

457/11
A-300



легка атлетика

4514.11
Л-386

ЧИТАЛЬНА ЗАЛА
ЛДУФК-1

ЛЕГКА АТЛЕТИКА

Правила змагань

ВИДАВНИЦТВО
„ЗДОРОВ'Я“
КИЇВ-1967



7A2
Л38

Затверджено Центральною радою
юзу спортивних товариств і орг■
цій СРСР

1723

**I. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ
ПРО ЛЕГКОАТЛЕТИЧНІ ЗМАГАННЯ**

§ 1. Види легкої атлетики

Змагання з легкої атлетики проводяться на вільному повітрі і в приміщенні.

I

На вільному повітрі змагання проводяться з таких видів:

Біг

А. Біг по доріжці стадіону на дистанції:

жінки — 60, 100, 200, 300, 400, 500, 800, 1000, 1500 м;
чоловіки — 60, 100, 200, 300, 400, 600, 800, 1000, 1500,
2000, 3000, 5000, 10 000, 20 000, 25 000, 30 000 м, «годинний біг»;

дівчата старшого віку — 60, 100, 200, 300, 400 м;
юнаки старшого віку — 60, 100, 200, 300, 400, 600, 800,
1000 м;

дівчата молодшого віку — 60, 100, 200, 300 м;
юнаки молодшого віку — 60, 100, 200, 300, 400 м;
дівчатка — 30, 60 м;
хлопчики — 30, 60 м.

Б. Біг з бар'єрами й перешкодами по доріжці стадіону на дистанції:

жінки — 80 м з бар'єрами, 100 м з бар'єрами;

чоловіки — 110, 200, 400 м з бар'єрами; 3000 м з перешкодами (стипель-чез);

дівчата старшого віку — 80 м з бар'єрами, 100 м з бар'єрами;

юнаки старшого віку — 110, 200, 300 м з бар'єрами;

дівчата старшого віку — 80 м з бар'єрами, 100 м з бар'єрами;

юнаки молодшого віку — 80, 110 м з бар'єрами;

дівчатка — 60 м з бар'єрами;

хлопчики — 80 м з бар'єрами.

Примітка. Дозволяється проводити змагання по доріжці стадіону з гладкого бігу й з бігу з бар'єрами та перешкодами на загальноприйнятій дистанції, вимірюваній ярдами й милями.

В. Біг по дорозі (шосе, міські дороги, путівці й т. д.) на дистанції:

жінки — 1 і 2 км;

чоловіки — 15, 20, 25, 30 км; марафонський біг — 42 км 195 м.

Примітка. Дозволяється робити пробіги між населеними пунктами; при цьому довжину дистанції визначають залежно від відстані між населеними пунктами.

Г. Біг по місцевості (крос):

жінки — будь-яка дистанція до 2 км;

чоловіки — будь-яка дистанція до 15 км;

дівчата старшого віку — будь-яка дистанція до 800 м;

юнаки старшого віку — будь-яка дистанція до 3 км;

дівчата молодшого віку — будь-яка дистанція до 500 м;

юнаки молодшого віку — будь-яка дистанція до 1 км.

Д. Біг командами на дистанції від 1 км і більше (біг патрулів) — для чоловіків.

Е. Естафети:

жінки — 4×100 , 4×200 , 5×500 , 3×800 , $400 + 300 + 200 + 100$ м;

чоловіки — 4×100 , 4×200 , 4×400 , 4×800 , 10×1000 ,
 4×1500 , $400 + 300 + 200 + 100$, $800 + 400 + 200 + 100$ м;
дівчата старшого віку — 4×100 , 4×200 м, $400 + 300 +$
 $+ 200 + 100$ м;
юнаки старшого віку — 4×100 , 4×200 , 4×400 ,
 4×800 м, $400 + 300 + 200 + 100$, $800 + 400 + 200 + 100$ м;
дівчата молодшого віку — 4×100 , 4×200 м;
юнаки молодшого віку — 4×100 , 4×200 м; $400 +$
 $+ 300 + 200 + 100$ м;
дівчатка — 4×60 , 4×100 м;
хлопчики — 4×60 , 4×100 м.

Примітки. 1. Крім зазначених, дозволяється проводити естафети по доріжці стадіону з довільною кількістю етапів. Їх довжина може бути різною, але має відповідати дистанціям, перерахованим у пункті А.

2. На міських вулицях, дорогах, шосе естафети можна проводити з будь-якою кількістю етапів довільної довжини. В таких естафетах можуть брати участь також змішані команди, які складаються з жінок, чоловіків, дівчат і юнаків.

Спортивна ходьба

А. Ходьба по доріжці стадіону:

чоловіки — 10 000, 20 000, 50 000 м, «годинна»;

юнаки старшого віку — 5000 м;

» молодшого » — 3000 ».

Б. Ходьба по дорозі (шосе, міські дороги, півці й т. д.):

чоловіки — 15, 20, 25, 30, 50 км.

Стрибки

А. З розгону:

жінки — в довжину, висоту;

чоловіки — в довжину, висоту, потрійний, з жердиною;

дівчата старшого віку — в довжину, висоту;
юнаки старшого віку — в довжину, висоту, потрійний,
з жердиною;

дівчата молодшого віку — в довжину, висоту;
юнаки молодшого віку — в довжину, висоту, з жер-
диною;

дівчатка — в довжину, висоту;
хлопчики — в довжину, висоту.

Б. З м і с ц я:

жінки — в довжину;

чоловіки — в довжину, висоту, потрійний;

дівчата старшого віку — в довжину;

юнаки старшого віку — в довжину, потрійний;

дівчата молодшого віку — в довжину;

юнаки молодшого віку — в довжину, потрійний;

дівчатка — в довжину;

хлопчики — в довжину.

Метання

Жінки — метання диска, списа, гранати й штовхання
ядра;

чоловіки — метання диска, списа, гранати, молота й
штовхання ядра;

дівчата старшого віку — метання диска, списа, гра-
нати і штовхання ядра;

юнаки старшого віку — метання диска, списа, гра-
нати, молота і штовхання ядра;

дівчата молодшого віку — метання диска, списа, гра-
нати і штовхання ядра;

юнаки молодшого віку — метання диска, списа, гра-
нати, молота і штовхання ядра;

дівчатка — метання диска, хокейного м'яча;

хлопчики — метання диска, хокейного м'яча, гранати і штовхання ядра.

Багатоборства

Жінки — триборство (біг 100 м, стрибок у висоту з розгону, штовхання ядра); п'ятиборство (біг 200 м, бар'єрний біг 80 м, стрибки з розгону в довжину і висоту, штовхання ядра).

Чоловіки — п'ятиборство (біг 200 і 1500 м, стрибки у довжину з розгону, метання диска і списа); десятиборство (біг 100, 400 і 1500 м, бар'єрний біг 110 м, стрибки з розгону в довжину, висоту і з жердиною, метання диска і списа, штовхання ядра).

Дівчата старшого віку — те саме, що й жінки.

Юнаки старшого віку — шестиборство (біг 100 м, бар'єрний біг 110 м, стрибки з розгону в довжину і з жердиною, метання диска, штовхання ядра); восьмиборство (біг 100 і 800 м, бар'єрний біг 110 м, стрибки з розгону в довжину, висоту і з жердиною, метання диска і списа).

Дівчата молодшого віку — триборство (біг 100 м, стрибок у висоту з розгону, штовхання ядра); чотириборство (біг 100 м, бар'єрний біг 80 м, стрибок у висоту з розгону, штовхання ядра).

Юнаки молодшого віку — триборство (біг 100 м, стрибок у висоту з розгону, штовхання ядра); чотириборство (біг 100 м, стрибок у довжину з розгону, метання диска й списа); шестиборство (біг 100 м, бар'єрний біг 110 м, стрибки з розгону в довжину і з жердиною, метання диска, штовхання ядра).

Дівчатка і хлопчики — довільні двоборства, триборства і чотириборства, які складаються з видів, передбачених для цієї вікової групи.

Примітка. Дозволяється проводити довільні багатоборства, які складаються з видів, передбачених § 1 і для решти груп учасників. Зміст таких багатоборств визначається положенням про ці змагання.

II

В закритому приміщенні змагання проводять з таких видів:

Біг і спортивна ходьба

Всі види бігу й ходьби по доріжці стадіону, бігу з бар'єрами й естафет, які проводять на вільному повітрі (можливість проведення тих чи інших видів визначається умовами приміщення).

Примітка. Дозволяється, залежно від умов приміщення, проводити змагання з гладкого бігу, бігу з бар'єрами, з естафети і ходьби на дистанції, не передбачені для змагань на вільному повітрі (наприклад, біг на 30 м для всіх категорій учасників, біг на 60 м з/б для дівчат, юнаків, жінок і чоловіків, естафети 4×450 м у приміщенні з довжиною доріжки по колу, що дорівнює 250 м, і т. д.). В кожному окремому випадку робиться відповідне застереження в положенні про змагання.

Стрибки

Всі види стрибків, що практикуються на вільному повітрі.

Примітка. Потрійний стрибок з розгону дозволяється проводити тільки при наявності ґрунтової доріжки для розгону.

Метання

Штовхання ядра

Багатоборства

Різні багатоборства, що складаються з бігу, стрибків і штовхання ядра (див. також примітку до § 1, розділ 1, «Багатоборства»).

III

До програм змагань, що проводяться як на вільному повітрі, так і в закритому приміщенні, дозволяється включати види, не передбачені цими правилами, наприклад, види загальної фізичної підготовки (підіймання штанги, штовхання і метання набивного м'яча і т. д.). В цьому разі у положенні про змагання слід навести детальний опис відповідних умов і правил.

Змагання для групи підлітків (дівчата й хлопчики 13—14 років) на вільному повітрі і в закритому приміщенні дозволяється провадити тільки з багатоборств (див. § 1, розділ «Багатоборства») і відповідних естафет.

Примітка. Проведення змагань з окремих видів легкої атлетики дозволяється тільки при здачі норм комплексу БГПО.

§ 2. Положення про змагання

1. Кожне змагання відбувається згідно з положенням, затвердженим організацією, що його проводить.

2. Положення має бути розіслане організаціям, які беруть участь у змаганні, заздалегідь, у строки, що забезпечують необхідну підготовку.

3. Положення про змагання, детально викладене з метою уникнення різного трактування, має містити такі розділи:

- а) мета й завдання;
- б) місце і час проведення;
- в) керівництво змаганням;
- г) організації, що беруть участь у змаганні, та учасники;
- д) програма (бажано по днях і по годинах);
- е) черговість і умови визначення особистої та командної першості (система заліку й оцінки);
- є) нагородження;
- ж) умови прийому організацій та учасників;

- з) строки й умови подачі заявок.
4. Вимоги положення не повинні суперечити правилам змагань.

§ 3. Характер змагань

1. Змагання за своїм характером поділяються на особисті, командні й особисто-командні.

2. До особистих належать змагання, в яких технічні результати зараховують кожному учасникові (естафетній команді або команді патрулів), визначаючи місце, зайняте ним.

3. До командних належать змагання, в яких технічні результати окремих учасників і естафетних команд зараховують команді в цілому, визначаючи місце, зайняте нею.

4. До особисто-командних належать змагання, в яких технічні результати зараховують як кожному учасникові окремо, так і команді в цілому, визначаючи місця, зайняті ними.

5. Характер змагань у кожному окремому випадковому визначається відповідним положенням.

§ 4. Спеціальні змагання

До спеціальних змагань належать класифікаційні, розрядні, з форою (гандикапи) і кваліфікаційні.

1. Класифікаційні змагання проводяться з метою надання спортсменам можливості виконати розрядні нормативи, підтвердити або підвищити спортивний розряд.

Примітка. Класифікація учасників може також визначатись за результатами, показаними на перших-ліпших змаганнях.

2. Розрядні змагання проводяться для спортсменів певного спортивного розряду.

При проведенні розрядних змагань:

а) розряд учасників визначається на 1 січня поточного року відповідно до Єдиної всесоюдної спортивної класифікації;

б) легкоатлетам вищих розрядів не дозволяється брати участь у змаганнях спортсменів нижчих розрядів;

в) допускається участь легкоатлетів нижчого розряду в змаганнях спортсменів суміжного вищого розряду (наприклад, третьорозрядника — у змаганнях для спортсменів II розряду).

3. Змагання з форою (гандикапи) проводяться для різних за силою учасників.

При цьому:

а) спортсмени, сильніші в якомусь виді, дають слабшим своєрідну фору, яка приблизно повинна зрівняти шанси учасників на перемогу;

б) у змаганнях з бігу й ходьби фора полягає звичайно в деякій кількості метрів (на довгих дистанціях це може бути і певна кількість секунд, хвилин), на які скорочується дистанція, котру пробігають слабші учасники: наприклад, у бігові на 100 м сильніші учасники пробігають дистанцію повністю, а слабші — якусь її частину: один — 95 м, другий — 91 і т. д.

Всі учасники стартують одночасно з визначеного для кожного з них (залежно від встановленої для нього фори) старту;

в) у змаганнях з стрибків і метання фори для слабших учасників виражається в деякій кількості сантиметрів або метрів, що додаються до показаних ними результатів. Показаний результат і фора в сумі дають умовний остаточний результат, який береться до уваги при розподілі місць між учасниками цього змагання;

г) величина фори для кожного учасника визначається суддівською колегією напередодні змагання. При цьому

керуються проставленими в заявці результатами, показаними в змаганнях поточного сезону;

д) визначена кожному учасникові фора не може бути змінена в день змагання;

е) при однакових остаточних результатах у двох або більше учасників вище місце присуджують спортсменів, який мав меншу фору.

4. Щоб відібрати найсильніших у змаганнях з великою кількістю спортсменів для участі їх в основних змаганнях і розіграшу між ними місць в особистій першості, проводять змагання кваліфікаційні.

Кваліфікаційні змагання проводяться тільки зі стрибків і метання. Ніхто з учасників не може бути звільнений від участі в них.

З учасників кваліфікованого змагання до основного допускаються ті, хто виконав кваліфікаційну норму, встановлену положенням про дане змагання.

Кожному учасникові кваліфікаційного змагання з стрибків у довжину та потрійних і з метання надається по три спроби, причому той, хто виконав кваліфікаційну норму при першій або другій спробі, може не скористатися рештою.

Кваліфікаційні змагання з стрибків у висоту і з жердиною проводяться згідно з вимогами § 51, пп. 1 і 2. Після закінчення стрибків у висоту, визначену положенням як кваліфікаційна норма, кваліфікаційні змагання припиняються.

Примітка. В тих випадках, коли передбачена положенням кваліфікаційна норма з метеорологічних чи інших причин виявляється недосяжною для всіх учасників або може бути виконана дуже невеликою кількістю їх, для забезпечення повноцінного основного змагання головному судді за погодженням з організацією, що проводить змагання, надається право скасувати кваліфікаційний норматив і заздалегідь зробити застереження щодо кількості учасників, які допускаються до основних змагань. Ці учасники визначаються

згідно з місцями, зайнятими в кваліфікаційному змаганні (визначення місць див. § 50, пп 1 і 4, § 51, п. 4, і § 62, пп 2 і 5).

Результати (в тому числі й спроби в стрибках у висоту і з жердиною), показані в кваліфікаційних змаганнях учасниками, які виступали в основних (вечірніх) змаганнях, не враховуються при визначенні особистої першості.

Серед учасників, які не ввійшли в число допущених до основного змагання, місця розподіляються за результатами кваліфікаційного змагання.

§ 5. Оцінка результатів

1. При проведенні особисто-командних і командних змагань для визначення місць команд (а також при проведенні змагань з багатоборства) результати окремих учасників оцінюються за кожним номером програми.

Як правило, результати оцінюються в очках за діючою в легкій атлетиці таблицею, але дозволяється застосовувати інші системи оцінювання (наприклад, за здобутими місцями). В положенні про дане змагання обов'язково повинно бути зазначено, яку систему оцінювання прийняти.

2. В особисто-командних змаганнях при оцінюванні за таблицею результатів до заліку командної першості входять найкращі результати, незалежно від того, де вони здобуті: в кваліфікаційних, попередніх змаганнях або фіналах.

3. Якщо результати оцінюються за здобутими місцями, то визначення місць учасників провадиться згідно з вимогами § 35, пп 2 і 6, § 38, п. 3, § 50, пп 1 і 4, § 51, п. 4, § 62, пп 2 і 5 і § 64, п. 10.

Але в командних змаганнях чи матчевих зустрічах у тих випадках, коли показано однакові результати, і роз-

поділ місць не може бути здійснено без допоміжного змагання (див. § 38, п. 3 і § 51, п. 4, г), воно не проводиться і відповідні місця (очка) діляться.

§ 6. Відміна змагань

1. Відмінити змагання з одного або декількох видів чи з усієї програми має право організація, яка проводить їх.

Примітка. Про своє рішення організація, яка проводить змагання, повинна попередити головного суддю в письмовій формі.

2. Відмінити змагання, відкласти його початок, припинити розпочате змагання чи влаштувати тимчасову перерву має право головний суддя:

а) якщо місце змагання виявилось непридатним чи непідготовленим;

б) якщо немає устаткування чи інвентаря або вони не підготовлені (чи вийшли з ладу);

в) якщо проведенню змагань заважають несприятливі метеорологічні умови, настання темноти чи інші причини, які порушують нормальний хід змагання;

г) якщо відсутній медичний персонал;

д) якщо на старт змагання з окремого номера програми вийшов тільки один із заявлених учасників.

Примітка. Якщо цей номер програми входить до заліку командної першості, то змагання проводяться навіть при одному учаснику. В цьому разі результат, показаний учасником, входить до заліку команди, але особиста першість вважається не розіграною.

§ 7. Заяви і протести

1. В разі виникнення в учасників чи представників команд якихось питань чи сумнівів щодо правильності ходу змагань, а також у разі неправильних, на думку

учасників чи представників, рішень окремих суддів представники команд можуть звертатись до суддівської колегії з заявами чи протестами.

2. Заяву роблять представники в усній формі безпосередньо в ході змагання, не пізніше як через 15 хв. після випадку, що спричинився до неї.

З заявою слід звертатися до головного судді або його заступників. Якщо усна заява вимагає додаткового розгляду, представник повинен викласти свої претензії у вигляді обґрунтованого письмового протесту.

3. Протести подаються не пізніше як через годину після закінчення змагань з даного виду, але до початку наради суддівської колегії, де розглядають підсумки даного дня змагань.

4. Усна заява повинна бути розглянута негайно. Письмовий протест, якщо немає можливості розглянути його негайно, повинен бути розглянутий пізніше.

Примітка. При розгляді заяви, що надійшла, чи протесту з приводу ходу забігу або півфіналу ухвала має бути винесена до початку наступного кола. Якщо питання не можна розв'язати негайно, то учасник, поведінка якого викликала протест, може бути допущений до наступного змагання умовно.

Рішення по протесту оформляється письмовим висновком головного судді (його заступників) чи протоколом засідань суддівської колегії.

5. Заяви і протести, що стосуються права спортсмена брати участь у змаганні або його належності до тієї чи іншої команди, слід подавати в мандатну комісію або в організацію, яка проводить дане змагання.

II. УЧАСНИКИ ЗМАГАНЬ

§ 8. Вік учасників

1. Учасники змагань поділяються на такі вікові групи: підліткову (дівчатка і хлопчики 13 і 14 років), молодшу юнацьку (дівчата і юнаки 15 і 16 років), старшу юнацьку (дівчата і юнаки 17 і 18 років), групу дорослих — основну (жінки від 19 до 35 років, чоловіки від 19 до 40 років) і старшого віку (жінки 36 років і старші, чоловіки 41 року і старші).

2. Вік учасників підліткової і юнацької груп визначається за роком народження (без врахування дня народження).

3. Участь юнаків і дівчат старшої вікової групи в змаганнях молодшої групи, а також участь дорослих у змаганнях для юнаків і дівчат не дозволяється.

4. Участь юнаків і дівчат молодшої вікової групи в змаганнях старшої групи, а також участь юнаків і дівчат старшої вікової групи в змаганнях дорослих можуть дозволити в кожному окремому випадку: лікар, тренер і керівництво організації, яка проводить дане змагання.

5. Чоловікам і жінкам старшого віку дозволяється брати участь у змаганнях спортсменів основної групи. В цьому випадку їхні результати в залік командної першості ідуть тільки по основній групі (при збереженні права на особисту першість у групі старшого віку).

§ 9. Допуск учасників до змагань і заявки

1. До змагань учасники допускаються на підставі заявок, що їх організації подають у строк, установлений положенням про змагання.

2. Заявки повинні складатись у точній відповідності з положенням про змагання і вимогами цих правил. За-

повнення всіх граф відповідно до форми іменної заявки (див. додаток 3) обов'язкове. В разі, якщо цю умову не додержано, суддівська колегія не повинна приймати заявку.

3. Додаткова заявка, яка передбачає допуск до змагань нових учасників, повинна подаватись у формі, передбаченій для іменної заявки (див. додаток 3).

4. В разі якщо необхідно провести перестановки при розподілі номерів програми серед заявлених уже учасників, подається належної форми перезаявка (див. додаток 3а).

5. Додаткові заявки і перезаявки повинні подаватись не пізніше як за годину до початку встановленого дня змагань.

Примітка. Головному судді надається право визначити інші терміни подачі додаткових заявок і перезаявок, зробивши це до початку змагань.

6. До участі в змаганнях допускаються особи, які пройшли належне тренування і мають дозвіл лікаря.

7. Документом, що підтверджує дозвіл лікаря, є залікова класифікаційна книжка або іменна заявка, в якій проти прізвища кожного учасника стоїть віза лікаря і печатка, або індивідуальна довідка встановленого зразка.

§ 10. Обов'язки й права учасників

1. Учасник зобов'язаний знати правила, положення і всі умови проведення змагань з свого виду.

2. За недисциплінованість або некоректну поведінку учасника попереджують. За повторне порушення його можуть позбавити права брати участь у змаганні. За грубі порушення учасника можуть позбавити цього права без попередження.



3. Учасник змагання, що виявив явну технічну невідповідність до виступу з будь-якого виду легкої атлетики, може бути звільнений від змагання рішенням старшого судді з даного виду або головного судді.

4. До місць змагання учасники виходять групою, організовано, під керівництвом судді. Так само вони залишають поле після закінчення змагань. Якщо попередні і фінальне змагання відбуваються одне за одним, то учасники, які вибули після попередніх змагань, залишають поле до початку фіналу.

5. Учасники змагань мають бути готові до виступу в момент виклику їх суддею. Якщо учасник змагань з стрибків і метання не готовий, він може бути позбавлений чергової спроби.

6. При заявці учасника на змагання з бігу і стрибків, або з бігу і метання, або зі стрибків і метання, які проводяться відповідно до програми в один і той же час, учасник зобов'язаний виступати в бігу в установленій розкладом термін. Для участі в стрибках або метаннях суддівська колегія, якщо вона попереджена заздалегідь, відводить спортсменові інший час у межах графіка даного виду.

Примітка. При стрибках у висоту і з жердиною учасник починає стрибати з тієї висоти, яку він застав, прийшовши на змагання з даного виду.

7. У всіх випадках проведення змагань в окремих видах з фіналом спортсмен, який вийшов у фінал, має взяти в ньому участь, щоб дістати відповідне особисте місце.

Як виняток, дозвіл не брати участі у фіналі без втрати права на одержання особистого місця в стрибках і метаннях дається головним суддею (або його заступником) у разі хвороби (наприклад, травмування) спортсме-

на. Такий дозвіл може бути даний тільки на підставі письмового висновку лікаря даного змагання.

На місце, що звільнилося у фіналі, не дозволяється виставляти іншого учасника.

8. У питанні, зв'язаному з проведенням даного номеру змагання, учасник може звернутись за поясненням до старшого судді. Останній приймає рішення сам або дозволяє учасникові звернутись до головного судді чи його заступника.

§ 11. Костюм учасників і номери

1. Одяг учасника (майка, труси і туфлі) має бути чистий, охайний і добре припасований.

Примітки. 1. У змаганнях зі стрибків і метання дозволяється виступати в тренувальних брюках.

2. Не дозволяється виступати в коротких трусах (типу плавок) і в трикотажних трусах; в учасників бігу на 3000 м з перешкодами труси повинні бути виготовлені з тканини, яка не просвічується, коли її намочити у воді; не дозволяється виступати в занадто коротких майках або сорочках (коли видно тіло біля пояса).

3. Не дозволяється користуватися взуттям із вмонтованими в нього пристроями, внаслідок чого учасники діставали б якусь перевагу. Товщина підошви, включаючи нарізи, рубці тощо, не повинна перевищувати 13 мм. Учасники не повинні користуватися ніякими прокладками чи устілками, покладеними всередину чи прикріпленими зовні, які б збільшували товщину підошви понад установлений максимум (13 мм). Товщина каблука не повинна перевищувати товщину підошви більш як на 6 мм, а у взутті учасників спортивної ходьби — більш як на 13 мм. Максимальна кількість шипів на підошві — 6 і на каблуці — 2, причому довжина виступаючої частини кожного шипа не повинна перевищувати 25 мм, а діаметр — 4 мм. Учасникам можна дозволити виступати босоніж чи з одним черевиком.

В командних чи особисто-командних змаганнях учасники повинні виступати в присвоєній їхній організації єдиній спортивній формі з установленою емблемою.

2. Особисті номери (з чіткими цифрами висотою не менше як 20 см) видаються учасникам організацією, яка

проводить змагання. Номери повинні бути акуратно прикріплені до майки на грудях і спині. Учасники змагань всесоюзного і республіканського масштабу повинні мати номер і на тренувальному костюмі.

Примітки. 1. Учасникам змагань у стрибках з жердиною дозволяється мати тільки один номер — на спині.

2. Якщо учасникам видано тільки по одному номеру, то в змаганнях з бігу на короткі дистанції і стрибків з жердиною його належить прикріплювати на спину, а в решті видів — на груди.

§ 12. Представники й капітани команд

1. Кожна організація, яка бере участь у змаганні, повинна мати свого представника, якщо це передбачено положенням.

2. Представник є керівником команди. Він відповідає за дисципліну учасників і забезпечує їхнє своєчасне прибуття на місце змагання (чи місце збору).

3. Представник присутній на нарадах суддівської колегії (якщо вони проводяться разом з представниками).

4. Представникові забороняється втручатися в розпорядження суддів і осіб, які проводять змагання.

5. Представник не має права перебувати у місці, де безпосередньо проводять змагання.

6. Якщо команда не має спеціального представника, його обов'язки виконує капітан, призначений з числа учасників даної команди.

III. СУДДІВСЬКА КОЛЕГІЯ

§ 13. Склад суддівської колегії

1. Для проведення змагання створюється суддівська колегія. Її формує організація, котра проводить дане змагання. Головний суддя затверджується відповідною

радою Союзу спортивних товариств і організацій, яка проводить змагання.

2. Рішення суддівської колегії можуть бути переглянуті і скасовані відповідною радою Союзу спортивних товариств чи організацією, яка затвердила дану суддівську колегію, тільки в разі порушення нею правил змагань.

3. До складу суддівської колегії входять:

№№ пп	Назва суддівської посади	Кількість суддів залежно від масштабу змагань			
		всесоюзні, республіканські	крайові, обласні, АРСР	міські, районні	колективні фізкультурни
1	Головний суддя	1	1	1	1
2	Заступники головного судді	4—7	2—4	1—3	1
3	Головний секретар	1	1	1	1
4	Помічники головного секретаря	6—10	3—5	2—4	1
5	Стартери	2—3	1—2	1—2	1
6	Помічники стартерів	1—2	1—2	1	—
7	Судді на фініші	6—9	5—7	5—6	3—4
8	Судді на дистанції, етапах естафети і перешкодах	12—18	8—12	8—10	3—5
9	Судді-секундометристи	6—9	5—7	4—6	3—4
10	Судді з ходьби	10—12	8—10	6—8	2—4
11	Секретарі з бігу	1—2	1—2	1	1
12	Одна бригада суддів зі стрибків	5—7	4—5	3—4	3—4
13	Одна бригада суддів з метання	5—8	4—6	3—5	3—4
14	Судді при учасниках	2—3	1—2	1	—
15	Судді з інформації	4—6	3—5	2—3	1

Продовження

№ пп	Назва суддівської посади	Кількість суддів залежно від масштабу змагань			
		всесоюзні, республіканські	крайові, обласні, АРСР	міські, районні	колективні фізкультури
16	Судді з обладнання і інвентаря	2—3	1—2	1	—
17	Судді з нагородження	2—6	3—4	2—3	—
18	Лікарі змагань	2—3	1—2	1	1
19	Переглядова комісія	1—5	1—3	1—2	1

4. Для проведення змагань з будь-якого виду виділяється бригада суддів під керівництвом старшого судді.

5. Головний суддя, його заступники і головний секретар мають бути призначені заздалегідь, для того щоб завчасно розпочати підготовку змагань.

Примітки. 1. Кількість бригад і суддів у них визначається залежно від обсягу програми, графіка її проведення і кількості учасників у кожному виді.

2. При наявності в програмі бігу поза стадіоном до складу суддівської колегії додатково включаються судді на дистанції і харчувальних пунктах. Цих суддів очолюють начальники дистанції та їхні помічники. Кількість суддів залежить від довжини і характеру дистанції.

3. При застосуванні на змаганнях електромеханічних пристроїв (автохронометражу, фотофінішу, електровказників тощо) відповідні бригади можуть доповнюватись необхідною кількістю суддів і технічними працівниками.

4. У всіх випадках, коли до програми змагань входить біг на дистанції до 200 м включно або стрибки з розгону в довжину чи потрійний стрибок (включаючи проведення цих видів у багатоборствах), потрібне визначення напрямку і швидкості вітру (див. додаток 2, розділ II, п. 5), для чого слід залучати спеціалістів-метеорологів, кількість яких залежить від програми даного змагання.

5. Змагання рад ДСТ і відомств прирівнюються до відповідних територіальних.

§ 14. Головний суддя

1. Головний суддя — це керівник змагань, який очолює роботу суддівської колегії.

2. Головний суддя:

а) складає розклад змагань за днями і годинами, якщо такого немає в положенні;

б) відповідає за правильність підготовки місць змагань, обладнання й інвентаря, для чого перевіряє перед початком змагань стан усіх окремих місць змагань, стан бігових доріжок на стадіоні і дистанцій пробігів поза стадіоном, акт обміру бігової доріжки і дистанцій, наявність інвентаря та обладнання для проведення змагань (їхню придатність і відповідність правилам змагань), стан приміщень для учасників і суддів.

Примітка. Підготовку місць змагань забезпечує дирекція стадіону і організація, яка проводить дане змагання;

в) розподіляє суддів по окремих видах програми змагань;

г) стежить, щоб змагання проходили правильно і безперебійно, розв'язує різні питання і непорозуміння, що виникають;

д) призначає нове змагання між спортсменами, які мають, на його думку, на це право, якщо порушення правил одним учасником вплинуло на результати інших;

е) перевіряє і засвідчує правильність визначення всіх рекордних результатів;

є) проводить засідання суддівської колегії перед початком змагань, а також після його закінчення (або окремого дня змагань) для обговорення змагань і затвердження результатів;

ж) не пізніше як через 3 дні після закінчення змагань здає в організацію, яка їх проводила, і до президії колегії суддів письмовий звіт.

Примітка. У звіті має бути висвітлено таке:

- 1) точна назва змагання;
- 2) назва організації, що проводить змагання;
- 3) дата і місце проведення змагання;
- 4) кількість команд (організацій)-учасників;
- 5) кількість спортсменів-учасників (усього, з них жінок, чоловіків, дівчат, юнаків);
- 6) кількість учасників, які виконали норми майстра спорту, I, II, III, юнацьких (I і II) розрядів (усього, з них жінок, чоловіків, дівчат, юнаків);
- 7) стан і підготовка місць змагань;
- 8) погода (температура, вітер, опади, освітленість);
- 9) заяви і протести (чи були такі; які прийнято рішення);
- 10) команди, що зайняли перші шість місць;
- 11) спортсмени, які зайняли перші шість місць в особистій першості з кожного номера програми;
- 12) рекорди і найвищі досягнення (ким установлені, який результат, чи складений акт);
- 13) травми (чи були, яких ужито заходів);
- 14) технічна підготовка учасників;
- 15) кількість глядачів, які були присутні на змаганні, їхнє обслуговування (інформація, торгівля, підсобні приміщення тощо);
- 16) висновки і пропозиції.

До звіту обов'язково слід додати повний список суддів, які брали участь у змаганнях, зазначивши посаду і оцінивши роботу кожного.

3. Головний суддя своєю формою (кольором одягу) повинен помітно відрізнятись від решти суддів змагання.

4. Головний суддя має право:

а) відмінити змагання, відкласти його початок, припинити далі проведення і зробити тимчасову перерву у випадках, передбачених § 6, п. 2;

б) в разі потреби зробити зміни в розкладі змагання.

Примітка. Головний суддя не має права змінити встановлені положення умови розіграшу змагання;

в) не допускати до змагань осіб, які за віком, розрядом, костюмом і т. д. не відповідають вимогам правил чи положення про дані змагання;

г) усунути від дальшої участі в змаганні того, хто допустив грубість чи інший вчинок, негідний звання радянського спортсмена;

д) усунути від суддівства осіб, які припустилися грубих помилок або не спроможні виконувати покладені на них обов'язки;

е) скасувати рішення будь-якого судді, якщо головний суддя впевнений у його хибності.

Примітка. Скасувати рішення стартера головний суддя може тільки в тому разі, якщо він перебував поблизу місця старту. Це рішення він повинен прийняти негайно.

§ 15. Заступники головного судді

1. Заступники підлягають безпосередньо головному судді і працюють під його керівництвом. В разі коли він відсутній, один із заступників головного судді виконує його обов'язки, користуючись всіма відповідними правами.

2. Заступникам головного судді надаються окремі ділянки роботи: проведення змагань з бігу, стрибків, метання, ходьби, бігу і ходьби поза стадіоном; розподіл і облік роботи суддівських бригад; обладнання й інвентар; інформація й радіомовлення.

3. Заступники головного судді з бігу, стрибків, метання, ходьби, бігу і ходьби поза стадіоном виконують на своїй ділянці обов'язки, передбачені § 14.

4. Заступник головного судді з розподілу і обліку роботи суддівських бригад:

а) складає графік розподілу і завантаження суддівських бригад;

- б) розподіляє суддів по бригадах;
- в) веде таблицю явки і роботи суддів;
- г) стежить за роботою суддівських бригад і робить необхідні переміщення, викликані ходом змагань;
- д) складає характеристику роботи суддів (оцінки) для звіту головного судді.

5. Заступник головного судді з обладнання й інвентаря контролює своєчасну і правильну підготовку місць змагань, перевіряє наявність і придатність (у відповідності з правилами) необхідного обладнання і спортивного інвентаря, стежить за своєчасною доставкою його до місць змагань.

Примітка. В розпорядження заступника головного судді з обладнання й інвентаря дирекція стадіону або організація, що проводить змагання, виділяє коменданта і необхідну кількість робітників, які не входять до складу суддівської колегії.

6. Заступник головного судді з інформації та радіомовлення разом з судьями з інформації (дикторами, зв'язковими та ін.) організовує і здійснює інформацію учасників та глядачів, використовуючи в своїй роботі всі наявні в його розпорядженні засоби: радіо, телефон, дошки для об'яв тощо.

Він виділяє спеціального суддю для забезпечення представників преси необхідними інформаційними матеріалами про хід і результати змагань. На змаганнях всеосоюзного і республіканського масштабу ці функції виконує спеціальне прес-бюро, яке підлягає заступникові головного судді з інформації.

7. Кількість заступників головного судді визначається масштабом змагань.

§ 16. Головний секретар та його помічники

1. Головний секретар змагання:

- а) приймає іменні заявки;

- б) проводить жеребкування і складає забіги;
- в) підготовляє протоколи змагань, роздає протоколи суддям з окремих видів і вивішує копії протоколів для ознайомлення учасників і представників;
- г) контролює роботу секретарів з окремих видів;
- д) обробляє протоколи з окремих видів, веде облік очок при багатоборствах і виводить результати особистих та командних змагань;
- е) складає загальний технічний звіт з результатів змагань;
- є) заносить результати, показані учасниками, в їхні залікові класифікаційні книжки;
- ж) веде таблиць роботи суддів (при відсутності в складі суддівської колегії заступника головного судді з обліку роботи суддівських бригад);
- з) здає всі матеріали змагань (технічний звіт, результати особистої й командної першості, затверджені головним суддею, оригінали протоколів, заявки та ін.) в організацію, що проводила змагання.

2. Головний секретар відповідає за правильність обробки протоколів, підрахунок очок і визначення місць окремих учасників та команд.

Для проведення технічної роботи головний секретар, залежно від масштабу змагань, повинен мати необхідну кількість помічників (суддів), а також технічних працівників, які підлягають йому (друкарки, креслярі, ротаторники і т. д.).

§ 17. Стартер та його помічники

1. Бригада суддів на старті складається із стартера та його помічників. Кількість помічників стартера визначається залежно від об'єму бігових номерів у програмі змагання.

2. Основний обов'язок стартера — дати старт так, щоб ніхто з учасників не почав біг до стартового сигналу.

3. Стартер:

а) перед кожним стартом перевіряє готовність суддів на фініші;

б) стежить, щоб учасники не витрачали на підготовку місця старту занадто багато часу і були готові до моменту виклику їх на старт,

в) стежить за правильним положенням учасників на старті;

г) подає стартові команди й сигнали для початку бігу пострілом з пістолета чи голосом і змахом прапорця. Сигнал голосом і змах прапорця мають відбутися одночасно.

Під час подачі команд стартер повинен стояти на тому місці, звідки йому найкраще видно всіх учасників старту.

При бігові по окремих доріжках із зміщеними стартами рекомендується подавати команди по радіо. При цьому біля стартера повинен стояти мікрофон, а біля кожного старту — репродуктор.

При відсутності такого обладнання стартер повинен перебувати по можливості на однаковій віддалі від кожного учасника старту.

4. Бажано, щоб стартер мав невелику переносну вишку, звідки його краще видно суддям-секундометристам.

У разі необхідності можна застосовувати також переносний екран (закріплений позаду стартера на вищій чи ручній).

5. Стартер одноосібно вирішує питання про правильність старту.

Його рішення може скасувати тільки головний суддя (або заступник головного судді), якщо останній перебував поблизу місця старту.

6. Своїм одягом (його кольором) стартер повинен помітно вирізнятись серед решти суддів, щоб його було добре видно в момент подання старту.

7. Помічник стартера:

а) перевіряє явку учасників чергового забігу (звіряє прізвище, організацію, нагрудний і наспинний номери, відповідність костюма правилам змагання) і робить про це позначку в стартовому протоколі;

б) проводить жеребкування доріжок серед учасників (якщо цього не зроблено раніше);

в) заносить до стартового протоколу усі зауваження й рішення стартера про порушення учасниками правил;

г) стежить за правильністю положення бігунів на старті;

д) ставить кожного учасника на відповідну доріжку або місце на старті, викликаючи їх на «лінію збору»;

е) забезпечує наявність на старті колодок і естафетних паличок.

8. Якщо помічник стартера відсутній, усі його обов'язки виконує стартер.

§ 18. Судді на фініші

1. Судді на фініші визначають порядок (послідовність) приходу учасників на фініш, а також ведуть облік кругів, які пройшов кожен учасник забігу, і повідомляють йому кількість кругів, що залишились.

Коли учасник бігу починає останній круг, подається сигнал дзвоном (гонгом). При бігові на короткі дистанції судді повинні ретельно визначати відстань на фініші (метраж) між окремими учасниками забігу в межах наявної на доріжці перед фінішем розмітки.

2. Судді на фініші розміщуються на продовженні лінії фінішу, на суддівській вишці, встановленій за 5 м і біль-

ше від найближчого фінішного стояка, на внутрішнім боці бігової доріжки (виняток див. в примітці до п. 22, § 30).

3. Спірні питання між суддями на фініші вирішує старший суддя на фініші.

4. Старший суддя на фініші керує роботою суддів на фініші, а також суддів на дистанції, перешкодах і етапах у змаганнях, які проводяться на стадіоні.

Він перевіряє також розташування бар'єрів і перешкод на доріжці.

5. Старший суддя на фініші веде протокол послідовності приходу учасників на фініш з зазначенням відстані (метражу) між окремими учасниками, які закінчують дистанцію забігу, і, засвідчивши своїм підписом, передає після закінчення забігу секретареві з бігу.

6. На великих змаганнях із значною кількістю учасників може бути призначений заступник головного судді з бігу, якому доручають керівництво роботою всіх суддівських бригад, що обслуговують змагання з бігу і ходьби.

7. Під час змагань з бігу і ходьби на 3000 м і більше старший суддя на фініші розподіляє між суддями учасників забігів (не більше трьох на кожного). Судді стежать за кількістю пройдених кожним учасником кругів, реєструючи ці дані, і повідомляють учасника про кількість кругів, що залишилось пробігти.

Примітка. На всесоюзних і міжнародних змаганнях рекомендується, щоб судді на фініші одночасно з реєстрацією кількості пройдених кругів відзначали й час проходження учасником лінії фінішу на кожному кругі.

8. При «годинному» бігові (ходьбі) судді на фініші повідомляють учасників, яких вони контролюють, про кількість пройдених кругів.

За хвилину до закінчення бігу (ходьби) подають сигнал. За цим знаком судді прямують до місця, де учасник,

якого вони контролюють, приблизно має закінчити біг, супроводжують його до останнього сигналу, що сповіщає про закінчення бігу, і фіксують місцезнаходження бігуна в цей момент.

§ 19. Судді на дистанції, перешкодах і етапах естафет

1. Судді на дистанції і перешкодах:

а) стежать за додержанням учасниками правил бігу (за правильністю проходження дистанції) і в разі їхнього порушення негайно повідомляють про це старшого суддю. Виявлені факти порушення фіксують у протоколі;

б) при бігові з бар'єрами і перешкодами (стипль-чез) стежать за правильністю їхнього подолання, а також за тим, щоб повалені бар'єри були своєчасно й акуратно поставлені на місце.

2. При бігові по окремих доріжках на кожному повороті повинно бути не менше двох суддів.

3. Судді на етапах естафет:

а) реєструють учасників команд на своєму етапі;

б) стежать за порядком на ньому;

в) повідомляють на старт про готовність етапу;

г) стежать за правильністю передачі естафети і в разі порушення правил негайно повідомляють про це старшого суддю.

Виявлені факти порушення фіксують у протоколі.

Примітка. Спосіб повідомлення про готовність на етапі чи про порушення правил визначається заздалегідь (наприклад, підняттям прапору, по телефону, за допомогою світлової сигналізації і т. п.).

4. Кількість суддів на етапах визначається залежно від кількості команд, що беруть участь у забігу, але на кожному етапі їх повинно бути мінімум двоє.

5. В змаганнях на стадіоні судді на дистанції, переходах і етапах підкоряються старшому судді на фініші, який і розподіляє між ними обов'язки.

6. В змаганнях поза стадіоном (пробіги, кроси, ходьба) призначається начальник дистанції, який:

а) вибирає і вимірює дистанцію, про що складається акт;

б) намічає місця розташування контрольних і харчувальних пунктів;

в) розставляє суддів на дистанції, керує їхньою роботою, стежить за розміткою дистанції;

г) перед початком змагань доповідає головному судді про готовність дистанції;

д) після закінчення змагань знімає суддів на дистанції і разом з ними перевіряє за контрольними листками правильність проходження дистанції учасниками;

е) повідомляє (в письмовій формі) головного суддю про проходження учасниками дистанції і можливі порушення правил.

7. Судді на дистанції контролюють правильність проходження учасниками дистанції, про кожен випадок порушення правил негайно роблять відповідний запис у протоколі (який після закінчення змагання передають начальникові дистанції), ведуть запис особистих номерів спортсменів, які проходять повз них, контролюють здачу талонів від карток учасника (при масових кросах) і записують особисті номери тих, що зійшли з дистанції.

§ 20. Судді-секундометристи

1. Судьями-секундометристами на змаганнях, як правило, слід призначати осіб, що пройшли відповідну перевірку і входять до складу суддівських комісій секундометристів.

2. Судді-секундометристи визначають час проходження учасниками дистанцій в бігові і ходьбі.

Кожний суддя-секундометрист може визначати час одного або двох учасників (працюючи з одним або двома секундомірами).

3. Судді-секундометристи розташовуються на продовженні лінії фінішу на суддівській вищці, передній край якої повинен знаходитись за 5 м і більше від найближчого фінішного стояка. Вони займають місця в тому порядку, в якому прийматимуть на фініші бігунів: ті, що приймають першого, займають горішні місця.

4. Секундоміри пускають у момент появи вогню або диму з пістолета стартера або в момент початку руху прапорця і зупиняють в момент, коли учасник забігу грудьми торкнеться уявної площини фінішу.

5. Судді-секундометристи повідомляють показання свого секундоміра (не обговорюючи їх з іншими суддями-секундометристами) старшому судді-секундометристу, а на його вимогу пред'являють йому і секундомір.

В разі розходження думок щодо оцінки показання секундоміра вирішальне слово належить старшому судді-секундометристу.

6. Після запису часу суддя-секундометрист має право поставити стрілки секундоміра на нуль тільки з дозволу старшого судді-секундометриста.

7. Час учасника, який закінчує дистанцію першим, повинен фіксуватися трьома суддями-секундометристами.

8. Роботою суддів-секундометристів керує старший суддя-секундометрист. Він розподіляє обов'язки (порядок прийому) між суддями-секундометристами і після закінчення забігу записує показання секундомірів в протокол, який стверджує своїм підписом, а потім передає

його секретареві з бігу. В момент старту старший суддя секундометрист пускає запасний секундомір для контролю часу і, якщо у кого-небудь із суддів секундомір зіпсується, передає контрольний секундомір цьому судді. В його обов'язки входить звірка секундомірів перед початком змагання.

При проведенні змагань з бігу на короткі дистанції старший суддя-секундометрист повинен порівнювати запис часу із записом метражу на фініші і, зважаючи на дані метражу, внести відповідні поправки в протокол показань секундомірів.

Примітка. При розходженні думок старшого судді-секундометриста і старшого судді на фініші спірне питання вирішує головний суддя або його заступник.

§ 21. Судді з ходьби

1. До суддівства змагань з спортивної ходьби повинні, як правило, залучатися судді, котрі входять до складу комісії з спортивної ходьби (див. додаток 4).

2. Судді з ходьби визначають правильність руху скороченів і фіксують випадки порушення ними правил.

3. Змаганням з ходьби керує старший суддя з ходьби, який визначає кількість суддів залежно від кількості учасників, місця проведення змагання і методів контролю за учасниками.

4. При ходьбі по стадіону рекомендується бігову дорожку розбивати між окремими суддями з ходьби на ділянці по 40—80 м, в межах яких вони повинні стежити за учасниками. Судді вибирають місце так, щоб їм було зручно спостерігати за учасниками на всій своїй ділянці.

Старший суддя з ходьби перебуває посередині поля.

5. В змаганнях з ходьби поза стадіоном частина суддів займає місця вздовж дистанції, а деякі з них їдуть на машинах, супроводжуючи окремих учасників або групу їх.

6. Судді з ходьби в разі коли спортсмени застосовують спосіб, який може призвести до порушення правил ходьби, попереджують винних, а в разі прямого порушення правил — усувають їх від дальшої участі в змаганнях. Якщо учасникові треба зробити попередження або зняти його, суддя повідомляє про це старшого суддю в письмовій формі (див. додаток За). Правильність ходьби кожен суддя визначає самостійно, але рішення про зняття учасника з дистанції або про попередження його виносить старший суддя на підставі повідомлення про це мінімум двох суддів.

7. Старший суддя розв'язує можливу незгоду між суддями і на підставі поданих ними записів остаточно затверджує рішення про попередження або зняття учасника. Старший суддя повинен вести облік поданих йому суддівських записок, а також оголошених попереджень і зняття учасників.

8. Рішення про зняття учасника з дистанції або про оголошення йому попередження повідомляють голосом: суддя голосно називає особистий номер учасника і показує йому червоний (при знятті з дистанції) або білий (при оголошенні попередження) прапорець. Про зняття учасника або зроблене йому попередження повідомляється по радіо.

Примітка. Учасник, якому зробили попередження, повинен підняти вгору руку на підтвердження того, що він чув його.

§ 22. Секретарі з бігу (ходьби)

1. Для ведення протоколу змагань з бігу (ходьби) призначається секретар, підлеглий старшому судді на фініші.

2. Секретар з бігу (ходьби):

а) заносить до протоколу забігу порядок закінчення учасниками дистанції відповідно до запису старшого судді на фініші й результати учасників відповідно до запису старшого судді-секундометриста (до протоколу заносяться показання всіх секундомірів);

б) за вказівкою старшого судді на фініші до протоколу заносяться всі зауваження, що стосуються ходу змагання з бігу і ходьби (до протоколу додаються всі записи суддів);

в) після закінчення змагань з даного виду дає протокол на підпис старшому судді на фініші й старшому судді-секундометристові;

г) передає судді-інформаторові (диктору) результати забігу;

д) здає оформлений протокол головному секретареві.

§ 23. Секретарі зі стрибків і метання

1. Для проведення змагань з кожного окремого виду стрибків і метання призначається бригада суддів, яка складається із старшого судді, суддів-вимірювачів та секретаря (на змаганнях всесоюзного і республіканського масштабів секретарів повинно бути мінімум двоє).

2. Старші судді зі стрибків і метання:

а) перевіряють перед початком змагання з свого виду правильність підготовки місця змагання;

б) забезпечують організоване й чітке проведення свого номера програми і стежать за порядком на місці змагання;

в) стежать за виконанням стрибка чи метання, визначають його правильність і слідкують за вимірюванням результатів, правильністю ведення та оформлення протоколу. Їхнє рішення щодо визначення правильності виконання стрибка або метання остаточне;

г) мають право зняти учасника зі змагання в разі його явної технічної невідповідності;

д) в разі встановлення рекорду проводять у присутності головного судді або його заступника контрольне вимірювання результату, зважування і вимірювання снаряда, яким було досягнуто рекордного результату;

е) після закінчення номера програми стверджують протокол змагання своїм підписом.

3. Судді-вимірювачі зі стрибків або метання:

а) після сигналу старшого судді з даного виду про правильність виконання учасником спроби відмічають кілочком місце приземлення стрибуна або падіння снаряда і потім вимірюють результат (забороняється відмічати й заміряти результати, не зараховані старшим суддею);

б) при стрибках у висоту і з жердиною за вказівкою старшого судді встановлюють і вимірюють висоту планки;

в) при стрибках з жердиною забирають останню, коли її випустив стрибун.

4. Секретарі зі стрибків і метання:

а) реєструють у протоколі наявність записаних учасників;

б) викликають їх для виконання стрибків або метання;

в) за вказівкою старшого судді з даного виду заносять до протоколу номери кілочків учасників змагань з метання, які повідомляють судді-вимірювачі, і результати вимірювання стрибків або кидків. Якщо секретарів

декілька, то після кожної серії спроб вони повинні звірити свої записи в протоколі;

г) здають оформлений протокол головному секретареві.

§ 24. Судді при учасниках

1. Судді при учасниках підготовляють їх до виходу, перевіряють явку спортсменів за протоколом змагання, стежать, щоб вони були вдягнені за формою, мали правильно прикріплені номери, а потім відсилають їх до місця проведення змагання.

2. На великих змаганнях один з суддів при учасниках призначається старшим і керує роботою решти колег.

§ 25. Судді з інформації

1. Суддя з інформації (диктор) безпосередньо підлягає заступникові головного судді з інформації й радіомовлення.

2. Суддя з інформації:

а) оголошує результати і передає інформацію (пов'язану з ходом змагання) для глядачів, учасників і суддів;

б) використовує в своїй роботі всі наявні в його розпорядженні засоби зв'язку: телефон, радіо, рупор тощо;

в) організує інформацію так, щоб вона не заважала учасникам і суддям.

3. Бригада суддів з інформації складається з дикторів, зв'язкових, тих, хто пише тексти передач, і т. д. Кількість їх залежить від масштабу і обсягу змагань.

4. При відсутності заступника головного судді з інформації й радіомовлення його функції виконує суддя з інформації.

§ 26. Судді з обладнання й інвентаря

1. Суддя з обладнання й інвентаря працює під керівництвом заступника головного судді з обладнання й інвентаря.

2. Суддя з обладнання й інвентаря:

а) до початку змагань перевіряє якість підготовки місць змагань і відповідність наявного обладнання та інвентаря існуючим правилам;

б) забезпечує своєчасну доставку інвентаря і обладнання на місця змагань;

в) керує виділеними для обслуговування змагання робітниками;

г) при відсутності заступника головного судді з обладнання й інвентаря виконує його функції.

§ 27. Судді з нагородження

1. Судді з нагородження здійснюють підготовку дипломів, медалей, призів і т. д. для вручення їх переможцям, ведуть всю відповідну документацію, збирають учасників-призерів і виводять їх до місця нагородження, забезпечують зв'язок з судьями-інформаторами та оркестром (радіовузлом).

2. Суддів з нагородження об'єднують у бригаду, яка працює під керівництвом старшого судді з нагородження.

3. Членам бригади суддів з нагородження можуть бути доручені підготовка й проведення церемоній (парадів) відкриття і закриття змагань.

§ 28. Лікар змагань

1. Лікар змагань входить до складу суддівської колегії на правах заступника головного судді з медичної частини.

2. Лікар змагань:

а) перевіряє наявність в учасників медичної документації й правильність її заповнення;

б) здійснює лікарський нагляд за учасниками в процесі змагання;

в) організує контрольньо-лікарські обстеження учасників за спеціальними показниками (захворювання травми і т. д.) й дає висновок про можливість продовження змагання;

г) стежить за додержанням санітарно-гігієнічних вимог під час змагання;

д) забезпечує надання медичної допомоги при ушкодженнях і захворюваннях;

е) бере безпосередню участь в організації й роботі харчувальних пунктів на дистанції;

є) після закінчення змагання подає в організацію яка проводить його, звіт про медико-санітарне забезпечення змагання з висновками й пропозиціями.

Примітка. При проведенні змагання великого масштабу для його обслуговування залучають необхідну кількість медичних працівників і призначають головного лікаря змагання, який керує всією роботою по медичному обслуговуванню.

§ 29. Переглядова комісія

1. Переглядову комісію призначають з числа найбільш кваліфікованих суддів на змагання від всеосяжного до міського масштабів включно відповідні президії колегій суддів.

Примітки. 1. Доцільність призначення переглядової комісії на змагання меншого масштабу визначає відповідна президія суддівської колегії.

2. Із складу комісії відповідна президія затверджує голову комісії.

3. На невеликих змаганнях замість комісії може бути призначений тільки один суддя.

2. Члени переглядової комісії входять до складу суддівської колегії змагань, проте вони підлегли й підзвітні президії колегії суддів, що їх призначила.

3. Переглядова комісія:

а) всебічно і об'єктивно оцінює якість підготовки та проведення змагання;

б) вивчає роботу суддівської колегії даного змагання;

в) надає допомогу членам головної суддівської колегії й оцінює їхню роботу.

4. Після проведення змагання переглядова комісія складає звіт президії колегії суддів, що її призначила. В звіті коротко висвітлюється хід минулих змагань, зазначаються їхні позитивні й негативні сторони, даються пропозиції щодо оцінки проведення змагань загалом і роботи окремих членів головної суддівської колегії.

IV. БІГ І ХОДЬБА

A. Місця змагань і устаткування

§ 30. Загальна частина

1. Всі види змагань з бігу й ходьби на стадіоні проводяться на біговій доріжці, яка являє собою замкнутий контур, що складається з двох прямих і двох поворотів (рис. 1).

2. Довжина бігової доріжки може бути від 300 до 500 м; найбільш поширена й зручна для проведення змагань доріжка завдовжки в 400 м.

3. Рекомендована ширина бігової доріжки 8,75 м по кругу і 10 м на одній із прямих.

4. Уклон бігової доріжки не повинен перевищувати 1 : 1000 в напрямку бігу (на прямій) і 1 : 100 в попереч-

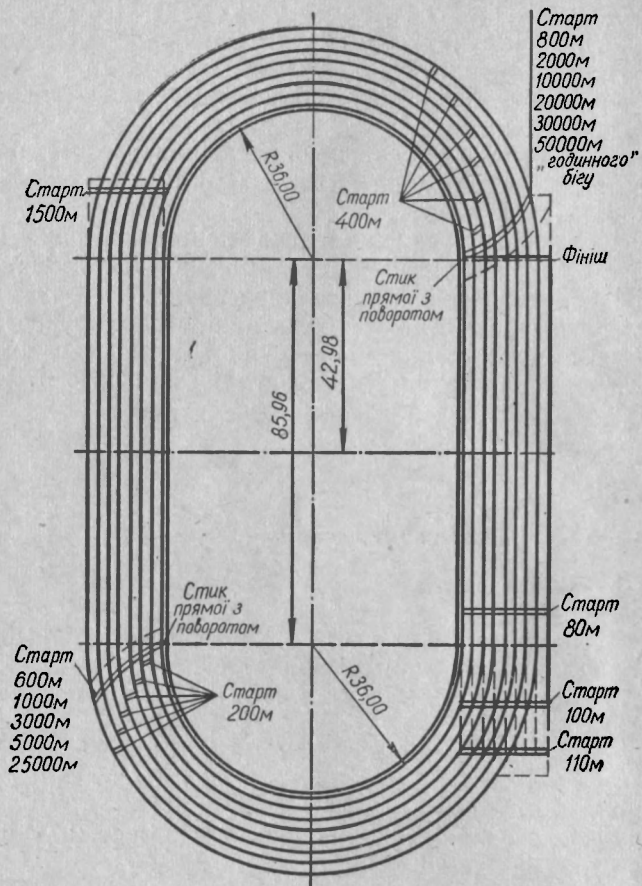


Рис 1. Схема 400-метрової доріжки.

ному напрямку (як на прямих ділянках, так і на поворотах).

5. Бігова доріжка відокремлюється від внутрішнього поля бровкою, що зроблена з твердих матеріалів і виступає над поверхнею бігової доріжки на 5 см. Ширина бровки не більше 5 см. Верхній край бровки повинен бути заокругленим. Бровку фарбують у білий колір. Вся внутрішня бровка повинна лежати в одній горизонтальній площині.

Якщо піднятої матеріальної внутрішньої бровки немає зовсім або частково (наприклад, при проведенні бігу на 3000 м з перешкодами), її слід замінити крейдяною лінією завширшки 5 см. На цій лінії на віддалі не більше ніж 5 м одна від одної встановлюють прапорці, держална яких нахилена всередину кола приблизно під кутом 60°. Розмір прапорця приблизно 25×20 см. Держално прапорця виступає над рівнем землі на 45—50 см.

6. З внутрішнього й зовнішнього боків доріжки має бути смуга завширшки не менше 1 м, вільна від предметів, що заважають бігові (зона безпеки).

7. У всіх видах бігу по прямій (до 110 м з бар'єрами включно) на доріжці повинно бути забезпечено близько 5 м вільного простору перед лінією старту й близько 15 м після лінії фінішу, тобто пряма доріжка повинна мати близько 130 м.

8. При бігу на дистанції до 400 м включно кожен бігун повинен мати окрему доріжку шириною 125 см кожна.

Примітки. 1. Рекомендується, щоб при бігові на дистанції 600, 800 і 1000 м учасники, які стартують у поворот, мали кожний окрему доріжку на протязі всього стартового повороту.

2. В окремих випадках, залежно від місцевих умов, за рішенням головного судді допускається скорочення ширини доріжок на 5—10 см. В цьому разі зміщення місць стартів (див. додаток 1) повин-

ні бути перераховані. Всі доріжки відокремлюються одна від одної білими лініями завширшки 5 см. Ширина лінії праворуч за рухом бігуна входить в ширину його доріжки.

9. Довжина бігової доріжки стадіону, а також окремих доріжок на ній рахується по умовних «лініях вимірювання», віддалених: для всієї кругової доріжки і для першої окремої доріжки на 30 см від внутрішнього краю доріжки (внутрішньої бровки), для решти доріжок — 20 см від зовнішнього краю білої лінії внутрішньої (лівої) доріжки (див. додаток 1).

10. Вимірювання бігових доріжок проводять металевою рулеткою, яка має клеймо державної контрольної організації.

Вимірювання дистанцій поза стадіоном рекомендується проводити за допомогою землемірної стрічки.

Не дозволяється проводити вимірювання дистанцій спідометром автомобіля, мотоцикла, велосипеда тощо.

Дистанцію великих пробігів або кросів вимірює спеціально утворена комісія з 3—5 суддів, яка складає відповідний акт і здає його в організацію, що проводить змагання.

11. На біговій доріжці білими лініями, проведеними під прямим кутом до внутрішньої бровки, розмічаються місце загального фінішу і старту на окремих доріжках. При бігові по загальній доріжці стартувану лінію проводять не перпендикулярно до бровки, а по кривій лінії, вигнутій так, щоб незалежно від того, чи попаде вона на пряму ділянку, а чи опиниться на повороті, з будь-якої її точки до місця гаданого переходу бігунів до внутрішньої бровки всі учасники мали пробігти однакову відстань (криволінійний старт).

Способи розмітки такого старту зазначені в додатку 1.

12. Кожен старт відмічають білою лінією шириною 5 см, яку наносять всередині даної дистанції. Таким чином, ширина лінії входить у довжину вимірюваної дистанції.

13. На старті дистанцій, що проходять по загальній доріжці, на віддалі близько 3 м до стартових ліній проводяться «лінії збору». Щоб ці лінії краще відрізнялись від стартових, бажано наносити їх іншим кольором або робити переривчастими.

14. На старті дистанцій, що проводяться на окремих доріжках, необхідно написати порядковий номер кожної з них (рахунок починати з внутрішньої бровки) на землі або на покажчику, що встановлюється позаду стартової лінії.

15. На старті бігу, що проводиться по окремих доріжках, повинні бути стартові колодки або станки загальною кількістю не менше, ніж кількість окремих доріжок.

16. Стартові колодки (станки) можуть бути довільної жорсткої конструкції, яка дозволяє регулювати нахил площадок для відштовхування і віддалі між ними, але вони не повинні мати пружин або інших пристроїв, які могли б полегшити учасникові взяття старту.

Колодки повинні бути переносні і легко встановлюватись. Кожний учасник може мати свої власні стартові колодки і не зобов'язаний надавати їх іншим учасникам.

17. Фініш на біговій доріжці робиться загальний для всіх дистанцій. Його розміщують в кінці однієї з прямих, там де вона з'єднується з поворотом.

18. Лінія фінішу шириною 5 см проводиться поперек усієї бігової доріжки і в довжину дистанції не входить. Вертикальна площина, що проходить через передній (за рухом бігуна) край цієї лінії, називається площиною фінішу.

19. Обабіч бігової доріжки на продовженні фінішу ставлять два фінішні стояки висотою 137 см (від поверхні доріжки), шириною 8 см і завтовшки 2 см (рис. 2).

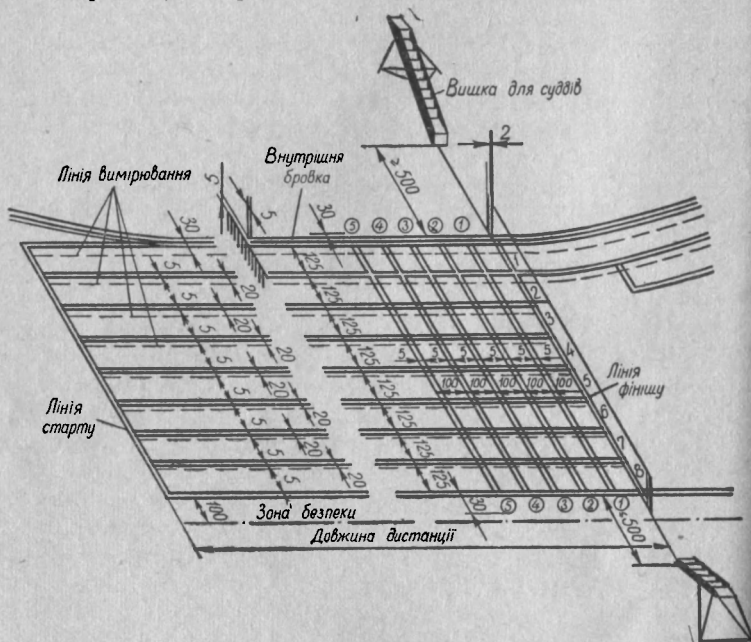


Рис. 2. Схема розмітки бігової доріжки на старті й фініші.

Стояки встановлюють на віддалі 30 см від доріжки так, щоб вони були звернуті до неї своєю вузькою стороною. Близька до бігуна грань стояків повинна збігатися з площиною фінішу.

До цієї грані стояків прикладають стрічку — білтасьму шириною 1 см або білу шерстяну нитку. Стрічку

(нитку) протягують на висоті 122 *см* для чоловіків і юнаків старшого віку і 110 *см* — для решти груп учасників. На стояках роблять відповідні помітки.

Стрічку, натягнуту впоперек доріжки, тримають з обох боків судді на фініші. Тільки-но бігун торкнеться стрічки, її негайно відпускають. Прив'язувати стрічку до стояка забороняється. Шерстяну нитку прикріплюють до стояків, і її розриває бігун, який фінішує.

Примітка. При сильному вітрі, що відхиляє фінішну стрічку (нитку) від створу фінішу, нею за рішенням головного судді не користуються.

20. Останні 5 *м* дистанції (перед лінією фінішу) розмічають упоперек всієї доріжки через кожний метр білими лініями. Обабіч цих ліній ставлять (за межами доріжки) двобічні покажчики, на яких зазначено кількість метрів, що залишилися до фінішу (див. рис. 2).

21. За лінією фінішу, навпроти кожної окремої доріжки, на землі пишуть порядковий номер останньої (починаючи від внутрішньої бровки).

22. По обидва боки бігової доріжки навпроти фінішної лінії встановлюють суддівські вишки: одну — для суддів на фініші, другу — для суддів-секундометристів.

Примітка. В окремих випадках дозволяється розташування суддів на фініші і суддів-секундометристів на одному боці.

Передній край цих вишок повинен бути розташований не ближче 5 *м* від бігової доріжки. Біля фінішу повинен стояти столик для секретаря з бігу.

23. Для подання сигналів старту й суддям на етапах про готовність суддів-секундометристів і суддів на фініші, а також сигналу про готовність суддів на етапах користуються кольоровими прапорцями або світлофорами.

24. На фініші повинен бути дзвін (гонг) для подання сигналу в момент початку останнього круга під час бігу і ходьби.

25. Для визначення порядку приходу бігунів на фініш рекомендується мати спеціальну камеру фотофінішу, користування якою полегшує і поліпшує роботу суддів на фініші.

26. Для естафетного бігу на кожному етапі розмічають зону передачі естафети довжиною 20 м. Вона обмежується двома поперечними лініями на віддалі 10 м уперед і назад від початку етапу й позначається при бігові по окремих доріжках — на кожній з них, а при бігові по загальній доріжці — впоперек усїєї бігової доріжки. Ширина (5 см) розмітки зони передачі входить у розмір зони.

Примітка. При бігові по загальній доріжці для орієнтації учасників і суддів на продовженні суміжних ліній зон передач рекомендується на відстані не менше 30 см від їхніх кінців встановлювати кольорові прапори на держалнах заввишки не менше 1,5 м над рівнем землі.

27. Естафета — порожниста всередині паличка циліндричної форми (отвори в торцях повинні бути закриті) — може бути виготовлена з будь-якого твердого матеріалу; вона повинна мати зовнішній діаметр від 3,8 до 4 см, довжину — від 28 до 30 см і вагу — не менше 50 г. Естафета для молодшої й підліткової групи може мати діаметр 3 см і не бути порожнистою.

28. В закритому приміщенні всі види бігу можна проводити на ґрунтовій доріжці чи на підлозі. Дозволяється устеляти підлогу гумовою (гладенькою або рубчастою) доріжкою, яка має бути закріплена і не зміщуватися при бігові по ній.

Довжина прямої в приміщенні має бути не менше

30 м і, крім того, повинна мати не менше 2 м до лінії старту і 8 м за лінією фінішу. Стіна проти фінішу має бути закрита матами на висоті 1,5—2 м.

§ 31. Бар'єрний біг

1. Бар'єр складається із перекладини, закріпленої на кінцях вертикальних стояків, що мають підніжки (рис. 3). Стояки з'єднані біля основи чи трохи вище другої перекладини. Стояки закріплюються на самому кінці кожної підніжки.

Стояки, нижню перекладину і підніжки можна виготовляти з металевих трубок або дерева. Стояки і підніжки можуть бути додатково закріплені підкосами. За конструкцією бар'єр може мати постійну висоту чи бути універсальним, тобто таким, в якому можна міняти висоту.

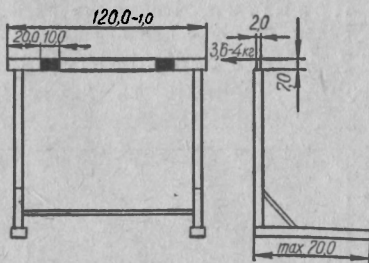


Рис. 3. Бар'єр.

Не дозволяється користуватись бар'єрами з верхньою рамою, яка перекидається на осях для двох висот бар'єра.

Верхня перекладина повинна обов'язково бути дерев'яна. Розміри її (для бар'єрів усіх типів): довжина — 120 см (допустиме відхилення — 1 см у бік зменшення), ширина — 7 см, товщина — 2 см.

Верхні ребра перекладини мають бути заокруглені. Перекладину фарбують у білий колір, а на віддалі 20 см від її кінців роблять по одній вертикальній смузі (завширшки 10 см) темного кольору. Решту частин бар'єра фарбують у неяскравий колір. Найбільша довжина

підніжки бар'єра — 70 см і найменша вага бар'єра — 10 кг.

Бар'єр повинен перекидатись, коли до середини його верхньої перекладини докладено горизонтальну силу мінімум 3,6 і максимум 4 кг.

Конструкція висувного бар'єра має бути така, щоб при будь-якій висоті для перекидання його потрібна була зазначена вище горизонтальна сила.

Примітка. Найменша вага бар'єра висотою 60 см — 8 кг, а зусилля, потрібне для перекидання цього бар'єра, — від 1 до 1,5 кг.

2. Висота бар'єрів і їхнє розташування для різних категорій учасників та дистанцій зазначені в наведеній нижче таблиці:

Дистанція в м	Категорії учасників	Висота бар'єра, м	Кількість бар'єрів на одній доріжці	Відстань в м		
				від старту до першого бар'єра	між бар'єрами	від останнього бар'єра до фінішу
60	Дівчатка	60,0	6	12,00	7,30	11,50
80	Хлопчики, дівчата молодшого віку	76,2	8	12,00	8,00	12,00
100	Дівчата старшого віку та жінки	76,2	10	18,00	8,50	10,5
80	Юнаки молодшого віку	91,4	8	12,00	8,50	8,50
110	Те ж саме	91,4	10	13,72	8,50	19,78
110	Юнаки старшого віку	100,0	10	13,72	8,80	17,08
110	Чоловіки	106,7	10	13,72	9,14	14,02
200	Чоловіки і юнаки старшого віку	76,2	10	18,29	18,29	17,10
300	Юнаки старшого віку	76,2	8	45,00	33,00	24,00
400	Чоловіки	91,4	10	45,00	35,00	40,00

Примітки. 1. Припустиме відхилення висоти окремих бар'єрів $\pm 0,3$ см.

2. Якщо через умови закритого приміщення біг з бар'єрами ньюму проводять на дистанціях, не передбачених вищенаведеною

таблицею, то довжина цих дистанцій, висота й кількість бар'єрів мають бути обумовлені в положенні про дані змагання; при цьому, визначаючи віддалі від старту до першого бар'єра й між бар'єрами, а також висоту бар'єра, слід зважати на категорію учасників (можна керуватися вищенаведеною таблицею).

3. Бар'єр ставлять так, щоб підніжки були повернені в бік старту. Бар'єри, що стоять на сусідніх доріжках, не повинні торкатись один одного.

§ 32. Біг з перешкодами (стипль-чез)

1. Біг проводять на дистанції 3000 м по біговій доріжці стадіону, частково використовуючи один з секторів (залежно від розташування ями з водою).

2. На кожному крузі є 5 перешкод. Одна з них має додаткову яму з водою, розташовану за цією перешкодою (по ходу руху бігуна).

Загальна кількість перешкод на дистанції — 35, у тому числі яму з водою долають 7 разів.

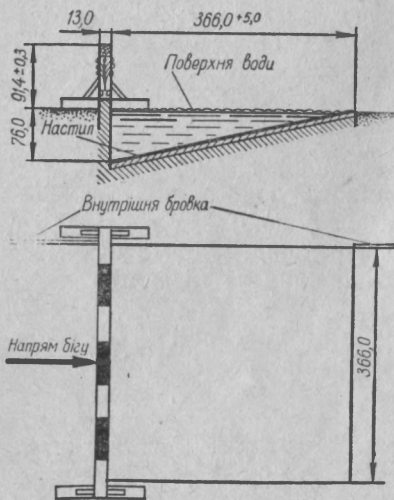
П р и м і т к а. Як правило, дистанція 3000 м складається із семи повних кругів і відрізка, на величину якого відносять лінію старту. Тут бігуни не повинні долати перешкоди, а якщо останні припадають на цей відрізок, їх на період проходження його бігунами після старту треба прибирати.

Перешкоду біля ями з водою на кожному крузі долають четвертою.

3. Яма з водою розташована на повороті, протилежному фінішу, і може міститися як усередині бігової доріжки (в секторі), так і поза нею (за зовнішньою бровкою). Розміри ями з водою в (плані) — 366 × 366 см (відхилення розміру довжини ями — в напрямку бігу — не повинно перевищувати 5 см у бік збільшення). Вона має похиле дно, яке біля перешкоди розташовано на глибині 76 см і поступово підіймається до рівня бігової

доріжки на протилежному від перешкоди кінці ями (рис. 4).

Дно ями повинно бути водонепроникне, неслизьке і таке, щоб шипи туфель вільно входили в нього. Для цього на дні встановлюють дерев'яний настил з міцно прикріпленою до нього густою конопляною доріжкою чи повстю (товщина доріжки чи повсті — 1,5—2 см).



Глибину ями вимірюють, починаючи від поверхні покриття настилу.

4. Віддаль між окремими перешкодами має дорівнювати $\frac{1}{5}$ довжини одного круга пробігу на даному стадіоні.

Висота перешкод — 91,4 см, ширина — не менше 396 см.

Рис. 4. Яма з водою і перешкода.

Примітки. 1. Допускається відхилення у висоті окремих перешкод від зазначеного розміру не більше як на $\pm 0,3$ см.

2. На перешкодах СРСР і міжнародних змаганнях повинні застосовуватись тільки перешкоди шириною не менше 396 см. На змаганнях меншого масштабу як виняток дозволяється користуватись вузькими перешкодами (але не менше 366 см).

Конструкція перешкоди може бути довільна, однак підніжки повинні мати від 120 до 140 см завдовжки. Ліву (за ходом бігу) підніжку встановлюють на 30 см за внутрішньою бровкою (рис. 5).

Біля перешкоди перед ямою з водою просвіт до верхньої перекладини закривають зеленими гілками.

Ширина перешкоди перед ямою з водою для більш стійкого її встановлення повинна перевищувати ширину ями (див. рис. 4).

Верхню перекладину виготовляють з дерева, і в перерізі вона являє собою квадрат з стороною в 13 см. Її фар-

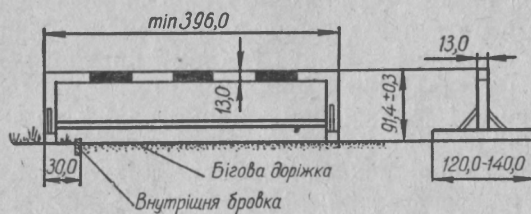


Рис. 5. Перешкода в бігу на 3000 м з перешкодами.

бують у білий колір і наносять кілька поперечних смуг темного кольору. Решту частин перешкод фарбують у неясскравий колір.

Перешкоди повинні бути настільки важкі (від 30 до 100 кг) і стійкі або так міцно закріплені, щоб бігуни могли певнено відштовхуватись від них.

§ 33. Біг по місцевості (крос)

1. Біг по природній пересіченій місцевості (крос) проводять через поля, ліси, яри. На дистанції кросу дозволяється влаштовувати невелику кількість штучних перешкод: тинів чи огорож не вище 1 м, ровів з водою і канав.

2. Крос можна проводити по замкненому маршруту (старт і фініш в одному місці) або по розімкненому (старт і фініш у різних місцях).

Старт і фініш кросу можуть бути розташовані й на стадіоні. В цьому разі шлях по біговій доріжці стадіону не повинен перевищувати одного круга на початку і одного круга наприкінці дистанції.

3. Дистанцію кросу розмічають кольоровими прапорцями, стрічками, клаптями кольорового паперу, розвішаними на деревах і кущах, шнурками з прапорцями бажано червоними ліворуч і білими праворуч, які добре видно на віддалі 100 м, а також стрілками, що показують напрям, і покажчиками кілометражу, що залишається до фінішу.

4. Крос можна проводити також і по нерозміченому маршруту. На старті повідомляють тільки місце фінішу і контрольні пункти для їх обов'язкового проходження.

§ 34. Пробіги, ходьба по дорогах і марафонський біг

1. Пробіги й змагання з ходьби проводять по вулицях, шосе і путівцях. Дистанція може бути зі стартом і фінішем в одному місці або зі стартом і фінішем в різних місцях.

2. Дистанція має бути розмічена стрілками, щитами, які показують кількість кілометрів, що залишилися до фінішу (не менше як через 2 км), і прапорцями, які показують напрям.

3. На дистанції пробігу мають працювати пункти швидкої допомоги й санітарна автомашина, що їде слідом за учасниками. Решті автомашин, що супроводжують спортсменів (крім суддівських), дозволяється їхати тільки позаду санітарної.

Автомашини суддівської колегії повинні мати спеціальний розпізнавальний знак.

4. Марафонський біг проводять на дистанцію 42 км 195 м. Старт і фініш можуть бути на стадіоні. При цьому шлях по біговій доріжці не повинен перевищувати двох кругів після старту й одного — після дистанції.

5. Під час марафонського бігу й ходьби на 50 км організація, що проводить змагання, має створити харчувальні пункти, забезпечені необхідними продуктами. Ці пункти розташовуються через кожні 5 км, починаючи з 10-го кілометра — в ходьбі на 50 км і з 15-го — в марафонському бігові.

Примітка. Якщо змагання з ходьби на дистанцію 50 км проводять по біговій доріжці стадіону, то учасник може одержати харчування через годину після старту. Харчувальний пункт у цьому випадку організують в одному місці — біля лінії фінішу.

Б. Правила змагань з бігу й ходьби

§ 35. Порядок проведення змагань з бігу й ходьби

1. Змагання з бігу й ходьби розігрується таким чином, щоб остаточною перемога визначалась у безпосередній боротьбі один з одним найсильніших учасників.

Якщо кількість учасників з даного виду не дозволяє всім стартувати в одному забігу, то змагання на дистанції до 1500 м включно для чоловіків і до 800 м включно для жінок проводять у декілька (залежно від кількості учасників) послідовних кругів: можуть проводитись забіги, чвертьфінали, півфінали і, нарешті, фінал з даної дистанції. На більш далекі дистанції (з бігу від 2000 до

5000 м і з ходьби до 20 000 м включно) можуть проводитись забіги (заходи) й фінал.

Із кожного забігу (заходу) в наступний круг розиграшу допускається однакова кількість учасників (але не менше двох), що зайняли кращі місця.

В деяких випадках порядок виділення учасників (і їхня кількість) в наступні круги змагань може бути іншим. Наприклад, у бігу на короткі дистанції (до 400 м включно), у бар'єрному бігу (до 400 м включно) відбіраються учасників (команд) до наступного кругу розиграшу за кращими результатами, показаними у попередньому крузі.

Порядок виділення учасників (та їхня кількість) у наступні круги повинен бути визначений у положенні про змагання або завчасно, до його початку, встановлений головним суддею.

2. Переможця бігу (ходьби) визначають за результатами фіналу, незалежно від часу, показаного спортсменами в попередніх забігах.

3. Забіги на всі дистанції складають так, щоб учасники, котрі показали найкращі результати, зазначені в заявках, попали в різні групи за таким принципом: якщо проводять три забіги, то найкращий бігун попадає в третій забіг, другий за силою — в другий забіг, третій — у перший забіг, четвертий — у перший, п'ятий — у другий, шостий — у третій, сьомий — у третій, восьмий — у другий і т. д.

Примітка. В змаганнях з великою кількістю учасників склання забігів може бути проведене способом жеребкування.

4. Поділ учасників чвертьфіналів і півфіналів проводять відповідно до результатів, показаних у попередньому крузі даного змагання, за принципом, зазначеним п. 3 цього параграфа.

5. Чвертьфінали, півфінали або фінали на дистанції до 200 м включно повинні проводитись по можливості не раніше, ніж через 30—40 хв. після закінчення останнього забігу попереднього круга на даній дистанції. В бігові чоловіків на 400—1000 м і жінок на 400—500 м перерва повинна тривати не менше 1,5 години. Півфінальні й фінальні забіги на більш довгі дистанції проводять не раніше, ніж через 3 години після закінчення останнього забігу попереднього круга або в інший день.

6. В окремих випадках за рішенням головного судді, якщо кількість учасників така, що не дозволяє всім їм стартувати в одному забігові (заході), дозволяється проводити змагання, розподіляючи спортсменів на декілька фінальних забігів (заходів). Місця учасників змагання в цьому разі визначаються за показаними результатами незалежно від порядкового номера цих забігів. Забіги (заходи) необхідно складати з учасників, приблизно рівних за силою. Про таку систему проведення розиграшу повинно бути завчасно зроблено застереження в положенні про дане змагання, або про неї має бути повідомлено заздалегідь, до початку змагання.

7. На протязі одного дня змагання учасник має право бігти тільки дві короткі дистанції, або одну коротку і одну середню, або одну коротку і одну довгу дистанції (дистанції 400 м для чоловіків і 300 м для жінок прирівнюються в даному разі до середніх дистанцій). На майстрів і першорозрядників обмеження цього пункту не поширюються.

Примітка. Наведене правило діє і на змаганнях зі спортивної ходьби, а також при поєднанні виступів з ходьби й бігу.

Ходьба на будь-яку дистанцію прирівнюється до бігу на довгу дистанцію.

8. При бігові по одній (загальній) доріжці кількість стартуючих, залежно від загальної ширини доріжки, повинна бути така:

У жінок при бігові на 500 м не більше	8 чол.
» 800—1000 м »	10 »
» 1000—1500 м »	20 »
У чоловіків і юнаків старшого віку при бігові на 600—1000 м	10 »
У чоловіків при бігові на 1500—2000 м »	15 »
» 3000 м »	20 »

При бігові на 5000 м і більше кількість стартуючих не повинна перевищувати 25 чоловік (за винятком масових кросів).

Примітки. 1. Якщо учасники бігу на 600, 800 і 1000 м стартують по окремих доріжках, кількість учасників у забігу визначається кількістю доріжок.

2. У деяких змаганнях за дозволом головного судді можна проводити біг на 400 м по загальній доріжці з кількістю учасників не більше шести в забігові.

9. У закритому приміщенні при бігові по загальній доріжці кількість учасників визначає суддівська колегія, виходячи з умов приміщення і міркувань безпеки.

10. Якщо почате змагання через погану погоду або інші причини, які не залежать від суддів і учасників, переривається на декілька годин або переноситься на другий день, то на розсуд головного судді воно може бути проведено наново (при тих же учасниках) або продовжено.

§ 36. Старт

1. Доріжки, по яких повинні стартувати учасники бігу (або місце на старті, рахуючи від внутрішньої бровки при бігові по загальній доріжці), визначаються жеребку-

ванням, яке проводить заздалегідь (наприклад, напередодні) суддівська колегія. В цьому разі прізвища учасників у протоколі повинні бути подані в тій послідовності, в якій вони визначились за жеребкуванням.

Примітка. Про місце й час проведення жеребкування представників організацій повідомляють заздалегідь, щоб вони (або самі учасники) могли бути присутніми при цьому (якщо виявлять бажання).

Якщо жеребкування заздалегідь не проводилось, то стартер (або його помічник) проводить його безпосередньо перед стартом.

Після жеребкування учасникам не дозволяється мінятися між собою доріжками (або місцями на старті).

Якщо учасників менше, ніж наявна кількість доріжок, жеребкуванню підлягає тільки кількість доріжок, рівна кількості учасників. При цьому незайнятими залишаються перша й остання доріжки. При жеребкуванні, проведеному заздалегідь, у разі неявки одного або кількох учасників ті, що стартують, займають доріжки відповідно до протоколу (без зміщення).

Якщо при бігові по загальній доріжці неможливо розташувати всіх учасників уздовж стартової лінії в один ряд, то їх вишиковують в два або більше рядів. У цьому разі в першому ряді розташовують учасників за порядком запису в протоколі (рахуючи від бровки) в кількості, яку визначає суддівська колегія, виходячи з міркувань безпеки при старті; решта учасників розташовується в аналогічному порядку в другому (і наступних) ряді. Порядок запису в протоколі визначається жеребкуванням, яке проводять в особистих змаганнях між окремими учасниками, а в командних і особисто-командних змаганнях — між організаціями, що беруть участь у міжнародних змаганнях між країнами. При цьому в першому ряді за жеребкуванням буде розташовано

по однаковій кількості учасників від кожної організації; в другому і наступних рядах у тому ж порядку розташовується решта учасників від цих організацій.

Учасники повинні розташовуватися на старті так, щоб вони не торкались один одного.

2. Учасники мають право підготувати собі місце на старті. Для цього відводиться не більше 2 хв., рахуючи з моменту їхнього виклику на черговий забіг.

Після того як учасники підготували собі місце на старті, за вказівкою стартера вони шикуються на «лінії збору» або біля стартових колодок на своїй доріжці.

Примітка. Якщо учасник (або група учасників) не встигає підготувати собі місце на старті протягом визначеного для цього часу, то це не повинно бути підставою для затримки старту; стартер може дати вказівку про припинення підготовки й викликати учасників на старт.

3. Стартер подає дві попередні команди — «На старт!» і «Увага!» — а потім дає сигнал до початку бігу пострілом з пістолета або уривчастою голосною командою «Марш!», супроводжуваною різким опусканням прапорця.

Примітка. В разі якщо судді-секундометристи перебувають безпосередньо біля місця старту, команду «Марш!» подають голо- сом без змаху прапорця.

За командою «На старт!» учасники бігу стають у будь-якій позиції перед лінією старту, не торкаючись її ногами або руками.

Примітки. 1. При користуванні стартовими колодками обидві ноги того, хто стартує, повинні торкатись носками землі.

2. Якщо в естафетному бігові естафетна паличка в бігуна, який стартує, торкається землі за стартовою лінією, то це не вважається порушенням.

Переконавшись, що учасники готові, стартер подає команду «Увага!», за якою спортсмени займають най-

більш вигідне положення для початку бігу й припиняють будь-який рух.

Стартер має право дати сигнал до старту тільки при цілковитій відсутності руху з боку учасників.

4. Якщо один або кілька учасників витрачають багато часу, щоб зайняти нерухому стартову позицію перед остаточним сигналом, це вважається порушенням правил, і винних попереджують.

Якщо стартер до і після команди «Увага!» хоче попередити кого-небудь з учасників або зробити йому зауваження, або затримати старт, він подає команду «Відставити!», після якої всі учасники забігу повинні встати.

5. Учасник (або група учасників) забігу, який до сигналу стартера (пострілу або команди «Марш!») перший відокремив від землі руку чи ногу або почав біг, вважається таким, що неправильно прийняв старт (фальстарт).

Стартер попереджає учасника (або учасників) забігу, якого він вважає винним у порушенні правил старту. Якщо неправильний старт, який прийняв один учасник (або група), викликає передчасний (до сигналу) вихід із старту решти учасників забігу, стартер повинен попередити тільки того, хто винний у фальстарті.

Раніше попередженого учасника (або кількох учасників), який повторно порушив правила старту, позбавляють права брати участь у забігу на дану дистанцію.

Учасник, якого попередили, повинен підняти вгору руку для підтвердження того, що він чув попередження.

Всі попередження й рішення стартера занотовуються у стартовому протоколі.

Якщо стартер, який дав сигнал до бігу, вважає старт неправильним, він повертає учасників назад повторним пострілом (свистком або голосом). При цьому в разі коли важко встановити, хто винен у фальстарті, можна нікого не попереджати.

Стартер повинен завчасно пояснити бігунам, як дається сигнал початку бігу і повернення в разі невдалого старту.

§ 37. Біг і ходьба по дистанції

1. Біг і ходьбу по біговій доріжці проводять у напрямку проти руху годинникової стрілки.

2. Під час бігу й ходьби, які проводять по загальній доріжці, кожен учасник повинен рухатись так, щоб не заважати іншим. Слід дотримуватися внутрішнього боку доріжки (ближче до бровки). Обганяти конкурента треба праворуч від нього. Обганяти з лівого боку дозволяється в тому разі, коли той, хто біжить попереду, відійшов від бровки настільки, що можна пройти повз нього, не зачепивши його.

Учасник, що обганяє того, хто йде попереду, не повинен штовхати його, навалюватись на нього тулубом або перетинати йому шлях (тобто займати місце перед ним, не обігнавши його на достатню відстань).

Учасник, який біжить попереду, не повинен штовхати того, хто обганяє, або затримувати його руками.

Учасників, які допустили такі порушення, знімають з дистанції.

3. Нікому не дозволяється супроводжувати учасника по дистанції.

Забороняється будь-яке лідирування учасника по дистанції особами, які не беруть участь в даному бігові.

В разі порушення цього правила учасника, якого лідирують, знімають із змагання на даній дистанції.

Примітка. Лідируванням називається супровід учасника попереду або збоку (бігом, пішки або на машині), яке допомагає йому.

4. При бігові по окремих доріжках учасник повинен бігти по своїй доріжці. Бігуна знімають з дистанції за

проходження будь-якого її відрізка по чужій доріжці тільки в тому разі, коли це дає бігунові перевагу (скорочення дистанції, наприклад, наступання на ліву білу лінію розмітки більш як двічі підряд при подоланні повороту) або заважає другому учасникові.

При бігові по загальній доріжці або ходьбі забороняється переступати за бровку; виняток робиться в тому разі, якщо перешкоджають інші учасники або хтось із них падає.

Якщо учасник змагань з бігу по загальній доріжці або з ходьби залишив доріжку чи дистанцію (тобто перейшов за внутрішню або зовнішню межу бігової доріжки чи вийшов за узбіччя шосе або дороги), то вважається, що він вибув із змагань на дану дистанцію.

Примітки. 1. Зазначені порушення не є підставою для зняття з дистанції, якщо вони сталися біля харчовального пункту або викликані несправністю в учасника одягу чи взуття, котру він усуває самостійно.

2. Під час проведення змагань на дистанції більше 20 км учасник у разі доконечної необхідності має право з відома й дозволу судді зійти з бігової доріжки, шосе або дороги. В цьому випадку учасник повинен продовжувати змагання з того місця, де він покинув дистанцію.

§ 38. Фініш (закінчення бігу)

1. Закінчення дистанції фіксується у момент, коли учасник торкнеться своїм тулубом уявної площини фінішу.

2. Вважається, що дистанцію закінчив той учасник, який перетнув без сторонньої допомоги всім тілом площину фінішу.

Примітки. 1. Якщо учасник упаде перед фінішем і за інерцією перетне всім тілом площину фінішу, то вважається, що він закінчив дистанцію.

2. Якщо учасник, торкнувшись тулубом площини фінішу, впаде на самій його лінії, час його і порядок закінчення дистанції зберігаються за умови, коли спортсмен негайно після цього самостійно перетне всім тілом площину фінішу.

3. В разі коли буде показано однакові результати в забігах, які впливатимуть на вихід учасників у наступний круг або фінал, дозволяється, при можливості, допускати до змагань у наступному кругі (фіналі) всіх бігунів, котрі претендують на це.

Якщо такої можливості немає, то між учасниками, які показали однаковий результат, проводять перебіжку.

В тому разі, якщо біг у фіналі (на дистанції до 400 м включно) закінчують два або кілька учасників строго одночасно (груди в груди), головний суддя має право вирішити питання про проведення перебіжки або, затвердивши результат, вважати всіх цих спортсменів переможцями. Для визначення наступних (при однакових результатах) місць перебіжку не проводять і місця поділяють між учасниками.

Результати, показані на перебіжці для визначення особистого місця, можуть зараховуватись як виконання розрядних норм і як рекорди, але в залік командної першості не входять.

4. Час кожного учасника, який закінчив дистанцію з бігу і ходьби, визначається окремим секундоміром.

Час учасника, який прийшов перший, повинен фіксуватись трьома секундомірами. В разі розходження їхніх показань беруться дані двох секундомірів, які зафіксували однаковий час, або середнє показання секундоміра при розходженні всіх трьох (наприклад, при показаннях 49,4, 49,6, 49,7 береться час 49,6 сек.).

В разі, якщо час буде прийнятий тільки двома секундомірами (третій зупинився), береться менший час.

При проведенні бігу на середні й довгі дистанції та ходьби дозволяється визначати час з зупинкою секундомірів тільки для переможця; час решти учасників дозволяється фіксувати «з ходу», не зупиняючи секундоміра; в масових кросах дозволяється прийом учасників за часом в інтервалах від 1 до 5 сек., залежно від довжини дистанції й кількості учасників.

Примітки. 1. Секундомірами можна користуватись тільки після перевірки їх державною контрольною організацією.

2. Для реєстрації результатів з бігу й ходьби дозволяється користуватись електрохронометражним пристроєм, схваленим Федерацією легкої атлетики СРСР, який має паспорт державної контрольної організації.

5. На дистанціях до 2000 м (включаючи естафетний біг) час враховується з точністю до 0,1 сек. При бігові й ходьбі на більш довгі дистанції остаточний результат округлюється до парного числа десятих у бік збільшення (наприклад, у бігові на 5000 м при показаннях секундомірів 14.02,4; 14.02,5; 14.02,7 за остаточний результат вважають округлений час середнього секундоміра — 14.02,6).

§ 39. «Годинний» біг (ходьба)

1. «Годинний» біг проводять по доріжці стадіону протягом 1 або 2 годин.

2. Старт «годинного» бігу дають з лінії загального фінішу.

3. Учасників «годинного» бігу попереджують по радіо про час, який лишився після того, як минуло 30, 45 і 55 хв. (при одногодинному бігові), і через 1 год. 30 хв., 1 год. 45 хв., 1 год. 55 хв. (при двогодинному бігові) після початку бігу.

За 1 хв. до кінця змагання судді за сигналом — пострілом — розташовуються по колу, щоб зафіксувати результати кожного учасника.

За 15 хв. до закінчення часу подається попереджувальний сигнал для суддів. Біг закінчується за сигналом пострілом, після чого судді повинні точно відмітити місцезнаходження на доріжці кожного учасника (за крайньою задньою точкою ступні).

4. У момент старту пускають три секундоміри, і всі попередження учасників, а також сигнал про закінчення бігу роблять за вказівкою старшого судді-секундометриста за секундоміром, який показує середній час. При сигналі про закінчення бігу секундоміри мають бути зупинені.

5. Дистанцію, яку подолав бігун, вимірюють у цілих метрах (сантиметри відкидаються).

6. При проведенні змагань з «годинної» ходьби застосовують правила, перераховані в пп. 1—5 цього параграфа.

§ 40. Бар'єрний біг

1. У всіх випадках бар'єрного бігу кожен учасник повинен бігти по окремій доріжці і долати всі встановлені на ній бар'єри.

2. Учасника знімають з дистанції (дискваліфікують) у випадках, коли він:

а) обминає бар'єр збоку;

б) проносить ступню або ногу поза бар'єром;

в) навмисне збиває рукою або ногою бар'єр, що стоїть на його або сусідній доріжці.

Примітка. Пронесення ступні або ноги над бар'єром, що стоїть на сусідній доріжці, а також мимовільне збивання його не карається дискваліфікацією, якщо це не стало перешкодою для бігуна на цій доріжці.

3. На дистанції до 110 м включно бар'єрний біг провадять по прямій.

§ 41. Біг з перешкодами (стипль-чез)

У бігу з перешкодами кожен учасник має право перескакувати через перешкоди без опори або долати їх, спираючись ногами й руками.

Учасника, який обминув хоча б одну перешкоду збоку або проніс ступню чи ногу поза нею, знімають із змагання з даного виду.

§ 42. Кроси, пробіги, марафонський біг і ходьба по дорогах

1. У масових кросах кількість учасників забігу встановлює суддівська колегія до початку змагання залежно від довжини й характеру дистанції.

В пробігах, марафонському бігові й ходьбі всі учасники беруть старт в одному забігу (заході).

2. До участі в змаганнях з бігу й ходьби на дистанцію 20 км і більше допускаються спортсмени, які мають на це спеціальний дозвіл медичної комісії. Крім того, безпосередньо перед змаганням учасники підлягають старанному медичному обстеженню. Якщо, на думку когонебудь з офіційно призначеного медичного персоналу, продовження змагання учасником вважається небезпечним або небажаним, то за відповідною вказівкою спортсмен зобов'язаний негайно зійти з дистанції й припинити змагання.

3. Учасники марафонського бігу й ходьби на 50 км мають право одержувати харчування тільки на спеціально організованих пунктах. Видає харчування учасникам тільки персонал, що обслуговує пункт. Спортивні орга-

нізації можуть передавати на ці пункти харчування для своїх учасників за попереднім дозволом лікаря пробігу. Давати учасникам харчування й напої поза цими пунктами забороняється.

Учасникам забороняється приймати будь-яку допомогу (в тому числі й харчування) від сторонніх осіб.

Бігунів і скороходів, які одержують таку допомогу знімають із змагання.

§ 43. Біг патрулів

1. Біг патрулів належить до командних змагань, і його проводять на дистанцію 1 км і більше.

2. Команди патрулів можуть складатись з будь-якої кількості учасників, передбаченої положенням про дане змагання.

3. Результат команди патрулів визначається за бігом, який прибув на фініш останнім із залікового складу своєї команди.

4. Взаємодопомога учасників команди дозволяється.

§ 44. Естафетний біг

1. У бігові по доріжці стадіону, а також в усіх інших випадках (наприклад, в естафетах по місту) естафету передають у зоні передачі. Учасник, який приймає естафету, повинен почати біг (стартувати) і прийняти її в межах зони. Учасник, який передає естафету, також повинен перебувати в момент передачі в межах зони. Команда, яка порушила це правило, знімають з даного виду змагання.

Примітка. Приймаючи естафету, спортсмени, які біжать етапи до 200 м (включно), можуть почати біг (стартувати) на відстані 10 м до початку зони передачі.

2. Естафета має бути передана з рук до рук. Естафету не дозволяється кидати або перекочувати по землі. Кожен бігун повинен нести естафету в руці. Останній бігун повинен пройти фініш з естафетою.

3. При передачі естафети забороняється будь-яка допомога одного учасника команди іншому (наприклад, підштовхування).

4. Бігун, який передав естафету, може зійти з доріжки тільки тоді, коли це не перешкоджатиме іншим учасникам.

5. Якщо учасник впускає естафету під час бігу, це не є підставою для зняття команди. При падінні естафети підняти її повинен той, хто впустив. При падінні естафети на чужу доріжку або на поле під час бігу по окремих доріжках її дозволяється підняти, не заважаючи іншим учасникам. В противному разі команда знімається.

6. В естафетах з етапами до 200 м включно кожна команда біжить усю дистанцію по окремій доріжці.

В естафетах з довшими етапами дозволяється бігти всю дистанцію по загальній доріжці (з загального старту) або стартувати по окремих доріжках тільки на першому повороті (наприклад, 3×800 або 4×800 м), або бігти по окремих доріжках перші три повороти (наприклад, 4×400 або $400 + 300 + 200 + 100$ м). В обох останніх випадках учасник може перейти з окремої доріжки на загальну в місці стику повороту з прямою (розмітку див. у додатку 1).

7. В естафетах, які проводяться по окремих доріжках, учасникові дозволяється зробити на своїй доріжці відмітку шипами туфлів, але класти щось на доріжку чи поруч неї забороняється. В інших естафетах ніяких відміток робити не дозволяється.

8. Команда, яка не закінчила дистанцію естафетного бігу через відсутність у неї учасника на одному з етапів,

привірюється до тих, хто не вийшов на старт у цьому номері.

9. Склад команди після забігів для участі в наступних кругах і в фіналі не може змінюватись, за винятком випадків ушкодження або хвороби учасника, підтверджених офіційним лікарем змагання. В цьому разі необхідно дістати дозвіл головного судді на заміну учасника. Порядок розміщення бігунів на етапах дозволяється міняти.

§ 45. Спортивна ходьба

1. При ходьбі скорохід не повинен ані на мить утрачати стикання з землею.

2. При ходьбі винесена вперед нога повинна торкнутися землі до того, як нога, що залишилась позаду, одірветься від землі.

В кожному кроці в момент, коли ступня перебуває на землі, нога повинна бути випростана в коліні принаймні на мить.

3. За порушення правильності ходьби учасник знімається з дистанції. При ходьбі, спосіб якої може призвести до порушення правил, судді можуть попередити учасника.

4. Рішення про зняття скорохода за неправильну ходьбу або про його попередження може бути ухвалене при умові, якщо порушення зафіксують мінімум двоє суддів.

5. Знятий учасник повинен негайно зійти з доріжки.

6. При ходьбі поза стадіоном дискваліфікація може статися і після закінчення змагання (згідно з показанням дорожнього контролю), однак учасника треба попередити про порушення на тому місці, де його зроблено.

У. СТРИБКИ

А. Місця змагань і устаткування

§ 46. Стрибки в довжину і потрійний

1. Стрибки з розгону й з місця в довжину і потрійний проводять у яму з піском з дерев'яного бруска шириною 20 см, довжиною 122 см, товщиною 10 см, міцно вкопаного врівень з землею і пофарбованого в білий колір (рис. 6).

Примітка. Допустиме відхилення ширини бруска не повинно перевищувати 0,5 см у бік зменшення, допустиме відхилення довжини бруска ± 1 см.

2. За дальнім (з боку розгону) краєм бруска («лінія вимірювання») вздовж усієї його довжини насипають смугу вологого піску або землі шириною 10 см, яка виступає над рівнем бруска

на 1,3 см. Для цього рекомендується користуватися спеціальною рамкою товщиною 1,3 см, довжиною 122 см.

Рамку кладуть на ґрунт за бруском і заповнюють до верхнього рівня піском. Край піску біля «лінії вимірювання» має бути зрізаний під кутом 30° до горизонту (див. рис. 6). Бажано замість піску або землі вживати пластичну глину (пластилін), яка накладається на дощечку-касету, що кріпиться за бруском (див. рис. 6).

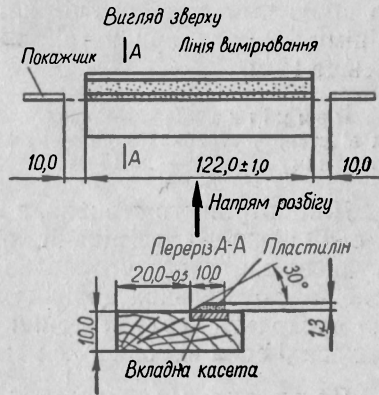


Рис. 6. Місце відштовхування для стрибків у довжину і потрійного.

3. Біля обох кінців бруска ставлять прямокутні (або круглі) покажчики розміром 20—26 см, пофарбовані в білий колір з темною смугою по діагоналі. Лицева площа покажчика, звернена в бік розгону, встановлюється на продовженні «лінії вимірювання». Відстань між бруском і близьким до нього ребром покажчика 10 см.

4. Відстань від бруска до близького краю ями визначає суддівська колегія залежно від кваліфікації учасників, але так, щоб при цій відстані від бруска до дальнього краю ями було при стрибках у довжину з розгону мінімум 9 м, а при потрійних стрибках з розгону — не менше 18 м.

Примітка. В змаганнях початкуючих легкоатлетів і жінок ця відстань у стрибках в довжину може бути зменшена до 8 м, а в потрійному стрибку — до 15—16 м.

Для потрійного стрибка, в якому беруть участь спортсмени різної кваліфікації одночасно, рекомендується встановлювати два бруски на неоднаковій відстані від ями на паралельних доріжках; при цьому осі розгонів, які проходять через середини брусків, повинні бути розташовані одна від одної не менше як на 1,5 м.

Примітка. Ця рекомендація може бути поширена і на стрибки в довжину.

5. При потрійному стрибку на відрізку доріжки від бруска до ями забороняється залишати брусок для стрибків у довжину. Цей брусок треба викопати, а місце, де він був, — щільно утрамбувати.

6. Доріжка для розгону повинна мати ширину не менше 1,25 м, довжину — не менше 45 м, рахуючи від переднього краю ями; вона не повинна мати уклон, більший ніж 1 : 1000 у напрямку розгону. При наявності двох суміжних брусків перед загальною ямою ширина здвоєної

доріжки розгону повинна бути не менше 2,75 м. На останніх 13—15 м перед ямою доріжка розгону повинна розширюватись до ширини ями; в усякому разі одинарна доріжка на цій відстані повинна бути не менше 2 м, а здвоєна — 3,5 м.

7. Доріжку для розгону, починаючи від «лінії вимірювання», розмічають по краю покажчиками метражу (через 1 м).

8. Яма для приземлення при стрибках в довжину і потрійному повинна мати при одній доріжці для розгону ширину не менше 2,75 м і бути розташованою симетрично щодо осі доріжки.

Примітка. При наявності двох суміжних доріжок розгону ширина ями повинна дорівнювати не менше 4,25 м.

Довжина ями в напрямку стрибка повинна бути не менше 6 м, глибина — 0,5 м.

Яма для приземлення на одному рівні з землею облямовується бортами, оббитими гумою або брезентом з м'якою підкладкою.

Ближчий до бруска борт ями повинен бути мінімум на 3 см нижче від рівня доріжки розгону.

Пісок у ямі повинен бути вологий, добре спущений і розрівняний на одному рівні з доріжкою розгону. Рекомендується по краях ями, поза нею, на віддалі не менше 0,5 м, ставити щити з зазначенням метражу рекордів.

9. У закритому приміщенні в змаганнях зі стрибків у довжину при відсутності гарової доріжки розгін може проводитись по рубчастій гумовій доріжці, яка на всьому протязі, і особливо старанно в місці відштовхування, повинна бути щільно прикріплена до підлоги й не зміщуватись при відштовхуванні. Ширина доріжки розгону — не менше 80 см.

Місце відштовхування (брусок) можна позначити крейдою або фарбою поперек доріжки. Віддаль від місця відштовхування до протилежної стінки приміщення повинна бути щонайменше 10 м.

Борти ями з піском повинні знаходитись на одному рівні з підлогою приміщення. Ближчий край ями оббивають гумою або брезентом з м'якою підкладкою. Решету країв ями прикривають зверху матами.

§ 47. Стрибки у висоту

1. Стойки для стрибків можуть бути постійно прикріплені до внутрішнього боку переднього краю ящика ями або переносні. Конструкція стояків — довільна, жорстка, яка забезпечує їм стійке, вертикальне положення і дає змогу встановлювати планку на висоті до 2,5 м.

Верхній край стояків повинен здійматись над планкою на 15—25 см.

Віддаль між стояками від 366 до 402 см.

2. Планка може бути дерев'яна, металева або виготовлена з якогось іншого матеріалу, трикутного чи круглого перерізу. Кожен її бік або діаметр повинні дорівнювати 3 см (рис. 7), допустиме відхилення від цього розміру не повинно перевищувати 2 мм (для круглої металевої планки — 5 мм) у бік зменшення. Кінці круглої планки повинні мати плоску поверхню розміром 3×15 см (це дає змогу встановити планку на пластини стояків). Довжина планки така, щоб між її кінцями і стояками були зазори по 1 см. Це потрібно для того, щоб планка, яку зачепив стрибун, могла легко падати вперед або назад. Покладена на пластини планка не повинна сильно прогинатись (не більше 2 см посередині).

Примітка. Суддям рекомендується зробити на планці відмітку, яка дозволяє щоразу після збивання встановлювати її на пластини одним і тим же боком (гранню).

Планка має бути пофарбована в світлий колір і для кращої видимості мати 3—4 поперечні темні смуги завширшки 20—30 см кожна. Максимальна вага планки — 2 кг.

Планку кладуть на пластини, і вона повинна лежати горизонтально.

3. Пластини, на які кладуть планку, мають прямокутну форму (в плані), довжиною (за напрямком планки) не більше 6 см і шириною не більше 4 см (допустиме відхилення від зазначених розмірів пластин не повинно перевищувати 0,5 см у довжині і 0,3 см в ширині — в бік зменшення). Залежно від конструкції пластини переміщуються вгору і вниз по стойках або кріпляться твердо до висувних частин останніх і переміщуються разом з ними.

Кожна з пластин встановлюється горизонтально і повинна бути звернена до протилежного стояка (рис. 7).

4. Місце для приземлення стрибунів у стрибках в висоту — яма з піском 6×3 м. Ящик ями має чотири стінки. Борти ящика мають бути на одному рівні з майданчиком розгону і оббиті (крім переднього) гумою або брезентом з м'якою підкладкою.

Глибина ями — 0,5 м.

Пісок у ямі має бути не нижче рівня бортів ящика, добре спушений і розрівняний.

Для запобігання травмам рівень піску в ямі рекомендується піднімати на 0,5—0,75 м.

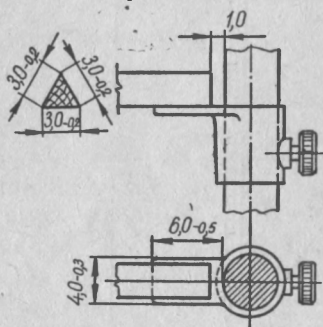


Рис. 7. Схема встановлення планки на пластини при стрибках у висоту.

5. Для точного виміру висоти стрибка вздовж переднього краю ями з внутрішнього боку ящика встановлюють на одному рівні з поверхнею майданчика розгону планку, на яку ставлять підніжку вимірювальної рейки (рис. 8). Ширина планки — 5 см, довжина — на 40—50 см більше, ніж віддаль між стояками.

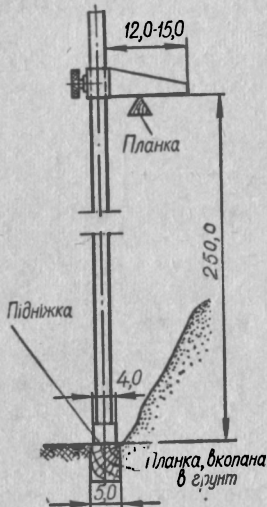


Рис. 8. Вимірювальна рейка для стрибків у висоту.

6. Поверхня майданчика для розгону має бути горизонтальна. Його розміри повинні допускати розгін не менше 15 м під будь-яким кутом у межах сектора 150° .

7. Вимірювальна рейка (див. рис. 8), яка дає змогу проводити вимірювання до 2,5 м, повинна мати підніжку довжиною 50 см, що допомагає тримати рейку в строго вертикальному положенні. Ширина підніжки — 4 см.

До вимірювальної рейки міцно кріпиться металева сантиметрова стрічка, нуль якої відповідає рівневі низу підніжки.

На рейці має бути змонтований пересувний покажчик з пристроєм для закріплення його на

будь-якій висоті. При вимірюванні висоти покажчик опускають згори, поки він не торкнеться планки. Покажчик фіксує на вимірювальній стрічці висоту планки (див. рис. 8).

Дозволяється застосовувати висувну вимірювальну рейку.

8. В закритому приміщенні стрибки у висоту дозволяється проводити також з дерев'яної підлоги або з гу-

мової зубчастої доріжки. Гумова доріжка повинна вкривати підлогу перед ямою від її переднього краю на 2,5 м в бік розгону і не зміщуватися при відштовхуванні.

Місце приземлення може бути зроблене у вигляді насипаного на підлогу шару піску (стружок) 0,4—0,5 м. Дозволяється використовувати мати.

§ 48. Стрибки з жердиною

1. Можна застосовувати бамбукові або металеві жердини довільної довжини, форми, діаметру й ваги.

Опорний кінець жердини (бамбукової або металевої) повинен мати закруглену пробку.

На жердині не повинно бути ніяких пристосувань для упору руками. Дозволяється мати рівномірну обмотку максимум з двох шарів клейкої стрічки.

2. Стойки роблять довільної конструкції й розмірів, але так, щоб кожна з них можна було пересувати на 60 см в обидва боки, рахуючи від продовження внутрішнього краю задньої стінки ящика упору, і щоб можна було встановити планку на висоту до 5 м.

На кожній стойці мають бути горизонтальні кілочки (розташовані один від одного на віддалі не менше 0,5 м) без зазублин і нерівностей, діаметром не більше 1,3 см, довжиною не більше 7,5 см, звернені в бік місця приземлення. На ці кілочки кладуть планку.

Відстань між стойками в світлі має бути не менше 366 см і не перевищувати 402 см.

3. Довжина дерев'яної планки трикутного перерізу 3×3×3 см повинна перевищувати відстань між стойками на 20—30 см.

Планка лежить на кілочках обох стоек і повинна бути горизонтальна. Кінці планки мають виступати за стойки рівномірно з обох боків.

В усьому іншому планка відповідає вимогам § 47, п. 2. Щоб планка трималася на кілочках, рекомендується застосовувати рогульки довільної конструкції.

4. Для точного виміру висоти стрибка вздовж переднього краю місця приземлення встановлюють на одному рівні з поверхнею доріжки розгону планку шириною 10 см. На планку ставлять підніжку вимірвальної рейки (рис. 9).

5. Для упору жердини роблять

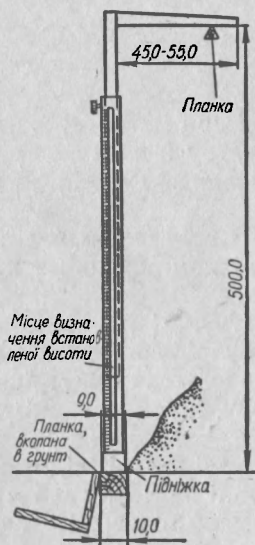


Рис. 9. Вимірвальна рейка для стрибків з жердиною.

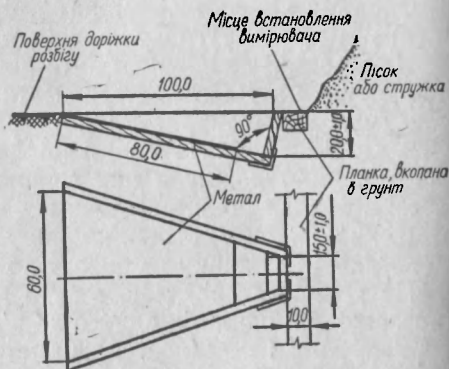


Рис. 10. Дерев'яний ящик упору для стрибків з жердиною.

з дерева або металу ящик довжиною 100 см з похилим дном (рис. 10). Ширина ящика (віддаль між бічними стінками) біля переднього краю (зверненого в бік розгону) — 60 см, біля заднього краю ширина ящика знизу по дну — 15 см, а у верхній частині — 35 см. Глибина

ящика біля заднього краю (20 см) поступово й рівномірно зменшується до нульового значення біля переднього краю.

Примітка. Допустимі відхилення в розмірах глибини й ширини ящика не повинні перевищувати ± 1 см.

Кут між дном ящика і задньою стінкою — 90° . Дно ящика, зроблене з дерева, довжиною 80 см, починаючи з верхньої широкої частини вкривають металевим листом завтовшки 2,5 мм, міцно прикріпленим до дна.

Ящик упору закопують у землю врівень з доріжкою розгону так, щоб своєю задньою стінкою він підходив до вкопаної в землю планки.

6. Місце для приземлення стрибун має 5 м завдовжки і 4,25 м завширшки. Пісок у місці приземлення має бути насипаний мінімум на 1 м вище рівня доріжки розгону.

В змаганнях майстрів рекомендується замість піску застосовувати дерев'яну механічну стружку (не тирсу), насипану шаром 1—1,5 м вище рівня доріжки розгону. Для цього з бокових і задньої сторін місця приземлення в декілька рядів укладають мішки (наповнені такою ж стружкою), які створюють високий борт (з трьох боків). Дозволяється застосовувати перевізну (переносну) конструкцію місця приземлення.

7. Ширина доріжки для розгону має становити мінімум 1,25 м, а довжина — мінімум 45 м. Доріжку розмічають так само, як і для стрибків. Але починають розмітку з 5 м, рахуючи від внутрішнього краю задньої стінки ящика упору.

Доріжка не повинна мати нахил більше 1 : 1000 в напрямку розгону. На останніх 5 метрах вона повинна розширюватись до розмірів місця приземлення. На цій ділянці доріжка має бути горизонтальна.

8. Вимірювальну рейку для стрибків з жердиною роблять висувною з нерухомим показчиком угорі і показанням висоти планки в нижній частині (див. рис. 9).

9. В закритому приміщенні стрибки з жердиною можуть проводитись з гарової або покритої гумою доріжки завширшки мінімум 0,8 м.

Ящик для упору жердини і місце приземлення мають ті ж розміри, що й на вільному повітрі.

Б. Правила змагань зі стрибків

§ 49. Загальні правила

1. У кваліфікаційних, попередніх змаганнях і фіналах учасники роблять кожну спробу по черзі. Черговість цих виступів визначається заздалегідь єдиним жеребкуванням, яке проводить суддівська колегія, і залишається незмінним для всіх кругів змагань.

Примітки 1. Якщо змагання проводились серіями в декількох місцях, черговість дальших виступів учасників визначається новим жеребкуванням.

2. Учасникам і представникам дозволяється бути присутніми на жеребкуваннях (див. примітку до п. 1, § 36).

2. Кожен учасник має право розмітити свій розгінні для перевірки його зробити під наглядом судді до початку змагання один пробний незаліковий стрибок. Розмітку можна робити тільки невеличкими прапорцями або кольоровими кілочками, які дають організатори змагання. Під час стрибків у висоту учасник може робити на майданчику потрібну йому розмітку розгону і місця відштовхування, а також перед виконанням свого стрибка вішати на плашку хустинку або схожу на неї річ, щоб краще орієнтуватись (відмітки, які можуть завадити іншим учасникам, слід забрати після стрибка). При стриб-

ках у довжину, з жердиною і потрійному розмітку можна виставляти тільки вздовж краю доріжки розгону (виставляти відмітки на доріжці забороняється). В місцях приземлення забороняється робити будь-які відмітки.

3. Довжина розгону не обмежена, але учасник не може вимагати підготовки спеціальної доріжки зверх тих, про які зроблено застереження в §§ 46, 47, 48.

4. Учасник не має права здійснювати стрибок без виклику судді. Якщо на момент виклику учасник не готовий до виконання вправи чи навмисне зволікає, він може бути позбавлений чергової спроби.

5. Всі стрибки зараховуються після команди старшого судді «Єсть». При порушенні учасником правил стрибка чи невдалому стрибкові подається команда «Ні», і результат не вимірюється.

6. Якщо учасникові щось перешкодило виконати стрибок, суддя може дозволити йому повторити спробу.

7. Після закінчення змагання з даного виду учасникам не дозволяється робити жодних додаткових спроб.

§ 50. Стрибки в довжину і потрійний

1. У змаганнях зі стрибків у довжину і потрійному кожному учасникові надаються три спроби. Зараховується найкращий результат.

Примітка. В деяких змаганнях кожному учасникові можна надавати згідно з положенням шість спроб.

2. На особистих, а також особисто-командних змаганнях, в яких беруть участь понад шість спортсменів, проводять попередні змагання, де кожному з учасників надається по три спроби, а учасники, котрі показали шість найкращих результатів, виходять у фінал і дістають ще по три спроби. Якщо шостий результат

покажуть двоє або більше учасників, то всі вони допускаються до фіналу. При шести й менше учасників особистого або особисто-командного змагання всі вони дістають по шість спроб (тобто попередні змагання й фінал об'єднуються).

3. Час і місце проведення фіналу визначає суддівська колегія.

4. Остаточні місця визначають між учасниками фіналу за кращим результатом з усіх шести спроб (попереднього змагання й фіналу).

Учасник, який вийшов у фінал, але не взяв у ньому участі, дістає місце позаду всіх тих, що виступали в фіналі, незалежно від результату, показаного в попередньому змаганні. Винятком є випадок, зазначений в п. 7 § 10.

Примітка. Якщо в фіналі не виступатимуть двоє чи більше учасників, то вони займають місця (позаду тих, що взяли участь у фіналі) згідно з результатами, показаними в попередньому змаганні.

Якщо в стрибках у довжину чи потрійному двоє чи декілька учасників показали однакові найкращі результати, місця між ними поділяються за найкращим результатом у решті стрибків (враховуючи результати попередніх змагань, і фіналу). Наприклад:

	Попередні змагання	Фінал	Найкращий результат	Місце
Стрибун А	6,89; 7,21; 7,33	6,90; 7,00; 7,01	7,33	I
Стрибун Б	7,00; 7,11; 7,16	7,33; 7,20; 7,10	7,33	II

Перевагу дістає стрибун А як такий, що має кращий результат у решті стрибків — 7,21 проти 7,20 у стрибуну Б.

5. В разі якщо в попередніх змаганнях бере участь велика кількість спортсменів, вони поділяються на групи (серії) по 15—20 чоловік. Кожна група виконує всі три спроби, після чого починає змагання наступна група.

Якщо на стадіоні є декілька місць для стрибків, групи можуть виступати одночасно в різних місцях. Однак при цьому всім по можливості повинні бути забезпечені однакові умови (якість місця для стрибків, напрямок вітру та ін.).

6. Коли змагання, що почалося, через погану погоду чи з іншої причини, незалежної від суддів і учасників, переривається на кілька годин або переноситься на інший день, то, на розсуд головного судді, його можна провести знову (при тих же учасниках) або продовжити.

Примітка. Якщо змагання переривається під час проведення фіналу або безпосередньо перед його початком, то після перерви наново проводять тільки фінал.

7. Вимоги до стрибка в довжину з розбігу:

а) відштовхування треба робити від бруска чи від доріжки перед ним. Стрибун, який перебіг брусок чи пробіг збоку від нього або відштовхнувся за бруском чи збоку від нього, вважається таким, що зробив невдалу спробу. Якщо стрибун при відштовхуванні залишить слід (туфлі чи шипа) на смузі піску (або пластиліні) за бруском, стрибок вважається таким, що не вдався;

б) після приземлення учасник повинен вийти з ями вперед або вперед — убік.

При виході учасника з ями в бік бруска (назад чи назад — убік) стрибок вважається невдалим;

в) результати стрибків вимірюються від найближчого сліду, який залишить у ямі будь-яка частина тіла

стрибуна. Найближчу до бруска точку цього сліду відмічають кілочком.

Вимірювання проводять від кілочка по прямій лінії перпендикулярно до бруска або його продовження до «лінії виміру» (рис. 11).

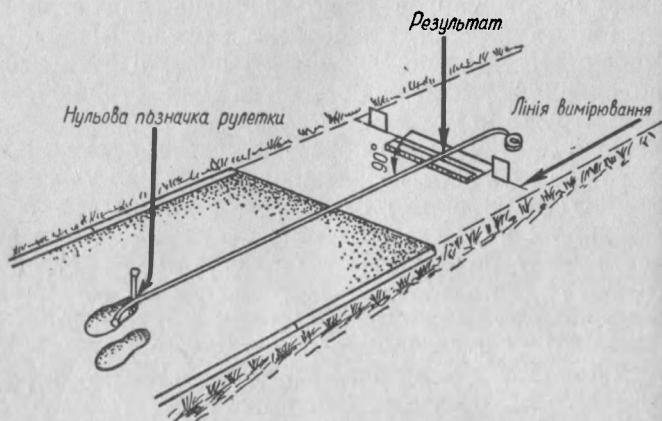


Рис. 11. Вимірювання результату в стрибках у довжину (потрійному).

Примітка. Якщо під час стрибка учасник торкнеться землі поза ямою на ближчій відстані від місця відштовхування, ніж найближчий слід, залишений під час приземлення в ямі, то результат стрибка не вимірюють, а стрибок вважається таким, що не вдался.

При вимірюванні нульова відмітка рулетки має бути біля кілочка. Результат стрибка визначають у цілих сантиметрах з округленням у бік зменшення.

Дозволяється користуватись спеціальним приладом, що полегшує або прискорює вимірювання, точність якого підтверджена відповідною державною контрольною організацією.

8. Вимоги до стрибка в довжину з місця:

а) стрибун стає на брусок так, щоб носки туфель не виходили за «лінію виміру»;

б) обидві ноги повинні відштовхуватись від бруска одночасно і тільки один раз. Якщо ноги стрибуна, відокремившись від бруска, торкнуться його знову (підскок), стрибок вважається невдалим;

в) стрибун може піднімати від бруска носки або п'ятки (по черзі), але не повинен до стрибка повністю відділяти від бруска ступні (хоча б однієї ноги) або ковзати ногами по ньому в будь-якому напрямку.

В усьому іншому діють ті ж правила, що й при стрибку в довжину з розгону.

9. Вимоги до потрійного стрибка з розгону:

а) стрибун, відштовхнувшись від бруска, обов'язково опускається на ту саму ногу, відтак, відштовхнувшись нею, опускається на другу ногу, а потім закінчує стрибок приземленням в яму;

б) якщо стрибун після відштовхування зачепив ногою ґрунт доріжки, стрибок вважається таким, що не вдався.

В усьому іншому діють ті ж самі правила, що й при стрибках у довжину з розгону.

10. Вимоги до потрійного стрибка з місця:

а) стрибун, відштовхнувшись від бруска обома ногами, опускається на будь-яку ногу, а потім, відштовхнувшись нею, опускається обов'язково на другу ногу й закінчує стрибок приземленням в яму;

б) якщо стрибун після відштовхування зачепив ногою ґрунт доріжки, стрибок вважається таким, що не вдався.

В усьому іншому діють ті ж самі правила, що й при стрибку в довжину з місця.

§ 51. Стрибки у висоту із жердиною

1. Початкову висоту, а також наступні висоти визначають або положення про змагання, або перед початком змагань — суддівська колегія разом з представниками. Учасникам її оголошує суддя перед початком змагань з даного виду.

2. Спортсмен може почати стрибати з будь-якої з установлених висот, а також, почавши змагання, пропустити деякі висоти, не втрачаючи права на дальшу участь.

При першому виклику для стрибка учасник повинен заявити, з якої висоти він почне стрибати. Він має право під час стрибків перезаявити свою початкову висоту (в бік зменшення або збільшення).

Для подолання кожної висоти учасникові надається не більше трьох спроб, причому кожна слід використовувати по черзі.

Примітка. При подоланні висоти з першої або другої спроби ті спроби, що лишились невикористані, учасникові не надаються.

Учасник має право після першої або другої невдалої спроби на даній висоті не використовувати на ній решту своїх спроб (відповідно дві або одну) і стрибати на наступну висоту. Зробивши три невдалих підряд спроби, незалежно від того, на яких висотах це сталося, учасник вибуває із змагання. Якщо після одної або двох невдалих спроб підряд на якихось висотах учасник подолав планку, рахунок до трьох невдалих спроб починається знову.

Приклад. Учасник узяв висоту 1,75, збив на першій спробі висоту 1,80 і, відмовившись від двох спроб, що лишилися, перейшов на наступну висоту — 1,85 (або навіть, пропустивши її, — на 1,90). З першої спроби він не взяв нову висоту й захотів перейти на наступну — 1,90 (або навіть ще більшу висоту). Якщо він її не візьме з першої спроби, то вибуде із змагання (як такий, що зробив три невдалі спроби підряд — на висотах 1,80, 1,85 і 1,90), якщо ж він з першої спроби візьме 1,90, то продовжить змагання і вибуде після трьох невдалих спроб підряд на будь-яких наступних висотах.

3. При записах у протоколі з стрибків у висоту і з жердиною слід користуватися такими умовними позначеннями:

— — пропуск висоти;

V — висоту взято (вдала спроба);

X — висоту не взято (невдала спроба).

4. Переможець у стрибках визначається за найбільшою взятою висотою. Якщо декілька учасників показали однакові результати, то місця між ними ділять таким чином:

а) кращим вважається учасник, який взяв останню висоту з найменшої кількості спроб;

б) якщо в кількох учасників виявиться рівна кількість спроб на останній висоті, то перевагу дає найменша кількість невдалих спроб з усіх висот цього змагання;

в) якщо й тут деякі учасники виявляться в однаковому становищі, то попереду вважатиметься той, хто зробив найменшу загальну кількість спроб (вдалих і невдалих) з усіх висот цього змагання.

Наводимо приклад (стрибки у висоту).

Учасники А, Б, В і Г взяли висоту 2 м, але не взяли висоту 2,05 м.

Учасники	175	180	185	190	195	200	205	Кількість невдалих спроб	Загальна кількість вдалих і невдалих спроб	Зайняте місце
А	—	X V	V	X V	—	X X V	X X X	4	8	II
Б	V	V	V	X —	X V	X X V	X X X	4	9	III
В	V	V	X —	V	X X V	X X V	X X X	5	—	IV
Г	V	—	—	X X V	X X V	X V	X X X	—	—	I

Згідно з правилом (підпункт «а») учасник Г, який взяв останню висоту з найменшої кількості спроб, вважається переможцем.

Решта зробила однакову кількість спроб на останній взятій висоті і згідно з правилом (підпункт «б») учасник В, який має більшу кількість невдалих спроб, ніж А і Б, посідає четверте місце.

Для розподілу місць між А і Б, які мають однакову кількість невдалих спроб, вступає в силу правило (підпункт «в»), згідно з яким друге місце присуджується учаснику А, який зробив меншу, ніж Б, загальну кількість спроб (вдалих і невдалих);

г) якщо всі вищезазначені показники не дають можливості виявити місця, то для визначення тільки першого місця між учасниками негайно проводять додаткове змагання. Відбувається воно так: учасникам надається по одній спробі на кожній висоті, починаючи з останньої, яку вони не взяли; якщо всі або частина учасників візьмуть цю висоту, планку піднімають, якщо не візьмуть, планку опускають; піднімають планку на 2 см при стрибках у висоту і на 5 см при стрибках з жердиною, а при опусканні ставлять попередню висоту. Учас-

ник, який подолав висоту, не взяту іншими, вважається переможцем.

Після того, як переможця визначено, додаткове змагання припиняють і розподіляють останні місця.

Примітка. Результати, показані учасниками в додаткових змаганнях для визначення особистого місця, можуть зараховуватись як виконання розрядних норм і можуть бути затверджені, як рекорди, але в залік командної першості не йдуть.

д) якщо один з учасників, що взяв висоту, відмовився потім продовжувати змагання і не використав усі спроби, котрі лишилися в нього, він на наступних висотах дістає місце позаду інших учасників, які взяли однакову з ним висоту, незалежно від того, з якої спроби він узяв цю висоту і з яких спроб подолали цю висоту інші учасники, які продовжують змагання.

Винятком може бути випадок захворювання (травмування) учасника, передбачений вимогами участі в фіналі, зазначеними в п. 7, § 10.

Якщо учасників, які взяли однакову висоту й відмовились від продовження змагання, буде кілька, то місця між ними (позаду всіх тих, хто продовжить змагання) розподіляються на загальних підставах відповідно до пп «а», «б» і «в» в п. 4 даного параграфа.

5. При великій кількості учасників їх ділять на групи, число яких залежить від кількості місць для проведення стрибків. Стрибки в різних місцях треба проводити до задалегідь визначеної висоти (залежно від кваліфікації учасників) таким чином, щоб вони кінчались у всіх групах по змозі в один час. Після цього учасників, що взяли останню висоту, об'єднують в одну групу і, надавши їм можливість розмітити розгін і зробити один пробний незаліковий стрибок, продовжують змагання. Місце, де продовжують змагання зі стрибків, визначає суддівська колегія.

6. Якщо почате змагання через погану погоду, вихід з ладу місця відштовхування або з інших причин, незалежних від суддів й учасників, за рішенням головного судді переривається на кілька годин або переноситься на інший день чи в інше місце, то його продовжують потім на тій висоті, на якій воно було перервано (з заліком учасникам вдалих і невдалих спроб), або ж на наступній висоті, коли змагання на висоті, що була до перерви, проведено повністю. В останньому разі змагання продовжують стрибун, які взяли висоту.

При відновленні змагання кожен учасник має право розмітити на новому місці свій розгін і зробити три незалікові спроби на останній висоті, яку він узяв раніше, або на тій, що передувала їй.

Залік кількості спроб проводять з усіх висот першої частини змагання і з нових висот (крім незалікових спроб).

7. Вимоги до стрибків у висоту з розгону.

Стрибок вважається таким, що не вдався, коли учасник:

- а) відштовхнувся від землі обома ногами;
- б) збив планку будь-якою частиною тіла або пробіг по ній.

Примітки. 1. Якщо суддя впевнений, що стрибун не зачепив планку, а вона впала внаслідок сторонніх причин (наприклад, через порив вітру), він може зарахувати цей стрибок як вдалий, однак як рекордний такий стрибок зараховувати не можна, оскільки при цьому виключена можливість перевірки результату головним суддею.

2. Пронесення будь-якої частини тіла над планкою не вважається невдалим стрибком, якщо стрибун при цьому не торкнеться землі (піску) за площиною стояків.

8. Вимоги до стрибків у висоту з місця:

- а) обидві ноги повинні відштовхуватись від землі.

одночасно і тільки один раз. Якщо ноги стрибун, відокремившись від землі, торкнуться її знову (підскок), стрибок вважається таким, що не вдався;

б) стрибун може піднімати носки або п'ятки (по черзі), але не повинен повністю відокремлювати до стрибка ступні від землі (хоча б однієї ноги) або сковзатись ногами по ґрунту в будь-якому напрямку.

В усьому іншому діють ті ж самі правила, що й при стрибках у висоту з розгону.

9. Вимоги до стрибків із жердиною:

Стрибок вважається таким, що не вдався, коли учасник:

а) встромивши жердину в ящик упору, відокремив обидві ноги від землі для стрибка, але не стрибнув або торкнувся будь-якою частиною тіла чи жердиною піску (стружок) за вертикальною площиною, що проходить через задню стінку ящика упору;

б) після відокремлення від землі перемістив вище верхню (за положенням на жердині) руку або переніс нижню руку вище верхньої;

в) збив планку жердиною;

г) зачепив планку так, що вона перескочила одним чи обома кінцями на верх стійок або на інший кілочок;

д) відпустив після стрибка жердину так, що вона перетнула площину між стояками (незалежно від того, чи збила вона при цьому планку, чи залишилась на місці);

П р и м і т к а. Суддя має право підхопити жердину тільки після того, як стрибун випустить її з обох рук і вона почне падати назад у бік розгону; нікому не дозволяється торкатись жердини, якщо вона падає в бік планки; коли до неї хтось доторкнеться, стрибок вважається таким, що не вдався.

В усьому іншому діє правило, передбачене § 51, п. 8, пп «б».

На прохання учасника перед його стрибком кожна із стоек може бути переміщена вперед або назад у межах 60 см (див. § 48, п. 2); після кожного переміщення стоек судді повинні перевірити правильність встановленої висоти планки.

Вимірювання висоти проводять вимірювальною рейкою, встановленою на планку, вкопану в землю.

Кожен учасник може користуватись своєю жердиною і не зобов'язаний давати її іншим учасникам.

Кожен учасник зобов'язаний перевірити справність і придатність жердини, якою він користується.

Перед початком змагання судді повинні перевірити правильність обмотки, наявність закругленого чопа на опорному кінці у всіх жердинах особистого і загального користування. Іншої перевірки жердин не проводять.

Якщо жердина зламалася під час стрибка, дозволяється повторний за умови, коли в усьому іншому стрибок було проведено без порушення правил або порушення сталося внаслідок поломки жердини.

Для змазування або натирання рук учасникам дозволяється користуватись магнезією, каніфоллю чи будь-якими клейкими речовинами.

VI. МЕТАННЯ

A. Місця змагань і устаткування

§ 52. Метання диска і молота, штовхання ядра

1. Метання диска і молота і штовхання ядра проводять з кола в розмічений сектор поля (рис. 12, 13 і 14).
2. Поверхня всередині кіл може бути зроблена з бетону, асфальту, землі, спецсуміші (такого типу, як по-

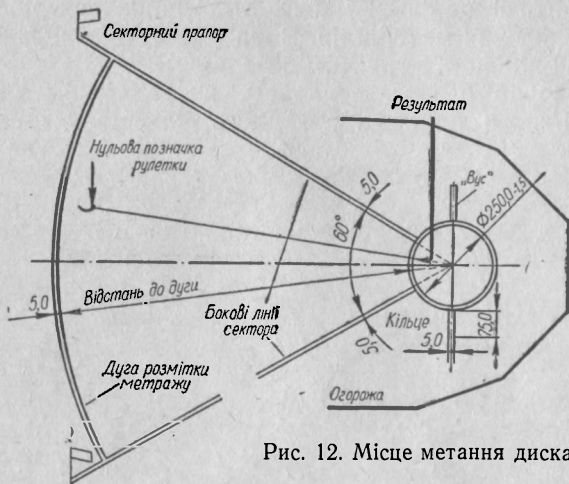


Рис. 12. Місце метання диска.

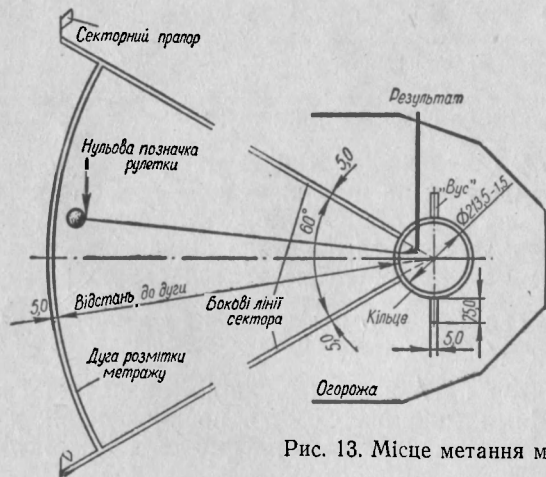


Рис. 13. Місце метання молота.

криття бігової доріжки і легкоатлетичних секторів) та інших нековзких матеріалів. Вона має бути рівна, лежати в одній площині з ґрунтом поза колом.

3. Коло обмежується кільцем, виготовленим з металу або іншого твердого й міцного матеріалу і пофар-

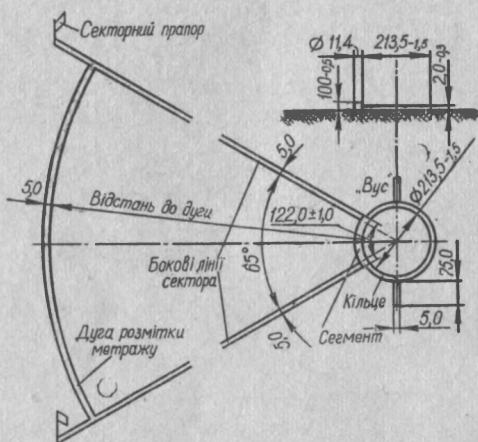


Рис. 14. Місце штовхання ядра.

бованого в білий колір. Кільця можуть бути перенесні, що накладаються на поверхню кола й добре на ній закріплюються, або стаціонарні, постійно заглиблені в ґрунт кола. Внутрішня поверхня кільця, яка має висоту не більше 2 см, повинна бути вертикальною.

Примітка. Допустиме відхилення від розміру висоти кільця не повинно перевищувати 0,2 см в бік зменшення.

4. Сектор приземлення снарядів визначається боковими лініями (шириною 5 см), починаючи від внутрішнього краю кола. При цьому вершина кута сектора має

бути в центрі кола. Ширина бокових ліній не входить у площу сектора. На кінцях бокових ліній встановлюють секторні прапори. Секторний прапор має бути металевий, розміром 20×40 см, з металевим древком діаметром 8 мм і заввишки менше 60 см.

Грунт сектора приземлення при метанні диска і молота — не жорсткий (трав'яний або земляний); при штовханні ядра — щільніший.

Площу сектора розмічають проведеними з центра кола дугами, які показують відстань від внутрішнього краю кільця.

Межі сектора й дуги позначають білою тасьмою, прикріпленою до ґрунту, або наносять фарбою.

В точках перетину дуг з боковими лініями сектора ставляться показники з чіткими цифрами, які показують відстань від кола.

5. Розміри й розмітка місць для метання:

Назва розмірів	Метання диска	Метання молота	Штовхання ядра
Внутрішній діаметр кільця	250 см	213,5 м	213,5 см
Кут сектора	близько 65°	близько 65°	близько 65°
Відстань між дугами	5 м	5 м	1 м
Межі розмітки дуг (умовно, залежно від кваліфікації учасників)	від 30 до 60 м	від 35 до 70 м	від 8 до 20 м

Примітка. Потрібний кут сектора в штовханні ядра утворюється, якщо бокові лінії, спрямовані з центра кола, проходять через кінці дерев'яного сегмента (див. п. 6. § 52 і рис. 14).

Розміри кілець і секторів показані на рис. 12, 13, 14.

Примітка. Допустиме відхилення від зазначених розмірів внутрішніх кілець не повинно перевищувати 1,5 см у бік зменшення.

6. При штовханні ядра всередині передньої частини кільця встановлюють і міцно закріплюють дерев'яний брусок (сегмент), який прикриває кільце згори і збігається внутрішньою своєю поверхнею з внутрішнім краєм кільця (див. рис. 14).

Розміри сегмента: висота — 10 см, ширина — 11,4 см, довжина по внутрішньому краю — 122 см.

Примітка. Допустиме відхилення в розмірах сегмента не повинно перевищувати в висоті 0,5 см у бік зменшення і в довжині по внутрішньому краю ± 1 см.

Сегмент фарбують у білий колір.

Примітка. В закритому приміщенні при штовханні ядра в яму з піском відстань від неї до кільця встановлює суддівська комісія залежно від кваліфікації учасників.

7. Поза колом з обох боків кільця роблять перпендикулярно до осьової лінії сектора «вуси» довжиною 75 см кожен, які ділять коло на передню (до місця приземлення) і задню половини.

8. При метанні молота і диска біля кола слід встановити запобіжну огорожу довільної конструкції. Вона може бути стаціонарна або переносна. На рис. 15 наведено рекомендовану схему розміщення огорожі.

Зміна ширини секцій та їх кількості допускається, однак відстань від центра кола до огорожі на ділянці $A-B$ має становити не менше 3,55 м і не більше 3,80 м. Відстань від кінців огорожі (в місці її розриву для вилітоту снарядів) до суміжних ліній сектора приземлення має дорівнювати 2 м, а «винос» цих кінців щодо осьової лінії кола (відрізок $B-G$) — не менше 3,65 м.

Мінімальна висота огорожі на ділянці $A-B$ — не менше 2,75 м, а на ділянках $B-G$ і $A-D$ — не менше 3,50 м. Огорожу рекомендується робити сітчастою, з мотузяної або металевої плетеної сітки.

Мотузка, з якої виготовляється сітка, повинна мати в окружності 12—13 мм (діаметр 4 мм). Розмір чарунок — 50×50 мм. Сітку довжиною близько 20 м підвішують або прошнуровують (за допомогою такої ж мотузки) по всьому периметру верхнього краю конструкції. Нижній край сітки не закріплюється, а вільно лежить на землі (тому сітка має бути довшою за висоту конструкції на 30—40 см). До краю сітки, що лежить на землі, прикріплюють на однаковій відстані один від одного 9 мішків з вантажем (піском) вагою близько 13 кг кожний.

Металева сітка з чарунками розміром 50×50 мм має бути сплетена з сталевого дроту діаметром 2,5 мм і кріпитись до рами конструкції.

§ 53. Метання списа, гранати і м'яча

1. Метання списа проводять від криволінійної планки в розмічений сектор поля.

2. Планка шириною 7 см може бути виготовлена з дошки, фанери або металевого листа. Вона зігнута дугою радіусом 8 м (по її внутрішньому ребру), має довжину між кінцями (по хорді) 4 м, кріпиться врівень з ґрунтом доріжки розгону і фарбується в білий колір. З обох кінців планки на ґрунті роблять «вуси», спрямо-

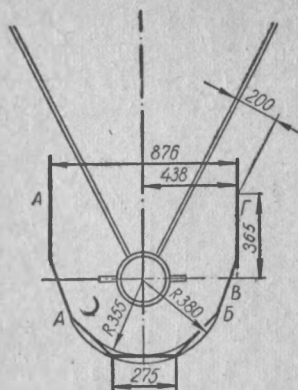


Рис. 15. Схема розташування огорожі біля місця метання молота і диска.

вані перпендикулярно до осі доріжки розгону, довжиною 1,5 м кожен, шириною 7 см (рис. 16).

3. Сектор для метання утворюється двома боковими лініями шириною 5 см, які спрямовані з центра кривизни

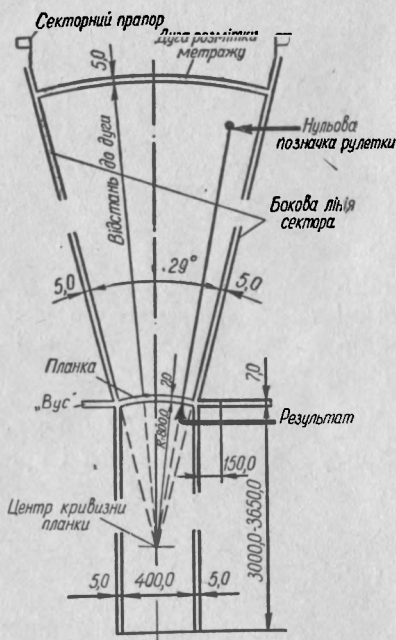


Рис. 16. Місце метання списа.

ни планки й проходять через її кінці в поле. Кут сектора при цьому дорівнює 29° .

Починаються бокові лінії сектора від планки. На кінцях ліній в полі ставлять секторні прапори. Ширина бокових ліній у розмірі сектора не входить.

Сектор розмічають дугами, які проведені з центра кривизни через кожні 5 м і показують віддалі від неї. Межі розмітки дуг (умовно, залежно від кваліфікації учасників) — від 30 до 90 м. У місцях пересічення дуг з боковими лініями сектора ставлять покажчики з цифрами, які вказують відстань від планки (ті ж самі, про які йдеться у § 52, п. 4).

4. Метання гранати і м'яча проводять від прямої планки в поле.

5. Планка шириною 7 см і довжиною 4 м може бути виготовлена з дошки, фанери або металевого листа. Її кріплять урівень з ґрунтом доріжки розгону й фарбують

Довжина доріжки — не менше 30 м, але не більше 36,5 м. Ширина доріжки — 4 м на всьому її протязі.

Вона обмежується з обох боків білими лініями шириною 5 см, які не входять у ширину доріжки.

Примітка. При метанні гранати і м'яча ширина доріжки може бути зменшена до 1,25 м, але на останніх 6—8 м перед планкою вона повинна збільшитися до 4 м.

Уклон доріжки не повинен перевищувати 1 : 1000 в напрямку розгону.

§ 54. Загальні вимоги до місць змагань

1. Площа поля для приземлення снарядів має бути рівна і вільна від сторонніх предметів. Мінімальний розмір її в напрямку метання:

Стать спортсменів	Розмір площі поля для приземлення (в напрямку метання) при метанні (штовханні) в м				
	диска	молота	ядра	списа	гранати
Чоловіки	65	75	22	90	95
Жінки	60	—	20	65	65

Примітка. При одночасному проведенні на стадіоні змагань з метання й бігу (ходьби) або стрибків головний суддя повинен вжити необхідних запобіжних заходів.

2. В полі на помітних покажчиках повинні бути зазначені рекорди.

Б. Снаряди для метання

§ 55. Диск

1. Диск складається з дерев'яного корпусу, облямованого нерухомо скріпленим з ним гладеньким металевим обідком, що має форму правильної окружності

(рис. 18). Точно в середині корпусу, врівень з його боками, кріплять паралельно один до одного круглі металеві пластинки, які забезпечують правильну вагу снарядів. Дозволяється виготовлення корпусу з металу,

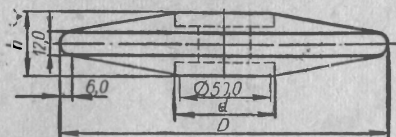


Рис. 18. Диск.

пластмаси та інших твердих матеріалів (при умові точного додержання встановлених ваги, форми і розмірів).

2. Обидва боки диска мають бути однакові, без висупів, виїмок і гострих кутів. На відстані 25 мм від центра сторони по прямій лінії звужуються до початку закруглення обідка (для дитячих дисків вагою 0,5 кг — на відстані 21,5 мм).

3. Півкруглий зовнішній край обода не повинен мати жодних нарізок, насічок, виїмок чи опуклостей.

4. Розміри й вага диска мають бути такі:

Найменування параметрів	Вага й розміри диска			
	дитячого	жіночого	юнацького	чоловічого
Вага (мінімальна)	0,5 кг	1 кг	1,5 кг	2 кг
Зовнішній діаметр металевого обода (D):				
мінімальний	149 мм	180 мм	199 мм	219 мм
максимальний	151 »	182 »	201 »	221 »
Діаметр металевих пластинок (d):				
мінімальний	43 »	50 »	50 »	50 »
максимальний	45 »	57 »	57 »	57 »

Продовження

Найменування параметрів	Вага й розміри диска			
	дитячого	жіночого	юнацького	чоловічого
Товщина в центрі (h):				
мінімальна	29 мм	37 мм	37 мм	44 мм
максимальна	31 »	39 »	39 »	46 »
Товщина обода в 6 мм від краю (мінімальна)	10,5	12 »	12 »	12 »

Диски вагою 2 кг застосовуються для чоловіків, вагою 1,5 кг — для юнаків старшого й молодшого віку, вагою 1 кг — для жінок, дівчат старшого й молодшого віку і хлопчиків, вагою 0,5 кг — для дівчаток.

§ 56. Спис

1. Спис складається з трьох частин: дерев'яного древка, гострого металевго наконечника і мотуз'яної об-

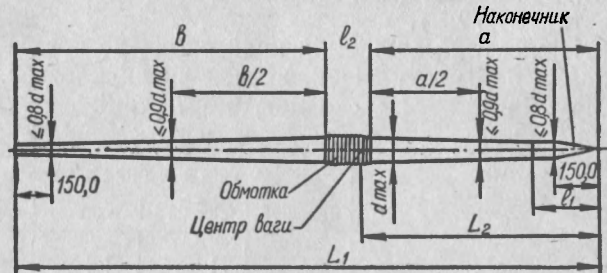


Рис. 19. Спис.

мотки (рис. 19). Допускається виготовлення древка з металу (при точному додержанні встановлених розмірів і форми).

2. Розміри і вага списа мають бути такі:

Найменування параметрів	Вага і розміри списа	
	жіночого	чоловічого
Вага (з обмоткою)		
мінімальна	600 г	800 г
Загальна довжина (L_1):		
мінімальна	2200 мм	2600 мм
максимальна	2300 »	2700 »
Довжина металевого наконечника (Z_1):		
мінімальна	250 »	250 »
максимальна	330 »	330 »
Вага металевого наконечника		
мінімальна	80 г	80 г
Відстань від кінчика наконечника до центра ваги (L_2):		
мінімальна	800 мм	900 мм
максимальна	950 »	1100 »
Діаметр древка в найтовщій частині:		
мінімальний	20 »	25 »
максимальний	25 »	30 »
Довжина частини древка, покритої обмоткою (Z_2):		
мінімальна	140 »	150 »
максимальна	150 »	160 »

3. У місці центра ваги спис рівномірно обмотують шнуром (без вузлів, петель і виїмок). Центр ваги списа може міститися під будь-якою точкою обмотки.

Товщина шнура — 2,5—4 мм. Ніякі інші пристосування для держання списа не допускаються.

4. Поперечний переріз древка має скрізь являти правильне коло. Найбільший діаметр його — під обмоткою. Від обмотки древко поступово звужується до наконечника і хвоста. Лінії, проведені від обмотки до обох кінців списа, повинні бути прямі або злегка зігнуті (без різких

переходів величини діаметра). Звуження деревка повинно бути таке, щоб у точках, розташованих посередині відстаней від закінчення обмотки до кінців наконечника і хвоста, діаметр деревка не перевищував 90% максимального його перерізу, а в 15 см від кожного кінця — 80%.

5. Спис не повинен мати ніяких рухомих частин чи пристосувань, здатних під час польоту змінювати положення центра ваги або траєкторію.

6. Чоловічий спис застосовується для змагань чоловіків і юнаків старшого віку, жіночий — для решти груп учасників.

§ 57. Ядро

1. Ядро являє собою кулю, яка не має жодних нарізок, насічок, виїмок чи опуклостей.

2. Воно повинно бути металеве, з матеріалу, що не м'якший за латунь, або являти собою заповнену оболонку з такого металу.

Розмір і вага ядра:

Найменування параметрів	Розмір і вага ядра				
	для дівчат	для жінок	для юнаків		для чоловіків
Вага (мінімальна)	3 кг	4 кг	6 кг	5 кг	7,257 кг
Діаметр (Д):					
мінімальний	85 мм	95 мм	100 мм	105 мм	110 мм
максимальний	100 »	110 »	120 »	125 »	130 »

3. Чоловіче ядро застосовується для змагань чоловіків, юнацькі: 6 кг — для юнаків старшого віку; 5 кг — для юнаків молодшого віку; жіноче — для жінок, дівчат старшого віку і хлопчиків; ядро вагою 3 кг — для дівчат молодшого віку.

§ 58. Молот

1. Молот складається з металевого кулеподібного ядра (виготовленого з матеріалу, що не м'якший за латунь або являє собою заповнену оболонку з такого металу) і ручки, з'єднаних між собою дротом (рис. 20).

Якщо вживають ядро з заповнювачем, останній розташовується всередині його нерухомо так, щоб центр ваги містився не далі 6 мм від центра кулі.

Ядро з'єднують з дротом простим шарніром на шарикопідшипнику.

2. Дріт повинен бути сталевий, мати діаметр не менше 3 мм і витягуватись під час метання.

3. Ручка (одинарна чи подвійна) має бути тверда, без будь-яких зчленувань і не повинна помітно витягуватись у момент кидка.

Рекомендована форма і розміри ручки показані на рис. 21.

З рукою дріт з'єднується петлею.

4. Розміри і вага молота мають бути такі:

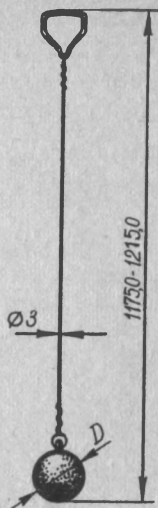


Рис. 20 Молот.

Найменування параметрів	Розміри молота		
	члoвiчого	юнацьких	
Загальна (мінімальна) вага	7,257 кг	6 кг	5 кг
Загальна довжина (вимірюється від внутрішнього боку ручки):			
мінімальна	1175 мм	1175 мм	1015 мм
максимальна	1215 »	1215 »	1045 »

Найменування параметрів	Розміри молота		
	чоловічого	юнацьких	
Діаметр ядра (Д): мінімальний максимальний	102 мм	96 мм	87 мм
	120 »	118 »	115 »

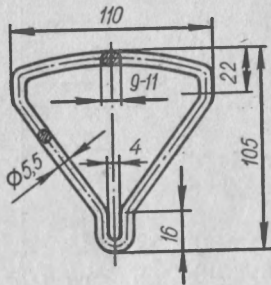


Рис. 21. Ручка молота.

5. Чоловічий молот застосовують у змаганнях чоловіків, юнацькі: 6 кг — юнаків старшого віку і 5 кг — юнаків молодшого віку.

§ 59. Граната

1. Граната може бути дерев'яна з металевим чохлам або суцільнометалева.

2. Гранати за вагою бувають: 700, 500 і 300 г.

3. Розміри гранат мають бути такі:

Найменування параметрів	Вага		
	700 г	500 г	300 г
Довжина всього снаряда	236 мм	236 мм	165 мм
Діаметр ручки	30 »	30 »	25 »
Довжина ручки	105 »	105 »	75 »
Діаметр тіла гранати	50 »	50 »	40 »
Довжина тіла гранати	105 »	105 »	70 »
Довжина шийки між тілом і рукою (по осі гранати)	26 »	26 »	20 »

4. Ручка гранати має бути гладенька, без виступів, виїмок, насічок чи обмотки.

5. Гранату вагою 700 г застосовують у змаганнях чоловіків, юнаків старшого віку й жінок, вагою 500 г — дівчат старшого віку і юнаків молодшого віку й вагою 300 г — дівчат молодшого віку й хлопчиків.

§ 60. М'яч

1. У змаганнях з метання м'яча тільки підліткової групи (дівчаток і хлопчиків 13—14 років) користуються м'ячем для ігри в хокей на льоду.

2. М'яч має кулеподібну форму і складається з коркової серцевини, що обплетена шпагатом, пофарбованим олійною фарбою чи нітрофарбою.

3. Розміри й вага м'яча мають бути такі: вага (мінімальна) 58 г; діаметр мінімальний 58 мм; максимальний 62 мм.

§ 61. Перевірка снарядів

1. Спеціально призначений суддя з інвентаря перевіряє відповідність форми, розмірів і ваги всіх снарядів вимогам цих правил.

2. Для зважування і перевірки розмірів та форми снарядів на стадіонах мають бути вага і шаблони (рис. 22, 23, 24 і 25).

Надані учасникам змагань диски, списи, гранати і ядра вагою 3 і 4 кг не повинні перевищувати мінімальної ваги більш як на 50 г, а чоловічі та юнацькі ядра й молоти — на 75 г.

Допустиме перевищення мінімальної ваги м'яча — 5 г.

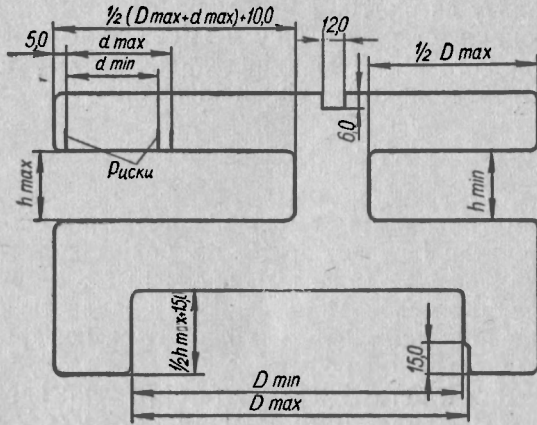


Рис. 22. Шаблон для перевірки розмірів диска.

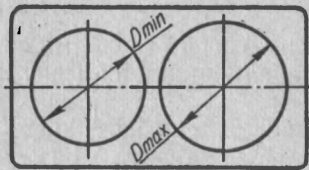


Рис. 23. Шаблон для перевірки розмірів ядра, молота і м'яча.

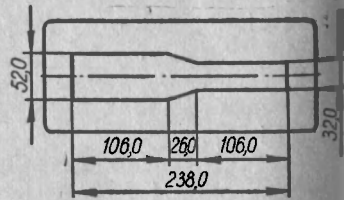


Рис. 24. Шаблон для перевірки розмірів гранати вагою 700 і 500 г (між гранатою і шаблоном допускається провіт не більше 2 мм).

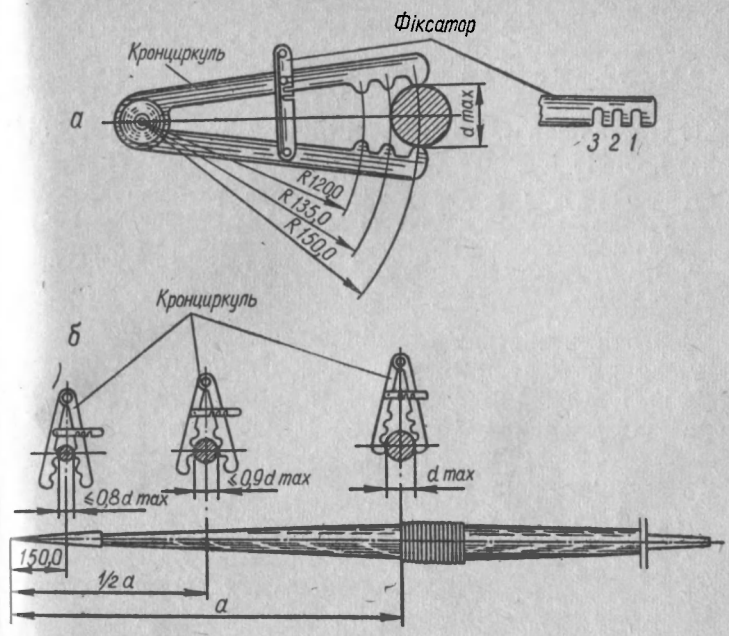


Рис. 25. Універсальний кронциркуль для перевірки діаметрів спи- сів.

a — вимірювання діаметра древка списа в найтовшій частині: в положенні фіксатора 1 розхил крайніх губок кронциркуля відповідає максимально допустимій величині діаметра чоловічого списа (30 мм); в положенні фіксатора 2 розхил крайніх губок кронциркуля відповідає мінімально допустимій величині діаметра чоловічого списа й максимально допустимій величині діаметра жіночого списа (25 мм); в положенні фіксатора 3 розхил крайніх губок кронциркуля відповідає мінімально допустимій величині діаметра жіночого списа (20 мм); *б* — вимірювання діаметра в різних частинах списа.

В. Правила змагань з метання

§ 62. Загальні правила

1. В кваліфікаційних, попередніх змаганнях і в фіналах учасники виконують кожну спробу по черзі.

Примітки. 1. В деяких випадках, за рішенням головного судді, учасники кваліфікаційних чи попередніх змагань можуть виконувати всі три спроби підряд.

2. При несприятливій погоді, на розсуд головного судді, право виконати спроби підряд може бути надане і в фіналі.

Черговість виступу учасників визначається заздалегідь єдиним жеребкуванням, яке проводить суддівська колегія, і залишається незмінною в кваліфікаційних, попередніх змаганнях та фіналі. При великій кількості учасників їх поділяють на групи (серії) по 15—20 чоловік у кожній.

Примітки. 1. Якщо змагання проводились за серіями чи в декількох місцях, черговість виступів учасників визначається новим жеребкуванням.

2. Учасникам і представникам дозволяється бути присутніми на жеребкуванні (див. примітку до п. 1, § 36).

2. Кожному учасникові надаються три спроби. Зарховується найкращий результат.

Примітка. В деяких змаганнях кожному учаснику може бути надано згідно з положенням про змагання шість спроб.

3. В особистих, а також особисто-командних змаганнях, в яких беруть участь понад шість спортсменів, проводять попередні змагання, в яких кожному з учасників надається по три спроби, а учасники, які показали шість найкращих результатів, виходять у фінал і дістають ще по три спроби. Якщо шостий результат покажуть двоє чи троє учасників, усі вони допускаються до фіналу.

Якщо учасників особистого або особисто-командного змагання шестеро або менше, всі вони дістають по шість спроб, тобто попередні змагання й фінал об'єднуються.

4. Час і місце проведення фіналу визначає суддівська колегія.

5. Остаточні місця учасників фіналу визначають за кращим результатом з усіх шести спроб (попереднього змагання й фіналу).

Спортсмен, який вийшов у фінал, але не взяв у ньому участі, дістає місце позаду всіх, хто виступав у фіналі, незалежно від результату, показаного в попередньому змаганні; винятком є випадок, зазначений в § 10, п. 7.

Примітка. Якщо в фіналі не візьмуть участі два або більше спортсменів, то вони займають місця (позаду тих, що взяли участь у фіналі) відповідно до результатів, показаних у попередньому змаганні.

Якщо в змаганнях з метання двоє чи декілька учасників показали однакові найкращі результати, місця між ними розподіляються за найкращим результатом з решти кидків (з урахуванням результатів і попередніх змагань, і фіналу).

Приклад див. § 50, п. 4.

6. Після закінчення змагань з даного виду учасникам не дозволяється робити ніяких додаткових спроб.

7. Учасники мають право користуватися тільки снарядами, наданими організацією, що проводить змагання. Жодних інших снарядів приносити на поле не дозволяється.

8. Учасник не має права розпочинати метання без виклику судді. Якщо до моменту виклику учасник не готовий до виконання вправи чи навмисне зволікає час виконання спроби, він може бути позбавлений цієї чергової спроби.

9. Кидок зараховують після команди старшого судді «Єсть», яку він подає після приземлення снаряда, і при тій умові, якщо учасник набув стійкого положення. При порушенні учасником правил метання суддя вимовляє «Ні», і результат не вимірюють.

В обох випадках одночасно з командою суддя подає прапорцем сигнал для суддів-вимірювачів: при правильному кидку — підняттям прапорця над головою, при неправильному — відмашкою прапорцем униз.

10. Ввійшовши в коло з снарядом у руках, учасник до здійснення кидка не має права вийти з кола без дозволу судді. При порушенні цього правила учасника попереджають.

11. Учасник не має права перебувати в секторі для приземлення без дозволу судді.

12. Для змазування або натирання рук дозволяється користуватись магнезією, каніфоллю чи будь-якими клейкими речовинами. Метальникам молота дозволяється користуватись рукавицями.

13. Слід, залишений снарядом на ґрунті при падінні в секторі, відмічають спеціальним кілочком з номером. Кілочок ставлять у найближчій до кола чи планки точці сліду (якщо вона виявляється в межах сектора чи коридора приземлення) і залишають до виміру результату.

Примітка. У фіналах кілочки, які відмічають найкращі результати, рекомендується залишати до кінця змагання для орієнтації учасників і глядачів.

14. Спроба вважається невдалою, якщо:

а) при метанні учасник торкнеться будь-якою частиною тіла чи костюмом ґрунту за кільцем або перед планкою;

б) учасник наступить на кільце, сегмент, планку або тільки зачепить їх згори.

Примітка. Впіратися в кільце чи сегмент з внутрішнього боку дозволяється;

в) при виконанні розмахувань, поворотів, розгону і т. д. учасник випустить (навіть випадково) снаряд, який упаде за кільце або попереду планки.

Примітка. Випадкове падіння снаряда з рук учасника за кільце (планку) до початку розмахувань, а також падіння снаряда всередині кола чи до планки не вважається помилкою;

г) кілочок, який відмічає найближчу точку сліду від приземлення снаряда, виявляється поза сектором чи коридором;

д) учасник після здійснення кидка і команди «Єсть» вийде через планку чи кільце вперед або вперед — убик за позначені лінії («вуси»);

е) в змаганнях у закритому приміщенні при штовханні ядра в яму з піском (див. примітку до п. 5 § 52) снаряд падає перед ямою на тверде покриття (дерев'яну, бетонну і ін. підлогу).

Примітка. Якщо учасник штовхнув ядро за яму і воно не залишило чіткого сліду, то йому надається повторна спроба;

є) були порушені умови, зазначені в § 63.

15. Результат кидків визначається шляхом вимірювання найкоротшої відстані від кілочка, який відмічає слід падіння снаряда до найближчого внутрішнього краю кільця чи планки.

При метанні з кола вимірювання результату проводять рулеткою від кілочка в напрямку до центра кола.

Примітка. При штовханні ядра вимірювання проводять до внутрішнього краю дерев'яного сегмента. При цьому рулетка накладається поверх сегмента (рис. 26).

При метанні від криволінійної планки вимірювання результатів проводять від кілочка в напрямку до центра кривизни планки.

При метанні від прямої планки вимірювання проводять від кілочка по лінії, перпендикулярній до планки або до її продовження.

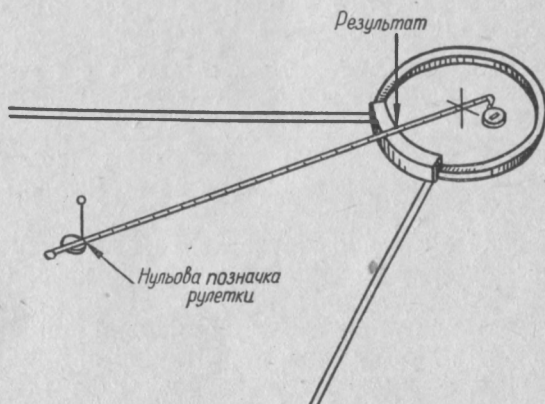


Рис. 26. Вимірювання результату при штовханні ядра.

При вимірюванні нульову позначку рулетки прикладають до кілочка біля землі. Результат визначають у цілих сантиметрах з округленням у бік зменшення з точністю до 1 см — при штовханні ядра, а при метанні диска, молота, списа, гранати й м'яча — з точністю до 2 см (з округленням до парного числа).

Якщо нема рулетки достатньої довжини, натягують контрольний шнур, один кінець якого міцно закріплюють у центрі кола, а другий — по черзі прикладають до кілочків. Вимірювання проводять рулеткою вздовж шнура.

ра, починаючи від кілочка. Щоб полегшити вимірювання результатів при метанні від прямої планки, паралельно їй на відстані 30, 40 і 50 м від неї натягують шнури (лінії), від яких і проводять додаткове вимірювання рулеткою до кілочка.

16. Вимірюють і заносять у протокол результати всіх зарахованих кидків.

Примітка. В масових змаганнях і при деяких інших випадках за рішенням головного судді дозволяється в кваліфікаційних і попередніх виступах проводити вимірювання тільки найкращого з трьох кидків (якщо важко визначити на око, який кидок дальший, то їх треба заміряти, але в протокол заносять тільки один, кращий результат).

Вимірювання можна проводити зразу після кожного кидка чи після закінчення змагання (при штовханні ядра це роблять відразу).

17. У всіх видах метання повертати снаряди кидком до стартової лінії або кола забороняється: їх треба приносити.

18. При поломці снаряда в момент метання учасникові надається повторна спроба, якщо метання було здійснено правильно або порушення правил відбулося внаслідок поломки снаряда.

19. Якщо у попередніх змаганнях бере участь велика кількість спортсменів, їх ділять на групи (серії) по 15—20 чоловік. Кожна здійснює по черзі всі три спроби.

Якщо на стадіоні є декілька місць для метання, групи можуть виступати одночасно. Однак при цьому умови змагання для всіх груп повинні бути по можливості однакові (якість місця для метання, напрямок вітру і т. д.).

20. Якщо змагання, що вже почалося, через несприятливу погоду чи з інших причин, незалежних від суддів і учасників, переривається на кілька годин чи переноси-

ться на інший день, то, на розсуд головного судді, його можна провести заново (при тих же учасниках) або продовжити.

Примітка. Якщо змагання переривається під час фіналу чи безпосередньо перед його початком, то після перерви заново проводиться тільки фінал.

§ 63. Спеціальні правила проведення окремих видів метання

1. Метання диска проводять з місця або з поворотами в межах кола, після того як учасник займе вихідне положення в колі.

2. Штовхання ядра проводять однією рукою від плеча з місця або з рухом у межах кола, після того як учасник займе вихідне положення в ньому.

В момент, коли спортсмен зайняв у колі вихідне положення для штовхання, ядро має торкатись щелепи або перебувати дуже близько від неї.

З моменту початку штовхання відводити ядро вбік або назад за лінією плечей не дозволяється.

3. Метання молота проводять однією чи обома руками з місця або з поворотами в межах кола. Якщо учасник при обертанні молота зачепить ним за ґрунт, припинить обертання, кидок вважають таким, що не вдався; якщо ж, зачепивши ґрунт, спортсмен виконав кидок, то метання вважається правильним.

Учасник має право, перебуваючи у колі перед початком обертальних рухів, покласти кулю молота на ґрунт поза колом.

Примітка. Якщо учасник, що почав розмахування або повороти, не торкаючись кільця або ґрунту за ним, припинить рухи й відпустить молот у середині кола, то це не вважається спробою, і він може повторити її знову. При цьому він має право знову покласти кулю молота на ґрунт поза колом.

Результат метання молота вимірюють від найближчої до кола точки сліду, залишеного кулею (не дротом і не ручкою снаряда).

4. Метання списа проводять з місця або з розгону (без поворотів). Спис треба тримати за обмотку. Кидок вважають правильним тільки тоді, коли спис торкається ґрунту наконечником і залишає слід.

Під час розгону і в момент кидка учасник має перебувати у межах позначеної боковими лініями доріжки.

5. Метання гранати і м'яча проводять з місця або з розгону (без поворотів).

VII. БАГАТОБОРСТВО

§ 64. Порядок і правила проведення багатоборства

1. Десятиборство. Проводять протягом двох днів підряд у такій послідовності.

Перший день: 1) біг 100 м, 2) стрибок у довжину з розгону, 3) штовхання ядра, 4) стрибок у висоту з розгону, 5) біг 400 м.

Другий день: 6) біг 110 м з бар'єрами, 7) метання диска, 8) стрибок з жердиною, 9) метання списа, 10) біг 1500 м.

2. Восьмиборство. Проводять протягом двох днів підряд у такій послідовності.

Перший день: 1) біг 100 м, 2) стрибок у довжину з розгону, 3) метання диска, 4) стрибок у висоту з розгону.

Другий день: 5) біг 110 м з бар'єрами, 6) стрибок з жердиною, 7) метання списа, 8) біг 800 м.

3. Шестиборство. Проводять протягом двох днів підряд у такій послідовності.

Перший день: біг 100 м, 2) штовхання ядра, 3) стрибок у довжину з розгону.

Другий день: 4) біг 110 м з бар'єрами, 5) метання диска, 6) стрибок з жердиною.

4. П'ятиборство.

А. Для чоловіків — проводять протягом одного дня у такій послідовності: 1) стрибок у довжину з розгону, 2) метання списа, 3) біг 200 м, 4) метання диска, 5) біг 1500 м.

Б. Для жінок — проводять протягом двох днів під-ряд у такій послідовності: перший день — 1) біг 80 м з бар'єрами, 2) штовхання ядра, 3) стрибок у висоту з розгону; другий день — 4) стрибок у довжину з розгону, 5) біг 200 м.

5. Чотириборство.

А. Для дівчат — проводять протягом одного дня у такій послідовності: 1) біг 100 м, 2) штовхання ядра, 3) стрибок у висоту з розгону, 4) біг 80 м з бар'єрами.

Б. Для юнаків — проводять протягом одного дня у такій послідовності: 1) біг 100 м, 2) метання диска, 3) стрибок у довжину з розгону, 4) метання списа.

6. Триборство.

Проводять протягом одного дня у такій послідовності: 1) біг 100 м, 2) штовхання ядра, 3) стрибок у висоту з розгону.

Примітка. В змаганнях з триборства, чотириборства, шестипорства і восьмипорства, а також з довільних багатопорства (див. § 1, розд. 1, примітка до п. «Багатопорства») для дівчаток, хлопчиків, дівчат і юнаків застосовують снаряди і бар'єри, затверджені для даної вікової групи.

7. Зміна кількості днів змагання з багатопорства або перестановка видів не дозволяється, за винятком випадку, коли розпочате змагання з багатопорства, яке проводиться протягом двох днів, через погоду не може бути

продовжене. В цьому разі, коли перерва сталася протягом першого дня, змагання розпочинають з самого початку наступного дня при тих же учасниках; в разі перерви протягом другого дня змагання його відкладають на наступний третій день і відновлюють на тому виді, на якому воно було перерване. Наприклад, змагання з десятиборства було перерване під час стрибків з жердиною, коли там залишалось усього кілька учасників, а частина багатоборців уже метнула спис — наступного дня змагання відновлюють із стрибків з жердиною для учасників, які не закінчили цей номер. В наступному номері — метання списа — виступають усі учасники багатоборства; показані напередодні результати в цьому номері анулюються.

Примітка. В разі такого вимушеного проведення багатоборства на протязі трьох днів показаний результат не може бути затверджено як рекорд; виконання розрядних нормативів зраховується.

8. Програму кожного дня рекомендується ділити на ранкові й вечірні години змагань.

9. Всі багатоборства проводять без відсіювання слабших учасників.

10. Результати, показані учасниками в кожному виді багатоборства, оцінюють в очках за спеціальною таблицею.

Переможця багатоборства визначають за найбільшою кількістю очок. При однаковій кількості очок перевагу надають учасникові, який у більшій кількості вправ був попереду свого конкурента. При рівності й в цьому випадку перевагу визначають за найвищою оцінкою в очках у одному з видів багатоборства.

11. Черговість виступу учасників багатоборства в окремих видах (складання забігів, порядок виконання спроб у стрибках і метанні) визначають жеребкуванням,

яке проводить колегія суддів окремо для кожного виду, і повідомляють перед початком змагання.

12. Змагання з бігу проводять в один круг (без фіналів). У забігах на дистанції до 400 м включно можуть одночасно брати участь не більше чотирьох, а в бігові на 800 і 1500 м — не більше шести чоловік.

Примітка. Кількість учасників у забігу за рішенням головного судді може бути збільшена, якщо дозволяє наявна кількість секундомірів і суддів-секундометристів.

13. Час кожного учасника визначають трое суддів-секундометристів.

Примітка. Дозволяється прийом кожного учасника двома судьями-секундометристами; при цьому, якщо показання секундомірів різні, то зараховується гірший час.

14. У бігових номерах багатоборства учасника знімають з дистанції не після другого, а після третього не правильного старту.

15. В стрибках у довжину і метанні дається три спроби.

В стрибках у висоту і з жердиною початкову висоту, а також усі наступні висоти визначає колегія суддів. Ці дані оголошують до початку змагань.

16. За неучасть у змаганнях з будь-якого виду спорту смена позбавляють права виступати в усьому багатоборстві. Учасник, який дістав за невдале виконання будь-якого виду (або кількох видів) багатоборства 0 очок, із змагання не вибуває і може продовжувати його до кінця.

17. Результати, показані учасниками в особистих змаганнях, у залік багатоборства не зараховують.

18. При великій кількості багатоборців їх поділяють на групи по 12—16 чоловік, які послідовно виконують окремі види багатоборства.

ДОДАТКИ

Додаток 1

ІНСТРУКЦІЯ З ВИМІРЮВАННЯ БІГОВОЇ ДОРІЖКИ Й РОЗМІТКИ МІСЦЬ СТАРТІВ

1. Вимірювання довжини бігової доріжки

Довжину бігової доріжки стадіону (розрахункову) визначають згідно з § 30, п. 9 «Правил змагань», по «лінії виміру», відступивши на 30 см від внутрішньої бровки.

Оскільки при обмірі довжини доріжки по «лінії виміру», особливо на поворотах, виникають технічні труднощі, його слід проводити безпосередньо по внутрішній бровці, прикладаючи до неї рулетку (на поворотах ставити на ребро для кращого прилягання її).

При цьому по бровці довжина доріжки має бути менша за свою розрахункову довжину. На одне коло ця різниця становить 1,88 м (на кожен поворот 0,94 м) і не залежить від загальної довжини бігової доріжки або радіусів поворотів. Так, наприклад, при розрахунковій довжині доріжки стадіону, що дорівнює 400 м, обмір по бровці має дати 398,12 м, а для доріжки довжиною 300 м — 298,12 м.

2. Розмітка місць стартів по окремих доріжках

При бігові по окремих доріжках кожна з них, починаючи з другої, вимірюють по «лінії виміру», віддаленій на 20 см від зовнішнього краю лінії розмітки внутрішньої (лівої по ходу бігу) доріжки.

На кожному повороті довжина зовнішньої доріжки буде більше суміжної внутрішньої. В зв'язку з цим місця стартів по окремих доріжках знаходяться не на одній лінії, а зміщені одне відносно одного.

Для визначення місць стартів користуються наведеною нижче таблицею, в якій перераховані їх зміщення на окремих доріжках щодо основного старту на першій доріжці (фора). Ці зміщення не залежать від загальної довжини бігової доріжки, а тільки від кількості повних (по 180°) поворотів на даній дистанції.

Таблиця зміщення місць стартів

Для доріжок	На кількість поворотів (у м)				
	на один	на два	на три	на чотири	на п'ять
Другої	3,61	7,23	10,84	14,45	18,06
Третьої	7,54	15,08	22,62	30,16	37,70
Четвертої	11,47	22,93	34,40	45,87	57,33
П'ятої	15,39	30,79	46,18	61,57	76,97
Шостої	19,32	38,64	57,96	77,28	96,60
Сьомої	23,25	46,49	69,74	92,99	116,24

Примітка. Зміщення наведено з заокругленням до цілих сантиметрів.

Зазначені величини зміщень дійсні тільки для окремих доріжок шириною 1,25 м; для доріжок іншої ширини ця таблиця непридатна, і зміщення мають бути обчислені інакше — на кожні 5 см зменшення ширини окремих доріжок зменшується величина відповідного зміщення: на один поворот — на 15 см, на два — на 31 см, на три — на 47 см, на чотири — на 63 см, на п'ять поворотів — на 78 см.

Наприклад, при визначенні зміщення на доріжках шириною по 1,15 м (тобто на 10 см вужчих за нормальні) для другої доріжки в бігу на 400 м (два повороти на дистанції) зміщення дорівнюватиме $7,23 \text{ м} - 2 \times 0,31 \text{ м} = 6,61 \text{ м}$.

За кількістю поворотів, які треба пробігти на дистанції, з таблиці вибирають зміщення для відповідних доріжок.

Зміщення слід відкладати на «лініях виміру» на кожній окремій доріжці в напрямку бігу від основної стартової лінії на першій доріжці, якщо вона розташована на прямій.

Якщо місце старту на першій доріжці знаходиться на повороті (дистанція має неповний поворот), користуватися вищенаведеним способом визначення зміщень не можна.

В цьому разі зміщення треба відкладати не від стартової лінії, що лежить на повороті, а від допоміжної лінії, яку проводять на найближчій прямій впоперек усієї доріжки.

Вимірювання слід проводити по відповідних «лініях виміру» окремих доріжок і обов'язково від цієї загальної допоміжної лінії.

Якщо для виносу початку вимірювання відкладено до допоміжної лінії деяку кількість метрів назад (у бік збільшення довжини дистанції), то місця стартів визначають відкладанням суми величин, на яку їх перенесено, і відповідного зміщення.

Для звичайної 400-метрової доріжки стадіону (див. рис. 1) розмітку старту окремих доріжок за таблицею зміщень проводять від чотирьох основних точок — стартів на 100, 200, 300 і 400 м по першій доріжці. Кількість поворотів на дистанції, яку треба пробігти, відраховують від фінішу проти руху бігунів по доріжці до даного старту; за цією кількістю і вибирають з таблиці зміщення для відповідних доріжок.

Місця стартів на 80, 100 і 110 м знаходять шляхом безпосереднього вимірювання по прямій від лінії фінішу.

Місце старту на 200 м по першій доріжці, віддалене від фінішу на пряму і один повний поворот, визначають шляхом вимірювання по бровці у напрямку, протилежному напрямковій бігу ($200 - 0,94 = 199,06$ м).

Місце старту на 400 м по першій доріжці знаходиться на лінії фінішу (при довжині доріжки по колу, яка дорівнює 400 м).

При розмітці доріжки для естафетного бігу від місць старту на етапах слід відкласти вперед і назад по 10 м для створення зони передачі. Початок і кінець зони визначають поперечними лініями.

Від початку зон передачі на етапи довжиною до 200 м (включно) відкладають назад по 10 м і для позначення стартової зони цього етапу. Початок стартової зони позначають поперечною лінією, яка різниться (наприклад, кольором) від ліній, що позначають межі зон передачі.

3. Розмітка криволінійного старту

В цій інструкції розглядають два найбільш поширених випадки розмітки криволінійного старту: а) старт у поворот (при 400-метровій довжині доріжки — на 800, 1000, 3000, 5000, 10 000, 20 000, 25 000, 30 000 м, «годинному» бігові й при еквівалентних цим дистанціям естафетах) і б) старт перед початком прямої (при 400-метровій доріжці — на 300, 500, 1500 м і при еквівалентних цим дистанціям естафетах).

В обох випадках, згідно з § 30, п. II правил, учасники повинні від лінії старту до місця передбаченого переходу до внутрішньої бровки пробігати однакову відстань.

Для розмітки лінії криволінійного старту в поворот (рис. 27) безпосередньо по внутрішній бровці відміряють мінімум 20 м уперед — у напрямку бігу. В одержаній після вимірювання точці (А) кріплять шнур, що не розтягується, або рулетку і, відступивши від бровки по лінії фінішу на 0,6 м (точка В), натягненим шнуром прокреслюють криву лінію (В — В), яка є лінією криволінійного старту.

Для розмітки лінії криволінійного старту перед початком прямої (рис. 28) від місця старту на 200 м на першій доріжці (точка А) по прямій ділянці бровки і далі на продовженні цієї прямої відкладають 100 м і в знайденій точці (Б) через лінії всіх доріжок про-

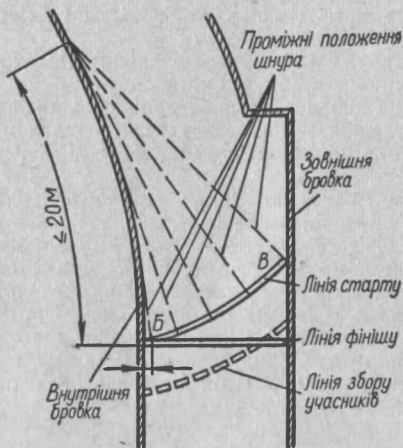


Рис. 27. Схема розмітки криволінійного старту (варіант, коли учасники стартують в поворот).

водять перпендикуляр до прямої ділянки бровки (Б—Б'). Від цього перпендикуляра, відміряючи вперед— за напрямком бігу, по «лініях виміру» окремих бігових доріжок слід відкласти:

на четвертій доріжці	— 0,010 м
» п'ятій	» — 0,040 »
» шостій	» — 0,090 »
» сьомій	» — 0,165 »
» восьмій	» — 0,250 »

Потім, починаючи від точки пересічення перпендикуляра Б—Б' з внутрішньою лінією третьої доріжки, через знайдені точки прокреслюють криву лінію (Б—Б'), яка і є лінією криволінійного старту.

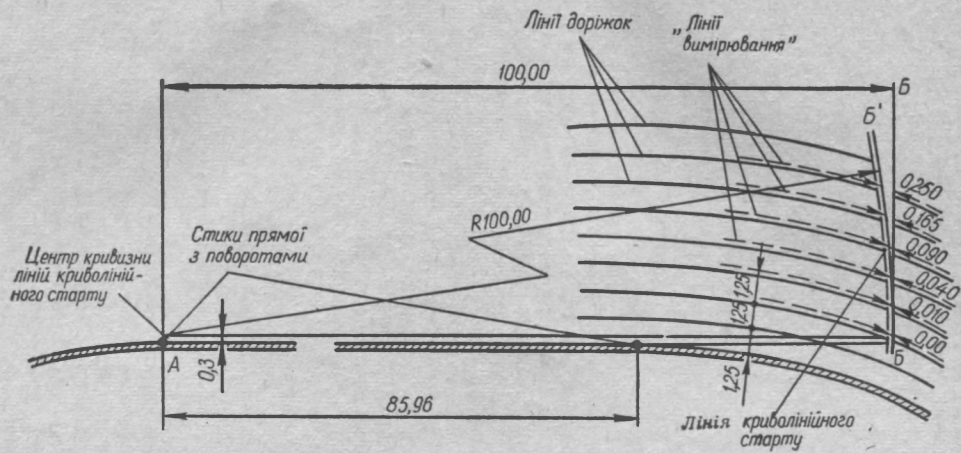


Рис. 28. Схема розмітки криволінійного старту (варіант, коли учасники стартують на початку прямої).

4. Розмітка бігу на 600, 800 і 1000 м при старті по окремих доріжках

При бігу на ці дистанції зі стартом по окремих доріжках кожний учасник проходить перший поворот по своїй доріжці (див. § 30, п. 8, примітка «а» правил) і має право займати бровку (переходити на загальну доріжку) тільки після закінчення бігу по цьому повороту, тобто після того як минув стик з прямою в кінці повороту (рис. 29).

Оскільки довжина дистанції, яку пробігають на повороті по різних доріжках, неоднакова, стартувати учасники повинні не з однієї загальної стартової лінії, а із стартових ліній на кожній окремій доріжці, зміщених одна щодо одної. Однак, незважаючи на те, що по окремих доріжках пробігають один повний поворот, користуватися цифрами, наведеними в таблиці зміщень для одного повороту (розділ 2 цієї інструкції), не можна, бо умови переходу на загальну доріжку для учасників, які біжать по різних доріжках, будуть різні, оскільки довжина шляху, що його пробігає спортсмен, наприклад, по другій доріжці до переходу на загальну доріжку, буде менша за довжину шляху спортсмена, який біжить по третій і дальших доріжках. Для створення рівних умов необхідно, щоб лінія переходу з окремих доріжок на загальну була не пряма, а криволінійна і щоб точки B^1 , B^2 , B^3 і т. д., які лежать на ній, знаходилися на однаковій відстані від точки B , яка знаходиться на місці стику прямої з наступним поворотом, в 0,3 м від внутрішньої бровки (тобто на «лінії виміру»). Відстані від цих точок до прямої $B-B$, рахуючи по «лінії виміру» на кожній окремій доріжці, які являють собою різницю в довжині шляху бігунів по різних доріжках, при переході на загальну доріжку (для типового спортивного ядра СРСР, тобто при довжині прямої ділянки внутрішньої бровки бігової доріжки 85,96 м і ширині окремих доріжок 1,25 м) виражатимуться такими цифрами:

для другої доріжки	$(B^2 - B - B)$...	0,01 м
» третьої	» $(B^3 - B - B)$...	0,03 »
» четвертої	» $(B^4 - B - B)$...	0,08 »
» п'ятої	» $(B^5 - B - B)$...	0,14 »
» шостої	» $(B^6 - B - B)$...	0,22 »
» сьомої	» $(B^7 - B - B)$...	0,32 »
» восьмої	» $(B^8 - B - B)$...	0,44 »

На ці ж величини слід збільшити і зміщення, наведені в таблиці на один поворот, при нанесенні ліній стартів на кожній окремій доріжці. Таким чином, зміщення місць стартів будуть:

для другої доріжки (A^2) . . .	$3,61 + 0,01 = 3,62$ м
» третьої » (A^3) . . .	$7,54 + 0,03 = 7,57$ »
» четвертої » (A^4) . . .	$11,47 + 0,08 = 11,55$ »
» п'ятої » (A^5) . . .	$15,39 + 0,14 = 15,53$ »
» шостої » (A^6) . . .	$19,32 + 0,22 = 19,54$ »
» сьомої » (A^7) . . .	$23,25 + 0,32 = 23,57$ »
» восьмої » (A^8) . . .	$27,18 + 0,44 = 27,62$ »

Аналогічно, але в протилежному «кутку» бігової доріжки роблять розмітку для бігу на 600 і 1000 м при старті по окремих доріжках на першому повороті.

На протязі лінії переходу з бігу по окремих доріжках на загальну, на відстані не менше 0,3 м від її кінців, має бути встановлено кольорові прапори на деревках висотою мінімум 1,5 м над рівнем доріжки.

5. Розмітки естафетного бігу 4x400 м

1 400+300+200+100 м

Пункт 6 § 44 правил рекомендує проводити естафету 4x400 м так, щоб її учасники естафети по окремих доріжках пробігали три повороти (два повороти на першому етапі й один — перший поворот другого етапу), а потім переходили на загальну доріжку, закінчуючи по ній другий етап і повністю пробігаючи третій та четвертий етапи (рис. 30).

Лінія переходу учасників, які біжать на другому етапі, з окремих доріжок на загальну та ж, що і в бігові на 800 м (див. рис. 29). Зони передачі з першого на другий етап (середини зон збігаються з місцями стартів на 800 м) розмічають на кожній окремій доріжці по «лініях виміру» і визначають такими величинами (для типового спортивного ядра СРСР):

Для доріжок	Початок зони (від лінії загального фінішу)	Кінець зони (від лінії загального фінішу)
Другої	6,38 у напрямку, протилежному напрямкові бігу	13,62 в напрямку бігу

Продовження

Для доріжок	Початок зони (від лінії загального фінішу)	Кінець зони (від лінії загального фінішу)	
Третьої	2,43 в напрямку, протилежному напрямкові бігу	17,57	в напрямку бігу
Четвертої	1,55 в напрямку бігу	21,55	»
П'ятої	5,53 » »	25,53	»
Шостої	9,54 » »	29,54	»
Сьомої	13,57 » »	33,57	»

Стартові лінії для першого етапу повинні мати такі зміщення, рахуючи по «лініях виміру» від лінії загального фінішу в напрямку бігу:

для другої доріжки (C ²)	10,85 м
» третьої » (C ³)	22,65 »
» четвертої » (C ⁴)	34,48 »
» п'ятої » (C ⁵)	46,32 »
» шостої » (C ⁶)	58,18 »
» сьомої » (C ⁷)	70,06 »

Початок і кінець зони при передачах естафети з другого на третій і з третього на четвертий етапи спільні для всіх команд. Їх розміщують на відстані 10 м в обидва боки від лінії загального фінішу паралельними до неї лініями.

Для кращої наочності і зручності учасників і суддів бажано, щоб лінії стартів першого етапу, початок і кінець зон передач з першого на другий етап, а також початок і кінець зони третього і четвертого етапів відрізнялися кольором один від одного і від інших розміток на цій ділянці доріжки.

Аналогічно в протилежному «кутку» бігової доріжки розміщують старту і зони передач естафети 400+300+200+100 м при проведенні її по окремих доріжках на трьох поворотах.

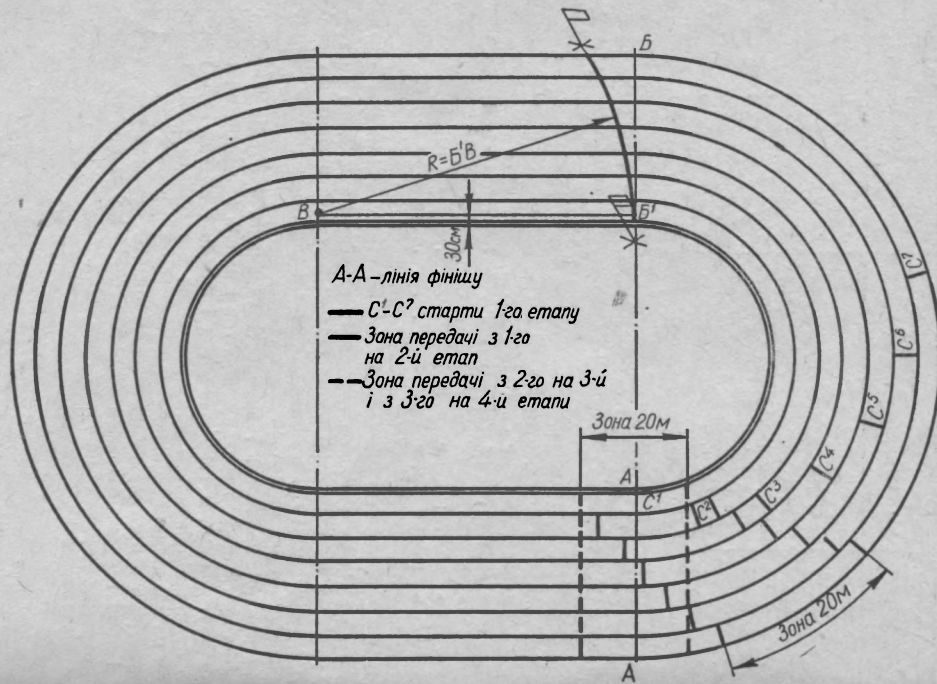


Рис. 30. Розмітка естафети 4×400 м (при пробіганні по окремих доріжках трьох перших поворотів).

**ІНСТРУКЦІЯ ПРО РЕЕСТРАЦІЮ РЕКОРДІВ
З ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ В СРСР****1. Загальні положення**

1. Рекордом є спортивне досягнення, яке перевищує або повторює існуючий рекорд у тому чи іншому виді легкої атлетики, показаний громадянином Радянського Союзу на офіційних змаганнях при суворому дотриманні діючих в СРСР в момент встановлення рекорду правил змагань, затверджених відповідною спортивною інстанцією.

2. Як рекорд реєструється абсолютно найкращий результат з даного виду легкої атлетики окремо для жінок і чоловіків і незалежно від вікової групи рекордсмена (тобто рекорд може встановити та кож юнак або дівчина).

Найкращі результати дівчат і юнаків реєструються як найвищі досягнення (і тільки для старшого віку — 17—18 років).

3. Рекорди (найвищі досягнення) реєструються окремо у змаганнях на вільному повітрі і в закритому приміщенні.

4. Рекорди можуть реєструватися за двома ознаками:

а) територіальною — відповідно до існуючої структури керівництва з фізичної культури й спорту в СРСР;

б) відомчою — згідно з організаційною структурою фізкультурних організацій в СРСР.

За першою ознакою реєструються:

а) рекорд району, міста, області, краю, автономної республіки; він може бути встановлений на будь-якому офіційному (календарному) змаганні членом спортивного колективу, розташованого на даній території, тим, хто постійно проживає в будь-якому з населених пунктів цієї території.

Рекорд затверджується відповідною радою Союзу спортивних товариств і організацій за поданням президії (бюро) відповідної секції легкої атлетики;

б) рекорд союзної республіки; він може бути встановлений на будь-якому офіційному (календарному) змаганні членом спортивного колективу, розташованого на території даної республіки, тим, хто постійно проживає в будь-якому з населених пунктів цієї республіки. Рекорд затверджує президія республіканської федерації легкої атлетики;

в) рекорд СРСР; він може бути встановлений членом спортивного колективу на будь-якому офіційному (календарному) змаганні, його затверджує президія Федерації легкої атлетики СРСР.

За другою ознакою реєструються:

а) рекорд колективу фізкультури або відповідної йому первинної організації (учбового закладу, військової частини); він може бути встановлений на будь-якому офіційному (календарному) змаганні членом даного колективу й затверджується радою цього колективу;

б) рекорд районної, міської, обласної, крайової, республіканської (АРСР) ради добровільного спортивного товариства (відомства) або відповідної їм організації; він може бути встановлений на будь-якому офіційному (календарному) змаганні членом даного ДСТ (відомства) і затверджується відповідною радою ДСТ (відомства);

в) рекорд республіканської, центральної (всесоюзної) ради добровільного спортивного товариства (відомства) або відповідної їм організації; він може бути встановлений на будь-якому офіційному (календарному) змаганні членом даного ДСТ (відомства) і затверджується відповідною радою ДСТ (відомства).

5. Реєстрація результату як рекорду можлива за умови, що кваліфікація головного судді змагань і старшого судді з виду, з якого показано рекордний результат, відповідає таким вимогам:

а) для рекорду СРСР і союзної республіки — головний суддя змагань має бути суддею не нижче республіканської категорії, а старший суддя з виду — не нижче I категорії;

б) для рекорду області (краю, АРСР) — головний суддя і старший суддя з виду — не нижче I категорії;

в) для рекорду міста й району — головний суддя і старший суддя з виду — не нижче II категорії;

г) для рекорду колективу фізкультури — головний суддя і старший суддя з виду повинні мати суддівську категорію з легкої атлетики (будь-яку).

Примітки. 1. При встановленні рекорду з бігу на короткі дистанції вимоги, які ставляться до кваліфікації старшого судді з виду, поширюються на стартера й старшого суддю на фініші; при встановленні рекорду з бігу на середні й довгі дистанції, а також зі спортивної ходьби — тільки на старшого суддю на фініші; крім того, в змаганнях зі спортивної ходьби на суддів з «стилю» поширюються вимоги діючого положення про суддівські комісії по спортивній ходьбі (див. додаток 4). 2. При реєстрації рекордів рад ДСТ (відомств) вимоги до кваліфікації суддів прирівнюють до відповідних територіальних.

6. Дозволяється реєстрація як рекорду результату, показаного на змаганнях, присвячених пам'ятним датам, святам, у товариських зустрічах тощо, не передбачених заздалегідь календарним планом,

але проваджуваних у повній відповідності з вимогами правил та цієї інструкції. Повідомлення про таке змагання і його програму має бути опубліковане не пізніше ніж за 3 дні до його проведення, а змагання з виду, в якому показано рекордний результат, мають закінчити щонайменше троє учасників.

7. Як рекорди можуть бути затверджені результати, показані радянськими спортсменами на офіційних міжнародних змаганнях за кордонами Радянського Союзу.

Затвердження як рекорду результату, показаного радянськими спортсменами на дружніх зустрічах з іноземними спортсменами, можливе за умови подання протоколу змагання і документів, які підтверджують виконання вимог розділу II цієї інструкції.

8. Як рекорд може бути зараховано результат, показаний тільки з виду, що входить у програму, заздалегідь передбачену положенням про дані змагання.

9. Рекорди й вищі досягнення Радянського Союзу реєструються з таких видів легкої атлетики:

На вільному повітрі

а) в чоловіків:

біг по доріжці стадіону: 100, 200, 400, 800, 1000, 1500, 2000, 3000, 5000, 10 000, 20 000, 25 000, 30 000 м, «годинний» біг, 110, 200 і 400 м з бар'єрами, 3000 м з перешкодами;

біг за стадіоном: марафонський біг (42 км 195 м) — реєструється як найвище досягнення;

ходьба по доріжці стадіону: 20 000, 30 000, 50 000 м і «годинна»;

ходьба за стадіоном: 50 км — реєструється як найвище досягнення;

стрибки: в висоту, в довжину, потрійний, з жердиною — з розгону; метання: диска, списа, молота, гранати й штовхання ядра; багатоборства: десятиборство;

б) у жінок:

біг по доріжці стадіону: 60, 100, 200, 400, 800 м, 80 м з бар'єрами;

стрибки: в висоту, в довжину — з розгону;

метання: диска, списа, гранати і штовхання ядра; п'ятиборство;

в) у юнаків (старшої групи, 17—18 років):

біг по доріжці стадіону: 100, 200, 400, 800, 1000 м, біг з бар'єрами на 110 л: (висота бар'єрів — 100 см) і на 200 м;

ходьба по доріжці стадіону: 5000 м;
стрибки: у висоту, в довжину, потрійний, з жердиною — з розгону;

метання: диска (1,5 кг), списа (800 г), молота (6 кг) і штовхання ядра (6 кг);

багатоборства: восьмиборство;

г) у дівчат (старшої групи, 17—18 років):

біг по доріжці стадіону: 60, 100, 200, 400, 800 м з бар'єрами;

стрибки: у висоту, в довжину — з розгону;

метання: диска, списа і штовхання ядра;

багатоборства: триборство і п'ятиборство.

В естафетному бігові в дорослих рекорди реєструють окремо для різних категорій команд:

а) для команд колективів фізичної культури;

б) для збірних команд добровільних спортивних товариств і відомств;

в) для збірних команд союзних республік та міст Москви і Ленінграда;

г) для збірних команд СРСР.

Для команд колективів фізичної культури рекорди Радянського Союзу реєструються в таких естафетах:

у чоловіків: 4×100 , 4×200 , 4×400 , 4×800 , 4×1500 , 10×100 , 10×1000 м; $800 + 400 + 200 + 100$ м; $400 + 300 + 200 + 100$ м;

у жінок: 4×100 , 4×200 , 5×500 , 3×800 ; $400 + 300 + 200 + 100$ м.

Для збірних команд добровільних спортивних товариств та відомств і збірних команд союзних республік рекорди Радянського Союзу реєструють у таких естафетах:

у чоловіків: 4×100 , 4×200 , 4×400 , 4×800 , 4×1500 м;

у жінок: 4×100 , 4×200 , 3×800 м.

Для збірних команд СРСР рекорди Радянського Союзу реєструють у таких естафетах:

у чоловіків: 4×100 , 4×400 , 4×800 , 4×1500 м;

у жінок: 4×100 , 4×200 , 3×800 м.

П р и м і т к а. Як рекорди для збірних команд СРСР в естафетах 4×100 і 4×400 м — у чоловіків і 4×100 і 4×200 м — у жінок можуть реєструватись тільки результати в міжнародних змаганнях.

У дівчат і юнаків (старшої групи — 17—18 років) найвищі досягнення реєструють з таких видів естафетного бігу (без поділу на будь-які категорії команд):

у юнаків: 40×100 , 4×200 , 4×400 , 4×800 м, $800 + 400 + 200 + 100$ м;

у дівчат: 4×100 , 4×200 м, $400 + 300 + 200 + 100$ м.

В закритому приміщенні

Реєстрацію всесоюзних рекордів і найвищих досягнень проводять з тих видів (що практикуються в закритому приміщенні, див. Правила змагань § I, розділ II), з яких передбачено реєстрацію рекордів і досягнень на вільному повітрі.

Примітка. В естафетному бігові рекорди й досягнення реєструються без поділу команд на будь-які категорії.

10. Рекорди й найвищі досягнення (як на вільному повітрі, так і в закритому приміщенні) союзних республік, країв, областей і т. д., а також рекорди і найвищі досягнення різних рад ДСТ та відомств реєструють з видів, перелік яких складається за аналогією з наведеними вище, і їх затверджують відповідні ради Союзу спортивних товариств і організацій та ради ДСТ і відомств.

Примітки. 1. На змаганнях, що проводяться в закритих приміщеннях, допускається реєстрація рекордів (не вище міського) в бігові й бігові з бар'єрами на дистанціях, довжина яких визнається можливостями даного приміщення.

2. З усіх видів змагань, які проводять у тому чи іншому закритому приміщенні, рекомендується реєструвати рекорди й найвищі досягнення для цих приміщень.

2. Порядок фіксації рекордного результату

1. Рекордом може бути визнаний результат, показаний як у попередніх, так і в фінальних змаганнях, окремих номерах багатоборств, а також у кваліфікаційних, додаткових змаганнях з бігу чи стрибків для визначення особистого місця (якщо останні проводилися з точним вимірюванням результатів) і змаганнях з форою (гандикапах) у стрибках і метанні (показаний учасниками, які не мали фори).

Примітка. Результати з бігу й ходьби, показані в змаганнях з форою, не можуть фіксуватись як рекорди.

Додаткові спроби «на встановлення рекорду» зверх визначеної правилами змагань кількості спроб не дозволяються в жодних видах змагань.

2. Рекордний результат у бігові або ходьбі має бути зафіксований трьома секундометристами, які входять до складу комісії суддів-секундометристів; при цьому давність перевірки (відповідною державною контрольною організацією) секундомірів, які використовувалися для фіксації цього результату, не повинна перевищувати одного року.

Для фіксації рекорду відхилення показань одного з двох крайніх секундомірів від середнього за часом не повинно перевищувати:

- на дистанціях до 400 м включно . . . — 0,2 сек.
- » від 500 до 3000 м включно . . . — 0,5 »
- » 5000 м і більш довгих . . . — 1,0 »

Примітка. При фіксації рекордного результату з бігу й ходьби дозволяється користуватись показаннями електрохронометражного пристрою, схваленого Федерацією легкої атлетики СРСР, який має паспорт відповідної державної контрольної організації.

3. Старт треба давати пострілом. У разі відсутності пістолета стартову команду стартер подає тільки голосом (без помаху прапорцем); при цьому судді-секундометристи повинні перебувати безпосередньо біля місця старту.

4. Рекорд не зараховується, якщо спортсмен, який показав результат, що перевищує рекордний, на повороті біг по внутрішній межі доріжки або за нею.

5. Результати, показані в бігові по прямій і в стрибках з розгону в довжину та потрійному, не можуть бути зафіксовані як рекорди, якщо доріжка має уклон в напрямку бігу (розгону) більше 1 : 1000.

6. Рекорди в бігу на 200 м (чи 220 ярдів), включаючи бар'єрний біг, встановлені на прямій доріжці й доріжці з поворотом, реєструються нарізно.

Примітка. Коли довжина кругової бігової доріжки перевищує 400 м (або 440 ярдів), то результати вважають як такі, що показані по прямій доріжці.

Рекорди на всі дистанції понад 200 м (або 220 ярдів) не можуть бути зафіксовані, коли вони показані на доріжці, довжина якої по кругу перевищує 400 м (або 440 ярдів) або яка має більше восьми окремих доріжок.

В бігу на дистанції до 200 м (або 220 ярдів) включно і стрибках з розгону в довжину і потрійному результати, показані при попутному вітрі, складова середньої швидкості якого в напрямку бігу (розгону) перевищує 2 м в секунду, не можуть бути зафіксовані як рекорди.

Вимірювання швидкості вітру під час стрибків має проводитись на протязі 5 сек. з моменту початку розгону; в бігу на дистанції до 110 м (120 ярдів) включно — на протязі 10 сек. з моменту старту, в бігу на 200 м (220 ярдів) по прямій — на протязі 20 сек., а в бігу

на 200 м (220 ярдів) з поворотом — на протязі 10 сек. з моменту виходу бігунів на пряму.

У всіх випадках враховуватися має середня швидкість за перелічені періоди.

Вимірювання напрямку й швидкості вітру має проводитись на стадіоні, а вимірювальна апаратура розміщується в безпосередній близькості до місця змагання.

7. Рекордні результати в стрибках і метанні повинні вимірювати судді справною металевою стрічкою з сантиметровим поділом, яка має клеймо відповідної державної контрольної організації.

8. негайно після рекордного кидка (поштовху) старший суддя з даного виду в присутності головного судді або його заступника повинен перевірити вагу і розміри снаряда, яким показаний рекордний результат.

9. Показники рекордного результату (на секундомірах, на рулетці, на вимірювальній рейці) негайно має ретельно перевірити головний суддя змагання або його заступник.

10. В бігу або ходьбі на довгу дистанцію можуть фіксуватися рекорди також на проміжні (менші) дистанції, в разі коли не пізніше як за 1 годину до старту представник зацікавленої організації подасть про це письмову заяву головному судді змагань і якщо суддівська колегія має для цього достатню кількість секундомірів. На фініші кожної проміжної дистанції необхідно натягнути фінішну стрічку і час бігуна (ходака) фіксувати трьома секундомірами. На дистанції, що перевищує головну, передбачену програмою даного змагання, встановлення рекорду не дозволяється.

Примітка. Учасникові, який показав рекордний результат на проміжній дистанції, рекорд зараховується тільки в тому разі, коли цей спортсмен закінчить основну дистанцію.

11. Для фіксації рекордного результату в багатоборстві змагання з окремих видів, які входять у дане багатоборство, повинні провадитись у відповідності з пунктами 2, 3, 4, 5, 6 і 7 цього розділу.

12. Як рекорди колективу, товариства, міста, республіки і т. д. можуть бути зараховані результати, показані на офіційних змаганнях більш високого масштабу, незалежно від місця, яке зайняв учасник у цьому змаганні. Наприклад, як рекорд республіки може бути затверджено результат, що його показав на першості СРСР учасник змагань у бігу чи ходьбі, який закінчив дистанцію другим, третім, четвертим і т. д., при цьому навіть у тому разі, якщо цей результат зафіксовано одним секундоміром.

3. Порядок оформлення рекордів

1. Всі рекорди, які реєструються, затверджують після перевірки матеріалів колегії суддів і після пред'явлення у відповідні спортивні інстанції.

2. Для затвердження рекорду Радянського Союзу в Федерацію легкої атлетики СРСР має бути поданий спеціальний акт (на бланку, надрукованому друкарським способом, за формою, затвердженою ЦР ССТ і О).

Акт складають на кожен рекордний результат, навіть якщо існуючий рекорд декілька разів поліпшили або повторили двоє або більше учасників протягом дня.

До акту додають:

- а) оригінал робочого протоколу змагання з даного виду;
- б) дві фотокартки спортсмена (розміром 9×12 см на весь зріст, стоячи, в спортивному костюмі);
- в) оригінали афіші, програми (надрукованих друкарським способом) та інших матеріалів, які підтверджують наявність повідомлення про проведення змагань за 3 дні до їх початку і перелік видів, що входять у програму.

Зазначені матеріали місцева рада Союзу спортивних товариств і організацій разом із супровідним листом має відіслати у вищу спортивну інстанцію не пізніше як через 5 днів після того, як було показано рекордний результат (дату відправки визначають за штемпелем поштового відділення).

Матеріали про рекордний результат надходять у спортивно-технічний комітет Федерації легкої атлетики СРСР, де перевіряють правильність їх оформлення і відповідність правилам змагань. Після цього матеріали з висновком передаються на президію Федерації легкої атлетики СРСР для затвердження рекорду.

Аналогічно відбувається затвердження й інших категорій рекордів (за винятком випадків, передбачених пунктом 11 розділу II цієї інструкції; при цьому рекорд може бути затверджено на підставі виписки з протоколу змагань вищої організації, завіреної відповідною радою Союзу спортивних товариств і організацій).

3. Якщо на одному й тому ж змаганні в один день у різних попередніх або фінальних забігах (заходах) на змаганнях з бігу (ходьби) або з стрибків чи метання двоє (або більше) учасників покажуть однаковий рекордний результат, то рекорд зараховують усім, незалежно від того, як розподіляються між ними місця. В таблиці рекордів у цьому разі прізвища рекордсменів перераховують в алфавітному порядку.

4. Якщо однакові результати (за показаннями секундомірів) матимуть двоє (чи більше) учасників одного й того ж забігу (заходу) в змаганнях з бігу (ходьби), то всіх їх реєструють як рекордсменів. При цьому в таблиці рекордів прізвища рекордсменів перераховують у порядку зайнятих ними в рекордному забігу (заході) місць.

5. Якщо протягом однієї календарної доби в різних містах декілька учасників покажуть однаковий рекордний результат у якому небудь виді легкої атлетики, то рекорд має бути визнаний за всіма цими атлетами.

В цьому разі у таблиці рекордів прізвища рекордсменів перераховують у хронологічному порядку їх досягнень за астрономічним (абсолютним) часом.

6. Якщо найвищий результат, котрий показав юний спортсмен (дівчина чи юнак), перевищує рекорд у цьому виді для дорослих, то його фіксують як рекорд і для дорослих.

7. При виступі юних спортсменів (дівчат чи юнаків) у змаганнях по групі дорослих (разом із ними) найвищий результат, показаний для відповідної юнацької групи, може бути зараховано як найвище досягнення тільки в стрибках і метанні; на змагання з бігу чи ходьби це правило не поширюється.

Для кожної категорії учасників (чоловіків, жінок, юнаків і дівчат, хлопчиків і дівчаток) заяву складають на окремому аркуші.

ЗАЯВКА

на участь у змаганні з легкої атлетики _____
(назва змагання)

Від _____

№ пп	Прізвище, ім'я (повністю)	Рік народження	Спортивне звання, розряд	Місто, організація	Номер учасника	Біг				Стрибки	Метання	Ходьба	Багатоборства	Віза й печатка лікаря (на кожного учасника окремо)

Представник колективу _____
(прізвище, ім'я, по батькові)

Капітан команди _____
(прізвище, ім'я, по батькові)

Всі заявлені учасники пройшли належне тренування і за станом здоров'я можуть брати участь у змаганні.

Керівник організації _____
(підпис)

Лікар _____
(підпис)

Правила заповнення заявки

1. Заявку на участь у кожному номері програми роблять, зазначаючи найкращий результат, показаний учасником у поточному сезоні, а при відсутності результату ставлять знак X.
2. Участь тільки в особистій першості в якому-небудь номері програми відмічають або результатом, або знаком X, обведеними кружечком.
3. Заявки подають до колегії суддів у двох примірниках, один з яких після заповнення секретарем змагання графі «Номер учасника» повертають представникові команди (колективу).
4. Заповнення всіх необхідних граф обов'язкове. Не до кінця оформлену заявку суддівська колегія не приймає.

Додаток 3 а

Подається окремо на кожний номер програми

До суддівської колегії _____

від _____
(команда, колектив)

ПЕРЕЗАЯВКА

З _____
(номер програми)

Прошу допустити до участі в змаганні _____

« _____ » 196 р. _____

Допустити _____ Замість _____

1. _____ № _____ № _____

2. _____ № _____ № _____

3. _____ № _____ № _____

Представник команди
(підпис)

« _____ » 196 р.

Додаток 3 б

ПРОТОКОЛ
змагання з легкої атлетики
Аркуш № _____

Рекорд СРСР _____ Початок _____ год. _____ хв.

Рекорд _____ Закінчення _____ год. _____ хв.

Вид _____ Для _____ Стадіон _____ Дата _____

№ пп	Прізвище, ім'я (повністю)	Організація, місто	Номер учас- ника	Номер кілоч- ка, номер до- рїжки, поря- док приходу	Показання секундомірів, результат спроб			Місце	Примітка
					1-а	2-а	3-я		



ПРОТОКОЛ

Додаток 3 •

змагання з легкої атлетики _____

Стрибок у висоту для _____
з жердиною _____

Рекорд СРСР _____

Аркуш № _____

Рекорд _____

Початок _____ год. _____ хв.

Закінчення _____ год. _____ хв.

Умовні позначки:

- пропускає
- × збив планку
- √ висоту взято

Стадіон _____ « _____ » _____ 196 р.

№ пп	Прізвище, ім'я (повністю)	Організація, місто	Номер учасника											Результат	Місце			

Старший суддя _____

Секретар _____

Суддя _____

Примітка. Заповнюється на одному боці аркуша.

Додаток 3 а

ПРОТОКОЛ ФІНАЛУ

(назва виду)
 (стать, вікова група)
 Початок _____ год. _____ хв. _____ « _____ » _____ 196 р.
 Закінчення _____ год. _____ хв.

№ пп	Прізвище, ім'я (повністю)	Організація, місто	Номер учасника	Попередній результат	Результати в фіналі			Найкращий результат	Місце
					1-й	2-й	3-й		
1									
2									
3									
4									
5									

Додаток 3 б

ПРОТОКОЛ ФІНІШУ

(хронометражу)
 В бігу на _____ м. _____ « _____ » _____ 196 р.
 для _____ Забіг № _____

Порядок приходу	Номер учасника	Метраж	Результат			Примітка
			1-й	2-й	3-й	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						

Ст. суддя на фініші
 Ст. секундометрист

Додаток 3 е

КОНТРОЛЬНИЙ ПРОТОКОЛ БІГУ

на 5000 м по кругах на учасників № _____

Суддя _____ Забіг № _____

Залишилось кругів _____

№ пп	Номер учасників	Залишилось кругів											Фініш	
		12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2		1
1														
2														
3														

З а у в а ж е н н я _____

Суддя _____

Примітка. За такою ж формою складають контрольні протоколи з бігу й ходьби на інші дистанції.

Додаток 3 в

КАРТКА УЧАСНИКА

Ч.Ю. _____

Ж.Д.

_____ (вид змагання)

_____ (№ учасника)

_____ (прізвище, ім'я — повністю)

_____ (рік народження)

_____ (організація)

Має розряд _____

Результат _____

Круги змагань	Результат	Очка	Місце	Розряд	Примітка
Кваліфікаційні					
Попередні					
Фінал					

« _____ » 196 р.

Секретар _____

Додаток 3 ж

КАРТКА-ПРОТОКОЛ ЗМАГАННЯ З БАГАТОБОРСТВА

(група)		(прізвище, ім'я)			(№ учасника)	
№ пп	Види	Результат	Очка	Сума очок	Місце	
1						
2						
3						
4						
5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						
13						
14						
15						
16						
17						
18						
19						
20						
21						

Загальна сума очок

« ————— » 196 р.

Місце —————

Розряд —————

Секретар —————

« _____ » 196 р. КП № _____

Корінець суддівської запискиСудді _____
(прізвище, ім'я, по батькові)

(№ учасника)

(№ учасника)

Зауваження

Зняти

Характер порушення _____

Час порушення _____
(години і хвилини)

Підпис судді _____

Додаток 3 и

« _____ » 196 р. КП № _____

Суддівська запискаСудді _____
(прізвище, ім'я, по батькові)

(№ учасника)

(№ учасника)

Зауваження

Зняти

Характер порушення _____

Час порушення _____
(години і хвилини)

Підпис судді _____

Лінія відриву

**ПОЛОЖЕННЯ ПРО КОМІСІЇ СУДДІВ
З СПОРТИВНОЇ ХОДЬБИ**

1. Комісії суддів зі спортивної ходьби створюються при президіях колегій з легкої атлетики (від всесоюзного до міського включно) і працюють під їхнім керівництвом.

2. До складу комісій залучають всіх найбільш компетентних у спортивній ходьбі суддів, які систематично беруть участь у суддівстві змагань. Персональний склад комісій, а також голів комісій затверджує відповідна президія колегії суддів.

Примітки. 1. До всесоюзної комісії можуть бути включені судді не нижче республіканської категорії, а до республіканських комісій — не нижче 1-ї категорії.

2. В міжнародний комітет суддів з спортивної ходьби від СРСР президія всесоюзної колегії рекомендує суддів із складу всесоюзної комісії по спортивній ходьбі.

Для включення до складу всесоюзної комісії рекомендації на суддів (з числа республіканських комісій) подають президії республіканських колегій.

Аналогічно здійснюють подання про включення до складу республіканських, обласних та інших комісій.

3. На комісії покладають такі обов'язки:

- а) організацію і проведення змагань зі спортивної ходьби;
- б) підготовку й підвищення кваліфікації суддів зі спортивної ходьби;
- в) підготовку і видання методичних матеріалів, статей та інструкцій про суддівство змагань зі спортивної ходьби;
- г) проведення роботи по вдосконаленню правил змагань зі спортивної ходьби.

4. Реєстрацію всесоюзних рекордів і досягнень зі спортивної ходьби й фіксацію результатів, які дають право на присвоєння звання «Майстер спорту СРСР», проводять тільки за умови, коли в складі суддівської бригади, що проводила дане змагання, було не менше двох суддів з числа членів всесоюзної комісії по спортивній ходьбі.

Рекорди республіки, міст і т. д. реєструють при умови наявності в бригаді суддів не менше двох членів відповідної комісії по спортивній ходьбі.

**РОЗРЯДНІ НОРМИ Й ВИМОГИ З ЛЕГКОЇ
АТЛЕТИКИ
Чоловіки**

Вид	Майстер спорту	I	II	III	I юнацький	II юнацький
Біг: 60 м	—	—	7,1	7,5	7,8	8,2
100 м	10,4	10,8	11,4	12,1	12,6	13,0
200 м	21,4	22,4	23,6	25,0	25,0	26,4
300 м	—	—	37,5	39,6	43,0	46,0
400 м	47,6	49,6	52,5	55,0	60,0	64,0
600 м	—	—	—	1.34,0	1.42,0	—
800 м	1.48,5	1.55,0	2.02,0	2.10,2	2.20,0	—
1000 м	—	2.30,0	2.40,0	2.52,0	3.10,0	—
1500 м	3.46,0	3.55,0	4.17,0	4.38,0	—	—
2000 м	—	8.40,0	9.10,0	9.50,0	—	—
3000 м	—	8.40,0	9.10,0	9.50,0	—	—
5000 м	14.05,0	14.50,0	15.50,0	17.00,0	—	—
10 000 м	25.40,0	31.30,0	33.30,0	36.00,0	—	—
110 м з/б (106)	14,4	15,4	16,5	18,0	18,8	—
110 м з/б (91,4)	—	—	15,4	16,4	17,0	17,8
110 м з/б (1,00)	—	—	15,8	16,8	17,5	18,5
200 м з/б	23,6	24,6	26,0	27,5	29,0	30,0
300 м з/б	—	—	—	46,0	48,0	—
400 м з/б	52,5	55,0	59,0	64,0	—	—
3000 м з/б	8.50,0	9.15,0	9.45,0	10.30,0	—	—
марафон	2.25.00	2.35.00	3.10.00	—	—	—
30 км по шосе	—	1:45.00	1:54.00	2:12.00	—	—
крос						
8 км	—	26.30,0	28.50,0	31.55,0	—	—
5 км	—	16.10,0	17.20,0	18.50,0	—	—
3 км	—	9.40,0	10.10,0	11.00,0	—	—
2 км	—	—	—	6.20,0	6.40,0	—
1 км	—	—	255,0	3.05,0	3.15,0	3.20,0
800 м	—	—	—	2.14,0	1.25,0	2.30,0
Стрибки						
у висоту	2,00	1,90	1,75	1,55	1,50	1,40
у довжину	7,55	7,00	6,50	5,70	5,40	5,00

Продовження

Вид	Майстер спорту	I	II	III	I юнацький	II юнацький
потрійний	15,75	14,90	13,90	12,80	12,00	—
з жердиною	4,40	4,00	3,60	3,10	2,80	2,40
Штовхання і метання						
диск 2 кг	54,00	47,00	40,00	33,00	30,00	—
1,5 кг	—	—	45,00	40,00	34,00	29,00
спис 800 г	73,00	65,00	55,00	45,00	39,00	—
600 г	—	—	60,00	50,00	43,00	36,00
молот 7,257 кг	62,00	56,00	48,00	38,00	—	—
6 кг	—	—	50,00	42,00	38,00	—
5 кг	—	—	—	—	43,00	—
граната 700 г	—	—	65,00	55,00	45,00	—
500 г	—	—	—	60,00	50,00	40,00
ядро 7,257 кг	17,00	15,00	13,50	11,00	—	—
6 кг	—	—	14,50	13,00	11,00	—
5 кг	—	—	—	14,00	12,00	10,50
Десятиборство	6800	5600	4800	3800	—	—
восьмиборство (100 м, довжина, диск, висота, 110 з/б, жердина, спис, 800 м)	—	—	3800	3000	2600	—
шестиборство (100 м, довжина, диск, 110 з/б, ядро, жердина)	—	—	3000	2400	2000	1800
чотириборство (100 м, довжина, диск, спис)	—	—	2200	1800	1400	1200
триборство (100 м, висота, ядро 5 кг)	—	—	—	—	1200	900

Продовження

Вид	Майстер спорту	I	II	III	I юнацький	II юнацький
Ходьба						
3 км	—	—	13,00	15,00	18,00	20,00
5 км	—	—	24,00	27,00	31,00	34,00
10 км	—	47,30	53,00	58,00	—	—
20 км	1:32.00,0	1:38.00,0	1:50.00,0	2:05.00,0	—	—
50 км	4:20.00,0	4:36.00,0	5:00.00,0	5:30.00,0	—	—
Жінки						
Біг						
60 м	—	—	8,0	8,5	8,8	9,2
100 м	11,7	12,3	12,8	13,6	14,2	14,6
200 м	24,2	25,2	26,5	28,5	30,0	31,0
300 м	—	—	44,0	46,0	50,0	52,5
400 м	56,0	58,5	1.01,0	1.05,0	—	—
800 м	2.09,0	2.16,0	2.24,0	2.34,0	—	—
80 м з/б	11,0	11,5	12,2	13,2	14,0	14,6
Крос						
2 км	—	7.05,0	7.30,0	8.10,0	—	—
1 км	—	3.05,0	3.25,0	3.50,0	—	—
500 м	—	—	1.25,0	1.32,0	1.40,0	1.47,0
Стрибки						
у висоту	1,65	1,55	1,45	1,30	1,25	1,20
у довжину	6,00	5,70	5,15	4,50	4,20	4,00
Метання						
диск 1 кг	49,00	44,00	37,00	30,00	26,00	23,00
спис 600 г	51,00	45,00	38,00	33,00	26,00	20,00
500 г	—	—	—	35,00	28,00	24,00
граната 700 г	—	—	40,00	35,00	—	—
500 г	—	—	—	—	35,00	30,00
Штовхання						
ядро 4 кг	15,00	13,50	12,00	10,00	9,00	7,50
3 кг	—	—	—	11,00	10,00	8,50
П'ятиборство	4500	4000	3400	2700	2400	—

Продовження

Вид	Майстер спорту	I	II	III	I юнацький	II юнацький
Чотириборство (8 м з/б, висота 100 м, ядро)	—	—	2700	2300	1900	1700
Триборство (100 м, ядро 4 кг, висота)	—	—	2100	1700	1500	1350

Виконання норм майстра спорту зараховують також:

1. В марафонському бігові:
 - а) спортсменам, які зайняли 1—5-е місця на першості СРСР;
 - б) спортсменам, які зайняли 6—10-е місця на першості СРСР протягом двох років підряд.

2. В спортивній ходьбі на 50 км: спортсменам, які зайняли 1—5-е місця на першості СРСР.

3. В десятиборстві й п'ятиборстві в жінок: спортсменам, які зайняли 1—3-е місця на першості СРСР.

В спортивній ходьбі на 20 і 50 км: при наявності в суддівській колегії судді із всесоюзної комісії по спортивній ходьбі.

Виконання розрядних норм зараховують при умові, якщо спортсмен протягом року брав участь у змаганнях не менше:

Вид	Розряд					
	Майстер спорту	I	II	III	I юнацький	II юнацький
Біг на 5000 м, 10 000 м, 3 000 м з перешкодами, ходьба на 20 км	5	4	3	2	—	—
Для решти видів легкої ат- летики*	15	12	8	6	5	5

* Зазначені вимоги не поширюються на десятиборство, марафонський біг, ходьбу на 50 км у чоловіків, п'ятиборство, біг на 800 м у жінок.

З М І С Т

I. Загальні положення про легкоатлетичні змагання	3
§ 1. Види легкої атлетики	3
§ 2. Положення про змагання	9
§ 3. Характер змагань	10
§ 4. Спеціальні змагання	10
§ 5. Оцінка результатів	13
§ 6. Відміна змагань	14
§ 7. Заяви і протести	14
II. Учасники змагань	16
§ 8. Вік учасників	16
§ 9. Допуск учасників до змагань і заявки	16
§ 10. Обов'язки й права учасників	17
§ 11. Костюм учасників і номери	19
§ 12. Представники й капітани команд	20
III. Суддівська колегія	20
§ 13. Склад суддівської колегії	20
§ 14. Головний суддя	23
§ 15. Заступники головного судді	25
§ 16. Головний секретар та його помічники	26
§ 17. Стартер та його помічники	27
§ 18. Судді на фініші	29
§ 19. Судді на дистанції, перешкодах і етапах естафет	31
§ 20. Судді-секундометристи	32
§ 21. Судді з ходьби	34
§ 22. Секретарі з бігу (ходьби)	36
§ 23. Секретарі зі стрибків і метання	36
§ 24. Судді при учасниках	38
§ 25. Судді з інформації	38
§ 26. Судді з обладнання й інвентаря	39
§ 27. Судді з нагородження	39
§ 28. Лікар змагань	39
§ 29. Переглядова комісія	40

IV. Біг і ходьба	41
A. Місця змагань і устаткування	41
§ 30. Загальна частина	41
§ 31. Бар'єрний біг	49
§ 32. Біг з перешкодами (стипель-чез)	51
§ 33. Біг по місцевості (крос)	53
§ 34. Пробіги, ходьба по дорогах і марафонський біг	54
Б. Правила змагань з бігу й ходьби	55
§ 35. Порядок проведення змагань з бігу й ходьби	55
§ 36. Старт	58
§ 37. Біг і ходьба по дистанції	62
§ 38. Фініш (закінчення бігу)	63
§ 39. «Годинний» біг (ходьба)	65
§ 40. Бар'єрний біг	66
§ 41. Біг з перешкодами (стипель-чез)	67
§ 42. Кроси, пробіги, марафонський біг і ходьба по дорогах	67
§ 43. Біг патрулів	68
§ 44. Естафетний біг	68
§ 45. Спортивна ходьба	70
V. Стрибки	71
A. Місця змагань і устаткування	71
§ 46. Стрибки в довжину і потрійний	71
§ 47. Стрибки у висоту	74
§ 48. Стрибки з жердиною	77
Б. Правила змагань зі стрибків	80
§ 49. Загальні правила	80
§ 50. Стрибки в довжину і потрійний	81
§ 51. Стрибки у висоту із жердиною	86
VI. Метання	92
A. Місця змагань і устаткування	92
§ 52. Метання диска і молота, штовхання ядра	92
§ 53. Метання списа, гранати і м'яча	97
§ 54. Загальні вимоги до місць змагань	100
Б. Снаряди для метання	100
§ 55. Диск	100
§ 56. Спис	102
§ 57. Ядро	104
§ 58. Молот	105
§ 59. Граната	106
§ 60. М'яч	107
§ 61. Перевірка снарядів	107

В. Правила змагань з метання	110
§ 62. Загальні правила	110
§ 63. Спеціальні правила проведення окремих видів метання	116
VII. Багатоборство	117
§ 64. Порядок і правила проведення багатоборства	117
Додатки	121
1. Інструкція з вимірювання бігової доріжки й розмітки місць стартів	121
2. Інструкція про реєстрацію рекордів з легкої атлетики в СРСР	131
3. Форми документації	140
4. Положення про комісії суддів з спортивної ходьби	147
5. Розрядні норми й вимоги з легкої атлетики	148

ЛЕГКАЯ АТЛЕТИКА

(правила соревнований)

(на украинском языке)

Редактор *Н. Я. Фірсель*
Художній редактор *В. В. Терещенко*
Обкл. художника *Б. М. Савька*
Технічний редактор *В. П. Бойко*
Коректор *Ю. І. Назаренко*

Замовлення № 2079. Тираж 12850.
Підписано до друку 17.VI-1967 р.
Обл.-видавн. арк. 6,77. Паперо-
вих 2,44. Фіз. друк. арк. 4,875.
Папір 70×108¹/₃₂. (Умовн. друк. арк.
6,825). Ціна 20 коп.

Київська фабрика набору Комітету
по пресі при Раді Міністрів УРСР,
вул. Довженка, 5.
Надруковано з матриць у 4-й війсь-
ковій друкарні.