоколе зафиксировать счет 2:0 в пользу этой команды.

16. Вопрос. Что обязан сделать судья, если любая из команд не находится на площадке (готовой к игре) в течение 1 мин после вызова старшим судьей на игру в начале второй половины или после остановки игры по любым причинам?

Ответ. Произвести вбрасывание мяча в игру таким же образом, как если бы на площадке были обе команды, готовые к игре (после заброшенного в корзину мяча игро-

ком присутствующей на площадке команды в протоколе к общему счету добавляются два очка, и игра прекращается).

17. Вопрос. Можно ли во время игры основных игроков заменить запасными?

Ответ. Да (неограниченное количество раз).

18. Вопрос. Кто имеет право производить замену игроков и в каких ситуациях?

Ответ. Тренер (капитан) команды через судью-секретаря, когда игровые часы остановлены и мяч считается «мертвым» (до того как он снова будет в игре при одной из следующих ситуаций: назначен спорный бросок или фол; взят минутный перерыв; игра остановлена в связи с травмой игрока или по любой другой причине).

19. Вопрос. Сколько времени дается на замену игрока?

Ответ. 20 с независимо от количества замен, произведенных одной командой в один игровой момент (если на замену затрачено более 20 с, команде засчитывается минутный перерыв).

20. Вопрос. Сколько минутных перерывов команда может взять?

Ответ. По два в каждой половине игры (и по одному минутному перерыву в каждом дополнительном периоде).

21. Вопрос. Когда тренер (капитан) команды имеет право взять минутный перерыв?

Ответ. Когда после просьбы о перерыве мяч заброшен в корзину с игры, мяч стал «мертвым» и игровые часы остановлены (до того как мяч снова будет в игре).

22. Вопрос. Когда команде не предоставляется минутный перерыв?

Ответ. Когда игрок получил мяч от судьи для вбрасывания его в игру или пробития штрафного броска.

23. Вопрос. Когда тренеру разрешается обращаться к игрокам своей команды?

Ответ. Во время минутного перерыва (при этом он не имеет права выходить на игровую площадку, а игроки — переступать ограничительную линию).

24. Вопрос. В каких случаях игрок выбывает из игры с правом замены?

Ответ. После того как он получил пять персональных или технических фолов.

25. Вопрос. Какое наказание должен дать судья игроку за неспортивное поведение?

Ответ. Дисквалифицировать и удалить его с площадки (с правом замены).

игроков?

Ответ. Персональные, технические, умышленные или дисквалифицирующие.

27. Вопрос. Сколько штрафных бросков назначается за технический фол, если нарушение совершает полевой игрок?

Ответ. Два (их выполняет любой игрок команды по указанию капитана).

28. Вопрос. Какие фолы могут накладываться судьей на тренеров, помощников тренеров, запасных игроков и лиц, сопровождающих команду?

Ответ. Технические (все записываются на тренера, при получении третьего фола тренер удаляется из спортивного зала).

29. Вопрос. Сколько штрафных бросков назначается за технический фол, если нарушение совершают тренер, помощник тренера, запасные игроки или лица, сопровождающие команду, в процессе игры?

Ответ. Один (его выполняет любой игрок команды по указанию капитана; во время его выполнения игроки не должны располагаться вдоль области штрафного броска; независимо от того, удачным или неудачным был бросок, мяч вводится в игру из-за боковой линии в месте пересечения ее с центральной — в середине игровой площадки — любым игроком команды, пробивавшей штрафной бросок).

30. Вопрос. Сколько штрафных бросков назначается за технический фол, если нарушение совершают тренер, помощник тренера или лица, сопровождающие команду, до начала игры или во время перерывов?

Ответ. Два (игра возобновляется начальным броском в центральном круге после выполнения штрафных бросков).

31. Вопрос. Как вводится мяч в игру, если фол совершен по отношению к игроку, который не производил бросок?

Ответ. Вбрасывается из-за боковой линии игроком пострадавшей команды (после того как игроки совершили восемь персональных или технических фолов, наказанием за каждый последующий фол будут два штрафных броска, за исключением того момента, когда фол получил нападающий игрок с мячом).

32. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если фол совершен по отношению к игроку, который произвёл бросок по корзине?

Ответ. Засчитать мяч, если он попал в корзину, и дополнительно назначить штрафной бросок, а если мяч не попал в корзину, назначить два штрафных броска (если один или оба штрафных броска оказываются безрезультатными, судья даёт право на пробитие одного дополнительного штрафного броска).

33. Вопрос. Имеет ли право команда отказаться от пробития двух штрафных бросков?

Ответ. Такое право дается только капитану команды (мяч вбрасывается в игру в месте пересечения боковой и центральной линий).

34. Вопрос. В каких случаях команде не предоставляется право выбора?

Ответ. Если ей присуждены один или два штрафных броска за технический фол.

35. Вопрос. Назначаются ли штрафные броски при обоюдном фоле?

Ответ. Нет, но персональные замечания записываются обоим нарушителям (мяч вводится в игру спорным броском в ближайшем круге между игроками-нарушителями; если мяч в это время заброшен в корзину, его вводят в игру из-за лицевой линии).

36. Вопрос. Какое решение должны принять судьи, если два фола или более совершены соперниками по отношению к игроку, выполняющему бросок по корзине?

Ответ. Наказать фолом каждого нарушителя, а пострадавшему дать право на пробитие двух штрафных бросков независимо от количества фолов (если они окажутся безрезультатными, дать право на пробитие одного дополнительного штрафного броска).

37. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если многократные фолы совершены по отношению к противнику в момент выполнения им броска и мяч при этом попал в корзину?

Ответ. Засчитать бросок в корзину и дополнительно назначить один штрафной бросок.

38. Вопрос. Считается ли нарушением правил, если мяч не касается кольца при выполнении штрафного броска?

Ответ. Да (мяч игроком противоположной команды вводится в игру из-за боковой линии против линии штрафного броска).

39. Вопрос. Как производится запись фолов в протоколе соревнований?

Ответ. Персональный фол, за который не назначается пробитие штрафного броска, фиксируется записью времени (минуты) совершения фола; персональный фол, влекущий за собой пробитие штрафного броска, — записью времени (минуты) совершения фола с добавлением перевернутой запятой; умышленный фол — временем (минутой) совершения фола, обведенным кружком; дисквалифицирующий фол — буквой «Д», которая ставится непосредственно за временем (минутой) совершения фола; технический фол — буквой «Т», которая пишется непосредственно после времени (минуты) совершения фола; технические фолы тренеров, помощников тренеров и сопровождающих лиц — кружком вокруг минуты и буквой «Т».

40. Вопрос. В каких случаях судьи дают сигнал о нарушении «правила трех секунд»?

Ответ. Если игрок находится более 3 с в ограниченной зоне противника в период, когда мяч контролирует его команда, а также во всех случаях введения мяча из-за пределов площадки.

41. Вопрос. Когда не распространяется «правило трех секунд»?

Ответ. Во время полета мяча при броске в корзину; во время нахождения его в воздухе; во время отскока от щита (исключение делается для игрока, находящегося в ограниченной зоне, при условии, что он, пробыв в ней менее 3 с, ведет мяч для броска в корзину).

42. Вопрос. В каких случаях распространяется «правило пяти секунд»?

Ответ. Если игрок, владея мячом, плотно опекается игроком противника и пассивен в действиях (наказание — назначается спорный мяч); игрок вбрасывает мяч из-за пределов площадки (наказание — вбрасывание производит игрок противника); игрок выполняет штрафной бросок после того, как мяч передан судьей в его распоряжение (наказание — очко не засчитывается, мяч вбрасывается из-за боковой линии игроком противника).

43. Вопрос. В каких случаях распространяется «правило десяти секунд»?

Ответ. Если команда, контролирующая «живой» мяч в своей тыловой зоне, в течение 10 с не успела перевести его в свою передовую зону (наказание — вбрасывание мяча из-за боковой линии игроком противника).

44. Вопрос. В каких случаях распространяется «правило тридцати секунд»?

Ответ. Если в течение 30 с команда не сделает ни одной попытки произвести бросок по кольцу (наказание — мяч передается противнику для вбрасывания из-за боковой линии).

45. Вопрос. Имеет ли право игрок, находящийся в своей передовой зоне, перевести мяч обратно в свою тыловую зону?

Ответ. Нет (наказание — мяч вбрасывается из-за боковой линии в ее средней точке игроком противника, который имеет право передать мяч своему партнеру в любой точке игровой площадки).

46. Вопрос. Как производится вбрасывание мяча из-за боковой линии?

Ответ. Любым способом из-за ограничивающих линий в течение 5 с (время исчисляется с момента, когда любой игрок команды, находясь на своей половине поля за боковой или лицевой линиями, возьмет мяч в руки; если игрок находится на половине поля противника, то с момента, когда он получит мяч от судьи на поле).

47. Вопрос. В каких случаях мяч вбрасывается из-за лицевой или боковой линии?

Ответ. Из-за лицевой линии — после попадания его в кольцо с игры или после реализации последнего штрафного броска; из-за боковой линии — во всех остальных случаях.

48. Вопрос. Где разыгрывается спорный бросок?

Ответ. В центре обеих областей штрафного броска и центрального круга (в зависимости от того, где в момент сигнала судьи находится мяч).

49. Вопрос. Имеют ли право спорящие игроки при розыгрыше спорного (начального) броска коснуться мяча раньше, чем тот достигнет своей высшей точки, или оставить свое место прежде, чем мяч будет отбит?

Ответ. Нет (наказание — мяч вбрасывается из-за боковой линии игроком противника).

50. Вопрос. Имеет ли право спорящий игрок при розыгрыше спорного (начального) броска после второго касания коснуться мяча снова?

Ответ. Не имеет права до тех пор, пока мяч не коснется одного из игроков, пола, корзины или щита (наказание — мяч вбрасывается из-за боковой линии игроком противника).

51. Вопрос. Когда время не считается игровым и останавливаются часы?

Ответ. Когда судья (судья-секундометрист) дает сигнал на остановку игры.

52. Вопрос. В каких случаях, после того как время было остановлено, игровые часы вновь должны включаться?

Ответ. Если один из участвующих в розыгрыше спорного броска прикоснется к мячу; штрафной бросок неудачен и мяч остается в игре и коснется любого игрока на площадке; мяч вбрасывается из-за ограничительных линий и коснется игрока на площадке.

53. Вопрос. Имеет ли право игрок после введения мяча выполнить бросок в щит и коснуться мяча прежде, чем коснется его другой игрок?

Ответ. Не имеет права (если, по мнению судьи, это был не бросок), так как игрок при этом совершает нарушение правила второго введения (наказание — мяч передается противнику для вбрасывания из-за боковой линии в точке, ближайшей к месту, где совершено нарушение).

ВОЛЕЙБОЛ

1. Вопрос. Из скольких игроков состоит команда?

Ответ. Не более чем из 12 игроков (фамилии и имена игроков до начала встречи должны быть записаны в протокол матча; игроки, не внесенные в протокол, а также не вышедшие на построение перед игрой, к игре не допускаются).

2. Вопрос. Имеет ли право команда продолжать игру, если в составе ее останется меньше шести игроков?

Ответ. Нет (начинать игру должна команда в составе не менее шести игроков).

3. Вопрос. Сколько замен может произвести команда в каждой партии?

Ответ. Шесть замен (они должны производиться только в то время, когда мяч находится вне игры).

4. Вопрос. Дается ли время на замену игрока?

Ответ. Не дается (после замены команда не имеет права на обратную замену этого же игрока до тех пор, пока не будет разыгран хотя бы один мяч).

5. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если замена произведена неправильно и в связи с этим игра задерживается?

Ответ. Засчитать этой команде перерыв (если команда использовала два перерыва, положенных в партии, она

теряет право на подачу или команде противника прибавляется очко).

6. Вопрос. Сколько раз любой основной игрок может быть заменен в каждой партии запасным?

Ответ. Один раз (он имеет право вновь вернуться в игру, но только вместо ранее заменившего его запасного игрока).

7. Вопрос. Допускается ли замена одного запасного игрока другим запасным игроком?

Ответ. Нет.

8. Вопрос. Может ли запасной игрок, участвующий в замене, вторично вернуться на площадку в данной партии?

Ответ. Нет, за исключением случая, когда его команда остается в неполном составе из-за травмы какого-либо игрока, а все запасные игроки уже участвовали в замене.

9. Вопрос. Какое решение должен принять судья, когда команда остается в неполном составе из-за удаления игрока и все разрешенные замены уже использованы?

Ответ. Засчитать ей поражение в данной партии (счет выигранных ею очков судья сохраняет, а команде противника засчитывается счет 15 или необходимый перевес в два очка).

10. Вопрос. Имеет ли право команда одновременно в каждой партии произвести все шесть замен?

Ответ. Да.

11. Вопрос. Как располагаются игроки обеих команд на своих сторонах площадки в момент подачи мяча?

Ответ. В две линии по три человека.

12. Вопрос. Как называются игроки, стоящие ближе к сетке и за ними?

Ответ. Игроки, стоящие ближе к сетке, называются игроками передней линии, а за ними — игроками задней линии (они занимают справа налево зоны: 2, 3, 4 — для передней линии и 1, 6, 5 — для задней).

13. Вопрос. Должно ли соответствовать расположение игроков в момент выполнения подачи расстановке, зафиксированной в протоколе?

Ответ. Да. Это — обязательное условие (каждый игрок передней линии должен находиться впереди игрока задней линии, кроме того, игрок зоны 3 должен находиться между игроками зон 4 и 2, а игрок зоны 6 — между игроками зон 5 и 1).

14. Вопрос. В каких случаях считается, что расстановка нарушена?

Ответ. Если игрок задней линии (например, зоны 5) находится на одной линии, параллельной средней, с соответствующим игроком передней линии (например, зоны 4) (место игрока фиксируется по положению его ступней) или ближе его к сетке, а игроки зон 3 и 6 не находятся соответственно между игроками зон 4 и 2 и зон 1 и 5.

15. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если команда нарушает очередность подачи?

Ответ. Засчитать команде ошибку, восстановить правильную расстановку и наказать команду потерей подачи.

16. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если при неправильной расстановке было разыграно несколько мячей?

Ответ. Снять с виновной команды выигранные при этом очки (когда установить момент нарушения расстановки не представляется возможным, судья должен восстановить правильную расстановку и наказать виновную команду).

17. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если в момент подачи у принимающей команды нарушена расстановка, а подающий игрок произвел подачу с ошибкой?

Ответ. Если ошибка совершена при касании мяча, засчитать ее как ошибку при подаче, если после касания мяча, то засчитать ее как ошибку в расстановке.

18. Вопрос. Из скольких партий состоит игра?

Ответ. Из трех или пяти (это предусматривается положением о состязаниях).

19. Вопрос. Кто проводит жеребьевку между капитанами команд на право выбора площадки или подачи мяча?

Ответ. Первый судья (перед решающей партией он проводит новую жеребьевку для выбора площадки или права первой подачи).

20. Вопрос. Производится ли смена сторон после каждой партии?

Ответ. Да (во время третьей или пятой решающей партии, когда у одной из команд счет очков 8, производится смена сторон; подача сохраняется за игроком, подававшим до этого).

21. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если смена в решающей партии не была произведена в установленное время?

Ответ. Произвести смену сторон (счет очков, зафиксированный к этому времени, сохраняется; после смены сторон игроки обеих команд обязаны занять те же места, которые они занимали до этого).

22. Вопрос. Какой судья и когда дает разрешение на перерыв для отдыха?

Ответ. Первый или второй судья тогда, когда мяч находится вне игры (в каждой партии команда может использовать два перерыва для отдыха, причем продолжительность перерыва не должна превышать 30 с).

23. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если команда умышленно затягивает первый перерыв на отдых?

Ответ. Засчитать этой команде второй перерыв, а если команда затягивает и второй перерыв, то наказать ее потерей подачи или прибавить очко команде противника.

24. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если команда по ошибке просит третий перерыв для отдыха?

Ответ. Отказать ей в этом, а тренеру объявить предупреждение (в случае повторной просьбы в данной партии команда наказывается потерей подачи или прибавляется очко команде противника).

25. Вопрос. В каком случае команде дается перерыв на 3 мин?

Ответ. При несчастном случае (этот перерыв не засчитывается как перерыв для отдыха).

26. Вопрос. Разрешается ли перерыв между партиями?

Ответ. Да, но не более 2 мин (перед решающей партией 5 мин).

27. Вопрос. Как начинается розыгрыш очка?

Ответ. С подачи.

28. Вопрос. Как производится подача?

Ответ. Ударом руки по мячу, находящемуся в воздухе (после удара мяч должен пролететь над сеткой между антеннами, не задев их, и опуститься в пределах границ площадки противника).

29. Вопрос. Имеют ли право игроки во время подачи: наступать на лицевую линию площадки или переступить ее; производить бросок или толчок мяча; выполнять удар двумя руками; производить подачу с нарушением очередности; касаться какой-либо частью тела мяча после подбрасывания; производить подачу после свистка судьи в течение более 5 с?

Ответ. Нет (наказание — подающая команда теряет подачу).

30. Вопрос. В течение какого времени после свистка судьи должна быть произведена подача мяча?

Ответ. В течение 5 с (если игрок подает мяч до свистка, подача повторяется).

31. Вопрос. Разрешается ли игрокам подающей команды в момент подачи размахивать руками, прыгать или группироваться для того, чтобы маскировать действия подающего?

Ответ. Нет (наказание — подающая команда теряет подачу).

32. Вопрос. До каких пор подающий игрок подает подачу?

Ответ. До тех пор, пока он или его команда не совершит ошибки и не потеряет права на подачу (после этого подачу производит другая команда).

33. Вопрос. Как и когда команда должна произвести смену мест игроков из зоны в зону?

Ответ. По ходу часовой стрелки, когда команда вышла на подачу (в момент подачи игроки обеих команд должны находиться в границах площадки, сохраняя взаимное расположение в соответствии с записью в протоколе).

34. Вопрос. Сколько ударов имеет право выполнить команда для направления мяча на сторону противника?

Ответ. Три удара (касание мяча при блокировании как удар не засчитывается; если после состоявшегося блокирования мяч приземляется за пределами площадки, ошибка засчитывается команде, выполнявшей блок).

35. Вопрос. Какой частью тела разрешается принимать мяч?

Ответ. Любой частью тела выше пояса.

36. Вопрос. Каким должно быть касание мяча руками?

Ответ. Коротким, отрывистым (мяч таким образом может касаться одновременно нескольких частей тела).

37. Вопрос. Считается ли ошибкой, если мяч коснулся нескольких частей тела не одновременно?

Ответ. Да.

38. Вопрос. Имеет ли право один и тот же игрок касаться мяча два раза подряд?

Ответ. Нет (исключение составляет прием мяча после блокирования).

39. Вопрос. В каком случае команда получает право на три касания?

Ответ. Если два игрока разных команд одновременно наносят удар по мячу над сеткой и при этом на стороне, где остался мяч.

40. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если два игрока разных команд одновременно длительно касаются мяча над сеткой?

Ответ. Переиграть мяч.

41. Вопрос. Засчитывается ли касание игроком своего партнера за удар по мячу, когда тот касается мяча?

О т в е т. Нет.

42. Вопрос. Какой игрок считается блокирующим?

О т в е т. Рука или руки которого находятся выше верхнего края сетки в непосредственной близости от нее.

43. Вопрос. Кто может принимать участие в попытке блокирования?

О т в е т. Любой игрок команды (если в блокировании принимал участие игрок задней линии, команде засчитывается ошибка).

44. Вопрос. Разрешается ли при блокировании переносить руки над сеткой на сторону противника?

О т в е т. Да, однако блокирующие не имеют права касаться мяча на стороне команды противника, пока она не завершит действие, которым направляет мяч в сторону блокирующей команды.

45. Вопрос. Разрешается ли блокирование за антеннами?

О т в е т. Да (однако атакующей команде засчитывается ошибка, если мяч полностью пересек плоскость сетки вне ее игровой части до того, как состоялось блокирование; ни той, ни другой команде ошибка не засчитывается, если мяч не пересек плоскость сетки или пересек ее, коснувшись рук блокирующего).

46. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если после третьего удара мяч касается сетки и не переходит на сторону противника?

О т в е т. Дождаться момента, когда мяч упадет на площадку или его коснется кто-либо из игроков этой команды и только после этого зафиксировать ошибку.

47. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если в ходе игры порвется сетка?

О т в е т. Переиграть мяч (за исключением подачи).

48. Вопрос. Разрешается ли игроку перенос рук над сеткой на сторону противника?

О т в е т. Да, если игрок при этом не касается мяча.

49. Вопрос. В каком случае разрешен игроку перенос рук над сеткой с касанием мяча?

О т в е т. При блокировании.

50. Вопрос. Считается ли ошибкой, если ступни игроков касаются средней линии или находятся над ней во время игры?

О т в е т. Нет.

51. Вопрос. С-какого места игроки задней линии могут наносить атакующий удар?

Ответ. С любого места, если во время атакующего движения его ступня (или обе) не касается линии нападения и не пересекает эту линию (после нанесения такого удара игрок задней линии может приземлиться и в передней зоне).

52. Вопрос. Когда партия считается выигранной?

Ответ. Когда одна из команд набрала 15 очков.

53. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если команда не выходит на площадку после вызова судьи.

Ответ. Засчитать ей поражение со счетом 0 : 3 (0 : 2) во встрече и 0 : 15 в каждой партии.

54. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если счет становится 14 : 14?

Ответ. Продолжать игру до тех пор, пока счет не станет 16 : 14, 17 : 15 и т. д., т. е. пока преимущество не достигнет двух очков.

55. Вопрос. В какой форме подаются протесты?

Ответ. В письменной форме.

56. Вопрос. Чем определяются время подачи протеста и порядок его рассмотрения?

Ответ. Положением о данных состязаниях.

57. Вопрос. Когда и кому должно быть заявлено о подаче протеста?

Ответ. Немедленно по окончании встречи первому судье и руководителям команды противника (секретарь должен сделать по этому поводу соответствующую запись в протоколе).

ГАНДБОЛ

1. Вопрос. Из скольких игроков состоит команда?

Ответ. Не более чем из 12 (игроки, фамилии которых не внесены в протокол до начала игры, к игре не допускаются).

2. Вопрос. Имеет ли право команда продолжать игру, если в ее составе останется менее пяти игроков?

Ответ. Да (однако начинать игру должна команда в составе не менее пяти человек).

3. Вопрос. Имеют ли право игроки выходить для замены на площадку во время игры?

Ответ. Да, в любое время и неограниченное количество раз (не сообщая об этом судье-секретарю).

4. Вопрос. С какого места производится замена?

Ответ. Со своего места замены через 4,5-метровую зону (за первый случай неправильной замены назначается свободный бросок, за все последующие — 2-минутные удаления), в зависимости от степени дополнительного нарушения правил замены игрок (вратарь) может быть дисквалифицирован или удален до конца игры (мяч вводится в игру игроком противника свободным броском).

5. Вопрос. Разрешается ли замена вратаря полевым игроком?

Ответ. Да, но об этом необходимо сообщить судье-секретарю (нарушение этого правила расценивается как неправильная замена, за что дается наказание — удаление на 2 мин).

6. Вопрос. Какова продолжительность игры?

Ответ. 60 мин (две половины по 30 мин с 10-минутным перерывом для отдыха).

7. Вопрос. Что должен сделать судья, если игра заканчивается вничью, а по условиям соревнования необходимо определить победителя?

Ответ. Назначить дополнительно 10 мин (две половины по 5 мин со сменой сторон без перерыва). Если в эти 10 мин не определится победитель, то после 5-минутного перерыва назначить второе дополнительное время. Если и после второго дополнительного времени не будет выявлен победитель, принять решение в соответствии с положением о данном состязании (в дополнительное время заявленный состав команд изменять нельзя).

8. Вопрос. Как определяется право команды начать игру?

Ответ. Перед началом игры первый судья при участии капитанов команд проводит жеребьевку (в поле) для выбора стороны или начального броска. Выбор делает команда, выигравшая жеребьевку.

9. Вопрос. В какую сторону должен быть направлен мяч при начальном броске?

Ответ. В любом направлении в течение 3 с после свистка судьи (за нарушение правила назначается свободный бросок).

10. Вопрос. Считается ли мяч заброшенным в ворота непосредственно с начального броска?

Ответ. Да.

11. Вопрос. Когда мяч считается в игре?

Ответ. Когда он отделится от руки вводящего игрока (у вратаря — когда мяч покинет площадь вратаря).

12. Вопрос. Как располагаются игроки при начальном броске?

Ответ. На своей половине поля, сопернику при этом не разрешается подходить ближе чем на 3 м к игроку, выполняющему начальный бросок (за нарушение правил назначается свободный бросок).

13. Вопрос. Кто имеет право принять решение об остановке и продолжении игры?

Ответ. Только судья в поле, который сообщает об этом секундометристу условным знаком (двумя ладонями, сложенными в виде буквы Т).

14. Вопрос. Кто дает сигнал об окончании игры?

Ответ. Судья-секундометрист.

15. Вопрос. Наказывается ли игрок защищающейся команды, заступивший на линию площадки ворот, 7-метровым штрафным броском?

Ответ. Да, если он при этом создает себе преимущество по отношению к нападающему, владеющему мячом.

16. Вопрос. Наказывается ли 7-метровым штрафным броском игрок, если он наступил на линию площадки ворот после передачи мяча, команда соперника при этом не понесла никакого ущерба?

Ответ. Нет.

17. Вопрос. Имеет ли право вратарь покинуть площадь ворот без мяча и играть по всему игровому полю?

Ответ. Да (в этом случае он подчиняется тем же правилам, что и полевые игроки).

18. Вопрос. Есть ли разница между броском от ворот и разыгрыванием мяча при введении его в игру с площади ворот?

Ответ. Нет (в настоящее время существует только бросок от ворот независимо от того, пересек ли мяч лицевую линию или нет).

19. Вопрос. Имеют ли право игроки соперника при броске от ворот стоять около площади ворот?

Ответ. Да (в этом случае мяч, заброшенный в ворота противника, засчитывается, а заброшенный в собственные ворота — нет).

20. Вопрос. Когда судья дает свисток на выполнение бросков?

Ответ. При возобновлении игры; при задержке выполнения бокового, свободного бросков и бросков от ворот; при расхождении мнений судей о том, какая команда нарушила правила; после поправки или после замечания; после предупреждения; после удаления игрока; после

дисквалификации игрока; при удалении игрока до конца игры; после заброшенного мяча; в начале первой и второй половины игры; в начале каждой дополнительной пятиминутки.

21. Вопрос. Когда мяч считается заброшенным в ворота?

Ответ. Когда он своей окружностью (по земле или по воздуху) пересек линию ворот и при этом игроком, забросившим мяч, или его партнерами не было допущено ошибок.

22. Вопрос. Что имеет право делать игрок, находясь в движении, стоя на месте или при ведении мяча?

Ответ. Ударять мяч о поверхность площадки одной или попеременно обеими руками неограниченное количество раз, применять двойной приставной шаг или три шага до ведения и после ведения мяча (ведение заканчивается, если мяч задержан одной или двумя руками; за нарушение правил назначается свободный бросок).

23. Вопрос. Имеет ли право игрок с мячом в руках сделать один, два или три шага?

Ответ. Да (однако если он владеет мячом и сделает более трех шагов, то фиксируется нарушение «правила трех шагов» и назначается свободный бросок).

24. Вопрос. Обязан ли игрок после свистка судьи выполнить бросок в течение 3 с.

Ответ. Да (если игрок владеет мячом или контролирует его и не играет при этом в течение 3 с, то это считается нарушением «правила трех секунд», за что назначается свободный бросок).

25. Вопрос. С какого места вбрасывается мяч из-за боковой линии?

Ответ. С того места, где он пересек боковую линию, или с конечной точки боковой линии со стороны ворот, где мяч вышел за лицевую линию от рук полевых игроков защищающейся команды.

26. Вопрос. Как должен стоять игрок при выполнении броска из-за боковой линии?

Ответ. Одна нога бросающего игрока находится на боковой линии, вторая — за линией (в связи с тем что нога, стоящая сзади, как правило, отрывается от поля раньше, чем мяч покидает руку, при выполнении броска рекомендуется стоять на боковой линии опорной ногой).

27. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если вратарь намеренно задерживает игру при выполнении броска от ворот?

О т в е т. Дать сигнал свистком, после чего вратарь обязан вести мяч в игру в течение 3 с (за нарушение правила назначается свободный бросок).

28. Вопрос. Когда игрок наказывается свободным броском?

О т в е т. Когда его действия не требуют более строгого наказания (на выполнение свободного броска свисток не дается).

29. Вопрос. Что должен сделать судья при назначении свободного броска?

О т в е т. Остановить игру (игрок, владеющий мячом, должен немедленно положить мяч на поле в том месте, где он находился в момент остановки игры; за нарушение этого правила игрок удаляется с поля на 2 мин).

30. Вопрос. Разрешается ли игрокам команды противника до введения мяча в игру подходить ближе чем на 3 м к игроку, выполняющему свободный бросок?

О т в е т. Нет (за нарушение правила объявляется предупреждение, а в случае повторного нарушения игрок удаляется с поля на 2 мин).

31. Вопрос. Когда назначается 7-метровый штрафной бросок?

О т в е т. Когда игроки неправильными действиями по всей площадке срывают явную возможность взятия ворот, а также когда игрок входит в свою площадь вброд, чтобы получить преимущество перед игроком, владеющим мячом.

32. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если при выполнении 7-метрового штрафного броска игрок нападающей команды коснется линии свободного броска или переступит ее раньше, чем мяч отделится от руки игрока, выполняющего бросок?

О т в е т. Назначить свободный бросок в пользу защищающейся команды (это правило действует на период времени от свистка на выполнение 7-метрового броска и до его исполнения).

33. Вопрос. Имеет ли право вратарь перемещаться при выполнении 7-метрового штрафного броска?

О т в е т. Да (однако он не имеет права приближаться к игроку, производящему бросок, ближе чем на 3 м).

34. Вопрос. Кто из игроков имеет право поймать мяч и снова бросить в ворота, если при 7-метровом штрафном броске мяч отскочил от ворот или вратаря в поле?

О т в е т. Любой игрок, в том числе и выполняющий бросок.

35. Вопрос. Как должны располагаться игроки обеих команд при выполнении спорного броска?

О т в е т. Все игроки, кроме одного от каждой команды, должны находиться на расстоянии не ближе 3 м от судьи, подбрасывающего мяч вверх (два игрока, борющиеся за мяч, имеют право играть мячом после того, как мяч достигнет верхней точки и начнет опускаться; в розыгрыше спорного мяча может участвовать любой игрок; спорный бросок производится в том месте, где мяч находился в момент остановки игры, без свистка судьи).

36. Вопрос. Когда ворота считаются взятыми?

О т в е т. Если мяч, находясь в игре, полностью прошел линию ворот между стойками и под перекладиной и если при этом игрок нападающей команды не ударил по нему кулаком (все мячи, заброшенные с 7-метрового штрафного, свободного броска, броска от ворот, начального и бокового бросков непосредственно в ворота противника засчитываются).

37. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если соперник затягивает выполнение свободного броска, мешает его выполнению, находясь слишком близко от бросающего, или совершает какое-либо иное нарушение правил?

О т в е т. Предупредить игрока, а в случае повторения нарушения удалить его с поля на 2 мин.

38. Вопрос. Сколько предупреждений может получить игрок или команда во время игры?

О т в е т. Игрок — одно, а команда в целом — три (удаленный один раз игрок при вторичном нарушении правил удаляется с поля без предупреждения).

39. Вопрос. Можно ли наказать игрока за любое нарушение правил без предварительного замечания?

О т в е т. Да.

40. Вопрос. В каких случаях должно быть сделано предупреждение?

О т в е т. При повторном нарушении правил по отношению к сопернику при несоблюдении расстояния 3 м в момент выполнения свободного броска соперником, а также при неспортивном поведении членов команды (в том числе и официального представителя).

41. Вопрос. Какое решение должен принять судья или главный судья, если игрок или официальный представитель получает предупреждение?

О т в е т. Судья должен остановить игру и поднять желтую карточку; главный судья имеет право это делать толь-

ко по отношению к запасным игрокам или официальным представителям.

42. Вопрос. За какие нарушения правил игрок может быть удален с поля на 2 мин?

Ответ. За задержку мяча, неправильную замену, несоблюдение расстояния 3 м от игрока, выполняющего бросок (при повторении), обхват, задержку, толчок и т. д., не смотря на то что ранее этот спортсмен не был предупрежден.

43. Вопрос. За что может быть дисквалифицирован игрок?

Ответ. За грубое нарушение правил по отношению к сопернику; выход на поле (когда он не имел на это право); грубое неспортивное поведение (в том числе и официального представителя); нарушение правил за пределами игровой площадки; третье удаление с поля.

44. Вопрос. Можно ли дисквалифицировать игрока за грубые нарушения правил за пределами игровой площадки без предварительного предупреждения или удаления?

Ответ. Да.

45. Вопрос. Всегда ли связана дисквалификация игрока в пределах игровой площадки с удалением его на 2 мин?

Ответ. Да.

46. Вопрос. Какое решение должен принять судья или главный судья, если игрок или официальный представитель подлежит дисквалификации?

Ответ. Судья должен остановить игру и поднять красную карточку (красная карточка применяется только при дисквалификации); главный судья имеет право сделать это только по отношению к запасным игрокам и официальным представителям.

47. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если игрок намеренно оскорбляет судей, игроков или зрителей, рубит, умышленно пытается ударить противника рукой, ногой или головой и т. п.?

Ответ. Остановить игру, поднять на уровень лица окрещенные руки и удалить игрока до конца игры без права замены.

48. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если команда, владеющая мячом, не пытается взять ворота, становится долго владеть мячом без бросков по воротам или передач в сторону ворот, а также не использует явные возможности для взятия ворот?

Ответ. Применить знак «пассивная игра» и назначить в сторону команды, владеющей мячом, свободный бросок

(при определении пассивной игры обратить внимание на количество полевых игроков, счет и оставшееся время игры).

49. Вопрос. Какое решение будет правильным, если за одно и то же время за нарушение правил один судья назначил свободный бросок и удаление на 2 мин, а второй — 7-метровый бросок (без удаления).

О т в е т. Определение более строгого наказания (в нашем варианте — 7-метровый бросок и удаление на 2 мин).

50. Вопрос. Можно ли применять после дисквалификации автоматические запреты на определенное количество игр или дисциплинарные меры?

О т в е т. Нет.

51. Вопрос. Что такое проступок (оскорбительное действие)?

О т в е т. Проступок (оскорбительное действие) — это сознательные отрицательные действия по отношению к партнерам, соперникам, судьям, секундометристам, секретарям, официальным представителям и зрителям (он в основном состоит из применения физической силы; за нарушение правил — удаление с поля без права замены).

52. Вопрос. Где должен находиться в последние секунды каждой половины игры судья в поле?

О т в е т. Недалеко от секундометриста, чтобы всегда слышать заключительный сигнал (в сомнительных случаях судьбе в поле следует консультироваться с секундометристом).

53. Вопрос. Какое решение должен принять секундометрист, если назначен свободный или 7-метровый штрафной бросок, а время игры истекло?

О т в е т. Остановить часы, дождаться непосредственного результата и только тогда дать сигнал об окончании игры.

54. Вопрос. Сколько времени может команда владеть мячом?

О т в е т. 45 с (за нарушение правила — свободный бросок).

55. Вопрос. В каких случаях команде предоставляется право вновь владеть мячом в течение 45 с?

О т в е т. Если мяч от вратаря, стоек или перекладины ворот защищающейся команды снова попадет к игрокам нападающей команды; игрок защищающейся команды за грубую игру получает предупреждение либо удаление на время или до конца игры; назначен спорный мяч или угловой бросок (отсчет 45 с ведет судья-хронометрист).

56. Вопрос. Обязан ли секундометрист сообщать представителям команд, сколько времени прошло с начала игры, сколько осталось командам играть?

Ответ. Да, если при этом нет демонстрационного табло.

57. Вопрос. В каких случаях следует останавливать время игры?

Ответ. Если на поле появились посторонние люди или предметы; повреждены ворота; мяч попал на трибуны; дисквалифицирован или удален до конца игры гандболист; необходимо провести беседу с партнером, секундометристом или секретарем; у игроков серьезные травмы.

58. Вопрос. Имеет ли право судья, как исключение, остановить время игры?

Ответ. Имеет в следующих случаях: при выполнении бросков; удалении игрока; замене вратаря; неправильной замене; предупреждении игроков; задержке выполнения бросков; отбрасывании или задержке мяча (кроме того, если одна команда, имея небольшое преимущество в счете, незадолго до конца игры или во время удаления игрока стремится получить преимущество за счет нарушения правил).

59. Вопрос. Отвечают ли судьи на поле за ведение счета игры и правильность заполнения протокола?

Ответ. Да.

60. Вопрос. Какое мнение считается решающим, если оба судьи дают свисток из-за нарушения правил и наказывают разные команды?

Ответ. Мнение судьи в поле (игра возобновляется после отчетливого знака судьи в поле по свистку).

61. Вопрос. В каких случаях дает свисток судья в поле?

Ответ. При пассивной игре, выполнении 7-метрового броска, всех бросков в соответствии с правилами, а также после остановки времени игры (все остальные случаи судьям следует оценивать, исходя из ситуации и обстановки игры).

62. Вопрос. В каких случаях дает свисток судья у линии ворот?

Ответ. При взятии ворот и заступании за линию площадки ворот (прежде всего), нарушениях в зоне замены (все остальные случаи судья у линии оценивает, исходя из ситуации и обстановки игры).

63. Вопрос. Должны ли судьи меняться сторонами?

Ответ. Да (после каждого 7-метрового штрафного броска, но не реже чем через 5 мин игры).

64. Вопрос. Какую позицию занимает судья при начале игры, если он назван первым?

Ответ. Позицию судьи в поле на стороне команды, получившей право начального броска (он же сигнализирует свистком о начале игры).

65. Вопрос. Кто из судей решает, если мнения расходятся, каким мячом играть?

Ответ. Судья, названный первым.

66. Вопрос. Могут ли находиться на скамейке запасных и удаленные на время игроки, а также четыре официальных представителя?

Ответ. Да, причем один из официальных представителей должен быть занесен в протокол игры как руководитель команды, только он один имеет право обращаться к членам судейской коллегии.

ГОРОДКИ

1. Вопрос. Из скольких партий могут проводиться состязания по городкам?

Ответ. Из трех или пяти партий по 10 или 15 фигур в каждой (фигуры состоят из пяти городков и имеют следующие названия и последовательность: 1 — «Пушка»; 2 — «Звезда»; 3 — «Колодец»; 4 — «Артиллерия»; 5 — «Пулеметное гнездо»; 6 — «Часовые»; 7 — «Тир»; 8 — «Вилка»; 9 — «Стрела»; 10 — «Коленчатый вал»; 11 — «Ракетка»; 12 — «Рак»; 13 — «Серп»; 14 — «Самолет»; 15 — «Письмо»).

2. Вопрос. Сколько партий в один день может (должен) играть участник личных состязаний?

Ответ. Не более двух партий (10 или 15 фигур).

3. Вопрос. Сколько игр может играть в день каждая команда?

Ответ. Не более двух игр (счет очков и порядок проведения состязаний определяются положением).

4. Вопрос. Когда проводятся лично-командные состязания?

Ответ. Когда участники командных состязаний являются одновременно и участниками личного первенства (порядок проведения состязаний определяется положением о данном состязании).

5. Вопрос. В какой последовательности ставятся в городах фигуры?

Ответ. Строго последовательно, начиная с 1-й и кончая 15-й.

6. Вопрос. В каком порядке ставятся фигуры при разыгрывании партий из 10 фигур?

Ответ. 1, 2, 3, 4, 5, 11, 12, 13, 14 и 15-я.

7. Вопрос. Все ли фигуры надо ставить на середине лицевой линии, не выходя за ее пределы?

Ответ. Все, кроме «Письма» (городки ставятся плотно один к другому без зазоров).

8. Вопрос. Как устанавливается фигура «Письмо» в городках?

Ответ. Угловые городки фигуры «Письмо» устанавливаются по внешней линии города, не выходя за его пределы и образуя в углах равнобедренные треугольники. Городок, обозначающий марку, ставится в центре по диагонали, идущей от заднего правого угла города до переднего левого.

9. Вопрос. Из скольких игроков состоит команда?

Ответ. Команда состоит из шести игроков (к игре допускаются пять основных игроков и один запасной).

10. Вопрос. Допускается ли к игре команда, имеющая в своем составе менее четырех игроков?

Ответ. Нет.

11. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если во время игры по какой-либо причине в команде осталось менее четырех игроков?

Ответ. Снять команду с соревнования и в этой игре ей засчитать поражение.

12. Вопрос. Имеет ли право опоздавший игрок вступить в игру?

Ответ. Да (если опоздавший игрок обратился к судье до начала игры, то он вступает в игру под любым номером, а если он обратился к судье после начала игры, то он вступает в игру под номером 5).

13. Вопрос. Имеет ли право команда в ходе игры произвести замену любого игрока запасным?

Ответ. Да, но только один раз в каждой партии.

14. Вопрос. Под каким номером выступает запасной игрок, вступивший в игру?

Ответ. Под номером замененного.

15. Вопрос. Разрешается ли заменять игрока, если он к моменту замены уже совершил бросок одной битой?

Ответ. Нет.

16. Вопрос. Имеет ли право команда по окончании каждой партии производить перестановку игроков в любом порядке?

Ответ. Да (капитан обязан предупредить судью о произведенной перестановке до свистка, извещающего о начале очередной партии).

17. Вопрос. Отражаются ли замена и перестановка игроков на порядке записи?

Ответ. Нет.

18. Вопрос. Можно ли заменить игрока, удаленного с игры, запасным?

Ответ. Нет, команда остается в численном меньшинстве до конца игры (она имеет право производить замену любого из оставшихся игроков запасным).

19. Вопрос. В каких случаях судья имеет право отменить игру?

Ответ. Если размер и качество городков не соответствуют правилам; во время дождя площадку, коны и полуконы заливает водой или при сильном снегопаде городки заносит снегом; при сильном ветре городки не сохраняют своего первоначального положения; не выполнено какое-либо условие положения о состязаниях; нарушено освещение площадок при аварии.

20. Вопрос. Предоставляет ли судья время для разминки участников состязаний?

Ответ. Да, 10 мин для разминки участников личных состязаний, 30 мин для разминки участников командных состязаний (разминка прекращается за 5 мин до начала игры; игроки расписываются в протоколе только в присутствии судьи).

21. Вопрос. Должен ли судья сам ставить или поправлять фигуры или положение городков, а также убирать городки?

Ответ. Нет, это делают по указанию судьи капитан или участник команды.

22. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если перерыв продолжается более 15 мин?

Ответ. Предоставить игрокам 10 мин на разминку, после чего продолжать состязания с прерванного положения игры (если игра переносится на следующий день, то она проводится заново).

23. Вопрос. Как записываются результаты бросков в протоколе?

Ответ. Выбитые городки — цифрой, соответствующей их количеству; промах и произведенный бросок (команда наказана одной битой) — нулем (0); потерянный бросок — знаком умножения (X).

24. Вопрос. Где находится судья перед началом игры?

Ответ. Между городами в пределах задних линий лицом к конам (свистком он дает сигнал о построении команд).

25. Вопрос. Где капитаны строят свои команды?

Ответ. За пределами планок конов параллельно городкам (по свистку судьи команды поворачиваются соответственно направо и налево и во главе с капитанами следуют до задних линий городов, поворачиваются лицом друг к другу и произносят: «Физкульт — ПРИВЕТ!»).

26. Вопрос. Как определяется право команды начать игру?

Ответ. Перед началом игры судья (после обмена рукопожатием) при участии капитанов команд разыгрывает квадраты (города), после чего капитаны команд встают на свои места и игру начинает команда, которой досталось играть в правом городе.

27. Вопрос. Игрок под каким номером начинает игру?

Ответ. Под номером 1 (затем игру продолжают поочередно игроки с последующими номерами 2, 3 и т. д.).

28. Вопрос. Сколько бит имеет каждый игрок?

Ответ. Две (каждый бросок биты производится только после свистка судьи).

29. Вопрос. Как производятся выход на кон или полу-кон и возвращение обратно?

Ответ. Через боковые планки.

30. Вопрос. Когда бросок считается потерянным?

Ответ. Когда игрок после броска биты выскочил за планки или наступил на них (выбитая фигура или городки при этом восстанавливаются в прежнее положение, раскатившиеся при этом городки не восстанавливаются).

31. Вопрос. Когда команда будет иметь на две биты меньше в каждом подходе?

Ответ. Когда в команде удален игрок или она играет четвером.

32. Вопрос. С какого места игроки начинают выбивать фигуры?

Ответ. С кона (если с кона выбит хотя бы один городок, то остальные выбиваются с полукона).

33. Вопрос. Какая фигура выбивается только с кона?

Ответ. «Письмо» (первой выбивается марка).

34. Вопрос. Через какую линию квадрата выбивается марка?

Ответ. Через заднюю линию квадрата (марка считается выбитой, если она выбита над городками).

35. Вопрос. В каких случаях бросок по марке считается потерянным?

Ответ. Если марка выбита через боковые линии квадрата; марка выбивается с одним или несколькими городками; марка при выбивании коснется одного из задних городков.

36. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если марка при попадании в нее уходит к штрафной линии?

Ответ. Дать указание об установке марки на свое место независимо от расстояния до штрафной линии.

37. Вопрос. Считается ли городок выбитым, если он не касается линий города и усов и не задел при движении штрафную линию или песок за ней?

Ответ. Да.

38. Вопрос. Считается ли выбитым городок, вращающийся на линиях города (кроме лицевой) и усов?

Ответ. Да, но при условии, что после полной остановки он не коснется линий города и усов.

39. Вопрос. Считается ли выбитым городок (городки), выкатившийся за линию (линии) города и усов (кроме штрафной линии) и вкатившийся обратно в город или пригород?

Ответ. Да.

40. Вопрос. Каким образом судья определяет, выбит или не выбит городок?

Ответ. Следующим образом: рядом с лежащим городком ставит вертикально другой городок (если поставленный городок своей стороной, находящейся на внешней линии квадрата, не касается лежащего городка, то последний считается выбитым, а если касается — невыбитым).

41. Вопрос. На каком месте в пригород ставится городок, выбитый вперед к штрафной линии или за ее пределы в направлении полукона?

Ответ. Параллельно штрафной линии на расстоянии 20 см от нее против центра города (если из фигуры выбит хотя бы один городок); параллельно штрафной линии на расстоянии 40 см от нее против центра города (если из фигуры не выбит ни один городок). Если к штрафной линии подкатятся несколько городков, то они ставятся встык (торцами друг к другу) и параллельно штрафной линии.

42. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если при ударе с кона или полукона по любой фигуре или части ее один или несколько городков оказываются штрафными?

Ответ. Дать указание об установке городков, оказавшихся штрафными, на штрафную отметку плашмя, а остальные оставляет в том положении, в каком они оказались.

43. Вопрос. Остается ли городок (городки), выкатившийся в пригород, но не дошедший до штрафной отметки, в занятом им положении?

Ответ. Да (положение городка или городков, находящихся в пределах пригорода, судья обязательно отмечает цветным карандашом или мелом).

44. Вопрос. На каком месте ставится городок, подкатившийся к штрафной линии при выбивании боковых городков из фигуры «Письмо»?

Ответ. Параллельно штрафной линии на расстоянии 40 см от нее против той боковой линии, на которой он стоял (если расстояние от штрафной линии до городка более 40 см, он выбивается с занятого им положения; если при выбивании боковых городков из «Письма» передний городок, выйдя из квадрата, а затем, изменив направление, выбьет другой городок, последний ставится на место).

45. Вопрос. Имеет ли право игрок убирать городки до принятия решения судьей?

Ответ. Нет (если игрок убрал городок до принятия решения судьей, такой городок ставится обратно на ту линию, на которой или около которой он находился).

46. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если фигура развалится или городки сдвинутся с места раньше, чем бита коснется фигуры или городков (пролетит мимо них)?

Ответ. Фигуру и городки установить в прежнее положение, битку вернуть игроку, разрешить ему проводить бросок заново (если фигура развалится или городки сдвинутся с места в результате сотрясения площадки, когда бита в городки не попала, судья восстанавливает фигуру или городки в прежнее положение, но битку не возвращает).

47. Вопрос. Когда городок ставится обратно на то место, с которого покатился?

Ответ. Когда после удара городок покатился сначала в одну сторону, а затем обратно.

48. Вопрос. Считается ли удар правильным, если при выбивании городка из пригорода битой один конец ее в пригороде не задел штрафную линию, а другой за пределами уса оставил след на штрафной линии или полесе?

Ответ. Да, поскольку конец биты, задевший штрафную линию или песок за ней, находился вне разметки, предусмотренной правилами.

49. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если при ударе в один из городков (несколько городков) обе его части (одна) раскалываются и остаются в городе?

Ответ. Заменить расколотый городок, восстановить фигуру или положение городков, биты вернуть игроку, который выполняет бросок снова (такое решение судья принимает только в том случае, когда городок по всей длине потерял форму цилиндра или по кривой линии раскололся на две половинки).

50. Вопрос. Считается ли выбитым городок, если он ударяется торцом за линией города?

Ответ. Да, независимо от того, какой наклон к плоскости он имел в это время.

51. Вопрос. В каких случаях бросок считается потерянным?

Ответ. Если игрок выполняет его до свистка судьи; бита коснется площадки до штрафной линии, оголит ее или заденет песок над ней; игрок при броске биты с кона или полукона наступит на ограничительные планки или выскочит за них; игрок совершит бросок не в порядке своей очереди.

52. Вопрос. Какая команда считается победительницей в партии?

Ответ. Та, которая выбила меньшим количеством бит все фигуры данной партии.

53. Вопрос. Меняются ли городами команды по окончании первой партии?

Ответ. Да.

54. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если у команды, играющей в левом городе, не хватает бит для окончания партии?

Ответ. Прекратить игру в данной партии и выигрывает присудить команде, игравшей в правом городе.

55. Вопрос. Сколько времени дается командам перед началом решающей партии на перерыв для отдыха?

Ответ. Перед началом третьей партии 5 мин, перед началом пятой 10 мин (после перерыва судья вновь разыгрывает города).

56. Вопрос. В каком порядке в решающей партии устанавливаются стоящие и лежащие фигуры?

Ответ. При 10 фигурах в партии 1, 11, 2, 12, 3, 13, 4, 14, 5, 15-я; при 15 фигурах в партии 1, 8, 2, 9, 3, 10, 4, 11, 5, 12, 6, 13, 7, 14, 15-я.

57. Вопрос. Когда команды в решающей партии меняются городами?

Ответ. Когда одна из команд выбьет 5 фигур (при игре из 10 фигур) или 7 фигур (при игре из 15 фигур), причем другая должна сравнять количество бит. Например, если команда, находящаяся в правом городе, при игре из 10 фигур шестью битами выбила 5 фигур, а команда, находящаяся в левом городе, только 3 фигуры, то после смены городов игру продолжают поочередно четвертые и пятые номера (после этого игру продолжают первые, вторые и третьи номера команд).

58. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если во время игры пропущена фигура (фигуры).

Ответ. Пропущенную фигуру поставить сразу после того, как из города выбиты все городки стоящей в нем фигуры (если пропуск фигуры обнаружен до того, как выбили марку); команде, пропустившей фигуру в данной партии, засчитать поражение в ней (если пропуск фигуры обнаружен после того, как выбили марку, или по окончании партии); команде, пропустившей фигуру, засчитать поражение в игре (если пропуск фигуры обнаружен по окончании игры).

59. Вопрос. Кто обязан следить за соблюдением очередности выбиваемых фигур?

Ответ. Судья, секретарь и капитаны команд.

60. Вопрос. Какие дополнительные правила действуют на личных состязаниях участников?

Ответ. Следующие правила: если один из участников закончил свою партию раньше, то он ожидает, пока партнер закончит свою партию, а затем оба начинают вторую партию; если один из игроков не уложился в установленное положением о состязаниях количество бит, то на этом он свою игру заканчивает, но не уходит, а играет в качестве лидера; если во второй партии и второй игрок не укладывается в норму, то игра прекращается, а оба участника снимаются с состязаний.

61. Вопрос. Как определяются места участников в личных состязаниях?

Ответ. По наименьшему числу бит, затраченных ими на установленное количество фигур.

62. Вопрос. Как определяются места в командных состязаниях?

Ответ. По количеству набранных командами очков.

63. Вопрос. Когда игра считается оконченной?

Ответ. Когда при игре из трех партий одна из команд выиграла две партии подряд (2:0); выиграла первую партию, вторую окончила вничью и выиграла третью партию (2,5:0,5); выиграла первую партию, а вторую и третью окончила вничью (2:1); выиграла первую партию, проиграла вторую, а третью партию окончила вничью (1,5:1,5) или окончила все три партии вничью (1,5:1,5). При игре из пяти партий одна из команд выиграла три партии с результатом 3:0, 3:1 или 3:2 (во всех случаях за выигрыш партии присуждается 1 очко, за ничью — 0,5 очка; за победу во встрече — 2 очка, за ничью во встрече — 1 очко).

64. Вопрос. Каким образом определяются результаты командных встреч при игре по способу с выбыванием?

Ответ. Следующим образом: при игре из трех партий, если после двух партий ни одна из команд не выиграла обе, судья дает 5-минутный перерыв, после которого играется третья, решающая партия; при ничейном счете после третьей партии проводится четвертая, решающая партия; если после четвертой партии оказался ничейный результат, судья предоставляет 10-минутный перерыв и затем проводится пятая, решающая партия; если и пятая партия закончилась вничью, то в дальнейшем судья поступает согласно положению о состязаниях (при игре из пяти партий допустимо проведение двух дополнительных решающих партий; в дальнейшем судья поступает согласно положению о состязаниях).

РЕГБИ

1. Вопрос. Из скольких игроков состоит команда?

Ответ. Из 15 игроков.

2. Вопрос. В каких случаях разрешается замена игроков?

Ответ. В случаях травмы (в каждой команде можно произвести замену не более двух раз; замененный игрок не имеет права снова выйти на регбийное поле в том же матче; замена игроков разрешается в официальных матчах по условиям положений о соревнованиях).

3. Вопрос. Кто до начала матча проводит жеребьевку для выбора половины поля или начального удара?

Ответ. Судья в поле.

4. Вопрос. Какова общая продолжительность игры?

Ответ. 60 мин (две половины по 40 мин с 5-минутным перерывом для отдыха между ними).

5. Вопрос. Кто определяет количество потерянного времени?

Ответ. Только судья в поле (никто не имеет права оспаривать его решение).

6. Вопрос. Как определяется право команды начать игру?

Ответ. Перед началом игры судья при участии команд производит жеребьевку для выбора стороны или начального удара. Выбор делает команда, выигравшая жеребьевку.

7. Вопрос. В какую сторону должен быть направлен мяч при начальном ударе?

Ответ. Обязательно в сторону противника (ударом с земли с центра поля; мяч должен достичь 10-метровой линии соперника).

8. Вопрос. Где должны располагаться игроки команды, пробивающей удар?

Ответ. За мячом (за нарушение правил назначается схватка в центре).

9. Вопрос. Где должны находиться игроки команды, не пробивающей начальный удар?

Ответ. На 10-метровой линии или за ней (если игроки находятся впереди этой линии или начинают атаку до того, как будет пробит начальный удар, удар повторяется).

10. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если мяч достиг 10-метровой линии, а затем его снесло ветром обратно?

Ответ. Продолжать игру.

11. Вопрос. Как насчитываются очки?

Ответ. Попытка — 4 очка; гол, забитый в результате реализации попытки, — 2 очка; гол со штрафного удара — 3 очка; гол, забитый ударом с отскока (дроп-гол), — 3 очка.

12. Вопрос. Когда засчитывается попытка?

Ответ. При первом приземлении мяча в зачетном поле соперника.

13. Вопрос. В каких случаях засчитывается гол?

Ответ. Если мяч после удара ногой, произведенного с игрового поля, проходит над поперечной планкой ворот соперника между стойками, не коснувшись земли или игрока команды, производящей удар (это может быть только удар ногой с земли или удар с отскока); мяч пересечет планку ворот (даже если после этого ветер снесет его назад) не-

Зависимо от того, коснулся он поперечной планки (стойки) ворот или нет; мяч пересечет планку ворот, несмотря на предшествующее нарушение правил командой соперника; мяча неправильно коснулся игрок команды соперника и судья при этом считает, что в противном случае мог бы быть забит гол.

14. Вопрос. Когда игроку, находящемуся в игре, зачитывают попытку?

Ответ. Когда он вносит мяч в зачетное поле соперника или когда мяч находится в зачетном поле соперника и он первым приземляет его там.

15. Вопрос. Какие действия игрока считаются правильными при приземлении мяча в своем городе (зачетном поле)?

Ответ. Приведение мяча, находящегося в руке (руках) игрока, в контакт с землей; наложение руки (рук) на мяч с давлением вниз; падение на мяч, если при этом мяч, лежащий на земле, оказывается под туловищем игрока от талии до шеи включительно.

16. Вопрос. Фиксируется ли приземление, если игрок подбирает мяч с земли?

Ответ. Нет.

17. Вопрос. В каких случаях фиксируется попытка?

Ответ. Если игрок приносит, пасует, отбивает рукой или ногой мяч в свое зачетное поле и игрок команды соперника первым приземляет его; при розыгрыше схватки или произвольной схватки (с мячом, лежащим на земле) команда оттесняется за лицевую линию и игрок атакующей команды первым приземляет мяч в зачетном поле до того, как он выйдет из схватки; игрок, владеющий мячом, в одном действии приносит его в зачетное поле соперника и первым приземляет (даже если при этом мяч касается земли в игровом поле); игрок первым приземляет мяч на лицевой линии соперника; мяч приводится в контакт с землей и стойкой ворот.

18. Вопрос. Где назначается попытка, если игрок приземляет мяч в зачетном поле соперника и снова забирает его?

Ответ. Там, где мяч был приземлен впервые.

19. Вопрос. Может ли быть засчитана попытка игроку, если он находится за боковой линией зачетного поля?

Ответ. Да, при условии, что не он нес мяч.

20. Вопрос. На каком месте поля назначается штрафная попытка?

Ответ. По центру (если имели место блокировка, нечестная игра, нарушение правил или не спортивное поведение защищающейся команды, в результате чего не удалось зафиксировать вполне вероятную попытку; попытка была зафиксирована в менее благоприятном положении, чем это могло бы быть).

21. Вопрос. Как возобновляется игра после приземления мяча в своем зачетном поле?

Ответ. Ударом с отскока, производимым защищающейся командой, или назначением схватки.

22. Вопрос. Имеет ли право судья назначить схватку в 5 м от лицевой линии против места, где мяч был приземлен?

Ответ. Да, если есть сомнения относительно того, какая команда первая приземлила мяч в зачетном поле (мяч в схватку вводит атакующая команда).

23. Вопрос. Имеет ли право игрок произвести удар по воротам с земли или с отскока по линии, проходящей через место приземления мяча?

Ответ. Да, после фиксации попытки команды, добившейся успеха.

24. Вопрос. Как возобновляется игра, если команда, приземлившая мяч, отказывается от пробития удара?

Ответ. Ударом с отскока с центра (если не истекло время).

25. Вопрос. Имеет ли право игрок задерживать удар по воротам?

Ответ. Нет.

26. Вопрос. Кто имеет право устанавливать мяч для удара по воротам?

Ответ. Любой игрок.

27. Вопрос. Где должны находиться игроки команды, выполняющей удар по воротам?

Ответ. За мячом (за исключением игрока, устанавливающего мяч).

28. Вопрос. Можно ли засчитать удар по воротам, если пробивающий удар игрок ударит по мячу, не лежащему на земле и находящемуся в руках игрока, устанавливающего мяч?

Ответ. Нет.

29. Вопрос. Где должна находиться команда противника при выполнении удара по воротам?

Ответ. За лицевой линией (до тех пор, пока пробивающий удар игрок не начнет разбег или не замахнется,

после этого игроки могут набегать или прыгать вперед, чтобы помешать забить гол).

30. Вопрос. Что включается в зачетное поле?

Ответ. Часть поля между боковыми линиями от лицевой линии до линии «мертвого» мяча.

31. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если игрока, вошедшего с мячом в зачетное поле, удерживают так, что он не может приземлить мяч?

Ответ. Назначить схватку в 5 м от лицевой линии против того места, где игрок был удержан (мяч вводит атакующая команда).

32. Вопрос. В каких случаях назначается удар с отскока, производимый игроком защищающейся команды из-за 22-метровой линии?

Ответ. Если игрок атакующей команды пробивает ногой, заносит, пасует или отбивает мяч и тот попадает в зачетное поле соперника непосредственно в результате действий этого игрока или коснувшись противника, который не делал намеренных попыток остановить, поймать либо отбить мяч ногой; мяч приземлен игроком любой команды, попадает на боковую линию зачетного поля или на линию «мертвого» мяча (за исключением тех случаев, когда засчитывается попытка или гол).

33. Вопрос. С какого места производится удар от ворот?

Ответ. С любого места на 22-метровой линии или за ней (в противном случае удар повторяется).

34. Вопрос. Где должны находиться игроки команды, пробивающей мяч?

Ответ. В момент выполнения удара — сзади мяча (за нарушение правила назначается схватка в центре 22-метровой линии).

35. Вопрос. Имеют ли право игроки команды соперника во время удара от ворот пересекать 22-метровую линию?

Ответ. Нет (иначе удар с отскока повторяется).

36. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если мяч после удара с отскока достигает 22-метровой линии, а затем сдувается ветром обратно?

Ответ. Продолжать игру.

37. Вопрос. Имеет ли право команда соперника, если мяч уходит в аут, попросить повторения удара с отскока или схватку в центре 22-метровой линии?

Ответ. Да.

38. Вопрос. Имеет ли право игрок ловить мяч с лета?

Ответ. Да (при этом он должен стоять обеими ногами в своей 22-метровой зоне, не двигаясь, четко поймать мяч и крикнуть: «Метка!»).

39. Вопрос. В каких случаях игрок имеет право ловить мяч с лета?

Ответ. Непосредственно после удара ногой, игры вперед или броска вперед одного из игроков команды соперника (мяч, коснувшийся стоек или перекладины ворот, можно ловить на «метку» как в игровом, так и в зачетном поле).

40. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если игрок поймал мяч с лета и не нарушил правила ловли мяча?

Ответ. Назначить свободный удар на месте «метки».

41. Вопрос. Какой игрок выполняет свободный удар?

Ответ: Тот, который поймал мяч с лета (если игрок не в состоянии произвести удар в течение 1 мин из-за травмы, на месте «метки» судья назначает схватку).

42. Вопрос. Какой команде предоставляется право на введение мяча в схватку?

Ответ. Той, которая осуществляла ловлю мяча с лета (любая схватка на «метке» назначается в 5 м от линии ворот на линии, проходящей через «метку»).

43. Вопрос. Когда имеет место игра вперед?

Ответ. Когда игрок перемещает мяч руками в направлении «мертвого» мяча соперника или когда мяч, отскокнув от руки игрока, перемещается в том же направлении.

44. Вопрос. Когда имеет место пас вперед?

Ответ. Когда игрок, несущий мяч, бросает или пасует его в направлении линии «мертвого» мяча соперника.

45. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если пас вперед или игра вперед выполняется игроками преднамеренно?

Ответ. Назначить штрафной удар там, где произошло нарушение (если пас вперед или игра вперед сыграны не намеренно, назначается схватка на месте, где произошло нарушение; если нарушение произошло в «коридор» на расстоянии 15 м от боковой линии вдоль линии вбрасывания, за исключением случаев, когда был выполнен «чистый» перехват мяча; мяч отбит вперед игроком, который атаковал соперника, производящего удар ногой, но не пытался поймать мяч; мяч отбит вперед один или несколько раз ловящим либо подбирающим его игроком, который успевает поймать мяч снова, прежде чем он коснулся земли или другого игрока).

46. Вопрос. Когда имеет место удержание?

Ответ. Когда игрок, владеющий мячом на игровом поле, задерживается одним или несколькими игроками соперника и за время, пока его удерживают, мяч касается земли.

47. Вопрос. Имеет ли право удержанный игрок играть с мячом, прежде чем встанет на ноги?

Ответ. Нет.

48. Вопрос. Имеют ли право игроки мешать удержанному игроку освободить мяч или встать на ноги после того, как он это сделает; пытаться поднять мяч до того, как удержанный игрок, лежащий на земле, освободит его, или вырвать мяч из его рук; лежа на земле после удержания, играть мячом каким бы то ни было способом?

Ответ. Нет, однако, лежа на земле, любой игрок может захватывать или делать попытки захватить игроков команды соперника, владеющих мячом (за нарушение правил назначается штрафной удар с места нарушения).

49. Вопрос. Когда можно немедленно играть мячом?

Ответ. Когда игрок, который не был удержан, но лежит на земле, держа мяч, или упал на мяч, либо накрыл его при выходе из назначаемой схватки.

50. Вопрос. Какому игроку запрещается мешать сопернику играть мячом?

Ответ. Игроку, лежащему на земле в непосредственной близости от мяча.

51. Вопрос. Запрещается ли падать произвольно на игрока, который лежит на земле, держа мяч, или на игроков, лежащих на земле с мячом между ними?

Ответ. Да.

52. Вопрос. Где может производиться схватка?

Ответ. Только в пределах игрового поля.

53. Вопрос. Как должны стоять игроки, участвующие в схватке?

Ответ. Неподвижно (средняя линия схватки должна быть параллельна лицевым линиям до того, как мяч будет введен).

54. Вопрос. Что считается опасной игрой при схватке?

Ответ. Положение, когда игроки первой линии наклоняются на некотором расстоянии от противников и затем делают бросок к ним.

55. Вопрос. Из какого количества игроков состоит каждая первая линия схватки?

Ответ. Из трех игроков (в схватке при этом может участвовать любое количество игроков; голова игрока пер-

вой линии не должна соседствовать с головой игрока той же команды).

56. Вопрос. Как должен стоять игрок первых линий в ходе построения розыгрыша схватки?

Ответ. На земле обсами ногами, которые при этом не должны перекрещиваться.

57. Вопрос. Какая команда имеет право вводить мяч в схватку?

Ответ. Команда, не ответственная за остановку игры (если ответственность команд вызывает сомнение, мяч должна вводить команда, продвигавшаяся вперед до остановки игры; если ни одна команда не продвигалась вперед, мяч вводит защищающаяся команда).

58. Вопрос. Когда мяч должен быть введен в схватку?

Ответ. Как только сомкнутся две первые линии схватки.

59. Вопрос. Что должен делать игрок, вводящий мяч в схватку?

Ответ. Стоять в 1 м от схватки на линии, проходящей между первыми линиями игроков; держать мяч двумя руками на уровне голени; ввести мяч в игру без промедления, не отводя его назад и не делая обманных движений так, чтобы он с достаточной скоростью двигался вдоль средней линии и первый раз коснулся земли за шириной плеч ближнего «столба» («столбы» — игроки, находящиеся по обеим сторонам от центральных игроков).

60. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если мяч введен в схватку и выходит из нее с любой стороны туннеля?

Ответ. Ввести мяч снова, если при этом не был назначен за другое нарушение штрафной или свободный удар.

61. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если мяч вышел из схватки иначе, чем из любого конца туннеля?

Ответ. Продолжать игру, если не был назначен за другое нарушение штрафной или свободный удар.

62. Вопрос. Имеют ли право игроки первой линии во время схватки отрывать ноги от земли до тех пор, пока мяч не коснется земли?

Ответ. Нет (после того как мяч коснется земли, игроки могут ногами бороться за него).

63. Вопрос. Имеют ли право игроки первых линий в любой момент схватки поднимать сразу обе ноги; намеренно занимать такое положение либо производить такие дей-

ствия, которые могут привести к завалу схватки; намеренно выбивать мяч из туннеля в направлении, откуда он был введен?

Ответ. Нет.

64. Вопрос. Где может происходить произвольная схватка с мячом на земле (РАК)?

Ответ. На игровом поле, когда мяч лежит на земле и один или несколько игроков из каждой команды, стоя на ногах и находясь в физическом контакте, группируются вокруг мяча, находящегося между ними (игрок, присоединяющийся к схватке, должен хотя бы одной рукой обхватить туловище другого игрока своей команды, участвующего в схватке).

65. Вопрос. Имеет ли игрок право возвращать мяч в схватку; играть руками мячом, находящимся в схватке (за исключением тех случаев, когда выполнена попытка или мяч приземлился в своем зачетном поле); поднимать мяч, находящийся в схватке, руками или ногами; намеренно заваливать схватку; прыгать на других игроков, участвующих в схватке; намеренно падать или становиться на колени; лежа на земле, воздействовать на мяч, находящийся в схватке или выходящий из нее, любым образом?

Ответ. Нет (за нарушение правил назначается штрафной удар с места нарушения).

66. Вопрос. Где может иметь место произвольная схватка с мячом в руках (МОЛ)?

Ответ. Только на игровом поле (в ней участвуют один или несколько игроков от каждой команды, которые, стоя на ногах и находясь в физическом контакте друг с другом, группируются вокруг игрока, владеющего мячом).

67. Вопрос. Из какого положения может возникать произвольная схватка?

Ответ. Из положения «захват».

68. Вопрос. Считается ли игрок в физическом контакте, если он не захвачен или не связан с МОЛом, а находится рядом с ним?

Ответ. Нет.

69. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если нарушается произвольная схватка с мячом в руках?

Ответ. Назначить штрафной удар с места нарушения правил.

70. Вопрос. Когда мяч считается в ауте?

Ответ. Когда мяч, не будучи в руках у игрока, касается боковой линии либо пересекает ее или когда игрок, не-

сущий мяч, а также мяч, находящийся в руках у игрока, касаются боковой линии (либо пересекают ее).

71. Вопрос. Считается ли мяч в ауте, если он пересекает боковую линию и затем возвращается в поле?

Ответ. Нет.

72. Вопрос. Имеет ли право игрок, находящийся в ауте, если мяч не находится там же, играть им ногами или перемещать рукой?

Ответ. Да.

73. Вопрос. Кто из игроков вбрасывает мяч в «коридор», если он ушел в аут?

Ответ. Соперник игрока, последний коснувшийся мяча или несший его (если имеются сомнения, какая команда должна вбрасывать мяч, его вбрасывает защищающаяся команда).

74. Вопрос. Как должен вбрасывать мяч игрок в указанном месте?

Ответ. Так, чтобы он коснулся земли или игрока либо игрок коснулся мяча не менее чем в 5 м от боковой линии на линии вбрасывания (при вбрасывании игрок не имеет права наступать на игровое поле даже частью ступни; при нарушении правила команда соперника получает право произвести вбрасывание мяча в «коридор» или потребовать схватку).

75. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если при повторном вбрасывании мяч снова вброшен неправильно?

Ответ. Назначить схватку (при этом мяч вводит в схватку команда, производящая первое вбрасывание в «коридор»).

76. Вопрос. На каком расстоянии от боковой линии должен находиться последний игрок команды, вбрасывающей мяч?

Ответ. На расстоянии не более 15 м (игроки обеих команд, выстраивающиеся в момент начала игры в «коридор» на расстоянии более 15 м от боковой линии, не считаются участвующими в розыгрыше «коридора»).

77. Вопрос. Когда игрок имеет право начать смещение при вбрасывании мяча в «коридор»?

Ответ. После того как мяч покинет руки вбрасывающего (игрок должен двигаться параллельно линии «коридора», не удаляясь от нее; если розыгрыш «коридора» не закончился, смещающийся игрок должен вновь занять место в «коридоре»).

78. Вопрос. До каких пор игрок должен оставаться на расстоянии не менее 1 м от соседнего игрока в ряду своей команды?

Ответ. До тех пор, пока мяч не коснется земли или игрока либо пока игрок не коснется мяча, за исключением случаев, когда игрок пытается поймать мяч или смещается.

79. Вопрос. До каких пор между двумя рядами игроков должно оставаться свободное пространство в 50 см?

Ответ. До тех пор, пока мяч не коснется земли или игрока (либо игрок коснется мяча), за исключением случаев, когда игрок в прыжке пытается поймать мяч или смещается.

80. Вопрос. Имеют ли право игроки обеих команд, не участвующие в розыгрыше «коридора», продвигаться, чтобы поймать мяч, вбрасываемый в «коридор?»

Ответ. Имеют право только при быстром вбрасывании, при дальнем вбрасывании или когда игрок, участвующий в розыгрыше «коридора», забегает в брешь «коридора» и забирает мяч (при этом он не имеет права атаковать и блокировать игрока «коридора»).

81. Вопрос. Имеет ли право игрок перемещаться за позицию, занимаемую последним игроком в момент начала розыгрыша «коридора?»

Ответ. Имеет право только тогда, когда мяч вбрасывается за эту позицию.

82. Вопрос. Имеет ли право игрок намеренно препятствовать вбрасыванию мяча в 5-метровую зону?

Ответ. Нет (за нарушение правила назначается штрафной удар).

83. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если игрок намеренно вбрасывает мяч не по линии вбрасывания?

Ответ. Назначить штрафной удар.

84. Вопрос. Действует ли при быстром вбрасывании правило нахождения игрока на расстоянии не более 15 м от боковой линии?

Ответ. Нет.

85. Вопрос. Что означает термин вне игры?

Ответ. То, что игрок находится в такой позиции, когда не может участвовать в игре и может быть наказан.

86. Вопрос. Когда игрок оказывается в положении вне игры?

Ответ. Когда он находится впереди мяча, которого последним касался игрок его команды.

87. Вопрос. Когда может иметь место положение вне игры?

Ответ. В схватке, произвольной схватке, МОЛе или «коридоре» (когда игрок остается на линии или на месте, перемещается за линию либо место, определенное Правилами соревнований).

88. Вопрос. В каких случаях игрок считается в положении вне игры в открытой игре?

Ответ. Если он ударил мяч ногой или коснулся его; мяч пестет один из игроков его команды, находящийся позади его (за нарушение правила по выбору команды, не ответственной за его нарушение, назначается штрафной удар с места нарушения или схватка на том месте, где мяч последний раз был сыгран игроком команды, нарушившей правила).

89. Вопрос. В каких случаях игрок находится в положении вне игры при розыгрыше назначаемой схватки?

Ответ. Если игрок присоединяется к схватке со стороны соперника; не участвует в схватке и не является игроком команды, вводящим мяч в схватку; не успевает уйти за линию вне игры или лицевую линию (если она ближе) либо заступает за линию вне игры, когда мяч находится в схватке (за нарушение правила назначается штрафной удар с места нарушения).

90. Вопрос. В каких случаях игрок в ходе произвольной схватки и МОЛа, включая произвольную схватку и МОЛ, возникшие в результате розыгрыша мяча в «коридоре», находится в положении вне игры?

Ответ. Если он присоединяется к произвольной схватке и МОЛу со стороны команды соперника; присоединяется к произвольной схватке и МОЛу, не соблюдая правила держать ноги всегда за мячом; не присоединяется к произвольной схватке и МОЛу и не удаляется за линию вне игры без промедления; заступает за линию вне игры и не присоединяется к произвольной схватке и МОЛу; покидает произвольную схватку и МОЛ и не присоединяется к ним вновь немедленно, держа ноги за мячом; не удаляется немедленно за линию вне игры.

91. Вопрос. В каких случаях игрок находится в положении вне игры, когда образуются произвольная схватка и МОЛ, возникающие в течение всего времени, пока продолжается розыгрыш мяча в «коридоре»?

Ответ. Если он присоединяется со стороны команды соперника; присоединяется, не соблюдая правила держать ноги всегда за мячом; не присоединяется, но и не удаля-

ется за линию вне игры (за нарушение правила назначается штрафной удар в 15 м от боковой линии на линии вбрасывания).

92. Вопрос. В каких случаях игрок, участвующий в розыгрыше «коридора», может находиться в положении вне игры?

Ответ. Если до того, как мяч коснется игрока или земли, игрок намеренно остается за линией вбрасывания или заступает за нее (за исключением случая, когда это происходит в результате прыжка за мячом); если после того, как мяч коснулся игрока или земли, игрок, не владея мячом, заступает за линию вбрасывания (за исключением случая, когда он в соответствии с правилами захватывает или пытается захватить игрока команды соперника, участвующего в розыгрыше «коридора»; такой захват или попытка захвата должны начинаться со своей стороны). За нарушение правил назначается штрафной удар в 15 м от боковой линии на линии вбрасывания.

93. Вопрос. В каких случаях игрок, не участвующий в розыгрыше «коридора», находится в положении вне игры?

Ответ. Если до окончания розыгрыша он остался или заступил за линию вне игры.

94. Вопрос. Обязан ли игрок перед вбрасыванием мяча ждать, пока остальные игроки его команды вернутся в «коридор» или за «коридор»?

Ответ. Нет (за нарушение правила назначается штрафной удар).

95. Вопрос. Когда игра считается неспортивной?

Ответ. Если допускаются блокирование (задержка), нечестная игра, нарушение и повторные нарушения правил.

96. Вопрос. Имеет ли право игрок, если он бежит за мячом, атаковать или толкать соперника, также бегущего за мячом?

Ответ. Нет (за нарушение правила назначается штрафной удар с места нарушения или штрафная попытка).

97. Вопрос. Имеет ли право игрок, находясь в положении вне игры, намеренно бежать или становиться впереди другого игрока своей команды, несущего мяч, мешая тем самым сопернику игрока с мячом?

Ответ. Нет (за нарушение правила назначается штрафной удар с места нарушения или штрафная попытка).

98. Вопрос. Имеет ли право игрок, находясь в последней линии схватки или в произвольной схватке, мешать сопернику перемещаться вокруг нее?

Ответ. Нет (за нарушение правила назначается штрафной удар с места нарушения или штрафная попытка).

99. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если игрок умышленно играет нечестно или намеренно нарушает правила; намеренно тянет время; намеренно отбивает рукой или бросает мяч из игрового поля за боковую линию игрового или зачетного поля либо через линию «мертвого» мяча?

Ответ. Назначить штрафной удар с места нарушения или штрафную попытку.

100. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если игрок ударяет соперника руками; намеренно наступают на лежащего игрока; наносит сопернику удары ногой или ставит ему подножку; захватывает мяч слишком рано, слишком поздно или опасно; бежит за мячом и при этом намеренно атакует или мешает сопернику, только что пробившему по мячу ногой; держит, толкает, атакует, блокирует или захватывает игрока соперника, не владеющего мячом, за исключением игры в схватке, произвольной схватке или МОЛе (здесь допускается оттаскивание игрока, лежащего возле мяча); в первой линии схватки атакует соперника; намеренно вызывает завал назначаемой или произвольной схватки; пока мяч находится в положении вне игры, пристаёт к игроку команды соперника, задерживает его или ведет себя неспортивно в любой форме; многократно нарушает какое-либо правило игры?

Ответ. Удалить игрока или предупредить, что он будет удален с поля при повторном нарушении (предупреждение или удаление с поля сопровождается назначением штрафной попытки или штрафного удара).

101. Вопрос. Имеет ли право игрок, удаленный с поля, принимать дальнейшее участие в матче?

Ответ. Нет.

102. Вопрос. Какой удар считается штрафным?

Ответ. Тот, который производит команда, не ответственная за нарушение (выполнять его может любой игрок этой команды любым способом при условии, что при ударе он выпустит мяч из рук, если держал его в руках; если удар производится с земли, игрок может переместить мяч на видимое расстояние; при выполнении удара придерживать мяч рукой).

103. Вопрос. Какая команда может выиграть схватку на месте штрафного удара и при этом вводить в нее мяч?

Ответ. Не несущая ответственность за нарушение правил.

104. Вопрос. Какие правила необходимо соблюдать при выполнении штрафного удара?

Ответ. Не допускать задержку удара; производить его с отметки или из-за нее на линии, проходящей через отметку, в любом направлении; пробивающему или любому другому игроку не играть мячом, пока мяч не пересечет лицевую линию (когда удар выполняется в зачетном поле); не менять направление удара, если пробивающий удар игрок извещает судью о своем намерении пробить удар по воротам; не нарушать расположения игроков до выполнения удара (за нарушение правил командой, пробивающей штрафной удар, — схватка на отметке, а за нарушение правил командой соперника — штрафной удар в 10 м впереди отметки или в 5 м от лицевой линии).

105. Вопрос. Какой удар считается свободным, когда он назначается и как выполняется?

Ответ. Свободным считается удар ногой. Назначается он в пользу невиновной команды, когда другая команда нарушила правила на месте «метки». Выполняется любым способом: если бьющий держит мяч в руках, то до удара он должен выпустить его из рук; если мяч на земле, то бьющий должен пробить по нему ногой так, чтобы от места удара он прошел четко видимое расстояние. Свободный удар нельзя бить по воротам. Мяч после свободного удара можно пробить по воротам после передачи его разыгрывающим другому игроку.

106. Вопрос. Имеет ли право команда, выполняющая свободный удар, выбрать схватку вместо свободного удара?

Ответ. Да (мяч в схватку вводит команда, в пользу которой был назначен свободный удар).

107. Вопрос. Где производится свободный удар?

Ответ. На месте «метки» или за этим местом на линии, проходящей через указанное место (если место свободного удара находится ближе 5 м от линии ворот, то сам удар или схватка, выбранная вместо него, назначается в 5 м от линии ворот на линии, проходящей через указанное место параллельно боковой линии).

108. Вопрос. Имеет ли право игрок пробить свободный удар в любом направлении?

Ответ. Да (бьющий игрок может играть с мячом после удара без ограничения).

109. Вопрос. Имеют ли право игроки команды соперника отбрасывать, ударять, уносить мяч от места свободного удара?

Ответ. Нет (за нарушение на месте свободного удара назначается штрафной удар).

110. Вопрос. Когда игроки соперника, которые отошли на 10 м от места назначения свободного удара, могут нападать, мешая удару?

Ответ. Как только бьющий начнет разбег или замахнет ногой для удара по мячу.

111. Вопрос. Когда аннулируется свободный удар?

Ответ. Когда мяч пробит с рук устанавливающего игрока до касания его земли, а также если при свободном ударе игроки команды соперника, правильно нападая, мешают выполнению этого удара (за нарушение правила назначается схватка).

ТЕННИС

1. Вопрос. Из скольких сетов могут состоять встречи?

Ответ. Из трех (одиночные и парные встречи мужчин могут состоять из трех или пяти сетов в соответствии с положением о состязаниях).

2. Вопрос. Из скольких геймов состоит сет?

Ответ. Из шести.

3. Вопрос. Как располагаются игроки перед началом подачи?

Ответ. Подающий игрок становится обеими ногами за задней линией площадки, но в пределах воображаемых продолжений средней метки и боковой линии (позиция подачи). Остальные игроки могут стоять в любом месте (даже за пределами площадки).

4. Вопрос. Сколько попыток может использовать подающий игрок для ввода мяча в игру?

Ответ. Две попытки (первая и вторая подачи).

5. Вопрос. Как производится подача?

Ответ. Подбрасыванием мяча рукой в любом направлении и ударом ракеткой по мячу (после удара мяч должен пролететь над сеткой, не задев ее, и опуститься в пределах границ правого или левого поля подачи соперника).

6. Вопрос. Имеет ли право игрок произвести подачу, если соперник не готов к приему?

Ответ. Нет (если принимающий попытается принять подачу, считается, что он был готов к приему, несмотря на его заявление о неготовности).

7. Вопрос. Имеет ли право подающий игрок во время выполнения подачи перемещаться по площадке (ходьбой или бегом)?

Ответ. Нет.

8. Вопрос. Как должен поступить судья, если обнаружится, что подача выполнена не с надлежащей позиции?

Ответ. Засчитать все разыгранные до этого очки и немедленно восстановить порядок подачи.

9. Вопрос. Как должен принимающий игрок отбивать мяч при приеме подачи?

Ответ. Отбить только после первого приземления.

10. Вопрос. В каких случаях подача считается неправильной?

Ответ. Если подающий не попадает по мячу; поданный мяч заденет верхний край сетки между подпоркой и столбом; поданный мяч заденет подпорку (в одиночной игре) или столб (в парной); поданный мяч заденет подающего партнера, его одежду или ракетку (в парной игре); поданный мяч коснется любого мяча или предмета, находящихся вне площадки.

11. Вопрос. В каких случаях перенгрывается подача?

Ответ. Если подающий бросит мяч, но, отказавшись от удара, даст ему опуститься на площадку или поймает его; подающий произвольно бросит более одного мяча; поданный мяч, задев верхний край сетки в любом месте между подпорками (в одиночной игре) или столбами (в парной), пролетит на сторону противника и затем попадет в надлежащее поле подачи либо перед приземлением заденет принимающего (его партнера — в парной игре), его одежду или ракетку; мяч будет подан (правильно или неправильно) в тот момент, когда принимающий не готов к приему.

12. Вопрос. Имеют ли право игроки после приема подачи отбивать (с лета) перелетевший на их сторону мяч как после первого приземления, так и до него?

Ответ. Да (в парной игре это может делать любой из партнеров).

13. Вопрос. В каких случаях удар считается выполненным правильно?

Ответ. Если мяч, ни за что не задев, пролетит на сторону противника над сеткой и приземлится в пределах площадки или до приземления коснется противника (где

бы он при этом ни находился), его одежды или ракетки; мяч при перелете на сторону противника, перед тем как приземлиться в пределах площадки или коснуться противника, его одежды или ракетки, заденет верхний край сетки; игрок после удара перенесет свою ракетку через сетку по инерции; игрок перенесет руку с ракеткой через сетку с целью ударить по мячу, который вследствие сильного вращения или действия ветра после приземления в пределах площадки на его стороне пролетит через сетку обратно на сторону противника; в парной игре один игрок ударит по мячу, а другой в этот же момент — по ракетке партнера.

14. Вопрос. Сколько очков разыгрывается в каждом гейме?

Ответ. 4 очка.

15. Вопрос. Как ведется счет очков в каждом гейме?

Ответ. Если сторона (игрок или пара) выиграет свое первое очко, в ее пользу засчитывается 15; если второе — прибавляется еще 15 (счет становится 30 в ее пользу); если третье — прибавляется еще 10 (счет становится 40 в ее пользу); если четвертое — она выигрывает гейм.

16. Вопрос. Какой будет счет, если обе стороны выигрывают по 3 очка?

Ответ. 40:40, т. е. «ровно».

17. Вопрос. Как ведется счет, если обе стороны выигрывают по 3 очка (40:40)?

Ответ. Если после счета 40:40 («ровно») следующее очко выигрывает подающая сторона, счет становится «больше», если принимающая — «меньше»; если после счета «больше» или «меньше» следующее очко выигрывает та же сторона, которая выиграла и предыдущее очко, то она выиграет и гейм; если то же очко выигрывает другая сторона, счет снова становится «ровно» (так продолжается до тех пор, пока какая-нибудь из сторон после счета «ровно» не выиграет два очка подряд, а следовательно, и гейм).

18. Вопрос. Считается ли сет выигранным, если одна из сторон выигрывает шесть геймов?

Ответ. Да, если соперником при этом выиграно не более четырех геймов; в противном случае сет продолжается до тех пор, пока одной из сторон не удастся достичь перевеса в два гейма.

19. Вопрос. Может ли предусматриваться выигрыш сета с перевесом в один гейм, например со счетом 7:6?

Ответ. Да, если это предусмотрено положением о состязаниях (в том случае после счета 6:6 по системе «тай-брейк» разыгрывается решающий 13-й гейм).

20. Вопрос. Как ведется счет очков в 13-м гейме, разыгрываемом по системе «тай-брейк»?

Ответ. За каждый выигранный мяч засчитывается 1 очко; сторона, выигравшая 7 очков, выигрывает гейм и сет, если при этом соперником выиграно не более 5 очков; в противном случае игра продолжается, пока одной из сторон не удастся достичь перевеса в 2 очка.

21. Вопрос. Какова очередность подач в 13-м гейме, разыгрываемом по системе «тай-брейк» в одной игре?

Ответ. Игрок, который должен подавать после счета 6:6, подает при розыгрыше первого очка, его соперник — при розыгрыше второго и третьего очков, каждый последующий — поочередно при розыгрыше двух следующих очков (до тех пор, пока не определится победитель гейма и сета; при розыгрыше нечетных очков подача производится с первой позиции, при розыгрыше четных очков — со второй).

22. Вопрос. Какова очередность подач в начале сета в парной игре во время игры по системе «тай-брейк»?

Ответ. Игрок № 1 (пара А) подает мяч при розыгрыше 1, 8 и 9-го очков, игрок № 2 (пара А) — при розыгрыше 4, 5, 12 и 13-го очков, игрок № 3 (пара Б) — при розыгрыше 2, 3, 10 и 11-го очков, игрок № 4 (пара Б) — при розыгрыше 6-го и 7-го очков.

23. Вопрос. При каком счете соперники меняются сторонами площадки во время игры по системе «тай-брейк»?

Ответ. После розыгрыша 6 очков, а также по окончании сета.

24. Вопрос. Какая сторона подает в первом гейме следующего сета?

Ответ. Сторона, первой принимающая подачи в 13-м гейме.

25. Вопрос. Как определяется право выбора стороны площадки, подачи или приема подачи?

Ответ. Жребием, после чего участник, в чью пользу выпал жребий, может выбрать сам или (при парной игре) обязать своего напарника выбрать сторону площадки (соперник в этом случае выбирает подачу или прием подачи), прием подачи или подачу (соперник в этом случае выбирает сторону площадки). Кроме того, партнеры каждой пары решают, кто будет первым подавать и принимать подачи в первом поле.

26. Вопрос. Разрешается ли игрокам разминка перед началом встречи?

Ответ. Да, но не более 5 мин.

27. Вопрос. Как в одиночной игре осуществляются очередность и прием подачи?

Ответ. По окончании каждого гейма подающий становится принимающим, а принимающий — подающим.

28. Вопрос. Какое решение должен принять судья в одиночной игре, если обнаружится, что игрок подает вне очереди?

Ответ. Судья должен немедленно восстановить очередность подачи и засчитать все разыгранные до этого очки.

29. Вопрос. Как в парной игре осуществляются очередность и прием подачи?

Ответ. По окончании каждого гейма подающая сторона становится принимающей, а принимающая — подающей (очередность подачи устанавливается партнерами каждой пары в начале каждого сета).

30. Вопрос. Какова очередность подач в парной игре?

Ответ. Партнер игрока, подающего в первом гейме, подает в третьем; партнер игрока, подающего во втором гейме, подает в четвертом (и так во всех последующих геймах данного сета).

31. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если обнаружится, что один из партнеров подает вне очереди в парной игре?

Ответ. Немедленно восстановить очередность подачи и засчитать все разыгранные очки (если это обнаружится по окончании гейма, измененная очередность подачи игроками этой пары сохраняется до окончания данного сета).

32. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если после начала гейма в парной игре обнаружится, что принимающая пара изменила очередность приема подачи (например, принимавший в первом поле подачи стал принимать во втором поле подачи)?

Ответ. Сохранить измененную очередность приема подачи до окончания данного гейма (первоначальную очередность приема подачи судья должен восстановить в том гейме данного сета, в котором пара снова станет принимающей).

33. Вопрос. Дается ли перерыв после третьего сета в состязаниях мужчин и после второго сета в состязаниях юношей и девушек, а также в состязаниях с участием женщин?

Ответ. Д. Да, но по заявлению кого-либо из игроков (не более 10 мин).

34. **Вопрос.** С какого момента при перемене сторон игроки должны быть готовы продолжать встречу по истечении 1,5 мин?

Ответ. С момента завершения предыдущего гейма и после розыгрыша по системе «тай-брейк» каждые 6 очков в 13-м гейме.

35. **Вопрос.** Имеет ли право судья засчитать игроку поражение, если тот не может продолжать встречу по состоянию здоровья или из-за невозможности заменить неисправную одежду, обувь или ракетку, а также если игрок превысил 10-0-минутый лимит времени на перерыв в ходе встречи?

Ответ. Д. Да.

36. **Вопрос.** Имеет ли право игрок, участвующий в течение дня в нескольких встречах, на перерыв продолжительностью 30 мин между одиночной встречей и следующей за ней парной, а также 15 мин между парными встречами?

Ответ. Д. Да.

37. **Вопрос.** Какое количество мячей необходимо на встречу?

Ответ. Три мяча (во встрече из пяти сетов после трех сыгранных сетов мячи заменяются новыми, по указанию главной судейской коллегии мячи могут заменяться после каждых двух сыгранных сетов).

ТЕННИС НАСТОЛЬНЫЙ

1. **Вопрос.** Из скольких партий может состоять встреча?

Ответ. Из трех или пяти.

2. **Вопрос.** Когда встреча считается законченной?

Ответ. Когда одна сторона выигрывает две партии в состязаниях, проводимых из трех партий, или три партии в состязаниях, проводимых из пяти партий.

3. **Вопрос.** Имеют ли участники состязаний право на отдых между встречами?

Ответ. Да (между встречами из трех партий — до 5 мин, из пяти партий — до 10 мин).

4. **Вопрос.** Предоставляется ли участникам время для разминки перед началом встречи?

Ответ. Да, 2 мин (если участники уже играли в этот день на том же столе, то 1 мин).

5. **Вопрос.** С чего начинается игра?

Ответ. С подачи.

6. Вопрос. Как производится подача?

Ответ. Ударом ракеткой по мячу (после удара мяч должен сделать отскок от стола на стороне подающего, затем пролететь над сеткой, не задев ее, и коснуться стола на стороне противника).

7. Вопрос. Имеет ли право игрок выполнить подачу с ходу?

Ответ. Нет.

8. Вопрос. Где должны находиться ракетка и мяч во время подачи?

Ответ. За задней линией стола и ее воображаемым продолжением.

9. Вопрос. Могут ли находиться за воображаемым продолжением боковых линий стола ракетка и мяч во время подачи?

Ответ. Да.

10. Вопрос. Как начинается подача?

Ответ. Отчетливым подбрасыванием лежащего на ладони мяча вверх с последующим ударом по нему ракеткой (удар необходимо выполнять по опускающемуся мячу).

11. Вопрос. Как производится подбрасывание мяча во время подачи?

Ответ. Движением вверх открытой плоской ладони с отведенным большим пальцем и сомкнутыми вместе выпрямленными остальными пальцами (ладонь нельзя поворачивать, двигать в сторону или вниз, за это игрок получает предупреждение, а при последующих нарушениях судья засчитывает проигрыш очка).

12. Вопрос. В каком положении должна находиться свободная рука, пока на ней лежит мяч для подачи?

Ответ. Выше уровня игровой поверхности стола.

13. Вопрос. С какого момента считается начало выполнения подачи?

Ответ. С момента подбрасывания мяча в воздух с ладони независимо от того, будет ли произведен по нему удар ракеткой.

14. Вопрос. С какого момента считается окончание подачи?

Ответ. С момента удара ракеткой по мячу.

15. Вопрос. Имеют ли право игроки прекращать игру по своему усмотрению без объявления судьей «Сетка, еще мяч»?

Ответ. Нет.

16. Вопрос. В каких случаях переигрывается подача?

Ответ. Если принимающий до удара подающего заявит, что он не готов; поданный мяч заденет сетку (на всем ее протяжении) или ее стойки; мяч задел сетку и был отбит принимающим с лета; подача произведена без объявления счета.

17. Вопрос. Имеет ли право подающий начинать подачу, если принимающий не готов к игре?

Ответ. Нет.

18. Вопрос. Разрешается ли игрокам переключать ракетку для удара из одной руки в другую или держать ее обеими руками?

Ответ. Да.

19. Вопрос. В каких случаях мяч считается правильно отраженным игроком?

Ответ. Если игрок коснется его любой частью ракетки или кистью руки, держащей ракетку.

20. Вопрос. Считается ли мяч проигранным, если он упадет в какой-либо предмет, например в потолок, световую арматуру и т. п.?

Ответ. Да (на открытых площадках проигранным считается также мяч, попавший в листву деревьев).

21. Вопрос. В каких случаях игрок выигрывает очко?

Ответ. Когда его противник совершит одну из следующих ошибок: неправильно подаст мяч; коснется мяча (который не коснулся стола) с лета ракеткой или кистью руки, держащей ракетку, отражая мяч, не попадет им на игровую поверхность стола на стороне противника; отражая мяч, тронет его ракеткой более одного раза или поймает мяч на ракетку, а затем бросит его; отразит мяч ракеткой, выпущенной до удара из рук или рукой, не держащей ракетку во время розыгрыша очка; коснется мяча во время розыгрыша очка любой частью тела, находящегося над столом (за исключением кисти руки, держащей ракетку); во время розыгрыша очка заденет чем-либо (кроме мяча) сетку или ее стойку, а также стол на стороне противника; не успеет отразить правильно посланный мяч после первого отскока на своей стороне; дотронется до игровой поверхности стола свободной рукой (не держащей ракетку во время розыгрыша очка); сдвинет стол или крышку стола с места во время розыгрыша очка (когда мяч находится в игре).

22. Вопрос. Сколько очков дает каждая ошибка противнику?

Ответ. Одно очко.

23. Вопрос. Когда партия считается выигранной при одиночной встрече?

Ответ. Когда один из противников наберет 21 очко при преимуществе не менее чем в два очка (при счете 20:20 игра продолжается, пока один из противников не достигнет преимущества в два очка).

24. Вопрос. Когда подающий становится принимающим, а принимающий подающим?

Ответ. После розыгрыша каждых пяти очков (начиная со счета 20:20 очередность подачи меняется после каждого очка).

25. Вопрос. Меняются ли игроки после каждой партии сторонами и очередностью подачи?

Ответ. Обязательно.

26. Вопрос. Когда игроки в решающей партии (третьей или пятой) меняются сторонами?

Ответ. После выигрыша десяти очков одним из противников.

27. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если во время встречи нарушена очередность подачи или в решающей партии своевременно не произведена смена сторон?

Ответ. Исправить ошибку по окончании розыгрыша первого же очка, а все очки, разыгранные до исправления ошибки, засчитать.

28. Вопрос. Какие дополнительные правила действуют в парных встречах?

Ответ. Следующие дополнительные правила:

а) подачу выполняют так, чтобы мяч коснулся сначала правой половины стола подающего или средней линии на его стороне, а потом, пройдя над сеткой, правой половины стола принимающего или средней линии на его стороне (по диагонали);

б) подающий производит подачу, принимающий отбивает мяч, затем мяч отбивает партнер подающего, после него — партнер принимающего, далее каждый из играющих поочередно отбивает мяч в указанной последовательности до конца розыгрыша очка;

в) по окончании каждой серии в пять подач партнер подающего игрока переходит на место принимающего;

г) при счете 20:20 и далее подача переходит после розыгрыша каждого очка и соответственно происходит смена мест принимающих (судья обязан объявлять фамилии подающего и принимающего);

д) расстановку участников для очередности приема в первой партии выбирает та пара, которая принимает; в этой же расстановке играют первую половину в решающей (третьей или пятой) партии, причем при смене сторон в решающей партии принимающие должны изменить расстановку;

е) во второй и четвертой партиях первую подачу может выполнять любой игрок пары, причем расстановка должна быть изменена по сравнению с расстановкой первой и третьей партий.

29. Вопрос. Какое решение должен принять судья, если партия в одиночной или парной игре не закончена по истечении 15 мин игры?

Ответ. Прервать игру возгласом «Стоп» и объявить участникам о введении ограничения времени розыгрыша одного очка словами: «Вводится правило «тринадцати ударов».

30. Вопрос. В чем заключается сущность правила «тринадцати ударов»?

Ответ. Если принимающий 13 раз безошибочно возвратит мяч на сторону противника, подававший проигрывает очко (очередность подачи меняется после розыгрыша каждого очка).

31. Вопрос. Кто из судей контролирует число ударов, когда вводится правило «тринадцати ударов»?

Ответ. Судья-счетчик, который вслух считает количество ударов принимающего, а затем после правильно отраженного принимающим 13-го удара возгласом «Стоп» прерывает игру.

32. Вопрос. Когда и в какое время вводится правило «тринадцати ударов»?

Ответ. По просьбе обоих игроков (пар) в любой игре в любое время от начала встречи до истечения 15 мин.

ФУТБОЛ

1. Вопрос. Какое наибольшее и наименьшее количество игроков в команде?

Ответ. Наибольшее количество игроков в команде 11, включая вратаря, наименьшее — 7.

2. Вопрос. Что обязан сделать судья, если в команде остается менее семи игроков?

Ответ. Прекратить игру и засчитать команде поражение.

3. Вопрос. Может ли команда играть без вратаря?

Ответ. Нет.

4. **Вопрос.** Можно ли во время игры заменять игроков?

Ответ. Да. Однако количество замен не должно превышать пяти (если положением о состязаниях не оговорено другое количество).

5. **Вопрос.** Какова общая продолжительность игры?

Ответ. Игра продолжается 90 мин. Время игры делится на две половины (по 45 мин каждая) с 10-минутным перерывом для отдыха.

6. **Вопрос.** Какое решение должен принять судья, если по условиям соревнования необходимо определить победителя?

Ответ. Судья должен назначить дополнительно 30 мин (две половины по 15 мин). Если и за это время не определится победитель, судья переносит игру на другой день. Однако положением о соревнованиях могут быть оговорены послематчевые пенальти для определения победителя, в этом случае обе команды пробивают по пяти 11-метровых штрафных ударов. Если и после этого счет будет равный, 11-метровые пробиваются по одному удару с каждой стороны до ошибки.

7. **Вопрос.** Кто определяет количество потерянного времени?

Ответ. Только судья, и его решение никто не имеет право оспаривать.

8. **Вопрос.** Как определяется, какая команда должна начать игру?

Ответ. Перед началом игры судья при участии капитанов команд производит жеребьевку для выбора стороны или начального удара (выбор делает команда, выигравшая жеребьевку).

9. **Вопрос.** В какую сторону должен быть направлен мяч при начальном ударе?

Ответ. Обязательно в сторону противника.

10. **Вопрос.** Когда мяч считается в игре?

Ответ. Как только он пройдет или пролетит в воздухе расстояние, равное длине своей окружности.

11. **Вопрос.** Какие ограничения установлены в отношении игрока, производящего начальный удар?

Ответ. Касаться мяча вторично этот игрок получает право лишь после того, как его коснется игрок любой из играющих команд. Указанное ограничение относится также и ко всем игрокам, вводящим мяч в игру с места после остановки игры (игроки противоположной команды при этом должны находиться на расстоянии 9 м от мяча).

12. Вопрос. Можно ли засчитать мяч, попавший непосредственно с начального удара в ворота противника?

Ответ. Нельзя, следует назначить удар от ворот.

13. Вопрос. Как выполняется спорный мяч?

Ответ. Судья берет мяч в руки, поднимает его вытянутыми на уровне груди руками и дает ему упасть на землю (розыгрыш спорного мяча производится без свистка судьи в поле).

14. Вопрос. Когда игрок считается в положении вне игры?

Ответ. Если в момент удара по мячу игроком своей команды он находится на чужой половине поля (за средней линией) ближе к линии ворот соперника, чем мяч, и имеет перед собой менее двух игроков противоположной команды (включая вратаря) или находится на одной линии с игроками противника и имеет перед собой менее двух игроков защищающейся команды (включая вратаря).

15. Вопрос. В каких случаях игрок, находясь вне игры, будет считаться в игре?

Ответ. В тех случаях, когда он принимает мяч при ударе от ворот, при угловом ударе, при вбрасывании мяча, при спорном мяче; когда он получает передачу от соперника (правило вне игры действует при свободных, штрафных и 11-метровых ударах).

16. Вопрос. Какое наказание назначается, если игрок оказался в положении вне игры?

Ответ. В сторону команды, игрок которой нарушил правило вне игры, назначается свободный удар.

17. Вопрос. За нарушение каких правил назначается свободный удар?

Ответ. Если футболист окажется в положении вне игры, а также сыграет опасно (например, попытается выбить мяч из рук вратаря); толкнет соперника плечом в тот момент, когда мяч не находится на игровом расстоянии от этих игроков и они не стремятся им овладеть; не играя мячом, будет умышленно препятствовать движению соперника, т. е. блокировать его, толкнет вратаря (кроме случаев, когда вратарь держит мяч, блокирует соперника, находится вне площадки ворот); вратарь сделает более четырех шагов с мячом, держа его в руках или подбрасывая, или, опустив мяч на землю, повторно возьмет его в руки, не сыграв при этом с партнером.

18. Вопрос. За какие нарушения правил назначается штрафной и 11-метровый удары?

Ответ. Штрафной удар назначается, если футболист совершит одно из следующих нарушений: ударит или попытается ударить соперника ногой или рукой; попытается повалить соперника с помощью подножки; прыгает на соперника или нападает на него грубо или опасно; толкнет сзади соперника, не блокирующего его; будет задерживать соперника рукой или толкнет рукой; сыграет рукой (это не относится к вратарю в пределах штрафной площадки). За аналогичные нарушения, умышленно совершенные игроком защищающейся команды в пределах ее штрафной площадки, нападающая команда получает право на 11-метровый удар (при этом мяч может находиться не только на штрафной площадке).

19. Вопрос. Имеет ли право игрок, который производит 11-метровый удар, добить мяч, если последний непосредственно от этого удара попадет в стойку или перекладину?

Ответ. Нет, не имеет права, так как это будет считаться вторичным касанием (игрок, производящий удар, получает право касаться мяча лишь после того, как мяча коснется любой другой игрок или вратарь команды противника).

20. Вопрос. Чем отличается штрафной удар от свободного удара?

Ответ. Со штрафного удара мяч защищаеться, будучи непосредственно забит в ворота, а при свободном ударе — лишь в том случае, если после удара мяч коснется какого-либо игрока (вратаря).

21. Вопрос. Когда назначается вбрасывание мяча?

Ответ. Когда мяч выбит за боковую линию по земле или по воздуху.

22. Вопрос. Как производится вбрасывание мяча?

Ответ. Мяч вбрасывается на поле из-за боковой линии обеими руками из-за головы в любом направлении (игрок, производящий вбрасывание, не имеет права касаться мяча раньше, чем до него дотронется какой-либо другой игрок; мяч, попавший в ворота непосредственно с вбрасывания, не засчитывается).

23. Вопрос. Когда назначается удар от ворот?

Ответ. Когда мяч вышел за линию ворот сбоку от стоек или над перекладиной и последним его коснулся игрок нападающей команды.

24. Вопрос. Как производится удар от ворот?

Ответ. Удар от ворот производится с той половины вратарской площадки, ближе к которой мяч пересек линию

ворот (мяч можно вводить в игру с любой точки внутри площади ворот).

25. Вопрос. Какое решение должен вынести судья, если мяч непосредственно после удара от ворот не вышел за пределы штрафной площадки?

Ответ. Назначить удар от ворот.

26. Вопрос. Какое решение должен вынести судья, если мяч непосредственно после удара от ворот, не коснувшись игрока противоположной команды, пересечет линию ворот защищающейся команды?

Ответ. Вновь назначить удар от ворот.

27. Вопрос. Когда назначается угловой удар?

Ответ. Когда мяч вышел за линию ворот от игрока защищающейся команды.

28. Вопрос. Как пробивается угловой удар?

Ответ. От углового сектора с той стороны ворот, где мяч вышел за пределы поля (мяч, забитый в ворота непосредственно с углового удара, засчитывается).

29. Вопрос. Какие меры наказания предусмотрены Правилами соревнований?

Ответ. Замечание, предупреждение (желтая карточка) и удаление с поля (красная карточка).

30. Вопрос. Когда засчитывается гол?

Ответ. Когда мяч полностью пересек линию ворот между стойками и под перекладиной при условии, что игрок нападающей команды не внес, не вбросил и не вбил его рукой.

31. Вопрос. Каковы размеры поля для мини-футбола?

Ответ. Длина от 24 до 60 м и ширина от 12 до 35 м.

32. Вопрос. Какова ширина линий на поле мини-футбола?

Ответ. 5 см (ширина линий разметки входит в размеры площадей, которые они ограничивают).

33. Вопрос. Какие линии проводятся на поле мини-футбола?

Ответ. Поперек поля на одинаковом расстоянии от линии ворот проводится средняя линия, посередине которой делается отметка, обозначающая центр поля.

34. Вопрос. Что называется площадью ворот для мини-футбола?

Ответ. Часть поля у ворот, представляющая собой полукруг, образованный линией ворот и дугой окружности радиусом 3 м с центром посередине ворот.

35. Вопрос. Что называется штрафной площадью для мини-футбола?

Ответ. Часть поля у ворот, представляющая собой полукруг, образованный линией ворот и дугой окружности радиусом 10 м с центром посредине ворот (если ширина поля менее 20 м, штрафная площадь ограничивается прямой линией, проведенной в 10 м от линии ворот).

36. Вопрос. Какая отметка делается на каждой штрафной площади против середины ворот?

Ответ. Отметка для пробития 8-метрового удара (пенальти), которая наносится на расстоянии 8 м от линии ворот.

37. Вопрос. Каковы размеры ворот для мини-футбола?

Ответ. Высота 2 м, ширина 3 и 5 м (для игры в мини-футбол пригодны также гандбольные ворота, ворота для хоккея с мячом или хоккея на траве).

38. Вопрос. Каково наибольшее и наименьшее число игроков в команде для мини-футбола?

Ответ. Наибольшее число игроков 8; наименьшее 4 (включая вратаря).

39. Вопрос. От чего зависит численность игроков в командах?

Ответ. От размеров поля (в заявочный список на игру каждой команде разрешается вносить до 12 игроков).

40. Вопрос. Можно ли заменять игроков во время игры?

Ответ. Можно неограниченное число раз (разрешается и обратная замена через боковую линию в любой момент игры).

41. Вопрос. Какова общая продолжительность игры в мини-футбол?

Ответ. 60 мин (время игры делится на две половины, по 30 мин каждая с 10-минутным перерывом для отдыха).

42. Вопрос. Как начинается игра?

Ответ. С центра поля по сигналу судьи одним из игроков команды, начинающей игру (игроки команды соперника располагаются от мяча на расстоянии не менее 5 м).

43. Вопрос. В каких случаях назначается вбрасывание мяча на открытой площадке?

Ответ. Когда мяч полностью вышел за боковую линию по земле или по воздуху (он вбрасывается в поле в любом направлении с того места, где пересек боковую линию).

44. Вопрос. В каких случаях не назначается вбрасывание мяча и мяч считается в игре?

Ответ. Когда игра проводится на хоккейной площадке.

45. Вопрос. С какого места производится угловой удар?

Ответ. На открытой площадке — с точки пересечения боковой линии и линии ворот.

46. Вопрос. В каких случаях не производится угловой удар и мяч считается в игре?

Ответ. Когда игра проводится на хоккейной площадке, где линия ворот фактически совпадает с бортиком.

47. Вопрос. На каком расстоянии от мяча должны располагаться игроки противоположной команды при выполнении углового, свободного, штрафного ударов, а также удара от ворот?

Ответ. Не менее чем в 5 м.

48. Вопрос. В каких случаях игрокам запрещается держаться за борт во время игры?

Ответ. При борьбе за мяч.

49. Вопрос. Считается ли мяч в игре, если в ходе игры он касается потолка или каких-нибудь предметов и отскакивает в поле?

Ответ. Да.

50. Вопрос. Применяется ли в мини-футболе правило о положении игрока вне игры?

Ответ. Нет.

51. Вопрос. Сколько судей назначается на игру?

Ответ. Один.

ХОККЕЙ

1. Вопрос. Какое количество игроков разрешается заносить в протокол игры?

Ответ. 20 игроков (в том числе двух вратарей).

2. Вопрос. Может ли команда начать игру в составе менее чем 6 игроков?

Ответ. Нет.

3. Вопрос. Разрешается ли после начала игры производить изменения и дополнения в составах команд, внесенных секретарем в протокол игры?

Ответ. Нет.

4. Вопрос. Какова продолжительность игры?

Ответ. 60 мин чистого времени (три периода продолжительностью по 20 мин каждый с 15-минутными перерывами для отдыха).

5. Вопрос. Как начинается игра?

Ответ. Вбрасыванием шайбы в центральной точке.

6. Вопрос. Какой из команд предоставляется право выбора ворот и соответственно скамейки для запасных?

Ответ. Команде хозяев площадки (она должна начинать игру, защищая ворота, ближайшие от своей скамейки для запасных).

7. Вопрос. Когда команды должны меняться воротами?

Ответ. После первого и второго периодов.

8. Вопрос. В каком случае команды меняются воротами после третьего периода?

Ответ. Если положением о состязаниях предусмотрен дополнительный период.

9. Вопрос. Дается ли командам время для разминки?

Ответ. Да (но не более 20 мин перед началом игры).

10. Вопрос. Когда и как производится замена игроков во время игры?

Ответ. В любое время. Покидающие площадку игроки должны оказаться на скамейке для запасных прежде, чем заменяющие их на площадке (за нарушение правила назначается малый штраф).

11. Вопрос. Можно ли заменять вратаря другим игроком?

Ответ. Да (в любое время игры).

12. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если в последние 2 мин игры одна из команд умышленно нарушает численный состав?

Ответ. Назначить штрафной бросок (малый штраф не отбывается).

13. Вопрос. Когда может войти в игру основной вратарь, замененный запасным вратарем?

Ответ. Только после остановки игры.

14. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если оба вратаря травмированы или по другой причине не могут продолжать игру?

Ответ. Предоставить команде 10 мин для подготовки и одевания в снаряжение вратаря любого другого игрока, которому разрешено играть в качестве вратаря (в оставшееся после такой замены время ни один из постоянных вратарей не может участвовать в данной игре).

15. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если игрок получил травму и не может продолжать игру и доехать до скамейки для запасных?

Ответ. Не останавливать игру до тех пор, пока команда, за которую выступает травмированный, не овладеет шайбой; если эта команда в данный момент владеет шайбой, остановить игру немедленно (за исключением того момента, когда эта команда создает голевую ситуацию у ворот соперника).

16. Вопрос. Какие штрафы предусматриваются для наказания провинившихся игроков во время встречи?

Ответ. Малый — 2 мин; малый скамеечный — 2 мин; малый дисциплинарный — 2 мин; дисциплинарный с правом замены оштрафованного — 10 мин; большой — 5 мин; удаление до конца игры с правом замены оштрафованного через 5 мин; дисциплинарный с удалением до конца игры с правом немедленной замены оштрафованного; штрафной бросок (буллит).

17. Вопрос. Разрешается ли замена игрока, если он наказывается малым или малым дисциплинарным штрафом?

Ответ. Нет (игрок, кроме вратаря, должен быть удален со льда на 2 мин чистого времени; если нарушены правила игры, а главный судья не мог установить виновного, штраф налагается на команду провинившегося; при этом тренер указанной команды обязан через капитана назвать игрока для отбывания данного штрафа; если он это не делает, то главный судья должен назначить для отбывания штрафа любого игрока команды, нарушившей правила; эти правила распространяются на все виды классификации штрафов).

18. Вопрос. Какое решение должен принять тренер, если на команду наложен малый скамеечный штраф?

Ответ. Назначить игрока (кроме вратаря) для отбывания штрафа (игрок следует на скамейку для оштрафованных и отбывает наказание малого, 2-минутного, скамеечного штрафа).

19. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если штрафуются игрок, фамилия которого не внесена в протокол до начала игры?

Ответ. Наложить на команду малый (2-минутный) скамеечный штраф, а провинившегося игрока в дальнейшем не допускать к игре.

20. Вопрос. Когда первый штраф, вследствие которого команда осталась в численном меньшинстве, автоматически заканчивается?

Ответ. Когда команда, играющая в большинстве, забрасывает шайбу в ворота противника (если игрок получает сразу два малых штрафа, то его первый штраф автоматически прекращается также в случае взятия ворот соперником).

21. Вопрос. Разрешается ли замена игрока, если он наказывается большим (5-минутным) штрафом?

Ответ. Нет (если игрок вторично наказывается в данной игре большим штрафом, то он удаляется до конца иг-

ры с правом замены через 5 мин, т. е. получается большой, 5-минутный, штраф плюс дисциплинарный с удалением до конца игры).

22. Вопрос. Разрешается ли участвовать в игре любому другому игроку вместо отбывающего дисциплинарный (10-минутный) штраф?

Ответ. Да (игрок, дисциплинарный штраф которого закончился, может вступить в игру только тогда, когда игра остановлена).

23. Вопрос. Какое решение должен принять тренер, если игрок получает малый (большой) и дисциплинарный штраф одновременно?

Ответ. Немедленно (через капитана) направить для отбывания штрафа еще одного заменяющего игрока.

24. Вопрос. Разрешается ли замена игрока, если он наказывается дисциплинарным штрафом с удалением до конца игры?

Ответ. Да (удаленный игрок должен направиться в раздевалку на оставшееся время игры; в протоколе игры против фамилии оштрафованного делается отметка о 10-минутном штрафе).

25. Вопрос. Какое решение должен принять тренер, если игрок наказывается большим штрафом с удалением до конца игры с правом замены через 5 мин?

Ответ. Немедленно направить его в раздевалку (через капитана на скамейку для оштрафованных тотчас же направить любого другого игрока, который может вступить в игру через 5 мин чистого времени).

26. Вопрос. Имеет ли право игрок, получивший большой штраф с удалением до конца игры с правом замены его через 5 мин, принимать участие в следующих играх?

Ответ. Нет (до решения федерации хоккея).

27. Вопрос. За какие нарушения правил назначается штрафной бросок (буллит)?

Ответ. Если игроку, владеющему шайбой на чужой половине площадки и не имеющему перед собой ни одного игрока соперника (исключая вратаря), мешают (клюшкой или другим способом) продвигаться или вести шайбу игроки или представители противоположной команды.

28. Вопрос. С какой точки выполняется штрафной бросок?

Ответ. С центральной точки вбрасывания после свистка главного судьи.

29. Вопрос. Что разрешается делать игроку, выполняющему штрафной бросок, после свистка главного судьи?

Ответ. Вести шайбу в любую часть средней зоны или своей зоны защиты (как только шайба пересечет синюю линию зоны нападения, ее нужно вести только в направлении линии ворот соперника; штрафной бросок считается завершенным, когда шайба пересечет линию ворот противника).

30. Вопрос. Засчитывается ли взятие ворот при выполнении штрафного броска, если шайба заброшена после отскока от вратаря, от стоек и перекладины ворот или от лицевых бортов?

Ответ. Нет.

31. Вопрос. Кто имеет право защищать ворота во время выполнения штрафного броска?

Ответ. Только один из заявленных вратарей либо игрок, заменивший травмированных вратарей и одетый в снаряжение вратаря.

32. Вопрос. До каких пор вратарь должен находиться в площадке ворот при выполнении штрафного броска?

Ответ. До тех пор, пока выполняющий штрафной бросок не коснется шайбы клюшкой после свистка главного судьи (если вратарь нарушает это правило, главный судья не останавливает выполнение штрафного броска, а в случае неудачи предоставляет игроку право повторить его, вратарь же получает предупреждение; за вторичное нарушение назначается 10-минутный дисциплинарный штраф, за нарушение в третий раз — дисциплинарный штраф с удалением до конца игры; право защиты ворот при выполнении штрафного броска в таких случаях получает запасной вратарь).

33. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если вратарь при выполнении штрафного броска игроком команды соперника допускает нарушение правила, наказуемое малым штрафом?

Ответ. Не назначать вратарю малый штраф, если шайба, вошедшая в ворота, засчитывается, а в случае неудачи назначить повторный бросок и при любом его исходе — малый штраф провинившейся команде.

34. Вопрос. В каких случаях для выполнения штрафного броска главный судья назначает игрока, против которого были нарушены правила?

Ответ. При нарушении правил: задержка клюшкой, помехи, оставление скамейки для запасных или скамейки для оштрафованных, бросание клюшки.

35. Вопрос. Кто из игроков выполняет штрафной бросок, если бросок назначен в соответствии с правилами: за-

время игроков, задержка игры, падение на шайбу, игра руками?

Ответ. Игрок, назначаемый капитаном команды из числа тех, кто находился на площадке в момент нарушения правил.

36. Вопрос. Кто имеет право выполнить штрафной бросок, если игрок, назначенный для выполнения броска, не в состоянии сделать это из-за травмы?

Ответ. Любой игрок, находящийся на площадке (по указанию капитана команды).

37. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если игрок, против которого был применен недозволенный прием, повлекший за собой назначение штрафного броска, сам нарушает правила?

Ответ. Разрешить игроку выполнить штрафной бросок прежде, чем он будет отбывать наказание (за исключением той ситуации, когда игрок получает дисциплинарный штраф с удалением до конца игры или большой штраф с удалением до конца игры с правом замены через 5 мин; в этом случае штрафной бросок выполняет игрок, назначаемый капитаном команды из числа находящихся в данный игровой момент на площадке).

38. Вопрос. Имеет ли право основной вратарь оштрафованной команды вернуться на площадку, если в момент назначения штрафного броска он был заменен другим игроком или запасным вратарем?

Ответ. Да.

39. Вопрос. Где должны располагаться игроки обеих команд, а также главный и линейные судьи в момент выполнения штрафного броска?

Ответ. Игроки обеих команд — вдоль боковых бортов за средней красной линией, главный и один линейный судья — на линии ворот (справа и слева от них), второй линейный судья сопровождает выполняющего штрафной бросок до синей линии зоны нападения.

40. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если в момент выполнения штрафного броска кто-либо из игроков противоположной команды мешает или отвлекает выполняющего штрафной бросок и в результате этого бросок не будет реализован?

Ответ. Назначить повторный штрафной бросок, а на мешавшего или отвлекающего игрока наложить 10-минутный дисциплинарный штраф (если штрафной бросок не реализован, дополнительные 10-минутные штрафы на игро-

ка-нарушителя не налагаются, а налагаются все остальные штрафы).

41. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если зафиксировано нарушение правил и надо назначить штрафной бросок, а время игры (в любом периоде) кончается?

Ответ. Дать возможность игрокам завершить игровой момент, а затем назначить штрафной бросок (время, необходимое для выполнения штрафного броска, в основное или добавочное время игры не включается).

42. Вопрос. Отбывает ли вратарь наказание на скамейке для оштрафованных за нарушения, наказуемые малым, большим и 10-минутным дисциплинарными штрафами?

Ответ. Нет, вместо него эти штрафы отбывает кто-либо из игроков, находившихся на площадке в момент нарушения правил (этого игрока через капитана команды назначает тренер).

43. Вопрос. Какое наказание должен получить основной вратарь, если он в данной игре вторично подвергается большому штрафу?

Ответ. Дополнительный дисциплинарный штраф с удалением до конца игры с заменой запасным (если основной вратарь наказывается большим штрафом с удалением до конца игры с правом замены через 5 мин, то он должен отправиться в раздевалку; отбывать 5-минутный штраф может любой другой игрок команды, находившийся в момент нарушения правил вратарем на площадке).

44. Вопрос. За какие нарушения правил наказывается вратарь малым штрафом?

Ответ. За выход из площадки ворот и за участие в перебранке на площадке; за участие в игре любым способом за средней красной линией (все наказания, налагаемые на вратаря, в протоколе игры независимо от того, какой игрок их отбывал, записываются вратарю).

45. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если вратарь, покинув площадку ворот, преднамеренно или случайно оставил на ней клюшку и в нее попала шайба, брошенная соперником?

Ответ. Засчитать взятие ворот (если шайба прошла мимо ворот, вратарь наказывается малым штрафом).

46. Вопрос. В каких случаях во время игры в силу вступает правило отложенного штрафа?

Ответ. Если в какой-либо из играющих команд штраф получает третий игрок, в то время как два других еще отбывают наказание (штрафное время третьего начинается

не раньше, чем окончится штрафное время одного из двух оштрафованных ранее).

47. Вопрос. Можно ли заменить при отложенном штрафе третьего оштрафованного игрока?

Ответ. Да, вместо него в игру вступает любой игрок команды из находящихся на скамейке запасных (третий оштрафованный должен немедленно отправиться на скамейку для оштрафованных; игроку, чей штраф закончился, разрешается вернуться на лед только в момент остановки игры).

48. Вопрос. Где производится вбрасывание, если игрок команды, владеющей шайбой, нарушил правило?

Ответ. На месте нарушения, кроме случая, когда остановка произошла в зоне нападения команды, нарушившей правило (в такой ситуации вбрасывание шайбы происходит в ближайшей точке вбрасывания в средней зоне).

49. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если правило нарушил игрок команды, не владеющей шайбой?

Ответ. Поднятием руки зафиксировать нарушение и дождаться окончания игрового момента, после чего дать свисток и наложить штраф на игрока-нарушителя (если игрок наказывается 10-минутным дисциплинарным штрафом или дисциплинарным штрафом с удалением до конца игры с правом немедленной замены оштрафованного, то главный судья сигнализирует не поднятием руки, а немедленным свистком; шайба при этом вбрасывается в месте остановки игры).

50. Вопрос. Налагается ли штраф (штрафы) на игроков, если в то время, как судья задерживал подачу свистка, в ворота нарушившей правила команды брошена шайба?

Ответ. Не налагается только первый малый штраф, а все остальные (малые и большие штрафы с удалением до конца игры с правом замены оштрафованного через 5 мин) налагаются в обычном порядке.

51. Вопрос. Засчитывается ли взятие ворот, если шайба попадает в ворота команды, не нарушившей правила, после того как главный судья поднятием руки зафиксировал нарушение правил игроком команды-соперника, но еще не дал свисток на остановку игры?

Ответ. Да, а зафиксированный штраф налагается в обычном порядке (если в аналогичной ситуации игрок команды, не нарушившей правила, пытается передать шайбу партнеру из-за своих ворот и шайба, ударившись о

ключку соперника, оказывается в воротах этой команды (то взятие ворот не засчитывается, а штраф отбывается).

52. Вопрос. Может ли наказать главный судья малым скамеечным штрафом игроков, располагающихся около скамейки для запасных (вне площадки) и совершающих нарушения против находящихся на площадке игроков противоположной команды?

Ответ. Да.

53. Вопрос. За что налагается дисциплинарный штраф?

Ответ. За нарушения, совершаемые на площадке, а также на скамейке для оштрафованных.

54. Вопрос. Какой штраф должен быть наложен на игрока, который оспаривает или обсуждает решение любого судьи в ходе игры?

Ответ. Малый дисциплинарный штраф (если игрок продолжает оспаривать решение главного судьи, он подвергается 10-минутному дисциплинарному штрафу; неоднократное продолжение такого поведения влечет за собой наложение дисциплинарного штрафа с удалением до конца игры).

55. Вопрос. Когда на игрока или команду налагается малый скамеечный (малый дисциплинарный) штраф?

Ответ. Когда после получения штрафа игрок не отправляется немедленно на скамейку для оштрафованных или не выполняет указания главного судьи следовать в раздевалку; находясь около скамейки для запасных, вне площадки, он допускает непристойные, грубые, нецензурные выражения по отношению к любому лицу или оскорбляет любого судью данной игры; бросает что-либо на площадку, находясь около скамейки для запасных или на скамейке для оштрафованных, во время игры или в момент ее остановки; находясь около скамейки для запасных игроков (вне площадки), любым способом вмешивается в действия официальных лиц, выполняющих свои обязанности в данной игре.

56. Вопрос. За какие нарушения правил на игрока налагается 10-минутный дисциплинарный штраф?

Ответ. За грубое высказывание любому лицу, находящемуся на площадке или в прилегающих к ней помещениях; преднамеренное отбрасывание шайбы от судьи, пытающегося подобрать ее; умышленное выбрасывание какого-либо снаряжения за пределы площадки; преднамеренные удары по борту клюшкой или любым другим предметом во время игры; отказ немедленно следовать на скамейку для оштрафованных после стычки на площадке, в которой иг-

рок принимал участие и был наказан соответствующим штрафом, или за задержку возобновления игры (откровенно медленное следование на скамейку для оштрафованных и т. п.); продолжение непристойного поведения (угрозы, ругательства, жестикуляция и т. п.); упорное подстрекательство соперника к получению штрафа, несмотря на предупреждение главного судьи; въезд в зону судей, пока главный судья там же консультируется с любым лицом, имеющим отношение к данной игре (зону судьи игроку можно пересекать лишь в том случае, если он направляется на скамейку для оштрафованных).

57. Вопрос. За какие нарушения правил налагается дисциплинарный штраф с удалением до конца игры?

Ответ. За недисциплинированное поведение после получения 10-минутного дисциплинарного штрафа; непристойную жестикуляцию на площадке или в помещениях, прилегающих к ней, во время игры или после ее окончания.

58. Вопрос. За какие нарушения правил на команду налагается малый скамеечный штраф?

Ответ. За удары о борт клюшкой или другими предметами; за непристойные, грубые, нецензурные выражения по отношению к любому официальному лицу, обслуживающему данную игру в любом месте, прилегающем к площадке; бросание посторонних предметов на площадку во время игры или в момент ее остановки с места, около которого находится скамейка для запасных; любое вмешательство в действия судей или других официальных лиц, обслуживающих игру.

59. Вопрос. Налагается ли дисциплинарный штраф с удалением до конца игры на игрока и на официальное лицо команды, которые препятствуют игре или затрудняют ее проведение?

Ответ. Да.

60. Вопрос. Допускается ли остановка или задержка игры в целях приведения в порядок снаряжения игрока (иратаря)?

Ответ. Нет (за нарушение правила назначается малый штраф).

61. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если игрок пытается нанести повреждение сопернику или умышленно травмирует его?

Ответ. Назначить штраф с удалением до конца игры с правом замены через 5 мин.

игроков за толчки на борту?

Ответ. Да (малым или большим штрафом).

63. Вопрос. Что должен делать игрок, если у него во время игры сломается клюшка?

Ответ. Немедленно бросить ее на лед (за игру со сломанной клюшкой налагается малый штраф).

64. Вопрос. Имеет ли право вратарь играть со сломанной клюшкой?

Ответ. Да, до тех пор, пока не будет остановлена игра.

65. Вопрос. Какое наказание последует, если клюшка брошена на лед со скамейки для оштрафованных или со скамейки для запасных?

Ответ. Малый скамеечный штраф (если эту клюшку поднимет со льда игрок команды-нарушителя, то на него налагается малый штраф в дополнение к малому скамеечному, наложенному на команду).

66. Вопрос. Разрешается ли вратарю во время остановки игры направляться к скамейке для запасных в целях замены сломанной клюшки?

Ответ. Нет (клюшка должна быть передана вратарю одним из игроков своей команды, за нарушение правил налагается малый штраф).

67. Вопрос. Какой штраф налагается на игрока, который неправильно атакует вратаря противоположной команды, находящегося в пределах площадки своих ворот?

Ответ. Большой штраф.

68. Вопрос. Какой штраф налагается на игрока, который атакует соперника, налетая или наскакывая на него (если атакующий, применяя силовой прием против соперника, владеющего шайбой, делает более двух нормальных или больших шагов, главный судья рассматривает это как неправильную атаку соперника)?

Ответ. Малый или большой штраф.

69. Вопрос. За какие нарушения правил на игрока или вратаря налагается малый штраф?

Ответ. За преднамеренное выбрасывание клюшкой шайбы за пределы площадки; бросок шайбы за пределы площадки рукой; умышленное сдвигание стойки ворот (если до конца игры остается менее 2 мин и ворота умышленно сдвинет игрок защищающейся команды, когда шайба находится в зоне защиты этой команды, в ворота провинившейся команды немедленно назначается штрафной бросок).

70. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если вратарь умышленно сдвигает стойки ворот в момент выхода игрока соперника один на один с ним?

Ответ. Назначить штрафной бросок (выполнять его должен игрок, последним владевший шайбой).

71. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если капитан не выполняет требования арбитра (например, оставить на площадке нужное число игроков) и продолжает задерживать игру?

Ответ. Назначить малый скамеечный штраф.

72. Вопрос. Кто вводит шайбу в игру?

Ответ. Главный судья или один из линейных судей (вбрасывая ее между клюшками двух игроков соревнующихся команд).

73. Вопрос. Как располагаются игроки, разыгрывающие шайбу при вбрасывании?

Ответ. Лицом в сторону ворот соперника на расстоянии, указанном разметкой поверхности льда, или, если вбрасывание разыгрывается на месте остановки игры, на расстоянии длины клюшки (крюки клюшек должны находиться на льду).

74. Вопрос. Как располагаются игроки, разыгрывающие шайбу, если вбрасывание проводится в точках конечного вбрасывания?

Ответ. Их коньки должны полностью находиться за линиями, параллельными линиям ворот, а крюки клюшек — на разметке (другим игрокам не разрешается входить в круг вбрасывания или приближаться менее чем на 4,5 м к вбрасывающим).

75. Вопрос. Имеют ли право игроки, разыгрывающие шайбу, при вбрасывании входить в соприкосновение с соперником?

Ответ. Нет (за нарушение правила налагается малый штраф).

76. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если участвующий во вбрасывании не принимает правильное положение по указанию судьи?

Ответ. Заменить такого игрока (обоих игроков) другими из числа находящихся на площадке.

77. Вопрос. Разрешается ли замена игроков до окончания вбрасывания и возобновления игры?

Ответ. Нет (кроме случая, когда наложен штраф, влияющий на численный состав команды).

78. Вопрос. Где проводится вбрасывание шайбы?

Ответ. В зоне нападения команды, игрок которой нарушил правила, — в ближайшей точке вбрасывания средней зоны; если шайба попадает на наружную часть сетки ворот после броска игрока атакующей команды, — в ближайшей точке вбрасывания средней зоны; если игра остановлена вследствие нарушения правил игроками обеих команд, — на месте остановки игры; если игра остановлена в момент, когда шайба находилась между точкой конечного вбрасывания и ближайшим лицевым бортом, — в точке конечного вбрасывания на стороне, где была остановлена игра; если взятие ворот не засчитано после отскока шайбы от судьи, находящегося в зоне защиты, — в точке конечного вбрасывания этой зоны (все вбрасывания шайбы проводятся без свистка).

79. Вопрос. Имеет ли право игрок (исключая вратаря) умышленно падать на шайбу или прятать ее в своем снаряжении?

Ответ. Нет (за нарушение правила налагается малый штраф).

80. Вопрос. Имеет ли право вратарь умышленно падать на шайбу, находящуюся за линией ворот, и при этом прятать ее в своем снаряжении, прижимать к лицевому борту или к обратной стороне ворот?

Ответ. Нет (за нарушение правила налагается малый штраф).

81. Вопрос. Имеют ли право игроки защищающейся команды (исключая вратаря) падать на шайбу, задерживать и захватывать ее снаряжением или удерживать руками в момент, когда шайба находится в пределах площади ворот?

Ответ. Нет (за нарушение этого правила назначается штрафной бросок; если шайба находится вне площади ворот, за такое нарушение назначается малый штраф).

82. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если игрок учинил на поле драку или хулиганство?

Ответ. Удалить виновного игрока до конца игры с правом замены через 5 мин; наложить: 10-минутный дисциплинарный штраф (если драка между игроками обеих команд возникла по окончании игры); малый штраф (как игроку, получившему удар рукой, так и ответившему); двойной малый штраф, большой штраф или штраф с удалением до конца игры с правом замены через 5 мин (если игрок продолжает участвовать в драке); 10-минутный дисциплинарный штраф или штраф с удалением оштрафованного, участвующего в драке за пределами площадки (да-

же если один из участвующих в драке находится на площадке, а другой — вне ее); дисциплинарный штраф с удалением до конца игры с правом немедленной замены (если какой-либо игрок или вратарь первым вмешался в уже идущую драку).

83. Вопрос. Можно ли засчитать взятие ворот, если шайба заброшена (любым способом) в свои ворота игроком защищающейся команды; шайба заброшена игроком атакующей команды спереди между стойками ворот и ниже перекладины и полностью пересекла линию ворот; атакующий ударяет шайбу ногой и она отскакивает в ворота от игрока защищающейся команды (исключая вратаря); шайба попадает в ворота после броска атакующего, предварительно задев любую часть тела другого игрока той же команды; шайба в процессе игры оказывается в площади ворот, ею овладевает игрок атакующей команды и она падает в ворота; игрока атакующей команды преднамеренно вталкивают в площадь ворот игроки защищающейся команды и шайба забрасывается в ворота в момент нахождения его в площади ворот?

Ответ. Да.

84. Вопрос. Засчитывается ли взятие ворот, если игрок атакующей команды преднамеренно направил шайбу в ворота ногой, рукой или еще каким-нибудь способом; шайба попала в ворота, коснувшись любого судьи; до того как шайба вошла в площадь ворот, игрок атакующей команды или его клюшка находились в площади ворот; по мнению главного судьи, игрок, оказавшийся в площади ворот защищающейся команды, имел достаточно времени, чтобы покинуть площадь ворот, но преднамеренно не сделал этого?

Ответ. Нет.

85. Вопрос. Разрешается ли играть клюшкой, поднятой выше плеча?

Ответ. Нет (любой игрок, играющий опасно высоко поднятой клюшкой, подлежит наказанию малым штрафом).

86. Вопрос. Засчитывается ли взятие ворот после удара по шайбе высоко поднятой клюшкой игрока нападающей команды?

Ответ. Нет (шайба, попавшая в ворота от клюшки игрока защищающейся команды, засчитывается).

87. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если игрок опасно играет клюшкой, поднятой выше плеча, и при этом травмирует лицо или голову соперника?

Ответ. Наказать нарушителя большим штрафом (шайба вбрасывается на месте нарушителя).

88. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если игрок опасно играет клюшкой, поднятой выше плеча, и шайба попадает к сопернику?

Ответ. Продолжать игру.

89. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если игрок опасно играет клюшкой, поднятой выше плеча, и, будучи игроком защищающейся команды, забрасывает таким образом шайбу в собственные ворота?

Ответ. Засчитать взятие ворот сопернику.

90. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если одна из команд играет в численном меньшинстве, а игрок другой команды ударяет по шайбе клюшкой, поднятой выше плеча?

Ответ. Остановить игру и назначить вбрасывание в одной из точек конечного вбрасывания в зоне защиты команды, нарушившей правила.

91. Вопрос. Какое наказание накладывается на игрока, если он задерживает соперника руками, клюшкой или каким-либо другим способом?

Ответ. Малый штраф (если игрок при задержке соперника клюшкой травмирует его, он наказывается большим штрафом).

92. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если игрок, владея шайбой и находясь за средней красной линией, не имеет перед собой соперников (кроме вратаря) и будет задержан крюком клюшки или против него сзади будет допущено другое нарушение правил, в результате которого он лишится благоприятной возможности забросить шайбу?

Ответ. Назначить штрафной бросок (однако главному судье не следует останавливать игру до тех пор, пока атакующая команда не потеряет шайбу).

93. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если вратарь заменен полевым игроком, а игрок, владеющий шайбой и не имеющий между собой и воротами ни одного соперника, будет задержан крюком или в результате другого нарушения лишится благоприятной возможности взять ворота соперника?

Ответ. Немедленно остановить игру и засчитать взятие ворот.

94. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если какой-либо игрок команды, находящейся в численном большинстве (при равенстве составов), посылает

шайбу со своей половины площадки за линию ворот команды-соперника, а первым ее касается игрок защищающейся команды (за исключением вратаря)?

Ответ. Остановить игру и назначить вбрасывание шайбы в точке конечного вбрасывания в зоне команды, совершившей пробор (а если первым касается шайбы игрок команды, совершившей пробор, то игра продолжается).

95. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если команда, будучи в состоянии быстро овладеть шайбой, находящейся за линией ее ворот, преднамеренно не делает этого?

Ответ. Остановить игру, назначить вбрасывание в ближайшей к месту остановки игры точке конечного вбрасывания в зоне защиты этой команды.

96. Вопрос. В каких случаях не фиксируется пробор?

Ответ. Если одна из команд, находясь в численном меньшинстве, посылает шайбу со своей половины площадки за линию ворот соперника; шайба непосредственно после вбрасывания на одной половине площадки в результате действий игрока команды, на половине которой проводилось вбрасывание, пересекает линию ворот соперника; игрок защищающейся команды (исключая вратаря) может овладеть шайбой прежде, чем она пересечет линию ворот этой же команды, но преднамеренно не делает этого; до пересечения линии ворот команды-соперника шайба касается игрока этой команды, его коньков или клюшки либо проходит через любую часть площадки ворот этой команды, касается вратаря, его коньков или клюшки до или после пересечения линии ворот; вратарь предпринимает какие-либо действия, чтобы сбросить шайбу с обратной стороны сетки ворот.

97. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если защищающаяся команда, будучи в состоянии быстро овладеть шайбой, находящейся за линией ворот, преднамеренно не делает этого?

Ответ. Остановить игру и назначить вбрасывание в ближайшей к месту остановки игры точке конечного вбрасывания (в зоне защиты этой команды).

98. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если линейные судьи ошибаются в определении пробора (независимо от того, находилась ли какая-либо из команд в численном меньшинстве)?

Ответ. Назначить вбрасывание в центральной точке.

99. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если игрок, находящийся на скамейке для запасных

или на скамейке для оштрафованных, мешает (телом или клюшкой) продвижению шайбы или соперника?

Ответ. Назначить малый штраф.

100. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если шайба не находится в площади ворот и игрок клюшкой или телом препятствует вратарю противоположной команды или задерживает его в пределах площади ворот?

Ответ. Назначить малый штраф.

101. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если вратарь заменен полевым игроком, а любой игрок (или представитель) его команды, незаконно находящийся на площадке, мешает (любым способом) продвижению шайбы или игрока соперника?

Ответ. Немедленно засчитать взятие ворот команды нарушителя.

102. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если игрок применяет физическое воздействие по отношению к зрителям?

Ответ. Наложить дисциплинарный штраф с удалением до конца игры.

103. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если на площадку брошены предметы, мешающие нормальному проведению игры?

Ответ. Остановить игру, организовать уборку брошенных предметов со льда и назначить вбрасывание на месте остановки игры.

104. Вопрос. Какое наказание следует наложить на игрока за удар или за попытку удара соперника ногой?

Ответ. Удалить до конца игры с правом замены через 5 мин.

105. Вопрос. Разрешается ли игрокам наносить удар по шайбе ногой во всех зонах?

Ответ. Да, однако взятие ворот после такого удара не засчитывается, кроме случая, когда после удара атакующего игрока ногой шайба попадает в ворота от любого игрока защищающейся команды (исключая вратаря).

106. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если игрок во время стычки первым покидает скамейку для запасных или скамейку для оштрафованных?

Ответ. Наказать виновного двойным малым штрафом и дисциплинарным штрафом с удалением до конца игры (если указанные скамейки покидают несколько игроков обеих команд, то такому же наказанию подвергаются двое первых — по одному из каждой команды).

107. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если игрок покидает скамейку для запасных или скамейку для оштрафованных во время стычки и остается при этом не наказанным двойными малыми штрафами и дисциплинарными штрафами с удалением до конца игры?

Ответ. Наказать 10-минутным дисциплинарным штрафом (главный судья имеет право наказать таким штрафом не более 5 игроков из каждой команды).

108. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если оштрафованный покидает скамейку до окончания своего штрафного времени?

Ответ. Наложить дополнительные наказания независимо от того, остановлена игра или нет.

109. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если игрок преждевременно вступает в игру со скамейки для запасных или со скамейки для оштрафованных вследствие собственной ошибки или ошибки судьи и в это время его команда забрасывает шайбу в ворота противника?

Ответ. Не засчитывать взятие ворот игроками команды в период незаконного нахождения нарушителя на площадке (все наказания, наложенные на игроков любой из команд, отбываются в обычном порядке).

110. Вопрос. Что является решающим при определении положения вне игры?

Ответ. Положение коньков (а не клюшки) игрока.

111. Вопрос. Когда игрок считается в положении вне игры?

Ответ. Если оба его конька полностью находятся за внешним краем соответствующей красной (синей) линии, разделяющей зоны площадки, несмотря на то что решающее обстоятельство при определении положения вне игры — положение коньков игрока (вопрос о положении вне игры не возникает до тех пор, пока шайба полностью не пересечет внешний край красной или синей линии; в этот момент и принимается решение о положении вне игры).

112. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если, по мнению линейного судьи, положение вне игры создано умышленно?

Ответ. Назначить вбрасывание в зоне защиты команды, нарушившей правила (эти правила не применяются в команде, играющей в численном меньшинстве; в этом случае после фиксации положения вне игры шайбу вбрасывают в точке, откуда сделана передача).

113. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если линейный судья определил положение вне игры ошибочно?

Ответ. Назначить вбрасывание в центральной точке (независимо от численного состава команд).

114. Вопрос. Разрешается ли передавать шайбу вперед от игрока, находящегося в одной зоне, партнеру, находящемуся в другой зоне (из зоны защиты в зону нападения или в ту часть средней зоны, которая находится за средней красной линией)?

Ответ. Нет.

115. Вопрос. Может ли игрок защищающейся команды передать шайбу из своей зоны защиты к средней красной линии без создания положения вне игры?

Ответ. Да (такая передача может быть принята игроком, находящимся в правильном положении у средней линии, или игроком, который пересек среднюю линию после того, как ее пересекла шайба (за нарушение правил назначается вбрасывание в месте передачи шайбы)).

116. Вопрос. Могут ли входить в зону нападения игроки нападающей команды раньше, чем туда попадет шайба?

Ответ. Нет (при нарушении этого правила игра останавливается и вбрасывание шайбы происходит в средней зоне, ближайшей к месту пересечения шайбой средней линии в одной из точек вбрасывания у зоны нападения команды, нарушившей правила).

117. Вопрос. Считается ли игрок в положении вне игры, если он, владея шайбой, пересекает синюю линию зоны нападения раньше, чем шайба?

Ответ. Нет.

118. Вопрос. Фиксируется ли положение вне игры, если (несмотря на то что игрок атакующей команды вошел в зону нападения раньше, чем туда попала шайба) шайбу перехватывает соперник и выходит или передает ее в среднюю зону?

Ответ. Нет (линейный судья применяет в данном моменте правило задержанного свистка).

119. Вопрос. Где производится вбрасывание, если шайба покидает пределы площадки в любом месте или ударяется о какие-либо предметы, находящиеся на поверхности площадки?

Ответ. На месте передачи шайбы.

120. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если шайба попадет на внешнюю сторону сетки во-

рот той или другой команды и оказывается вне игры или если она прижата к воротам игроками обеих команд?

Ответ. Остановить игру, назначить вбрасывание в ближайшей точке конечного вбрасывания (если только, по его мнению, остановка не была сделана игроком атакующей команды; в этом случае вбрасывание должно проводиться в одной из ближайших точек средней зоны).

121. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если шайба оказалась на внешней стороне сетки ворот защищающейся команды после броска игрока атакующей команды?

Ответ. Назначить вбрасывание в одной из ближайших точек средней зоны.

122. Вопрос. Имеют ли право игроки обеих команд играть шайбой, сброшенной с внешней стороны сетки ворот, если она находилась там не более 3 с?

Ответ. Да (в противном случае игру следует остановить).

123. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если шайба оказалась на верхней сетке ворот?

Ответ. Немедленно остановить игру.

124. Вопрос. Какое наказание должен получить вратарь, если он умышленно бросает шайбу на сетку своих ворот с целью вызвать остановку игры?

Ответ. Малый штраф.

125. Вопрос. Имеют ли право игроки рукой или клюшкой сбросить шайбу на поверхность льда без предварительной остановки игры, если шайба попадает на верхнюю кромку бортов, окружающих площадку?

Ответ. Да.

126. Вопрос. Имеет ли право главный судья наказать команду за неведение игры?

Ответ. Да (за первое нарушение этого правила игра останавливается и проводится вбрасывание в одной из точек конечного вбрасывания вблизи ворот провинившейся команды, вызвавшей остановку; за второе подобное нарушение в одном и том же периоде игры на игрока-нарушителя налагается малый штраф).

127. Вопрос. Какое наказание должен получить игрок, если никто его не атакует, а он задерживает шайбу, прижимает ее к борту или играет ею вдоль бортов (клюшкой, коньками или корпусом), чтобы вызвать остановку игры?

Ответ. Малый штраф.

128. Вопрос. Имеет ли право игрок, находившийся вне своей зоны защиты, передавать или вводить шайбу в свою зону защиты в целях задержки игры?

Ответ. Нет (кроме случаев, когда его команда играет в численном меньшинстве; при нарушении этого правила назначается вбрасывание в одной из точек конечного вбрасывания в зоне защиты команды, нарушившей правила).

129. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если в ходе игры на поверхности льда появляется другая шайба?

Ответ. Продолжать игру законной шайбой до завершения игрового эпизода (пока шайба не перейдет к игроку команды соперника).

130. Вопрос. Останавливается ли игра, если шайба в любой части площадки попадает в главного или линейного судью и остается на площадке?

Ответ. Нет.

131. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если обе команды находятся на площадке и одна из них по какой-либо причине отказывается возобновить игру после его указаний?

Ответ. Предупредить капитана и предоставить команде 30 с, в течение которых она должна возобновить игру (за отказ играть по истечении этого времени наложить на провинившуюся команду малый скамеечный штраф).

132. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если в течение 2 мин после его указания, переданного через капитана, команда не выходит из раздевалки на площадку для возобновления игры?

Ответ. Прекратить встречу и команде, не нарушившей правила, присудить победу.

133. Вопрос. Какое наказание налагается на игрока, который ударом клюшки сплеча препятствует или старается воспрепятствовать продвижению соперника?

Ответ. Малый или большой штраф (по усмотрению главного судьи).

134. Вопрос. Какое наказание налагается на игрока, замахающего клюшкой на соперника во время любой стычки?

Ответ. Большой штраф или штраф с удалением до конца игры с правом замены через 5 мин.

135. Вопрос. Какое наказание налагается на игрока, который наносит либо пытается нанести колющий удар клюшкой или тычок?

Ответ. Малый или большой штраф (в случае наложения штрафа за этот прием нарушитель автоматически получает и 10-минутный дисциплинарный штраф; если в результате колющего удара или тычка получена травма, на нарушителя налагается штраф с удалением до конца игры с заменой через 5 мин).

136. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если кто-либо из игроков или представитель защищающейся команды умышленно бросает клюшку (часть ее) или любой другой предмет в шайбу, находящуюся в зоне защиты этой команды?

Ответ. Дать возможность завершиться эпизоду и, если ворота не были взяты, назначить штрафной бросок в ворота команды, нарушившей правила (по указанию главного судьи штрафной бросок выполняет игрок, против которого применили неправильный прием).

137. Вопрос. Какое наказание налагается на игрока, находящегося на площадке и бросающего клюшку (часть ее) или какой-либо другой предмет в направлении шайбы в любой зоне?

Ответ. Большой штраф (кроме случаев, когда за такое действие назначается штрафной бросок или команде, не нарушившей правила, засчитывается взятие ворот).

138. Вопрос. Какое наказание налагается на игрока, умышленно бросающего клюшку (часть ее) за пределы площадки?

Ответ. 10-минутный дисциплинарный штраф или дисциплинарный штраф с удалением до конца игры (если же это нарушение совершено как протест на решение главного или линейного судьи, то игрок дополнительно наказывается малым штрафом и дисциплинарным штрафом с удалением до конца игры).

139. Вопрос. Какое наказание налагается на игрока, который ставит клюшку, колено, ногу, руку или локоть так, чтобы зацепить соперника и вызвать его падение на ледяную поверхность?

Ответ. Малый штраф (если, по мнению главного судьи, очевидно, что игрок, пытаясь отобрать шайбу, овладевает ею, а после этого сопернику делают подножку, штраф не назначается).

140. Вопрос. Какое решение должен принять главный судья, если игроку, владеющему шайбой на половине со-

перников за средней красной линией и не имеющему перед собой игроков соперника (кроме вратаря), делают подножку или каким-либо другим способом неправильно атакуют его сзади, лишая возможности взять ворота соперника?

Ответ. Назначить штрафной бросок (игру не останавливать до тех пор, пока атакующая команда не потеряет шайбу и ею не овладеет защищающаяся).

ОБЯЗАННОСТИ И ПРАВА ТРЕНЕРА, СУДЕЙСКОЙ КОЛЛЕГИИ, КАПИТАНА КОМАНДЫ, ИГРОКА И ВРАЧА

Тренера команды (секции) по виду спортивных игр подразделения или воинской части назначает командир подразделения (части) из числа наиболее подготовленных в спортивном отношении офицеров, сержантов или солдат, имеющих спортивный разряд по одному из видов спортивных игр, окончивших семинар и успешно сдавших зачетные испытания. Список тренеров сборных команд воинской части объявляется приказом.

Тренер команды (секции) обязан:

планировать и проводить учебно-тренировочные занятия и воспитательную работу в команде;

принимать участие в оформлении материалов на присвоение спортсменам спортивных званий и разрядов;

вести учет работы спортивной команды;

постоянно повышать свои знания по теоретическим основам физической подготовки и спорта, совершенствовать свое спортивное мастерство и методическую подготовку;

систематически проводить воспитательную работу с членами команды (секции), быть дисциплинированным, принципиальным, требовательным, точным и аккуратным в выполнении своих общественных обязанностей.

Тренер команды (секции) имеет право:

вносить свои предложения по улучшению спортивной работы на рассмотрение командира подразделения, комсомольской организации и спортивного комитета воинской части;

самостоятельно проводить учебно-тренировочные занятия с командой.

К судейству соревнований в Советской Армии и Военно-Морском Флоте привлекаются военпослужащие Советской Армии и Военно-Морского Флота, члены семей воен-

нослужащих и активисты спортивных клубов армии, изъявившие желание участвовать в общественной работе по судейству соревнований и имеющие необходимую для этого подготовку.

В судейскую коллегия входят главный судья, заместитель главного судьи и главный секретарь.

Главный судья осуществляет руководство соревнованиями. Он назначает судей на судейство игр, следит за ходом соревнований, проверяет работу судейского аппарата и оценивает квалификацию каждого судьи.

После первого дня соревнований на заседании судейской коллегии главный судья делает анализ проведенных встреч, указывает на ошибки, допущенные судьями в трактовке правил и методике судейства. Такие разборы и критика судейства в идею обмена опытом между высококвалифицированными судьями и судьями более низкой квалификации дают положительные результаты.

Назначение судей на игры — одна из наиболее трудных задач, стоящих перед главным судьей, особенно когда судей немного и выбор их ограничен. В этом случае он распределяет нагрузку судьям поровну с учетом их квалификации. При назначении судей главный судья должен иметь листы (графики) назначения судей на прошедшие игры, чтобы избежать повторного назначения судей для судейства одних и тех же команд.

В ходе соревнований главный судья следит за дисциплиной участников соревнований вне поля. В его обязанности входит также и обеспечение порядка в процессе соревнований вне площадки (среди зрителей), для чего он прибегает к помощи дежурной службы и администрации зала (стадиона).

В работе главного судьи может иметь место разбор протестов на игры, поданных представителями или тренерами команд.

Все протесты, поступающие в судейскую коллегия в ходе соревнований, принимаются только в письменной форме, причем в них должны быть указаны конкретные ошибки судей, идущие вразрез с Правилами соревнований. Протесты на объективное судейство без указания конкретных ошибок судей обычно не принимаются. Порядок подачи их и опротестования встречи устанавливается заранее главным судьей. Представитель или тренер команды, опротестовавший встречу, по окончании ее заявляет об этом судье в поле (судье на площадке, первому судье) в присутствии представителя противоположной команды.

При этом судья, проводивший встречу, делает запись в протоколе соревнований, что такая-то команда опротестовывает встречу. Рассмотрение протестов проводится в присутствии представителей обеих команд, участвовавших в игре, членов главной судейской коллегии соревнований (заместителя главного судьи и главного секретаря) и судейской бригады, проводившей игру, а также ответственного за организацию и проведение соревнований. Протест в зависимости от его значимости может быть рассмотрен и на заседании судейской коллегии в составе всех судей, обслуживающих соревнования. Внимательно выслушав представителей команд, судей, членов главной судейской коллегии, главный судья, руководствуясь Правилами соревнований, принимает решение по протесту и объявляет его представителям команд. Если, по мнению главного судьи, отдельные члены судейской коллегии не справляются со своими обязанностями (низкое качество судейства, недисциплинированное поведение, необъективность и т. д.), он имеет право их отстранить. Главный судья заботится о том, чтобы игры освещались по радио и в прессе. С этой целью из состава судейской коллегии он назначает судью-информатора.

Заместитель главного судьи обязан:

принимать активное участие в подготовке мест соревнований (размеры спортивных площадок и полей приведены в приложении 8), вспомогательных и подсобных помещений;

проверять пригодность спортивного инвентаря;

намечать мероприятия, согласовывая их с главным судьей, по открытию и закрытию соревнований;

следить за своевременным началом игры, приходом судей на соревнования;

организовывать работу просмотрной комиссии, при отсутствии главного судьи выполнять его обязанности.

Главный секретарь обязан:

по указанию заместителя главного судьи собирать карточки просмотрной комиссии по оценке качества судейства игр отдельными судьями;

составлять листы (графики) назначения судей на проведение и просмотр игр, которые накануне дня соревнований сдаются главному судье;

до начала соревнований своевременно получать и обрабатывать именные заявки участников;

готовить протоколы соревнований;

инструктировать секретарей отдельных игр и получать от них после каждой игры протоколы проведенных встреч; проверять правильность составления протоколов и обрабатывать их;

подавать сведения о расписании соревнований;

составлять листы назначения судей, итоговые таблицы результатов соревнований;

информировать представителей прессы, радио и телевидения;

через судью-информатора своевременно оповещать участников и зрителей о ходе соревнований;

вести протоколы заседаний судейской коллегии и представителей команд;

подготавливать материалы к отчету для главного судьи соревнований;

до начала соревнований проверять наличие бланков, необходимых для проведения соревнований, протоколов соревнований, писчей и копировальной бумаги, карандашей, кнопок и других канцелярских принадлежностей.

Судья в поле назначается для проведения игры. Он обязан:

строго руководствоваться Правилами соревнований по соответствующему виду спортивных игр, быть принципиальным и объективным, прививать игрокам чувство уважения к своим товарищам по команде, спортивным противникам, организаторам и судьям соревнований, воспитывать в игроках дисциплинированность, скромность и чувство собственного достоинства;

быть строго объективным в судействе и обладать хорошей физической подготовленностью, позволяющей ему в течение всей игры, в каком бы темпе она ни проходила, сохранять высокую работоспособность и максимальную внимательность;

проявлять на поле настойчивость, выдержку и самообладание;

отлично знать правила игры со всеми их изменениями, быть вежливым и корректным, спокойным и решительным в принятии какого-либо решения до, в ходе и по окончании игры.

Каждая ошибка игроков должна быть замечена судьей. Не рекомендуется останавливать игру, если это идет в пользу провинившейся команды. Судья должен хорошо владеть жестикуляцией, точно подавать сигналы на остановку и возобновление игры свистком.

Успешному проведению судейства способствует правильный выбор места судьи во время игры: судья должен всегда находиться вблизи от места непосредственной борьбы за мяч (шайбу), но при этом не мешать игрокам. При развитии атаки судья, как правило, перемещается сзади нападающего с мячом. Борьба около ворот (корзины, сетки) и взятие их — самый ответственный игровой момент, поэтому в данном случае от судьи требуются особое внимание и максимальная сосредоточенность.

Помимо этого, где бы ни находился судья на поле, он всегда должен видеть своих помощников (боковых судей, второго судью).

Кроме того, судья в поле должен:

заблаговременно (за 20—30 мин до начала) явиться на место проведения игры;

осмотреть поле и его оборудование и убедиться, соответствуют ли они (разметка, ворота и сетка на них, угловые флаги, мячи, флаги для помощников) требованиям правил игры;

проверить наличие медицинского персонала;

проверить мячи для игры;

начать игру при полной готовности судейского аппарата, обслуживающего встречу;

по окончании игры расписаться в протоколе (в футболе в протокол вносят счет игры, предупреждения и удаления игроков).

Судья в поле имеет право вносить свои предложения по улучшению проведения соревнований на рассмотрение спортивного комитета части.

Судья-секретарь также назначается для проведения игры. Он обязан вести протокол игры (кроме футбола, где это выполняет судья в поле), который заполняется за 30 мин до начала встречи (на крупных соревнованиях — под копирку в трех экземплярах).

Ведение протокола соревнований по спортивным играм осуществляется в три этапа:

заполнение протокола соревнований до начала встречи;

ведение протокола соревнований в ходе встречи;

заполнение протокола соревнований по окончании встречи.

Заполнение протокола соревнований до начала встречи.

Судья-секретарь (в футболе полевой судья) заполняет следующие пункты протокола:

характер проводимого соревнования (первенство или Кубок части, соединения и т. д.);

между какими командами (мужскими, женскими, юношескими и т. д.) проводится соревнование;
на каком поле проводится соревнование;
время начала соревнований;
количество присутствующих зрителей;
природные условия (температура воздуха, ветер, дождь);
состояние льда, травяного покрова поля, освещения;
фамилии судей, проводящих соревнование, их судейская категория.

Затем судья-секретарь на основании заявок или личных карточек вносит в протокол имя и фамилию участников, присвоенный им нагрудный номер и отмечает стартовый состав команд. Правильность состава каждой команды подтверждается подписью капитана. Игроки, не внесенные до начала встречи в протокол соревнований, к игре не допускаются.

Ведение протоколов соревнований в ходе встречи. В графах протокола соревнований записываются результаты игры, замечания, предупреждения, персональные или технические ошибки, удаления (вид штрафа) с игры и минута, на которой они происходили, а также замена игроков.

Во время встречи могут быть расхождения счета, записанного в протоколе, со счетом, записанным на табло; в таком случае правильным считается счет, зафиксированный в протоколе соревнований.

По окончании игры (периода, тайма, сета) секретарь (в футболе судья в поле) для каждой команды подсчитывает количество заброшенных (забитых) мячей (шайб), выигранных очков и фиксирует результат по периодам (таймам, сетам), а также окончательный результат встречи.

Заполнение протокола соревнований по окончании встречи. Секретарь (в футболе судья в поле) отмечает количество игроков, принимавших участие в данной игре, и фактически сыгранное время каждым игроком.

Тщательно проверив правильность заполнения всех граф протокола соревнований, секретарь расписывается в протоколе сам и приглашает расписаться в нем представителей и остальных судей, проводящих встречу. Затем первый экземпляр протокола сдается главному секретарю, если соревнования проводятся в одном городе (части). При проведении соревнований в разных местах протоколы сдаются (высылаются) в организацию, проводя-

ную данное первенство или розыгрыш кубка. Второй и третий экземпляры отдаются игравшим командам. В случае если кто-либо из тренеров (представителей) заявляет протест на результат матча, судья-секретарь обязан сделать запись в графе «Извещение о подаче протеста», а тренер (представитель) команды — записать существо протеста, расписаться под ним и в течение 24 ч с момента окончания встречи представить протест в главную судейскую коллегию.

Протокол соревнований по спортивным играм — основной отчетный документ, руководствуясь которым главная судейская коллегия, проводящая соревнования, утверждает результаты проведенных встреч за каждый тур. Он необходим также при составлении отчета главного судьи. Кроме того, протокол является документом, подтверждающим участие каждого игрока в соревнованиях, и основанием для присвоения и подтверждения спортивного звания или разряда. Он используется тренерами (представителями) команд при разборе (анализе) проведенных соревнований.

Капитан команды — первый помощник ее тренера. Во время игры он руководит игроками, следит за тем, чтобы выполнялся намеченный план игры.

Капитан наравне с руководителями команды отвечает за дисциплину в коллективе, он обязан помогать им в организации учебно-тренировочной работы. Капитан имеет право участвовать в обсуждении всех вопросов, связанных с определением состава на игру, давать указания игрокам во время тренировок и матчей. В исключительных случаях он может удалить с поля игрока за недисциплинированное поведение или невыполнение его указаний.

Если капитан команды покидает поле, он обязан оставить на поле своего заместителя, сообщив об этом судьям, проводящим игру.

Игрок команды должен хорошо знать и точно соблюдать правила игры; во время игры участники имеют право обращаться к судье на поле только через капитана своей команды; каждый игрок должен иметь разрешение врача о допуске к состязаниям; номера игроков непременно должны соответствовать записанным в протоколе.

Игрок не имеет права:

- вступать в пререкания с судьей или противником;
- создавать шум на площадке (поле);
- умышленно задерживать игру;

вступать в игру; если он не внесен в протокол соревнований до начала игры;

покидать площадку без ведома судьи.

При проведении состязаний привлекается необходимое количество медицинских работников и назначается на правах заместителя главного судьи врач соревнований, руководящий всей работой по медицинскому обслуживанию состязаний.

Врач состязаний обязан:

следить за соблюдением санитарно-технических требований и осуществлять медицинское наблюдение за участниками в процессе состязаний;

оказывать медицинскую помощь при травмах и заболеваниях игроков, определяя при этом, может или не может тот или иной игрок продолжать состязание (в данном случае решение врача является окончательным).

ТАБЛИЦА

розыгрыша _____

№ по пор	Команда	1	2	3	4	РМ	О	М
1		×						
2			×					
3				×				
4					×			
и т. д.								

Главный судья соревнований _____

Главный секретарь _____

„ “ _____ 19__ г,

СПИСОК

судейской коллегии _____

№ по пор.	Воинское звание	Фамилия, и., о.	Категория	Выполняемая должность	Оценка
1					
2					
3					
4					
и т. д.					

Главный судья соревнований _____

Главный секретарь _____

" _____ 19____ г.

ЛИСТ

назначения судей на соревнования _____

Дата и время игры	Площад- ка (поле)	Кто играет	Судьи	Секретари	Кто просматри- вает	Кого просматри- вают

Главный судья соревнований _____

Главный секретарь _____

“_____ 19____ г.

КАЛЕНДАРЬ

соревнований _____

Дата и время игры	Площадка (поле)	Кто играет

Главный судья соревнований _____

Главный секретарь _____

” “ _____ 19__ г.

СПРАВКА

о сыгранном времени для команды _____

участницы соревнований _____

№ по пор.	Фамилия игрока	Время (мин), сыгранное с командами				

Главный судья соревнований _____

Главный секретарь _____

« _____ 19__ г.

ПРОСМОТРОВАЯ КАРТОЧКА НА СУДЬЮ

по _____

„ _____ 19__ г.

Фамилия, инициалы и категория судьи, проводившего игру, _____

Наименование соревнований и играющих команд _____

Фамилии и категории судей, проводивших просмотр, _____

Состояние погоды и грунта _____, количество зрителей _____

Счет игры (общий и 1-й половины) _____

Сложность судейства в зависимости от характера игры _____

Внешний вид судьи и его поведение на поле: манера держать себя, обращение с игроками, жесты, характер сигнала (свистка)

Подготовленность судьи к соревнованиям (подвижность, выносли-
вость, выбор места, реакция на ошибки, внимательность) _____

Волевые качества судьи (уверенность, влияние поведения игроков
и зрителей на принимаемые решения) _____

Взаимодействия с другими судьями _____

Технические ошибки _____

Персональные ошибки _____

Неспортивное поведение (пререкания, умышленная грубость и т. д.) _____

Общая оценка судейства _____

Предложения судье по устранению отмеченных недостатков _____

Подписи судей, проводивших просмотр:

1. _____ 2. _____ 3. _____

Подпись судьи, проводившего игру, _____

Командир в/ч _____

(звание, подпись)

" _____ 19 ____ г.

ЗАЯВКА

на участие команды _____

в соревнованиях на первенство (Кубок) _____

по _____

№ по пор.	Воинское звание	Фамилия, и. о.	Партийность	Год рождения	Спортивный разряд	Виза врача
1						
2						
3						
4						
и т. д.						

Примечание. Против фамилии каждого участника обязательно ставится виза врача о допуске к соревнованиям.

Начальник команды _____

Тренер команды _____

Врач _____

" _____ 19 ____ г.

РАЗМЕРЫ ПЛОЩАДОК И ПОЛЕЙ ДЛЯ СПОРТИВНЫХ ИГР

Бадминтон. Площадка:		
для одиночной игры		13,4×5,18 м
для парной игры		13,4×6,1 м
Баскетбол. Площадка		26,0×14,0 м
Волейбол. Площадка		18,0×9,0 м
Гандбол. Площадка		38—44×18—22 м
Футбол:		
поле		90—120×45—90 м
площадка для мини-футбола		24—60×12—35 м
Хоккей. Поле		56—61×26—30 м
Теннис. Площадка:		
для одиночной игры		23,77×8,23 м
для парной игры		23,77×10,97 м
Теннис настольный. Стол		2,74×1,525×0,76 м
Регби. Поле		100—90×69—65 м
Городки. Площадка		25—30×13—15 м

ОГЛАВЛЕНИЕ

	Стр.
Введение	3
Спортивные игры в различных формах физической подготовки военнослужащих	13
Учебные занятия	—
Предметные занятия	—
Комплексные занятия	24
Спортивные игры в утренней физической зарядке	35
Физическая тренировка с использованием спортивных игр в процессе учебно-боевой деятельности	38
Спортивная работа	40
Подготовка общественных тренеров и судей	58
Проведение семинара	62
Подведение итогов семинара	69
Организация и проведение учебно-тренировочных сборов	70
Организация и проведение соревнований по спортивным играм	88
Виды соревнований	89
Система проведения соревнований	92
Подготовка, проведение и подведение итогов соревнований	107
Условия и порядок присвоения спортивных разрядов и судейских категорий	114
Характеристика отдельных травм и первая помощь	121
Строительство и оборудование площадок для спортивных игр	126
Конструкции площадок	127
Площадки для игры в бадминтон, баскетбол, волейбол, гандбол и теннис	132
Площадка для игры в городки	135
Стол для игры в настольный теннис	135
Поле для игры в футбол и регби	—
Поле для игры в хоккей	140
Разметка, эксплуатация спортивных площадок и полей, уход за ними	141
Оборудование и инвентарь для спортивных игр	145
Основные правила спортивных игр в вопросах и ответах	162
Бадминтон	—
Баскетбол	167
Волейбол	175
Гандбол	181
Городки	190
Регби	198
Теннис	213
Теннис настольный	218

	<i>Стр.</i>
Футбол	222
Хоккей	228
Обязанности и права тренера, судейской коллегии, капитана команды, игрока и врача	251
Приложения:	
1. Таблица розыгрыша	259
2. Список судейской коллегии	260
3. Лист назначения судей на соревнования	261
4. Календарь соревнований	262
5. Справка о сыгранном времени для команды	263
6. Просмотровая карточка на судью	264
7. Заявка на участие команды в соревнованиях на первенство (Кубок)	266
8. Размеры площадок и полей для спортивных игр	267

С73 Спортивные игры/А. А. Нестеров, З. А. Чейшвили,
В. И. Станкевич и др.; Под ред. В. В. Марущака. — М.:
Воениздат, 1985. — 269 с.

В пер.: 1 р. 20 к.

В книге излагаются особенности организации, методика и опыт физической подготовки с использованием средств и приемов спортивных игр (бадминтона, баскетбола, волейбола, гандбола, городков, регби, тенниса, тенниса настольного, футбола, хоккея) для физического совершенствования и укрепления здоровья человека вообще и воина в частности.

Рассчитана на широкий круг читателей, желающих выработать в себе выносливость, быстроту, ловкость, точность реакции. Книга будет полезной специалистам физической подготовки и спорта, спортивным организаторам.

С 1304000000-073 26-85
068(02)-85

ББК 68.49(2)3

355С.5

*Авенир Александрович Нестеров,
Зураб Александрович Чейшвили,
Владислав Иванович Станкевич и др.*

СПОРТИВНЫЕ ИГРЫ

Редактор *И. М. Медведев*
Художник *Т. Е. Болотникова*
Редактор (литературный) *Е. И. Харитонова*
Художественный редактор *Н. Б. Попова*
Технический редактор *Н. С. Шуршалова*
Корректор *И. Г. Коваленко*

ИБ № 2496

Сдано в набор 19.03.84. Подписано в печать 19.09.84. Г-72850.
Формат 84×108/32. Бумага тип. № 2. Гарн. лит. Печать высокая.
Печ. л. 8^{1/2}. Усл. печ. л. 14,28. Усл. кр.-отт. 14,50. Уч.-изд. л. 15,26.
Тираж 30 000 экз. Изд. № 13/121. Зак. 536. Цена 1 р. 20 к.

Воениздат, 103160, Москва, К-160.

1-я типография Воениздата.

103006, Москва, К-6, проезд Скворцова-Степанова, дом 3.

В 1985 г. в ВОЕНИЗДАТЕ ВЫИДУТ

Никитюк В. И., Бурков А. В. Воин, будь сильным! 1985, 128 с., ц. 75 к.

Авторы знакомят с методами развития силы, дают конкретные рекомендации по организации тренировок в секциях атлетизма и сборных командах по тяжелой атлетике, приводят разнообразные физические упражнения для развития силы и укрепления здоровья человека.

Савинский Ф. В. Молодому военному охотнику. 1985, 224 с., ц. 1 р. 30 к.

В книге приведены основные сведения об охотничьем оружии, выпускаемом отечественной промышленностью, мерах безопасности при обращении с ним, организации и проведении традиционных видов охоты, а также даются рекомендации по обработке добытых трофеев.