

ЗАТВЕРДЖУЮ  
Заступник Міністра молоді  
та спорту України  
\_\_\_\_\_Матвій БІДНИЙ  
\_\_\_\_\_2021 р.

**ПРАВИЛА**  
**спортивних змагань зі змішаних єдиноборств (ММА)**

## **1. Загальні положення**

1. Ці Правила визначають основні засади організації та проведення спортивних змагань зі змішаних єдиноборств (ММА) (далі – ММА), що проводяться на території України.

2. Ці Правила розроблено, складено з урахуванням вимог Правил Всесвітньої асоціації змішаних бойових мистецтв (WMMAA), Міжнародної федерації змішаних бойових мистецтв (IMMAF) та є обов'язковими для організацій, що проводять змагання зі змішаних єдиноборств (ММА) на території України.

3. Під час проведення змагань обробка та захист персональних даних учасників змагань здійснюється відповідно до вимог Закону України "Про захист персональних даних".

## **2. Види і система проведення змагань**

### **2.1. Види змагань з ММА**

1. Спортивні змагання зі змішаних єдиноборств поділяються на:

- 1) особисті;
- 2) командні;
- 3) особисто-командні.

2. В особистих змаганнях визначаються особисті результати і місця учасників.

3. У командних змаганнях визначаються результати команд.

4. В особисто-командних змаганнях визначаються особисті та командні результати.

### **2.2. Система проведення змагань**

1. Спортивні змагання зі змішаних єдиноборств проводяться за:

- 1) олімпійською системою - учасник (команда) вибуває зі змагань після першої поразки;
- 2) круговою системою - учасник може мати не більше двох поразок;
- 3) змішаною системою;
- 4) олімпійською системою з "втішними" боями.

2. Вид і система проведення змагань визначаються положенням (регламентом) відповідного змагання (далі – Регламент), розробленим та затвердженим організатором змагань на підставі цих Правил.

### **2.3. Організація змагань**

1. Змагання проводяться відповідно до вимог цих Правил і Регламенту.

2. Регламент є основним документом, яким керуються суддівська колегія та спортсмени під час його проведення.

3. Регламент містить такі розділи:

- 1) цілі та завдання;

- 2) строки та місце проведення змагань;
- 3) організація та керівництво проведенням змагань;
- 4) спортсмени, умови участі у змаганнях;
- 5) вид змагань;
- 6) програма проведення змагань;
- 7) безпека та підготовка місць проведення змагань;
- 8) умови визначення переможців і призерів та їх нагородження;
- 9) умови допуску до спортивних змагань;
- 10) умови фінансування змагань та матеріального забезпечення учасників;
- 11) строки та порядок подання заявок на участь у змаганнях;
- 12) інші умови, які забезпечують якісне проведення конкретного змагання.

### **3. Учасники змагань та умови участі у змаганнях**

#### **3.1. Вікові групи учасників змагань**

1. До змагань допускаються спортсмени віком не молодше 10 років, заявлені до участі у встановленому порядку, які пройшли мандатну комісію змагань і допущені до змагань. Вік станом на день проведення мандатної комісії.

Спортивні змагання проводяться за такими віковими групами:

- 1) молодші діти (хлопці та дівчата) – 10-11 років;
- 2) старші діти (хлопці та дівчата) – 12-13 років;
- 3) юнаки (кадети та кадетки) – 14-15 років;
- 4) юніори та юніорки – 16-17 років;
- 5) молодь (чоловіки і жінки) – 18-20 років (також можуть брати участь у змаганнях серед дорослих);
- 6) дорослі (чоловіки і жінки) – 21 рік і старше;
- 7) ветерани (чоловіки і жінки) – 35 – 39 років; 40 – 44 роки; 45 – 49 років; 50 – 54 роки; 55 – 59 років; 60 – 64 роки; 65 років і старші.

2. Вагові категорії:

- 1) молодші діти (хлопці та дівчата) – 28 кг, 31 кг, 34 кг, 37 кг, 40 кг, 44 кг, 48 кг, 52 кг, 57 кг, 62 кг, 62+ кг;
- 2) старші діти (хлопці та дівчата) – 31 кг, 34 кг, 37 кг, 40 кг, 44 кг, 48 кг, 52 кг, 57 кг, 62 кг, 67 кг, 72 кг, 77 кг, 77+ кг;
- 3) юнаки (кадети та кадетки) – 40 кг, 44 кг, 48 кг, 52 кг, 57 кг, 62 кг, 67 кг, 72 кг, 77 кг, 82 кг, 82+ кг;
- 4) юніори та юніорки – 52,2 кг, 56,7 кг, 61,2 кг, 65,8 кг, 70,3 кг, 77,1 кг, 83,9 кг, 93 кг, 120,2 кг; 47,6 кг тільки у жінок;
- 5) молодь (чоловіки і жінки) – 52,2 кг, 56,7 кг, 61,2 кг, 65,8 кг, 70,3 кг, 77,1 кг, 83,9 кг, 93 кг, 120,2 кг, 120,2+ кг; 47,6 кг тільки у жінок;
- 6) дорослі (чоловіки і жінки) – 52,2 кг, 56,7 кг, 61,2 кг, 65,8 кг, 70,3 кг, 77,1 кг, 83,9 кг, 93 кг, 120,2 кг, 120,2+ кг; 47,6 кг тільки у жінок;
- 7) ветерани (чоловіки і жінки) – 52,2 кг, 56,7 кг, 61,2 кг, 65,8 кг, 70,3 кг, 77,1 кг, 83,9 кг, 93 кг, 120,2 кг, 120,2+ кг; 47,6 кг тільки у жінок (Додаток 1).

3. Вагові категорії на окремих турнірах можуть змінюватись.

4. У групі "Дорослі" (21 рік і старші) можуть проводитись змагання за звання абсолютного чемпіона в об'єднаних вагових категоріях. Мінімальна та максимальна вага учасників у такому разі визначаються Регламентом.

### 3.2. Екіпірування та форма одягу учасників змагань

1. Обов'язкове захисне спорядження та одяг учасників змагань:

1) молодші діти, старші діти, юнаки, юніори та ветерани (хлопці та дівчата) – рукавиці не менше шести унцій, шорти, зубний протектор, паховий протектор, протектор на ноги, рашгард;

у розділі "Еліт" - рукавиці не менше шести унцій, шорти, зубний протектор, паховий протектор, протектор на ноги, рашгард, шолом;

2) молодь, дорослі та ветерани (чоловіки і жінки) – рукавиці не менше шести унцій, шорти, зубний протектор, паховий протектор, протектор на ноги, рашгард;

у розділі "Еліт" - рукавиці не менше чотирьох унцій, шорти, зубний протектор, паховий протектор (за Регламентом можливо використання борцівських курток) (Додаток 2).

2. Вимоги до захисного спорядження та одягу учасників змагань:

1) рукавиці з відкритими пальцями (6 унцій), сертифіковані Федерацією змішаних єдиноборств України (далі – Федерація), з обов'язковим намотуванням синього або червоного скотчу;

2) для бинтування використовуються кrep або марля. Довжина бинта не обмежується. Клейка стрічка наноситься на бинт, не на руки спортсмена безпосередньо. Суглоби клейкою стрічкою не закриваються;

3) шолом має бути сертифікований Федерацією;

4) шорти мають бути сертифіковані Федерацією та без металевих та пластмасових вставок, застібок, кишень та шнурків;

5) обов'язкове використання неметалевих пахових протекторів під шортами;

6) учасники змагань виступають без взуття (босоніж);

7) для жінок, дівчат обов'язкова майка із нагрудним протектором під нею. Шпильки, металеві предмети, гудзики, ювелірні, будь-які інші прикраси не допускаються. Волосся фіксується за допомогою резинок або м'яких стрічок;

8) нігті на руках та ногах мають бути коротко підстрижені;

9) учасникам змагань заборонено використання твердих предметів, ювелірних, будь-яких інших прикрас;

10) протектори на ноги мають дозволяти в повній мірі використовувати техніку боротьби, для чого щільно натягуються на ноги. Дозволено використання протекторів тільки з того матеріалу, з яких вони виготовлені;

11) рашгарди мають бути виготовлені з міцного матеріалу, що розтягується. Рашгарди з довгими рукавами не дозволяються;

12) спортсмен, який викликається першим, виходить у синій кут змагального майданчика у синіх рукавицях та синьому рашгарді. Протектори на ноги та шолом (у разі необхідності) мають бути кольору кута або нейтрального кольору. Відповідно, інший спортсмен – у червоному.

3. Якщо під час поєдинку виявлено порушення учасником змагань вимог цих Правил до захисного спорядження та одягу, рефері зупиняє поєдинок для усунення порушень. У цей час його суперник знаходиться у нейтральному куті.

4. Заборонено наносити на тіло будь-які мазі, масла та креми.

### 3.3. Допуск до участі в змаганнях

1. Допуск спортсменів до участі в змаганнях здійснюється мандатною комісією, склад якої затверджує організація, яка проводить змагання. До складу мандатної комісії входять представник оргкомітету, головний суддя або його заступник, головний секретар, лікар, члени комісії, які перевіряють заявки, електронні реєстрації та документи учасників на відповідність до вимог Регламенту.

2. До участі у змаганнях допускаються підготовлені спортсмени, які отримали дозвіл лікаря медичного закладу зі спортивної медицини на участь у спортивних змаганнях і надали мандатній комісії документи, передбачені цими Правилами і Регламентом.

3. Представники команди (спортсмена) надають мандатній комісії:

1) іменну командну заявку (Додаток 3);

2) анкету-заявку (Додаток 4);

3) страховий поліс;

4) медичну довідку;

5) паспорт, посвідчення особи, військовий білет або свідоцтво про народження і документ із фотографією для осіб, які не досягли 14-річного віку;

6) кваліфікаційне посвідчення (класифікаційну книгу) спортсмена;

7) інші документи, передбачені Регламентом.

4. Якщо суддівська колегія виявить, що документи містять ознаки підроблених, складається акт і після відповідної перевірки негайно вживаються дисциплінарні заходи, передбачені у такому випадку стосовно керівництва організації, тренера і спортсмена, які надали мандатній комісії ці документи.

5. Відповідальність за допуск учасника до змагань у суперечливих випадках несе представник організації, яка проводить змагання (член організаційного комітету).

Заявка організації на участь її спортсменів у змаганнях оформлюється згідно із встановленою формою з обов'язковою наявністю завірених печатками підписів керівника організації, тренера та лікаря.

6. В особистих та особисто-командних змаганнях учасник має право брати участь лише в тій ваговій категорії, яка встановлена для нього під час первинного зважування. У командних змаганнях – у встановленій первісно або наступній, важчій.

7. З метою забезпечення рівності стартових можливостей учасників змагань суддівська колегія має право вимагати під час або після закінчення змагань проходження учасниками змагань допінгового контролю. У разі відмови учасника або представника від процедури контролю команда-учасник не допускається до змагань і дискваліфікується.

Допуск до змагань спортсменів, які мають досвід професійних поєдинків, додатково встановлюється Регламентом.

### **3.4. Медичний огляд та зважування учасників змагань**

1. До медичного огляду та процедури зважування допускаються спортсмени за рішенням мандатної комісії.

2. Зважування спортсменів (усіх, окрім розділу "Еліт дорослі") здійснюється в день проведення змагань та кожного наступного дня змагань, поки спортсмен бере в них участь.

Зважування учасників змагань у розділі "Еліт дорослі" проводиться за 24 години до початку змагань для усіх вагових категорій.

До зважування допускаються спортсмени, які пройшли медичний огляд безпосередньо перед змаганнями та відповідають вимогам цих Правил і Регламенту.

3. Зважування проводить бригада суддів, призначених головним суддею, до якої входять: заступник головного судді, лікар, секретар, два або три судді.

Зважування проводиться під керівництвом головного судді.

4. На процедурі зважування може бути присутнім лише представник команди, зазначений в іменній командній заявці.

5. Для зважування дозволяється використовувати декілька ваг, при цьому учасники змагань однієї вагової категорії зважуються на одних вагах.

6. Перед зважуванням учасник змагань зобов'язаний пред'явити документ, який посвідчує його особу.

7. Учасники змагань - чоловіки зважуються в бійцівських шортах або плавках, жінки - у купальниках.

8. Результати зважування заносяться до протоколу.

9. Учасник змагань може виступати у ваговій категорії, яка визначена під час зважування.

Зважування спортсменів кожної вагової категорії здійснюється протягом години.

За одну годину до початку офіційного зважування учасникам змагань надається можливість контрольного зважування на тих вагах, на яких буде проводитися офіційне зважування.

10. Учасник змагань, який запізнився або не прийшов на зважування, не допускається до участі у змаганнях.

### **3.5. Жеребкування**

1. Жеребкування проводиться в кожній ваговій категорії окремо головним суддею змагань (суддівською колегією).

2. На жеребкуванні може бути присутнім лише представник команди, зазначений в іменній командній заявці.

3. Якщо одну з вагових категорій буде представляти лише один учасник змагань, зазначена категорія буде відмінена, а учасник змагань перейде до наступної вагової категорії (за згодою).

4. Жеребкування може відбуватися за допомогою електронних програм, сайтів тощо.

### **3.6. Учасники змагань, представники, тренери команд**

1. Учасники змагань зобов'язані:

1) знати ці Правила, Регламент та програму змагань і неухильно їх виконувати;

2) бути ввічливими та коректними стосовно учасників, глядачів, суддів та осіб, які проводять і обслуговують змагання;

3) беззаперечно, швидко і точно виконувати вказівки офіційних осіб змагань та суддів;

4) своєчасно виходити на поєдинок за першим викликом суддівської колегії. Запізнення з виходом після першого виклику на дві хвилини карається попередженням, на три хвилини – дискваліфікацією;

5) у разі неможливості у зв'язку з будь-якими причинами продовжувати змагання негайно повідомляти секретаріат особисто, через секунданта (тренера) або представника;

6) обмінюватись рукостисканням із суперником на змагальному майданчику (рингу) перед початком і після закінчення поєдинку;

7) виступати з коротко підстриженими нігтями, у чистому, охайному спортивному одязі та захисному спорядженні відповідно до вимог цих Правил;

8) надавати суддям можливість перевірки наявності або відповідності вимогам цих Правил захисного спорядження.

2. Учасники змагань мають право:

1) звертатися до суддівської колегії через представника команди у разі особистої відсутності, в разі проведення особистих змагань - через секунданта;

2) проводити контроль ваги на вагах офіційного зважування до початку зважування;

3) звертатись до лікаря змагань у разі необхідності;

4) своєчасно отримувати інформацію щодо ходу змагань, склад пар чергового кола, змін в програмі змагань тощо;

5) використовувати в ході одного поєдинку п'ять хвилин (у сумі) на отримання медичної допомоги і приведення спортивного одягу та захисного спорядження у належний вигляд у разі необхідності;

6) користуватись послугами секунданта до поєдинку, під час перерв та після поєдинку;

7) отримати список заборонених препаратів (допінг-листок);

8) відмовитись від поєдинку на будь-якій його стадії (у будь-який момент).

3. Учасник змагань, який показав очевидну технічну невідповідність, може бути знятий зі змагань головним суддею.

4. Представник команди:

1) є керівником команди, що зазначається в листі-заявці, несе відповідальність за дисципліну і поведінку учасників змагань у місцях проживання, харчування, проведення змагань, забезпечує їх своєчасну явку на поєдинок;

2) може бути присутнім на зважуванні, жеребкуванні, нарадах суддівської колегії, якщо вони проводяться спільно з представниками команд;

3) форма одягу представника під час змагань – офіційний костюм тренера або офіційний спортивний костюм організації, яку він представляє;

4) зобов'язаний знаходитися в спеціально відведеному місці, без права втручатись у дії суддів та осіб, які проводять змагання.

5. Тренер команди, вказаний у листі-заявці:

1) знаходиться разом з учасниками під час змагань, відповідає безпосередньо за підготовку спортсменів до виходу на ринг;

2) може давати вказівки спортсменам команди, якщо це дозволено Регламентом.

6. З початку змагань та до їх закінчення представникам, тренерам, іншим учасникам команд і спортсменам заборонено звертатись до суддів та рефері з коментарями, вимогами, вказівками, зауваженнями, вступати у суперечку щодо ходу поєдинку, суддівства, дій рефері, рішень суддів.

7. Заборонено робити образливі, погрозливі оцінки рішенням і діям суддів як публічно, так і в присутності лише рефері і суддів.

### **3.7. Секунданти**

1. Кількість секундантів не може перевищувати двох осіб. Це число включає усіх осіб, які допомагають учаснику змагань протягом всього поєдинку.

2. Секунданти зобов'язані виконувати накази рефері.

Під час бою лише один із секундантів може робити підказки, надавати інструкції.

3. Секундантам заборонено:

1) поводитись некоректно, грубо, образливо;

2) давати образливі, погрозливі оцінки рішенням та діям рефері та суддів публічно та в присутності лише рефері та суддів;

3) підбадьорювати учасників змагань, вдаряючи у змагальний майданчик (ринг) або смикаючи канати, його загорожі;

4) виливати воду на учасника змагань, який знаходиться на змагальному майданчику.

4. Будь-яке порушення секундантами цих Правил або Регламенту може призвести до отримання попередження і дискваліфікації учасника змагань.

5. Старший секундант, який бажає відмовитись від продовження поєдинку, зобов'язаний привернути увагу рефері або викинути на змагальний майданчик рушник. Рішення щодо припинення бою приймає рефері.

## **4. Суддівська колегія**

### **4.1. Суддівська колегія змагань та суддівська бригада**

1. Суддівська колегія змагань формується організацією, яка проводить змагання. Склад суддівської колегії затверджується оргкомітетом змагань і суддівською колегією Федерації. Кількісний склад суддівської колегії залежить



від статусу та виду змагань, кількості учасників та змагальних майданчиків (рингів). Головним суддею на змаганнях регіонального рівня призначається суддя з кваліфікацією не нижче національної категорії.

2. Суддівська колегія складається з:

- 1) голови суддівської колегії – головного судді;
- 2) заступника головного судді;
- 3) головного секретаря;
- 4) старшого судді змагального майданчика;
- 5) рефері;
- 6) бокових суддів;
- 7) секундометриста;
- 8) технічного секретаря;
- 9) секретаря;
- 10) судді-інформатора (коментатора);
- 11) інспектора або інспекторів;
- 12) лікарів.

3. Поєдинки обслуговує суддівська бригада у складі старшого судді, рефері, трьох бокових суддів, судді-секундометриста, технічного секретаря, судді-інформатора (коментатора).

Суддя зобов'язаний мати суддівську книжку, бути вдягненим у суддівську форму, знати і мати при собі ці Правила і Регламент.

4. Технічні дії в поєдинку оцінюють тільки бокові судді (у разі ухвалення рішень із суперечливих питань вони зобов'язані посилатись на відповідні пункти цих Правил).

Рефері в оцінці технічних дій участі не бере.

Лише у вікових категоріях 10-11, 12-13, 14-15, 16-17 років суддями, що оцінюють технічні дії, можуть бути старший суддя змагального майданчика, рефері та один боковий суддя.

5. До членів суддівської колегії висуваються такі вимоги:

- 1) поводити себе неупереджено;
- 2) негайно приймати рішення щодо оцінки дій учасників змагань;
- 3) чітко зосереджувати увагу на ході поєдинку, який вони обслуговують;
- 4) рефері та судді, які обслуговують поєдинок, мають бути готовими обґрунтувати ухвалені ними рішення, керуючись цими Правилами, Регламентом;
- 5) судді не можуть розмовляти з іншими суддями і сторонніми особами під час поєдинків;
- 6) суддям забороняється давати вказівки або підбадьорювати учасників, які змагаються, розмовляти зі сторонніми особами;
- 7) під час поєдинку забороняється змінювати членів суддівської бригади, за винятком випадків, пов'язаних з неможливістю судді виконувати обов'язки. Заміна відбувається з дозволу головного судді.

6. Члени суддівської колегії і посадові особи мають бути вдягнені у відповідний офіційний одяг.

Форма одягу суддівської бригади:

- 1) чорні брюки;
- 2) чорна сорочка поло з емблемою Федерації;

- 3) чорні шкарпетки, чорне м'яке спортивне взуття.  
Форма одягу може встановлюватись Регламентом.

#### 4.2. Головний суддя змагань

1. Головний суддя змагань призначається суддівською колегією Федерації, очолює суддівську колегію змагань, є одночасно заступником голови оргкомітету, керує проведенням змагань, несе відповідальність за якість їх проведення відповідно до цих Правил та Регламенту перед організацією, яка проводить змагання. Організовує роботу усіх суддівських бригад з метою дотримання цих Правил та Регламенту.

2. Головний суддя не може змінити ці Правила, Регламент, а також усунути або замінити суддів під час поєдинку, за винятком випадків, пов'язаних із неможливістю виконання суддею своїх обов'язків.

Розпорядження головного судді є обов'язковими для суддівської колегії, учасників змагань, представників та тренерів команд, секундантів.

3. Головний суддя зобов'язаний:

1) перевірити наявність та правильність оформлення необхідної документації, готовність місця проведення змагань, обладнання, інвентарю, їх відповідність, у тому числі цим Правилам;

2) призначити суддівську бригаду на зважування учасників;

3) провести жеребкування учасників із можливим розподілом переможців минулих змагань і учасників з однієї команди до різних підгруп;

4) призначити суддівську бригаду для обслуговування поєдинків;

5) перевірити та затвердити склад пар учасників (на кожен етап);

6) вжити заходів до того, щоб уникнути, а в разі потреби своєчасно виправити помилки, яких припустилися судді;

7) в разі отримання оскарження або протесту ухвалювати обґрунтоване рішення відповідно до цих Правил та Регламенту;

8) проводити засідання суддівської колегії перед початком змагань (суддівський семінар), щоденно після їх закінчення, а також у процесі змагань, в разі необхідності;

9) давати оцінку роботи кожного судді та робити записи у суддівських книжках;

10) у триденний строк після закінчення змагань надати звіт з додаванням копії звіту на електронному носії і протоколів до організації, яка проводить змагання. Протоколи складаються у довільній формі.

4. Головний суддя має право:

1) відкласти початок змагань, якщо місце проведення, основне обладнання або інвентар не відповідають, у тому числі цим Правилам, судді або медичний персонал не готові до обслуговування поєдинків;

2) зупинити поєдинок, оголосити перерву або зупинити змагання, якщо будь-які обставини заважають їх проведенню, скласти акт у довільній формі з обґрунтуванням причин своїх дій і додати його до протоколу;

3) у разі необхідності внести зміни в програму змагань;

- 4) письмовим розпорядженням змінити обов'язки (перепризначити) суддів у ході змагань;
- 5) усунути суддів, які допустили грубі помилки або не виконують обов'язки, покладені на них, зазначивши це у звіті;
- 6) у випадках, передбачених цими Правилами, Регламентом, зняти з поєдинку або зі змагань учасника(ів), зробити йому (їм) попередження;
- 7) у випадках, передбачених цими Правилами, Регламентом, зробити попередження або усунути від виконання обов'язків представника, тренера команди або секунданта, які порушили ці Правила, Регламент;
- 8) затримати оголошення оцінки технічної дії або результату поєдинку, якщо він не згоден з рішенням суддів, для додаткового вивчення обставин, обговорення та винесення остаточного рішення;
- 9) змінити черговість зустрічей у фіналі, в разі необхідності або потреби.

### **4.3. Старший суддя суддівської бригади**

1. Старший суддя суддівської бригади призначається з числа висококваліфікованих суддів, керує роботою суддівської бригади.
2. Старший суддя суддівської бригади зобов'язаний:
  - 1) скласти суддівські бригади на поєдинки, надати їх списки головному судді;
  - 2) представити суддівську бригаду, викликати на змагальний майданчик (ринг) і представити учасників поєдинку у разі відсутності судді-інформатора;
  - 3) оцінити роботу суддів, які закріплені за його змагальним майданчиком, і передати записку з оцінками головному судді для складання записів у суддівських книгах;
  - 4) слідкувати за порядком на змагальному майданчику, відсутністю глядачів та інших сторонніх осіб у зоні проведення змагань;
  - 5) вжити заходів для організованого входу в зону проведення змагань, знаходження та виходу з неї учасників та їх секундантів.
3. Старший суддя суддівської бригади має право скликати оперативну нараду суддівської бригади, запросивши до столу рефері та бокових суддів, для обговорення суперечливої ситуації після поєдинку.

### **4.4. Рефері**

1. Рефері призначається із числа висококваліфікованих суддів і керує ходом поєдинку, перебуваючи на змагальному майданчику.
2. Рефері:
  - 1) керує ходом поєдинків, оцінює дії учасників, забезпечує проходження поєдинку в суворій відповідності до цих Правил та Регламенту за допомогою необхідних команд та жестів;
  - 2) робить зауваження учаснику змагань (не зупиняючи поєдинок) або попередження (зупинивши поєдинок) за порушення цих Правил, Регламенту;

3) дискваліфікує учасника змагань за особливо грубе порушення цих Правил, Регламенту або після другої жовтої картки, а також за грубі порушення цих Правил, Регламенту з боку секунданта.

3. На змагальному майданчику (рингу) безпосередньо перед початком поєдинку рефері викликає учасників змагань у центр змагального майданчика (рингу) для отримання інструкцій щодо ведення поєдинку, закликає привітати один одного, потиснути руки і негайно після сигналу гонга дає команду починати поєдинок.

4. Рефері зобов'язаний:

1) перевірити захисне спорядження та одяг учасників змагань, забезпечити безпеку під час поєдинку;

2) керувати поєдинком за допомогою необхідних команд та жестів відповідно до цих Правил;

3) командою голосом "Бій" дублювати звуковий сигнал (дзвін, гонг) судді-секундометриста щодо початку поєдинку;

4) зупинити поєдинок командою голосом "Стоп";

5) продовжити поєдинок, перевіривши учасників змагань у разі потреби в положення "стоячи", у середині змагального майданчика (рингу) командою голосом "Бій" після зупинки;

6) займати місце найкращого бачення дій учасників змагань і сигнали членів суддівської бригади в русі змагальним майданчиком;

7) своєчасно реагувати на дії учасників змагань на змагальному майданчику (рингу), запобігати рухам та діям, які суперечать цим Правилам, Регламенту;

8) зупинити поєдинок з метою запобігання травмам або тяжким наслідкам розвитку поєдинку з порушенням цих Правил, Регламенту;

9) командою голосом "Стоп" дублювати звуковий сигнал (дзвін, гонг) судді-секундометриста щодо закінчення поєдинку;

10) ухвалювати рішення щодо поразки, видалення зі змагального майданчика (рингу), порушення цих Правил, Регламенту, пасивності, примусового відліку, виклику лікарів на змагальний майданчик (ринг) для надання медичної допомоги травмованому учаснику змагань;

11) кваліфікувати причину отриманої травми в результаті умисного або неумисного порушення цих Правил, обопільного їх порушення, випадкового зіткнення;

12) повідомляти щодо результатів поєдинку;

13) проводити наради суддівської бригади, подати команду боковим суддям зібратися біля столу старшого судді в разі нічийного результату та потреби.

5. Рефері зупиняє поєдинок якщо:

1) учасник(и) змагань виявився(лись) у положенні "поза майданчиком" (повертає учасників на середину змагального майданчика (рингу));

2) положенні "лежачи" учасник(и) змагань недостатньо активний(і) і не роблять спроб проведення ефективних технічних дій, навіть після попередження щодо відсутності активності;

3) проведення больового або удушливого прийому, технічної дії атакуючого учасника змагань неефективні, на думку суддів;

4) учаснику змагань необхідна медична допомога;

- 5) виявлено суттєві порушення учасником змагань вимог цих Правил до захисного спорядження і одягу;
- 6) учасник змагань проводить грубі заборонені дії, перелік яких передбачений цими Правилами;
- 8) рефері вважає доречною на вимогу учасника змагань,;
- 9) це необхідний випадок, не передбачений цими Правилами;
- 10) є сигнал щодо поразки одного з учасників змагань або його секунданта;
- 11) зафіксовано задушення;
- 12) учасник змагань втратив повну або часткову здатність захищатись;
- 13) він впевнений, що один із учасників змагань переможений больовим або задушливим прийомом, не очікуючи сигналу щодо здачі;
- 14) поведінка глядачів перешкоджає проведенню поєдинку (після відновлення порядку поєдинок продовжується).

6. Рефері може зупинити поєдинок і оголосити технічний нокаут, якщо він вважає, що один з учасників змагань абсолютно поступається супернику в майстерності або не в змозі продовжувати поєдинок.

7. Під час поєдинку рефері уповноважений інтерпретувати ці Правила або приймати інші рішення щодо виникаючих проблем. Рішення рефері є остаточним та не може бути змінено старшим суддею суддівської бригади (лише головним суддею змагань).

Якщо в положенні "лежачи" атакуючий застосовує заборонені дії, перелік яких передбачений цими Правилами, рефері голосом вимагає негайно припинити вплив, робить йому зауваження, не зупиняючи поєдинок, і жестом, відповідно до цих Правил, інформує суддів. У разі непокори рефері зупиняє поєдинок, оголошує друге зауваження або попередження за проведення забороненої дії.

8. Команди та жести рефері:

- 1) "Бій" - для початку/відновлення поєдинку;
- 2) "Стоп" - для зупинки поєдинку;
- 3) "Час" - для зупинки поєдинку із сигналом гонга, за необхідності призупинити час раунду.

9. Форма одягу рефері: чорна футболка, чорні брюки без пояса, чорне м'яке взуття, стерильні рукавиці.

Забороняються ювелірні та будь-які інші прикраси, наручні годинники. Нігті рефері мають бути коротко підстрижені, зачіска - акуратна.

#### 4.5. Бокові судді

1. Бокові судді призначаються з кваліфікованих суддів і розташовуються на стільцях біля змагального майданчика (рингу) напроти його середини симетрично зліва і справа від суддівського столу. У разі потреби боковий суддя може підвестись, щоб краще бачити учасників змагань.

2. Боковий суддя самостійно оцінює дії учасників змагань у поєдинку і заносить оцінки до протоколу поєдинку.

3. У всіх випадках, які вимагають, на його думку, зупинки поєдинку, боковий суддя робить відповідний жест, привертаючи увагу рефері, вказує на ті або інші моменти поєдинку. Рішення щодо зупинки поєдинку приймає рефері.

#### 4.6. Суддя-секундометрист

1. Суддя-секундометрист призначається з числа кваліфікованих суддів, знаходиться за столом старшого судді.

2. Суддя-секундометрист зобов'язаний:

1) відповідати за справність гонга та секундомірів;  
2) давати команду секундантам залишити ринг перед початком поєдинку;  
3) повідомляти звуком гонга щодо початку та кінця раунду;  
4) фіксувати час запізнення учасника змагань з виходом на змагальний майданчик (ринг) після першого дзвінка та оголошувати його після кожних 30 секунд;

5) фіксувати неявку учасника змагань на змагальний майданчик (ринг) після закінчення двох хвилин з моменту початку поєдинку;

6) контролювати час ведення поєдинку та перерв;

7) сповіщати інших сигналом щодо десяти секунд, які залишаються до кінця раунду, періоду відпочинку між раундами та давати сигнал поки рефері не покаже, що почув його;

8) зупиняти час раунду та поновлювати облік часу за відповідними командами рефері;

9) вести облік часу, наданого рефері для відновлення учасника змагань (до п'яти хвилин);

10) фіксувати час дострокової зупинки поєдинку за сигналом рефері;

11) фіксувати час додаткового раунду.

3. У разі зупинки поєдинку через травму учасника змагань суддя-секундометрист за сигналом рефері "Фіксувати час" вмикає інший секундомір і після завершення кожної хвилини оголошує час надання лікарем медичної допомоги.

4. Суддя-секундометрист скидає показники секундомірів після завершення поєдинку лише за вказівкою старшого судді на змагальному майданчику (ринзі).

#### 4.7. Головний секретар, секретар

1. Головний секретар зобов'язаний:

1) вести протоколи засідань суддівської колегії, підсумкові протоколи змагань, готувати звіт;

2) відповідати за організацію церемонії жеребкування та розробляти розклад змагань, складати порядок поєдинків за колами;

3) забезпечувати контроль ведення суддівської документації;

4) оформляти розпорядження та рішення головного судді;

5) приймати заяви та протести, реєструвати їх та передавати головному судді;

6) забезпечувати внесення необхідних записів до особистих кваліфікаційних документів учасників змагань, їх залікових книжок;

7) видавати довідки, виписки з протоколу;

8) керувати роботою секретарів;

9) забезпечувати своєчасне заповнення нагородних дипломів, грамот, почесних дипломів та кваліфікаційних сертифікатів для нагородження переможців, призерів, почесних гостей змагання;

10) готувати офіційну церемонію нагородження, перевіряти нагородні комплекти: кубки, медалі, цінні призи тощо.

2. Секретар зобов'язаний:

1) заповнювати статистичні протоколи для кожного раунду поєдинку перед змаганнями;

2) брати участь у процедурі зважування, вносити показники ваги учасників змагань у реєстраційні статистичні протоколи;

3) записувати кількість попереджень, зауважень і рахунок відповідно до команд та жестів рефері;

4) записувати результати кожного раунду, винесені боковим суддею, і звітувати перед старшим суддею визначення переможця;

5) виконувати вказівки головного секретаря.

#### 4.8. Суддя-інформатор (коментатор)

1. Суддя-інформатор (коментатор) призначається із числа кваліфікованих суддів та відповідає за організацію інформування для учасників змагань і глядачів щодо умов, перебігу та попередніх результатів змагань. Суддя-інформатор (коментатор) зобов'язаний знати і мати при собі ці Правила, Регламент, програму змагань, повну інформацію щодо спортивних досягнень учасників змагань і команд.

2. Суддя-інформатор (коментатор) зобов'язаний:

1) оголошувати програму і порядок проведення змагань;

2) представляти склад суддівських бригад;

3) представляти чергову пару учасників змагань, оголошувати колір шортів, ім'я, прізвище, вік, вагу, зріст, спортивні досягнення, команду (клуб, адміністративно-територіальну одиницю);

4) оголошувати результат поєдинку: колір шортів, ім'я, прізвище, команду (клуб, адміністративно-територіальну одиницю);

5) пояснювати учасникам змагань і глядачам окремі пункти цих Правил;

6) оголошувати розпорядження та вказівки суддівської колегії;

7) представляти почесних гостей змагань;

8) робити оголошення у перервах змагань.

3. Залежно від характеру інформаційного обладнання допускається поєднання роботи судді-секундометриста та судді-інформатора (коментатора) або технічного секретаря та судді-інформатора (коментатора).

4. Уся офіційна інформація щодо змагань оголошується суддею-інформатором (коментатором) лише за узгодженням з головним суддею або його заступником.

## 4.9. Інспектори

1. Інспектори призначаються з числа суддів і слідкують за порядком під час проведення змагань.

2. Інспектори зобов'язані:

1) слідкувати за порядком на дорученому змагальному майданчику та відсутністю глядачів, інших сторонніх осіб у зоні проведення змагань;

2) забезпечувати організований вхід у зону проведення змагань, знаходження, вихід з неї учасників та їх секундантів;

3) знаходитися під час поєдинку біля відведеного їм кута, а під час перерви заходити на змагальний майданчик та контролювати виконання цих Правил учасниками та секундантами;

4) організувати вихід учасників до місця змагань і нагородження, вишикувати учасників для параду, своєчасно попереджати щодо часу виходу на майданчик-килим, перевіряти прізвища учасників за протоколом і відповідність форми одягу вимогам цих Правил, повідомити головного секретаря щодо нез'явлення та відмову учасників від змагань один з інспекторів (суддя при учасниках).

## 4.10. Головний лікар змагань

1. На кожне змагання призначається головний лікар за спеціалізацією зі спортивної медицини. Він входить до складу суддівської колегії та мандатної комісії, відповідає за медичне обслуговування змагань, слідкує за дотриманням санітарно-гігієнічних умов їх проведення.

2. Головний лікар змагань зобов'язаний:

1) провести обстеження спортсменів за один день до початку змагань;

2) провести перевірку оформлення заявок учасників змагань та команд на участь у них, наявність віз лікаря щодо допуску до змагань, медичних довідок учасників;

3) перевірити документи, які підтверджують готовність учасника змагань до поєдинку;

4) оцінити стан здоров'я учасника змагань (співбесіда, огляд, вимірювання);

5) прийняти рішення щодо допуску учасника до поєдинку та зробити відповідний запис в анкеті учасника (Додаток 4).

3. Перед початком поєдинків головний лікар змагань зобов'язаний:

1) визначити найкращий маршрут евакуації постраждалих учасників змагань;

2) підготувати піст біля змагального майданчика і повідомити щодо готовності головного суддю.

4. Під час поєдинків головний лікар змагань зобов'язаний:

1) знаходитись постійно на посту, здійснювати медичне спостереження за учасниками в процесі змагань;

2) оглянути учасника змагань у куті під час перерви, повідомити рефері щодо можливої небезпеки для його здоров'я та/або рекомендувати рефері



зупинити поєдинок. Остаточне рішення щодо зупинки поєдинку залишається за рефері;

3) констатувати стан втрати учасником здатності вести поєдинок на прохання рефері;

4) надати постраждалому учаснику змагань екстрену медичну допомогу у разі необхідності, організувати евакуацію та госпіталізацію учасника змагань;

5) ухвалити остаточне рішення щодо зупинки поєдинку через серйозні травми, спричинені забороненими діями під час поєдинку;

6) надати допомогу травмованому учаснику змагань за заявою секунданта (тренера) або представника команди;

7) відповідати за медичне забезпечення змагань і вчасно надавати рекомендації старшому судді щодо учасників, які не можуть брати участь у змаганнях.

5. Після завершення поєдинків головний лікар змагань зобов'язаний:

1) переконатися у задовільному стані кожного учасника змагань, у разі потреби надати необхідну допомогу;

2) надати травмованим учасникам змагань, їх представникам рекомендації щодо подальшого лікування, спостереження, реабілітації, режиму тренувань та участі у змаганнях;

3) повідомити головного суддю та внести до анкет учасників (Додаток 2) висновки щодо стану здоров'я учасників змагань, інформацію щодо наданих рекомендацій;

4) провести антидопінгові тести спільно з антидопінговою комісією у разі потреби;

5) надати звіт щодо медико-санітарного забезпечення змагань із зазначенням випадків втрати боєздатності, захворювань учасників змагань, порушення санітарних норм.

6. Головний лікар змагань має право зупинити поєдинок у будь-який час через рефері, якщо вважатиме, що хтось з учасників знаходиться в небезпеці, оголосити одного з учасників нездатним продовжувати поєдинок.

Головний лікар не має права втручатись у дії рефері під час поєдинку, а також самостійно зупинити поєдинок для надання медичної допомоги.

## **5. Формула поєдинку, хід поєдинку, дозволені та заборонені прийоми**

### **5.1. Формула поєдинку**

1. Формула поєдинку для вікових груп:

1) молодші та старші діти (для хлопців і дівчат) – 1 раунд 3 хвилини;

2) юнаки (кадети та кадетки) – 1 раунд 4 хвилини;

3) юніори та юніорки – 3 раунди по 2 хвилини;

4) молодь (чоловіки та жінки) – 3 раунди по 3 хвилини;

5) дорослі (чоловіки та жінки) – 3 раунди по 3 хвилини;

6) ветерани (чоловіки та жінки) – 3 раунди по 2 хвилини;

7) еліт дорослі (чоловіки та жінки) – 3 раунди по 5 хвилини, титульний

поєдинок може складатися з 5 раундів по 5 хвилин.

2. Положення учасників на змагальному майданчику (ринзі):

"стійка" – учасник змагань торкається килима лише ступнями ніг (стоїть на ногах) або виконує дії у стрибку;

"партер" – учасник змагань вважається таким, що перебуває у партері, якщо обидві руки, або лікоть, або коліно, або інша частина тіла торкається змагального майданчика (рингу), окрім стоп;

"поєдинок стоячи" (у стійці) – учасник змагань знаходиться в положенні "стоячи" або "у стрибку";

"поєдинок у партері" - один або обидва учасники змагань перебувають у партері.

Час активної боротьби в партері - необмежений. Якщо, на думку рефері, боротьба в партері неактивна, учасникам змагань робиться зауваження. Після другого зауваження, якщо активних дій не було, учасники змагань піднімаються в стійку.

3. У разі якщо обидва учасники змагань, перебуваючи в партері, можуть вийти за межі змагального майданчика (рингу), рефері має попередити їх і вимагати не рухатись. Учасники змагань зобов'язані негайно припинити поєдинок, повернутись до центру змагального майданчика (рингу), зайняти таку ж позицію, в якій були до зупинки. Після цього учасники відновлюють поєдинок за командою рефері.

4. Рефері може зупинити поєдинок за серію ударів у боротьбі "лежачи", коли, на його думку, продовження серії призведе до нокауту, а один із учасників змагань активно не захищається.

Відлік часу поєдинку починається з команди рефері "Бій". Час зупинки не включається до чистого (фактичного) часу поєдинку.

5. Поєдинок закінчується після закінчення часу або за рішенням головного судді за звуком гонга або голосовому сигналу судді-секундометриста "Стоп".

Учаснику змагань надається не більше п'яти хвилин протягом поєдинку на отримання медичної допомоги та усунення недоліків в захисному спорядженні, одязі.

## **5.2. Початок і закінчення поєдинку**

1. Учасники змагань стають один напроти одного в "стійку" напроти центру змагального майданчика (рингу).

2. Поєдинок розпочинається за командою рефері в ринзі "Бій". Переривання поєдинку відбувається за командою рефері "Стоп".

3. Закінчення поєдинку або раунду відбувається за командою рефері у ринзі "Стоп", яка подається звуковим сигналом судді-хронометриста (удар гонгу).

## **5.3. Дозволені та заборонені прийоми та дії**

1. У поєдинку дозволено технічні дії усіх відомих спортивних єдиноборств, відповідно до цих Правил та Регламенту. Удари, кидки, затримування, больові

прийоми та удушення дозволяється проводити у всіх положеннях, дозволених цими Правилами та Регламентом.

1. Молодші та старші діти (для хлопців та дівчат):
  - 1) дозволено:
    - удари руками та ногами у стійці усі незаборонені зони, окрім голови;
    - всі задушливі прийоми, окрім "hilyotyuna";
    - больові прийоми на руки (лише важіль ліктя та вузол плеча, окрім "омоплати") лише до фіксації прийому;
  - 2) заборонено:
    - удари колінами та ліктями в усіх положеннях;
    - у партері усі удари;
    - больові прийоми на ноги;
    - защемлення біцепсу або литкового м'язу;
    - больові прийоми на шию, слема та больовий вплив на кисть;
    - удари ногами спортсмена з положення "партер" у "стійку" і навпаки зі "стійки" у "партер";
      - кидки з прогином та високі кидки з рівня плечей;
      - удари ногою у стопу у стійці.
2. Юнаки (кадети та кадетки):
  - 1) дозволено:
    - удари руками та ногами у "стійці" в усі незаборонені зони, окрім голови;
    - больові прийоми на руки (лише важіль ліктя та вузол плеча, окрім "омоплати") лише до початку больового впливу, на ноги – лише больовий на ахіллове сухожилля та вузол стопи з прямою ногою;
    - задушливі прийоми, прийом "hilyotyuna" виконується лише з захватом однієї руки (у стійці заборонена взагалі);
  - 2) заборонено:
    - удари колінами та ліктями в усіх положеннях;
    - у "партері" усі удари заборонені;
    - защемлення біцепсу, литкового м'язу та больовий вплив на кисть;
    - больові прийоми на шию та слема заборонені;
    - удари ногами спортсмена з положення "партер" у "стійку" і навпаки зі "стійки" у "партер";
      - кидки з прогином та високі кидки з рівня плечей;
      - удари ногою у стопу у стійці.
3. Юніори та юніорки:
  - 1) дозволено:
    - удари руками та ногами у "стійці" в усі незаборонені зони, окрім голови;
    - у "партері" удари рукою лише у корпус та у ноги;
    - больові прийоми на руки, на ноги усі, окрім скручування п'яти, вузол стопи застосовується тільки на пряму ногу;
    - задушливі прийоми.
  - 2) заборонено:
    - удари колінами і ліктями;

- прийом "hilyotyuna" у положенні стоячи;
  - вплив на кисть, защемлення біцепсу або литкового м'язу;
  - больові прийоми на шию та слеми;
  - удари ногами спортсмена з положення "партер" у "стійку" і навпаки зі "стійки" у "партер";
  - кидки з прогином та високі кидки з рівня плечей;
  - удари ногою у стопу у "стійці".
4. Молодь, дорослі та ветерани (чоловіки та жінки):
- 1) дозволено:
- удари руками та ногами у стійці в усі незаборонені зони, удари колінами тільки у корпус та ноги;
  - удари спортсмену в "партері" в усі незаборонені зони рукою з усіх положень, коліном і ногою лише у корпус та ноги;
  - больові прийоми на руки, на ноги усі, окрім скручування п'яти;
  - задушливі прийоми;
  - слеми;
  - удари ногами спортсмена з положення "партер" у "стійку" в усі незаборонені зони;
  - кидки з прогином та високі кидки з рівня плечей;
- 2) заборонено:
- удари ліктями;
  - больові прийоми на шию.
- У розділах "Еліт":
1. Молодші та старші діти (для чоловіків і жінок):
- 1) дозволено:
- удари руками та ногами у "стійці" в усі незаборонені зони;
  - больові прийоми на руки (лише важіль ліктя та вузол плеча, окрім "омоплати") лише до фіксації прийому;
  - задушливі прийоми усі, окрім "hilyotyuna";
- 2) заборонено:
- удари колінами та ліктями в усіх положеннях;
  - у "партері" удари рукою;
  - больові прийоми на ноги;
  - защемлення біцепсу або литкового м'язу;
  - больові прийоми на шию, слеми та больовий вплив на кисть;
  - удари ногами спортсмена з положення "партер" у "стійку" і навпаки зі "стійки" у "партер";
  - кидки з прогином та високі кидки з рівня плечей;
  - удари ногою у стопу у "стійці".
2. Юнаки (кадети та кадетки):
- 1) дозволено:
- удари руками та ногами у "стійці" в усі незаборонені зони;
  - у "партері" лише удари рукою у корпус;
  - больові прийоми на руки (лише важіль ліктя та вузол плеча, окрім "омоплати") лише до початку больового впливу, на ноги – лише больовий на ахіллове сухожилля та вузол стопи з прямою ногою;

- задушливі прийоми, прийом "hilyotyuna" виконується лише з захватом однієї руки;
- больові прийоми на шию та слемі;
- 2) заборонено:
  - удари колінами та ліктями в усіх положеннях;
  - защемлення біцепсу, литкового м'язу та больовий вплив на кисть;
  - прийом "hilyotyuna" у "стійці" заборонена взагалі;
  - удари ногами спортсмена з положення "партер" у "стійку" і навпаки зі "стійки" у "партер";
  - кидки з прогином та високі кидки з рівня плечей;
  - удари ногою у стопу у "стійці".
- 3. Юніори та юніорки:
  - 1) дозволено:
    - удари руками та ногами у "стійці" в усі незаборонені зони;
    - у "партері" удари рукою;
    - больові прийоми на руки, на ноги усі, окрім скручування п'яти, вузол стопи застосовується тільки на пряму ногу;
  - 2) заборонено:
    - удари колінами і ліктями;
    - задушливі прийоми, але прийом "hilyotyuna" у положенні "стоячи" забороняється;
      - вплив на кисть, защемлення біцепсу або литкового м'язу;
      - больові прийоми на шию та слемі;
      - удари ногами спортсмена з положення "партер" у "стійку" і навпаки зі "стійки" у "партер";
      - кидки з прогином та високі кидки з рівня плечей;
      - удари ногою в стопу у "стійці".
- 4. Молодь, дорослі та ветерани (чоловіки та жінки):
  - 1) дозволено:
    - удари руками, ногами та колінами у "стійці" в усі незаборонені зони;
    - удари ліктями у всі дозволені зони в усіх положеннях (заборонений лише удар ліктем вертикально зверху вниз ("12-6"), коли рука відносно землі у перпендикулярному положенні);
      - наносити удари по спортсмену в "партері" в усі незаборонені зони рукою з усіх положень, коліном і ногою лише у корпус;
      - больові прийоми на руки, ноги та шию, задушливі прийоми та слемі;
      - удари ногами спортсмена з положення "партер" у "стійку" в усі незаборонені зони.

Дозволені та заборонені технічні дії винесені у вигляді таблиці у додатку 5.

  2. Больовим прийомом вважається вплив на суглоби кінцівок: перегинання (важіль), обертання в суглобі (вузол), а також обмеження рухливості сухожилків або м'язів, у результаті яких атакований визнає себе переможеним. Проведення больового прийому має бути припиненим після команди рефері "Стоп".
  3. Дозволено удушливі прийоми: передпліччям однієї або двох рук, однією або двома ногами зі сторони бокових частин шиї, тіла.
  4. Заборонені дії (фоли) в усіх категоріях:

- 1) нанесення на тіло або екіпірування будь-яких масел і кремів;
- 2) захват менш ніж чотирьох пальців руки (вплив на малі суглоби), волосся, носа, вух, статевих органів суперника;
- 3) введення пальців до рота суперника або інші анатомічні отвори, у тому числі і розсічення;
- 4) кусання, шкребіння, щипання;
- 5) натискання та нанесення ударів в очі;
- 6) нанесення ударів у гортань, потилицю, область шийних хребців, хребет;
- 7) нанесення ударів ногами або коліном у голову супернику, який знаходиться в партері;
- 8) нанесення ударів в область куприка та анатомічних отворів;
- 9) використання сторонніх предметів;
- 10) кидки на голову;
- 11) скручування шиї, тяганина із захватом за шию, кидання із захватом за шию (без захвату руки);
- 12) перегинання коліна ("важіль коліна") (знаходиться не в площині його природного вигину);
- 13) проведення удушливого прийому пальцями;
- 14) стискання кадика;
- 15) засовування пальців у рот противника;
- 16) проведення прийому після сигналу гонга або команди голосом рефері "Стоп";
- 17) удари ліктем вище лінії плечей, удари в пах, утримання за волосся, удари у суглоби;
- 18) атака в час, коли суперник знаходиться за межами змагального майданчика (рингу);
- 19) неспортивні дії, які можуть спричинити травму суперника;
- 20) викидання суперника за межі рингу, захват каната, навмисне випльовування капи;
- 21) імітація удару в пах;
- 22) повернення до суперника спиною або потилицею у "стійці" та втікати від нього;
- 23) проведення больових прийомів ривками, дії із захватом форми або екіпірування суперника;
- 24) удари головою, удушливі чи больові прийоми під час кидка;
- 25) ігнорування команд судді;
- 26) симуляція травми;
- 27) зтягування часу перерви в поєдинку;
- 28) подача неправильного сигналу голосом або жестом щодо проведення забороненого прийому суперником (у разі пропуску рефері дійсно забороненого прийому подібний сигнал з боку учасників змагань дозволяється);
- 29) ведення фіктивного поєдинку (ухиляння від атаки);
- 30) запізнення з виходом на змагальний майданчик (ринг);
- 31) словесні образи суперника, судді або глядачів;
- 32) ухиляння від поєдинку (умисний вихід за межі змагального майданчика в "стійці" або в положенні "лежачи"; перехід у положення "лежачи" без явних

спроб проведення прийому; пасивне, без вживання будь-яких дій, ведення поєдинку);

33) підказки і неетична поведінка представника, тренера, секунданта учасника змагань або інших членів його команди, а також вболівальників;

34) протягування пальців у напрямку обличчя чи очей суперника;

35) топтання суперника;

36) захват чи тримання огороження (канатів або сітки) пальцями рук чи ніг;

37) проведення больових прийомів на хребет.

## **6. Визначення переможців**

### **6.1. Визначення та оголошення результату поєдинку**

1. Визначення переможців у вікових категоріях: молодші діти (хлопчики та дівчата), старші діти (хлопчики та дівчата), юнаки (кадети, кадетки), юніори та юніорки, молоді (чоловіки та жінки), дорослі (чоловіки та жінки), ветерани (чоловіки та жінки), "Еліт" здійснюється боковими суддями.

Оцінка технічних дій учасників здійснюється суддівською бригадою під час поєдинку, узагальнюється та офіційно повідомляється суддею-інформатором.

Оцінці підлягають дозволені та заборонені цими Правилами, Регламентом технічні дії.

2. Основні критерії оцінювання:

Ефективна ударна та борцівська техніка є першочерговим критерієм оцінки. Агресивність не може оцінюватись, якщо суддя бачить будь-яку перевагу. Контроль простору може враховуватися, якщо всі інші критерії суперників на високому рівні:

1) ефективна ударна та борцівська техніка:

дозволені удари, що здійснюють явний вплив або в разі накопичення можуть зробити внесок у дострокову перемогу, оцінюються вище, ніж загальна кількість ударів;

успішні переводи донизу, спроби здійснення больових та задушливих прийомів, перевороти та заняття вигідних позицій, з потенціальною можливістю дострокового завершення поєдинку, оцінюються вище, ніж загальна кількість дій. Переведення суперника донизу - не просто зміна позиції, а створення можливості для подальшої атаки;

спроби проведення больових та задушливих прийомів, що заставляють суперника втомлюватися та слабнути, оцінюються вище ніж ті, від яких він захистився легко і без зусиль;

високі амплітудні кидки з накриттям суперника оцінюються вище ніж збивки та підсічки.

Це буде вирішальним фактором у більшості рішень в ході підрахунку балів. Наступні два критерії мають розглядатися резервними та використовуватися тільки у тому випадку, коли в ударній та борцівській техніці спортсмени на високому рівні за результатами раунду.

2) ефективна агресивність:

агресивні спроби завершити поєдинок достроково. Переслідування опонента без ефективного результату або впливу не відображається на суддівських оцінках;

ефективна агресивність оцінюється лише у випадку, коли суперники за результатами раунду на високому рівні в ударному та борцівському аспектах.

3) контроль простору оцінюється:

шляхом визначення спортсмена, який диктує темп, місце та положення бою; лише у випадку, коли суперники за результатами раунду на високому рівні в ударному, борцівському аспектах та ефективній агресивності. Цей критерій використовується рідко.

Оцінювання раунду:

В ході оцінювання бою використовується десятибальна система.

10-10:

Раунд оцінюється у випадку, коли спортсмени змагалися протягом всього часу, і не виявлено ніякої переваги.

Може бути дуже рідко, не може служити виправданням для суддів, які не можуть оцінити дії в раунді.

10-9:

В раунді один із суперників перемагає з невеликою перевагою.

Найбільш поширений рахунок. Якщо під час раунду суддя бачить перевагу спортсмена в ударній та\або борцівській техніці, він може дати спортсмену оцінку 10 балів, а спортсмену, що програв – 9 балів або менше.

Відображає максимально близький раунд та раунд з мінімальною перевагою одного із суперників.

10-8:

Один із суперників перемагає з великим відривом. Не вимагає домінування спортсмена над суперником протягом всього раунду. Суддя бачить повний контроль дій з боку одного з учасників. Застосовується у випадках, коли суддя бачить повну перевагу одного з суперників, домінування протягом тривалого часу, вплив на суперника ефективними ударами та борцівськими елементами, що обмежують можливості суперника.

10-7:

Один із суперників повністю переважає в ефективній ударній та\або борцівській техніці, і коли навіть зупинка поєдинку може бути виправданою.

Застосовується дуже рідко.

3. Технічні дії після команди рефері "Стоп" не зараховуються і оцінюються як порушення цих Правил.

4. Технічні дії і порушення, виконані одночасно з командою рефері "Стоп", зараховуються як такі, що відбулись.

5. Технічні дії, які виконуються в комбінації і є її невід'ємною частиною, та розпочались до команди рефері "Стоп", закінчились після або розпочаті одночасно з командою, зараховуються як такі, що відбулись.



## **6.2. Офіційні попередження і дискваліфікація**

1. Якщо один з учасників змагань провів заборонену дію, рефері зупиняє бій і порушник отримує усне зауваження. Якщо порушення трапилось під час боротьби у "партері" і/або порушення не було суттєвим, і на думку рефері, зупиняти поєдинок недоцільно, порушник отримує усне зауваження без зупинки бою.

2. У разі неодноразових, грубих порушень або в разі нанесення травми супернику (за висновком лікаря) у результаті забороненого прийому учасник змагань отримує попередження.

3. Рефері в разі винесення попередження зобов'язаний повідомити учасника змагань і усіх суддів усно.

Офіційне попередження тягне за собою зняття одного бала з учасника змагань, про що робиться відмітка в оціночних листах суддів.

Після третього попередження рефері зупиняє бій і дискваліфікує порушника.

Учасник змагань дискваліфікується, якщо в результаті застосування забороненого прийому суперник не може продовжувати бій за висновком лікаря.

Учасник змагань може отримати попередження за рішенням головного судді за неспортивну поведінку (суперечку із суддями, лікарем, зневажливе ставлення до суперника, глядачів тощо) як самого учасника змагань, так і представників, тренера його команди.

4. Якщо рефері вирішить, що заборонений прийом був застосований і умисно, він може негайно офіційно попередити або дискваліфікувати спортсмена без попередження за висновком головного судді.

## **6.3. Результат поєдинку та командного заліку**

1. Суддівська бригада у складі трьох суддів зобов'язана оцінювати результати поєдинків неупереджено. Рішення суддівської бригади має ґрунтуватися на загальному враженні, а саме: фізична підготовка учасників змагань, їх активність під час поєдинку на змагальному майданчику (ринзі), висока витримка та техніка. Після поєдинку кожний суддя зобов'язаний прийняти незалежне рішення у визначенні переможця або визнанні нічиєї.

2. Результатом поєдинку може бути:

1) одноголосне рішення: одноголосне рішення приймається, якщо всі судді визнають одного й того ж учасника змагань переможцем;

2) рішення більшості: якщо два судді визнають одного й того ж учасника змагань переможцем, а третій суддя визнає нічию. Переможцем вважається той учасник змагань, якого два судді визнають переможцем;

3) розділення рішень: якщо два судді визнають одного й того ж учасника змагань переможцем, а третій суддя визнає переможцем іншого учасника змагань. Переможцем визнається учасник змагань, перемога якого визнана двома суддями;

4) одноголосна нічия: якщо всі судді визнають нічию. Жоден учасник змагань не визнається переможцем;

5) нічия за рішенням більшості: якщо два судді визнають поєдинок рівним, а третій суддя визнає одного з учасників змагань переможцем. Жоден учасник змагань не визнається переможцем;

6) нічия за розділенням рішень: якщо один суддя визнає поєдинок рівним, один суддя – визнає переможцем одного учасника змагань, а третій суддя – іншого. Жоден учасник змагань не визнається переможцем;

7) ніхто не є переможцем, якщо поєдинок не відбувся або у разі дискваліфікації обох учасників змагань;

8) дискваліфікація;

9) технічна нічия;

10) перемога технічним рішенням.

3. Для визначення переможця у особистій коловій системі змагань використовується бальний залік.

За дострокову перемогу переможцю нараховується 4 бали, переможеному 0.

За перемогу одногосним рішенням суддів переможцю нараховується 4 бали, переможеному 1.

За перемогу роздільним рішенням, рішенням більшості та у екстра раунді переможцю нараховується 3 бали, переможеному 2.

Переможець визначається за найбільшою сумою балів. Якщо кількість балів однакова, вище місце призначається спортсмену який переміг у особистій зустрічі. В разі, якщо таких спортсменів декілька і визначити переможця неможливо, переможцем обирають того, кому знадобилося найменше часу на здобуття перемог.

4. Встановлення командного заліку проводяться за однією із систем:

1) бальний залік з врахуванням місць:

- переможець визначається за найбільшою сумою балів;

- команді нараховується бали;

- за спортсмена, що посів 1 місце – 10 балів;

- за 2 місце – 8 балів;

- за 3 місце – 6 балів;

- за 4 місце – 5 балів;

- 5-8 місця – 3 бали.

У кожній ваговій категорії від однієї організації може виступати один або більше учасників, про що зазначається у Регламенті, але тільки один з них дає залікові бали.

Якщо кількість балів однакова, вище місце призначається команді, яка має більше перших (других, третіх) місць.

2) бальний залік з врахуванням лише перемог:

- переможець визначається за найбільшою сумою балів.

Команді нараховується бали:

1 бал - за кожну перемогу учасника в попередніх поєдинках до півфіналу;

2 бали - за перемогу в півфіналі;

3 бали - за перемогу у фіналі.

Якщо кількість балів однакова, вище місце призначається команді, яка має більше перших (других, третіх) місць.

У кожній ваговій категорії від однієї організації може виступати один або більше учасників, про що зазначається у Регламенті, але тільки один з них дає залікові бали;

3) олімпійський/медальний залік:

переможець визначається за найбільшою кількістю перших місць. В разі їх рівності – кількість других місць, а вже при їх рівності – третіх.

В залік команді враховуються всі учасники, які посіли з 1 по 3 місце.

4) у випадку проведення командних зустрічей («стінка на стінку») перемога надається команді, яка має більшу кількість перемог, у випадку рівності кількості перемог перевага надається команді, спортсмени якої здобули більше дострокових перемог; якщо і ця кількість збігається, перевага надається за меншу кількість часу, за який були здобуті дострокові перемоги.

#### **6.4. Рішення у випадках травм та/або в разі порушення цих Правил**

1. У випадку травми та в разі порушення цих Правил, Регламенту рефері може консультиуватись з головним лікарем, для визначення необхідності зупинити поєдинок. Усі рішення приймає рефері, в кожному випадку рефері має право зупинити поєдинок.

2. Якщо травму спричинено дозволеним прийомом, травмований учасник змагань не може продовжувати поєдинок, він оголошується переможеним у зв'язку із зупинкою поєдинку через травму – технічний нокаут.

3. Якщо травму спричинено умисним порушенням учасником змагань цих Правил, Регламенту, травмований учасник змагань не може продовжувати поєдинок, учасник змагань, який допустив порушення, дискваліфікується, йому зараховується програш у зв'язку з дискваліфікацією. Якщо травмований учасник змагань може продовжувати поєдинок, учасник змагань, який допустив порушення, отримує попередження. З порушника може бути знято два бали, якщо у результаті порушення нанесене ушкодження заважатиме проведенню поєдинку (розсічення або велика гематома). Рішення щодо умисного нанесення травми визначається загальним рішенням суддівської колегії відповідного змагання.

Якщо зазначена травма призводить до зупинки поєдинку у наступних раундах, травмований учасник оголошується переможцем технічним рішенням, якщо у результаті суддівської оцінки, він перемагає за суддівськими записками. У разі, якщо травмований учасник за результатами суддівської оцінки виявляється переможцем або зафіксовано нічийний рахунок, оголошується технічна нічия.

4. Якщо учасника змагань травмовано в результаті неумисного порушення цих Правил, Регламенту і рефері зупинив поєдинок:

1) якщо поєдинок припинено до завершення 1-го раунду у 2-раундових поєдинках, 2-го раунду у 3-раундових поєдинках та до завершення 3-го раунду у 5-раундових поєдинках результатом визначається поєдинок, що не відбувся;

2) якщо після вказаних вище раундів учасник змагань, який проходить першим за суддівськими записками, включаючи бали за раунд, в якому поєдинок було зупинено, оголошується переможцем технічним рішенням (TD). Бали за раунд, в якому було зупинено поєдинок, мають бути нараховані, включаючи всі штрафні бали, навіть якщо раунд був неповним.

У форматі турніру, де спортсмен проходить у наступне коло та розподіляються медалі, результати "визнання бою таким, що не відбувся" та "нічия" не можуть бути застосовані.

У таких випадках, якщо два (три) раунди призвели до нічії, призначається екстра раунд. Внаслідок відрахування балів у екстра раунді, що призводить до нічії в ході підрахунку балів, спортсмен, що порушив правила, вибуває з турніру. Спортсмен, що не порушував Правила, проходить у наступне коло. Цей пункт застосовується тільки до екстра раунду.

Якщо поєдинок був зупинений в результаті нанесення травми в ході неумисного порушення, а травмований спортсмен не може продовжувати участь у турнірі, результат поєдинку "такий, що не відбувся", або технічна нічия з позначенням спортсмена, що наніс неумисне пошкодження.

5. Якщо учасник змагань травмував себе сам або травму наніс його секундант у куті під час поєдинку, і рефері після консультації з лікарем вважає, що учасник змагань не може продовжувати поєдинок, рефері зупиняє поєдинок, учаснику змагань зараховується поразка у зв'язку з травмою або, якщо він відмовляється від продовження, зараховується поразка через відмову.

## 7. Протести та апеляції

1. Будь-яка скарга (апеляція) учасника змагань, пов'язана з поєдинком, має бути заявлена головному судді протягом 15 хвилин з моменту закінчення відповідного поєдинку.

Представник команди, яка виступає проти рішення, ухваленого суддями, може передати протест до апеляційної комісії в письмовому вигляді протягом 15 хвилин з моменту завершення відповідного поєдинку.

Рішення бокових суддів є остаточним, протести приймаються тільки на рішення рефері.

Розгляд протестів здійснюється апеляційною комісією, яка призначається суддівською колегією суддів. Головою апеляційної комісії є головний суддя змагань.

2. Обов'язки апеляційної комісії:

1) перевірка зони проведення змагань і місця засідань, захисного одягу, церемоній жеребкування та зважування, призначення суддів;

2) нагляд за роботою суддів;

3) розгляд апеляцій, поданих учасниками змагань, командами, щодо розбіжностей в роботі суддів відповідно до цих Правил.

3. Апеляційна комісія у разі ухвалення рішення стосовно прийняття апеляції або протесту негайно приступає до її розгляду та інформує учасників змагань щодо свого рішення.

4. Під час розгляду апеляції (протесту), якщо виникне потреба, можуть бути переглянуті відеозаписи.

5. Запрошені особи не мають права голосу. Остаточне рішення, ухвалене апеляційною комісією, має силу лише в тому випадку, якщо більшість її членів були присутніми на засіданні і проголосували позитивно. Якщо голоси розділились, то голос голови є вирішальним.

Член апеляційної комісії, якщо справа стосується його команди, не має права бути присутнім.

У разі, якщо рішення стосовно поданої апеляції (протесту) буде негативним, результат поєдинку не змінюється. У разі, якщо рішення буде позитивним, апеляційна комісія звертається до суддівської колегії з рекомендаціями щодо здійснення заходів дисциплінарного характеру до офіційних осіб змагань, що здійснили порушення цих Правил, та перегляду результату поєдинку.

Рішення апеляційної комісії є остаточним.

У змаганнях категорії "Еліт" рішення апеляційної комісії не можуть змінити результат поєдинку, але є підставою для застосування дисциплінарних заходів до офіційних осіб змагань, що здійснили порушення цих Правил.

## **8. Вимоги до місця проведення змагань та медичного забезпечення змагань**

### **8.1. Вимоги до місця проведення змагань**

1. Змагання можуть проводитись на змагальному майданчику типу "октагон", на ринзі або бійцівському килимі (майданчику) квадратної форми не менше 6х6 метрів, але не більше 8х8 метрів. Змагання серед спортсменів категорії "молодь", "дорослі" та "Еліт" мають проходити на змагальному майданчику типу "октагон".

Основа (настил) має бути міцною, виходити за межі огорожі на 1,3 метра (для рингу) та 2 метра (для бійцівського килима) з кожної сторони, на майданчику типу «октагон» відступ не обов'язковий. Основа має бути покрита товстим, міцним покриттям, під яким розміщуються спортивні мати товщиною 4 (мінімум) – 5 (максимум) сантиметрів для пом'якшення удару в разі падіння. З'єднання секцій огорожі "октагону", стійки канатів і розтяжки - захищені відповідними подушками.

Кути змагальної площадки обладнані табуретками або стільцями для спортсменів та секундантів, урнами та сухими рушниками.

Під час змагань глядачі та неактивні учасники не можуть знаходитись ближче

2 метрів до змагальних майданчиків для безпеки глядачів і спортсменів. Для цього організатори змагань мають вжити відповідних заходів, зокрема встановленням відповідної огорожі.

2. Будь-які металеві частини огороження "октагону" мають бути вкриті м'яким матеріалом у верхній і нижній. Сітка "октагону" має бути вкрита захисним шаром так чином, щоб не викликати подразнення та ураження шкіри учасників в разі контакту з нею.

3. Для обладнання змагального майданчику необхідні гонг або інший звуковий пристрій, 2 секундоміри, мікрофони, в кожен кут відро, стільці для секундантів та легкий стілець для спортсменів, чисті рушники для суддів.

Місця проведення змагань мають відповідати нормам безпеки проведення поєдинків.

## 8.2. Медичне забезпечення змагань

1. Організатори змагань зобов'язані забезпечити:

- 1) обладнання безпосередньо біля змагального майданчика двох постів лікарів з вільним доступом та видимістю змагального майданчика (рингу);
- 2) наявність нош біля змагального майданчика для переміщення постраждалих учасників змагань, в разі потреби;
- 3) чергування не менш двох карет швидкої медичної допомоги біля місця проведення змагання, які прибувають за годину до початку поєдинків і припиняють чергування через годину після завершення останнього поєдинку;
- 4) наявність телефонного зв'язку із найближчим нейрохірургічним і травматологічним центрами;
- 5) під час перерви учасникам змагань дозволяється пити лише воду з прозорої тари.

2. Учасникам змагань забороняється вживання медичних препаратів або стимуляторів.

Забороняється нанесення на обличчя або частини тіла речовин, які можуть впливати на суперника.

Учасник змагань, який зазнав поразки нокаутом у результаті удару в голову, зобов'язаний пройти медичне обстеження.

3. Федерація керується політикою, правилами та положеннями Всесвітнього антидопінгового Агентства (WADA). Кожен учасник змагань має бути готовим до процедури тесту на допінг, який проводиться негайно після завершення поєдинку.

## 8.3. Безпека учасників змагань та глядачів

1. Спортивні змагання проводяться на об'єктах, які відповідають вимогам цих Правил та Регламенту.

2. Лікар змагань зобов'язаний повідомити щодо фактів нокауту медичний заклад з питань спортивної медицини за місцем проживання нокаутованого учасника змагань і зробити відповідний запис у його кваліфікаційній книжці.

Якщо учасник змагань проходив відновлювальний період після нокауту, він зобов'язаний отримати допуск до змагань у відповідного лікаря за місцем його медичного спостереження.

Директор департаменту фізичної  
культури та неолімпійських видів спорту

Людмила ПАНЧЕНКО

ПОГОДЖЕНО

Президент

Федерації

Олег РОЖКЕВИЧ

06 липня 2021 року



31  
ДОДАТКИ

Додаток 1  
до Правил спортивних  
змагань зі змішаних  
єдиноборств ММА

Вагові категорії зі змішаних єдиноборств ММА

№ з/п	Вікові групи	Вагові категорії													
		8	1	4	7	0	4	8	2	7	2	2+			
	10-11 років	8	1	4	7	0	4	8	2	7	2	2+			
	12-13 років	1	4	7	0	4	8	2	7	2	7	2	7	7+	
	14-15 років	0	4	8	2	7	2	7	2	7	2	2+			
	16-17 років	7,6	2.2	6.7	1.2	5.8	0.3	7,1	3.9	93	20.2				
	18-20 років	7,6	2.2	6.7	1.2 .2	5,8	0,3	7,1	3.9	3	20.2	20.2+			
	21 рік і старше	7,6	2.2	6.7	1.2	5.8	0.3	7,1	3.9	3	20.2	20.2+			
	Ветерани	7,6	2.2	6.7	1.2 .2	5,8	0,3	7,1	3.9	3	20.2	20.2+			





Додаток 3  
до Правил спортивних  
змагань зі змішаних  
єдиноборств ММА

Іменна командна заявка  
**Іменна командна заявка**  
на участь у \_\_\_\_\_ (назва змагань)  
від команди \_\_\_\_\_

Дата проведення: \_\_\_\_\_

Місце проведення: \_\_\_\_\_

10-11 років

№	П.І.Б.	Дата, місяць, рік народження	Спортивний розряд	Вагова категорія	ФСТ/клуб	П.І.Б. тренера	Віза лікаря
1							
2							

12-13 років

3							
---	--	--	--	--	--	--	--

14-15 років

4							
---	--	--	--	--	--	--	--

16-17 років

5							
---	--	--	--	--	--	--	--

18-20 років

6							
7							
8							

21 рік істарше

9							
10							

Всього допущено до змагань \_\_\_\_\_ спортсменів Лікар \_\_\_\_\_  
(підпис) (прізвище, ініціали) (дата)

Представник збірної команди \_\_\_\_\_  
(підпис) (прізвище, ініціали)

Тренер \_\_\_\_\_  
(підпис) (прізвище, ініціали)

М.П.  
Підпис

Додаток 4  
до Правил спортивних  
змагань зі змішаних  
єдиноборств ММА

Анкета-заявка

АНКЕТА-ЗАЯВКА

Учасника \_\_\_\_\_  
(назва змагань)

\_\_\_\_\_ (дата проведення) \_\_\_\_\_ (місце проведення)

Прізвище, ім'я, по батькові \_\_\_\_\_

Число, місяць, рік і місце народження \_\_\_\_\_

Стать \_\_\_\_\_ Вага \_\_\_\_\_ Зріст \_\_\_\_\_

Регіон, організація \_\_\_\_\_

Домашня адреса (адреса реєстрації) \_\_\_\_\_

Паспорт (ким, коли виданий) \_\_\_\_\_

Реєстраційний номер платника податків \_\_\_\_\_

Контакти \_\_\_\_\_

Основний вид спорту, розряд \_\_\_\_\_

Спортивні досягнення (усі титули і призові місця) \_\_\_\_\_

Стан здоров'я \_\_\_\_\_

(заповнює лікар)

Допуск до змагань \_\_\_\_\_

(підпис лікаря)

Я ознайомлений з Правилами змагань зі змішаних єдиноборств (ММА), положенням (регламентом) про змагання і програмою змагання. Зобов'язуюсь неухильно їх виконувати. Вразі отримання травми жодних претензій до організаторів змагань не матиму. Всю відповідальність за своє здоров'я несу особисто.

Уся інформація, подана в цій анкеті, викладена правильно. Даю згоду на обробку своїх персональних даних.

Спортсмен:

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /  
(дата) (підпис) Прізвище, ініціали

Тренер:

\_\_\_\_\_ / \_\_\_\_\_ /  
(дата) (підпис) Прізвище, ініціали

Додаток 5  
до Правил спортивних  
змагань зі змішаних  
єдиноборств ММА

Дозволені та заборонені технічні дії

№	Технічна дія	Діти 10-11 та 12-13 років	Юнаки 14-15 років	Юніори 16-17 років	Молодь 18-20 років, дорослі 21 рік і старше, ветерани
1	Удари кулаками та ногами у стійці	В голову – заборонені В корпус – дозволені	В голову – заборонені В корпус – дозволені	В голову – заборонені В корпус – дозволені	В голову – дозволені В корпус – дозволені
2	Удари коліном у стійці	В голову – заборонені В корпус – заборонені	В голову – заборонені В корпус – заборонені	В голову – заборонені В корпус – заборонені	В голову – заборонені В корпус – дозволені
3	Удари ліктем у стійці і партері	В голову – заборонені В корпус – заборонені	В голову – заборонені В корпус – заборонені	В голову – заборонені В корпус – заборонені	В голову – заборонені В корпус – заборонені
4	Удари рукою в партері	В голову – заборонені В корпус – заборонені	В голову – заборонені В корпус – заборонені	В голову – заборонені В корпус – дозволені	В голову – дозволені В корпус – дозволені
5	Удари ногою і коліном в партері	В голову – заборонені В корпус та по ногам – заборонені	В голову – заборонені В корпус та по ногам – заборонені	В голову – заборонені В корпус та по ногам – заборонені	В голову – заборонені В корпус та по ногам – дозволені
6	Больові прийоми	На руки – дозволені до фіксації На ноги – заборонені	На руки – дозволені до больового впливу На ноги – тільки ахілове сухожилля та вузол стопи	На руки – дозволені до здачі На ноги – усі окрім «скручування п'яти»	На руки – дозволені до здачі На ноги – усі окрім «скручування п'яти»
7	Задушливі прийоми	Дозволені, окрім "hilyotyua"	Дозволені, "hilyotyua" лише с захватом однієї руки	Дозволені	Дозволені
8	Больові на шию та прийоми	Заборонені	Заборонені	Заборонені	Заборонені

9	Слеми	Заборонені	Заборонені	Заборонені	Дозволені
10	Удари ногами з партера у стійку	В голову – заборонені В корпус – заборонені	В голову – заборонені В корпус – заборонені	В голову – заборонені В корпус – заборонені	В голову – дозволені В корпус – дозволені
11	Кидки з прогином та з рівня плечей	Заборонені	Заборонені	Заборонені	Дозволені
12	Вплив на кисть, Біцепс та литковий м'яз	Заборонені	Заборонені	Заборонені	Дозволені

Дозволені та заборонені технічні дії для розділу "Еліт":

№	Технічна дія	Діти 10-11 та 12-13 років	Юнаки 14-15 років	Юніори 16-17 років	Молодь 18-20 років, дорослі 21 рік і старше, ветерани
1	Удари кулаками та ногами у стійці	В голову – дозволені В корпус – дозволені	В голову – дозволені В корпус – дозволені	В голову – дозволені В корпус – дозволені	В голову – дозволені В корпус – дозволені
2	Удари коліном у стійці	В голову – заборонені В корпус – заборонені	В голову – заборонені В корпус – заборонені	В голову – заборонені В корпус – заборонені	В голову – дозволені В корпус – дозволені
3	Удари ліктем у стійці і партері	В голову – заборонені В корпус – заборонені	В голову – заборонені В корпус – заборонені	В голову – заборонені В корпус – заборонені	В голову – дозволені В корпус – дозволені
4	Удари рукою в партері	В голову – заборонені В корпус – заборонені	В голову – заборонені В корпус – дозволені	В голову – дозволені В корпус – дозволені	В голову – дозволені В корпус – дозволені
5	Удари ногою і коліном в партері	В голову – заборонені В корпус та по ногам – заборонені	В голову – заборонені В корпус та по ногам – заборонені	В голову – заборонені В корпус та по ногам – заборонені	В голову – заборонені В корпус та по ногам – дозволені
6	Больові прийоми	На руки – дозволені до фіксації На ноги – заборонені	На руки – дозволені до больового впливу На ноги – тільки ахілове сухожилля та вузол стопи	На руки – дозволені до здачі На ноги – усі окрім «скручування п'яти»	На руки – дозволені до здачі На ноги – усі

7	Задущливі прийоми	Дозволені, окрім	Дозволені, лише с захватом однієї руки	Дозволені	Дозволені
8	Больові на шию та прийоми	Заборонені	Заборонені	Заборонені	Дозволені
9	Слеми	Заборонені	Заборонені	Дозволені до пояса	Дозволені
10	Удари ногами з партера у стійку	В голову – заборонені В корпус – заборонені	В голову – заборонені В корпус – заборонені	В голову – заборонені В корпус – заборонені	В голову – дозволені В корпус – дозволені
11	Кидки з прогином та з рівня плечей	Заборонені	Заборонені	Заборонені	Дозволені
12	Вплив на кисть, біцепс та литковий м'яз	Заборонені	Заборонені	Заборонені	Дозволені

## ЗМІСТ

1.	Загальні положення.....	2
2.	Види і система проведення змагань.....	2
2.1.	Види змагань з ММА.....	2
2.2.	Система проведення змагань.....	2
2.3.	Організація змагань.....	2
3.	Учасники змагань та умови участі у змаганнях.....	3
3.1.	Вікові групи учасників змагань.....	3
3.2.	Екіпірування та форма одягу учасників змагань.....	4
3.3.	Допуск до участі в змаганнях.....	5
3.4.	Медичний огляд та зважування учасників змагань.....	6
3.5.	Жеребкування.....	6
3.6.	Учасники змагань, представники, тренери команд.....	7
3.7.	Секунданти.....	8
4.	Суддівська колегія.....	8
4.1.	Суддівська колегія змагань та суддівська бригада.....	8
4.2.	Головний суддя змагань.....	10
4.3.	Старший суддя суддівської бригади.....	11
4.4.	Рефері.....	11
4.5.	Бокові судді.....	13
4.6.	Суддя-секундометрист.....	14
4.7.	Головний секретар, секретар.....	14
4.8.	Суддя-інформатор (коментатор).....	15
4.9.	Інспектори.....	16
4.10.	Головний лікар змагань.....	16
5.	Формула поєдинку, хід поєдинку, дозволені та заборонені прийоми.....	17
5.1.	Формула поєдинку.....	17
5.2.	Початок і закінчення поєдинку.....	18
5.3.	Дозволені та заборонені прийоми та дії.....	18
6.	Визначення переможців.....	23
6.1.	Визначення та оголошення результату поєдинку.....	23
6.2.	Офіційні попередження і дискваліфікація.....	25
6.3.	Результат поєдинку та командного заліку.....	25
6.4.	Рішення у випадках травм та/або в разі порушення цих Правил..	27
7.	Протести та апеляції.....	28
8.	Вимоги до місця проведення змагань та медичного забезпечення змагань.....	29
8.1.	Вимоги до місця проведення змагань.....	29
8.2.	Медичне забезпечення змагань.....	30
8.3.	Безпека учасників змагань та глядачів.....	30
9.	Додатки.....	31