ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ

Кафедра атлетичних видів спорту

Розторгуй М.С.

ОРГАНІЗАЦІЯ ТА ПРОВЕДЕННЯ ЗМАГАНЬ В СИЛОВИХ ВИДАХ СПОРТУ

Лекція з навчальної дисципліни

„ТЕОРІЯ І МЕТОДИКА ОБРАНОГО ВИДУ СПОРТУ ТА СПОРТИВНО-ПЕДАГОГІЧНЕ ВДОСКОНАЛЕННЯ”

для студентів спеціальності 014.11 Середня освіта (Фізична культура)

“ЗАТВЕРДЖЕНО”
на засіданні кафедри атлетичних видів спорту
„30” серпня 2018 р. протокол № 2

Зав.каф _____ Ф. Загура

1. Змагання як системоутворюючий фактор спорту.
2. Класифікація та способи проведення змагань в силових видах спорту.
3. Документи, що регламентують проведення змагань у силових видах спорту.
4. Основи суддівської діяльності у силових видах спорту.

1. Змагання як системоутворюючий фактор спорту.

Системоутворюючим фактором спорту є змагальна діяльність, що в свою чергу передбачає отримання спортивного результату. Тому, для досягнення максимальних показників у тому чи іншому виді спорту потрібно враховувати зміни правил змагань та їх вплив на спортивний результат виду спорту.

Змагальна діяльність відіграє важливу роль у системі підготовки спортсменів, тому що дає можливість атлетам повною мірою проявити фізичні можливості свого організму та сприяти виникненню ефективних стимулів адаптації до максимальних навантажень. Вона не тільки підбиває підсумок процесу підготовки спортсменів, але й є етапом відбору, тобто важливим чинником підвищення їх спеціальної тренованості.

Змагальна діяльність реалізується у процесі змагань, котрі залежно від характеру вирішуваних завдань у системі підготовки спортсменів можуть бути підготовчими, контрольними, модельними, відбірними та головними. Змагання у силових видах спорту проводять серед спортсменів різної статі та різних вікових груп.

Змагальна діяльність спорстменів у силових видах спорту характеризується виконанням змагальних вправ. Кінцева мета змагальної діяльності спортсменів-важкоатлетів — досягнення визначеного заздалегідь спортивного результату. Розглянемо чинники, що характеризують ефективність змагальної діяльності спортсменів у силових видах спорту.

1. Рівень розвитку силових якостей і генетичних можливостей нервово-м'язовош апарату спортсменів.
2. Ефективність тренувальної та змагальної діяльності, високий рівень володіння технікою змагальних і спеціально-підготовчих вправ.
3. Стаж тренувальних занять, вагова категорія і рівень матеріально-технічного забезпечення підготовки (використання засобів відновлення та стимуляції працездатності, якісного харчування, сучасного інвентарю, науково-методичного забезпечення тощо.).
4. Вольові якості спортсменів (уміння проявляти максимальні зусилля у точно визначений час) і мотивація спортивної діяльності.

До умов, які впливають на змагальну діяльність спортсменів відносять: особливості місце проведення змагань; поведінку уболівальників; обладнання місця проведення змагань; географічне місце проведення змагань; характер суддівства; поведінка тренерів та інш.

2. Класифікація та способи проведення змагань в силових видах спорту.

В залежності від мети, завдань, форм організації, складу учасників спортивних змагань поділяються на різні види. В системі олімпійського спорту змагання можуть поділятися за наступними критеріями:

- за значенням (підготовчі, відбіркові, головні);
- за масштабами (районі, місцеві, регіональні, континентальні, Олімпійські ігри);
- за вирішенням завдань (контрольні, класифікаційні, відбіркові, показові);
- за характером організації (відкриті, закриті, традиційні, матчеві, кубкові та інші);
- за формою заліку (особисті, командні, особисто-командні);
- за віковими категоріями учасників (дитячі, юнацькі, для дорослих, для ветеранів);
- за статтю (серед чоловіків або жінок);
- за професійною орієнтацією учасників (шкільні, студентські ті інші).

Крупні офіційні змагання визначають тривалі етапи підготовки, дозволяють оцінити, як діють системи підготовки спортсменів і команд. Інші змагання можуть вирішувати завдання відбору спортсменів з метою участі у важливих змаганнях, бути ефективним засобом удосконалення різних сторін підготовленості спортсменів.

Виділяють підготовчі, контрольні, підвідні (модельні), відбіркові та головні змагання.

Підготовчі змагання. в цих змаганнях головними завданнями є: удосконалення раціональної техніки та тактики змагальної діяльності спортсмена, адаптація різних функціональних систем організму на змагальні навантаження та інші. При цьому підвищується рівень тренованості спортсмена, набувається змагальний досвід.

Контрольні змагання дозволяють оцінювати рівень підготовленості спортсмена. В них перевіряється ступінь оволодіння технікою, тактикою, рівень розвитку рухових якостей, психічна готовність до змагальних навантажень. Результати контрольних змагань дають можливість проводити корекцію побудови процесу підготовки. Контрольними можуть бути як спеціально організовані, так і офіційні змагання різного рівня.

Підвідні (модельні) змагання. важливим завданням цього етапу є підведення спортсмена до головних змагань макроциклу, року, чотирьохріччя. Підвідними можуть бути як спеціально-органазовані змагання в системі підготовки спортсмена, так і офіційні календарні змагання. вони повинні моделювати повністю або частково головні змагання.

Відбіркові змагання проводяться для відбору спортсменів в збірні команди і встановлення учасників особистих змагань найвищого рангу. Відмінною особливістю таких змагань є умови відбору: завоювання певного місця або виконання контрольного нормативу, який дозволить виступати на

головних змаганнях. Відбірковий характер можуть носити як офіційні, так і спеціально організовані змагання.

Головні змагання. головними змаганнями є ті, в яких спортсмену необхідно показати найвищий результат на даному етапі спортивного удосконалення. На цих змаганнях спортсмену необхідно проявити повну мобілізацію техніко-тактичних і функціональних можливостей, максимальну спрямованість на досягнення найвищого результату, найвищий рівень психічної підготовленості.

Цілком природно, що в олімпійському спорті центральне місце займають масштабні комплексні змагання – Ігри Олімпіад, чемпіонати світу, великі континентальні і регіональні змагання, а також такі комплексні змагання, як Всесвітні Універсіади.

Кількість стартів, яка прийнята спортсменами в змаганнях різних видів, суттєво коливається. Найбільша кількість стартів припадає на підготовчі, контрольні і підвідні змагання.

В олімпійському спорті застосовуються різноманітні способи проведення змагань. Вибір способу залежить від виду спорту і традицій проведення змагань в цьому виді; мети змагань; кількості учасників і місця проведення; можливостей суддівської колегії; часу, який виділений на проведення змагань.

У більшості видів спорту найчастіше зустрічаються такі способи: коловий, відбірково-коловий, змішаний і спосіб прямого вибування.

Коловий спосіб. При проведені змагань цим способом всі учасники змагань зустрічаються з усіма суперниками почергово. Результати зустрічей (перемоги, поразки, нічиї) враховуються при определенні порядкового місця, яке посів спортсмен (команда). Вище місці присвоюється спортсмену (команді), які набрали більшу суму очок.

При проведенні змагань коловим способом виникають випадки, коли однакову суму очок набирають два або декілька учасників (команд). В таких випадках перевага надається спортсмену або команді у відповідності з умовами, які регламентовані в Положенні про змагання. Умови, які виявляють переваги того або іншого спортсмена (команди) при набраній однакової кількості очок, можуть бути: перемога спортсмена (команди) в особистій зустрічі; перевага в кількості перемог уданого спортсмена (команди); краще співвідношення нанесених і отриманих голів (футбол) и інші. Положенням про змагання може бути передбачено, що при рівності результатів у деяких учасників для визначення зайнятого місця між ними можуть бути назначені додаткові зустрічі.

Відбірково-коловий спосіб. При проведені змагань цим способом учасників (команди) спочатку розділяють на попередні групи, в яких кожен спортсмен (команда) зустрічається зі всіма суперниками даної групи. Потім спортсмени, які посіли місця в групі (в більшості видів спорту 1- 3-е місце, але не більше 50 % учасників даної попередньої групи), переходять до наступного туру змагань. Цих учасників розбивають на групи, які проводять

поєдинки між собою для подальшого відбору, аж до фінальної зустрічі (туру), в якій і визначають переможця змагань.

При досить великій кількості учасників (команд) відбірково-коловий спосіб дозволяє учасникам набути певний змагальний досвід. При цьому, в певному ступеню, об'єктивно визначаються сильніші спортсмени (команди).

Змішаний спосіб. Всі спортсмени (команди) попередньо беруть участь в одному - трьох турах, які проводяться відбірково-коловим способом. Потім переможці попередніх змагань зустрічаються між собою за жеребом способом прямого вибування. Кількість фіналістів, як і кількість переможців попередніх змагань, визначається Положенням про змагання, фінальні поєдинки проводяться коловим способом.

Можливі варіанти змішаного способу, коли після турів, проведених відбірково-коловим способом, фінальні поєдинки проводяться способом прямого вибування.

Визначення переможця в змаганнях, які проводяться змішаним способом, багато в чому залежать від характеру жеребкування. Найбільш об'єктивним є розсіяння спортсменів (команд) по попереднім групам у відповідності з їх кваліфікацією, яка виявляється за результатами попередніх змагань.

Спосіб прямого вибування. В змаганнях, які проводяться цим способом, учасник (команда), які програли поєдинок, вибувають з подальшої боротьби.

Хоча можливі заохочувальні поєдинки між командами які програли, які дозволяють їх переможцям продовжувати подальші змагання. Допускаються також варіанти вибування спортсмена з подальших змагань не після першої поразки, а після другої. При проведенні змагань способом прямого вибування на результат змагань впливає жеребкування спортсменів (команд), яка може звести в одному поєдинку дві сильні команди. Важливий момент об'єктивізації проведення змагань таким способом – розсіяння учасників, що суттєво на непередвзяте виявлення переможця.

В важкій атлетиці можуть проводити змагання, які складаються з двох етапів: кваліфікаційні та основні. В процесі кваліфікаційного етапу проводиться відбір спортсменів для участі в основному етапі. При цьому встановлюється кваліфікаційний норматив. Спортсмени, які виконують його, допускаються до участі в основних змаганнях, де і виявляються переможці.

Спортивні змагання можуть бути особистими, командними та особисто-командними.

В особистих змаганнях визначаються місця всіх спортсменів, які беруть участь у змаганнях, переможці і призери.

В особисто-командних змаганнях, окрім особистих місць учасників, по зайнятим ними місцях визначаються місця команд, які приймають участь. Характерною особливістю особисто-командних змагань є те, що всі учасники, в тому числі спортсмени одного колективу, змагаються між собою.

В командних змаганнях визначається лише місце, яке займає команда. На відміну від особисто-командних змагань, в командних змаганнях учасники однієї команди змагаються тільки зі спортсменами другої команди.

3. Документи, що регламентують проведення змагань у силових видах спорту.

Спортивні змагання регламентовані спеціальними правилами, специфічними для кожного виду спорту. Правила змагань виявляють: організацію змагань з даного виду спорту; види змагань і способи їх проведення; особливості місць проведення змагань, інвентар і обладнання; склад суддівської колегії і її обов'язки; правила суддівства; правила поведінки і дій учасників та інше.

В правилах змагань відмічається прагнення, по можливості, більш чітко диференціювати і зробити більш об'єктивними різні пункти, максимально зменшити вірогідність впливу зовнішніх факторів на результат змагань. Але не дивлячись на те, що багато пунктів правил віддзеркалюють параметри як об'єктивно вимірюються (тривалість гри, час виходу на поміст або доріжку, паузу між підходами, спробами та інш.), залишається велика кількість пунктів, виконання яких залежить від кваліфікації і совісті суддів. В видах спорту, в яких результат може виявлятися по часу, відстані і т.п. (плавання, легка атлетика, стрільба та інш.), вплив суб'єктивних оцінок суддів на результат змагань невеликий. Хоча в ігрових, складнокоординованих видах, спортивних одноборствах суб'єктивна оцінка суддів, їх здатність приймати рішення в суворій відповідності з правилами змагань виявляється вирішальною для розподілу зайнятих місць.

Міжнародні спортивні федерації постійно працюють над удосконаленням правил змагань, прагнуть зробити об'єктивною систему оцінки їх результатів, зробити змагання більш видовищними і цікавими для глядачів і засобів масової інформації.

Документом, який виявляє умови проведення конкретних змагань, їх правове оформлення, є Положення про змагання. розробка Положення про змагання та своєчасна розсилка зацікавленим організаціям покладається на організаторів даних змагань.

В Положенні визначаються: назва змагання (класифікаційні, першість і т.п.); мете та завдання змагань (перевірка навчально-тренувальної роботи, підведення підсумків, обмін досвідом і інш.); допуск до участі (вік, кваліфікація, приналежність до країни, НОК, спортивній організації та інш.); характер змагань (особисті, командні, особисто-командні); час і місце проведення; програма і календар по дня змагань; умови проведення, способи оцінки і виведення результатів; кількість учасників яка допускається; порядок определення переможців; форма учасників і їх інвентар; нагородження переможців; умови прийому учасників і суддів (зобов'язання по матеріальному забезпеченню); документація учасників, яка необхідна для допуску до змагань; форма офіційної заявки для участі у змаганнях і строки її пред'явлення.

Положення про змагання є важним фактором, яке регламентує в певній мірі розвиток спорту. Розширення складу учасників змагань по класифікації, віку і статі позитивно впливає на розвиток спорту: розширення кола осіб які

займаються і їх демографічна різноманітність; збільшення кількості необхідних тренерських кадрів і їх вікової і кваліфікаційної спеціалізації (необхідної для підготовки дітей, юнаків, дорослих, новачків і кваліфікованих спортсменів); розвиток матеріально-технічної бази спорту і т.п. Положення про змагання не повинно суперечити діючим правилам змагань. Положення надсилаються відповідним спортивним організаціям не пізніше, як за 3 місяці до початку змагань.

Положення про змагання складається з таких розділів: мета та завдання змагань, керівництво змагань, місце і терміни проведення, програма та характер змагань, учасники змагань, умови заліку, нагородження учасників, умови прийому та розміщення, заявки. Заявки для участі у змаганнях подаються до мандатної комісії у терміни, які визначені положенням про змагання.

Усі розділи заявки заповнюються обов'язково. В них проставляються підпис лікаря та печатка лікарської установи з датою проходження медичного огляду кожного учасника. Документом, який може підтвердити рішення лікаря, є довідка медичного закладу. Якщо спортсмен(ка) змагається в особистому заліку, він не повинен входити до складу будь-якої команди, впливати на їх підсумкові досягнення, але втручається в розподіл особистих місць спортсменів(ок) вагової категорії. Якщо спортсмен(ка) змагається поза конкурсом, він не повинен впливати ні на особисті, ні на командні досягнення.

4. Основи суддівської діяльності у силових видах спорту.

Суддівська колегія змагань комплектується президією колегії суддів і затверджується Виконкомом відповідної Федерації не пізніше 30 діб до початку змагань. Представники і тренери команд не мають права входити до складу журі та суддів па помості, якщо змагаються їхні учасники Судді, що викликані на суддівство, повинні бути членами Федерації важкої атлетики України та відповідної суддівської колегії, мати суддівське посвідчення з діючою ліцензією, знак, костюм і примірник правил змагань. Вони повинні знаходитись на місці змагань від початку і до їх закінчення.

До змагань VI рангу можуть залучатися колишні штангісти, які не мають суддівської категорії, але до складу суддів на помості допускається не більше як один такий суддя.

Судді, що прибули на змагання, до початку технічної наради проходять реєстрацію у заступника головного судді з кадрового забезпечення, який перевіряє у них наявність суддівських атрибутів (посвідчення судді, костюм тощо).

Судді зобов'язані досконало знати правила і положення про змагання, вміло їх використовувати, а також бути об'єктивними та принциповими в своїх рішеннях. Присутність суддів на суддівських семінарах і щоденних суддівських нарадах — обов'язкова.

Склади суддівських бригад на кожен день окремих вагових категорій (потоків) призначаються заступником головного судді з кадрового

забезпечення.

До складу суддівської колегії входять судді, які мають постійні або тимчасові посади:

а) постійними суддівськими посадами є — головний суддя та його заступники, головний секретар та його помічники, судді з нагородження та допінг-контролю.

б) тимчасовими суддівськими посадами (для суддівства змагань окремої вагової категорії або потоку) є члени журі, технічний контролер, судді на помості, секретар змагань та його помічники; суддя-інформатор, суд- дя-хронометрист, судді: на дублюючому протоколі, при_учасниках, на табло, асистенти.

До складу ГСК входять: головний суддя, його заступники та головний секретар. Головою ГСК є головний суддя.

Головний суддя та головний секретар прибувають на місце змагань за добу до дня приїзду учасників та суддів.

Члени ГСК зобов'язані:

а) забезпечувати виконання правил змагань і положення про них;

б) у разі необхідності розподіляти учасників змагань на потоки.

Члени ГСК мають право:

а) вносити зміни до розкладу змагань;

б) затримати початок змагань або відмінити їх зовсім, якщо відсутній медичний персонал або устаткування та інвентар не готові до змагань чи вийшли з ладу;

в) усувати від змагань спортсмецiв(ок), представників і тренерів, суддів.

Члени ГСК не мають права змінювати положення про змагання.

Контроль за суддівством змагань 1-У рангів у конкретній ваговій категорії (потоці) від моменту представлення спортсменів до закінчення процедури нагородження здійснює журі. До складу журі входять 3—5 суддів вищих суддівських категорій (та один резервний член журі), які призначаються з числа кандидатів, обраних на технічній нараді (крім членів ГСК).

Головою журі є головний суддя або один з його заступників. Члени журі розміщуються недалеко від змагального помосту з моменту представлення спортсменів(ок) до закінчення процедури нагородження. За столом журі сидять тільки його члени. Для якісної роботи членів журі в їх розпорядження надаються: картки оцінки суддів кожному члену журі, лист призначення суддів на вагову категорію, таблицю рекордів у ваговій категорії, блок суддівської апаратури, пристрій для виклику суддів до столу журі, мікрофон та два прапорці (білий та червоний).

Обов'язки журі:

а) контроль за виконанням правил змагань та оцінка РОботи суддівської бригади;

б) прийняття рішень щодо випоавлення суддівських помилок або у випадку зіпсування устаткування (якщо спроба виявилася невдалою);

в) кожний член жуці оцінює кожну спробу підйому штанги учасником.

Журі приймає рішення одноголосно і має право;

а) усувати від виконання своїх обов'язків тренерів, представників та звільнити від змагань спортсменів(ок);

б) проводити короткочасну заміну суддів на помості;

в) протягом змагань після одного попередження замінити будь-якого суддю, якщо його рішення виявляться некомпетентним. У цьому випадку суддя має право пояснити своє рішення;

г) анулювати спробу спортсмена(ки) та надати йому додаткову, якщо була допущена помилка у навантажуванні штанги, вага змінилася під час підйому, зруйнувався поміст або у випадку невірного оголошення секретарем змагань;

д) анулювати рішення суддівської трійки, якщо члени журі одноголосно прийняли рішення про зарахування (або незарахування) спроби учасником змагань:

е) тимчасово зупинити змагання, якщо вийшло з ладу устаткування, електромережа або глядачі своєю поведінкою заважають проведенню змагань.

Головний суддя є головою суддівської колегії змагань. Він керує роботою суддів і несе відповідальність за якість проведення та суддівство змагань перед організацією, яка їх проводить та відповідною Федерацією.

Обов'язки головного судді (перед початком змагань).

а) перевірка готовності місць змагань, допоміжних приміщень, обладнання та інвентаря (включаючи перевірку ваг' і зважування усіх елементів штанги);

б) проведення технічної наради суддівської колегії разом з представниками, тренерами та суддями з метою уточнення окремих розділів положення про змагання, складу команд, розкладу та окремо з суддями для призначення кандидатів у члени журі та затвердження складу суддівських бригад;

в) проведення інструктажу з лікарем змагань відносно його обов'язків (або доручає це заступнику).

Обов'язки головного судді (у процесі змагань):

а) затвердження складів суддівських бригад, які підготував заступник з кадрового забезпечення;

6) після кожного лня змагань проведення загальних на рад представників, тренерів та суддів з метою затвер дження результатів змагань і окремо з суддями з метою аналізу суддівства та призначення суддів

Обов'язки головного судді Ісля закінчення змагань!

а) визначення оцінок кожного судді (разом з заступником з кадрового забезпечення), перенесення їх до звіту та виставлення оцінок до суддівських квитків;

б) підготовка звіту про змагання та передача його (про тягом 3-х діб) до відповідної Федерації і спортивної установи.

Головний суддя має право призначити терміни проведення додаткових

нарад суддів і представників, якщо виникне в цьому потреба.

Головний секретар працює під керівництвом головного судді і виконує такі обов'язки:

а) бере участь в роботі мандатної комісії;

б) готує, опрацьовує і розповсюджує суддівську документацію;

в) інструктує і керує роботою секретарів змагань та технічних працівників (друкарка, художник, працівник, який тиражує матеріали);

г) контролює якість оформлення протоколів змагань та проводить підрахунки командних результатів;

д) надає інформацію (з дозволу головного судді) про хід змагань судді-інформатору, представникам команд,, працівникам преси та телебачення;.

е) оформляє та веде облік встановлених рекордів;

є) готує матеріали до звіту про змагання, затверджує своїм підписом витяги з протоколів;

ж) перед початком змагань кожної вагової категорії готує для кожного члена журі стартові протоколи та лист призначення суддів (додат. 9);

з) перед початком змагань забезпечує технічного контролера (старшого суддю) листом призначення суддів;

і) розподіляє спортсменів(ок) на групи відповідно за їх результатами, якщо це необхідно.

Головний секретар працює з суддівською документацією, яку умовно поділяють на (підготовчу, основну та заключну). До *підготовчої* документації входять: заявки, заяви представників команд або спортсменів, особисті картки спортсменів та команд, листи призначення суддів, таблиця оцінки командних досягнень, правила змагань, положення про змагання. До *основної* відповідно: протоколи зважування, робочі протоколи, лист замовлень та перезамовлень, лист призначення суддів на ва: гову категорію, командні картки, протоколи командних досягнень, спортивна класифікація, таблиця рекодів. До заключної відповідно: витяги з протоколів, підсумковий протокол змагань, звіт про змагання, звіт лікаря змагань.

У разі проведення змагань 1-V рангів з числа суддів вищих категорій призначається технічний контролер на кожну вагову категорію (потік), обов'язки якого:

а) перевірка та контроль якості роботи обладнання та інвентарю (ваг, помосту, штанг, суддівської апаратури) перед початком змагань і в ході їх;

б) контроль за своєчасним прибуттям суддів на місце змагань, перевірка їх костюмів та інформування про це заступника головного судді з кадрового забезпечення;

в) перевірка екіпіровки спортсменів(ок) перед процедурою представлення та виходом на поміст (недопущення наявності змащених ділянок тіла);

г) шикування та виведення спортсменів(ок) та суддів (у порядку жеребкування) на процедуру представлення;

д) контроль за наявністю магнезії та каніфолі біля змагального помосту

та в залі розминки;

е) контроль за находженням в залі розминки та неподалік від змагального помосту представників і тренерів команд, які повинні бути одягненими в спортивний одяг та усунення з цього місця сторонніх осіб;

є) контролювати вихід спортсмена(ки) до помосту без появи зайвих осіб;

ж) під час змагань доглядати за станом помосту та грифом штанги;

з) після закінчення змагань у ваговій категорії виставити оцінки суддям на дублюючому протоколі та при учасниках і подати їх заступнику головного судді з кадрового забезпечення.

До складу суддів на помості в конкретній ваговій категорії (потоку) входять: центральний суддя і два бокових, які мають рівні права щодо оцінки спроб спортсменів.

Обов'язками суддів на помості є:

а) зважування спортсменів вагової категорії (потоку), в якому вони здійснюють суддівство;

б) оцінка правильності виконання змагальних вправ під час суддівства на помості;

в) після закінчення змагань у ваговій категорії підписати протоколи змагань (III—VI ранг);

г) перед змаганнями I—V рангів судді на помості повинні здати суддівські посвідчення голові журі. Додатковими обов'язками старшого судді є:

а) виконання функцій технічного контролера, якщо останній не входить до складу суддівської бригади;

б) проведення інструктажу суддів-асистентів щодо їх обов'язків перед початком змагань спортсменів(ок) у ваговій категорії.

Суддя при учасниках є посередником між спортсменами(ками), представниками команд, тренерами і секретаріатом змагань у ваговій категорії та суддів на дублюючому протоколі.

Обов'язки судді при учасниках:

а) прибуття на місце змагань за 30 хвилин до їх початку у розпорядження технічного контролера (старшого судді), отримання червоної нарукавної пов'язки та отримання в секретаріаті листів замовлень і гіерезамовлень;

б) вихід на процедуру представлення (у кінці колони) та контроль за спортсменами(ками) (забороняється передчасно залишати її);

в) у ході змагань прийняття від спортсменів(ок) або їх тренерів замовлень (або перезамовлень) результатів, запис їх до листа замовлень та негайна передача секретарю змагань і секретарю на дублюючому протоколі;

г) своєчасне попередження спортсменів(ок) щодо часу їх виходу на поміст;

д) повідомлення секретаря щодо відмови спортсменів(ок) від змагань або неявку на них;

е) виведення призерів змагань на процедуру нагородження;

є) виконання обов'язків технічного контролера, якщо останній відсутній у складі суддівської бригади.

Обов'язки секретаря на дублюючому протоколі:

а) за годину до початку змагань отримання в секретаріаті дублюючого протоколу;

б) після зважування перенесення відомостей щодо спортсменів(ок) з основного протоколу до дублюючого, а також розміщення його в залі розминки не пізніше як за 30 хвилин до початку змагань;

в) під час змагань в залі розминки проставлення до протоколу результатів кожного спортсмена(ки) після отримання рішення суддів на помості, а також з урахуванням замовлень або перезамовлень ваги штанги;

г) передавати секретарю змагань (телефоном або через суддю при учасниках) інформацію щодо замовлень або перезамовлень ваги штанги;

д) контролювати кількість перезамовлень ваги штанги у кожною спортсмена(ки) (не більше двох у одній спробі);

е) після закінчення змагань у ваговій категорії (потоці) завершення оформлення дублюючого протоколу, його підписання та передача до секретаріату.

Рекомендована література

Основна:

1. Виноградов Г. П. Атлетизм: теорія и методика тренировки: [учебн. для студ. высших учеб. заведений физ. воспитания и спорта] / Г. П. Виноградов. – М. : Советский спорт, 2009. – 328 с.

2. Воробьев А. Н. Тяжелая атлетика : учеб. для ин-тов физ. культуры / А. Н. Воробьев. – Изд. 4-е. – М. : Физкультура и спорт, 1988. – 238 с.

3. Олешко В. Г. Підготовка спортсменів у силових видах спорту : [навч. посіб.] / В. Г. Олешко. – К. : ДІА, 2011. – 444 с.

4. Олешко В. Г. Силові види спорту : [підруч. для студ. вузів фіз. виховання і спорту] / Олешко В. Г. – К. : Олімпійська література, 1999. – 288 с.

5. Дворкин Л. С. Подготовка юного тяжелоатлета / Л. С. Дворкин. – М. : Советский спорт, 2006. – 452 с.

6. Тяжелая атлетика и методика преподавания: учеб. для пед. ф-тов ин-тов физ. культуры / под ред. А. С. Медведева. − М.: Физкультура и спорт, 1986. − 112 с.

Допоміжна:

1. Андрейчук В. Я. Методичні основи гирьового спорту : навч. посіб. / В. Я. Андрейчук. – Л. : Тріада плюс, 2007. – 500 с.

2. Бріскін Ю. Теоретичне обґрунтування багаторічної підготовки спортсменів у пауерліфтингу / Бріскін Юрій, Розторгуй Марія // Фізична активність, здоров'я і спорт : науковий журнал. – Л., 2013. – № 1(11). – С. 54-60.

3. Василевський В. В. Основи гирьового спорту / В. В. Василевський. – Л. : НП, 2004. – 52 с.

4. Вейдер Д. Строительство тела по системе Джо Вейдера (перевод с английского) / Д. Вейдер. – М. : Физкультура и спорт, 1992. – 112 с.

5. Верхошанский Ю. В. Основы специальной силовой подготовке в спорте / Ю. В. Верхошанский. – М. : Физкультура и спорт, 1977. – 53 с.

6. Власов А. Удосконалення технічної підготовленості пауерліфтерів на етапі початкової підготовки на основі використання пристрою дистанційного контролю за технікою змагальних вправ / Власов А., Панарін Б., Розторгуй М., Товстоног О. // Теорія та методика фізичного виховання. – 2016. − №. 4. − С. 47-52.

7. Воробьев А. Н. Тяжелоатлетический спорт. Очерки по физиологии и спортивной тренировке / А. Н. Воробьев. – Изд. 2-е. – М.: Физкультура и спорт, 1977. – 255 с

8. Дворкин Л. С. Тяжелая атлетика и возраст / Л. С. Дворкин. – Свердловск : Изд-во Уральского ун-та, 1989. – 200 с.

9. Дворкин Л. С. Тяжелая атлетика: [учебник для вузов] / Л. С. Дворкин; 1-я и 2-я главы – Л.С. Дворкин, А.П. Слободян. – М.: Советский спорт, 2005. – 600 с.

10. Загура Ф.І. Типові помилки техніки змагальних вправ у пауерліфтингу / Федір Загура, Марія Розторгуй, Володимир Науменко // Молода спортивна наука України: зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту. – Л., 2014. – Вип. 18, т. 1. – С. 74-79.

11. Келлер В. С. Теоретико-методичні основи підготовки спортсменів : [посіб. для студ. ВНЗ фіз. виховання і спорту] / В. С. Келлер, В. М. Платонов. – Л. : Українська Спортивна Асоціація, 1993. – 270 с.

12. Матвеев Л. П. Основы спортивной тренировки : учеб. пособие для ин-тов физ. культуры. – М. : Физкультура и спорт, 1977. – 279 с.

13. Медведев А. С. Система многолетней тренировки в тяжелой атлетике / А. С. Медведев. – М. : Физкультура и спорт, 1986. – 272 с.

14. Платонов В. Н. Система подготовки спортсменов в олимпийском спорте. Общая теория и ее практические приложения : [учеб. для студ. высших учеб. заведений физ. воспитания и спорта] / В. Н. Платонов. – К. : Олимпийская литература, 2004. – 808 с.

15. Розторгуй М. Алгоритмізація навчання техніки змагальних вправ у силових видах спорту на етапі початкової підготовки / Марія Розторгуй, Олександр Товстоног // Фізична активність, здоров'я і спорт : Наук. журнал. – Львів, 2014. – Вип. № 1 (15).– С. 38 – 45.

16. Розторгуй М. Нозологічні особливості спортсменів-інвалідів як основа побудови підготовки у пауерліфтингу / Марія Розторгуй // Молода спортивна наука України : зб. наук. пр. з галузі фіз. виховання і спорту / за заг. ред. Євгена Приступи. – Львів, 2016. – Вип. 20, т. 1/2. – С. 118 – 122.

17. Розторгуй М. Підготовка спортсменів з інвалідністю на етапі спортивно-реабілітаційної підготовки в силових видах спорту / Марія Розторгуй, Аліна Передерій // Фізичне виховання, спорт і культура здоров'я у сучасному суспільстві / уклад. А. В. Цьось, С. Я. Індика. – Луцьк : Східноєвроп. нац. ун-т ім. Лесі Українки, 2018. − № 1(41). – С. 61-66.

18. Розторгуй М. С. Алгоритм навчання техніці змагальних вправ пауерліфтерів на етапі початкової та попередньої базової підготовки //

Спортивний вісник Придніпров'я : наук.-теор. Журнал Дн. дер. інст. фіз.. культ. і спорту. – 2013. – № 3. – С. 86-90.

19. Роман Р. А. Тренировка тяжелоатлета. / Р. А. Роман. − М. : Физкультура и спорт, 1998. − 32 с.

20. Роман Р. А. Тренировка тяжелоатлета. 2-е изд., перераб., доп / Р. А. Роман. − М. : Физкультура и спорт, 1986. − 175 с.

21. Сичов С.О. Атлетизм : [навч. посібник] / С. О. Сичов. – К., 1997. – 62 с.

22. Стеценко А. І. Пауерліфтинг. Теорія та методика викладання: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / А. І. Стеценко. − Черкаси: Вид. відділ ЧНУ ім. Богдана Хмельницького, 2008. − 460 с.

23. Стеценко А. І. Теорія і методика атлетизму: навч. посіб. / А. І. Стеценко, П. М. Гунько. − Черкаси: ЧНУ ім. Богдана Хмельницького, 2011. − 216 с.

24. Стеценко А.І. Особливості побудови тренувального процесу на етапі передзмагальної підготовки в пауерліфтингу // Фізична культура в школі, 1999. – № 2. – С. 43–46.

25. Те С. Ю. Особенности методики совершенствования технического мастерства тяжелоатлетов различного типа телосложения / С. Ю. Те. − М., 1993. − 38 с.

26. Теорія і методика фізичного виховання: навч. посіб. /за ред. Т. Ю. Круцевич. − К.: Олимп. література, 2008. − Т. 1. − 391 с.

27. Товстоног О. Ф. Динаміка індивідуальних показників спортивного результату важкоатлетів національної збірної команди України – учасників Ігор XXXI Олімпіади / Олександр Товстоног, Марія Розторгуй, Сергій Зубков, Ігор Фостяк // Спортивна наука України: зб. наук. пр. з галузі фіз. культури та спорту: [електронне видання]. – Львів, 2017. – № 1 (77) . – С. 51 – 57.

28. Товстоног О.Ф. Использование комбинированных разновысоких плинтов в подготовке девушек-тяжелоатлеток на этапе начальной підготовки / О. Ф. Товстоног, М. С. Розторгуй, С. П. Зубков, А. В. Гентош // Человек. Спорт. Медицина : вестник Южно-Уральского государственного университета. – Челябинск: здательский центр ЮУрГУ, 2016. – Т. 1, № 1. – С. 92-96.

Інформаційні ресурси інтернет

1. http://uwf.net.ua/federation/management
2. http://powerlifting-upf.org.ua/
3. http://fbbu.com.ua/
4. https://www.armsport.com.ua/
5. http://igsf.biz/dir/ukr/
6. http://strongman.org.ua/
7. http://www.noc-ukr.org/
8. http://www.olympic.org/
9. http://www.iwf.net/

10. http://ewfed.com/