

Т.В. Вознюк

**СУЧАСНІ ІГРОВІ ВИДИ СПОРТУ:
ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ**

Навчальний посібник



Вінниця – 2017

УДК: 796.3 (075.8)

ББК 75.5 я 73

В 64

Рекомендовано вченою радою
Вінницького державного педагогічного
університету імені Михайла
Коцюбинського як навчальний посібник
для студентів ступеня вищої освіти
«магістр» спеціальностей 014 Середня
освіта (Фізична культура), 017 Фізична
культура і спорт, 227 Фізична реабілітація
(протокол № від 4 від 25.10. 2017 р.)

Рецензенти: *Костюкевич В.М.*, доктор наук з фізичного виховання та спорту,
професор, завідувач кафедри теорії і методики фізичного виховання
та спорту Вінницького державного педагогічного університету
імені Михайла Коцюбинського

Кутек Т.Б., доктор наук з фізичного виховання та спорту,
професор, декан факультету фізичного виховання і спорту
Житомирського державного університету ім. І. Франка

Т.В. Вознюк Сучасні ігрові види спорту: теорія та методика викладання :
Навчальний посібник. – Вінниця: ФОП Корзун Д.Ю., 2017. – 248 с.

У навчальному посібнику викладені загальні питання теорії та методики викладання сучасних ігрових видів спорту, історія виникнення та розвитку, сутність і основні правила спортивних ігор. Посібник призначений для викладачів та студентів вищих навчальних закладів освіти спортивного профілю.

ПЕРЕДМОВА

Популярність спортивних ігор у всьому світі незаперечна. Це пов'язано не тільки з різнобічним впливом спортивних ігор на організм людини, але й їхньою доступністю та неабиякою видовищністю.

В умовах сучасної перебудови системи вищої освіти спрямованої на отримання якісних теоретичних знань, які б можна було використати на практиці у будь-якому куточку світу, стає завдання поглиблення основного курсу спортивних ігор. Знання історії виникнення, загальних питань техніки і тактики, основних термінів, тенденцій розвитку в світі та на Україні сучасних ігрових видів спорту сприяє розв'язанню цього завдання, дає можливість майбутнім спеціалістам брати участь не тільки у популяризації відомих у нашій країні ігор, але й у поширенні тих, які тільки роблять перші кроки в Україні.

Посібник підготовлений у відповідності з навчальною програмою нормативної дисципліни «Сучасні ігрові види спорту» і призначений для студентів денної та заочної форми навчання інститутів (факультетів) фізичного виховання і спорту педагогічних університетів.

Сподіваємося, що матеріал викладений у ньому буде цікавий широкому колу читачів, фахівців і любителів спортивних ігор.

У посібнику використовувалися матеріали електронних ресурсів <http://ru.wikipedia.org>., Федерацій ігрових видів спорту України та світу, сайту МОК.

РОЗДІЛ 1

СПОРТИВНІ ІГРИ У СИСТЕМІ ФІЗИЧНОГО ВИХОВАННЯ

1.1. СОЦІАЛЬНО-КУЛЬТУРНІ ПЕРЕДУМОВИ ВИНИКНЕННЯ СУЧАСНИХ СПОРТИВНИХ ІГОР

Минулі на території Європи в XVIII-XIX століттях буржуазні революції створили необхідні умови для демократизації всіх сторін суспільного життя, що відкрило широкі перспективи для утворення різного роду громадських об'єднань (партії, спілки тощо). Розвиток промисловості, науки, техніки, культури в період Нового часу привело до інтенсивного зростання міст, в яких почала складатися нова культурно-побутова середина. Одним з важливих її компонентів були різноманітні змагання, що проводяться серед різних верств міського населення. Про це свідчать історичні матеріали. У газетах того часу було дуже багато публікацій про грошові виграші, різні винагороди, одержувані переможцями змагань. Це створювало серед широких мас населення стійкий інтерес до такого роду змагань і сприяло подальшому розвитку в суспільстві соціально обумовленої потреби в видовищі. Як показують історичні матеріали, у цей період зароджуються і перші фізкультурно-спортивні товариства, гуртки, школи. В той час почали влаштовуватися регулярні змагання з футболу.

Другою передумовою, що мала важливе значення для виникнення спорту в сучасному його вигляді, став інтенсивний розвиток у промисловій сфері машинного виробництва. Науково-технічна революція забезпечила значне зростання продуктивності праці. На фабриках і заводах почали вводити нормований робочий день, що створювало об'єктивні передумови для формування в суспільстві «середнього шару» (потенційних споживачів видовищ). Таким чином, створені нові соціально-економічні умови стали основою для розвитку різних фізкультурно-спортивних об'єднань (гуртків) серед широких верств міського населення, а не тільки в аристократичному середовищі, як це було раніше. Вони зіграли важливу роль в залученні значної кількості населення до цінностей фізичної культури.

Таким чином, історично сформована соціально зумовлена потреба в видовищі, з одного боку, і розвиток у суспільстві демократичних інститутів, що створюють сприятливі умови для самовираження вільних громадян через змагальну діяльність на основі їх тілесної сутності, з іншого, призвели до появи вже в середині XIX століття такого суспільно значущого явища як спортивні

ігри. Специфіка взаємозв'язків соціально обумовленої потреби в видовищі й біосоціальних потреб людей у змагальній діяльності, що визначають сутність спорту, полягає в тому, що конкретний вид їх реалізації (вид спорту) залежить від створених на цьому історичному етапі і в цьому конкретному місці, соціально-економічних умов. Це породжує різноманіття видів спорту, яке так само невичерпне, як невичерпні форми прояву людських здібностей. У цьому різноманітті полягає важлива приваблива сила спортивних ігор, бо воно (різноманіття) забезпечує, з одного боку, широкий спектр можливостей для самовираження громадян, а з іншого, видовище на будь-який смак.

Сучасні спортивні ігри, як показує аналіз історичного розвитку фізичної культури, має кілька історичних коренів: видовищний, релігійний і виховний.

Суспільна значущість спортивних ігор, що визначає головні напрямки історичного розвитку, базується на сформованій в суспільстві соціально обумовленої потреби в видовищі.

Сучасні спортивні ігри мають свої витоки на початку XXVII ст., а в знайомі нам форми вони організувалися на переломі XIX-XX століть. Їх виникнення пов'язане з розвитком буржуазної міської культури та витоки лежать не в потребах фізичного вдосконалення і не в традиційних формах свят, а переважно в нових можливостях розваги під час дозвілля.

Якщо атлетам давнини протегували боги, і самі атлети наближались до богів своєю досконалістю, то спорт нового часу народжений, швидше, нудьгою і азартом.

Так що сучасні спортивні ігри з їх правилами виникали не на гуманістичній основі, не як реалізація прекраснодушних ідеалів Просвітництва і утопізму, а на основі комерційної угоди, парі, ставки. Спортивні повідомлення тодішній Англії майже суцільно складаються з публікацій про грошові удачі, виграші, винагороди. Тому на види спорту, що виникали, так легко переносилися правила скачок і іподромів. Тут явно проявила себе чисто комерційна сторона сучасного спорту, яка з тих пір жила в ньому і ніколи його не покидала.

Однією з найбільш важливих і вирішальних причин швидкого розвитку спортивних ігор як частини культури сучасного суспільства було введення фізичного виховання в програми шкільної освіти. Першочергова заслуга в цьому належить ректору коледжу Регбі Т.Арнольду (1755 – 1842). Суть його реформи шкільного виховання полягала в тому, щоб старші й сильніші підлітки

були не глумливими тиранами молодших і слабких, а їх покровителями й організаторами. Арнольд порахував, що це можливо досягти за допомогою спортивних змагань, виходячи з того, що кращі в іграх і змаганнях, як правило, є й лідерами молодіжних груп, всередині яких зазвичай дотримуються дисципліна та певні правила честі. Звідси і його педагогічний принцип: через гру і спортивні змагання – до виховання і навчання.

Досвід виявився успішним і на якийсь час став зразком для англійських шкіл ХІХ ст., випускники яких не тільки міцно засвоїли спортивний дух і традиції, але й внесли їх у масову свідомість, у спосіб життя. Скоро в такому ж напрямку були проведені реформи і в школах США, Франції та інших країн.

1.2.Значення спортивних ігор у сучасному суспільстві

Серед великого різноманіття засобів фізичного виховання, які використовуються з метою гармонійного розвитку людини, одне з провідних місць займають спортивні ігри. Вони належать до числа самих розповсюджених та улюблених видів фізичних вправ у людей всього світу.

Популярність спортивних ігор пояснюється доступністю, відсутністю великих затрат на інвентар, особливих місць для занять. Ігри відрізняються особливою привабливістю. Адже для перемоги мало однієї фізичної переваги. Переможцем вийде той, хто проявить більш високий інтелект і зуміє знайти шлях до успіху не тільки за рівності сил, а й за умови переваги суперника.

Ігрове змагання – це чудове спортивне видовище. Висока напруга, непередбаченість результату та майстерність, яка доставляє насолоду тим, хто слідує за змаганням на майданчику. Найбільша кількість глядачів, які відвідують стадіон приходиться на змагання в різних видах спортивних ігор.

Спортивні ігри служать засобом комплексного розвитку фізичних якостей (спритності, сили, швидкості, витривалості та ін..) під час вирішення основних рухових завдань. Спортивні ігри дозволяють також удосконалювати морально-вольові якості, навички та риси характеру (цілеспрямованість, колективізм, рішучість, сміливість, активність, дисципліну, взаємодопомогу, відчуття відповідальності та ін.). Самим важливим аспектом впливу гри варто признати здійснювану через неї соціальну інтеграцію, спортивні ігри виступають як соціальна форма організації спільної діяльності з досягнення загальної мети. Кожний колектив гравців представляє соціальну мікросистему зі своїм розподілом ролей і характером взаємовідношень між учасниками.

Спорт у сучасному суспільстві займає важливе місце. І якщо стверджують, що він перетворився у справжній феномен ХХ ст., то в більшій

мірі така оцінка відноситься до спортивних ігор, які складають його самий молодий різновид. Поява сучасних спортивних ігор обумовлена корінними змінами у матеріальних умовах життя, початок яким було покладено промисловою революцією XIX ст.. Саме тоді з'явилася необхідність раціонально використовувати вільний час. З цією метою стали використовувати народні ігри, переосмислюючи їх і пристосовувавши до нових умов життя. Впровадження єдиних правил дало можливість всім любителям ігор зустрічатися в умовах змагань. У результаті з'явилися вболівальники, які з цікавістю спостерігали за поєдинками. Саме тоді виникли такі популярні сьогодні ігри як футбол, хокей, теніс, регбі. Пізніше сформувалися правила змагань з баскетболу, волейболу, гандболу тощо. За статистикою ЮНЕСКО, спортивні ігри у наші дні стали самим масовим видом спорту.

Розвиток ігор безперервний і відбувається під впливом багатьох чинників. Першим з них є матеріальні умови існування. Зміни умов життя відбиваються на змісті ігор. Другий чинник – накопичення життєвого досвіду. Також розвиток ігор тісно пов'язаний з морально-етичними та економічними відношеннями між людьми. Формування теорії та практики фізичного виховання у свою чергу накладає відбиток на розвиток спортивних ігор.

Таким чином за різноманітністю здійснюваного впливу спортивні ігри не мають суперників. Вони стали основною складовою вітчизняної системи фізичної культури. Широко використовуються в різних закладах освіти, за програмою загальноосвітніх шкіл ознайомлення з їх основами відбувається ще з 1 класу. За допомогою спортивних ігор вирішуються основні завдання фізичного виховання – освітні, оздоровчі та виховні.

Прагнення наблизити ігри до дітей сприяло виникненню міні-ігор (міні-баскетболу, міні-гандболу тощо). Це дозволило розв'язати два завдання: збагатити арсенал засобів, що використовуються у фізичному вихованні дітей молодшого шкільного віку та прискорити їх шлях до вищих досягнень.

У родинях, в учбових закладах та робочих колективах спортивні ігри цінують за високу емоційну насиченість, змагальний характер, який кожному дає можливість творчого самовираження. Сьогодні за необхідністю у кожному конкретному випадку може бути рекомендована саме та гра, яка робить необхідний вплив. Це і майже «без рухові» ігри, які вимагають виключно розумової діяльності (шахи, шашки), і найбільш інтенсивні, які вимагають високої фізичної і психічної напруги, в яких необхідно не тільки досконало володіти своїм тілом, предметом гри та інвентарем, але й спеціальними засобами пересування.

1.3. Специфічні ознаки спортивних ігор

Спортивні ігри – це протиборство двох сторін, яке проходить у рамках правил і спрямоване на досягнення переваги, що оцінюється за кількістю досягнень обумовленої мети гри.

Специфіка спортивних ігор у тому, що активна протидія суперника вимагає швидкої зміни реалізації плану ігрових дій гравця або команди. Спортсменам приходится діяти в обстановці дефіциту часу при змінах ігрових ситуацій і необхідності знаходити адекватну відповідь. Ефективність ігрових дій залежить від швидкої оцінки ігрової ситуації і вибору відповідних ігрових прийомів, що передбачає наявність високо розвинутих психофізіологічних функцій (різні параметри уваги, об'єм полю зору, швидкості реакції тощо).

Відмінною особливістю всіх спортивних ігор є наявність великого технічного арсеналу (передачі, ведення, кидки, удари), сполучення прийомів і різнобічність тактичних побудов (колективні взаємодії в обороні та нападі).

Спортивні ігри різноманітні і багато чисельні (рис. 1). Між ними існує схожість і відмінність, що дозволяє розподілити їх у відносно загальні групи і тим самим полегшити їх вибір.



Рис. 1. Характеристика спортивних ігор

У кожній грі є дві найбільших ознаки, що визначають основні риси дії гравців, - взаємодія між учасниками і мета гри, до досягнення якої вони прагнуть.

Взаємодія між гравцями може розглядатися, як взаємодія між суперниками і як взаємодія між партнерами в команді. Таким чином можна поділити ігри на дві великі групи: ігри командні та індивідуальні (протиборство двох учасників). Останні складають меншість і частіше додаються такими варіантами, в яких сторони які грають складаються з двох гравців або результат

гри визначається за сумою спроб, почергово виконаних декількома учасниками змагань.

Подальша класифікація передбачає розподіл ігор на такі, в яких змагання відбуваються без будь якого контакту і безпосередньої гри з суперником та на такі, в яких існує активне протиборство сторін. Самостійну групу складають ігри з почерговою участю в них суперників, які не виявляють протидії один одному.

Для першої групи характерна боротьба за оволодіння м'ячем з наступною спробою направити його в ціль, якою зазвичай є ворота (футбол, хокей, регбі, водне поло, гандбол тощо).

Для другої групи характерне почергове володіння м'ячем і дії гравців на окремих ділянках майданчика, які зазвичай розділені сіткою. Команда, яка володіє м'ячем прагне направити м'яч у майданчик суперника (теніс, волейбол, бадмінтон тощо).

Дії з почерговою участю наперед визначаються правилами, які передбачають безпосереднє виконання ролей, що відведені для кожної із сторін. Метою гри тут частіше за все буває певна ціль або фігура, яка встановлюється на майданчику або самі гравці (бейсбол, гольф, городки, лапта).

Наступна деталізація класифікації ігор відбувається за іншими, менш суттєвими, але все ж таки достатньо характерними ознаками. До них відноситься ігровий інвентар та способи володіння ним.

У якості інвентарю найчастіше використовуються м'ячі або інші специфічні предмети (шайби, шари, кільця тощо). гравці взаємодіють з цими предметами безпосередньо руками, ногами, головою або опосередковано за допомогою інших пристроїв (ключки, біти, ракетки тощо). Крім того можуть бути використані додаткові засоби пересування (ковзани, ролики та ін.).

За відношенням до програми Олімпійських ігор всі спортивні ігри прийнято розподіляти на олімпійські та не олімпійські види спорту.

У більшості ігор з м'ячем хід спортивної гри має фазовий характер.

Розрізняють три фази:

- фаза володіння м'ячем;
- фаза відбору м'яча;
- нейтральна фаза, коли жодна з команд не володіє м'ячем.

Фази гри у свою чергу поділяються на ігрові ситуації. Деякі з цих ситуацій постійно повторюються відповідно з правилами гри. Такі ситуації називають *стандартними положеннями* (удар від воріт, кутовий, подача м'яча тощо). Інші ігрові ситуації також часто повторюються під час гри, але точного регламентування правилами вони не мають. Ці ситуації називають *типовими*. До них відносять одноборство двох гравців, різні дії груп гравців проти рівного

чи нерівного числа суперників на певній ділянці майданчика (двоє проти одного чи троє проти двох і т. ін.)

У тій чи в іншій ігровій ситуації учасники використовують спеціальні дії – ігрові прийоми. В залежності від обставин учасники використовують індивідуальні чи колективні дії.

Індивідуальні ігрові дії – це комплекс рухових дій, які використовуються у грі для вирішення певної ситуації.

У відповідності з фазовим характером гри розрізняють індивідуальні ігрові дії в нападі та захисті.

У більшості спортивних ігор у процесі гри діють не окремі учасники, а колективи (команда). Тому ігрові завдання вирішують частіше за все при взаємодії всіх учасників змагань. Таким чином, *колективні ігрові дії* представляють свідому взаємодію двох чи більше гравців, яка оснований на адекватному розумінні завдань в певній ігровій ситуації.

Наявність у грі типових ситуацій зумовлює можливість попередньої підготовки і спеціального вивчення способів їх ефективного вирішення.

Досягнення переваги у грі, у першу чергу, залежать від планомірного, організованого використання індивідуальних і колективних дій гравців.

З цією метою поряд з комбінаціями використовують певні форми організації взаємодій гравців команди у захисті та нападі – *системи гри*.

Система гри – це основний спосіб ведення протиборства, при якому функції і взаємодії розподіляються між учасниками протягом всієї гри чи в окремі її моменти.

Спортивні ігри належать до категорії ситуативних видів спорту, які характеризуються найбільшою варіативністю змагальної діяльності. Дії гравців відрізняються різноманітністю. Кожен з них визначається двома взаємопов'язаними аспектами: зовнішнім і внутрішнім. Під зовнішнім розуміють вирішення рухового завдання з певною руховою структурою, законами біомеханіки, особливостями конкретної ситуації.

Інший аспект складають психічні процеси, які пов'язані з вибором вірного вирішення певної ігрової ситуації. Це тактичний аспект ігрової діяльності.

Обидва аспекти називають технікою і тактикою ігрових дій. *Тактика спортивного протиборства* в більш ширшому розумінні – це форми і методи ведення спортивного поєдинку з урахуванням його зовнішніх і внутрішніх умов. В більш вузькому смислі тактика – це вибір раціонального вирішення, а техніка – форма його рухової реалізації, яка здійснюється з урахуванням спортивно-педагогічних, біомеханічних і фізіологічних закономірностей.

Способи досягнення змагальної мети протягом тривалого часу складають стратегію спортивної боротьби.

1.4. Характеристика ігрової діяльності

Спортивні ігри характеризуються різноманітним використанням техніко-тактичних прийомів і досить швидким їх виконанням в умові активних протидій. Дії гравців у спортивних іграх відзначаються великою різнобічністю, складністю і винахідливістю. Окремі елементи структури змагальної діяльності пов'язані зі сприйняттям і осмисленням інформації та реалізацією її під час виконання відповідних рухових дій.

Складний механізм сенсомоторних реакцій складається з трьох взаємопов'язаних блоків: антиципації, програмування і управління. Їх повноцінне функціонування забезпечується високим рівнем орієнтування спортсмена.

Рухова реакція на певні ситуації є результатом вибіркової уваги і оперативного мислення гравця, що забезпечує пристосування до ігрової обстановки, що постійно змінюється.

Розрізняють три рівні тактичного мислення спортсмена.

Перший рівень – це вирішення ігрових завдань в ситуаціях, що досить часто повторюються. Ці ситуації легко розпізнаються і вирішуються. До них належать дії з чисельною перевагою (2х1, 3х2) і прості умови одноборства.

Другий рівень тактичного мислення – це розв'язання складного комплексу ігрових комбінацій, де гравець може обрати оптимальне рішення на основі засвоєних алгоритмів, які він реалізує автоматизовано. Це дії у типових ситуаціях (2х2; 3х3 і т. ін.).

Третій, найвищий рівень прийняття рішень, заснований на творчих особливостях тактичного мислення, діє при вирішенні нових ігрових ситуацій, з якими гравець ще не зустрічався.

Специфічними особливостями змагальної діяльності у спортивних іграх є:

- 1) сприйняття інформації в умовах маскування і хибності дії суперника;
- 2) осмислення інформації і прийняття рішення в умовах ліміту і дефіциту простору і часу;
- 3) втілення прийнятих рішень в умовах активного протистояння з боку суперника.

Суттєвою передумовою результативності ігрової діяльності є вольова реакція гравця. Від неї, між іншим, залежить здатність до довготривалої концентрації уваги у грі, вибір оптимального рішення й управління своїми діями під час його реалізації.

У процесі гри виникають різні чинники, що ускладнюють сенсомоторну діяльність. До них відносяться втому, низький рівень спеціальної витривалості, характер ігрової ситуації, рівень суддівства. Все це негативно впливає на

сенсорну систему і понижує ефективність ігрової діяльності гравця.

У кожній грі є особливості, що пояснюються її специфікою. В іграх з безпосереднім одноборством – це різноманітні реакції гравців, що пов'язані силовим характером протиборства сторін. В іграх, в яких виключається безпосередній контакт, ігрова активність чергується з моментом відносної пасивності. Тут важливим є вміння передбачувати тактичні ходи суперника.

У деяких спортивних іграх швидкість льоту м'ячів чи інших предметів дуже велика. Так при подачі м'яча в тенісі швидкість його льоту може досягти 140 км/год., під час кидка шайба летить зі швидкістю біля 150 км/год. У цих випадках дуже важливим для гравців є випереджуюча реакція, яка базується на високій концентрації уваги.

Особливу складність у спортивних іграх має колективний характер ігрових дій. Зіграність команди – найважливіший чинник ігрової переваги. Вона досягається не лише завдячуючи адекватності розуміння всіма учасниками ситуації, але й бажанням співпраці при правильному розподілі ролей і функцій в ігровій команді. Рівновага у команді досягається психологічною сумісністю гравців, нормальним фоном міжособистісних відношень і здоровим психологічним кліматом.

Для ігрової діяльності характерна й особлива складність взаємодії функціональних систем організму. В основі тактичного мислення лежить сигнальна діяльність кори головного мозку. Вищі відділи центральної нервової системи здійснюють одночасно і нейрогуморальну регуляцію довільної рухової діяльності гравців.

Різнманітність ігрових умов вимагає різних рівнів регуляції. У простих випадках, коли реакція елементарна, регуляцію беруть на себе нижчі відділи. У складних ситуаціях, коли необхідно вибирати для певної ігрової ситуації відповідні ігрові навички, включаються вищі відділи і друга сигнальна система.

Спеціалізовані навички, що використовуються у грі, формуються за типом умовних рефлексів вищого порядку на базі вроджених рухових навичок. Перемінний характер ігрових умов вимагає особливої динамічної навички. Жорсткі стереотипні рухи в таких умовах не завжди ефективні.

Характерно, що чим вище майстерність спортсмена, тим в більшій мірі проявляється в нього варіативність стандартних рухових навичок.

Процеси багаторівневого управління складною системою рухового апарату спортсмена базуються на виключно високій функціональній досконалості аналізаторних систем. Тому, в процесі занять спортивними іграми значною мірою удосконалюється гострота зорового, тактильного, кінетичного, вестибулярного, слухового сприйняття. Знищуються їх пороги, і збільшується діапазон відчуттів. Це призводить до формування загострених відчуттів

предмета гри – "відчуття м'яча", просторово-часових параметрів рухів – "відчуття майданчика", "відчуття дистанції" тощо.

Спортивні ігри відзначаються високим рівнем забезпечення обмінних процесів в організмі. Енергетичні витрати у процесі гри дорівнюють витратам, які є в таких видах спорту як плавання, біг на середні та довгі дистанції. В таких ігрових видах спорту, як баскетбол, хокей, футбол, гандбол рівень обмінних процесів підвищується порівняно з основним в 10-15 разів.

Спортивна гра проходить, переважно, у змішаному аеробно-анаеробному режимі. Окремі моменти гри відбуваються в умовах анаеробного способу енергоутворення. Це призводить до утворення значного кисневого боргу (7-10 л) і підвищенню рівня молочної кислоти у крові (на 150-250 мг %). Одночасно значно зростає діяльність серцево-судинної і дихальної систем. Частота пульсу досягає 180-210 уд/хв., легенева вентиляція – 80-130 л/хв., споживання кисню збільшується до 3,5-4,5 л/хв. Безумовно, спортивна гра проходить з перемінною інтенсивністю. Високо інтенсивні моменти змінюються епізодами помірної інтенсивності, які характеризуються частотою серцевих скорочень 170-190 уд/хв., рівнем молочної кислоти 30-50 мг %, величиною кисневого боргу 7-9 л і середньою інтенсивністю з частотою серцевих скорочень 140-170 уд/хв., хвилинною вентиляцією – 15-20 л, рівнем молочної кислоти 15-30 мг%.

За гру спортсмен – гравець втрачає від 2-х до 5-ти кілограм маси тіла. Енерговитрати в різних ігрових видах спорту неоднакові, але практично у кожному з них загальна діяльність відбувається в умовах повної концентрації фізичних і морально-вольових зусиль для досягнення позитивного результату.

1.5. Організація змагань зі спортивних ігор

Спортивні змагання, мають на меті виявлення найсильніших спортсменів та команд, вищих спортивних досягнень, вдосконалення спортивної майстерності, пропаганду фізичної культури і спорту. Дозволяють об'єктивно оцінювати діяльність спортивних організацій, тренерів, спортсменів, суддів; міжнародні спортивні змагання є важливим засобом зміцнення дружби і взаєморозуміння між спортсменами різних країн.

Ріст та становлення спортивної майстерності не можливе без участі у змаганнях. Змагання вирішують певні завдання у загальній системі фізичного виховання і спорту:

1. Виховне значення – під час змагань складаються всі умови для виховання важливих вольових і етичних якостей, а саме: наполегливість, рішучість, відповідальність, справедливість, чесність, взаємовиручка тощо.

2. Дидактичне значення – удосконалення вивчених ігрових прийомів у змагальних умовах, перевірка отриманих знань та умінь.

3. Агітаційно - пропагандиське значення – змагання є одним із основних засобів залучення дітей та молоді до регулярних занять спортом, пропаганди здорового способу життя, популяризації виду спорту.

За географічною ознакою розрізняють спортивні змагання *всесвітні* (Олімпійські ігри, Універсіада, світові чемпіонати і кубки, Олімпіади шахові і ін.), *регіональні* (континентальних чемпіонати, кубки, ігри), *національні* (окремих країн) і т. д. В залежності від змісту програми спортивні змагання можуть бути комплексними (Олімпійські ігри, Універсіада, спартакіади тощо) і спеціалізованими (з окремих видів спорту); за характером проведення офіційні (розігрується звання чемпіона, володаря кубка і т. п.), класифікаційними (для визначення спортивної кваліфікації учасників) і товарицькими, в тому числі традиційними.

За завданнями, які вирішуються під час змагань розрізняють дві групи: *масові змагання* та *змагання кваліфікованих спортсменів*. До першої групи належать всі змагання початківців, дітей та підлітків (першості шкіл та училищ, виробничих колективів середніх та вищих навчальних закладів, військових частин, ЖКК, оздоровчих таборів, домів відпочинку тощо). Змагання такого рангу відрізняються великою кількістю учасників, використанням спрощених правил, доступністю для всіх бажаючих та стислими термінами проведення. Під час їх організації необхідна велика кількість суддів, місць для змагань та висока чіткість у роботі суддівського апарату.

До другої групи відносяться змагання в яких беруть участь виключно кваліфіковані спортсмени. Це такі змагання як державні та міські першості серед юніорів та розрядних команд, державні першості та кубкові змагання для команд першої та вищої ліг, змагання у рамках спартакіади країни, міжнародні змагання. Такі змагання відрізняються особливою ретельністю підготовки і організації. До них допускається обмежена кількість найбільш підготовлених спортсменів. Змагання проводяться за міжнародними правилами з залученням найбільш кваліфікованих суддів, на кращих спортивних спорудах.

За характером змагань розрізняють: особисті (гольф, більярд тощо), командні (баскетбол, футбол, волейбол тощо) та особисто-командні (теніс, настільний теніс тощо).

За організаційною формою змагання бувають офіційні і товарицькі.

До **офіційних змагань** належать: чемпіонати, першості і змагання на Кубок, класифікаційні змагання, відбірні.

Чемпіонати (першості) – найбільш відповідальні змагання. Переможцю присвоюється почесне звання чемпіона. Проводяться такі змагання, як правило, один раз на рік з визначенням місць усіх учасників.

Змагання на Кубок проводяться з метою залучення великої кількості команд і визначення переможця за короткий термін (після поразки учасники вибувають із гри).

Класифікаційні змагання дозволяють оцінити рівень спортивної кваліфікації і виконати вимоги Єдиної спортивної класифікації.

Відбірні змагання проводяться для виявлення найсильніших команд або окремих спортсменів, які у подальшому будуть брати участь у змаганнях вищого рангу.

Товариські змагання проводяться з метою підготовки до офіційних змагань або присвячуються до урочистих подій (дат). За домовленістю обох сторін вони можуть проводитись дещо за зміненими правилами. Наприклад, із скороченим чи продовженим часом гри.

До товариських змагань належать:

- *Матчеві* зустрічі двох або декількох команд. Вони можуть бути плановими і служать засобом підготовки до офіційних змагань, укріпленням товариських відношень між різними колективами;

- *Змагання з гандикапом* організуються для спортсменів з різною підготовленістю. Щоб урівняти сили, організатори до початку змагань визначають кількість очок, яка надається слабій команді (фора). Ці умови об'являються або до, або після гри. Така форма викликає великий інтерес у учасників. Зазвичай проводяться у оздоровчих таборах, санаторіях, загальноосвітніх школах.

- *Скорочені змагання (бліц-турніри)* проводяться за зміненими правилами (за скороченим часом гри, зменшеною кількістю очок для перемоги). Такі змагання не займають багато часу, але відрізняються напруженістю. Зазвичай проводяться у святкові дні або як складова спортивних свят.

У практиці спортивних ігор існують численні змагання, які відповідно до їх цільового призначення поділяються на системи. Кожна система змагань включає взаємопов'язані компоненти: правила, положення, календарі, нормативно-кваліфікаційні вимоги. Певні зміни в названих компонентах істотно впливають в тій чи іншій формі на розвиток спортивних ігор.

Правила змагань – це документ, в якому чітко визначені умови змагальної боротьби в конкретній спортивній грі, яка протікає під контролем спортивних арбітрів, способи фіксації виграшу і програшу, визначення переможця в

окремій зустрічі і розподілу місць серед учасників змагання. Правила змагань є законом для спортсменів, суддів, організаторів і керівників, які здійснюють підготовку до змагань, їх матеріально-технічне забезпечення.

Внесення в правила нових пунктів, вилучення деяких існуючих або зміна в них впливають на спортивну гру. Через різні пункти правил можна впливати на контингент тих, хто змагаються, матеріально-технічну та економічну вартість гри, ступінь її видовищності, на різні сторони підготовки спортсменів.

У Міжнародних федераціях спортивних ігор працюють комісії з правил гри, які займаються питаннями зміни в правилах змагання з метою підвищити видовище ігор, сприяти їх популяризації в світі, залучення якомога більшої кількості людей в систематичні заняття спортом.

Правила змагань, положення про змагання та календар змагань служать потужними важелями управління розвитком спортивних ігор.

Ієрархічно всі змагання від вищого масштабу вниз можна вибудувати так: Олімпійські ігри, чемпіонати і кубки світу, чемпіонати Європи, національні чемпіонати, першості областей, міст, районів, колективів фізичної культури.

ПИТАННЯ ДО РОЗДІЛУ 1

1. Визначте передумови виникнення сучасних ігрових видів спорту.
2. Чим пояснюється популярність спортивних ігор у сучасному світі?
3. Що впливає на розвиток спортивних ігор?
4. Які завдання фізичного виховання вирішуються за допомогою спортивних ігор?
5. Дайте визначення терміну «спортивні ігри».
6. У чому полягає специфіка спортивних ігор?
7. Назвіть за якими ознаками класифікують сучасні спортивні ігри.
8. Охарактеризуйте ігрову діяльність.
9. Яке значення мають змагання у системі фізичного виховання і спорту?
10. Поясніть класифікацію змагань зі спортивних ігор за різними ознаками.
- 11.3 яких основних компонентів складається система змагань?

РОЗДІЛ 2.
ІСТОРИЧНІ АСПЕКТИ ВИНИКНЕННЯ ТА РОЗВИТКУ
СУЧАСНИХ СПОРТИВНИХ ІГОР В СВІТІ ТА В УКРАЇНІ.
ОСНОВНІ ПРАВИЛА ЗМАГАНЬ.

У цьому розділі ви зможете ознайомитися з ігровими видами спорту, що вже мають велику популярність у світі або тільки її набувають. Це викликано сучасними тенденціями, що притаманні міжнародному спортивному руху: інтенсифікації процесів виникнення та поширення нових видів спорту, зростання рівня спортивних досягнень, суттєве збільшення кількості змагань, значні темпи професіоналізації, комерціалізації, глобалізації та ін..

Ми намагалися дати найбільш повну характеристику ігровим видам спорту, в якій були б висвітлені питання історії виникнення та розвитку, термінології, правил гри, досягнення українських спортсменів тощо. У змісті нашого посібника відсутні такі популярні, «класичні» види спортивних ігор як футбол, баскетбол, волейбол та гандбол, що пов'язано з програмою навчальної дисципліни «Сучасні ігрові види спорту» та існуванням великої кількості літературних джерел, в яких представлена повна інформація щодо цих видів спорту.

Види спорту представлені в алфавітному порядку, проте вивчати їх краще групуючи за певними схожими ознаками (правилами, інвентарем і т.п.). Наприклад, міні-баскетбол, стрітбол і корфбол; регбі, американський футбол, флагфутбол і кронум; теніс, настільний теніс, бадмінтон і сквош.

2.1. АМЕРИКАНСЬКИЙ ФУТБОЛ

Американський футбол — командний вид спорту з м'ячем. Мета гри — просувати м'яч у бік очкової (або кінцевої) зони (англ. *end zone*) на стороні поля суперника і заробляти очки. М'яч можна нести в руках, кидати і передавати партнерам. Очки можна заробляти різними способами, а саме: занос м'яча в очкову зону, успішний пас в очкову зону або закидання м'яча між штангами воріт (над поперечиною). Перемагає у грі команда, яка набрала найбільшу кількість очок за відведений час.

Американський футбол став самостійним видом спорту в кінці ХІХ ст. Існує декілька інших різновидів американського футболу — канадський футбол і зальний футбол (англ. *Arena Football*).

З 1960-х років американський футбол став самим популярним спортом у США. Національна футбольна ліга (англ. *National Football League*) (НФЛ) — єдина професійна ліга американського футболу. Фінал чемпіонату НФЛ Супер Боул (Super Bowl) щорічно дивиться майже половина американців, а також жителі більш за 200 інших країн.

НФЛ раніше керував європейською лігою «NFL Europa», яка складається з 6-ти команд. Європейська ліга припинила існування у 2007 році.

Історія виникнення американського футболу нерозривно пов'язана з розвитком футболу європейського і регбі. 7 квітня 1823 року в місті Регбі графства Йоркшир, під час футбольного матчу шістнадцятирічний Уільям Вебб Елліс (англ. *William Webb Ellis*) схопив м'яч і побіг у бік суперників. Через багато років цьому парню поставили пам'ятник, на стінах його коледжу повісили табличку: *«нехай ця дошка нагадує про славу дію Уільяма Вебба Елліса, першого, хто наслідився порушити правила, схопити м'яч руками і побігти з ним. Так виникла гра регбі у 1823-м році»*. Гру вирішили назвати ім'ям міста, в якому вона виникла.

6 листопада 1869 року в американському місті Нью-Брунсвік (штат Нью-Джерсі) команди Ратгерського і Принстонського університетів зустрілися на футбольному полі та зіграли у щось середнє між футболу і регбі. З тих пір ця дата вважається офіційним днем народження американського футболу. М'яч тоді штовхали ногами, очки нараховувалися за голи, а про тачдауни не було і мови. Тільки у 1875 році стали давати одне очко за внесення м'яча у кінцеву зону суперника.

Батьком американського футболу вважається Уолтер Камп (англ. *Walter Camp*), який грав за команду Йельського університету. Саме він запропонував передати одній з команд перевагу у володінні м'ячем і ввести нову позицію — квотербека, гравця, який приймає м'яч від снєппера. Серед нововведень Кампа також: введення системи «п'ять ярдів — за три дауни», збільшення кількості

нарахованих очок за тачдаун, дозвіл пасу вперед і захват суперника у районі колін. Через останнє травматизм гравців значно збільшився.

У 1905 році газета «Чикаго Триб'юн» вийшла з назвою на першій полосі – «18 футболістів загинули і 159 серйозно поранені». Президент США Теодор Рузвельт заявив: «Або футболісти змінять правила, або ми заборонимо футбол загалом. Жорстокість і нечесна гра повинні бути покарані. Змініть гру або відкажіться від неї». У правила були внесені зміни стосовно покарання за грубу гру. Футболісти також вимушені були придумувати спеціальну захисну форму — з'явилися бриджі зі щитками. Спортсменам було рекомендовано надівати на голову під час гри шкіряний шлем (з 1939 року використання шлему стало обов'язковим).

На початку ХХ ст. правила стали схожими на сучасні. У 1912 році за тачдаун стали нараховувати по 6 очок, довжина ігрового поля стала дорівнювати ста ярдам, а ігровий час скоротився з сімдесяти до шістдесяти хвилин. З'явилися перші приватні команди і професійні гравці. Через вісім років з'явилася перша футбольна профспілка — чотири команди «Акрон Проз» (англ. *Acron Pros*), «Кантон Булдогз» (англ. *Canton Bulldogs*), «Клівленд Індіанс» (англ. *Cleveland Indians*) і «Дейтон Трайенглс» (англ. *Dayton Triangles*) створили Американську професійну футбольну конференцію (APFC), з якої пізніше з'явилася Національна футбольна ліга (НФЛ) — сама багата на сьогоднішній день спортивна організація у світі.

У 1904 році з'явився перший афроамериканський футболіст. Вийшов він у складі команди з Огайо. З тих пір число чорношкірих футболістів тільки збільшувалося. Не дивлячись на це, перший афроамериканський суддя з'явився в НФЛ тільки у 1988 році. У 1939 році відбулася перша телетрансляція матчу. За грою між «Бруклін Доджерз» (англ. *Brooklyn Dodgers*) і «Філадельфія Іглз» (англ. *Philadelphia Eagles*) спостерігало біля тисячі жителів Нью-Йорку.

У 1960 році у протигагу вже існуючій НФЛ була створена Американська футбольна ліга. Боротьба команд за гравців і вболівальників, а також за права на телетрансляції, призвели до серії переговорів між двома лігами про об'єднання у 1966 році. Одною з умов злиття АФЛ і НФЛ була гра між чемпіонами ліг за право називатися чемпіоном світу. Перша гра були зіграна 15 січня 1967 року під назвою «Чемпіонат світу АФЛ-НФЛ». Після злиття у 1970 році двох ліг, фінальна гра між чемпіонами конференцій об'єднаної ліги отримала назву Супер Боул, а саму першу гру, що відбулася у 1967 році стали називати Супер Боул I. Зараз це одне з самих видовищних, престижних і дорогих спортивних подій у світі.

Правила. Мета гри — набрати більше очок, ніж команда суперника за відведений час.

Поле і гравці



Поле для гри в американський футбол. Гра ведеться на прямокутному полі 120 ярдів (110 метрів) довжиною і 53 1/3 ярдів (49 метрів) шириною. У кожного кінця поля, на відстані 100 ярдів один від одного проведені лінії цілі (goal lines). 10-ярдова очкова зона (end zone) знаходиться між лінією цілі та границею поля.

Поперек поля через кожні 5 ярдів нанесені лінії. Вони пронумеровані від 5-ти до 50-ти, від межі очкових зон до середини, визначаючи таким чином кількість ярдів, які залишилося пройти нападаючій команді, для того щоб заробити тачдаун.

На кожному кінці поля на межі поля стоять ворота у вигляді двох високих штанг з поперечиною між ними. Голи забиваються над поперечиною між штангами.

Кожна команда може випускати на поле 11 гравців одночасно. Команди можуть замінити всіх або декількох гравців між ігровими моментами. Зазвичай гравці спеціалізуються на грі тільки в атаці, обороні або спеціальних командах (у моменти, коли м'яч вибивають ногами). Кожну гру майже всі 53 гравця команди НФЛ можуть приймати участь у грі в тій або іншій ролі.

Ворота. Розміри воріт в американському футболі практично ідентичні розмірам воріт в регбі. Висота поперечини — 10 футів (3 метра), відстань між стійками — 18,6 фута (5,7 метра). На стадіонах, які використовуються виключно для американського футболу, ворота часто встановлені на єдиній центральній опорі.

Тривалість гри. Гра продовжується 4 періоди по 15 хвилин, кожен з перервою після другого періоду. Кожен такий період називається «чвертю». Час зупиняється, коли м'яч (або гравець з м'ячем) покинув поле, пас вперед не був пійманий, м'яч перейшов до іншої команди, були зароблені очки і в декількох інших випадках. Тому матч зазвичай продовжується біля трьох годин.

У випадку рівного рахунку в НФЛ призначається 15 хвилин додаткового часу (овертайм). У цьому випадку команда, яка перша заробила очки, об'являється переможцем. В іграх регулярного чемпіонату у випадку рівного рахунку, після закінчення 15 хвилин об'являється нічия, в іграх плей-офф

призначаються додаткові овертайми до визначення переможця.

Просування м'яча. Гра складається з ігрових моментів. На початку кожного моменту м'яч кладеться туди (на ту ж лінію), де закінчився попередній ігровий момент.



Команда, яка володіє м'ячем, отримує 4 спроби просунути м'яч на 10 ярдів вперед у бік очкової зони суперника. Кожна така спроба називається *дауном* (англ. *down*). Якщо атакуюча команда просувається на 10 ярдів, вона знову отримує 4 спроби пройти 10 ярдів.

☞ М'яч для гри в американський футбол.

Якщо напад не може пройти 10 ярдів за 4 спроби, м'яч передається команді суперника. Відстань, на яку необхідно перенести м'яч, вимірюється за допомогою двох маркерів, з'єднаних ланцюгом у 10 ярдів. Судді встановлюють маркери на бічній лінії поля. Кожен раз, коли команда нападу пронесла м'яч за кінцевий маркер, початковий маркер переноситься на лінію, на якій знаходиться м'яч, а розіграш починається з першої спроби.

За виключенням початку гри і другої половини, а також розіграшів після зароблених очок, м'яч подається у гру кидком назад між ніг, що має назву *снапа* (snap). На початку ігрового моменту обидві команди шикуються навпроти один одного уздовж лінії на якій лежить м'яч. Центральний гравець віддає м'яч назад між ніг гравцю своєї команди — квотербеку (як правило, основний гравець команди).

Гравці можуть просувати м'яч способами:

- Бігти з м'ячем в руках, при цьому можна віддавати м'яч гравцям своєї команди.

- Передачами м'яча. За ігровий момент дозволяється тільки один пас вперед. Кількість пасів поперек поля або назад не обмежено.

Ігровий момент закінчується, коли відбувається одна з наступних подій:

- гравця з м'ячем звалили на землю;
- гравець з м'ячем виходить за межі поля, або м'яч торкнувся землі за межами поля;
- не спійманий пас, кинутий вперед, торкається землі;
- одна з команд заробляє очки;
- зареєстровано порушення (тільки деякі порушення зупиняють ігровий момент, за інші карають після його закінчення).



Очки. Нападаюча команда прагне уникнути сейфти, починаючи в двох ярдах від своєї очкової зони.

Команда заробляє очки наступними способами:

- Тачдаун (touchdown) — 6 очок.

Тачдаун заробляється, коли гравець з м'ячем забігає в очкову зону суперника або отримує пас, знаходячись в очковій зоні суперника.

- Команда, яка заробила тачдаун, може заробити додатково ще одне очко, забивши гол, або 2 очки, зробивши ще один тачдаун. М'яч при цьому ставиться в 3-х ярдах від очкової зони (за правилами студентського американського футболу), або в 2-х ярдах від очкової зони (за правилами НФЛ).

- Гол у ворота — 3 очки. М'яч, забитий під час гри (не після тачдауна) у ворота суперника (між штанг и над поперечиною).

- Сейфті (Safety) — 2 очки. Заробляється захистом, коли гравець нападу зупинений з м'ячем у своїй власній очковій зоні або гравець нападу покинув поле з м'ячем, знаходячись у своїй очковій зоні. Також захисту присуджують сейфті, якщо команда нападу допустила порушення в своїй очковій зоні, або м'яч після його втрати командою нападу — фамбла (англ. *fumble*), покинув поле в очковій зоні команди нападу.

Після того, як одна з команд заробила очки, вона зобов'язана вибити м'яч в поле з 30-ярдової відмітки (35 ярдів у студентському футболі). Виключення складають сейфті, при якому команда, що допустила сейфті, повертає м'яч команді, яка заробила два очки, вибиваючи його зі своєї 20-ярдової лінії. Причому м'яч вибивається з рук, а не з землі, що називається вільним ударом (англ. *free kick*).

Удари ногами по м'ячу. Кожна половина гри починається з моменту, коли одна з команд вибиває м'яч ногою в сторону очкової зони суперника з 30-ярдової відмітки (з 35-ти ярдів у студентському футболі) - "кікофа" (англ. *kick off*). Вибивання м'яча призначається також, коли одна з команд заробила очки. У випадку кікофа м'яч устанавлюється в спеціальну підставку, яка утримує м'яч у вертикальному положенні, *кіккер* (англ. *kicker*) розбігається і наносить по м'ячу удар.

Нападаюча команда, що не зуміла пройти за 3 спроби 10 ярдів, зазвичай робить *пант* (англ. *punt*) — вибиває м'яч ногою з руки в сторону суперника під час четвертої спроби, намагаючись заставити команду суперника почати атаку як можна далі від очкової зони. У випадку панта *лонг-снепер* (англ. *long*

snapper) команди, яка виконує удар, відкидає м'яч назад. Його повинен спіймати *пантер* (англ. *punter*) і з рук вибити м'яч у поле.

У двох випадках гравці, що вибивають м'яч переслідують дві мети: вибити м'яч як можна далі і зробити це так, щоб м'яч знаходився у польоті як можна довше. Оскільки мета цього ігрового епізоду визначити положення з якого команда, що приймає м'яч почне своє просування до очкової зони суперника, то команда, яка приймає м'яч, спіймавши його старається повернути його як можна ближче до очкової зони команди, що вибиває. У той же час команда, яка вибиває прагне зупинити суперника як можна далі від своєї очкової зони. Тому тривалий час польоту м'яча дозволяє гравцям команди, що вибиває, добігти як можна ближче до суперника.

Якщо вибитий м'яч вилітає за очкову лінію і там залишається, то це називається *тачбек* (англ. *touchback*). У цьому випадку команда, яка приймає починає рух до очкової зони суперника з 20-ти ярдової лінії у своїй зоні.

Спроба забити *філд гол* (англ. *field goal*) це третій епізод, коли по м'ячу наноситься удар ногою. У цьому випадку лонг-снепер відкидає м'яч назад, і його ловить *холдер* (англ. *holder*). Завдання холдера поставити м'яч вертикально на землю, притримуючи його зверху рукою, так, щоб кіккеру було зручно нанести удар по воротам. Якщо кіккер попав у ціль, його команда отримує або 3 очки, або 1 очко (якщо філд гол був забитий як додаткове очко після тачдауна). У випадку промаху, команда, проти якої виконувався удар, починає просування до очкової зони суперника з місця невлучного удару. Саме цей факт визначає вибір наступаючої команди між пантом і спробою філд гола. Кіккери рідко ризикують пробивати філд голи з відстані більше за 45-50 ярдів.

Порушення. Різні порушення караються переміщенням м'яча в один або інший бік на визначене число ярдів; розіграш зазвичай переграється з тієї ж спроби. При цьому нападаюча команда може отримати нову серію з 4-х спроб або автоматично, або тому, що покарання пересунуло м'яч на 10 ярдів або більше. Якщо покарання перенесло би м'яч в очкову зону, воно замінюється на покарання, яке складає половину відстані до очкової зони.

Суддя подає сигнал про порушення підняттям на полі жовтого прапорця. Команда, яка постраждала може прийняти або відхилити покарання. Зазвичай покарання відхиляється, якщо в результаті покарання команда, яка провинилася отримує перевагу (наприклад, команда нападу заробила тачдаун, але при цьому під час розіграшу був зареєстрований офсайд).

Найчастіше зустрічаються такі порушення:

- Фальстарт (False start) — гравець нападу починає рух (крім обумовлених перебіжок) до снепа після того, як команда вишикувалась для розіграшу. Напад карається п'ятьма ярдами.

- Офсайд (Offsides) — гравець захисту не знаходився на своїй стороні під час початку розіграшу. Захист карається п'ятьома ярдами.
- Затримка (Holding) — гравець тримав або тягнув гравця команди суперника, у якого не було м'яча. Команда, яка провинилася карається десятьма ярдами.
- Перешкода пасу (Pass interference) — гравець нападу або захисту заважав гравцю протилежної команди спіймати пас вперед, не намагаючись при цьому спіймати його сам. У випадку порушення нападом, покарання складає 10 ярдів. Якщо провинився захист, то м'яч переноситься у місце порушення. Якщо порушення було в очковій зоні, то м'яч ставиться на 1-ярдову відмітку.
- Затягування гри (Delay of Game) — нападаюча команда не почала черговий розіграш за відведений на це час. Покарання — 5 ярдів.
- Персональні порушення: караються 15 ярдами.
- Захват маски (Face mask) — гравець тягнув іншого за маску шлема.
- Атака пасуючого і атака кікера (roughing the passer/kicker) — гравець захисту атакував пасуючого або кікера, коли у того не було м'яча.
- Непотрібна грубість (unnecessary roughness) — гравець грубо атакував суперника після закінчення розіграшу, наприклад, коли той був за межами поля.

Ролі гравців.

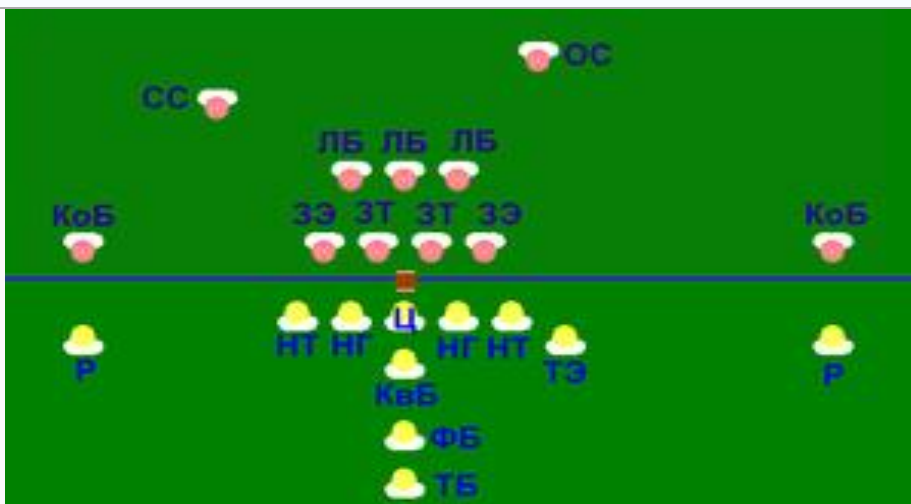


Рис. 2. Приблизна розстановка гравців нападу і захисту.

Нападаюча команда. Нападаючою командою називається команда, яка володіє м'ячем і починає розіграш.

Нападаюча команда складається з квотербека (англ. *quarterback*), лайнменів (англ. *linemen*), беків (англ. *backs*) і ресиверів (англ. *receivers*).

- Основна функція *лайнменів* — блокувати гравців захисту. Лайнмени вишикуються в *лінію нападу*. Лінія нападу включає в себе наступних гравців:
 - *Центр* (Ц) (center) — основний лайнмен: скидає м'яч назад квотербеку на початку розіграшу.

- *Нападаючі гарди* (НГ) (offensive guard) — два гравця, які знаходяться ліворуч і праворуч від центру.

- *Нападаючі таклі* (НТ) (offensive tackle) — знаходяться з двох боків від нападаючих гардів.

- *Тайт-енд* (ТЭ) (tight end) — тайт-енд грає збоку від таклів. Тайт-енд на різницю від інших лайнменів може приймати м'яч, тому він виконує блокувальну та приймальну роль у залежності від обраного типу розіграшу.

- Беки и ресивери в основному просувають м'яч вперед. Беки, як правило, отримують м'яч безпосередньо від квотербека. Ресивери зазвичай приймають паси вперед.

- *Ресивер* (Р) (wide receiver) — основним завданням ресивера є отримання пасу від квотербека. Для цього ресивер повинен володіти доброю швидкістю і вмінням ловити м'яч у складних ситуаціях. Ресивери зазвичай розміщуються на дальніх краях лінії нападу.

- *Фуллбек* (ФБ) (fullback) — гравець, який знаходиться позаду лінії нападу (позаду від квотербека). Він може блокувати, бігти з м'ячем, ловити короткі паси. Під час бігових розіграшів в його основне завдання найчастіше входить «розчищення дороги» тейлбеку.

- *Тейлбек* (ТБ) (tailback), або "Халфбек" (ХБ) (halfback) — гравець, який знаходиться позаду всіх гравців нападу, в завдання якого входить пронос м'яча вперед під час бігових розіграшів. Тейлбек повинен уміти міцно тримати м'яч, знаходити проріхи в обороні та намагатися пробігати через них, використовуючи фінти проти гравців суперника.

- *Квотербек* (КвБ) (quarterback) — основний гравець нападу, знаходиться безпосередньо за центром і приймає від нього м'яч на початку розіграшу. Квотербек — мозковий центр команди. Він вирішає який тип розіграшу буде виконувати команда, віддає паси, передає м'яч гравцям для бігових розіграшів і, іноді, сам просуває м'яч вперед.

Нападаюча команда старається використовувати свої сильні сторони для просування м'яча вперед. Команда з сильними беками може віддавати перевагу пересуванню м'яча по землі. Команда з сильними ресиверами і квотербеком буде багато пасувати. Зазвичай, нападаюча команда намагається міняти типи розіграшів, щоб не дати команді суперника передбачити тип розіграшу і підготуватися до нього. У залежності від ситуації, нападаюча команда використовує різні початкові розстановки. Деякі початкові розстановки більше підходять для бігової гри, деякі — для гри в пас. Команда може випускати більше ресиверів на полі, якщо необхідно просунути м'яч на велику відстань будь-якою ціною, або більше «тяжких» лайнменів, якщо вимагається просунути м'яч на невелику відстань, наприклад, щоб заробити тачдаун поряд з очковою

зоною.

Основні правила гри в нападі:

- Необхідно мати 7 гравців на лінії розіграшу (англ. line of scrimmage).
- Перед початком розіграшу ніхто з гравців нападу не має права рухатися. Єдине виключення: один гравець може переміщуватися у момент початку розіграшу вздовж лінії нападу.

- Тільки два гравця, які замикають лінію нападу, і всі гравці, які знаходяться позаду, можуть приймати м'яч. У випадку, якщо м'яч загублений (фамбл), це обмеження знімається і всі гравці можуть боротися за м'яч.

Команда, яка захищається — це команда, яка на початку розіграшу не володіє м'ячем.

На відміну від нападаючої команди, команда, яка захищається не обмежена правилами у розстановці гравців на полі. Єдине обмеження — всі гравці повинні знаходитися на своєму боці від лінії, на якій стоїть м'яч до початку розіграшу (лінії нападу). Однак, більшість команд включає в себе лінію захисту, яка складається з захисних таклів і ендів, лайнбекерів, що стоять позаду, і захисних беків — корнербеків і сейфті.

Захисні енди (ЗЕ) (defensive ends) — два гравці, які стоять на краях захисної лінії. Їх завдання — спробувати добратися до пасуючого, а також зупинити гравців з м'ячем, які намагаються пронести м'яч по краям. Більш швидкий енд зазвичай розміщується праворуч, щоб знаходитися у сліпій зоні квотербека-правші.

Захисні такли (ЗТ) (defensive tackles) — гравці, які знаходяться між ендами. В їх завдання входить атака квотербека і запобігання проривів з м'ячем посередині.



Лайнбекери (ЛБ) (linebackers) — гравці, які розміщуються позаду лінії захисту. Лайнбекери — основні гравці захисту, вони виконують безліч функцій у залежності від ситуації. В завдання лайнбекера може входити атака на квотербека, прикриття ресиверів, атака гравця, що біжить з м'ячем. Центрального лайнбекера іноді називають «квотербеком захисту». В його завдання входить розгадування задумки суперника і вибір правильної розстановки гравців захисту.

Захисники атакують гравця з м'ячем

Захисні беки (defensive backs):

корнербеки (КоБ) (cornerbacks) — гравці, які

прикривають ресиверів, намагаючись відбити або перехопити м'яч. Якщо нападаюча команда обрала біговий розіграш, корнербек атакує гравця з м'ячем.

відкритий сейфти (OC) (free safety) и *сильний сейфти* (CC) (strong safety)) — гравці, які розташовуються позаду інших гравців захисту. Вони допомагають корнербекам прикривати ресиверів, особливо під час спроб дальнього пасу.

Команда, яка захищається, намагаючись передбачити розвиток атаки, вибирає схему захисту, що найбільш підходить. Схеми зазвичай містять у собі наступні елементи:

Бліц — лайнбекери або захисні беки намагаються атакувати пасуючого.

Зонний захист — гравець захисту прикриває визначену зону поля.

Індивідуальний захист — гравець захисту прикриває певного гравця нападу.

Основні правила гри в захисті:

Гравці захисту не можуть заважати гравцю нападу прийняти м'яч під час пасу, якщо він знаходиться далі п'яти ярдів від лінії нападу, якщо гравці захисту самі не здібні прийняти м'яч. Наприклад, порушенням є момент, коли корнербек затримує ресивера, при цьому не дивлячись на м'яч, що летить.

Забороняється хватати гравців за маску шолома.

Забороняється атакувати пасуючого або партнера, після того, як той позбавився від м'яча.

Забороняється пересікати лінію нападу під час початку розіграшу.

Спеціальні команди. Спеціальними командами називають гравців, які виходять на поле, коли м'яч вибивається ногами — під час початкового розіграшу, під час четвертої спроби, коли нападаюча команда вибиває м'яч, під час спроб забити гол або заробити додаткове очко після тачдауна. Більшість гравців спеціальних команд — запасні гравці для інших позицій атаки або оборони.



Особливі гравці, які грають в спеціальних командах:

Кікер (placekicker) — гравець, який вибиває м'яч під час початкових розіграшів і під час спроб забити гол.

Спроба забити гол

Холдер (holder) — гравець, який повинен

прийняти м'яч, поставити його на землю і притримати його для кікера.

Зазвичай холдер розміщується в 7–8 ярдах від лінії, на якій стоїть м'яч. Часто в ролі холдера виступає запасний квотербек або пантер.

Пантер (punter) — гравець, який вибиває м'яч з рук у ситуації, коли м'яч необхідно віддати протилежній команді, але як можна далі від своєї очкової зони (зазвичай під час 4-ї спроби).

Далекий снєппер (long snapper) — гравець, який виконує роль центра в спеціальній команді.

Повертачі (kick returner і punt returner) — гравці команди, що приймає, ті які ловлять м'яч і намагаються пронести його як можна далі.

У випадку спеціальних розіграшів гравці, які пробивають (кікер з холдером або пантер) розташовуються на значній відстані від лінії нападу, щоб не дати можливості гравцям захисту заблокувати удар. Далекий снєппер при цьому відкидає м'яч сильним кидком між ніг.

Основні правила під час початкового розіграшу:

Ніхто не може пересікати лінію нападу до того як м'яч вибитий.

М'яч повинен пролетіти хоча б 10 ярдів перш, ніж вибиваюча команда може його торкатися.

Якщо гравець захисту спіймав м'яч в очковій зоні і залишився в ній, або м'яч покинув поле в очковій зоні, приймаюча команда починає гру з 20-ярдової відмітки (тобто тачбек)

Якщо м'яч вилетів за бокову лінію перш, чим його хто-небудь торкнувся, об'являється порушення, і приймаюча команда починає розіграш з 40-ярдової відмітки.

Основні типи початкового розіграшу:

Далекий удар — самий розповсюджений тип. Вибиваюча команда вибиває м'яч як можна далі, щоб заставити команду, яка повертається, пройти як можна більшу відстань до очкової зони.

Ковзний удар (squib kick) — удар, при якому м'яч летить низько, відскакуючи від землі. Використовується в ситуаціях, коли швидкі гравці команди, яка повертається здібні повернути м'яч через все поле і заробити тачдаун. Вибиваюча команда жертвує позицією на полі, але м'яч при цьому попадає в руки більш повільних гравців.

Удар в сторону (on-side kick) — удар, при якому кікер б'є м'яч в землю, щоб він, пролетів мінімальну відстань (10 ярдів), попав у руки вибиваючої команди. Цей тип використовується зазвичай в критичних ситуаціях, коли вибиваюча команда уступає в рахунку в кінці гри і їй необхідно отримати м'яч, щоб зрівняти гру або перемогти. У випадку, якщо команда, яка повертається, отримує м'яч, вона оказується у відмінній позиції для атаки — зазвичай на половині суперника.

Основні правила під час удару м'яча з рук — панте:

Гравці нападу не можуть атакувати пантера, після того, як той позбавився від м'яча.

Гравець приймаючої команди може:

- прийняти м'яч і спробувати повернути його. У цьому випадку, його намагаються зупинити, буцім то він гравець нападу.
- сигналізувати, що він не буде намагатися повернути м'яч, розмахуючи рукою над головою. У цьому випадку розіграш закінчується в момент прийому м'яча, і команда, яка вибиває не має права чіпати приймаючого.
- не приймати м'яч. У цьому випадку м'яч установлюється у тому місці, де він покинув поле або до нього доторкнулися гравці команди, що вибиває.

Якщо м'яч ударився в очковій зоні (або пересік її лінію у студентському або шкільному футболі), повертаюча команда починає атаку з 20-ти ярдової відмітки, тобто тачбек (англ. *touchback*).

Основні стратегії

На перший погляд може здатися, що американський футбол — гра, яка суціль залежить від фізичних параметрів гравців. Насправді ж стратегія у футболі грає першочергову роль. Тренери команди повинні представляти собі сильні і слабкі сторони своєї команди і вміти оцінювати вплив зовнішніх факторів, наприклад, погоди, місця гри, стану поля. На основі цих даних тренери планують стратегію гри, і завданням гравців стає точне виконання стратегії. Кожний гравець, не залежно від позиції на полі, повинен знати стратегію своєї команди і вміти відповідати на стратегію команди суперника.

Стратегія гри в нападі. Плануючи стратегію нападу, тренери намагаються максимілізувати сильні сторони своєї нападаючої команди і використати слабкі сторони команди суперника, враховуючи при цьому багато інших факторів. В основному, розіграші, в яких м'яч несеться руками, вважаються більш надійними, а розіграші, в яких м'яч пасується, вважаються більш ризиковими, тому що можливість перехоплення м'яча гравцями захисту зростає. З іншого погляду, успішний пас, як правило, просуває м'яч на більшу відстань, чим біг з м'ячем.

Нападаюча команда старається знайти баланс між двома видами атаки, щоб не дати команді, яка захищається, подавити атаку, успішно захищаючись проти одної зі схем. Часто нападаюча команда імітує біговий розіграш, при цьому пасуючи, або, навпроти, імітуючи пас і старається пронести м'яч по землі.

По ходу гри нападаюча команда намагається міняти тип розіграшів, щоб

отримати перевагу. Традиційна стратегія — старатися бігти з м'ячем більше на початку гри, щоб вимотати оборону і, настроїти її на гру на землі, відкрити можливість для дальнього паса. Більш сучасна стратегія — Напад Західного побережжя (West Coast offense) (назва йде через те, що одними з перших її використали команди західного узбережжя США), вимагає багато коротких пасів на початку гри, з метою розтягнути оборону і відкрити простір для гри на землі.

Деякі команди традиційно опираються на сильний біг з м'ячем, маючи одного або декількох тейлбеків, здібних до значних проривів. Деякі опираються на сильних квотербеків і ресиверів, покладаючись в основному на гру в пас.

Погодні умови, такі як дощ, вітер, холодна погода, можуть значно послабити гру в пас і заставити нападаючу команду віддавати перевагу бігу з м'ячем.

Щоб виконувати розіграші саме так, як їх задумав тренер команди, всі розіграші записуються в спеціальну командну «Книгу розіграшів». Гравці завчають всі розіграші напам'ять і використовують тільки їх кодові назви або номери.

Стратегія гри у захисті. При грі в захисті команда намагається визначити стратегію суперника і побудувати найбільш успішний захист. Захист може грати більш консервативно, відкочуючись назад, атакуючи квотербека тільки гравцями на лінії і намагаючись перехопити або відбити пас, або більш агресивно, атакуючи квотербека більшою кількістю гравців і «оголюючи» тили.

Як і гравці нападу, гравці захисту можуть імітувати одну схему, заставляючи квотербека міняти атаку, а грати іншу.



Захист намагається вибрати схему захисту (зонну, індивідуальну, або бліц), щоб найбільш ефективно протистояти нападу. Також, захист активно змінює тип гравців, які знаходяться на полі, у залежності від ситуації у грі, випускаючи, наприклад, більше захисних беків, коли напад випускає більше ресиверів.

Лайнбекер «бліцує» квотербека.

Популярність гри

Американський футбол — найпопулярніший вид спорту в США, він збирає у екранів телевізорів мільйони глядачів. Одне з опитувань показало, що американський футбол є улюбленим видом спорту серед жителів США з 1972 року, коли він уперше обійшов за цим показником бейсбол.

Телевізійні рейтинги матчів Національної футбольної ліги вище, ніж у інших спортивних ліг Північної Америки. В день Супер Боула — вирішального матчу сезону в НФЛ — гру загалом дивляться близько 100 мільйонів чоловік у США, а трансляцію ведуть більш ніж в двохстах країнах світу.

Непрофесійний студентський футбол також дуже популярний у США. Чотири університетських стадіони в США вміщує більше 100 тисяч глядачів, і часто вони повністю заповнені. Навіть ігри між старшокласниками часто збирають більше 10 тисяч глядачів.

Історія розвитку американського футболу в Радянському Союзі

Американський футбол для американців це «гра ігор», одне з найулюбленіших видовищ, для європейців і країн колишнього СРСР— він поки загадка. Для одних це гранично жорстка, і навіть сильно жорстока, для інших — найдинамічніша й емоційніша гра. Американський футбол дивний вид спорту для мужніх і відважних людей, дуже динамічний і показовий для глядачів.

З початком періоду перебудови в кінці 80-х, коли фактично прийшов кінець радянської влади, на переломі епох, при зміні одного суспільного устрою на іншій і з'явилася можливість відкрити дорогу американському футболу на радянську землю. В ті часи насолодитися прекрасним видовищем американського футболу могли лише вибрані щасливчики, ті, хто зі службових справ виїжджав до Америки, а також зрідка фрагменти матчів з американського футболу майнули в кадрах зарубіжних кінострічок і навіть у популярному в сімдесяті роки в нашій країні радянському кінофільмі «Вся королівська рать», де в ролі спортсменів виступали чемпіони СРСР з регбі клубу «Пугач». Епізоди незвичайних футбольних баталій знімалися в Москві, на стадіоні «Локомотив», де тоді, в 1970 році, подивитися на цікаве, дуже інтригуюче видовище зібрався цілий натовп роззяв, що не розуміли, що, власне, відбувалося на спортивній арені. От і все, чим в ті далекі роки міг пригостити радянських любителів спорту американський футбол. Тим часом спроби спортивних менеджерів США показати американський футбол на наших стадіонах присікалися самим безжальним чином спортивними державними організаціями, які вважали цей вид спорту неприйнятним для радянського народу. Саме спортивні власті ще в 1979 році відмовили американському промоутерові Тому Келлі в його проханні реалізувати в Радянському Союзі грандіозні плани з розвитку американського футболу. Він пропонував спершу провести в Москві показовий матч двох професійних команд із США, а потім узятися за створення в Союзі декількох десятків команд з американського футболу. Тоді нічого путнього у нього з цієї затії не вийшло, і він виїхав до Гонконгу.

Зародження американського футболу в СРСР бере початок з другої

половини 80-х років, коли не в столиці або якому-небудь іншому крупному місті, а в провінційному Озерське, що під Челябінськом, у працівника заводу №22 ПО «Маяк», Олександра Олександровича Коврігіна, суспільного інструктора, що тренував хокейну команду «Зміна», народилася думка: розвивати американський футбол.

15 грудня 1987 року пройшло перше не тільки в Озерське, але і у всьому Радянському Союзі, тренування з американського футболу (пізніше цей день став уважатися вдень народження клубу «Федерали»). Але займатися цим видом спорту було не так просто, адже потрібна була відповідна екіпіровка, яку в Радянському Союзі дістати було неможливо. Виручила стара хокейна форма і перероблені мотоциклетні шоломи.

Перша очна зустріч радянських глядачів з американським футболем відбулася тільки весною 1989 року. Правда, і її проведення довгий час знаходилося під загрозою зриву: чиновники продовжували «вставляти палиці в колеса» того спортивного «потягу» американського футболу, що наперекір всім труднощам наполегливо і непохитно рухався із США в Радянський Союз. Керівники двох спортивних студентських американських команд – «Старс» і «Буммерс» довго і безрезультатно намагалися отримати дозвіл влаштувати показовий матч в Москві, і ніяк не могли зрозуміти, чому офіційні органи не дають їм «добро» і в'їзну візу. Це питання вирішувалося мало не в Кремлі, на дипломатичному рівні. Тодішніх керівників партії і уряду вдалося таки переконати в тому, що нічого страшного в явищі американського футболу радянському народу не буде. Ухвалити позитивне рішення, мабуть, все ж таки підштовхнули нові віяння у зовнішній і внутрішній політиці Радянського Союзу, що руйнувався на очах, прагнення лідерів держави на чолі з М.С.Горбачовим зробити країну більш відкритою для цивілізованого світу. Коротше кажучи, всі непорозуміння були улагоджені, врешті-решт, вдалося зломити ідеологічні упередження чиновників від спорту і добитися у них зволення на проведення такого чисто «рекламного», показового поєдинку. Так вперше американський футбол з'явився безпосередньо перед очима радянських любителів спорту. Приїзд в столицю американських гостей викликав в спортивному світі СРСР великий ажіотаж. Трибуни Малої спортивної арени «Динамо», в Москві, були переповнені. Понад десять тисяч глядачів прийшли помилуватися на заморську чудасію.

Серед тих, хто спостерігав за показовою зустріччю, були ті нечисленні прихильники цієї гри, що мріяли про те, щоб залучити співвітчизників до споконвічно заокеанського виду спорту. Раніше з волі комуністичної партії і уряду розвивалися лише ті дисципліни, що входили в програму Олімпійських ігор, перемогами на яких доводилися нібито безперечні переваги радянського

ладу. Ідеологічна підоснова розвитку радянського спорту в ті роки вже стрімко відходила на другий план, а на перший висувалося природне бажання людей займатися тим видом спорту, який подобається їм, а не державі. З початком перебудови і демократизації суспільства «зелене світло» було надано не тільки американському футболу, але і ще цілому ряду нових видів спорту, таких як – бейсбол, гольф, бодібілдинг, армреслінг тощо.

Первістки американського футболу в Україні.

До України американський футбол прийшов у 1989 році, тоді в Харкові була створена перша команда «Атланти», на чолі якої були Артур Мартіросян і Юрій Кирсанов. Самі «начальники» колись були відмінними регбістами. На перших порах шукали відповідно собі і членів «коммандос». До них прийшов багато хто з тих, хто раніше теж грав в регбі, причому грав дуже пристойно, виступаючи за команди вищої ліги. У цих спортсменів були хороші навички, що дозволили їм швидко залучитися до американського футболу. Трохи пізніше до команди приєдналися важкоатлети, легкоатлети, борці-вольники. Але перш ніж створити футбольну дружину перші тренера спочатку перевели величезні томи правил американського футболу, які, до речі, внесені до «Книги рекордів Гіннеса» як найскладніші, в світі правила спортивної гри, а вже потім почали тренувати команду, не дивлячись на те що, тоді ні форми, ні інвентарю, ні полів пристосованих для гри не було. Можна сказати, що історія команди Харківських «Атлантів» – це історія виникнення американського футболу в Україні. Назву команди любителі американського футболу в Радянському Союзі почули тільки 26 вересня 1989 р., коли відбувся перший історичний матч між двома командами Радянського Союзу Московськими «Ведмедями», які набули вже деякого досвіду з Німецькими клубами, і зовсім ще новачками в цьому виді спорту Харківськими «Атлантами», які тоді перший раз в своєму житті наділи захисну форму і спеціальну екіпіровку, яку їм «позичили» москвичі. Природно, футболісти з України поступилися в своєму першому матчі – 26:00. І хоча харків'янам явно не вистачало технічних навичок, вони продемонстрували гарячий норів, стійкий характер і волю до перемоги. З тієї миті й почався відлік історії нового клубу.

Харківські «Атланти» були не самотні, в своєму прагненні залучитися до американського футболу, в березні 1990 р. створена команда в Донецьку - «Зубри», коли група ентузіастів провела перше тренування на полі стадіону в районі площі «Перемога». Не маючи можливості роздобути мудровану амуніцію, першопрохідці обходилися тим, що було під руками, а точніше – майже нічим. Тоді в Союзі у багатьох футболістів в ціні були мотоциклетні шоломи, але були вони далеко не у всіх. Природно, немало було травм.

Виручало те, що в Донецьку, наприклад, майже всі перші американські футболісти були людьми «загартованими» - борцями і легкоатлетами з розрядом не нижче за майстра спорту. У правилах також розбиралися по ходу, в основному за допомогою відеокасет, а також поїздок на стажування до Москви, де на той час вже грали в американський футбол. Надалі з червня 1991 р. команда була перейменована в «Скіфи», з листопада 1996 р. «Скіфи-ДонНТУ».

Перша змагальна гра команди, що у той час іменувалася Донецькі «Зубри», відбулася на стадіоні «Шахтар» 15 серпня 1990 р. Суперниками донеччан стали Московські «Маги». Поєдинок був примітний тим, що, не дивлячись на поразку – 06:21, під час нього був зроблений перший тачдаун в історії українського американського футболу. Його автором став ресивер Ігор Дюдін. До речі, наступного дня дивовижну гру презентували в Маріуполі.

У січні 1991 року, в Москві, пройшов перший турнір з американського футболу між командами Радянського Союзу – «Сніжний Кубок Кремля». У турнірі брали участь команди: московські «Ведмеді», челябінські «Федерали», «Сибірські Тигри», московські «Маги», донецькі «Зубри», московські «Молодці». Донецькі «Зубри» завоювали 3 місце на турнірі.

У 1991 році пройшов перший і останній чемпіонат СРСР з американського футболу, в якому брали участь команди: мінські «Зубри», московські «Ведмеді», харківські «Атланти», московські «Орли», донецькі «Скіфи», московські «Маги». Харківські «Атланти» стали бронзовими призерами чемпіонату. У цьому ж році «Атланти» провели перші міжнародні ігри в Німеччині – ігри виграні.

У 1992 році харківські «атланти» вперше зустрілися з напівпрофесіоналами із США і поступилися ним.

У 1992 році пройшов перший чемпіонат СНД з американського футболу, в якому взяли участь команди: московські «Мустанги», харківські «Атланти», московські «Богатирі», мінські «Зубри», московські «Ведмеді», московські «Сфінкси», донецькі «Скіфи». Бронзу в цьому чемпіонаті завоювали донецькі «Скіфи».

Команда спортсменів Києва 20 вересня 1992 року створена завдяки зусиллям Юрія Черепівського, Володимира Білоусова і Геннадія Гончаренко була названа «Ястреби». Надалі команда була перейменована в 1995 р. в «Дестроєрс» (з англ. – Руйнівники), а з листопада 1999 р. в «Слов'яни». З перших днів підготовкою атлетів займався головний тренер Юрій Черепівський. У цьому ж 1992 році були засновані клуби американського футболу «Козаки» в м. Харкові; у Черкасах – «Барси»; у Донецьку – «Спрути». Ці футбольні клуби були складені із спортсменів, що прийшли з інших видів спорту, в основному з боротьби, легкої атлетики й ігрових командних видів

спорту.

Перша перемога української команди над американцями відбулася в липні 1992 року в місті Донецьку. Грали команди: донецькі «Скіфи» – Збірна команда організації «Християнство і спорт» (США) – 19:14. Побити американців у будь-якому виді спорту завжди вважалося надзвичайно престижним. Удвічі престижно було перемогти заокеанських атлетів в тій спортивній дисципліні, яка по праву називається споконвічно американською, такий, як американський футбол. Після гри американський тренер, заявив в пресі: «Ми недооцінили українців. У них дуже великий потенціал, а найголовніше воля до перемоги!».

Федерація американського футболу України є повноправним членом Європейської федерації (EFAF) і в найближчій перспективі планує розширити співробітництво з міжнародними організаціями. ФАФУ – об'єднує 25 аматорських клубів і 6 обласних федерацій.

Різниця правил канадського футболу

Канадський футбол, в який грають, наприклад, в Канадській футбольній лізі, слідує правилам і тактиці, схожим на правила і тактику американського футболу, але деякі тонкі відмінності суттєво змінюють стратегію гри. Наприклад:

Канадська гра ведеться на прямокутному полі 150 ярдів (135 метрів) довжиною і 65 ярдів (60 метрів) шириною. У кожного краю поля, на відстані 110 ярдів один від іншого проведені лінії цілі, і 20-ярдова очкова зона знаходиться між лінією цілі і межею поля. Ворота, на відміну від американського футболу, знаходяться не на границі поля, а на лінії цілі.

На полі знаходяться одночасно 12 гравців кожної команди, замість 11. У складі нападаючої команди грає або додатковий тайт-енд, або ресивер, який називається *слотбек*, у складі команди, яка захищається – додатковий захисний бек у якості противаги.

Команда, яка володіє м'ячем, отримує 3 спроби просунути м'яч на 10 ярдів вперед у бік очкової зони суперника, замість 4.

Коли м'яч попадає в очкову зону в результаті панта, або пробитого мимо воріт удару ногою, і не виноситься із зони захисником, нападаюча команда набирає одне очко (англ. *single*, фр. і застаріле англ. *rouge*).

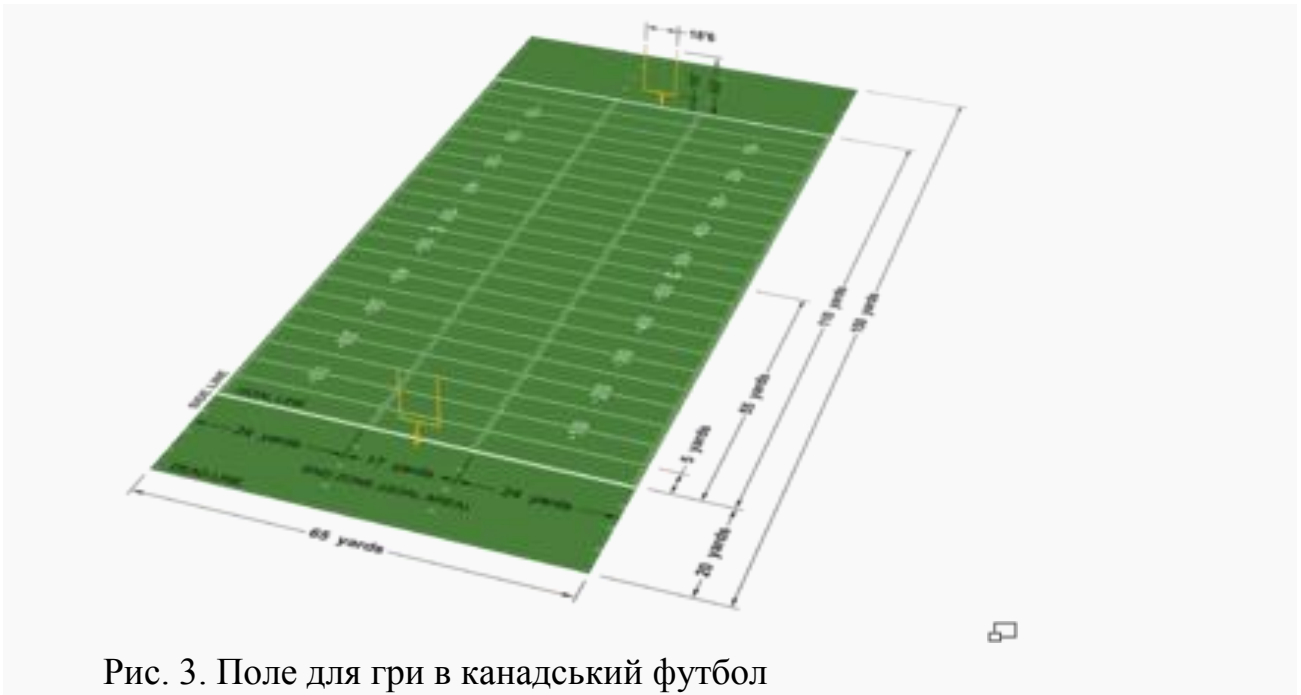
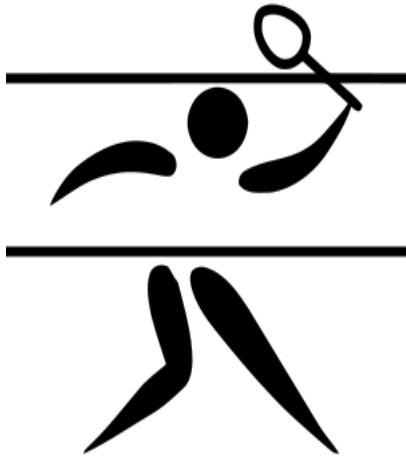


Рис. 3. Поле для гри в канадський футбол

Коли ті, хто повертаються, намагаються оволодіти м'ячем після панта, або пробитого мимо воріт удару ногою, з гравців суперника тільки кікер може підходити до того, хто повертається, ближче чим на п'ять ярдів. Гравець, який підходить ближче п'яти ярдів, карається п'ятнадцятьма ярдами штрафу. Ця ситуація називається англійською *no yards*, французькою *infraction à l'immunité*.

2.2. БАДМІНТОН



Бадмінтон – спортивна гра з воланом і ракеткою, метою якої є влучити воланом у майданчик суперника і не дати зробити те ж саме супернику.

У XIX столітті англійські офіцери, які служили в Індії, захопилися старовинної індійської грою пуна, яку можна вважати прототипом сучасного бадмінтону. Англійці привезли з собою захоплення грою на батьківщину.

Сучасна традиція гри бере початок в Англії, в старовинній садибі Бадмінтон-хаус, власник якої, відомий спортивний ентузіаст і видавець серії книг про види спорту, герцог Бофорт, спорудив у 1873 році першу майданчик для гри в бадмінтон. У 1893 році асоціація бадмінтону Англії опублікувала перший регламент офіційних правил гри.

Грають четверо чи двоє гравців на прямокутному майданчику: для парної гри – 13,4 м у довжину і 6,1 м завширшки; для одиночної гри – відповідно 13,4 м і 5,18 м. майданчик розділений навпіл сіткою, яка натягнута на висоті 1,55 м від землі. З обох боків на відстані 1,98 м від сітки проводяться лінії, які обмежують зони, куди не повинен влучати волан при подачі. Лінії шириною 4 см, наносяться на полі яскравою (білою або жовтою) фарбою і є невід'ємною частиною того поля, яке вони обмежують. Вага волану 4,5-7 г, ракетка схожа на тенісну (вага 135-190 г).

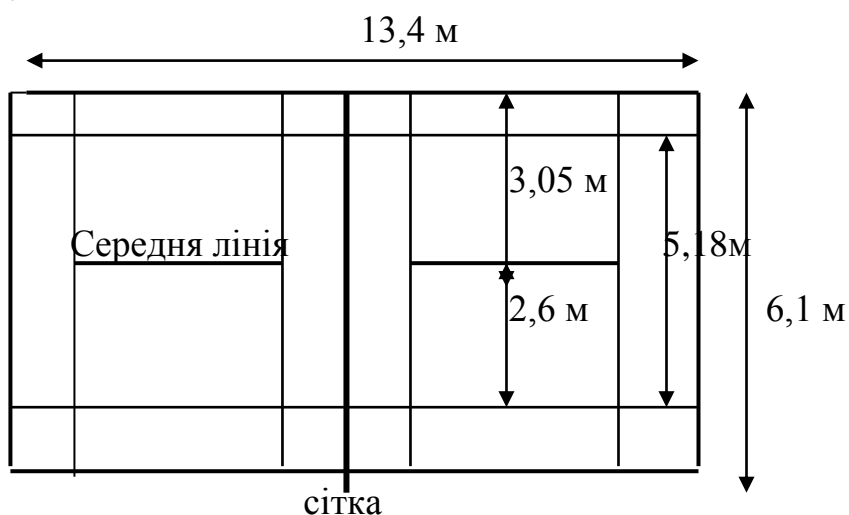


Рис. 1. Макет майданчика для одиночної та парної гри у бадмінтон

Починається гра з подачі, яка здійснюється по діагоналі праворуч при 0 і парному числі очок, ліворуч – при непарному. За сучасними правилами

(введені в 2006 р. для підвищення видовищності матчів) очки нараховуються в кожному розіграші незалежно від приналежності подачі, гра ведеться до 21 очка; за рахунку 20:20 гра продовжується до переваги однієї із сторін у 2 очки або до 30 (сторона, першою набрала 30 очок, виграє). У парній зустрічі у кожній команді по одній подачі, на відміну від старих правил.

У парній грі правила дещо складніше. Приймач має виключно спортсмен, що стоїть по діагоналі від подаючого, але після його удару (прийому подачі) вже немає суворої черговості – бити по волану може будь-який гравець команди, той, якому зручніше; якщо команда, яка подає виграла очко, продовжує подавати той же гравець, але вже з іншої зони подачі, а розстановка гравців приймаючої команди не змінюється до тих пір, поки вони не виграють очко на своїй подачі

Подавати треба в розташоване по діагоналі полі; не можна наступати на лінії, що обмежують поле подачі; не можна рухатися і відривати ноги від землі; в момент удару при подачі волан повинен знаходитися нижче рівня талії, а стрижень ракетки повинен бути направлений вниз; якщо нападник не влучив по волану – це теж втрачене очко. Гравець намагається не тільки перекинути волан через сітку, але й надати його льоту незручний для суперника напрямом. Гравець (команда) вважається переможцем окремого розіграшу в наступних випадках:

- Волан вдарився об майданчик суперника.
- Суперник послав волан за межі ігрового поля, торкнувся волана тілом або одягом.
- Після удару суперника волан торкнувся стелі або інших предметів, що перебувають поблизу від майданчика.
- Суперник під час розіграшу торкнувся сітки тілом або ракеткою, переніс ракетку або частину тіла на бік суперника (проте, очко не буде зараховано, якщо початковий контакт ракетки з воланом був на стороні пробиваючого і ракетка була перенесена на чужу сторону по інерції).
- Помилкою вважається і затримка волана на ракетці («кидок»).
Забороняється ставити блок ракеткою безпосередньо біля сітки.

Помилки не буде, якщо при подачі чи під час гри волан торкнеться сітки і перелетить через неї.

Всесвітня федерація бадмінтону (англ. Badminton World Federation (BWF)) була створена в 1934 році. З 1947 року проводяться найбільші командні змагання серед чоловіків – Кубок Томаса. Серед жінок головний командний старт — Кубок Убер проводиться з 1955 року.

У 1972 і 1988 роках були проведені показові виступи на Олімпійських

іграх. Бадмінтон на *Олімпійських іграх* дебютував у 1992 році в Барселоні. Тоді були розіграні 4 комплекти нагород — в одиночному і парному розрядах для чоловіків та жінок. На наступних Олімпійських іграх в Атланті, в програму змагань був добавлений мікст (змішані пари).

За ці роки у змаганнях брало участь більше 60 країн.

Кваліфікація. На Олімпійські ігри спортсмени кваліфікуються за рейтингом Міжнародної федерації бадмінтону.

Всі спортсмени, що зайняли перші 16 місць рейтингу можуть бути кваліфіковані, хоча від одної країни дозволяється брати участь не більше чим трьом спортсменам (або парам) з верхньої частини рейтингу. Гравці і пари, які зайняли в рейтингу місце до 64 також кваліфікуються на Ігри, причому від кожної країни можна послати не більше двох спортсменів або пар з цієї частини рейтингу. Гравці або пари, які мають рейтинг нижче 64-го місця, можуть бути кваліфіковані, тільки якщо вони є кращими у своїй країні.

Крім того, одного учасника одиночних змагань визначає спеціальний комітет. Є й інші положення: кожний континент повинен мати хоча б одного представника. Ним є кращий спортсмен континенту, якщо ніхто не пробився через стандартну кваліфікацію. Країна-хазяйка Ігор може заявити двох спортсменів або одну пару.

Змагання проводяться за олімпійською системою.

Країни-переможці Олімпійських ігор в бадмінтоні

Країна	Нагороди			Загалом
	золоті	срібні	бронзові	
Китай	18	8	15	41
Індонезія	7	6	6	19
Південна Корея	6	7	6	19
Данія	1	3	4	8
Японія	1	1	1	3
Іспанія	1	0	0	1
Малайзія	-	6	2	8
Великобританія		1	2	3
Індія		1	1	2
Нідерланди		1		1
Росія			1	1

Найвищі досягнення бадмінтоністів України

Українські бадмінтоністи неодноразово були переможцями та призерами на великих міжнародних турнірах у Франції, Нідерландах, Польщі, Румунії, Болгарії, Новій Зеландії, Австрії, Словаччині тощо.

На Чемпіонатах Європи для змішаних команд Україна в 2009 і 2013 році зайняла 5/8 місце, а в 1998, 2000 і 2002 році займала 6 місце, обійшовши такі сильні команди як Росії, Шотландії, Болгарії, Франції, Польщі, Уельсу. У цих змаганнях брали участь, як правило, команди 30 країн.

У липні 2016 у Загребі (Хорватія) на Європейській універсіаді Анастасія Дмитришин – Єлизавета Жарка (Харків) завоювали золото в парі, а Дарина Самарчанц (Харків) срібло в одиночній категорії.

У різні роки Чемпіонами Європи серед студентів були Марія Діптан (Мартиненко), Дмитро Завадський, Олена Прус і пари Олена Прус – Ганна Кобцева, Дмитро Завадський – Віталій Конов (усі Харків).

У травні 2002 році Олена Ноздрань (Дніпро) у світовому рейтингу посіла 10-е місце – це найвище місце наших бадмінтоністок.

У 2000 році Владислав Дружченко (Дніпро) був 15-м у світовому рейтингу і це найвище місце наших бадмінтоністів в чоловічій одиночній категорії.

Українські бадмінтоністи неодноразово виборювали право брати участь в змаганнях на Олімпійських іграх, що вже саме по собі є досягненням, зважаючи на обмежену кількість учасників. Так, в 1996 році в Атланті і в 2000 в Сіднеї виступали Владислав Дружченко, Вікторія Прон і Олена Ноздрань (всі Дніпро). У 2008 році в Пекіні виступали Лариса Грига та Владислав Дружченко (Дніпро), в Лондоні в 2012 році – Лариса Грига та Дмитро Завадський (Дніпро, Харків). У 2016 році в Ріо-де-Жанейро виступали Марія Улітіна (Дніпро) та Артем Почтарьов (Харків), причому виступ Марії Улітіної був найуспішнішим за всі роки участі наших бадмінтоністів на Олімпіадах, вона перемогла на першому етапі в підгрупі, обігравши, в тому числі, 5-ту ракетку світового рейтингу і увійшла в число 13 найсильніших.

2.3. БАСКЕТБОЛ 3x3 (Стрітбол)



Баскетбол 3x3, більш відомий раніше як стрітбол – вид спорту, що набуває все більшої популярності в світі та в Україні. Стрітбол, або вуличний баскетбол з'явився в 1950-х рр. в бідних кварталах США. Від звичайного баскетболу відрізняється кількістю гравців — їх 3, і зоною гри — половиною баскетбольного ігрового поля.

Перший чемпіонат світу відбувся у 2012 р. в Греції. Першими переможцями в турнірі чоловічих команд стала команда Сербії, а в турнірі жіночих команд – збірна США. У 2016 р. жіноча збірна України з баскетболу 3x3 виборола срібні медалі чемпіонату світу, поступившись збірній Чехії. Дмитро Кривенко став переможцем конкурсу данків. Баскетбол 3x3 включений до програми літніх юнацьких Олімпійських Ігор, що відбудуться у Буенос-Айресі (Аргентина) у жовтні 2018 року. Керівництво ФІБА пропонувало включити стрітбол 3x3 в програму літніх Олімпійських ігор 2016 року, але пропозиція була відхилена, що не виключає подальшого позитивного її розгляду.

Вуличний аналог баскетболу, що отримав назву стрітбол грається між двома командами, що складаються з трьох польових гравців та одного запасного. Матч проводиться на майданчику, що дорівнює за площею половині стандартної баскетбольної площадки і в грі використовується одне кільце.

Правила стрітболу дещо відрізняються від баскетбольних правил тим, що гра йде в більш жорсткому варіанті.

Успіх у стрітболі досягається не використанням зростання гравців, а добре продуманою тактикою гри і віртуозним володінням м'ячем.

Слід зазначити, що для гри у стрітбол, так нагадує баскетбол, є два зводу правил, за якими проводяться турніри.

Турнір з стрітболу проводиться за зводів правил, що одержали назву Adidas Streetball Challenge, або ж за правилами, що отримав назву "REEBOK 3x3". Правила мають деякі суттєві відмінності, але разом з тим, мають багато схожого з традиційними правилами гри в баскетбол.

У різновиду вуличного баскетболу, під назвою «Юта» правил немає взагалі.

ПРАВИЛА ГРИ В БАСКЕТБОЛ 3x3

Для всіх ігрових ситуацій, не згаданих спеціально у наведених нижче Правилах гри 3x3, застосовують Офіційні Правила баскетболу ФІБА.

Ст. 1. Майданчик і м'яч. Майданчик для гри 3x3 має розмір 15 м у ширину і 11 м у довжину. Майданчик має розмітку звичайного ігрового майданчика, включно з лінією штрафних кидків (5,80 м), лінією дальніх (двохочкових) кидків (6,75 м) і півкруглою зоною без фолу зіткнення під одним кошиком. Можна використовувати половину звичайного баскетбольного майданчика. Для всіх категорій змагань використовують м'яч розміру 6.

Примітка: Змагання масового рівня з баскетболу 3x3 можуть відбуватися будь-де; розмітку майданчика, якщо вона є, пристосовують до наявних умов.

Ст. 2. Команди. Кожна команда складається з чотирьох (4) гравців – трьох (3) гравців на майданчику і одного (1) запасного. Тренер чи капітан **не передбачається**.

Ст. 3. Судді. Судді гри – це один (1) суддя на майданчику, ще двоє (2) – це секретар і секундометрист.

Примітка: організатори змагань можуть призначити двох (2) суддів на майданчику.

Ст. 4. Початок гри.

4.1. Обидві команди перед початком гри розминаються одночасно.

4.2. Команду, яка отримує перше володіння м'ячем, визначають жеребом (підкиданням монети). Команда, яка виграла жеребкування, може обирати – володіти м'ячем на початку гри, чи на початку можливого додаткового періоду.

4.3. Гру розпочинають, коли на майданчику присутні троє (3) гравців кожної команди.

Примітка: статті 4.3 і 6.4 застосовують тільки для матчів Світового турне (World Tour) і Чемпіонатів світу з гри 3x3 та відповідних кваліфікаційних змагань (ніякого примусу не може бути у змаганнях для широких мас гравців).

Ст. 5. Зарахування очок.

5.1. За м'яч, закинтий зсередини лінії дальніх кидків, зараховують одне (1) очко.

5.2. За м'яч, закинтий з-за лінії дальніх кидків, зараховують два (2) очка.

5.3. За м'яч, закинтий зі штрафного кидка, зараховують одне (1) очко.

Ст. 6. Ігровий час або Переможець гри.

6.1. Основний час гри такий: Один (1) період у 10 хвилин ігрового часу. Ігровий годинник зупиняють, коли м'яч мертвий, та під час штрафних кидків.

Ігровий годинник вмикають, як тільки передача володіння м'ячем закінчилася (як тільки м'яч опиняється в руках гравця команди нападу).

6.2. Проте, команда, яка першою набрала 21 очко чи більше, стає переможцем гри, якщо це відбувається до закінчення основного часу гри. Це правило застосовують тільки для основного часу гри (а не для можливого додаткового періоду).

6.3. Якщо на закінчення ігрового часу рахунок нічийний, призначають додатковий період. Перед початком додаткового періоду має бути перерва тривалістю в одну (1) хвилину. Команда, яка у додатковому періоді першою набере два (2) очка, стає переможцем гри.

6.4. Команда програє гру позбавленням права, якщо на час початку гри, зазначений у розкладі, вона не представлена на ігровому майданчику трьома (3) гравцями, готовими грати. Один гравець може продовжувати гру.

Примітка: Якщо ігрового годинника нема, тривалість ігрового часу визначають організатори змагань на власний розсуд. ФІБА рекомендує встановлювати виграшний ліміт очок відповідно до тривалості ігрового часу (10 хвилин – 10 очок; 15 хвилин – 15 очок; 20 хвилин – 21 очко).

Ст. 7. Фоли/Штрафні кидки.

7.1. Команда підлягає покаранню за командні фоли, після того як вона вчинила сім (7) фолів.

7.2. Гравець, який вчинив чотири (4) фоли, повинен залишити гру.

7.3. Фол, вчинений проти гравця, який перебував у процесі кидка зсередини лінії дальніх кидків, карають одним (1) штрафним кидком.

7.4. Фол, вчинений проти гравця, який перебував у процесі кидка з-за лінії дальніх кидків, карають двома (2) штрафними кидками.

7.5. Фол, вчинений проти гравця, який перебував у процесі кидка, і кидок з гри влучний, карають додатково одним (1) штрафним кидком.

7.6. Коли команда підлягає покаранню за командні фоли, фол, вчинений проти гравця, який не перебував у процесі кидка, карають одним (1) штрафним кидком.

7.7. Покарання за: технічний фол, неспортивний фол (два неспортивних фоли - дискваліфікація), дискваліфікаційний фол – (1) штрафний кидок та вкидання м'яча.

Ст. 8. Імітація активної гри.

8.1. Якщо команда імітує активну гру, чи їй не вдається грати активно і зробити спробу кидка – це порушення.

8.2. Якщо ігровий майданчик обладнаний годинником відліку часу на атаку, команда має виконати спробу кидка з гри протягом **16 секунд**. Годинник вмикають, як тільки м'яч опиняється в руках гравця команди нападу (після того

як відбулася передача володіння м'ячем, або під кошиком після закинутого з гри м'яча).

Примітка: Якщо ігровий майданчик не обладнаний годинником відліку часу на атаку, і команда не виявляє достатньо активних спроб атакувати кошик, суддя попереджає команду тим, що починає відлік останніх п'яти (5) секунд.

Ст. 9. Як грають м'ячем.

9.1. Після кожного закинутого з гри м'яча або останнього влучного штрафного кидка: гравець команди, у кошик якої було закинуто м'яч, поновлює гру тим, що веде або передає м'яч з середини майданчика з місця безпосередньо під кошиком (не з-за лицьової лінії) у будь-яке місце майданчика за лінією дальніх кидків.

Команді, яка захищається, не дозволено намагатися оволодіти м'ячем у півкруглій зоні без фолу зіткнення під кошиком.

9.2. Після кожного невдалого кидка з гри або останнього штрафного кидка:

Якщо м'яч підбирає команда, яка атакувала, вона може і далі намагатися закинути м'яч, і не виводити м'яч за лінію дальніх кидків.

Якщо м'яч підбирає команда, яка захищалася, вона повинна вивести м'яч за лінію дальніх кидків (передачею або веденням).

9.3. Володіння м'ячем, надане команді після будь-якої ситуації мертвого м'яча, іншої, ніж влучний кидок, починається з того, що гравець команди, яка захищалася, передає м'яч гравцеві команди, яка нападає, за лінією дальніх кидків на місці навпроти лінії штрафних кидків.

9.4. Вважають, що гравець перебуває за лінією дальніх кидків, якщо жодна з його ніг не перебуває всередині чи на лінії дальніх кидків.

9.5. У разі ситуації спірного кидка м'яч передають команді, яка захищається.

Ст. 10. Заміни.

Заміна дозволена будь-якій команді, коли м'яч мертвий, перед уведенням м'яча у гру. Запасний може увійти у гру після того, як його партнер вийде з майданчика та партнери доторкнуться один одного. Заміни можуть відбуватися тільки за лицьовою лінією, що протилежна кошику. Запасним не потрібно дозволу чи запрошення від суддів чи суддів за столом.

Ст. 11. Тайм-аути.

Кожній команді надають один (1) 30-секундний тайм-аут. Будь-який гравець може просити тайм-аут, коли м'яч мертвий.

2.4. БЕЙСБОЛ

Бейсбол (англ. *baseball*, від *base* — база, основа і *ball* — м'яч) — командна спортивна гра з м'ячем і битою. У змаганнях беруть участь дві команди по дев'ять (іноді десять) гравців кожна.

Бейсбол з'явився в США на початку XIX сторіччя. Вважається, що основою гри послужила англійська гра «раундерс». Перший офіційний матч був проведений у 1820 р. в Нью-Йорку. У 1845 р. створений перший професійний клуб. Гра широко розповсюджена в США, Канаді, Мексиці, Латинській Америці і Карибах, Австралії, Японії, Кореї та інших країнах. На теперішній час в бейсбол грають більше чим в 120 країнах світу. Чемпіонат світу з бейсболу проводиться з 1938 року серед чоловіків і з 2004 року серед жінок. Найбільш бейсбол популярний в Америці, на Кубі, в Японії, Китаї і Кореї.

В США, Японії, Чехії та інших країнах розповсюджений також софтбол — спрощений варіант бейсболу — гра, яку можна проводити в приміщеннях і на невеликих полях.

До зріднених бейсболу видів спорту відносяться крикет, песаполо в Фінляндії, ойна в Румунії і лапта в Росії.

Історія розвитку гри в Україні

У бейсбол в Україні грають з 1986 року. Українські команди упевнено виглядали в радянському чемпіонаті, декілька гравців брали участь у виступах збірної команди Радянського Союзу.

З 1991 р. українська федерація бейсболу і софтболу є членом Європейської Конфедерації та Світової Асоціації. Національна збірна команда України декілька разів виграла Європейські Чемпіонати в дивізіоні Б – 1993, 2000, 2004 рр. і здобувала у боротьбі право брати участь в олімпійському відборі в групі А. Українські команди двічі вигрвали юніорську Першість Європи (1996 і 2004 рр.), двічі були „бронзовими” в кадетських Першостях Європи (1996-97 рр.), один раз виграли третє місце в Європі в юнацькій віковій категорії (2003 р.). Збірна кадетів у 1998 р. представляла країну в Чемпіонаті Світу, молодіжна команда у 2000 р. брала участь у Світовій Серії в США. В Україні проводять національний чемпіонат у двох дивізіонах і Першість у всіх вікових категоріях, існує також першість серед малих Ліг.

У 2007 році гравці і тренери Кіровоградської команди представляли нашу країну у Європейській першості в Кутно (Польща), де здобули в боротьбі 1 місце. Переможці отримали путівку до Світової Першості до Детройту (США).

З 7 по 12 липня 2008 р. в м. Трнава (Словаччина) проходив Чемпіонат Європи серед дорослих гравців (група Б). За право виходу в європейську еліту

бейсболу боролися 5 команд – з Фінляндії, Румунії, Словаччини, України, Угорщини. Основними претендентами на перше місце вважалася команда Румунії. Румунська збірна складалася з досвідчених гравців, які брали участь у змаганнях в США. За кінцевими результатами змагань збірна України буде представляти країну у вищому дивізіоні з бейсболу.

В 2012 р. в м. Брно (Чехія) молодіжна бейсбольна команда U-21 на чемпіонаті Європи виборола срібні нагороди. Найбільший успіх прийшов у 2016 р. коли наша молодіжна команда в Тель-Авіві (Ізраїль) в фіналі обіграла росіян і завоювала золоті нагороди першості континенту.

В Україні на теперішній час у вищій лізі Чемпіонату країни грає 12 команд, які представляють два дивізіони – А та Б, дивізіон Б складається з південної та північної групи. В Чемпіонаті України беруть участь команди м. Кропивницького, Києва, Дніпра, Рівного, Сум, Чернівців, Полтави, Чорноморського. Переможці чемпіонату України 2016 р. клуб «КНТУ-Єлізаветград» (м. Кропивницький) посів 29 місце в топі-50 бейсбольних команд Європи.

Правила. В кожній окремій грі беруть участь дві команди, які по черзі грають в нападі та захисті.

Мета гри — набрати більше очок/пробіжок (англ. *run*), чим команда суперника. Очко зараховується, коли гравець команди, яка грає у нападі,



пробігає по черзі всі бази (квадратні (30 см х 30 см) подушечки, прикріплені до землі), розташовані в кутах квадрату зі сторонами 90 футів (27,4 метра).

Рухи пітчера

В бейсбол зазвичай грають білим м'ячем

розміром з кулак з червоними стежками. В кожній команді грають 9 або 10 гравців. Кути ігрового «квадрату» називають проти часової стрілки «дім», 1-а база, 2-а база и 3-я база.

На початку гри одна з команд (зазвичай домашня команда) грає в захисті. 9 гравців команди, яка грає в захисті, виходять на поле і намагаються не дати іншій команді заробити очки. Гостьова команда першою грає в нападі та намагається набрати очки. Очки заробляють так: починаючи з «дому», кожний гравець нападаючої команди старається заробити право бігти проти часової стрілки до наступної бази (кута квадрату) і, добігши, доторкнутися до бази,

продовжуючи бігти до кожної наступної бази і, врешті решт, повернутися до «дому», заробивши при цьому очко.

Перш, ніж гравець нападаючої команди може почати бігти, гравець команди захисту, який називається «пітчером» (від англійського *pitch* — подача), встає у визначеному місці в середині ігрового квадрату. Інші 8 гравців команди, яка захищається також знаходяться на полі, кожний в своїй позиції.

Гравець команди, яка грає в нападі, що називається «б'ющим», встає рядом з «домом», держачи круглу в січенні биту, зазвичай зроблену з дерева або з алюмінію. Б'ющий чекає, коли пітчер кине м'яч в сторону «дома». Пітчер кидає м'яч в сторону «дома», і б'ющий намагається відбити м'яч битою. Якщо б'ющому вдалося відбити м'яч в поле, він повинен кинути биту і почати бігти в сторону 1-й бази (існують й інші способи досягнути першої бази).

Коли б'ющий починає бігти, він називається «бігучим». Якщо бігучий добрався до бази, він об'являється «в безпеці» (*safe*), інакше суддя об'являє «аут» (*out*). Якщо гравець об'явлений в «ауті» він повинен піти з поля і залишитися на лавці (англ. *dugout*).

Існує багато способів, якими команда, що захищається може вивести нападаючого гравця в аут. Для простоти далі наведені п'ять самих популярних способів:

- Страйк-аут: б'ющий не зміг заробити права бігти на першу базу. Пітчер успішно запобіг спробі б'ющого ударити по м'ячу (зазвичай б'ющий 3 рази промахнувся).

- Граунд-аут: б'ющий відбив м'яч в поле, але гравець захисту підібрав м'яч і кинув його гравцю, який стоїть на 1-й базі перш, чим б'ющий встиг її доторкнутися.

- Форс-аут: гравець нападу повинен був бігти на базу (за правилами), але гравець захисту встав на цю базу з м'ячем в руці перш, ніж той встиг це зробити. Граунд-аут — один з багатьох варіантів форс-аута.



- Флай-аут: гравець захисту спіймав відбитий м'яч, перш, чим м'яч торкнувся землі.

- «Тег-аут»: гравець захисту торкнувся м'ячем бігучого команди нападу, коли бігучий був між базами.

Кожна гра розділена на періоди — «інінги» (*inning*), в кожному з яких кожна команда грає по разу в нападі і в захисті. Кожний раз, коли три гравця команди нападу відправилися в аут, команди міняються місцями (таким чином, у кожному інінгу шість аутів — три для кожної

команди). Зазвичай гра складається з 9 іннінгів. У випадку рівного рахунку на закінчення останнього іннінгу призначаються додаткові.

Подача і відбивання м'яча. Основою бейсболу є протиборство пітчера і б'ющого.

Б'ющий повинен вирішити: треба йому відбивати поданий пітчером м'яч або ні. М'яч подається з великою швидкістю, і пітчер часто старається замаскувати тип подачі та подати м'яч так, щоб його було дуже складно відбити, тому на прийняття рішення відводяться долі секунди. Б'ющі вивчають звички пітчера, стараючись передбачити тип подачі, часто це єдиний спосіб відбити м'яч, поданий хорошим пітчером. Пітчери вивчають сильні та слабкі сторони б'ющих, намагаючись подати саме такі подачі, які важко відбити конкретному б'ющому.

Кожний вихід б'ющого до дому складається з серії подач. Кожну подачу пітчер кидає в сторону дома, при цьому б'ющий повинен знаходитися в своїй зоні. Якщо б'ющий махнув битою (бита пересікла передню лінію дома) і не влучив по м'ячу, йому зараховується *страйк* (англ. *strike*). Якщо б'ющий не махнув битою, то суддя, який стоїть позаду кетчера визначає, чи пролетів м'яч над домом на висоті від колін до грудей б'ющого, тобто в зоні *страйку*, в цьому випадку також зараховується страйк. В іншому випадку зараховується *бол* (англ. *ball*).

Якщо б'ющий влучає по м'ячу, але при цьому м'яч не попадає в поле, то зараховується *фаул-бол* (при цьому всі гравці нападу повинні повернутися на бази, де вони знаходились до відбивання) (англ. *foul ball*). Фаул-бол також вважається страйком, за виключенням випадку, коли на рахунку б'ющого вже є два страйки, у цьому випадку рахунок болів і страйків не змінюється.

Якщо б'ющий набирає три страйки — це називається *страйк-аут* — б'ющий вибуває з гри. У випадку чотирьох болів б'ющий автоматично займає першу базу. Така ситуація називається *уок* (англ. *walk*). Б'ющий автоматично займає першу базу також у випадку, якщо подача влучила в нього (*hit by pitch*). У випадку, якщо суддя вважає, що пітчер навмисно подає у відбиваючого (зазвичай після декількох подач у відбиваючого підряд), суддя може видалити пітчера.

Біг між базами. Б'ющий, який отримав право бігти, називається бігучим. Кожний бігучий знаходиться на одній з баз і старається зайняти наступну базу. На кожній базі може бути тільки один гравець нападаючої команди. Таким чином, максимально 4 гравця нападу можуть знаходитися на полі одночасно — 1 б'ющий і по одному на кожній базі. Гравець, який торкнувся бази, не може бути відправлений в аут. Не може бути

відправлений в аут і гравець, який торкнувся першої бази і негайно вернувся на неї. Отже, гравці намагаються випередити захист і добігти до наступної бази. Гравці можуть бігти між базами у будь-який момент. Якщо м'яч торкнувся землі після удару б'ючого, то гравець нападу повинен бігти на наступну базу, якщо він буде витіснений іншим гравцем.

Удар, що пролетів все поле і вилетів за його межі, називається хоум-ран (англ. *home run*). Такий удар дозволяє набрати очки б'ющому і всім бігучим.

Гравці на базах можуть спробувати бігти на наступну базу в момент подачі — украсти базу, але вони ризикують бути захопленими зненацька пітчером, який кинув м'яч гравцю своєї команди, що стоїть на базі, або бути спійманими кетчером, який кинув м'яч на ту базу, яку намагаються вкрати.

Якщо б'ючий відбив м'яч, так що його спіймали з льоту, бігучі повинні повернутися на свої бази і знову торкнутися їх, після чого мають право бігти на наступну базу, якщо вважають що зможуть це зробити за правилами.

Ігрове поле

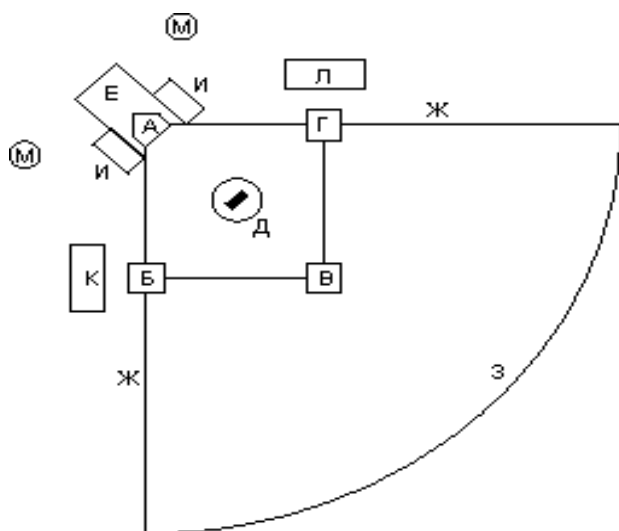


Рис. 1. Поле для гри в бейсбол.

- А - домашня база
- Б - перша база
- В - друга база
- Г - третя база
- Д - пітчерський горбок
- Е - зона для кетчера
- Ж - лінії фаул
- З - огорожа поля
- И - зони для б'ючого
- К - зона для тренера першої бази
- Л - зона для тренера третьої бази
- М - зони для розминки наступного б'ючого

Бейсбольне поле займає за площею приблизно один гектар (майданчик для юніорів на одну третину менший). Розмітка поля основана на базах, які

окреслюють квадрат або «інфілд» (внутрішнє поле) з основою в домашній базі (біля якої стоїть б'ющий для відбиття кидків пітчера).

Квадрат має трав'яне покриття, за виключенням коридорів між базами, спеціального підвищення для пітчера (пітчеського горбка) і невеликої зони за домашньою базою для «кетчера» (гравця захисту, який приймає подачі пітчера).

Пітчеський горбок розташований в центрі квадрату і піднятий на 45 см (для юніорських змагань на 25 см) над загальним рівнем поля. На вершині горбка закріплюється пластина з вибіленої твердої гуми, якої пітчер повинен торкнутися ногою при виконанні кидка в дім б'ющому.

Домашня база або «дім» — це п'ятикутник з вибіленої гуми, тільки дві його сторони створюють клин. Дім розташовується таким чином, щоб клин показував на кетчера. Більша сторона прямокутника звернена до пітчера. перша, друга і третя бази представляють собою білі квадрати з м'якого матеріалу, обшиті полотном і прикріплені до землі металевими скобами.

Межами ігрового поля є білі лінії з молотої крейди, що йдуть від дому до першої і третьої баз і далі до огорожі поля. Ці лінії називаються лініями «фаул», оскільки територія поза цих ліній також називається «фаул». Ігрова ж територія називається «фер». На стадіонах, призначених для змагань серед дорослих команд, довжина ліній фаул повинна бути не менше за 75 м, але може бути вищою і за 100 м (на майданчику для юніорів — не менше 50 м). Відстань до огорожі поля по центру поля повинна бути більше ніж по лініям фаул.

Частина поля між квадратом і огорожею називається «аутфілдом» (дальнє поле), але квадрат і аутфілд не відокремлюються спеціальною розміткою, а переміщення між ними не обмежено для гравців захисту. Аутфілд має трав'яне покриття.

З двох сторін від дому розташовані прямокутні зони для б'ющих (для ліворуких і праворуких). За лініями фаул в п'яти метрах від першої і третьої баз знаходяться прямокутні зони для тренерів нападаючої команди, в завдання яких входить керівництво просуванням гравців атаки по базам. На відстані 12 м від дому біля лавок двох команд розташовані круглі зони для розминки наступного б'ющого.

Терміни

- Аут (Out) — ситуація (або команда судді), яка означає, що гравець нападу в цьому періоді (іннінзі) виведений з гри.
- Аутфілдер (Outfielder) — гравець команди, яка захищається, він патрулює зовнішнє поле: правий польовий, центральний і лівий гравці.
- Ампайр — суддя, в бейсболі 4 судді, по одному на кожній «базі» і один на «домі».

- Бант (Bunt) — короткий удар, після якого м'яч відкочується приблизно на метр від «бази».

- Бок (Balk) — команда судді, яка означає помилку пітчера. У цьому випадку гравці нападу, які знаходяться на цей час на базах, отримують право безперешкодно переміститися на наступну базу.

- Бол (Ball) — м'яч, поданий пітчером поза зоною удару і не вражений битою відбиваючого. Після чотирьох болів пітчера в одній серії відбиваючий займає першу базу. Після кожної подачі суддя об'являє кількість болів і страйків. Якщо поданий м'яч спершу ударився об землю, а потім пролетів через зону страйку, подача все одно вважається болом.

- Беттер (batter) — гравець нападу з битою стає біля «дому» (ліворуч або праворуч – як йому зручніше) з битою, прямо перед кетчером.

- Граунд-аут (Ground-out) — беттер вибуває в аут, після того як захисники доставляють м'яч на першу базу швидше ніж він зміг до неї добігти.

- Дабл (Double) — удар, в результаті якого беттер зміг добігти до другої бази.

- Дабл плей (Double play) — розіграш, в процесі якого оборона заробила два аути. Наприклад, в ситуації, коли гравець нападу знаходився на першій базі, б'ючий відбив м'яч так, щоб захист доставив м'яч на другу базу, а потім на першу, до того як бігучий і б'ючий змогли їх досягнути, заробивши таким чином два аути.

- вимушений подвійний аут (Force double play) — гра, в якій два аути відбуваються в результаті вимушеної гри.

- зворотний вимушений подвійний аут (Reverse force double play) — гра, в якій перший аут вимушений, а другий відбувається торканням бігуна або бази.

- Інінг (Inning) — період бейсбольного матчу, під час якого команди по разі грають у захисті і нападі. Як правило, матч складається з 9 інінгів.

- Інсайд-Парк Хоум-Ран (Inside-the-park home run) — удар при якому м'яч не залишив територію ігрового поля, але б'ючий встиг пробігти всі бази і повернутися в дім, заробивши очко.

- Інфілд-флай (Infield fly) — м'яч, відбитий високо у повітря поза межі фэйр-території і який ловиться будь-яким гравцем, який знаходиться в межах інфілду, без особливих зусиль при зайнятих першій і другій, або першій, другій і третій базах в ситуації менше двох аутів.

- Кетчер (кетчер) — гравець, який знаходиться за домом і приймає м'яч поданий пітчером.

- Осалювання (Tag) — база вважається осаленою, якщо гравець, який володіє м'ячем, торкнувся її будь-якою частиною тіла. Гравець вважається

осаленим, якщо суперник торкнув його рукою з пасткою і м'ячем або ж вільною рукою. Якщо захисник встиг осалити базу або гравця, а потім упустив м'яч, осалювання зараховується. Осалений гравець нападу вибуває в аут. При осалюванні бази той гравець, який не встиг добратися до неї раніше суперника, вибуває в аут.

- Пітчер (Pitcher) — гравець команди захисту, який подає м'яч.
- Присуджена зустріч — зустріч, закінчена з рахунком 9:0 за рішенням судді в покарання команді, яка грубо порушила правила.
- Ран (Run) — очко, зароблене гравцем нападу.
- Раннер (Runner) — гравець нападу, який знаходиться на базі (оскільки у нього вже немає бити, він перестає називатися беттером).
- Сінгл — удар, в результаті якого беттер зумів добігти до першої бази.
- Страйк (Strike) — помилка, фіксується арбітром в деяких визначених випадках. наприклад, якщо м'яч, торкнувшись бити, попадає прямо в пастку кетчера. Страйк, однак, не зараховується, якщо кетчер не зафіксує м'яч або спіймає його з відскоку від землі.
- Сейв (Save) — ігрова ситуація, виникаюча, коли бігучий досягнув бази раніше м'яча і захопив її. Суддя позначає цю ситуацію розведеними у боки руками.
- Тайм (Time) — команда судді, за якою гра негайно зупиняється і відновлюється тільки після команди «плей» (гра).
- Тріпл — удар, в результаті якого беттер зумів добігти до третьої бази.
- Флайбол (Fly ball) — м'яч, відбитий високо над ігровим полем и спійманий гравцями захисту до того, як він торкнеться землі. У цьому випадку відбиваючий вибуває з гри, а атакуючі вправі почати перебіжки тільки тоді, коли захисник торкнеться м'яча пасткою.
- Фол (Foul) — удар, після якого м'яч виходить за бокову лінію. Рахується як страйк, якщо у пітчера менше 2-х страйків.
- Форс плей (Force play) — вимушена гра, коли гравець нападу зобов'язаний бігти на наступну базу.
- Хіт (Hit) — удар, при якому відбиваючий досягнув 1-ї, 2-ї або 3-ї бази. Якщо цій вдалій пробіжці передувала помилка гравців оборони (не влучний кидок на базу, втрата м'яча на прийомі) — то обороні записується помилка (страйк).
- Шорт-стоп — гравець, який знаходиться між 2-ю і 3-ю базою.
- Хіт (Hit) — будь-який влучний удар по м'ячу, який дозволяє беттеру добігти до бази.
- Хоум ран (Home run) — удар, при якому м'яч пролітає все поле і вилітає за його межі.

Бейсбол на Олімпійських іграх

Бейсбол на Олімпійських іграх дебютував (неофіційно) у 1904 році на третій Олімпіаді сучасності. Через вісім років, у Стокгольмі команда США грала проти команди Швеції і перемогла з рахунком 13-3. На Олімпіаді в Берліні грали дві американські команди. На Олімпіаді в Гельсінкі 1952 року в якості показового виду був представлений песапалло (фінська гра, що нагадує бейсбол), в який грали дві фінські команди. Австралія зіграла один показовий матч проти команди США на іграх 1956 року, а на іграх 1964 року зіграли команди Японії і США. Таким чином, бейсбол частіше інших видів спорту був включений в програму Ігор в статусі показових виступів, проте в 1992 році, на іграх в Барселоні, вперше були розіграні медалі в цьому виді спорту, брало участь 8 команд. Професійні гравці до змагань не допускалися. Формат змагань з тих пір залишився практично незмінним, проте у 2000 році до змагань допустили професіоналів. Всього змагання проводилися на 12 Олімпіадах, останньою з яких стала Пекінська. За весь час в змаганнях взяли участь 17 різних збірних, три з яких — Куба, Італія і Японія брали участь в усіх офіційних змаганнях.

На нараді МОК у липні 2005 року бейсбол був позбавлений статусу олімпійського виду спорту, і постанова набрала чинності з Олімпіади в Лондоні в 2012 році, але в 2016 році бейсбол був повернутий в список олімпійських дисциплін, змагання з цього виду спорту будуть проведені на Олімпійських іграх 2020 р.

Переможці з бейсболу на Олімпійських іграх

Рік, місце проведення ОІ	Нагороди		
	золото	срібло	бронза
1992 р., Барселона	Куба	Тайвань	Японія
1996 р., Атланта	Куба	Японія	США
2000 р., Сідней	США	Куба	Півд. Корея
2004 р., Афіни	Куба	Австралія	Японія
2008 р., Пекін	Корея	Куба	США

2.5. БІЛЬЯРД

Більярд або **білліард** (фр. *billard*, от фр. *Bille* — куля) — збірна назва декількох настільних ігор з різними правилами. Об'єднує їх переміщення куль за допомогою кия по більярдному столу.



Більярдні кулі для гри в пул



Стіл, кий і кулі для гри в пул

Визначення з словника Даля:

БІЛЬЯРД, ч. — вид стола із закраїнами (бортами) і шістьома підвісними до кутів і посеред довгих країв кошелями (лузами), для відомої гри, і сама гра, яка відбувається за допомогою кия и кістяних куль. Більярд складається з двох круглих чотирьохкутників (квадратів), установлюється і укріплюється по рівню і обтягується сукном, без шву.

Історія виникнення і розвитку гри в більярд

Говорячи про походження більярдної гри, неможливо точно встановити час її появи. Відомо лише, що вона, так же як і шахи, дуже давнього походження, а батьківщиною більярду є Азія, за ствердженням одних – Індія, за думкою інших – Китай. Однак в європейських країнах ще до її появи принципи сучасної більярдної гри уже були закладені в деяких іграх.

Наприклад, в народній німецькій грі *Balkespiel*, яка існувала в Німеччині ще в середні віка, використовувались довгі столи з грубими бортами і поглибленнями, куди гравець намагався загнати кам'яну кулю суперника за допомогою дубинки. В Англії приблизно в ті ж роки була розповсюджена гра *Pall-Mallspill*, в якій гравці на твердо утрамбованій земляній площадці грали декількома кулями, намагаючись прокотити їх (за певними правилами) через ворота. У середині XV ст. більшість ігор з садових перетворилися в кімнатні, що дуже сильно сказалося на подальшому їх розвитку.

У перших більярдних столів було багато технічних недосконалостей. Так, борта не були пружними і кулі, ударяючись об них, не відбивались, грубими киями-дубинками неможливо було придати кулі бокове обертання, дошка, по якій котилися кулі, була не дуже рівною і твердою, гра виглядала дуже

примітивною. У подальшому, починаючи з кінця XVI ст., відбувається удосконалення більярду. Прості дірки (лузи) в бортах оборудуються сітчастими карманами, причому число луз послідовно зменшується до шести. Борта стола підбиваються вовною, а пізніше окантовуються гумою, що зробило їх більш пружними і дозволило краще відбивати кулі. Більярдні дошки оброблялись більш ретельно. Причому як дошки, так і борта почали обтягувати сукном. Поступово коротка палка уступила місце довгому кию, гра приймає зовсім інший характер і інтерес до більярду різко зростає.

Удосконалення більярдного столу зачепило і його форму. Квадратний, потім шести-, восьмикутний и навіть круглий стіл врешті решт отримує твердо установлену сучасну чотирьохкутну форму, в якій, незалежно від величини більярду, зберігається сувора пропорційність: довжина стола завжди вдвоє більша його ширини. Виявилось, що така чотирьохкутна форма, яка складається з двох квадратів, має перед іншими формами низку наступних суттєвих переваг: представлялося можливим розташувати на однаковій відстані від одної відстані шість луз, тобто найбільш доцільну їх кількість, так як всяке інше число луз надто спрощує або, навпаки, ускладнює гру; під час гри стало можливим достати з довгих бортів будь-яку кулю, що знаходиться в середній частині стола; відбиті від бортів кулі приводяться до простіших чотирьох видів ударів (від одного, двох, трьох, і чотирьох бортів); наряду із зігруванням куль в лузи знаходить широке використання відіграш, з'явився достатній простір для ударів при покладці куль через весь більярд. Змінювались і розміри більярдних столів. Досвід і практика показали, що найцікавіша гра може бути тільки на великому більярді.

В Росії більярд з'явився на початку XVIII ст. за часів Петра I. Будучи в Голландії і познайомившись з цією грою, Петро I приказав виготовити для себе більярд, і гра ця стала любимою його розвагою. За прикладом царя його наближені також стали заводити у себе більярдні столи. Через деякий час більярд швидко оселився в дворянських помістях, палацах і різних клубах. Ще більшу популярність більярд набув при імператриці Анні Іоаннівні, яка грала на ньому майже щоденно. З початку XIX ст. більярдна гра в Росії знайшла своїх шанувальників у готелях, трактирах, й інших закладах. Наприклад, вже до 40-х років минулого сторіччя в російській армії не було жодного полку, в офіцерському зборі якого не стояв би більярд.

Якщо на початку в основному культивувались 3-ох кульова карамбольна партія, яка прийшла з Заходу, і російська карамбольна гра в п'ять куль, то пізніше, починаючи з 30-х років XIX ст., саме в Росії з'явилася "Мала російська піраміда". Вона до сьогодні є як би класикою більярдного спорту. В середині XIX ст. з'являється перша вітчизняна література, яка регламентувала

правила цієї захопливої гри. На основі усупільнення отриманого в Росії досвіду гри в 1853 р. вперше в Москві видаються "Правила більярдної гри", складені московським маркером Р.Бакастовим. Майже одночасно, у том же році, в Петербурзі приблизно такі ж правила видав відомий гравець, більярдний майстер і управляючий більярдною фабрикою А.Фрейберг. Серед видатних гравців минулого особливе місце займає російський письменник кінця XIX початку XX ст. Анатолій Іванович Леман. Саме йому належить заслуга створення кращої на той час праці під назвою "Теорія більярдної гри". В книзі викладені історія і техніка гри на більярді, зроблений докладний розбір різних партій, запропонована низка дотепних і цікавих задач, представлена характеристика і порівняльна оцінка столів, які вироблялися трьома головними більярдними фабриками Росії М.Н.Єрикалова, А.Фрейберга і Якова Гоца.

В кінці XIX початку XX ст. більярдна гра поступово, але вірно приймає спортивний характер, що підтверджують різноманітні міжнародні змагання з більярду. Так, на початку 1906 р. в Парижі розігрувався чемпіонат світу з головним призом в 40 тисяч франків. Про масштаби розповсюдження більярду в Європі, особливо у Франції, можна судити по тому, що до 1910 р. тільки в одному Парижі нараховувалось більше 20 тисяч більярдних столів. А в Росії перед першою мировою війною був організований Петербурзький гурток любителів більярдної гри, який щорічно улаштовували різні турніри.

В перші роки Радянської влади більярд, по суті, був забутий. Але вже через 10-12 років інтерес до нього відродився. У 1930 р. в типографії тресту "Білоцерківська держпечать" з'явилась брошура М.Васильєва "Більярд", видана тиражем всього 5 тисяч екземплярів. В ній автор головним чином звертав увагу на корисність більярдної гри і закликав до організації виробництва вітчизняного більярдного інвентарю. На початку 30-х років при Комітеті зі справ фізкультури і спорту створюється більярдна секція. Її основними функціями були проведення і організація більярдних турнірів самих різних масштабів. Початок масовим турнірам в СРСР було покладено в 1935 р., коли в Москві в клубі Ф.Е.Дзержинського була розіграна міська першість серед більярдних секцій Всесоюзної спілки старих більшовиків, ЦДКА, Клубу письменників, Дома вчених, Дома печаті, Дома майстрів мистецтв, Дома кіно і Клубу міліції.

Незадовго до Великої Вітчизняної війни кращим гравцям країни Н.Березину, Н.Кобзеву і А.Миляєву було присвоєно звання "Майстра спорту СРСР з більярду". У 1947 р. видавництво "Фізкультура і спорт" випустило книгу В.И.Гофмейстера "Більярдний спорт", в якій наведені правила тридцяти більярдних ігор, відомості з техніки гри, особливості проведення змагань і турнірів. Однак в післявоєнний час більярдна гра як спорт офіційно майже не

культивувався, а літератури з неї після 1947 р. не видавалася, за виключенням статей В.Борохвостова "Більярд", опублікованих в журналі "Наука и жизнь" за 1966 р. и за 1968 р.

В кінці 1989 року була створена Всесоюзна федерація більярдного спорту.

Україна також відома своїми гравцями в більярд, причому як серед чоловіків так і серед жінок. На Чемпіонаті світу 2016 року з вільної піраміди команда України завоювала 3 нагороди: Анастасія Ковальчук – срібло, Артур Півченко – срібло, Богдан Рибалко – бронзу.

Найкращими гравцями в Україні з пулу серед чоловіків є Пацура Віталій, Руденко Никита, Гара Олександр, Єкатерина Половинчук, Нагорна Вікторія, Бучарська Марія; провідними гравцями з снукеру є Петраш Сергій, Вишневський Владислав, Ісаєнко Сергій. Рейтинг України з карамболу очолює Моїсеєнко Артем, Талов Євген та Шешин Олексій; з піраміди: Клестов Андрій, Литовченко Ігор, Рибалко Богдан. Проведенням змагань та розвитком більярду на Україні керує Федерація спортивного більярду України.

Більярд в науці. Вперше про математичний базис більярдної гри заговорив відомий фізик Гаспар Густав Коріоліс у своїй книзі «Математична теорія явищ більярдної гри» 1835-го року. Він використав у своїй роботі елементи теорії ймовірностей, теорії границь і загального аналізу. Однак особливого інтересу у сучасників (за думкою Лемана) книга не викликала, ні для математиків, ні для більярдистів.

Пройшло більше півтора століть і математичний більярд розвився в свою теорію, породив декілька побічних. «Теорія біліардів» сьогодні невід'ємна частина ергодичної теорії і теорії динамічних систем, має важливе використання у фізиці. Математиком Гальпериним створений спосіб визначення числа π за допомогою біліарду. Набагато ближче загальноосвітньому читачу результати досліджень математиків Штейнхауза, Альхазена и Гарднера.

Різновиди більярду:

- **Карамболь** (французький більярд) – партія з трьох куль (біла, жовта і червона, допускається червона та дві білі, але один з них повинен мати кольорові крапки) на більярді без луз, складається в тому, що куля, якою б'ють після удару, відбившись, повинна зачепити (чокнути) третю кулю. Метою гри є першим набрати наперед задане число очок (як правило 60-100 очок). Весь матч кожен суперник грає своїм битком (або білим або жовтим). За кожен

результативний удар присуджується одне очко. Удар вважається результативним, якщо биток торкається двох прицільних куль і при цьому не порушені правила. Кожен правильний результативний удар дає право гравцеві продовжити свою серію. Грають двоє. Борти французьких більярдів (невеликих, для карамбольної гри, розмірів) дуже пружні. З недавнього часу для карамбольної гри стали вводитися "столи-більярди" з висувними бортами; гра на них ведеться сидячи.

В районі всіх кутів спеціальними лініями окреслені «заборонені зони», в межах яких гравець може зробити карамболь тільки один раз. Якщо дві прицільних кулі зібралися в одному кутку, гравець виконав один карамболь і при цьому обидва прицільних кулі залишилися в забороненій для другого карамболу зоні, то право наступного удару переходить до суперника. Тому, виконуючи карамболь у розглянутому випадку, гравці намагаються хоча б одну кулю із двох прицільних викотити за межі зони і отримати можливість продовжити серію карамболей.

Фоли оголошуються за проштовхування, за промах по кулях, туш будь-якої кулі, за будь-яку кулю, що вискочила за борт, удар не своїм битком. За кожен фол з поточного рахунку порушника списується одне очко, серія зупиняється. Будь-яку куля, яка вискочила виставляють на передню відмітку (якщо вона зайнята, то на центральну позначку і якщо вона зайнята, то на задню відмітку).

Карамбольна партія — одна з найбільш поширених, майже витіснила у Франції всі інші. Різновиди карамболу: прямий карамболь, прості фішки, п'ять фішок, однобортний та трибортний карамболь.

- **Кайза** – відноситься до ігор лузного більярду. Це трохи змінений фінський варіант гри «П'ять куль з карамболями», яка проводиться на більярдних столах, аналогічних столів для піраміди, але тільки розміром 10 футів.

Для гри потрібні 5 куль, з них: 2 білих — битки: один з однією чорною точкою, другий – з двома; 2 червоних і 1 жовтий — він називається «кайза».

Примітка: для гри в кайзу використовуються кулі діаметром 68 мм, але необхідно враховувати, що вони значно легше куль для піраміди – їх вага дорівнює всього 220-230 гр., проти 280-290 гр. для піраміди, що істотним чином впливає на гуркіт і обертання куль. Оскільки суть успішної гри в кайзу – удари з точними виходами і карамболями, з цієї причини використання куль для піраміди є неправильним.

При грі використовується кий загальноприйнятої форми, але його довжина (з урахуванням використання подовжувача) не повинна перевищувати 180 см.

Партію ведуть два гравця, у кожного з яких є по битку (кулі білого кольору, що відрізняються кількістю чорних точок – одна або дві). При розіграші початкового удару використовується процедура, аналогічна розіграшу початкового удару в піраміді, з тією лише умовою, що кольорові кулі повинні стояти на своїх оцінках.

Початкова розстановка куль:

- Биток першого гравця — в будинку;
- Биток другого гравця — на задній половині столу;
- Червоні кулі — на передній і задній відмітках;
- Жовта куля — на центральній позначці.

За командою судді обоє гравців роблять удар битками з дому в короткий задній борт. Виграє розіграш той, чия куля, відбившись від короткого заднього борту, зупиниться ближче до переднього борту. Розіграш вважається автоматично програним, якщо биток:

- зачепив будь-яку кольорову кулю,
- зачепив довгий борт,
- перейшов на половину стола суперника,
- впав в лузу.

Гравець, що виграв право початкового удару, має право сам почати гру битком з однією крапкою, або поступитися правом початкового удару супернику. У будь-якому випадку, гравець який вступає в гру першим, використовує биток з однією крапкою, а гравець, який набирає чинності другим, використовує биток з двома крапками. Протягом матчу кожен гравець використовує тільки свій биток. Підходи до столу здійснюються по чергово.

Перед ударом гравець завжди зобов'язаний оголошувати замовлення. Замовлення включає в себе вказівку: прицільної кулі, лузи, контактів битка і прицільної кулі з бортами, комбінацій, карамболей і зіткнень.

Карамболі після зігрування прицільної кулі не замовляються. Замовляється тільки прицільна куля, можливі контакти прицільної кулі з бортами і луза.

Карамболь – удар, виконаний битком по інших кулях після того, як була зіграна прицільна куля.

Якщо замовлення було виконано вірно, і прицільна куля забита без порушень, гравець продовжує підхід.

Якщо куля не забита, або забита не за замовленням, або був забитий биток – підхід гравця завершується, і хід переходить до суперника.

При виконанні удару по битку, принаймні, одна нога що грає повинна торкатися підлоги.

Нарахування балів здійснюється за такою схемою:

Забита біла куля 2 очки

- з карамболом битка в червону кулю 4 очки
- з карамболом в 2 червоних 7 очок
- з карамболом в кайзу (жовта куля) 7 очок
- з карамболом в кайзу і червону 10 очок
- з карамболом в кайзу і 2 червоних 13 очок

Забита червона кулю 3 очки

- з карамболом битка в білу кулю 5 очок
- з карамболом в червону 6 очок
- з карамболом в червону і білу 8 очок
- з карамболом в кайзу 9 очок
- з карамболом в кайзу і білу 11 очок
- з карамболом в кайзу і червону 12 очок
- з карамболом в кайзу, червону і білу 14 очок

Забита жовта куля (кайза) 6 очок

- з карамболом битка в білу кулю 11 очок
- з карамболом в червону 12 очок
- з карамболом в червону і білу 14 очок
- з карамболом в дві червоних 15 очок
- з карамболом в дві червоних і білу 17 очок

Жовта куля (кайза) забита в середню лузу від одного борту і більше, або ж биток від одного борту і більше зіграв жовту кулю 12 очок

- з карамболом битка в білу куля 17 очок
- з карамболом в червону 18 очок
- з карамболом в червону і білу 20 очок
- з карамболом в дві червоних 21 очко
- з карамболом в дві червоних і білу 23 очки

Заборонено грати кайзу (жовта куля) в середню лузу два рази поспіль. Це не стосується випадків, якщо кайза зіграна в середню лузу після карамболю, після комбінації або від одного або більше бортів.

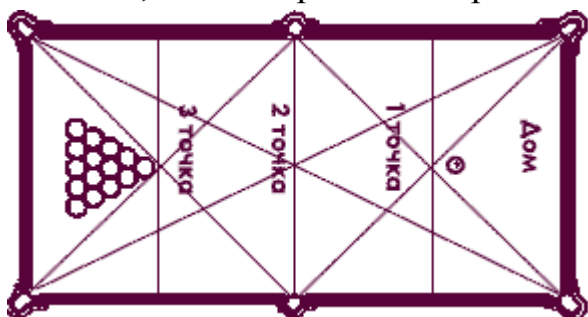
Якщо карамбольна куля забита в лузу, її вартість додається до загального рахунку.

У разі якщо прицільна куля зіграна з карамболом по битку від іншої кулі, або ж після комбінації зіткнень, зіграні карамболі не сумуються. Якщо кайза забита від одного або декількох бортів з карамболом або після комбінації зіткнень, до рахунку додається лише 6 очок. У всіх випадках лише одна результативна комбінація або один карамболь допускаються до гри за один удар. Вони не повинні комбінуватися, ні, відповідно, повторюватися протягом одного удару, і очки в ході такого удару не сумуються.

Гра в кайзу йде до 60 очок. Якщо гравець набрав 60 або більше очок, виконавши правильний удар, йому присуджується перемога. Останнім ударом партії може бути будь-який результативний удар, за винятком простого зігравання білої кулі без карамболей.

- *Російські більярди:*

- **Американка** – основна мета гри для досягнення виграшу – забити першим вісім куль. Під час гри використовується 16 куль, причому кожна з них може бути як битком, так і прицільною кулею. При початку гри кулі розставляються у вигляді піраміди біля задньої відмітки на столі (15 куль). При розбитті черговість визначається жеребкуванням і проводиться з руки з дому. Гравець, що здійснює перший удар визначається випадково, оскільки при наявності певного досвіду можливо закінчити партію з перемогою розбою. Якщо при розбитті гравець забив свою кулю з розбою, то він має право продовжувати гру, використовуючи будь-які кулі для удару. Також надалі після кожного забитого м'яча він може продовжувати гру далі. Якщо куля не була забитою, то хід переходить противнику.



При грі в «американку» удари можуть наноситися по будь-яких кулях, кожна з них також може використовуватися як биток. Замовляти конкретну лузу і обговорювати майбутній удар не обов'язково. При коректному ударі всі кулі, забиті в лузи, будуть зараховані. У цій грі важливе значення має кожен удар, так, наприклад, при зручній постановці кулі рукою у разі підкладки гравець, який володіє належним умінням і багатим досвідом, має всі шанси завершити партію, забиваючи всі кулі підряд, або ж зіграти серію куль. Гра може закінчитися перемогою, поразкою або нічиєю. Нічия настає у грі в той момент, коли обидва гравці забили по 7 куль і перед початком гри була досягнута домовленість, що останній шар не буде гратися, бо його легко забити у випадку промаху або зручного розташування битка в одного з партнерів. Найчастіше в грі може оголошуватися нічия при результаті гри подібного роду. Якщо ж спочатку в грі планувалося обрати переможця, то партія переграється.

У грі також є можливість надання фори. Зазвичай це практикується, якщо суперники істотно відрізняються за рівнем підготовки та класом гри. Способи надання фори можуть бути різними, наприклад, партнер дає фору і після свого

першого удару знімає зі столу заздалегідь обумовлене число куль. В такому випадку гравець сам вирішує, які кулі йому знімати. Партнери обумовлюють кількість куль, необхідну для виграшу, наприклад, сильний гравець може забити 10 куль, а гравець слабший – лише 6 куль. Відіграш у грі вважається коректним, якщо: куля, перейшла через лінію по центру, скоїла дотик протилежного борту або підштовхнула до нього до торкання яку-небудь іншу кулю; якщо биток і прицільна куля перетнули центральну лінію; якщо куля, відскочивши від борту, торкнулася другої або ж направила по такій траєкторії іншу кулю. При реалізації відіграшів іншими способами гравець штрафується.

Розіграш виконати при грі в «американку» набагато складніше, ніж у «малій російській піраміді». Невеликий прорахунок або неточність при виставленні куль на столі для удару можуть зіграти злий жарт і надати противнику ідеальне для його ударів положення куль.

В «американці» всі кулі, які були забиті не за правилами, вилетіли за межі столу, а також виставлені штрафні кулі встановлюються до середини заднього борту столу. Якщо ж така позиція на столі не вільна, то куля ставиться або близько до кулі, що заважає або до короткого борту впритул. Порушення штрафуються.

При порушенні гравцем правил, до нього застосовуються штрафні санкції та вилучається одна куля. Якщо ще немає куль, то міра поширюється на наступну забиту кулю. Заходи щодо штрафування застосовуються при торканні якої-небудь кулі гравцем після або до, або під час удару; при ударі частиною кия, не призначеної для удару; в ситуації, коли куля після удару так і не торкнулася будь-якої іншої кулі; якщо удар був проведений при ще рухомих кулях від удару попереднього гравця; при вильоті якої-небудь кулі за борт в результаті удару. Якщо на столі крім виставлених куль при штрафі є ще якісь, то удар гравця по штрафним кулям забороняється. Для гри в «американку» не застосовуються мазик, машинка і довгий кий.

○ **Піраміда.** На ігровій поверхні більярдного столу повинні бути чітко і акуратно нанесені такі лінії і позначки:

(1) Центральна позначка – точка, розташована в центрі ігровій поверхні столу.

(2) Центральна лінія – пряма, проведена через центральну позначку паралельно коротким бортам. Центральна лінія ділить ігрову поверхню столу на дві половини - передню і задню.

(3) Передня позначка – точка, розташована в центрі передньої половини ігровій поверхні столу.

(4) Лінія дома – пряма, проведена через передню відмітку паралельно переднього борту.

(5) Задня позначка – точка, розташована в центрі задньої половини ігрової поверхні столу.

(6) Лінія виставлення куль – частина поздовжньої лінії столу, проведена від задньої відмітки до середини заднього борту.

Домом називається частина ігрової поверхні столу, укладена між лінією дому і переднім бортом.

Використовувані кулі: стандартний набір з шістнадцяти пірамідних більйардних куль: п'ятнадцять білих (кольору слонової кістки) куль з номерами від 1 до 15-ти і одна кольорова (переважно жовта) куля без номера.

Примітка: При грі в «Вільну піраміду», «Комбіновану піраміду» та «Динамічну піраміду» допускається використання п'ятнадцяти білих куль без номеру.

Перед початковим ударом п'ятнадцять білих куль встановлюються у формі рівностороннього трикутника (піраміди) з вершиною на задній відмітці столу і основою паралельно задньому борту. Кожна куля повинна стикатися з рядом куль, що стоять. При розстановці куль слід використовувати стандартний трикутник.

Кольоровий шар, який використовується як биток при виконанні початкового удару (розбиття піраміди), розташовується в домі.

Варіанти піраміди: вільна, динамічна, коротка і комбінована піраміда (мета набрати першим вісім очок); піраміда до 15 куль (рахунок ведеться до 15 очок); класична піраміда (рахунок ведеться до 71 очка і більше).

• **Снукер (англійський більйард).** Гра ведеться на столах розміром 12х6 футів (3569 х 1778 мм) або 10х5 футів, діаметр куль – 52,4 мм. Число гравців – двоє.

Для снукера використовується 15 червоних куль, 6 кольорових і білий биток. Кольорові кулі мають певну вартість за очками:

- червоний - 1,
- жовтий - 2,
- зелений - 3,
- коричневий - 4,
- синій - 5,
- рожевий - 6,
- чорний - 7.



Мета гри – набрати більшу, ніж у суперника, кількість очок.

Очки набирають при правильному зіграванні куль, отримуючи відповідну кількість за кольором куль; додаються штрафні очки суперника. Партія закінчується згідно з правилами гри після того, як зіграні всі кулі. Але якщо

залишилася лише одна чорна куля, то грається до першого забиття або першого порушення.

Якщо гравець може потрапити за своїми здібностям у прицільну кулю або частину його прямим ударом, але не потрапляє, то суддя оголошує miss. Після визначення miss-а біток ставиться в колишню позицію, за винятком випадку, коли ця ситуація вигідна гравцеві, що зробив помилку. Після відновлення колишньої позиції кулі (або куль) вислуховуються думки гравців, але вирішальне слово судді.

Завислі кулі:

- якщо куля потрапила в лузу не внаслідок зіткнення, то вона ставиться на колишнє місце;

- якщо під час удару гравець робить помилку, то очки отримує суперник і кожна куля ставиться назад на колишнє місце.

Помилки:

- після помилки суперник грає з того місця, де зупинився біток;

- якщо вчинено декілька помилок під час удару, то суперник отримує очки за найгіршу з них;

- після помилки на прохання суперника гравець повинен бити далі;

- у разі визначення miss гравець повинен бити з відновленої позиції.

• **Пул (американський більярд).** При розстановці куль повинен використовуватися трикутник, а передній шар повинен розташовуватися на задній відмітці. Всі інші кулі повинні бути вибудовані за переднім і щільно притиснуті один до одного.

Удар по бітку слід наносити лише накладкою кия. В іншому випадку оголошується фол.

Якщо гравець промахується при правильному ударі, тобто, не забиває прицільну кулю, то його серія закінчується, і в гру вступає суперник.

Куля вважається зіграною (забитою), якщо в результаті правильного удару вона падає в лузу. Куля, що вискочила з лузи на ігрову поверхню столу, вважається незіграною.

Хоча в конкретних більярдних іграх за одне і те саме порушення можуть накладатися різні штрафи, для всіх порушень справедливо наступне загальне правило:

(1) право удару переходить до суперника,

(2) ні одна забита куля не зараховується, і

3) будь-яка куля (кулі) виставляється лише в тому разі, якщо це передбачено правилами конкретної гри.

Різновиди пулу: пул-вісімка, пул-дев'ятка, пул 14+1.

2.6. ВОДНЕ ПОЛО



Водне поло — командний вид спорту з м'ячем, в якому дві команди намагаються закинути гол у ворота суперника і не пропустити у свої. Гра проходить у басейні з водою. Водне поло – waterpolo, від англійського *water* – вода і тибетського *пулу* – куля.

Історія виникнення і розвитку гри

Водне поло винайдено у 1876 р. в Англії шотландцем Уїльямом Уїлсоном. Прототипом гри послужило регбі. З 1880

р. в Англії і Шотландії проводяться змагання з водного поло. У 1890 р. відбулася перша міжнародна зустріч між збірними Англії та Шотландії (рахунок 0:4). У кінці XIX ст. водне поло з'являється також в Ірландії та Уельсі, а з Великобританії розповсюджується в інші європейські країни: Бельгію, Нідерланди, Францію, Германію, Австро-Угорщину, Швецію. В той же час водне поло з'явилося і в США. Спочатку воно розвивалося інакше, чим європейське водне поло, і було дуже грубим видом спорту, в якому під час матчів часто виникали бійки. Перші версії гри дозволяли використання сили в боротьбі за м'яч, утримання суперника під водою для оволодіння м'ячем. Воратар знаходився за межами поля, і старався запобігти спробі суперника покласти м'яч на причал. Гра набула сучасну форму у 80-х роках XIX ст.

У 1897 р. Харольд Рідер з Нью-Йорку сформулював перші в США правила водного поло, які зменшили надзвичайну грубість цієї спортивної гри. В наступні роки, коли у світі відбувається процес уніфікації правил водного поло, превалювали правила його європейського різновиду.

У водне поло грають в багатьох країнах світу. Гра особливо популярна в Угорщині та колишній Югославії.

Чоловічий чемпіонат світу з водного поло розігрується з 1973 року, жіночий з 1986 року.

Водне поло — один з найстарших олімпійських видів спорту. Гра вперше з'явилася в програмі Олімпійських ігор у 1900 році. Тоді брали участь 4 країни. Турнір пройшов тільки серед чоловіків. Францію представляли 4 команди, а Бельгію, Великобританію і Німеччину по одній. У чвертьфіналі пройшло тільки три матчі, так як одній французькій команді не хватало суперника, і вона вийшла сразу в півфінал. Крім цієї збірної, в наступний раунд вийшли також ще одна французька команда, Бельгія і Великобританія. У фіналі зустрілися саме ці

команди, і сильнішими стали британці. Матч за третє місце не проходив, тому бронзові медалі отримали дві французькі команди.

На Олімпійських іграх 1904 року змагання з водного поло мали статус показового виступу. У змаганнях з водного поло на літніх Олімпійських іграх 1908 року брати участь висловили бажання шість чоловічих збірних, але брали участь тільки чотири – які розіграли один комплект медалей. Першими знову була команда Великобританії, срібними призерами стали спортсмени з Бельгії, третє місце посіла команда Швеції.

Комітет водного поло створений у 1926 р. при Міжнародній любительській федерації плавання ФІНА, заснованої у 1908 році. Комітет водного поло об'єднує більше 150 федерацій. Чемпіонати світу з водного поло проводяться з 1973 р. Чемпіонати Європи з водного поло проводяться з 1926 р.

У чоловічому водному поло славнозвісний угорський спортсмен Дежо Гьярматі виграв п'ять олімпійських медалей (золото у 1952, 1956, 1964 рр.; срібло у 1948 р.; бронзу в 1960 р.), установив поки ніким не побитий рекорд.

Географія переможців Олімпійських ігор в останні роки дуже широка:

Медалісти з водного поло серед чоловіків останніх Олімпійських ігор

Рік, місце проведення ОІ	Нагороди		
	золото	срібло	бронза
1988 р., Сеул	Югославія	США	СРСР
1992 р., Барселона	Італія	Іспанія	ОК (СНГ)
1996 р., Атланта	Іспанія	Хорватія	Італія
2000 р., Сідней	Угорщина	Росія	Югославія
2004 р., Афіни	Угорщина	США	Сербія
2008 р., Пекін	Угорщина	США	Сербія
2012 р., Лондон	Хорватія	Італія	Сербія
2016 р., Ріо-де-Жанейро	Сербія	Хорватія	Італія

Жіноче водне поло увійшло в олімпійську програму в 2000 році після політичних протестів австралійської жіночої команди, яка в підсумку завоювала золоті нагороди. Срібними призерами Олімпійських ігор 2000 р. в Сідней стали спортсменки США, а бронзові нагороди дісталися спортсменкам з Росії.

Медалісти з водного поло серед жінок на останніх Олімпійських іграх

Рік, місце проведення ОІ	Нагороди		
	золото	срібло	бронза
2000 р., Сідней	Австралія	США	Росія
2004 р., Афіни	Нідерланди	США	Австралія
2008 р., Пекін	Нідерланди	США	Австралія
2012 р., Лондон	США	Іспанія	Австралія
2016 р., Ріо-де-Жанейро	США	Італія	Росія

У чоловічому турнірі беруть участь 12 команд, у жіночому – 6. Відбір на Олімпійські ігри здійснюється за результатами Кубка світу та відбіркового Олімпійського турніру. Змагання проводяться в три етапи за коловою системою у двох підгрупах – по 6 команд.

Сутність і основні правила гри

Одночасно від кожної команди у водному поло беруть участь сім осіб — шість польових гравців і голкіпер. Гостьова команда виступає в темних, домашня — в білих шапочках. Голкіпери носять червоні шапочки з номером 1 або 13. Дві команди можуть проводити заміни по ходу гри.

Гра складається з чотирьох періодів. Тривалість кожного періоду в олімпійському водному поло — 8 хвилин чистого часу з перервами у 2 хвилини. Кожна команда може володіти м'ячем не більше 30 секунд. Кожний раз, коли команда, яка володіє м'ячем, намагається забити гол, кидаючи м'яч у ворота суперника, секундомір скидається на нуль і команді знову надається 30 секунд на володіння м'ячем. Кожна команда може взяти два двоххвилинних тайм-ауту в основний час і один тайм-аут в додатковий час. Тайм-аут може взяти тільки команда, яка володіє м'ячем.

Для чоловіків розмір ігрового поля складає 30 м на 20 м, глибина води не менше 2,2 м, окружність м'яча від 68 см до 71 см, масою від 400 до 450 г. Для жінок розмір ігрового поля складає 25 м на 17 м, глибина води не менше 1,8 м, окружність м'яча від 63 см до 65 см, маса від 350 до 400 г. Проте, розміри басейну для гри не фіксовані і можуть варіювати від 20x10 метрів до 30x20 метрів. Мінімальна глибина басейну — 1,8 метри (бажано 2 м). Останнє правило часто ігнорують в любительських і юніорських змаганнях. Температура води у басейні повинна бути 24-26°C.

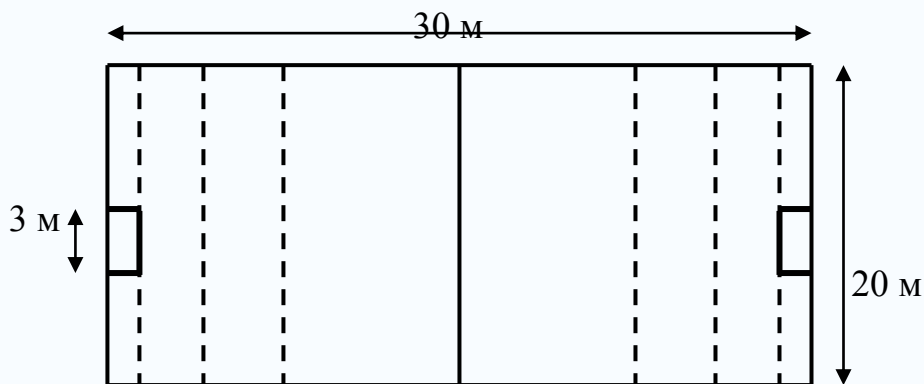


Рис. 1. Макет майданчика для гри у водне поло

З обох боків поля для гри передбачаються позначки лінії воріт, 2, 4 метрової і центральної ліній. Середина поля позначається білою лінією. В п'яти метрах від межі поля проходить жовта лінія, з якої здійснюється спроба забити пенальті у випадку порушення. В двох метрах від воріт проходить червона

лінія, яка визначає зону, в яку не можуть запливати гравці нападаючої команди без м'яча. Всі лінії зазвичай позначаються поплавками різного кольору розміщеними вздовж границі басейну.



Ворота у водному поло 3 метри в ширину і 90 сантиметрів у висоту (до поверхні води). Вони складаються з двох вертикальних стояків і горизонтальної поперечини. Стояки воріт виготовлені з дерева, пластмаси чи металу прямокутного перетину 0,075x0,075 м і фарбуються у білий колір. М'яч для гри круглий, зазвичай жовтого кольору.

Один гравець кожної команди виступає в ролі голкіпера. Голкіпер (воротар) — єдиний гравець команди, який може тримати м'яч двома руками, бити м'яч кулаком, а також, в мілкому басейні, торкатися дна ногами. Голкіпер на відмінну від інших гравців повинен завжди залишатися на своїй половині поля.

Гравці можуть пасувати м'яч своїм партнерам з команди або пливти, штовхаючи м'яч перед собою. Не дозволяється атакувати гравця, який не володіє м'ячем. Заборонено топити, тягнути і тримати гравця, який не володіє м'ячем – це вважається грубою помилкою. Здійснюючи грубу помилку, гравець видаляється з води на 20 сек. По закінченню штрафного часу гравець може повернутися у гру. Не груба помилка карається вільним кидком, тобто кидком, який може бути спрямований безпосередньо у ворота суперника, якщо порушення відбулося за 5-ти метровою ігровою лінією або розігрується шляхом передачі. П'ятиметрові штрафні кидки або вільні кидки із-за п'ятиметрової лінії, повинні виконуватися негайно без затримок. Гравець, який має 3 видалення видаляється до кінця гри з правом заміни і сідає на лавку запасних з розв'язаною шапкою.

Водне поло вимагає чудової фізичної підготовки. Гравці часто пропливають 3 кілометри за 4 періоди.

Також гравці повинні володіти високою координацією. Пас віддається партнеру зазвичай повітрям — м'яч не торкається води. Іноді пас спеціально віддається у воду гравцю, який знаходиться ближче всього до воріт, щоб той міг вистрибнути з води і закинути гол.

Основні правила гри



1. Початок гри. На початку кожного періоду гравці займають свої місця на відповідних лініях воріт орієнтовно на відстані одного метра один від одного і не менше одного метра від стояків воріт. Не дозволяється знаходження більше двох гравців у

воротах. Коли рефері переконається в тому, що команди готові, він дає стартовий сигнал свистком і зразу ж вводить м'яч у гру. М'яч розміщений в центрі ігрового поля на спеціальному буйку. За свистком арбітра буйок уходить вниз, а м'яч залишається на плаву. Самий швидкий гравець з кожної команди спрямовується до м'яча для того, щоб оволодіти ним. Кожна команда за допомогою ведення і передачі м'яча наближається до воріт суперника, готовлячись до кидка у ворота. Вважається порушенням утримання м'яча під водою, незалежно від того, навмисно це зроблено чи ні.

Після забитого голу гравці обох команд займають місця на своїх половинах за середньою лінією. Гравці команди, що пропустила гол, поновлюють гру із середини поля. За сигналом судді м'яч вводиться в гру, гравець зразу ж передає його іншому гравцю своєї команди, який знаходиться за середньою лінією.

1. *Взяття воріт.* Гол зараховується, якщо м'яч перетне лінію воріт між стояками. Гол може забиватися будь-якою частиною тіла (але не кулаком) при умові, що на початку чи при поновленні гри м'яч побував у руках двох чи більше гравців.

2. *Кидок від воріт.* При перетинанні м'ячем лінії воріт суддя миттєво дає свисток. Якщо м'яч перетнув лінію воріт після торкання його гравцем атакуючої команди, призначається кидок від воріт, який виконує воротар з будь-якого місця 2-метрової зони.

3. *Кутовий кидок.* У випадку, коли м'яч перетинає лінію воріт від захисника призначається кутовий кидок, який виконується з 2-метрової позначки на тій половині поля, де м'яч вийшов з гри. При виконанні кутового кидка жоден гравець, окрім воротаря, не може знаходитися у межах 2-метрової зони.

4. *Вільний кидок.* Суддя гри оголошує помилку свистком і підняттям прапорця, колір якого відповідає кольору шапочок команди, на користь якої призначається вільний кидок. Вільний кидок за помилку, що була здійснена в 2-метровій зоні захисником, повинен виконуватись з 2-метрової лінії напроти того місця, де була зроблена помилка. Гол, забитий безпосередньо після такого вільного кидка, не зараховується. Потрібно, щоб м'яча торкнулося мінімум двоє гравців (виключаючи воротаря).

5. *Штрафний кидок.* Штрафний кидок призначається, якщо гравець грубо порушить правила у своїй 4-метровій зоні, а саме:

- Наносить удар супернику рукою чи ногою;
- Здійснюється помилка, в результаті якої була втрачена можливість взяття воріт;
- Неправильний вхід у воду вилученого гравця.

6. *Вихід з води.* Гравець не повинен під час гри виходити з води. Порушення цього правила вважається неспортивною поведінкою. Гравець, який вийшов з води з дозволу судді, може увійти у воду з місця входу біля воріт з дозволу судді. У випадку отримання травми гравець з дозволу судді може бути замінений.

7. *Додатковий час.* Якщо після закінчення ігрового часу рахунок гри нічийний, а потрібно виявити переможця, то після 5-хвилинної перерви призначається 2 періоди по 3 хвилини з хвилиною перервою для того, щоб помінятися воротами. Якщо переможець не виявлений, то грається ще один необмежений у часі період до першого голу.

Водне поло в Україні

У Львові понад сто років тому відбувалося чимало цікавих спортивних подій, зокрема, раніше за інші регіони України розпочинався розвиток різних видів спорту. 14 липня 1894 року відбувся перший футбольний матч, 15 січня 1905 року – перший хокейний поєдинок, 29 червня 1909 року – показові матчі жіночих команд з баскетболу, вперше у Львові пройшов і показ нової гри з м'ячем на воді – водне поло.

Як повідомляє «Кур'єр Львовський» (№323 від 27 липня 1914 року) «В неділю, 26 липня, на ставах Пелчинських відбулися змагання з водного поло спортсменів ЛКС (львівського клубу спортивного) «Погонь». Вони поділилися на дві команди – на синіх та білих (кольори шапочок). Склади команд : перша – Сикала, Вуйціцький, Пшедпелський, Вітковський, Рейсс, Кухар-III (Владислав), Колажовський, друга – Вірго, Каппер, Чермак, Нелькен, Марянек, Кухар-I (Тадеуш), Чабан. Суддя – Волліш добре розбирався у правилах нової гри. Матч закінчився нічиєю – 1:1, а результат був встановлений уже у першому періоді. У подальшому намагання гравців закинути ще бодай один м'яч не були вдалимими». Було заявлено, що наступний матч відбудеться у середині серпня. Однак, через два дні розпочалася I Світова війна, до водного поло у Львові повернулися уже в середині 20-х років. *Пояснення:* стави Пелчинські – місце, де зараз розташований фонтан навпроти входу до Парку культури ім. Богдана Хмельницького по вул. Вітовського, тут на початку XX століття був великий басейн. У сім'ї Кухарів було шість братів і всі займалися спортом в «Погоні». Щоб розрізнити братів, їх називали в порядку старшинства за віком. Найвідомішим і найпопулярнішим був Вацлав Кухар –IV, олімпієць 1924 року у складі збірної з футболу, він також виступав у складі національної команди з хокею, легкої атлетики, ковзанів, тенісу.

У Харкові водне поло зародилося ще в довоєнні роки. Ініціатором створення перших команд був один з найкращих українських плавців і ентузіастів водного спорту, викладач ДІФКУ Іван Вікторович Вржесневський.

У примітивних відкритих басейнах на Тюриній дачі і у Васищеві він навчав новій грі студентів і викладачів інституту, в числі яких був і П.П.Полуянов.

В останній перед війною першості СРСР 1940 р. ватерполісти Харкова, переважно динамівці, виступаючи у 2-й групі, де змагалися збірні міст, зайняли перше місце. На той час у першості Києва змагались 34 команди. У 1944 р. з переїздом інституту в Київ, туди відправився демобілізований з Радянської Армії І.Вржесневський, який невдовзі став професором і ректором інституту.

У перші післявоєнні роки в Києві відродилися ватерпольні команди «Наука», «Водник», «Динамо», «Спартак», «Більшовик» «СКИФ», а у Львові - «Динамо» і «Спартак», які не раз займали в країні провідні позиції.

Дебютуючи у 1965 році в Чемпіонаті УРСР, динамівці Харкова завоювали срібні медалі, випередивши команду майстрів класу «А» «Динамо» Київ і поступившись лише одноклубникам зі Львова, які виступали у вищій лізі.

Самим видатним гравцем з водного поло України був Баркалов Олексій Степанович, який з 1957 року почав грати за товариство «Динамо» (Харків). Він **16** років відіграв у збірній команді СРСР; **412** матчів провів у складі збірної СРСР. Цей показник внесений у Книгу рекордів Гіннесу. **Чотири** Олімпіади залишилися за плечима цього легендарного ватерполіста. **28** м'ячів забив Олексій Баркалов у своєму першому крупному турнірі— Кубок Дружби. З 1976 року був граючим тренером команди «Динамо» (Київ).

У теперішній час у нашій країні проводиться Відкритий чемпіонат України з водного поло серед чоловіків, жінок, юніорів, юніорок і ветеранів. Чоловічі змагання проводяться в суперлізі та вищій лізі. В змаганнях традиційно беруть участь команди Київської та Харківської обл., Дніпра, Маріуполя, Львова.

2.7. ГОЛЬФ



Гольф – це давня гра. Ось вже багато сторіч вона користується популярністю у більшості країн світу. Один з шотландських королів XV ст. спеціальним указом відмінив цю забаву, тому що солдати замість того, щоб тренуватися у стрільбі з лука, грали в гольф. В наш час ця гра не тільки популярна, але й є символом високого соціального статусу.

Гольф – це гра, яка захоплює з перших хвилин. Гра в гольф універсальна: можна грати одному, хоча цікавіше – хоча б з одним партнером. В гольф можуть грати партнери різного рівня і кваліфікації. Суддя не потрібен. Кожному гравцю перед виходом на гольф поле видають спеціальну карточку. В кінці гри за нею можна визначити всі його результати.

Залучення до гольфу означає не просто захоплення новим спортом – це прилучання до специфічної культури, чудової і аристократичної.

Історія виникнення і розвитку гольфу



Мініатюра. Члени королівської родини грають у гольф на St. Andrews – 1798 р.

З походженням гольфу пов'язано багато легенд. Одна з них повідомляє, як звичайний пастух, шукаючи овець, ударив камінець палкою і випадково закотив його у нору. Невдовзі до нього приєдналися друзі, яких витівка забавила. Пізніше камінці прийшлося замінити м'ячами, а нори лунками, замість палок гравці пристосували ключки.

На звання батьківщини гольфу претендує багато країн. Наприклад, в Голландії був дуже популярним kolven (правда, в нього грали на льоду), у римлян була схожа на гольф гра “паганіка”, яка могла перейти від них до Британії у 400 році нової ери. Китайці вважають, що прабатьком сучасного гольфу була давня гра “туй ван”, широко розповсюджена в Піднебесній у III–II віках до нашої ери. Існують свої версії у французів і бельгійців.

І тим не менш батьківщиною класичного гольфу вважається маленьке шотландське містечко Сент-Ендрюс, назване за ім'ям заступника міста святого Андрія, чия гробниця знаходиться у півзруйнованому соборі, побудованому біля шести віків назад. До речі, на одному з вітражів цього старовинного собору можна розгледіти зображення людини з ключкою в руках.

Перше ж письмове згадування про гольф, яке прийнято вважати початком офіційної історії гри, відноситься до 1457 року. Саме тоді король Джеймс заборонив гру в гольф, оскільки заради неї його солдати нехтували основним обов'язком – тренуванням у стрільбі з лука. Заборона була виражена у постанові парламенту Шотландії.

Гра в гольф – це ціла окрема культура, яка бережно хоронить безліч традицій, переказів і легенд. Так, першою жінкою – гравцем в гольф вважається шотландська королева Марія Стюарт. Звання найстаршого гольф-клубу оспорюють один у одного "Джентльмен Голферз" (в теперішній час "Онорабл Кампані оф Единбург Голферз"), заснований в березні 1744 року, і "Ройял Бергес Гольфінг Сегайті" з Единбургу, який вважає датою свого заснування 1735 рік.

В ХХ ст. гольф добрався навіть до Місяця! В лютому 1971 року Алан Шепард, капітан космічного корабля "Аполлон-14", зробив два удари двома м'ячами. У 1974 році ключка, якою користувався Алан під час гри в космосі, була подарована одному з музеїв.

Термінологія

СВІНГ (swing) – основний рух удару всіма ключками крім паттера. Свінг складається з відведення ключки (замаху), руху вниз, безпосередньо удару і завершення.

ДРАЙВ (drive) – удар драйвером.

ДРО (draw) – удар, при якому м'яч вилітає прямо, але в кінці незначно відхиляється вліво (для гравця з правосторонньою стійкою).

ПІТЧ (pitch) – недалекий удар з високою траєкторією, після якого м'яч майже не котиться.

ПУЛ (pull) – удар, після якого м'яч вилітає лівіше цілі (для гравця з правосторонньою стійкою).

ПУШ (push) – удар, після якого м'яч вилітає правіше цілі (для гравця з лівосторонньою стійкою).

ПАТТ (putt) – удар, що котиться, виконується на гріні.

СЛАЙС (slice) – удар, при якому м'яч вилітає прямо, але після цього значно відхиляється вправо (для гравця з правосторонньою стійкою).

ФЕЙД (fade) – удар, при якому м'яч вилітає прямо, але в кінці незначно відхиляється вправо (для гравців з правосторонньою стійкою).

ХУК (hook) – удар, при якому м'яч вилітає прямо, але після цього значно відхиляється вліво (для гравця з правосторонньою стійкою).

ШЕНК (shank) – удар "п'яткою" ключки, після якого м'яч летить в бік.

ЧІП (chip) – невисокий короткий удар, після якого м'яч прокочується відносно невелику відстань; зазвичай використовується під час гри у безпосередній близькості від гріну.

Ключки:

АЙРОН, ЗАЛІЗКА (iron) – ключка з плоским крюком. Стандартний набір айронів включає в себе ключки з номерами від 3-го до 9-го, а також пітчінг-ведж і санд-ведж.

ВУД, ДЕРЕВ'ЯШКА (wood) – ключка з великою головкою. Чим більше розмір ключки, тим коротше рукоятка і більше кут нахилу ударної поверхні. Зазвичай у бегу гравця три вуда - №1 (драйвер), №3 и №5.

ДРАЙВЕР (driver) - (також вуд №1) – ключка для самого далекого удару, має найменший кут нахилу головки і саму довгу ручку.

ПАТТЕР (putter) - ключка для патта.

ПІТЧІНГ-ВЕДЖ (pitching wedge, PW) - ключка айрон, наступна в наборі після номеру 9.

СЕНД-ВЕДЖ (sand wedge, SW) - ключка айрон, наступна в наборі після пітчінг-веджа. Частіше використовується для вибивання м'ячів з бункерів.

Рахунок:

ПАР (par) - умовний норматив, постійно використовується для підрахунку результату і оцінки рівня гравців. Пар – це кількість ударів, яку гольфіст повинен здійснити на одній лунці або на всьому полі при вдалій грі. Пар одної лунки визначається так: вважається, що якщо відстань від ті до гріна не більше 200 метрів, гравець повинен попасти на грін одним ударом, якщо вона не більше 400 метрів – двома ударами, а якщо більше – то трьома ударами. Якщо м'яч попав на грін, хорошим результатом вважається влучення в лунку з двох ударів. Таким чином, перший тип лунок буде називатися "пар 3", другий - "пар 4", а третій - "пар 5". Сума парів всіх лунок і складає загальний пар поля (як правило, рівний 72 для стандартного поля у 18 лунок). Зрозуміло, що гравець може показати результат і вище і нижче пара. Відповідно, його результат буде мати знак "+" або "-". Наприклад, якщо гравець на лунці довжиною 150 метрів зробив 5 ударів, то його результат можна назвати "плюс 2" (кількість ударів 5, мінус пар лунки 3).

АЛЬБАТРОС (albatross) - кількість ударів на одній лунці, на три удари нижче, чим пар цієї лунки (на лунках з пар 5)

БЕРДІ, (birdie) – кількість ударів на одній лунці на один менше чим пар.

БОГГІ (bogey) - кількість ударів на одній лунці на один більше чим пар.

ПОДВІЙНИЙ (потрійний, четверний БОГГІ) – кількість ударів на одній лунці на два (три, чотири) більше, чим пар.

ІГЛ (eagle) - кількість ударів на одній лунці на 2 удари нижче, чим пар цієї лунки.

ХОУЛ-ІН-УАН (hole-in-one) – влучення в лунку ударом з ті з одного удару. Буває дуже рідко, вірогідність влучення у "середнього" гравця 1 до 46000. Іноді на змаганнях за це встановлюють спеціальні призи.

Поле:

БІЧНА ВОДНА ЗАВАДА (lateral water hazard) – перешкода позначена червоними стовпчиками.

БРЕЙК (break) – спеціально зроблений нахил гріна, завдяки якому м'яч при ударі відхиляється в бік.

БУНКЕР (bunker, sand trap) – піщана пастка, спеціально зроблена на полі щоб ускладнити завдання гравця. Бункери можуть бути розташовані на фервеях або рядом з грінами.

КОМІР, "КОЛЛАР" (collar) – ділянка поля навколо гріна, підстрижений коротше фервея, але вище гріна.

ГРІН (green) – ділянка з самою короткою травою безпосередньо навколо лунки.

ДІВОТ (divot) - кусок дерну вибитий при ударі.

ЛУНКА (hole) - 1- поглиблення в гріні, в яке заганяється м'яч; 2 - цілком одне ігрове поле від ті до гріна включно.

МАРКЕР (marker) - 1 – коло, яке відмічає положення м'яча на гріні; 2 - рахівник, суддя, який рахує удари гравця.

ЗАВАДА (hazard) – елемент ігрового поля, спеціально збудований або навмисно залишений на ньому (бункер, водяна завада), щоб ускладнити гру.

ПЕРЕШКОДА (obstruction) – предмет, який заважає гравцю виконати удар, він не повинен знаходитися на полі за замислом архітектора. У відповідності з правилами гравець має право убрати таку перешкоду або перенести м'яч в іншу точку.

ПРЯМА ВОДНА ЗАВАДА (regular water hazard) – перешкода позначена жовтими стовпчиками.

РАФ (rough) – ділянка високої трави спеціально залишеної з боків від фервея. М'яч, який попав у раф значно складніше вибити.

ТІ (tee) - 1 – підставка з дерева або пластмаси, на яку дозволяється ставити м'яч, щоб виконати перший удар на кожній лунці; 2 – майданчик на полі (зазвичай піднесений) звідки починається гра на кожній лунці.

ФЕРВЕЙ (fairway) – ділянка з травою середньої довжини, яка займає більшу частину ігрового поля між ті та грінном.

Інше:

БЕГ (bag) – сумка для ключок.

ГРІНКІПЕР (green keeper) – службовець, який доглядає за газоном поля.

КАР (car, buggy) – невеликий електричний або бензиновий автомобіль для пересування полем.

КЕДДІ (caddy) – помічник гравця, який носить його ключки і має право давати йому поради з ходу гри.

МАРШАЛ (marshal) – офіційна особа на полі, що стежить за швидкістю гравців і дотриманням ними етикету.

МАТЧ (match play) – матчева гра. Один з двох основних видів змагання в гольфі, при якому результат підраховується окремо на кожній лунці, а перемагає гольфіст, який виграв більше лунок.

ПГА (PGA) - Асоціація професійних гольфістів, яка об'єднує інструкторів (клубних професіоналів) і гольфістів, постійно граючих в Турі (турнірах професіоналів). ПГА існує у всіх країнах, що розвивають гольф, у тому числі і в Україні.

ПРОФЕСІЙНИЙ ТУР (PGA Tour) – цикл професійних змагань, що проходять протягом року. Гольф – єдиний вид спорту, де існує не один (як, наприклад, в тенісі), а декілька професійних Турів. Самі великі серед них: чоловічі – американський (іноді його називають просто Туром), Європейський, австрало-азіатський; жіночі – американський і європейський. Крім них існують Тури для ветеранів і молодих гравців.

Правила гри

Основні положення

Перед початком раунду необхідно прочитати Місцеві правила на рахунковій карточці; поставити на м'яч ідентифікаційну мітку. Багато з гольфістів грають однією й той самою маркою м'ячів, і, якщо не ідентифікують свій м'яч, він вважається загубленим.

Дозволяється мати максимум 14 ключок. Під час гри не питають поради ні у кого, крім партнера або свого кедді. Не дають порад нікому, крім свого партнера.

Під час гри на лунці забороняються тренувальні удари.



Удар з "ті"

Установлюють м'яч на "ті" між "ті"-маркерами, а не попереду них.

Дозволяється ставити м'яч на "ті" позаду "ті"-маркерів. В межах довжини 2-х ключок від передньої лінії.

Удар з "ті" за межами цієї зони в матчевій грі не тягне за собою штрафу, однак ваш суперник може попросити повторити удар; у грі на рахунок ви підлягаєте штрафу в 2 удари, після чого необхідно продовжити гру з правильної зони.

Гра з м'ячем

Грають м'ячем з того положення, в якому він опинився. Не покращують свого положення, умов для передбачуваного свінга або лінії гри, не рухаючи м'яч і не пригинаючи або надламуючи щоб там не було із зафіксованих предметів чи рослин, крім як в результаті безпосереднього прийняття ігрової стійки або в процесі свінгу. Нічого не прижимають і не покращують штучно умови для прийняття ігрової стійки.

Якщо м'яч знаходиться в бункері або у водяній заваді, до руху для безпосереднього удару по м'ячу не можна доторкатися до поверхні бункера або до поверхні землі чи води у водяній заваді.

По м'ячу повинен бути нанесений повноцінний удар, але не поштовх або кидок.

Гра чужим м'ячем (крім положення в заваді) в матчевій грі означає програш лунки, а у грі на рахунок ударів ("строук-плей") наказується штрафом в два удари, після чого слід зіграти правильним м'ячем.

На паттінг-гріні

Дозволяється поправляти тільки сліди від м'ячів або старих лунок, які знаходяться на лінії патту, але ніякі інші пошкодження, включаючи сліди від шипів взуття.

Дозволяється маркувати, піднімати та очищати м'яч, який знаходиться на паттінг-гріні. М'яч завжди повинен повертатися точно на попереднє місце.

Забороняється спробувати поверхню паттінг-гріну на дотик або котінням нею м'яча.

Якщо м'яч, що грається з паттінг-гріну попадає у держак прапорця, то в матчевій грі це означає програш лунки, а у грі на рахунок ударів – штраф у 2 удари.

Якщо *м'яч, що знаходився у стані спокою* зрушений гравцем, його партнером або кедді способом, не передбаченим Правилами, або якщо він зрушений після підготовки до удару, добавляють 1 штрафний удар і кладуть м'яч на попереднє місце.

Якщо м'яч, який знаходився у стані спокою, зрушений ким-небудь ще або іншим м'ячем, його кладуть на попереднє місце без штрафу.

М'яч в русі змінює напрямок або зупинений

Ударений гравцем м'яч змінив напрямок або зупинився з вини гравця, вини його партнера або кедді. У матчевій грі гравець програє лунку, а у грі на рахунок ударів отримує 2 штрафних удари, а м'яч грається з того положення, в якому він опинився.

Ударений гравцем м'яч змінив напрямок або зупинився з вини сторонньої особи без штрафу продовжують гру м'ячем з положення, в якому він опинився. За виключенням: а) матчевої гри, коли гравець має право вибору на повторення удару, якщо суперник або його кедді винні у зміні напрямку м'яча; б) гри на рахунок ударів, якщо м'яч змінив напрямок з "паттінг-гріна", тоді гравець зобов'язаний його повторити.

Ударений гравцем м'яч змінив напрямок або зупинився, зіткнувшись з іншим м'ячем, який знаходився у стані спокою. Продовжується гра без штрафу з того місця де він опинився, за виключенням гри на рахунок ударів, при якому за це покладається штраф у 2 удари, якщо м'яч гравця та інший м'яч знаходились на паттінг-грині до моменту виконання удару.

Підняття, вкидання і установка м'яча

Якщо м'яч піднімається з метою установки його на попереднє місце, то його положення необхідно ретельно замаркувати. Якщо м'яч вкидається або зупиняється у будь-яке інше положення (наприклад, при виході з зони, яка ремонтується тощо), рекомендується маркіровка попереднього місця знаходження м'яча.

При вкиданні стоять прямо, тримають м'яч на рівні плеча і випускають м'яч з витягнутої руки. При влучанні м'яча у гравця, його партнера або кедді необхідно повторити вкидання без штрафу.

Існує 8 випадків, коли вкинутий м'яч скочується в таку позицію, що вкидання необхідно повторити.

Положення м'яча заважає грі або покращує її

Дозволяється підняти м'яч, якщо його положення може покращити гру будь-кого з інших гравців.

За вимогою гравця може бути піднятий будь-який м'яч, що заважає його грі або покращує гру будь-якого з гравців.

Вільні завади

Дозволяється зрушувати вільну заваду, за виключенням випадків, коли й м'яч, і сама завада знаходиться в перешкоді. Разом з тим, якщо м'яч гравця зрушився у результаті його дотику з вільною завадою в межах довжини 1

ключки від цього м'яча (крім випадків знаходження м'яча на паттінг-гріні), необхідно відновити положення м'яча і призначити 1 штрафний удар.

Перешкоди

Варто уточнити за місцевими правилами знаходження нерухомих перешкод (наприклад, дороги з покриттям або стежки тощо).

Рухливі перешкоди (наприклад граблі, жерстяні банки тощо) можуть бути зрушені у будь-якій частині гольф-поля. Якщо м'яч при цьому змінив положення, воно повинно бути відновлено без штрафу.

Якщо нерухомі перешкоди (наприклад фонтан з водою) заважає ігровій стійці або свінгу, м'яч може бути вкинутий без штрафу в межах довжини 1 ключки від ближньої точки, вільної від впливу перешкоди, але не ближче до лунки. Вплив перешкоди на лінію вашого удару не є основою для полегшення положення, якщо тільки і м'яч, і перешкода не знаходяться на паттінг-гріні.

Випадкова вода, зона, що ремонтується тощо.

Якщо м'яч опинився у випадковій воді, у зоні, що ремонтується або в норі дозволяється виконати вкидання в межах довжини 1 ключки від найближчої вільної точки, але не ближче до лунки.

Водяні перешкоди

Варто уточнити за Місцевими правилами на рахунковій карточці чи є море, озеро, ріка тощо водяною перешкодою або бічною водяною перешкодою.

М'яч у водяній перешкоді – грають з того положення в якій він знаходиться, або зі штрафом в 1 удар. а) вкидають на будь-якій відстані позаду водяної завади, суворо по лінії між лункою, місцем, де м'яч пересік границю водяної поміхи, і місцем вкидання, або б) грають знову з того місця, звідки м'яч був забитий в перешкоду.

М'яч у бічній водяній перешкоді – у додаток до приведених вище варіантів гри м'яча з водної перешкоди, зі штрафом в 1 удар дозволяється вкинути в межах довжини 2 ключок від а) точки, де м'яч пересік границю перешкоди, або б) точки на протилежній стороні перешкоди, рівновіддаленій від лунки.

М'яч загублений або за межами поля

Варто уточнити за Місцевими правилами на рахунковій карточці позначення меж гольф-поля.

Якщо м'яч загублений поза меж водяної перешкоди або за межами поля, зі штрафом в 1 удар грають новий м'яч з того місця, де був зіграний останній удар. На пошук м'яча дається 5 хвилин, по закінченню яких, якщо він не знайдений або не ідентифікований, м'яч вважається загубленим.

Якщо після удару виникає припущення, що м'яч може бути загублений поза водяної перешкоди або за межами поля, можна зіграти "тимчасовий м'яч".

Необхідно об'явити, що це тимчасовий м'яч, і зіграти його, перш ніж приступити до пошуку початкового м'яча. Якщо початковий м'яч загублений або знаходиться за межами поля, продовжують гру тимчасовим м'ячем зі штрафом в 1 удар.

Якщо початковий м'яч не загублений або не за межами поля, продовжують грати цю лунку тим самим м'ячем, а тимчасовий м'яч повинен бути вилучений.

М'яч, який не грається

Якщо здається, що м'яч не грається поза водяною перешкодою, то дозволяється зі штрафом в 1 удар: а) виконати вкидання в межах довжини 2 ключок від місця, де лежить м'яч, але не ближче до лунки; б) виконати вкидання на будь-якій відстані позаду точки, де знаходиться м'яч, притримуючись прямої лінії між лункою, точкою, де лежить м'яч, і місцем вкидання, або в) переграти м'яч. Якщо м'яч в бункері, то можна продовжувати гру за варіантами а), б) або в). Однак, якщо вибраний варіант а) або б), слід виконати вкидання в бункері.

Поле для гольфу

Поле для гольфу – бездоганно зеленого кольору декількох відтінків, оскільки трава на різних ділянках підстрижена не однаково, з вкрапленнями жовтого (піску) і блакитного (водних пасток).

Це справжній шедевр ландшафтного дизайну, на створення якого і підтримку в належному стані, йдуть нечувані гроші і багато днів сумісної праці архітекторів, технологів, ландшафтних дизайнерів і простих газонокосильників.

Стандартне поле для гольфу налічує 18 лунок. І це єдине, що об'єднує всі поля для гольфу. Тому що, як дійсний шедевр, кожне з них неповторно і має своє лице (характер дерну, висота трави, розміри бункерів, водних перешкод).

Розрізняють два типи полів:

Parkland. Невід'ємну частину ландшафту складають дерева у великій кількості. В основному проектуються архітекторами.

Links. Найчастіше є унікальним природним ландшафтом. Характеризуються наявністю безлічі піщаних дюн і зазвичай розташовані на морському побережжі.

Поле для гольфу – це складний і вельми технологічний комплекс споруд, який передбачає спеціальний рельєф і обов'язковий дренаж.

Просте поле на 9 лунок займає близько трьох гектарів землі та вимагає близько 100 000 доларів на проектування.

Стандартне поле на 18 лунок займе близько 100 гектарів, на його проектування і утримання клубу буде потрібно декілька мільйонів доларів. Поле, яке побудоване недавно, вимагає як мінімум 25 років, для того, щоб

відстоятися і приносить гравцям справжнє задоволення.

На полі кожного гравця чекають пастки, що перегороджують шлях до тріумфу: штучні водоймища з островами, хитромудрі яри, піщані бункери, неймовірно густий чагарник, пальми або розкидисті середземноморські сосни.

Трава на полі для гольфу не проста, від інших вона відрізняється стійкістю до толочення і швидкістю відновлення. В основному на поля для гольфу висаджують швидко ростучі злакові – пасовищний райграс, очеретяну і червону овсяницю, луговий мятлик, польовицю. Висока трава називається *раф*, її практично не підстригають. Вибити м'яч, що потрапив в раф дуже складно. Велику частину поля займає фервей – коротка рівна трава. Навколо лунки розташований грін. Це майданчик кругової або грушовидної форми з найкоротшою травою, не більше 4 мм. Collar утворює своєрідний комір навколо гріна, він підстрижений коротше фервея, але вище гріна.

Ідеально рівна, без бур'янів трава швидше нагадує килим, ніж звичайний, нехай навіть дуже доглянутий газон. Стежать за кількістю і якістю трави на полях спеціально навчені люди – грінкіпери. Професіоналів зеленої справи готують у вищих навчальних закладах. У Сполучених Штатах Америки існує повноцінна академія. Щоб освоїти цю спеціальність необхідно досконально вивчити 20 дисциплін, серед яких навик управління, ґрунтознавство, англійська мова, знання комп'ютера, дизайн і будівництво. Краща Британська міжнародна асоціація грінкіперів присвоює звання магістрів.

Наявність поля для гольфу свідчить про розвиненість і достаток країни, в якій воно знаходиться. Всього в світі налічується близько 40 тисяч полів, з них 15,7 тисячі – у США. Західна Європа має в своєму розпорядженні більш ніж дві тисячі полів. У Росії планують за 15 років побудувати 500 полів.

Найзнаменитіше поле для гольфу Old Course, розташоване на батьківщині цього спорту в шотландському Сент-Ендрюс не обгороджено, і провести один раунд на цьому святому для кожного гольфіста місці може будь-який охочий. Родзинка Old Course: із-за будівлі ресторану спортсменам доводиться або бити над дахом, або огинати будову. Оскільки майстерність однакова далеко не у всіх гравців, господарям закладу доводиться тримати в штаті власного скляра.

Грати в гольф можна навіть вночі – існують стартові позиції, доріжки і м'ячі, що підсвічуються.

До речі, багато цінителів гольфу не проти грати не тільки на зеленій траві, але і на снігу або піску. Члени шотландського гольф-клубу Earlston Golf Club купили ділянку для поля на Місяці. Покупка обійшлася клубу рівно в 101 фунт стерлінгів. Шотландці мають намір дати всім 18-ти лункам імена місячних морів.

Гольф в Україні

У змаганнях, що проводяться Федерацією професійного і любительського гольфу України (Київський Відкритий Чемпіонат з гольфу 2007, Відкритий Чемпіонат України з гольфу 2007 і Фінальний Чемпіонат України за підсумками сезону 2007) беруть участь гольфісти-любители з Росії, України, Молдови, Польщі, Італії, Канади, Англії, Індонезії, Литви та інших країн. Серед учасників змагань також були співробітники посольств Німеччини і Індонезії.




В урочистій частині кожного із змагань брали участь видні політичні діячі і представники культури. У Київському Гольф Центрі грають в гольф такі видатні спортсмени України як Андрій Шевченко, Віталій Клічко, колишній форвард-хокеїст Дмитро Хрестіч та ін.

Чемпіонат України з гольфу – це турнірне змагання, яке проводиться в чотирьох підгрупах: чоловіки, жінки, підлітки (12-16 років) і діти (5-11 років). Переможець визначається в результаті загального підрахунку очок за два ігрові дні.

Гольф у програмі Олімпійських ігор

Змагання з гольфу на літніх Олімпійських іграх пройшли тільки на двох Олімпіадах — 1900 и 1904 рр. — і потім були відмінені. В останній час обговорюється повернення цього спорту у програму Ігор, і він пропонувався до прийняття на 117-й сесії МОК у Сінгапурі разом з іншими чотирма видами спорту. Однак два голосування підряд його не ухвалили.

Медальний залік з олімпійської історії гольфу

Загальна кількість медалей					Всього
Місце	Країна	Золото	Срібло	Бронза	
1	 США	3	3	4	10
2	 Канада	1	0	0	1
3	 Великобританія	0	1	1	2

2.8. ГОРОДКИ

Городки — російська народна спортивна гра. У цій грі необхідно з певних відстаней «вибивати» метанням біти «міста» — фігури, складені різним чином з п'яти дерев'яних циліндрів (чурок), які називають «городками» або «рюхами».

Назви фігур з «містечок» або «рюх» з плином часу змінювалися (наприклад: «баба у віконці» на «кулеметне гніздо»).

Гра існує більше двох століть. Перші достовірні відомості про поширення у росіян гри в городки відносяться до початку ХІХ століття. Це кольорові гравюри, що містяться в кількох західноєвропейських виданнях і супроводжуються коротким описом російської народної забави. За цими публікаціями можна судити, що до початку ХІХ століття гра в городки (або рюхи) була поширена по всій Росії і мала свої правила. Тому виникнення гри в городки слід віднести до середини або до першої половини ХVІІІ століття. Ця гра зародилася в гущі російського народу і поширилася як серед селянства, так і серед міських жителів.

Як вид спорту, що має єдині правила, городки сформувалися до 1923 року, коли в Москві були проведені перші Всесоюзні змагання. У 1928 році городки були включені в програму Всесоюзної спартакіади. У 1933 році вийшли нові правила, в яких були визначені 15 фігур. Починаючи з 1987 року асиметричні мішені для лівшів стали дзеркально перевертати.

Особливу популярність городки завоювали в ХХ столітті. З 1936 року проводилися чемпіонати СРСР з городків. Майже всі змагання вигравали москвичі.

Згідно з офіційною статистикою, в 1960-ті — 1970-ті роки городками в СРСР займалося близько 350 тисяч людей. Популярність городків стала падати до 80-90-х років. Після розпаду Радянського Союзу кількість тих, хто займаються городками різко скоротилася.

З початку ХХІ століття інтерес до городкового спорту знову став підвищуватися. Зокрема, щорічно проходять розіграші Кубка Європи по городках. Також проводяться чемпіонати світу.

В Україні городки включені до навчальних програм з фізичної культури навчальних закладів різної ступені освіти.

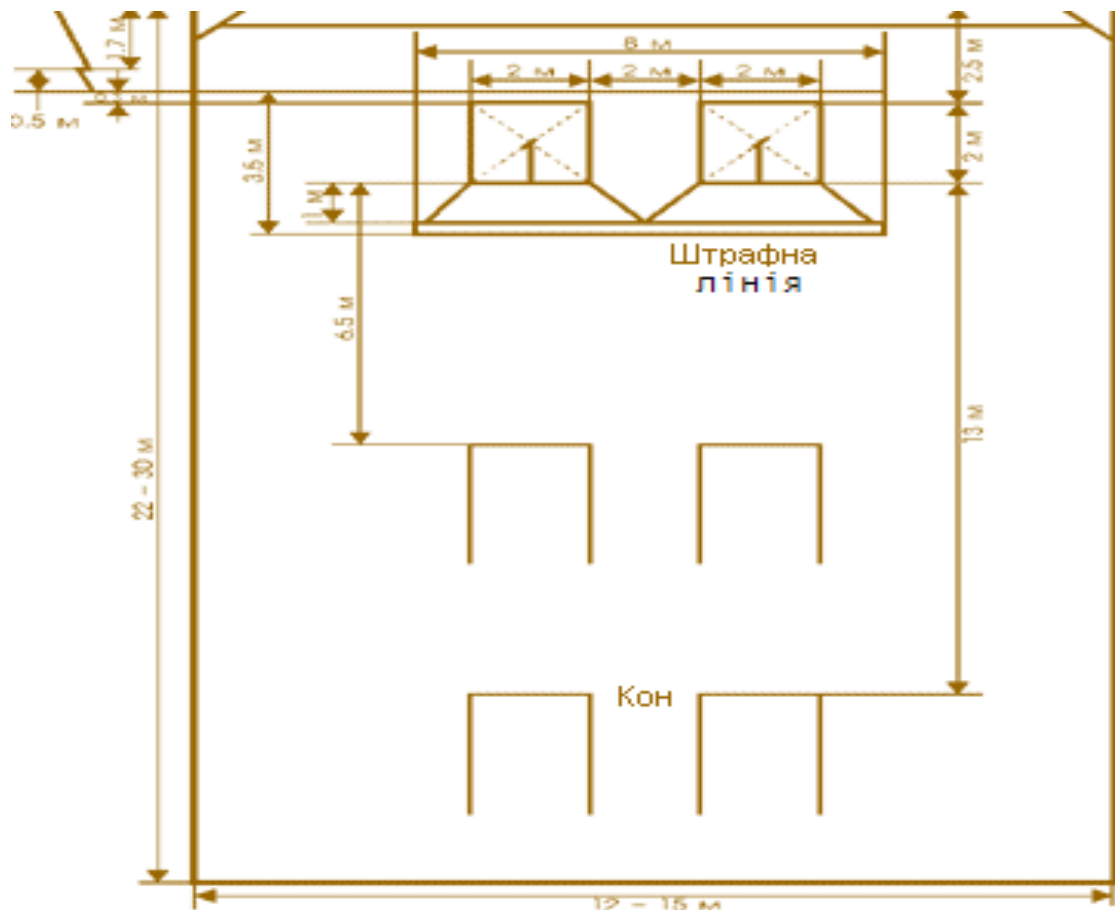
Правила гри.

Мета гри в городки полягає у вибиванні фігур, побудованих з п'яти чурок, з обмеженого майданчика, названого «містом», бітами з певної відстані. Для гри в городки використовується 15 фігур. Послідовність і правильна їх постановка в партії з 15 фігур показана на рисунках:



Рис. 1. Порядок розташування фігур у грі городки.

Переможцем вважається гравець або команда, які витратили на вибивання фігур найменшу кількість біт. Фігури починають вибивати з кона (дальної лінії). Якщо вибити хоча б один городок, інші, що залишилися вибиваються з полукона (ближньої лінії); фігуру «закритий лист» вибивають тільки з кона, причому спочатку — городок в центрі, що позначає «марку». У кожній партії може розіграватися 6, 10 або 15 фігур. Всі фігури, крім 15-ї будуються на лицьовій лінії міста. Городок вважається вибитим, коли він повністю вийшов на задню або бічні лінії міста. Якщо городок вилетить вперед до штрафної лінії або за її межі в напрямку полукона, то він ставиться до передмістя, проти центру міста: 20 см від штрафної лінії, якщо з фігури вибитий хоча б один городок або в 40 см, якщо з фігури не вибито жодного городка. Городок, що вийшов за лінію і знову вкотився в місто або передмістя, вважається вибитим.



Городошний майданчик розміщується на рівній горизонтальній ділянці розміром 30 (22) x 15 (12) метрів.

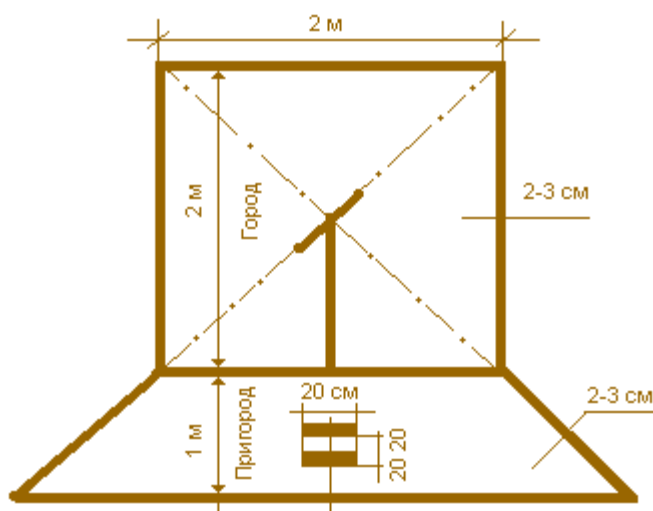
Площа, обмежена двома бічними лініями і передньою планкою, з меж якої здійснюються кидки по фігурам, називається коном. Відстань від планки кону до лицьової лінії — 13 м або 6,5 м.

Площа, обмежена бічними лініями, передньою планкою і планкою кона ззаду, з меж якої здійснюються кидки після вибивання хоча б одного містечка (крім фігури «Лист»), називається полуконном. Відстань від передньої планки полукона до лицьової лінії — 6,5 м.

Поверхня конів і полуконів повинна бути достатньо твердою, що виключає ковзання взуття. Найбільш кращим покриттям є асфальт.

«Місто» — зона, що має форму квадрата зі стороною 2 м, в межах якої встановлюються фігури.

«Передмістя» — зона, що знаходиться між лицьовою і штрафною лініями, обмежена з боків продовженнями діагоналей «міста». По центру «передмістя» на відстані 20 і 40 см від штрафної лінії наносять дві позначки довжиною 20 см для установки на них штрафних городків.



Штрафну лінію і площу, що знаходиться перед нею, називають штрафною зоною. Її засипають піском або покривають водною суспензією крейди.

Місця, на яких розмічаються два «міста» з «передмістями», повинні мати розмір не менше 8,0 x 3,5 м і розташовуватися суворо горизонтально (городок, спокійно покладений в будь-якому місці «міста» або «передмістя», не повинен мимовільно котитися в якому-небудь напрямку за умови відсутності будь-яких впливів на нього – вітру, струсу майданчики).

Бічні лінії кону і полукону повинні знаходитися суворо навпроти бічних ліній «міста» з урахуванням того, що ширина обмежувальних ліній «міста» і бічних ліній «передмістя» входить в розміри «міста», «передмістя», а ширина обмежувальних ліній кона і полукона в розміри цих зон не входить.

Лінії розмітки шириною 2 см фарбують фарбою, яка контрастує з покриттям.

2.9. ДАРТС

Дартс (англ. darts) — низка пов'язаних ігор, у яких гравці метають короткі стріли (дротики) у круглу мішень, повішену на стіну. Хоча в минулому використовувалися різні види мішеней і правил, у цей час термін дартс звичайно посилається на стандартизовану гру з визначеною конструкцією мішені й правилами.

Гра зародилася кілька сторіч назад на Британських островах. Дотепер дартс є традиційною грою, у яку грають у пабах Великої Британії, Нідерландів, Скандинавських країн, США і деяких інших. Крім цього, у дартс грають і на професійному рівні.

Основні правила



Мішені для дартсу звичайно виготовляються із сизалю. Секції мішені розділяються одна від одної дротом. Мішень поділена на сектори, яким привласнені числа від 1 до 20.

У стандартній грі центр мішені повинен розміщуватися на висоті 1,73 метрів від підлоги, а відстань від мішені до лінії, з якої гравці метають дротики, становить 2,37 метрів.

Стандартні розміри мішені:

- внутрішня ширина кілець подвоєнь (doubles) й потроєнь (trebles) 8 мм.
- внутрішній діаметр «яблучка» 12,7 мм.
- внутрішній діаметр зовнішнього центрального кільця 31,8 мм.
- відстань від центра мішені до зовнішньої сторони дроту кільця подвоєнь 170,0 мм.
- відстань від центра мішені до зовнішньої сторони дроту кільця потроєнь 107,0 мм.
- загальний діаметр мішені 451,0 мм \pm 10,0 мм.
- товщина дроту 1,5 мм.

Стандартна мішень розділена на двадцять пронумерованих секцій, звичайно чорного й жовтого кольорів, кожній привласнене число від 1 до 20. У

центрі знаходиться «яблучко» (англ. bull eye), влучення в яке оцінюється в 50 очок, оточене зеленим кільцем довкола нього (25 очок). Зовнішнє вузьке кільце означає подвоєння числа сектора, внутрішнє вузьке кільце означає потроєння числа сектора. І зовнішнє й внутрішнє вузьке кільця традиційно офарблюються в червоний і зелений кольори.

Влучення дротика поза вузьким зовнішнім кільцем очок не приносить. Якщо дротик не залишається в мішені після кидка, він також не приносить очок. Звичайно очки підраховуються після того, як гравець метає 3 дротики. Після цього хід переходить до іншого гравця. Важлива примітка: стандартно гравці використовують дротики, маса яких не перевищує 50 грамів. У випадках гри на аматорському рівні припустимо використовувати важкі дротики масою понад 50 грамів, однак цей виняток робиться для дротиків зроблених під замовлення й в умовах гри поза чемпіонатами. Що стосується напіваматорської й професійної гри, то використання дротиків масою понад 50 грамів — підстава для недопуску або дискваліфікації гравця. На сьогоднішній день найвідомішими виробниками інвентарю для дартсу (Harrow's, Unicorn, Nodor, Winmau й ін.) виробляються різні високотехнологічні дротики: наприклад розроблені 5-и кратним чемпіоном світу з дартсу Еріком Брістоу дротики Classic, вольфрамомісткі дротики серії Power Point (з голкою з вільним ходом), сталеві або латунні Sparks, вольфрамові Doom Doom.

Максимально можливий результат 3-ох кидків — 180 очок (якщо гравець попадає всіма трьома дротиками у внутрішнє вузьке кільце сектора 20).

Правило перебору — якщо кидок дротика дав більшу кількість очок, ніж потрібно для нульового завершення гри (або ж приводить рахунок до одиниці), то всі три останні кидка не зараховуються, і рахунок лишається колишнім, яким він був до серії кидків, що привів рахунок до перебору або одиниці.

«301/501»

Кожна сторона в грі починає з рахунку 301 (варіант 501). Метод ведення рахунку полягає у вирахуванні отриманої кількості очок із залишившихся, поки один із гравців не досягне 0. Закінчувати гру потрібно обов'язково кидком в подвоєння або в яблучко мішені так, щоб отримана кількість очок звело рахунок до нуля. (яблучко зараховується за подвійне 25).

Кожна гра в 301 зветься «Лег». П'ять «легів» складають «сет» (гра ведеться до трьох перемог в «легах»). Остаточним переможцем вважається той, хто виграв задану кількість «сетів».

«Раунд»

Правила гри зводяться до того, щоб по черзі вразити сектора від 1-го до 20-го, потім подвоєння і потроєння 20-го сектора, і завершити гру влученням в яблучко мішені. У випадку, якщо в серії кидків всі три дротики досягають цілі, (наприклад: 1, 2, 3 або 12, 13, 14 тощо), той гравець, що кидав продовжує свою гру позачергово. Заліковим полем сектора рахується вся його площа, включаючи кільця подвоєння і потроєння рахунку.

Переможцем вважається гравець, що першим влучив у яблучко.

«Великий Раунд»

Після проведення жеребкування, кожен гравець кидає, по черзі, по три дротики, по секторах від 1-го до 20-го, включаючи яблучко.

Враховуються влучення тільки в черговий сектор. При влученні в зону подвоєння або потроєння сектора, очки, відповідно, подвоюються або потроюються.

Виграє той гравець, котрий набрав найбільшу кількість очок.

«Всі п'ятірки»

Серіями по три дротики гравці прагнуть набрати число кратне 5. Серія кидків, що дала число не кратне 5, не зараховується. Число 5 дає 1 очко, 10 — 2 очка, 50 — 10 очок й т.д.

Переможцем вважається той, хто першим набере 51 очко.

У грі діє правило перебору.

«Двадцять сім»

Кожному гравцю на початку дається по 27 очок. Першими трьома дротиками необхідно влучити у подвоєння сектора 1. При цьому кожне влучення в ціль приносить 2 очка (1x2). Якщо жоден із дротиків не потрапив в подвоєння сектора 1, то з існуючої кількості очок (27) віднімається 2 очка (1x2). Наступними трьома дротиками необхідно влучити у подвоєння сектора 2. При цьому кожне влучення в ціль приносить 4 очка (2x2). Якщо жоден із дротиків не потрапив в подвоєння сектора 2, то з існуючої кількості очок віднімається 4 (2x2).

У такий спосіб гра ведеться до 20-го сектора мішені. Переможцем вважається той, у кого після кидків в подвоєння сектора 20 лишилося більша кількість очок.

Той гравець, чий рахунок у ході гри стає менше одиниці, вибуває зі змагання.

«Тисяча»

Заліковим полем гри є яблучко та зелене кільце. Кожен гравець на початку гри не має очок і набирає їх серіями по 3 дротики, враховуючи тільки 25 і 50.

Переможцем вважається той, хто першим набрав 1000 очок.

У грі діє правило перебору.

«П'ять життів»

За кидок трьома дротиками треба набрати більшу кількість очок, ніж набрав попередній гравець, хоча б на одне очко. Винятком є тільки 180 очок. Кожен гравець може помилитися 5 раз. На шостий гравець виходить із гри. У цю гру краще грати вп'ятьох- вшістьох.

«Сектор 20»

У вправі «Сектор 20» гравець виконує 30 кидків (10 серій по 3 дротики), намагаючись набрати як можна більшу суму тільки за рахунок влучень в сектор 20 мішені. Влучення в подвоєння зараховуються за 40 очок, в потроєння за 60 очок. Дротики, що не потрапили в зону 20-го сектора, до результату загальної суми не додаються.

«Діаметр»

Гравці довільно вибирають два діаметрально протилежних сектори й намагаються влучити в їх подвоєння і потроєння по уявлюваній прямій, наприклад: подвоєння сектора 11, потроєння сектора 11, зелене кільце, Потроєння сектора 6 і подвоєння сектора 6. Перемагає той гравець, який першим мине уявну лінію по заданих точках.

Україна є членом Всесвітньої федерації дартсу (WDF) з 2015 року. В січні 2016 року гравці отримали перші спортивні розряди.

У дартс-середовищі традиційно найбільше цінується перемога в спортивній дисципліні "501", титул чемпіона України в якій розігрується з 2004 року. Деякі чемпіонати України мали статус відкритих. Чемпіонами України серед чоловіків у дисципліні 501 переважно ставали представники м. Києва.

2.10. ДИСК-ГОЛЬФ

Диск-гольф (англ. *disc golf*) — індивідуальний вид спортивних ігор з літаючим диском (фрізбі), де гравці змагаючись, намагаються пройти відрізки, від стартової точки — «ті», виконуючи кидки спеціальним диском (кожен наступний кидок виконується з місця зупинки диску), до цілі — кошика, зробивши найменшу кількість кидків.

Хід гри. Дистанція для диск-гольфу складається з декількох відрізків (зазвичай 9 або 18), від стартової точки «ті» до кошика. Гравці невеликими групами (3-5 осіб) виконують кидки з першої точки «ті», в заданому порядку. Кожен наступний кидок виконується з місця зупинки диска після попереднього кидка. Кидок виконує той, чий диск лежить далі від кошика. Кидки виконуються до тих пір, поки диск не попаде в кошик. Після того як всі гравці групи завершили відрізок, вони переходять до наступного відрізка, і так до кінця дистанції. Кидки на кожному відрізку додаються, а потім підсумовуються всі кидки зі всіх відрізків. Переможцем стає той, хто пройде дистанцію, який виконав найменшу кількість кидків.

Диски. Для диск-гольфу використовується велика кількість дисків, які розрізняються між собою різними льотними характеристиками. Основні льотні характеристики: швидкість, планерування, поворот, спад. Маючи різні комбінації льотних характеристик, диски створюють три основні групи: драйвер (для дальніх кидків), мід-ренч або епроучь (для кидків середньої дальності) і патер (для попадання в кошик).

Також існує міні-диск (маркер). Він використовується гравцями для маркування місця зупинки диска. Міні-диск кладеться впритул перед диском, який зупинився, по лінії від центру диска до кошика, і кидок виконується від міні-диска.

2.11. Канополо

Канополо (також — кануполо) — вид спорту, командна гра з м'ячем на каяках.

Історія виникнення і розвитку

Сучасна версія гри з'явилася у 70-их роках минулого сторіччя в Англії. На



Іграх доброї волі в Москві (Росія) вперше була продемонстрована показова гра в канополо закордонних гостей для радянських глядачів. Перший світовий чемпіонат, на якому перемогла команда Австралії, був проведений у 1994 р. в Шеффілді (Англія) і проводився з тих пір кожні два роки.

Правила гри

Остаточна версія правил була видана Міжнародною Федерацією Каное (МФК) у 1990 р. Команда складається з 8 гравців, на полі розміром 35 на 23 метри виходять 5, троє — запасних. Ворота висять на висоті 2 метрів. Заміни необмежені. Гра складається з двох таймів по 10 хвилин. Якщо гра — фінальна і впливає на розподіл місць, то при нічії призначається додатковий час до першого голу. Якщо гол не забито, то призначається післяматчеве пенальті.

До інвентарю цієї гри належать каяк, весло, м'яч, ворота, шолом і жилет.

2.12. КОРФБОЛ

Корфбол з'явився в Нідерландах на десяток років пізніше, ніж баскетбол в США. Баскетбол розвивався і еволюціонував, через що й виріс у світовий вид спорту. А корфбол залишався вірний своїм первісним правилами, зберігаючи якусь частку наївності. Взагалі кажучи, в корфбол грають за правилами дуже схожими з першими баскетбольними. І голландська гра більше нагадує дітище Нейсмита, ніж сам баскетбол.

Так як корфбол загальнонародна гра, то в команді беруть участь і чоловіки, і жінки. Зараз встановлені правила, згідно з якими на майданчику знаходяться 2 команди по 8 чоловік. У кожній з них – 4 чоловіка і 4 жінки. Ця особливість також істотно впливає на правила гри. Забороняється груба гра: поштовхи, виривання м'яча, гра проти іншої статі, напад удвох на одного. І історичне правило – заборонено пересуватися по майданчику з м'ячем. Таким чином, корфбол виглядає для нас сумішшю волейболу (піонерболу) та баскетболу. Хоча це самостійна гра зі своєю давньою історією.

Корфбол по праву вважається грою для всіх віків. Завдяки досить простим правилам гри і змінювальній висоті кошика, навчання корфболу можна з успіхом починати з 5-6 річного віку.

Корфбол — командна гра з м'ячем, багато в чому подібна до змішаного нетболу. Найбільшу популярність гра дістала у Нідерландах та Бельгії. Корфбол відрізняється від інших командних ігор тим, що це змішана гра: команда складається з чоловіків і жінок.

У корфбол грають на всіх континентах окрім Антарктиди. У корфбол можна грати у спортивному залі, а також на відкритому повітрі. Гра не потребує дорогого інвентарю.

Для гри необхідний майданчик, поділений на дві зони. Розміри ігрового поля залежать і від віку корфболистів, найменші з яких перекидають м'яч на майданчику 15 на 30. Крім того потрібні два стовпи, два кошики, м'яч та дві команди — по вісім чоловік у кожній: двоє учасників із кожної команди у кожній зоні (напад та захист). Один суддя.

Від віку гравців залежить і висота корзини: від 2,5 до 3,5 метрів. Спочатку кошик плівся з вербових прутів, що і визначило його сучасну форму.



Хоч він і зроблений з сучасних матеріалів – все одно залишився характерний плетений вигляд. Він являє собою циліндр без дна висотою 25 см. На відміну від баскетболу, корфбольний кошик кріпиться не на щит, а просто на стійку. Стійка розміщується на відстані від краю ігрового майданчика. Таким чином, гравці мають можливість вести гру і за ним.

Різновидом корфболу є моно-корфбол і пляжний корфбол. Основи гри у них такі ж, як і в корфболі, але використовується тільки одна стійка з кошиком, яку намагаються вразити кожна з обох команд, що складаються з двох гравців чоловічої статі і двох гравців жіночої статі.

ІСТОРІЯ РОЗВИТКУ

Історія корфболу веде свій відлік з 1902 року, коли голландський викладач фізичного виховання однієї з шкіл Амстердама Ніко Бренхейзен спробував реалізувати завдання, поставлене Асоціацією фізичної освіти Амстердама про те, щоб придумати спортивну гру, яка відповідає таким принципам:

- в одній команді повинні грати юнаки і дівчата;
- гра повинна бути максимально коректною і не травмонебезпечною;
- гра повинна бути мало витратною, використовуване обладнання повинно легко переноситися і встановлюватися на будь-якому майданчику;
- гра повинна гармонійно розвивати фізичні якості і подобатися молоді.

Така гра була придумана їм і отримала назву КОРФБОЛ ("корф" з голландської означає "кошик"). Корфбол відразу став дуже популярний у Голландії, і вже в 1903 році була створена Голландська федерація корфболу.

Перший матч за межами Європи відбувся в 1919 році, коли новий вид спорту вирішили випробувати в Індонезії, а вже в 1920 р. і 1928 роках демонстраційні матчі за корфболу проходили в рамках Олімпійських ігор в Антверпені (Бельгія) та Амстердамі (Нідерланди).

В 1921 році була заснована Бельгійська федерація корфболу, а через два роки відбувся перший міжнародний матч між національними командами Бельгії та Нідерландів.

В 1933 році створюється Міжнародна Федерація корфболу (IKF) і корфбол починає швидко розвиватися в багатьох країнах світу. Після війни стали проводитися численні турніри збірних і клубних команд, Єврокубки, в 1978 році стартував перший Чемпіонат Світу. Україна — 60 офіційна корфбольна країна. Єдиним представником Корфболу в Україні є Львівське Об'єднання Корфболу (ЛОК), яке активно проводить товариські зустрічі та змагання. У Львові є, тільки, дві команди — КК «Світоч» та КК «Юні Леви».

Основні Правила гри

Основна мета гри в корфбол – закинути м'яч, який має параметри футбольного у кошик, що не має дна і має циліндричну форму висотою 25 см і внутрішній діаметр 39-41 см. Кошик кріпиться на стійці висотою 3,5 м, і встановлюється в кожній з двох ігрових зон на відстані 1/6 довжини майданчика, вимірюваної від лицьової лінії. Майданчик має розміри 20x40 м для гри в закритому приміщенні і 30x60 м для гри на відкритому повітрі. Тривалість гри – 2 тайми по 30 хвилин. Кожна команда складається з 4-х гравців чоловічої статі і 4-х гравців жіночої статі, які грають порівну (2+2) в зоні атаки і в зоні захисту.

Гравці атаки намагаються вразити кошик суперника, звільнившись від опіки персонального захисника тої ж статі. При цьому кидок буде зараховано, якщо відстань між гравцями атаки і захисту буде більше відстані витягнутої руки.

Гравці захисту намагаються перехопити м'яч, перешкодити супернику виконати кидок або передачу м'яча, виграти підбір м'яча. Після перехоплення гравці захисту повинні передати м'яч для атаки в протилежну зону.

Утримуючи м'яч в руках, гравці не повинні перетинати центральну лінію. Після 2-х забитих м'ячів в будь-яку корзину гравці міняються зонами, при цьому захисники стають атакуючими і навпаки.

Під час гри забороняється:

- утримуючи м'яч в руках, виконувати більше 2-х кроків;
- переміщатися, виконуючи «ведення» м'яча;
- вибивати і виривати м'яч;
- передавати м'яч з рук у руки;
- персонально грати проти гравця протилежної статі;
- одночасно грати двом гравцям проти одного;
- виконувати кидок м'яча із зони захисту;
- грати в грубій і небезпечній манері.

Правильне потрапляння в корзину суперника завжди оцінюється в одне очко. Порушення правил, які призводять до втрати можливості зробити результативний кидок, караються пенальті, що виконуються з відстані 2,5 м. При інших порушеннях призначається вільний пас, а у спірних випадках м'яч розігрується між гравцями однієї статі на місці спору.

Тактика гри. Кожна команда намагається здобути очки реалізувавши заплановану тактику команди. Це неконтактна гра, блокування, штовхання і утримання суперника заборонені. Заборонені й копання м'яча та удари його кулаками. Забороняється доторкатися руками до стовпа та кошика. Особисті навички та вміння тут важливі, однак це колективна гра.

2.13. КРИКЕТ

Крикет — вид спорту, в якому використовуються бита і м'яч (не путати з крокетом).

Найбільш популярний крикет в Індії, Австралії, Англії і Уельсі, Пакистані, Південній Африці, Новій Зеландії і Шрі-Ланці, на Карибських островах.

Основні правила

Гра проходить між двома командами по 11 гравців кожна. Мета гри — заробити більше очок (пробіжок (runs)), чим команда суперника. Матч складається з одного або декількох частин, кожен з яких називається інінгом (innings). У кожному інінгу одна команда відбиває, а інша подає по одному разу.

В крикет зазвичай грають на траві. Поле для гри в крикет представляє собою овальний майданчик (cricket field), в центрі якого знаходиться полоса землі довжиною 22 ярда (20,12 метра) (cricket pitch).

На кожному кінці полоси землі в поле ввіткнуті три стовпчика, зверху на які покладені дві невеликі дерев'яні поперечини. Ця конструкція називається хвірткою (wicket). У кожній хвіртці з бітами в руках знаходяться гравці команди, яка б'є. Гравець команди, що подає, називається боулером (bowler), кидає м'яч, знаходячись рядом з одною з хвірток, у сторону іншої, намагаючись при цьому влучити в хвіртку. Гравець команди, що б'є (batsman), стоїть рядом з хвірткою, старається її захистити, використовуючи бити.

Якщо б'ючий гравець відбиває м'яч, він може бігти до протилежної хвіртки. Гравець, який стоїть у іншій хвіртці, біжить йому назустріч, намагаючись зайняти місце б'ючого. Кожна така пробіжка приносить очко б'ющій команді. Команда, яка подає, намагається спіймати м'яч і повернути його до одної з хвірток. Якщо м'яч попав у хвіртку в той момент, коли хоча б один з бігучих гравців знаходився між хвіртками (за лінією), то цей бігучий гравець виходить з гри, і його місце займає інший гравець б'ющої команди. Б'ючий виходить з гри також, якщо він не зміг захистити свій вікет від м'яча під час подачі або м'яч був спійманий гравцем команди, яка подавала, після того, як гравець б'ющої команди відбив м'яч або торкнувся м'яча битою, до того як м'яч ударився об землю.

Коли 10 гравців б'ющої команди виведено з гри, інінг закінчується і команди міняються місцями. Якщо дві команди виконали подачу по одному разу, інінг закінчується. Багатоденний матч зазвичай складається з одного або двох інінгів (зазвичай на два інінга відводиться 5 днів). Команда, яка набрала більше пробіжок по завершенні матчу, об'являється переможцем. Якщо час,

відведений на матч, вийшов до того, як він встиг закінчитися, то об'являється нічия.

Гравці. Кожна команда складається з 11 гравців. В добре збалансованій команді будуть грати 4-5 боулерів (гравців, які спеціалізуються на подачах) і 5-6 бетсменів (batsman), які спеціалізуються у відбиванні м'яча битою. Самі цінні гравці — універсальні — ті, які добре подають і добре відбивають. У кожній команді є один спеціальний гравець, який називається «захисник хвіртки» (wicket-keeper). Його завдання у тому, щоб зловити поданий м'яч, пропущений б'ющим, і старатися вразити хвіртку м'ячем, якщо б'ющий гравець знаходився за лінією.



Матч. Перед початком матчу капітани вибирають 11 гравців і жеребом визначають хто подає першим.

Овери. Кожний іннінг складається з серії кидків (overs). Серія складається з 6 подач, які подаються одним і тим же боулером. Один і той же боулер не має права подавати дві серії підряд. Під час однієї серії боулер подає з одної сторони майданчика. Наступний боулер подає свою серію з іншої сторони майданчика.

Крикетна бита. Вид ззаду і спереду

Очки. Щоб заробити для своєї команди одне очко, два гравці нападаючої команди повинні пробігти до іншої хвіртки і доторкнутися до землі за лінією битою або будь-якою частиною тіла. Іноді хороший удар по м'ячу дозволяє нападаючій команді заробити більше очок, якщо гравці встигають пробігти від хвіртки до хвіртки більше одного разу, в той час поки гравці команди, яка подає, намагаються вернути м'яч і розбити хвіртку. Якщо м'яч відскочив (або викотився) за межу поля, нападаюча команда отримує 4 очка. Якщо м'яч при цьому вилетів за межу поля, не торкнувшись землі, то нападаюча команда заробляє 6 очок. Очки можуть призначатися також у випадку порушень або неправильно поданих подач.

Перші два гравці в нападаючій команді зазвичай є самими сильними б'ющими і набирають більше всього очок.

Виведення б'ющого з гри. Б'ющий може відбивати і заробляти очки до тих пір, поки він не виведений з гри. Вивести з гри б'ющого можна одним з наступних способів:

- Спіймати м'яч на льоту.

- Збити хвіртку при подачі.
- М'яч, що летить у хвіртку, попадає в б'ющого.
- Хвіртка збита м'ячем у момент, коли б'ющий біжить між хвіртками.
- Гравець з битою випадково або спеціально переступив лінію після подачі, а захисник хвіртки збив її.

Крикет на літніх Олімпійських іграх 1900 р.

Змагання з крикету відбулися на літніх Олімпійських іграх 1900 р. Всього пройшов один матч між командами по 12 гравців між Великобританією і Францією, який виграли британці з рахунком 262:104 (117:78). Матч пройшов у 2 іннінга, один з яких відбувся 19 серпня, а другий 20 серпня. Це єдине змагання з крикету за всі Олімпійські ігри.



2.14. КРОНУМ

Кронум (англ. Kronum) був винайдений Біллом Гібсоном на батьківщині у м. Вілланова, штат Пенсільванія на початку 2006 року (лютий місяць), з метою поєднати в собі елементи деяких з найпопулярніших видів спорту у світі на одному полі. Намір полягав у тому, щоб зробити кронум новим видом спорту для сучасного спортсмена, дозволяючи повністю продемонструвати людський атлетизм. Крім того, місія кронум – об'єднати спортсменів і вболівальників по всьому світу через Інтернет, щоб разом змогли створити і розвиватися у грі кронум.

Кронум – це зовсім новий вид спорту, своєрідна суміш баскетболу, футболу, регбі та гандболу, дуже динамічна гра, в якій дозволяється практично все.

Поле має круглу форму, а воріт на ньому – чотири. У кронум грають дві команди, кожна з яких складається з десяти гравців. Мета кожної команди — забити м'яч у ворота або закинути руками м'яч в одне з кілець над воротами і набрати максимальну кількість очок, при цьому очки нараховуються згідно зони, з якої забитий м'яч.

Історія виникнення гри.

Березень 2008 р. Оригінальний кронум м'яч. Б. Гібсон розуміє, що для кронум потрібен власний м'яч. У кронум, м'яч будуть вести як в баскетболі, кидати, як у гандболі, і грати ногами, як у футболі. М'яч повинен бути якимось універсальним, який може використовуватися по мірі необхідності. Крім того, м'яч повинен відповідати спортсменам, і увагу варто звернути на розмірі, ваги, текстурі та балансу. У кінцевому рахунку, Гібсон вирішує, що оригінальний Kronum м'яч повинен мати окружність 26 дюймів (66,04 см), складатися з двох взаємопов'язаних поверхонь, які пов'язуються кількома швами рівномірно навколо кулі для оптимального зчеплення з ногами.

Створення воріт для гри кронум. Білл Гібсон придумує ворота для Kronum, які складаються з двох основних частин; основна площа воріт називається камера і будова на вершині воріт називається короною. Вся частина корони складається з 5-ти 18" діаметрових отворів під назвою кільця корони. Нарахування очок за попадання м'яча в кільце здійснюється відповідно до розташування гравця під час виконання кидка.

Вересень 2008 р. Гра в "ямі". Нарешті, настав час «вийти на поле» і привносити концепції Kromum до життя. Тестування починається на великій відкритій площадці у сімейному маєтку Гібсона у Вілланова. Ця область, тепер відома як «яма», де Гібсон закладає лінії в першому квадраті кронум. Звідти, Гібсон пропонує кілька місцевим студентам перевірити свої ідеї на полі. Ці спортсмени, тепер відомі як "батьки-засновники" перші спробували грати кронум в його первозданному вигляді і допомогли закласти основи для майбутнього спорту. Гравці з різних спортивних груп об'єднуються і перевіряють все від методи гри з м'ячем практично.

Перше поле для гри кронум. Після декількох місяців тестування кронум на один квадрат, Гібсон досить впевнений, щоб створити офіційне поле кронум для гри у великому масштабі. Ідеальне місце для першого поля кронум було обрано не далеко від "ями" у Вілланова, розташований всього в десяти хвилинах їзди в місті Ньютаун сквер, Пенсільванія на Двосхилим Парк. Великий відкритий майданчик в парку з євроремонт в оригінальному будинку, круглим покриттям діаметром 70-ярдів кронум. Поле було відкрите для громадськості, спортсменам зі спільноти пропонувалося подивитися і прийняти участь у кронум.

Листопад 2008 р. Перша офіційна гра кронум. Після декількох тижнів пробних ігор, перша в історії гра кронум була проведена холодним осіннім днем у листопаді 2008 року. На поле вийшло дві команди: «Spell Casters» і «Ring Lords». В рамках святкування цієї гри, кожен рік, проводиться ювілейний турнір кронум, щоб згадати зародження гри.

"K2" кронум м'яч. Один рік зайняв процес розробки другого офіційного м'яча для гри. Для поліпшення структури, продуктивності та узгодженості, поліпшується якість камери за рахунок використання високого класу латексу. Щоб поліпшити керованість, відчуття і політ, шов м'яча був перероблений, щоб рівномірно розподілити вагу м'яча. Вага м'яча складає 296 г, окружність 622,3 мм, діаметр 195,5 мм.

Липень 2010 р. Скорочення поля кронум. Після гри на 70-ярдах поля протягом двох років, Б. Гібсон вирішив, що менший діаметр поля буде сприяти більш швидкій грі й більш сильним наступальним і оборонним діям. Офіційний розмір поля для гри кронум став 50-ярдів. Перші 50 ярдів розташовані в спортивному комплексі Кленова зона в Бузвіні, Пенсільванія, де було проведено чотири сезони ігор.

Гнучка бальна система і блокування удару. Після збору і аналізу даних з першого і другого сезону, Гібсон визначив, що має існувати гнучка система нарахування очок. Спочатку кількість очок для влучних кидків становила 3 очки в камері та 6 у разі влучання в кільця. Щоб очки відповідали значенню точки з рівнем складності ці правила змінюються таким чином, що кількість очок 2 вказує на камери і 4 для влучення в кільця.

Крім того, з метою сприяння кращому захисту, оборонні гравці тепер можуть використовувати все тіло, щоб блокувати кидки.



У грі команда проходить цикл між стадіями захисту і нападу. На поле виходить команда в складі 10 гравців, під час гри в команді не може бути менше 9 гравців, в такому випадку гра зупиняється і супернику присуджується перемога. В стадії захисту 4 гравця є воротарями (веджбек), в стадії нападу всі гравці – польові. Гра складається з 3 періодів по 20 хв., з перервою між періодами в 1,5 хв.. Під час гри кожна команда може взяти одну 1-хвилинну перерву и 2 тридцяти секундні перерви (тайм-аути).

М'яч повинен бути забитий у ворота, які нагадують гандбольні ворота, або в будь-яке з додаткових 5 кіл діаметром 50 см у верхній планці воріт. Кількість очок залежить від зони, з якої був забитий гол, подібно до баскетболу. У разі потрапляння в коло очки подвоюються. У грі дозволений фізичний контакт між гравцями, подібно регбі. В середньому кількість очок за гру коливається від 60 до 120.

Професійна ліга кронума розташована у Філадельфії (США). На сьогодні в іграх Американської ліги кронума бере участь всього шість команд.

Поле кронум або "коло" розбивається на чотири квадрати, що містять зони і лінії, які диктують правила щодо забитих очок і дій гравців на полі. Поле складається з трьох концентричних кіл. На зовнішньому колу чотири зони воріт, які є загальними для двох команд. Перед кожними воротами півколо воріт і прямолінійна Клин (Wedge) зона. Поряд з Клин зонами знаходяться Flex зони. Єдина різниця між двома зонами полягає в тому, що використання рук в Клиновій зоні обмежена. Flex зони розташовані в формі хреста. В середині поля є коло під назвою прем'єр-ринг, а всередині цього кола центральна точка Pivot (рис. 1).

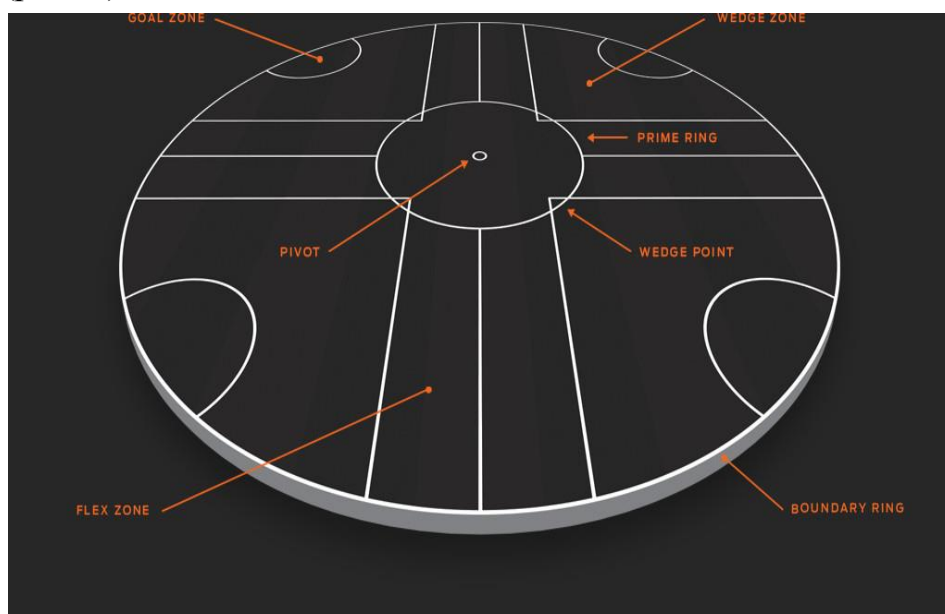


Рис. 1. Поле для гри кронум

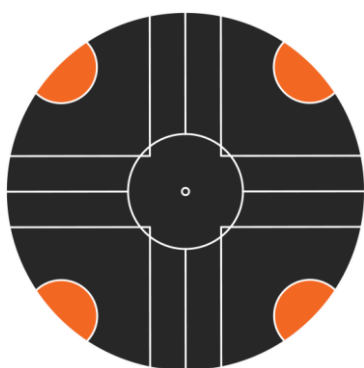
Зони Цілі (Goal Zone)

Гравці у нападі та захисті можуть водити, катати, тримати, ловити, перехоплювати, відбирати, бити по м'ячу або передавати руками, тулубом, ногами або головою. Гравці можуть грати в м'яч з будь-якою частиною тіла; проте, гравці повинні вести м'яч. Гравець може перейти від гри в м'яч руками на ноги і навпаки.

Забитий м'яч у ворота 1 очко, кільця: 2 очки

Клин Зони (Wedge Zone)

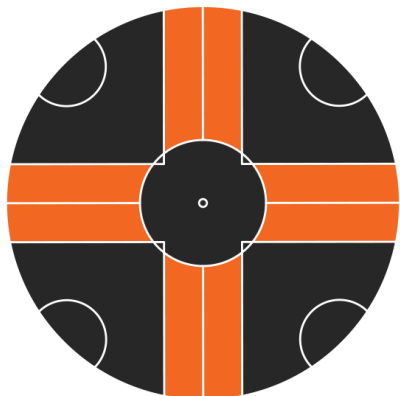
Гравці у нападі та захисті можуть вести,



перехоплювати, відбирати, пасувати, робити удари, або передавати м'яч з руки ногою, грати ногою, тулубом і головою. Гравець не може грати м'ячем руками або брати м'яч в руки. Оборонний гравець може заблокувати або відбити м'яч руками під час гри в цій зоні. Оборонний гравець може вдарити по м'ячу з Клин зони закритим кулаком, який знаходиться в цій зоні.

Забитий м'яч у ворота 2 очки, кільця: 4 очки

Flex Зони



Гравці у нападі та захисті можуть вести, катати, тримати, передавати, ловити, перехоплювати, відбирати, ударяти і відбивати м'яч з руки рукою, тулубом, ногою, або головою. Гравці можуть грати в м'яч будь-якою частиною тіла; проте, гравці повинні вести м'яч при обробці м'яча в цих зонах. Дозволяється максимум два кроки до необхідного

дриблінгу.

Забитий м'яч у ворота 2 очки, кільця: 4 очки

Довгий Діапазон (дальні зони поля від визначених воріт)



Гравці у нападі та захисті можуть вести, катати, тримати, передавати, ловити, перехоплювати, відбирати, ударяти і відбивати м'яч з руки рукою, тулубом, ногою, або головою. Гравці можуть грати в м'яч будь-якою частиною тіла; проте, гравці повинні вести м'яч при обробці м'яча в цих зонах. Дозволяється максимум два кроки до необхідного

дриблінгу.

Забитий м'яч у ворота 4 очки, кільця: 8 очок.

Кожна гра / період починається з початкового розіграшу. Годинник включається коли після початкового розіграшу м'яч торкнеться землі. Початковий розіграш відбувається за участю двох гравців від кожної команди, що сходяться на м'яч, який вдаряється в центрі поля всередині Pivot. Всі чотири гравці, що беруть участь у початковому розіграші повинні розташовуватися на точках клинів. Решта гравців на полі повинні поставити принаймні одну ногу на Prime ринг. Чотири гравці команди господаря шикуються на вертикальних сторонах Prime рингу з орієнтацією на секретарський стіл. 4-и гравці гостей шикуються на кожній з горизонтальних сторін Prime рингу з орієнтацією на

секретарське табло. Гравці, які розігрують початковий кидок будуть вибудовуватися на правій точці клина їх відповідна сторона первинного кільця. Після того, як у початковому розіграші м'яч кидається суддею вниз, тільки ті чотири гравці можуть увійти, і тільки один з цих чотирьох гравців може вивести м'яч з кола, інший партнер не повинен торкатися м'яча перед виходом з прем'єр рингу, інакше буде зафіксовано порушення. Всі інші гравці не можуть увійти в Прем'єр ринг, поки м'яч не вийде з первинного кільця. Якщо інший гравець входить в первинне кільце і втручається, це порушення, а протилежна команда нагороджується кидком в найближчий кут хреста.

\

2.15. КЕРЛІНГ

Керлінг (англ. *Curling*, від шотл. *curr* — гуркотати, гриміти) — командна спортивна гра на льодовому полі. Учасники двох команд по чергові пускають по льоду спеціальні важкі гранітні снаряди («камені») у бік розміщеної на льоду мішені. При цьому за мету ставиться доставити якомога більше своїх 8 каменів чітко в центр мішені (дому). Керлінг чимось нагадує гру в кеглі, але тільки на льоду.



Змагання з керлінгу

Історія виникнення та розвитку гри

Вважається, що гра була винайдена в Шотландії в XVI ст., для гри використовували камені однакової форми та ваги. На одній з гравюр того часу вперше був зображений камінь, який рухається по льоду. Тільки з кінця 18 ст. до круглих каменів стали приробляти металеві рукоятки. У 19 ст. виникло декілька різновидів цього виду спорту — шотландський, німецький і швейцарський керлінг. По суті, вони мало чим відрізнялися один від одного. Перший клуб керлінгістів відкритий у 1737 році у провінції Файф. У першій половині XIX ст. були офіційно стверджені правила гри в керлінг, які з тих пір майже не змінювались. У 1950 заснована Міжнародна федерація керлінгу (WCF); яка об'єднує близько 20 країн. Найбільш поширений цей вид спорту в Великобританії, Канаді, скандинавських країнах та ін. Чемпіонати Європи проводяться з 1951 р.

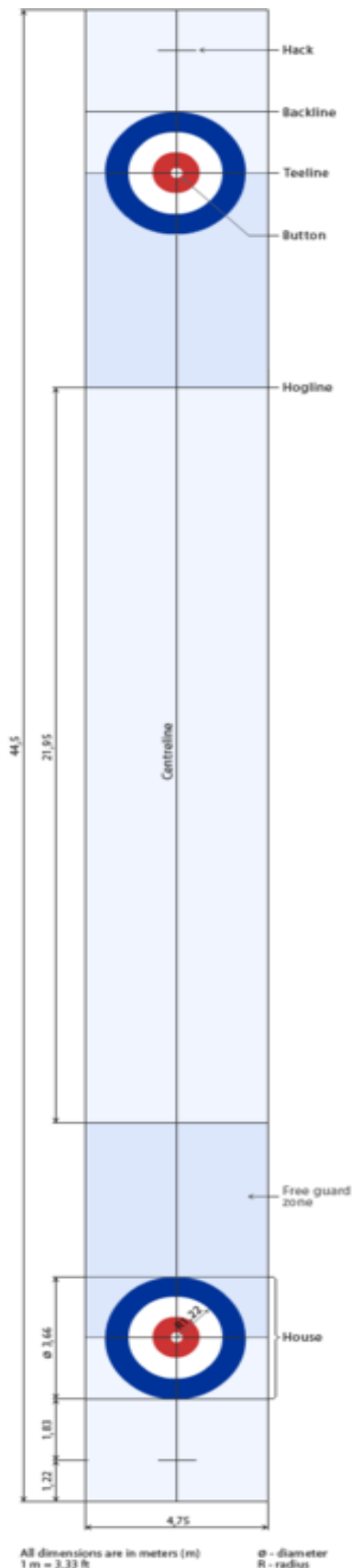
Для України керлінг — новий, маловідомий вид спорту, який був помічений лише завдяки пильному інтересу до нього на зимових Олімпіадах. У 2013 р. Українську асоціацію керлінгу було прийнято до Всесвітньої федерації керлінгу.

Правила гри

У грі беруть участь дві команди по 4 гравця. Гра складається з 10 незалежних періодів, що називаються **ендами** (*end*).

Ігрове поле та інвентар. Майданчик для керлінгу представляє собою прямокутне поле довжиною 146 футів (44,5 м) і шириною 14 футів 2 дюйми (4,32 м). Мішень, яка називається «домом», має діаметр 12 футів (3,66 м).

Камінь вагою 44 фунти (19,96 кг) виготовлюється з граніту. Він має циліндричну форму і пласку ковзну поверхню. Зверху до каменя прироблена ручка.



Майданчик для керлінгу

Протягом одного енду команди по черзі випускають по 8 каменів. При розігріші каменя гравець відштовхується від стартової колодки і розганяє по льоду камінь. При цьому він намагається або добитися зупинки каменя у визначеному місці, або вибити з залікової зони камені суперників, у залежності від поточної тактичної мети. Інші гравці команди можуть за допомогою спеціальних щіток терти лід перед каменем, тим самим злегка підправляючи його рух.

Після того, як розіграні всі 16 каменів, відбувається підрахунок очок в енді. Враховуються тільки ті камені, які знаходяться усередині дома. Команда, чий камінь опинився ближче всього до центру, вважається переможницею енду. Вона отримує по одному очку за кожний камінь, який опинився ближче до центру, чим всі камені суперника.

Останній кидок дає дуже велику перевагу команді. У першому енді порядок команд визначається жеребом, у всіх наступних право останнього кидка надається команді, яка програла попередній енд. Якщо ж у фінальній позиції ні у кого не опинилось каменів у домі, енд закінчується нульовою нічиєю, і право останнього кидка залишається в тій же команді. Тому часто вигідно «прокинути» останній камінь (тобто пустити в аут, свідомо зробити не результативний кидок), замість того, щоб заробити лише одне очко.

Переможець визначається за сумою очок у всіх ендах. У випадку рівності очок після 10 ендів призначається додатковий період, який називається **екстра-ендом** (*extra end*), переможець якого і стає переможцем матчу. Право останнього кидка в екстра-енді надається, аналогічно попереднім періодам, команді, яка програла десятий енд.

Олімпійська історія керлінгу

Починаючи з Зимової Олімпіади 1998 року, керлінг включений у програму Олімпійських ігор (хоча вже на Іграх 1924 року були проведені демонстраційні змагання з керлінгу). Проте, у лютому 2006 року Міжнародний Олімпійський Комітет передивився історію і постановив, що змагання з керлінгу на Іграх 1924 року повинні вважатися повноцінною олімпійською подією. Таким чином, перші олімпійські медалі з керлінгу розподілилися так: золото отримали Великобританія та Ірландія, два срібла — Швеція, бронзу — Франція.

Змагання з керлінгу на XX Олімпійських іграх проходили в італійському місці Пінероло з 13 по 24 лютого 2006 року. Місця розподілялися в жіночому і чоловічому турнірах, в кожному з яких брало участь по 10 команд.

Трансляція змагань завоювала не очікувано високі телевізійні рейтинги. За свідченням канадської телерадіомовної корпорації, керлінг зібрав у екранів 5 млн. телеглядачів — більше ніж хокей і фігурне катання. Після успіху чоловічої збірної в Італії спостерігається небувала хвиля інтересу до керлінгу, хоча в цій країні він з'явився порівняно недавно і нараховує всього декілька тисяч гравців.

Олімпійський медальний залік з керлінгу (чоловіки)

Рік, місце проведення ОІ	Нагороди		
	золото	срібло	бронза
1924 р., Шамоні	Великобританія	Швеція I, Швеція II	Франція
1998 р., Нагано	Швейцарія	Канада	Норвегія
2002 р., Солт-Лейк-Сіті	Норвегія	Канада	Швейцарія
2006 р., Турин	Канада	Фінляндія	США
2010 р., Ванкувер	Канада	Норвегія	Швейцарія
2014 р., Сочі	Канада	Великобританія	Швеція

Олімпійський медальний залік з керлінгу (жінки)

Рік, місце проведення ОІ	Нагороди		
	золото	срібло	бронза
1998 р., Нагано	Канада	Данія	Швеція
2002 р., Солт-Лейк-Сіті	Великобританія	Швейцарія	Канада
2006 р., Турин	Швеція	Швейцарія	Канада
2010 р., Ванкувер	Швеція	Канада	Китай
2014 р., Сочі	Канада	Швеція	Великобританія

2.16. Лакрос

Лакрос (фр. *la crosse* — «ключка») — командна гра, в якій дві команди прагнуть вразити ворота суперника гумовим м'ячем (62,8-64,77 мм, 140-146 гр), користуючись ногами і снарядом, що представляє собою щось середнє між



ключкою з довгою ручкою і ракеткою, який називається стіком.

Гру винайшли північноамериканські індієці, які використовували її для підготовки воїнів і мирного вирішення конфліктів між племенами. Згідно з даними археологічних досліджень, прототип лакроссу був відомий на території сучасної

Канади уже на початку п'ятнадцятого сторіччя. Команди в той час нерідко складались з декількох ста чоловік, а довжина поля для гри складала від декількох ста метрів до декількох кілометрів, гра тривала кілька днів, з обох сторін були поранені й убиті.

Європейські переселенці вперше познайомились з цією грою в XVII ст., а до початку XIX ст. вона стала завойовувати популярність серед французького населення Канади, але це як і раніше жорсткий контактний вид спорту. Перший офіційний матч з лакросу пройшов у Канаді в 1867 р.

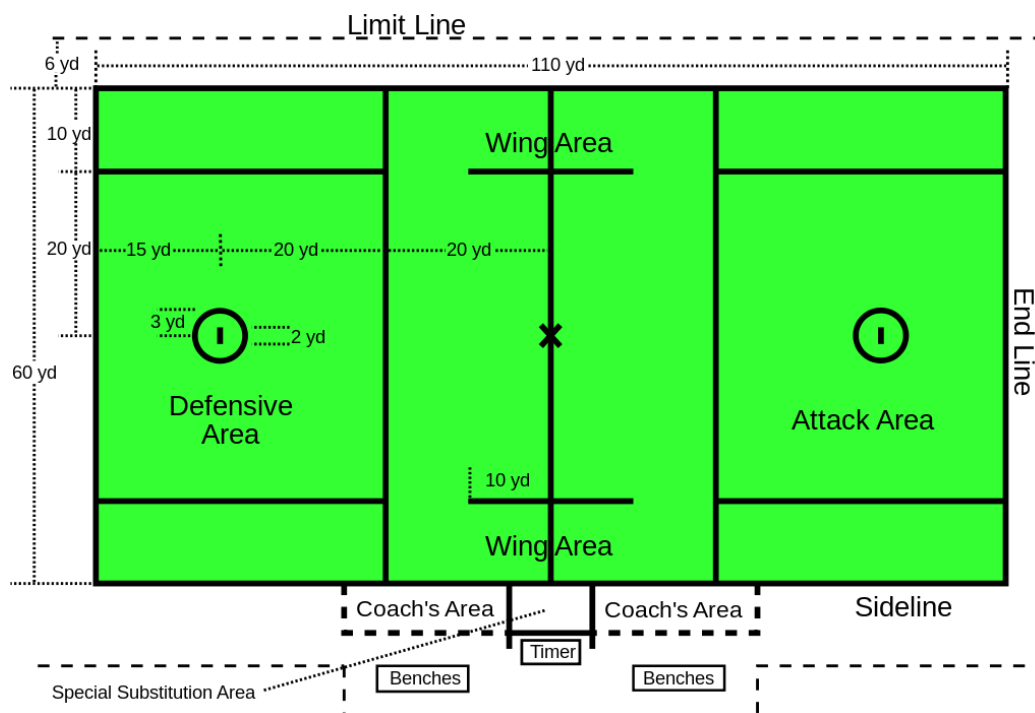
В наш час існує декілька різновидів лакросу, які відрізняються розмірами поля, числом гравців і правилами. Основних різновидів чотири: лакрос в полі (англ.) (на траві або просто лакрос), «лакрос в коробці» (англ.), інтеркрос (англ.), полокрос (англ.). З 1967 року проводяться чоловічі чемпіонати світу з лакросу на траві (англ.), у яких беруть участь команди різних країн, а також індіанського племені ірокезів (з 1990 року). Лакрос двічі включався в програму літніх Олімпійських Ігор — в 1904 і 1908 роках.

Можна грати в лакрос ногами, але швидше й точніше виходить, якщо підхопиш м'ячик стіком і метнеш в потрібну сторону. Брати в руки м'яч не можна.

Справжній лакрос — це лакрос на траві, але поширений і так званий лакрос в коробці, тобто на майданчику зі стінами і штучним покриттям («коробкова» версія зародилася в 30-ті роки минулого століття на хокейних майданчиках, що простоюють влітку). Лакрос на траві — це поле 100x55 м, дві

команди по 10 гравців у кожній (включаючи воротаря). Каток за розмірами менше поля, тому в команді «коробкового» лакросу шість гравців. У традиційному лакросі гравці багато бігають по полю, розігруючи тактичні схеми. Лакрос в коробці — це переважно техніка володіння стіком; атака розвивається, в першу чергу, за рахунок передачі м'яча від гравця до гравця.

У грі розрізняють чотири позиції: півзахисник, атакуючий захисник, воротар. У лакросі на поле (field lacrosse) атакуючі тільки атакують (крім ситуації "ride", коли захист намагається вивести м'яч і атакуючі намагаються перешкодити їм), захисники тільки захищають (крім ситуації "clear", коли їм треба вивести м'яч), воротар є останньою лінією захисту, який безпосередньо захищає ворота, півзахисники можуть перебувати в будь-якій частині поля і грати як в захисті, так і в атаці. Хоча на високому рівні гри завжди є спеціалізація між захисним і атакуючим півзахисником. Захисники можуть зупиняти атакуючого гравця корпусом і штовхати руками, бити своїм стіком за стіки противника. На цій позиції можуть грати тільки хлопці зростом під два метри і вагою за 100 кг. Але для атаки потрібні маленькі, швидкі і різкі гравці. Крім того, навіть у серйозній команді можуть бути хлопці, які не блищать фізичними даними, але зате відмінно володіють стіком.



Поле для гри в лакрос

Головне в лакросі — це стік. Для атаки використовується ручка коротше — довжиною до 1 м 10 см, для захисту довше, до 1 м 80 см. Верх ключки

заплетений вільною сіткою, спроектованою для того, щоб ловити і утримувати м'яч. Крім того, обов'язково потрібний захист — на офіційних змаганнях на полі не пустять без шолома, рукавичок на подібні хокейних та захисту плечового пояса. Часто лакрос вважають жорстким контактним спортом, однак травми в ньому зустрічаються набагато рідше, ніж в американському футболі та інших контактних видах спорту.

У світі існує понад трьох десятків національних федерацій лакросу. Більшість з них знаходяться в Європі і створені в останньому десятиріччі ХХ ст. Найкраще лакрос розвинений у себе на батьківщині — у Канаді та Штатах. Збірна США виграла 9 чемпіонатів світу з лакросу з 11. Добре грають збірні Англії, Голландії та Німеччини.

2.17. МІНІ-БАСКЕТБОЛ



Найбільшою популярністю у світі серед дітей користується міні-баскетбол.

У 1948 р. американський вчитель Т. Арчер вперше ознайомив громадськість з міні-баскетболом – грою, що призначалась для дітей віком 8-12 років і проходила за спрощеними правилами: полегшені м'ячі, знижена висота кошика тощо, міні-баскетбол поширився в усьому світі. Але тільки в 1967 році за ініціативою лідерів світового баскетболу — іспанця Анселмо Лопеса, англійця Вільяма Джонса і француза Роберта Бюснеля міні-баскетбол отримав офіційне міжнародне визнання. Ця ініціатива виходила від самих вищих функціонерів світового баскетболу. Через рік у ФІБА був створений Міжнародний комітет з міні-баскетболу.

З 1991 року Міжнародний комітет з міні-баскетболу, який пізніше був перейменований у «ФІБА міні-баскетбол», почав проводити міжнародні фестивалі «Jamboree», основною ідеєю якого було «Гра міні-баскетбол – це задоволення та розвага, а не змагання», тому програвших не було.

З 2002 р. під час реорганізації структури ФІБА комітет з міні баскетболу став складовою однієї з багато чисельних комісій.

Правильне використання міні-баскетболу стало потужним засобом виховання характеру юних баскетболістів. Сьогодні всім стало ясно, що ключ до спортивних успіхів треба шукати на шляхах ранньої спортивної спеціалізації.

Більшість правил міні-баскетболу відповідають офіційним правилам звичайного баскетболу, але є й виключення. Так, лінії штрафного кидка повинні знаходитися на відстані 4-х метрів від проекції щитів на майданчик. Лінії та зони 3-х очкового кидка немає. Склад команди на майданчику 5 гравців і 5 запасних на лаві.

Розміри майданчика можуть бути різними : 28x15м, 26x14м, 12x7 м.



Висота кошика: 3,05 м для хлопчиків і дівчат 10-11 років, 2,60 м для дітей молодших за 10 років. Баскетбольні м'ячі для дітей 9-11 років мають розмір №5 (окружність 66-73 см, маса 450-500 г), молодші діти грають м'ячем №3 (окружність 55-58 см, маса 310-330 г).

Гра складається з двох половин по 20 хвилин з перервою 10 хвилин між ними. Кожна половина розділена на 2 періоди по 10 хвилин з обов'язковою перервою в 2 хвилини між ними. У міні баскетболі відсутні хвилинні перерви за вимогою (тайм-аути).

Кожен гравець повинен грати в двох періодах, крім тих випадків, коли він замінений при отриманні травми, при вчиненні 5 фолів або дискваліфікований. У захисті забороняється використання зонних систем гри.

Два періоди гравець повинен знаходитися на лаві запасних, крім тих випадків, коли необхідно замінити гравця, який отримав травму, або вчинив 5 фолів, або був дискваліфікований. Але навіть при цих обставинах, гравець повинен знаходитися на лаві запасних один повний період.

Якщо гра закінчується з рівним рахунком, результат залишається нічийним і додатковий час не призначається.

2.18. МІНІ ВОДНЕ ПОЛО

Міні водне поло — водний командний вид спорту з м'ячем, в якому перемагає та команда, яка закине більше м'ячів у ворота суперника. Основні відмінності цієї гри від звичайної гри у водне поло:

- відсутність хронометражу (необмежена тривалість гри і атаки, при видаленні час не відраховується);
- зменшені розміри поля (15.0 м x 11.5 м) і воріт (2,5 м x 0,8 м);
- гра розділяється на сеті: до шести голів у чоловіків (іноді до 4-х) і до чотирьох голів у жінок;
- зменшено число гравців команди на полі: чотири гравця (включаючи воротаря) у чоловіків і п'ять у жінок і юнаків (замість семи);
- при видаленні, гравець торкається місця пересічення лицьової і бічної ліній і може негайно повернутися у гру;
- заміни відбуваються у будь-який час, навіть якщо суперник володіє м'ячем;
- перед початком гри команди за допомогою жереба розігрують, яка з них почне гру з центру поля у першому сеті;
- гравець має право забити гол безпосередньо з кутового кидка або з вільного кидка зі своєї половини поля.

Правила міні водного поло роблять цю гру доступною непрофесійним плавцям і ватерполістам, дозволяють проводити ігри у невеликих басейнах і спрощують організацію ігор у відкритих водоймах.

2.19. МІНІ-ГАНДБОЛ



Використовується для дітей 7-13 років.

Обладнання: гандбольні ворота, гандбольний м'яч.

Кількість гравців: 14 осіб.

Правила гри. Гра проводиться на майданчику розміром 8x14 м, розмір воріт - 270x180 см, вага м'яча повинна становити не більше 280 м, а окружність – 46 см. М'яч також повинен бути в шкіряній оболонці.

Гра проходить у два тайми по 20 хв. Кожна команда складається з шести польових гравців і одного воротаря. Заміни проводяться за бажанням команд.

Хід гри. Як і у всіх попередніх іграх, метою гравців є попадання м'яча у ворота суперників (гол). Основна відмінність полягає в тому, що гравці ведуть гру тільки за допомогою рук. При цьому вони можуть використовувати різноманітні способи ведення м'яча. Проте під час гри вони не мають права утримувати м'яч більше 3 секунд і проходити з ним більше трьох кроків. Ні в якому разі не дозволяється затримувати суперника руками і атакувати гравця, який не володіє в цей момент м'ячем. У разі порушення правил призначається штрафний кидок, який виконується з відстані в 6 м.

У завдання воротаря входить захист воріт від кидків суперників. Він, на відміну від польових гравців, має право відбивати м'яч будь-якими способами: руками, ногами, корпусом, головою. Крім того, воротарю не забороняється перехоплювати м'яч і активно пересуватися в зоні воріт.

По мірі необхідності гравці тієї чи іншої команди можуть бути замінені, тому кожна команда повинна подбати про наявність запасних гравців.

Переваги міні-гандболу в тому, що облаштування майданчика не потребує багато сил і часу. Ворота можна спорудити із звичайних дерев'яних брусків 8 на 8см. Крім того, в цю гру можуть грати і дівчатка, тільки тривалість тайму для них становить 15 хв.

2.20. МІНІ-ГОЛЬФ

Міні-гольф – мініатюрна версія гольфу, спортивна гра, в якій окремі учасники змагаються, заганяючи маленький м'ячик в спеціальні лунки ударами ключок, намагаючись пройти відведену дистанцію за мінімальне число ударів.

Історія виникнення та розвитку

Спортивна гра, відома як міні-гольф в її вихідних різновидах існує понад сто років. Однак, змагання, що проходили в Англії ще в кінці 19-го - початку 20-го століть, а також система полів, клубів і турнірів «Tom Thumb Golf», яка розвинулася в довоєнних США, були в більшій мірі змаганнями по паттінгу як складової великого гольфу. Становлення міні-гольф як самостійного виду спорту офіційно відносять до 1953 року, коли швейцарський архітектор Поль Бонгіні побудував перший спеціалізований майданчик для міні-гольф в його сучасному розумінні і запатентував назву Minigolf. П'ятьма роками пізніше в Німеччині Альберт Хесс створив перше поле з сучасним штучним покриттям, після чого міні-гольф почав стрімко поширюватися по Європі, а згодом отримав визнання і на інших континентах.

У 1963 році на базі національних федерацій Австрії, Німеччини та Швейцарії виникла Міжнародна Федерація Міні-гольф (International Minigolf Federation). Турніри, що мали неофіційний статус чемпіонатів Європи, проводилися ще з 1959 року, проте реальний статус отримали в 1970 році після стандартизації полів і правил. В цей же період міні-гольф набув поширення в Італії, Голландії та інших країнах, але визнаними лідерами світового міні-гольф донині залишаються Німеччина і Швеція. Про значимість цієї спортивної гри в Європі говорить, зокрема, той факт, що в такій спортивній країні, як Німеччина, міні-гольф за даними статистики сьогодні займає 9-е місце за популярністю серед аматорських видів спорту.

Перший Чемпіонат Світу з міні-гольф відбувся в 1991 році, а в 1993 році IMF після вступу в неї США і Японії була реорганізована у Світову організацію Федерацію Спортивного Міні-гольф (World Minigolf Federation - WMF). В наш час до складу WMF входять на правах дійсних членів 36 національних Федерацій і Асоціацій всіх п'яти континентів, а всього офіційні змагання з міні-гольф, як виду спорту, проводяться в 56 країнах. У травні 2003 року Всесвітня Федерація Спортивного Міні-гольф була прийнята в Асоціацію Міжнародних

Спортивних Федерацій (GAISF / AGFIS), що стало логічним визнанням міні-гольфу, як гри масової, демократичної й справді міжнародної.

Міні-гольф став неймовірно популярною грою серед людей, які люблять спорт і активний відпочинок, а спеціальні доріжки для офісного і міні-гольфу вже є в багатьох кабінетах. Варто відзначити, що міні-гольф аж ніяк не є звичайним гольфом в зменшеному форматі. Це абсолютно окремий і повністю самостійний вид спорту.

У звичному гольфі гравці змінюють ключки, а в міні-гольфi - м'ячі (різноманітність яких давно перевищила за тисячу). Але головне, що в цьому виді спорту не існує періоду міжсезоння.

Міні-гольф являє собою індивідуальну спортивну гру з ключкою і м'ячем на спеціальному полі, змагання з якої можуть проводитися як в закритому приміщенні, так і на відкритому повітрі.

Існуюче розмаїття м'ячів для міні-гольфу не йде ні в яке порівняння з м'ячами для гольфу. Досить тільки звернути увагу на їх основні характеристики - діаметр, масу, жорсткість, відскік, поверхня. Діаметр м'ячів зазвичай лежить в інтервалі від 37 до 43 мм, маса від 22 до 80 грам, жорсткість від 22 до 100, відскік від 0 до 85, зовнішня поверхня може бути покрита лаком, лаком з утворенням дрібних складок або без покриття. Таке широке розмаїття фізичних властивостей обумовлено особливостями конструкцій майданчиків для міні-гольфу та їх покриттям. Практика застосування великої кількості м'ячів для проходження полів зумовило їх різне забарвлення для більш простої відмінності м'ячів з різними властивостями один від одного. Так як м'яч в міні-гольфi не долає значних відстаней по повітрю, то на його поверхні відсутні поглиблення, що знижують аеродинамічний опір.

Інвентар для міні-гольфу

1.Патер (Різновид ігрової ключки. Ключка з легкою головкою Г-подібної форми для гри на грині та нанесення патів – ударів, якими м'яч зачочується в лунку)

2.М'ячі

3.Карточки для запису рахунку

4.Зручне взуття та одяг

Майданчики для гри.

Майданчик для міні-гольфу не має жорстких вимог до розмірів і форми. Для цього виду спорту існує велика кількість майданчиків. Наприклад:

модульні майданчики, стаціонарні майданчики суворо геометричної форми, «паттінг гріни» (Putting Green), ландшафтні майданчики, реалістичний міні-гольф, майданчики пригородницького міні-гольфу. Всесвітньою Федерацією Спортивного Міні-гольфу (WMF) прийнято 4 основних типи майданчиків:

- стандарт «бетонний міні-гольф»;
- стандарт «мініатюр-гольф»;
- стандарт «фетровий міні-гольф»;
- «вільний стандарт».

Взагалі гра в міні-гольф зазвичай проводиться на полі, яке складається з 18 ігрових майданчиків, названих лунками (доріжками). Майданчики нумеруються, а їх конструкція знаходиться у відповідності з вимогами до поля такого класу.

Стартовий майданчик (ті) являє собою коло діаметром 30 см, розташований на осі стартової ділянки ігрового поля на відстані не менше 40 см від його початку. Діаметр отвору лунки може бути різний на різних полях, але не перевищує 120 мм. Для основних (етерніт і бетон) видів модульного гольфу це обмеження становить 100 мм.

Процес гри протікає з використанням ключок для міні-гольфу або патер для великого гольфу. Сама ключка не повинна мати спеціальних пристосувань, що полегшують прицілювання, а ігрова поверхня головки ключки не повинна перевищувати 40 см².

Змагання з міні-гольфу

Як і у всіх видах спорту в міні-гольфї теж проводяться великі міжнародні турніри. Найбільш важливі з них це: Юніорський Кубок Націй, Першість світу серед юніорів, Чемпіонат Європи, Кубок Європи, Чемпіонат Світу. Так само є чемпіонати Азії і Америки, але вони котируються менше, так як європейці традиційно вважаються найсильнішими спортсменами. Найсильніші гравці з Німеччини, Швеції, Австрії. Хочеться зауважити, чому юніорські чемпіонати займають такої уваги. Справа в тому, що до складу національних збірних команд нерідко входять юніори, які відіграють на найвищому рівні. Тому, іноді на полях розгортаються не жартівливі баталії, які не поступаються світовому та європейському чемпіонатах.

2.21. НАСТІЛЬНИЙ ТЕНІС



Настільний теніс (Пінг-понг) — парна спортивна гра, заснована на перекиданні м'яча ракетками через ігровий стіл з сіткою за певними правилами, в якій метою гравців є досягнення ситуації, коли м'яч не буде відбитий суперником.

Історія виникнення і розвитку настільного тенісу

Зараз ніхто не може сказати хто, коли і де першим почав грати в настільній теніс. Більшість спеціалістів вважає, що настільний теніс з'явився в Англії, як різновид Королівського Тенісу. У XVI віці в Англії та Франції виникла забавна гра без певних правил. Збереглися малюнки, на яких можна побачити гру давніх часів, коли грали ракетками зі струнами, схожими на ті, які тепер прийняті у звичайному великому тенісі.

Можливо, що настільний теніс виник в США, Індії або Південній Африці (припускається, що в останніх двох країнах в настільний теніс почали грати британські офіцери, які були відряджені туди).

Доволі скоро гра з відкритого повітря перейшла в приміщення — грали на підлозі. Пізніше з'явилася гра на столах, розташованих на деякій відстані один від іншого. Пройшло ще трохи часу, і дві половинки столу були зсунуті, між ними натягнули сітку. Простий інвентар, а головне невеликі розміри майданчику дозволяли грати де завгодно. Настільний теніс отримав розповсюдження.

Тоді не було визначених правил. М'ячі робилися з ниток; книги, розставлені на столі, були сіткою; а куски товстого картону – ракетками. Доволі довго гра використовувалася не як вид спорту, а тільки як засіб для проведення вільного часу і активного відпочинку.

В кінці вісімдесятих років XIX ст. гра стала популярною в основному через конкуренцію серед виробників інвентарю, яка сприяла удосконаленню ракеток і м'ячів. Основним їх виробником була американська фабрика братів Паркер, штат Массачусетс. Ця фабрика виготовляла і експортувала в Англію все для гри в «Теніс для приміщень». Однак англійські компанії, такі як Auges Ltd. (вони рекламували цей вид спорту як «Мініатюрна гра в лаун-теніс в приміщеннях»), отримали власні патенти.

В XIX ст. теніс з'явився і в Росії. У 1860 році в Петербурзі відкрився клуб «Крикет і лаун-теніс», але по-старому найулюбленішими в ньому були ігри: волан, лапта і тамбурін. Гру тамбурін, або, як її ще називали, «же де пом» (з ракетками круглої форми, без ручки), у певному ступені можна вважати попередницею настільного тенісу.

М'ячі виготовляли з гуми або корка, їх часто зашивали в тканину. Ракетки не були стандартизовані (до речі, до теперішнього часу ракетки випускають різних форми, розміру і матеріалів). Без сумніву, головним удосконаленням був полий м'яч. Ось одна з версій його виникнення:

У 1900 році гравець на ім'я Джеймс Гібб в Америці наштовхнувся на маленькі полі кольорові кульки — дитячі іграшки. Після повернення в Англію він спробував подібну полу кульку на столі і виявив, що вона має велику перевагу перед суцільною.

Цікава була форма учасників. Суворі вечірні: жінки — в довгих платтях; чоловіки — в смокінгах.

Поступово стала змінюватися форма ракетки. З'явилися фанерні, вага зменшилася майже втричі. Укорочена ручка викликала необхідність по-новому тримати ракетку (визначила нову хватку, як ми говоримо сьогодні). Стали використовуватися і нові матеріали для оклеювання ігрової поверхні: пергамент, шкіра, велюр тощо. Автором таких модифікацій ракеток можна вважати англійця Є.Гуда.

В Англії пінг-понг як спорт признали ще на початку 1900 року, коли було проведено перші офіційні змагання. З Англії гра прийшла в ту частину Європи, яка сьогодні є Угорщиною, потім в Німеччину, Чехословаччину. В Берліні на Вікторія-платц відкрилося кафе «Пінг-понг». Трохи пізніше такі заклади з'явилися у Відні, Празі та інших містах Європи.

Потім в 1901 році офіційний турнір відбувся в Індії. Його можна вважати першим міжнародним змаганням. Переміг один з кращих гравців того часу індійський спортсмен Нандо.

Назва «пінг-понг» була зареєстрована у 1901 році (вона прийшла на зміну таким назвам як Gossima, Flim-Flam і Whif-Whaf) Джоном Джаквесом і продана братам Паркер. Вона утворилася із сполучення двох звуків: Пінг — звук, який видається м'ячем, коли він ударяється об ракетку, і Понг — коли м'яч відскакує від столу.

У 1902 році Є. К. Гуд оклеїв свою ракетку гумою, що дозволило йому

закручувати м'яч.

З 1904 до 1921 рік популярність настільного тенісу в Європі та Америці понижується, у більшості через монополії братів Паркер и Джона Джаквеса на інвентар і правила гри.

У 1921 році настільний теніс повертається в Європу під сучасною назвою.

У 1926 році основана Міжнародна Федерація Настільного Тенісу (ІТТФ).

Завдяки бурному розквіту промисловості, появі нових матеріалів, які знаходять своє використання і в спорті, змінювався спортивний інвентар. А це, в свою чергу, не могло не здійснити прямого впливу на техніку і тактику гри. Мінялися і правила гри. Особливо помітний поштовх до розвитку настільного тенісу дала поява пористої, губчатої гуми (губки), яку стали використовувати як накладку на ракетку. До того гра йшла в безпосередній близькості від стола, плоскими ударами. С появою губки (1930 р.) гра стала різнобічніше. Адже, завдячуючи щільному зчепленню ракетки з м'ячем стало можливим надавати йому сильні обертання. Змінилася траєкторія польоту м'яча, відкрилася можливість грати активно і тоді, коли він вже опускався нижче сітки. Спортсмени, які грали в захисному стилі, тепер повинні були далеко відходити від стола і швидко повертатися до нього. Гра ставала все динамічніше.

Багато цінного вніс у техніку і тактику настільного тенісу п'ятиразовий чемпіон світу (1930—1935 рр.) англієць Віктор Барна. Завдячуючи йому гра стала захоплюючим видовищем. Інтерес глядачів до змагань значно зріс. Достатньо сказати, що змагання на першість світу в Лондоні у 1935 році щоденно спостерігали до 10 тисяч чоловік. Гра стала насичена швидкими переміщеннями, стрімкими кидками, різкими одиночними і серійними ударами. В результаті у 1936 році конгрес ІТТФ прийняв рішення змінити назву гри. Замість старої назви пінг-понг з'явилося настільний теніс.

Отже, на зміну першому періоду, який відрізнявся простотою технічних елементів, оснований на тривалій перекиді м'яча, прийшов другий — період наступальної гри, багатоплановий за засобами атаки і оборони. Але через те, що найсильнішими в той час все ж залишалися гравці захисного стилю, то для того, щоб виграти очко порою вимагалось дуже багато часу. Однак, основною зміною в правилах гри можна вважати зниження висоти сітки (з 17 до 15,25 сантиметрів), а також установлення суворо визначеної висоти ігрової поверхні стола — 76 сантиметрів від підлоги. Було також заборонено при подачі підкручувати м'яч пальцями.

Всі ці зміни давали значні переваги нападу. Природно що, з'явилися гравці нового плану, такі як І. Андриадіс, Штіпик, Вігнановський (Чехословаччина), які вже могли атакувати ударами середньої сили ліворуч і праворуч, вести контргру з проміжним захистом у середній зоні (правда, без сильних завершальних ударів).

У 1930 році завдячуючи появі губчатої гуми, що використовувалась як накладка на ракетці, гра стала різнобічніше. Однак у 30-х роках ще переважали гравці, які грали у захисному стилі, що іноді призводило до курйозів. В матчі на першість світу Ерліх (Франція) і Панет (Румунія) за 2 години 10 хвилин змогли дійти до рахунка... 1:0 в першій партії. У 1934 році зустріч на першість світу в Парижі між Хагенауером (Франція) і Холденбергом (Румунія), яка тривала 8 годин, була припинена. В результаті у 1936 році ІТТФ обмежена тривалість партії одною годиною. Однак це нововведення, як невдовзі виявилось, виявилось недостатнім — спортсмени не встигли перебудуватися. Уже в наступному році фінальні матчі жінок не визначили переможниці. Причиною тому послужила дискваліфікація фіналісток Прітци (Австрія) і Аронс (США) за пасивне ведення гри. Треба було боротися за її активізацію і далі. І ось час одної зустрічі було скорочено до 20 хвилин.

З 1930 по 1951 рік серед переможців змагань переважають представники Угорщини. З 1951 року кращі результати показують представники Азіатських країн (Японія, Корея, Китай).

З 1952 року, з першості світу в Бомбеї, почалася нова епоха настільного тенісу. Пов'язана вона з виходом на міжнародну арену японських спортсменів.

Японці ввели не тільки новий вигляд покриття ракетки і своєрідного хвата. Сама система ведення гри виявилася незвичайною. По суті, вони виконували один основний елемент техніки — накат праворуч, але доведений він був до віртуозної точності. І ось, майже не користуючись ніякими іншими ударами, японці переконливо довели свою перевагу. У чому ж вона виражалася? Перше — відмінне володіння подачами. Безпосередньо на подачах японські гравці в кожній партії вигравали від 4 до 10 очок. Друге — висока фізична підготовленість, що дозволяє стрімко переміщатися, миттєво завдавати ударів. А звідси упевненість в своїх силах, уміння чітко здійснювати намічений план. У Бомбеї чемпіоном світу серед чоловіків став Сато. Чоловічі парні змагання виграла Фудзі і Хаяси, у жіночих парних змаганнях — Нарахара і Нісимура. У цілому японські спортсмени відвезли додому чотири перші призи з

семи.

У 1953 році японські тенісисти не брали участь в першості світу, а у 1954 р. в Лондоні знов відрізнялися: завоювали обидва командні призи — чоловічий і жіночий. У особистому заліку переміг Огимура.

З 1954 по 1957 рік гідний опір японським тенісистам чинили, мабуть, тільки представники жіночої команди Румунії. А взагалі в особистих змаганнях за цей період звання чемпіонів світу присуджувалося 30 разів. 12 разів його завоювали тенісисти Японії, 6 — Румунії, 3 — Угорщини, 3 — Чехословаччини, 2 — Югославії, 2 — Англії, 2 — США.

Багато провідних тренерів Європи у той час помилково вважали, що успіх японських тенісистів — це тимчасове явище, і відповідних серйозних висновків не робили. Та все ж стиль європейських спортсменів став мінятися. Правда, більшість гравців ще дотримувалися захисної манери, але проте гра стає все більш енергійною, винахідливою. Наростає кількість контратакуючих прийомів.

Але японські спортсмени не здавали своїх позицій. Вони знову і знову рішуче заявляли про себе. У 1961 році на світовому чемпіонаті тенісисти Країни Висхідного сонця застосовують новий удар — так званий топ-спін, такий, що отримав назву «Диявольський м'яч з Токіо». Зверніть увагу: тоді ж з'явилися елементи «тайфун» у волейболі, «ультра-сі» в гімнастиці.

У 1960 році настільний теніс був включений в програму Паралімпійських ігор (Рим, Італія).

У 1961 році на чемпіонаті світу японські спортсмени застосовують новий удар — топ-спін.

У 1969 році на чемпіонаті світу спортсменки СРСР виграли дві перші золоті медалі в парі та команді — Зоя Руднова, Світлана Грінберг-Федорова. У 1975 році на чемпіонаті світу спортсмени СРСР виграли свою третю золоту медаль в змішаній парі — Станіслав Гомозков і Тетяна Фердман-Кутергіна.

У 1988 році настільний теніс стає Олімпійським видом спорту (Сеул, Південна Корея).

У спорті все взаємопов'язано, і на даному етапі розвиток пішов лінією ускладнення техніки, часом віртуозної, близької до трюку. Але потім ініціативу перехопили китайські спортсмени, а тенісисти Японії відстали. На чемпіонаті світу в Шанхаї (2005) спортсмени Китаю першими переступили рубіж в 100 золотих медалей, виграних на чемпіонатах світу. Угорщина в 2005 році зайняла

другий рядок — 69 золотих нагород, Японія тільки на третьому місці — 47.

Сучасний стан настільного тенісу як виду спорту. Настільним тенісом сьогодні професійно займаються на всіх континентах — 204 країни (станом на 2008 рік) входять в ІТТФ. Особливою популярністю настільний теніс користується в Азії, де проживають близько 4 мільярдів людей. Починаючи з 70-х років ХХ століття в жіночому настільному тенісі беззастережно домінують китайські спортсменки. Так, з 1975 року жіноча збірна Китаю всього один раз програвала чемпіонат світу в командному заліку (1991 рік об'єднаній збірній Кореї). У сучасному чоловічому настільному тенісі домінування китайських атлетів не таке велике і з ними, крім тенісистів з азіатських країн (Південної Кореї, Японії) успішно конкурують європейські спортсмени (Швеція, Німеччина, Австрія).



Олімпійський чемпіон Ян-Уве Валднер

Китайські гравці повсюдно розповсюдилися по всьому світу і грають, змінивши громадянство в збірних командах багатьох країн. Настільний теніс популярний і в Європі — на 2008 рік 57 країн-учасниць входять в Європейський союз настільного тенісу (ЕТТУ). Сьогодні більш ніж 40 мільйонів гравців щорічно беруть участь в офіційних турнірах на всіх континентах. Чемпіонати світу з настільного тенісу перетворилися на величезні форуми, де одночасно виступають більше 170 команд чоловіків і жінок.

Чемпіонати світу ветеранів настільного тенісу, які проводяться раз на два роки, збирають більше 3000 спортсменів — це сотні тенісних столів, встановлених під одним дахом. Вікові категорії ветеранських змагань: 40-49 років, 50-59 років, 60-64 року, 65-69 років, 70-74 року, 75-79 років, 80-84 року і старше 85 років.

Міжнародна Федерація Настільного Тенісу

На початку ХХ віку настільний теніс почав бурхливо розповсюджуватися. Він став відомий в Японії, Кореї, Китаї, Індії і Південній Африці. До 1921 року настільний теніс став популярний і в Центральній Європі. У двадцятих роках ХХ століття в європейських країнах почали формуватися Національні Асоціації настільного тенісу. Швидке розповсюдження настільного тенісу призвело до

необхідності створити міжнародну організацію і встановити єдині правила гри. Завдяки енергійній діяльності доктора Георга Лемана (Німеччина) в Берліні 15 січня 1926 року була заснована Міжнародна Федерація Настільного Тенісу (ITTF International Table Tennis Federation). Головою її став Айвор Монтегю — видний англійський літератор, прогресивний громадський діяч.

До грудня 1926 року конституція і правила ITTF були затверджені.

Перший конгрес ITTF і перший чемпіонат світу відбувся в Лондоні в грудні 1927 року. У змаганнях брали участь спортсмени Англії, Австрії, Чехословаччини, Німеччини, Угорщини, Данії, Швеції, Уельсу, Індії. Боротьба йшла в чотирьох розрядах: одиночних — чоловіки і жінки і парних — чоловічих і змішаних. У 1928 році в змаганнях стали брати участь жіночі пари.

В ITTF зареєстровано 204 країни-учасниці (на 2008 рік). Чемпіонати світу з настільного тенісу проводилися щороку з 1926 (за винятком 1940—1946 років), з 1957 року стали проводитися раз на два роки, з 2003 року проводяться щорічно — один рік командний, один рік особистий. Чемпіонати Європи проводяться з 1958 року. Стали проводитися і континентальні чемпіонати Азії і Африки. У програмі літніх Олімпійських ігор настільний теніс з 1988 року (Сеул, Південна Корея). У програму літніх Паралімпійських ігор настільний теніс був включений відразу ж з перших стартів у 1960 році (Рим, Італія).

Основні правила гри

Гра відбувається на столі розміром 2,74 метри (9 футів) на 1,525 метри (5 футів). Висота стола — 76 см (30 дюймів). Стіл зазвичай зроблений з ДСП або схожого матеріалу і викрашений в зелений, темно-синій або чорний колір. Посередині столу знаходиться сітка висотою 15,25 см (6 дюймів). При грі використовуються ракетки, зроблені з дерева, покритого одним або двома шарами спеціальної гуми з кожної сторони. М'яч для настільного тенісу зроблений з целулоїду. Розмір м'яча — 40 мм в діаметрі, вага — 2,7 г. М'яч повинен бути окрашений в білий колір. З 2007 року другий колір кульки на міжнародних змаганнях не використовується. Гра проходить між двома гравцями, або між двома командами з двох гравців. Кожен розіграш м'яча закінчується присвоєнням одного очка одному або іншому гравцю (команді). За сучасними міжнародними правилами, установленим в 2001 році, кожна гра йде до 11 очок, хоча гра до 21 очка все ще популярна на непрофесійному рівні. Матч складається з непарної кількості ігор (зазвичай п'яти або семи).

Ракетка. Для ракеток не існує обмежень за формою і розміром, але правила, що вимагають, щоб «робоча поверхня» залишалася жорсткою і плоскою, а дерев'яна серцевина складала 85% їхньої товщини, гарантують те, що вони залишаються маленьких розмірів. Специфікація для гумової поверхні ракеток повністю конкретна. Гравцям дозволяється використовувати пухирчасту або листкову гуму, хоча листи пухирчастої гуми повинні бути не товще 2 мм, а листкову — не товще 4 мм. Певні види клею, які дозволяють збільшити швидкість кульки, заборонені правилами Олімпійських ігор. Під час початку матчу і в тих випадках, коли гравці міняють ракетки протягом матчу, вони повинні давати можливість своїм суперникам і судді перевірити їх ракетки.

Гра

Партія складається з розіграшів, кожний з яких починається з подачі. Той, що перший подає зазвичай визначається жеребом. Ті, що далі подають чергуються кожні дві подачі. У старій 21-очковій грі кожен хто подавав робив 5 подач. У разі рівного рахунку 20-20 подача переходить до іншого гравця (команди) після кожного розіграшу до тих пір, поки відрив не складе два очки. За сучасними правилами партія йде до 11 очок. При парній грі під час переходу подачі гравець, що приймає м'яч стає таким, що подає, а партнер гравця, що подавав м'яч стає таким, що приймає. Гру (зустріч) слід проводити до перемоги одного з гравців (команд) в більшості з будь-якого непарного числа партій.

Подача. Подача в настільному тенісі проводиться згідно наступним правилам: м'яч повинен бути підкинутий вертикально вгору з відкритої долоні не менше чим на 16 см, і від моменту відриву від долоні до зіткнення з ракеткою повинен бути обов'язково вище чим поверхня столу і за межами кінцевої лінії краю столу. Той, що подає повинен ударити по м'ячу так, щоб той ударився один раз на своїй половині і хоч би один раз на половині суперника. Подача повинна виконуватися так щоб той, що приймає (що приймають в парній грі) і суддя ясно бачили всі фази подачі. Не можна, наприклад, приховувати момент подачі рукою, в якій знаходиться ракетка, тілом або одягом. Подача вважається поданою, як тільки м'яч відірвався від долоні того, що подає.

Якщо м'яч зачепив при подачі сітку, але при цьому решта всіх правил була дотримана, оголошується «переподача» — той, що подає повинен повторити подачу. Після успішної подачі решта всіх ударів повинна бути

зроблена так, щоб м'яч ударявся тільки на половині суперника.

Нарахування очок. Очки нараховуються суперникові у тому випадку, коли гравець зробив одну з наступних помилок:

- Помилка при подачі (наприклад, м'яч потрапив у сітку)
- Неправильна подача (наприклад, м'яч не підкинутий на 16 см)
- М'яч при подачі ударився двічі на своїй стороні
- М'яч потрапив на свою сторону після удару ракеткою
- М'яч був ударений двічі. Оскільки рука від зап'ястя вважається за правилами частиною ракетки, якщо м'яч потрапив по пальцях, а потім по ракетці, він вважається удареним двічі
 - М'яч потрапив в що завгодно, окрім ракетки після відскоку від столу (наприклад, в підлогу або в гравця)
 - М'яч не потрапив на сторону суперника після удару
 - М'яч був відбитий до того, як ударився об стіл.
 - Стіл був посунений або вільна рука торкнулася столу.

Правило активізації гри повинно бути введено, якщо жодна із сторін в поточній партії не набрала 9 або більше очок протягом 10 хвилин. Активізація досягається введенням правила 13 ударів, тобто після правильної подачі і 13 правильних повернень, очко автоматично присуджується тому, що приймає. Це вимушує того, що подає завершувати розіграш в свою користь. Після введення правила активізації гри, воно діє до кінця певної зустрічі.

Парна гра

Наступні додаткові правила використовуються при парній грі:

Стіл роздільний уздовж білою смугою на зони (дві з кожного боку). При подачі м'яч повинен ударитися в праву зону своєї половини і ліву зону половини суперника, іншими словами м'яч повинен бути поданий по діагоналі. Партнери повинні відбивати м'яч по черзі. Наприклад, після того, як той, що подає зробив подачу, і відбиваючий його відбив, наступний удар повинен бути проведений партнером того, що подає, а наступний партнером того, що приймає і т.д.

Класифікація ударів

Удар — основна атакуюча і захисна дія у грі в настільний теніс. При виконанні ударів спортсменами високого класу початкова лінійна швидкість м'яча досягає 200 км у годину, кутова — понад 150 оборотів в секунду. Темп

обміну ударів у партії може бути понад 120 ударів у хвилину. Виконання ударів і відповідних дії на таких швидкостях вимагають високої фізичної та технічної підготовленості спортсменів і реакції. Також досягнення результатів було б неможливе без інвентарю (основа ракетки, накладка, клей), виконаного із сучасних, зокрема композиційних матеріалів.

Удари можуть наноситися праворуч або ліворуч. Можуть проводитися «зі столу» (тобто точка зіткнення м'яча і ракетки знаходиться над проекцією столу), з середньої і дальньої дистанції. Всі перераховані удари можуть завдаватися спортсменами що користуються як європейським, так і азіатським («пір'яним») хватом ракетки.

Захисні удари

Підставка. Іноді також називають «блок». «Плоский» (тобто без додання або із слабким обертанням) удар, при якому використовується енергія м'яча, що прилітає, для повернення на половину суперника. При сильному ударі суперника енергію обертання і швидкості доводиться гасити. Часто підставка робиться з півльоту, тобто момент зіткнення м'яча і ракетки відбувається дуже близько до місця відскоку від столу. Зазвичай, підставка використовується проти топ-спіна, з метою погасити обертання м'яча.

Підрізка. Захисний удар, при якому м'ячу додається нижнє обертання, що ускладнює подальші атакуючі дії суперника. Правильна підрізка наноситься довгим ударом, що проводить м'яч, щоб придати м'ячу наскільки можливе сильне нижнє обертання і пологу, паралельну столу траєкторію. Підрізка – основний удар в арсеналі спортсменів-захисників. Зустрічається жаргонна назва підрізки – «запил».

Свічка. Захисний удар зазвичай з верхнім обертанням і середньою лінійною швидкістю, при якому м'яч високо відскакує на половині суперника. Хороша свічка повинна опускатися якомога ближче до кромки половини столу суперника, що ускладнює атакуюче повернення м'яча. Деякі фахівці розрізняють так званий балон — пасивну відкидку м'яча із зависаючим високим відскоком, що як правило закінчується смешем суперника.

Атакуючі удари

Накат. Атакуючий удар, при якому акцент робиться на лінійну швидкість м'яча. При класичному виконанні накату рекомендується завдавати удар у вищій точці траєкторії м'яча при відскоку. При накаті велике значення

має основа ракетки.

Топ-спін (від англійського Topspin). Атакуючий і, рідше, захисний удар з акцентом на обертання м'яча (на відміну від накату). При топ-спіні найбільш важлива накладка ракетки, оскільки обертання додається за рахунок її властивостей тертя і зчеплення з м'ячем. Наноситься хльостким ударом, при якому гравець прагне зустріти м'яч з найвищою дотичною швидкістю ракетки і, якомога довше утримуючи їх зіткнення, додати велику швидкість обертання. З цією метою при виконанні топ-спіна на середній і дальній дистанції гравцеві доводиться проводити удар з великою амплітудою, починаючи рух ракетки майже від підлоги.

Топ-спін може бути з чисто верхнім, а також бічним і змішаним верхньо-бічним обертанням, що ще більш ускладнює суперникові прогноз траєкторії польоту м'яча.

Топ-спін, особливо зліва (для праворуких), технічно один з найскладніших, але і найефективніший удар в настільному тенісі. При «пир'яному» хватові ракетки з накладкою на одній стороні топ-спін зліва складний для виконання, оскільки вимагає ненормального вивертання кисті і передпліччя спортсмена. Жаргонна назва «топс».

Скидка. Короткий атакуючий удар із столу. Виконується енергійним, майже тільки кистьовим рухом з-під сітки. Часто виконується як негайна відповідь на коротку подачу з недостатньо сильним обертанням.

Смеш (від англійського Smash). Могутній атакуючий удар по свічці зверху вниз. Грамотно виконаний смеш наноситься косим відносно до суперника ударом, що йде, так що м'яч неможливо дістати.

Комбіновані удари. На практиці частіше зустрічаються комбіновані, зокрема обманні удари, до яких можна віднести, наприклад удари, які використовуються для подачі (введення м'яча в гру).

Подача виконується зі всіма можливими обертаннями і швидкостями, доступними спортсменові. Для сучасного настільного тенісу характерна подача з нижнім або нижньо-бічним обертанням, що не йде після відскоку за стіл і ускладнює негайний початок атаки суперника.

Хороша подача повинна тримати суперника в напрузі за рахунок того, що той, що подає повинен максимально ускладнити прийом сильним обертанням, а також до останнього моменту зіткнення м'яча і ракетки не дати суперникові шансу передбачити, яке обертання і напрям удару буде використано.

Також можна відзначити наступні комбіновані удари:

півсвічка — комбінація топ-спіна і свічки;

підрізка-блок;

комбінація накату і топ-спіну — імітується накат, наприклад праворуч, але в останню мить додається бічне обертання, за рахунок якого м'яч йде вліво.

Формат змагань

І в одиночних, і в парних змаганнях відбір відбувається шляхом відсіювання тих, хто програв по одному. Гравці, відібрані за жеребом (16 на одиночних змаганнях, вісім в парних) переходять безпосередньо до головних відбірних змагань, у той час як інші спочатку змагаються в групах по три, один з яких проходить відбір. За результатами цих групових змагань ще 16 гравців візьмуть участь в одиночних змаганнях і ще вісім парних команд.

2.22. НЕТБОЛ

Нетбол (англ. *Netball*) — різновид баскетболу, який з часом перетворився на самостійний вид спорту для жінок.

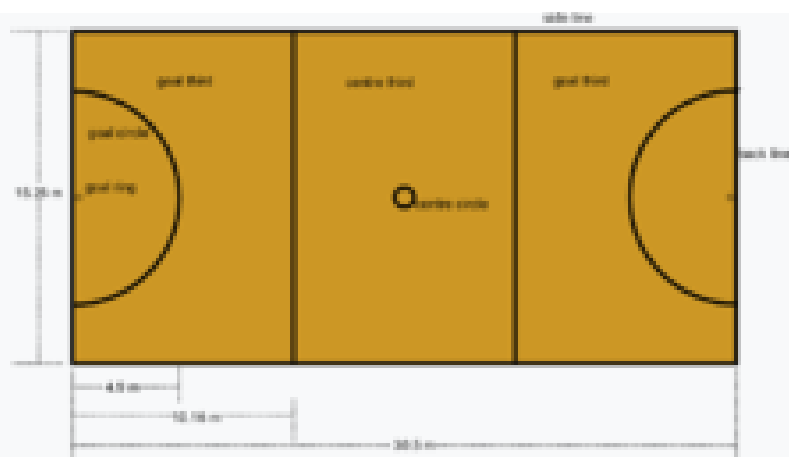
У 1892 році Сенда Беренсон (Senda Berenson), вчитель фізвиховання коледжу Сміта в Масачусетсі, адаптувала правила гри в баскетбол для жінок.

У 1893 році Мартіна Вергман-Йостерберг (Martina Bergman-Österberg) ознайомила своїх студенток з новою грою у коледжі в Хемпстеді, Лондон. Після деякої модифікації правил гра швидко розповсюдилась Британською імперією, на початку ХХ століття сягнула Австралії, а у 1906 році — Нової Зеландії.



Основні правила гри.

Гра проходить між двома командами, які намагаються закинути м'яч до кошика суперника на висоті 3,05 метри. Кошик у сетболі називається воротами. Діаметр кільця — 380 мм. М'яч, зазвичай, зроблений зі шкіри або резини, від 680 до 710 мм в окружності й має важити від 397 до 454 грамів. Майданчик для гри розміром 15,25 м на 30,5 м розділено на три окремі зони (або «третини»). Обома боками майданчику знаходяться напівкруглі зони — площі воріт («shooting circles») радіусом 4,9 м.



Майданчик для гри у нетбол

У різних країнах кількість гравців у команді становила від 7 до 9. У 1956 році США та шість країн британської Співдружності ввели стандарт на кількість гравців у команді — 7, прийнятий у подальшому Міжнародною федерацією асоціацій нетболу (IFNA), започаткованою 1960 року.

Кожному з гравців призначається одна з семи «ролей», яку позначено великими літерами на його формі, та якій відповідає окрема зона ігрового поля:

- **Снайпер** (GS, *Goal Shooter*). Зона гри — третина нападу та майданчик воріт суперника.

- **Нападник** (GA, *Goal Attack*). Зона гри — центральна третина майданчику й третина нападу, включаючи майданчик воріт суперника. Тільки GS та GA можуть завдавати кидків у кільце суперника.

- **Фланговий нападник** (WA, *Wing Attack*). Зона гри — центральна третина й третина нападу, за винятком майданчику воріт суперника.

- **Центральний гравець** (C, *Centre*, не плутати із центровим у баскетболі). Це головний сполучний гравець. У нього найбільша зона охопту — він може грати усюди, окрім майданчиків воріт.

- **Фланговий захисник** (WD, *Wing Defence*). Зона гри — центральна третина й третина захисту.

- **Захисник** (GD, *Goal Defence*). Зона гри — центральна третина й третина захисту, включаючи майданчик воріт.

- **Воротар** (GK, *Goal Keeper*). Зона гри — майданчик воріт і третина захисту.

Гру розподілено на 4 чверті по 15 хвилин. М'яч передається вздовж майданчика від гравця до гравця, причому гравці мають торкнутись до м'яча у кожній третині поля, тобто м'яч не можна перекинути із зони захисту до зони нападу. Гравці можуть тримати м'яч не більше трьох секунд та мають звільнитись від нього до того, як та нога, на якій вони стояли в момент прийому м'яча, повторно торкнеться землі, таким чином, пересуватись із м'ячем заборонено, стає неможливим, щоб один гравець вів м'яч через весь майданчик. На відміну від баскетболу гра стає менш контактною й тактичнішою.

Нетбол у світі та в Україні

Нетбол — один з найбільш розповсюджених видів спорту, особливо у країнах Британської співдружності націй — Commonwealth of Nations. Відповідно до даних Міжнародної Федерації Нетболу IFNA у нього грають

понад 20 мільйонів чоловік у більш ніж 70 країнах світу. Країни-учасниці IFNA поділені на 5 регіональних груп: Африка, Америка, Азія, Європа й Океанія.

У Новій Зеландії нетбол — другий за масовістю вид спорту, що поступається тільки гольфу, а в Австралії — нетбол за масовістю жіночий спорт № 1.

Перший чемпіонат світу з нетболу відбувся у 1963 році, у ньому взяли участь команди з 11 країн.

З 1998 року турніри з нетболу проводяться в рамках Ігор Співдружності. Перший подібний турнір відбувся у Куала-Лумпурі. Нетбол особливо популярний у країнах Океанії.

Понад 600 000 чоловік взяли участь в кампанії з внесення нетболу до програми Лондонських літніх Олімпійських ігор 2012 року. Серед тих хто підписав петицію був і Гордон Браун, що був на той час прем'єр-міністром Великої Британії.

У 1995 році МОК визнав нетбол олімпійським видом спорту, однак до програми олімпійських ігор він не входить.

В Україні історія нетболу почалася у 2011 року з формування двох закарпатських команд, по 7 чоловік у кожній. Започатковано український нетбол з подачі голови Союзу українців Західної Австралії Миколи Мовчана, який разом з дружиною, чемпіонкою з нетболу у складі збірної штату Західної Австралії, Габрієллою Мовчан допомагали на базі кафедри туризму Ужгородського національного університету створити перші дві українські команди на чолі з тренером закарпатських нетболісток Ростиславом Булановим. 3 лютого 2013 року, в Ужгороді відбувся перший в історії України презентаційний матч з нетболу.

Міжнародна Федерація Нетболу IFNA не визнає чоловічий і змішаний нетбол. На відміну від жіночого нетболу такі команди майже не приваблюють уваги спонсорів та вболівальників.

Чоловічий та змішаний нетбол став популярним в Австралії у 80-их роках ХХ століття, коли чоловіки приходили дивитись на ігри своїх родичок та знайомих. У 1985 році відбувся перший чоловічий чемпіонат Австралії. У 2004 році Нова Зеландія та Фіджі відрядили свої команди для змагань у змішаному й чоловічому відкритому чемпіонаті Австралії.

У чоловічий нетбол також грають в Англії, Канаді, ОАЕ, Кенії, Ямайці й Пакистані.

2.23. ПЕЙНТБОЛ

Пейнтбол (англ. *Paintball* — куля з краскою) — командна гра з використанням ручної пневматичної зброї (маркерів), яка стріляє капсулами з краскою, що розбиваються під час удару об перешкоду и позначають її.

Існують два глобальних різновиди пейнтболу: спортивний пейнтбол і тактичний пейнтбол. Пейнтбол — один з технічних видів спорту.

Спорядження.

Обов'язкове:

- Маска.
- Маркер (зброя). Маркер складається з власно маркера, балона з газом і магазину для куль («хоппер» або «фідер»).
- Пейнтбольні кулі з краскою. Краска зроблена на желатиновій основі, легко змивається, нешкідлива для організму, навіть якщо попала в рот.

Додаткове:

- Туба — ємкість для зберігання додаткових куль;
- Підсумки для носіння туб — харнес у спортивному пейнтболі або розвантажувальний жилет у тактичному пейнтболі;
- Спеціальна форма — джерсі (фуфайка) і брюки у спортивному пейнтболі або камуфляж у тактичному пейнтболі;
- Налікотьники, наколінники, захист шиї (ошийник), спеціальні шорти, захисний жилет, захист голови, рукавиці;
- Красячі та димові гранати, світлошумові піротехнічні шашки (використовуються у тактичному пейнтболі);
- Польовий шомпол — дозволяє прочистити ствол маркера прямо на полі бою;
- Рація (використовується в тактичному пейнтболі).

Правила

Людина, в якого влучає куля і залишає відмітину — від свого або від чужого, в будь-яку точку, в тому числі в зброю — вибуває з гри (піднімає маркер вверх дулом і виходить з поля). У спортивному пейнтболі — до кінця часу гри. Правила входу в гру залежать від сценарію. Перш чим виходити на майданчик, гравець зобов'язаний витерти зі свого обмундирування всю краску. Якщо є підозри, що у суперника було влучення, кричати: «Суддя, перевір

влучення».

Безпека.

Заборонено знаходитися на ігровій площадці без маски. За межами площадки і тиру маркер повинен стояти на запобіжнику і з заглушкою на стволі. За межами площадки не наводити зброю на людей. Не стріляти в упор; якщо удалося підібратися до суперника непоміченим, кричіть «Аут!» або стріляйте мимо цілі. Не стріляти в уражених.

Приблизні сценарії

Існує велика кількість сценаріїв гри — на пересіченій місцевості, в закинутій будівлі або на спеціально підготовленій площадці, з «вितिраннями» або без них (вितिранням називається вхід убитого в гру — перш чим вийти, він зобов'язаний витерти «рану»).

Перестрілка. Простий варіант гри — гра «стінка на стінку» без вितिрань.

Захоплювач-захисник. Грає дві команди нерівного складу. Одна улаштовує колову оборону, друга намагається захопити фортецю.

Захоплення прапора. Завдання — захопити прапор суперника і принести його на свою базу. Зазвичай грають з вितिраннями.

Футбол. Завдання — захопити прапор, який знаходиться в центрі поля, і принести його на базу суперників («забити їм гол»).

Top Gun. Гравці виводяться на середину поля, за першим свистком розбігаються в різні сторони, за другим починають стріляти один в іншого кожний сам за себе) останній хто виживе стане «Top Gun»

Партизани. Одна команда держить оборону в лісі, інша намагається викурити «партизан» з лісу.

«Звільнення заложників» або «Захват полонених». Грає дві команди. Заложники можуть знаходитися в полоні уже в початковий момент часу, а можуть бути захоплені по ходу гри.

«Десяток». Коли грають в «десяток», число гравців, як правило, не більше 10 і у кожного є лише 10 куль, за допомогою яких він повинен вразити максимальну кількість суперників. Головним завданням є влучність.

Практичний пейнтбол. Сьогодні пейнтбол використовується для професійної підготовки охоронців і служб спеціального призначення у багатьох країнах (США, Німеччина, Англія, Ізраїль тощо.). Навіть одна з популярних версій виникнення пейнтболу як гри включає вихід в свій час за рамки секретності методики й ідеї тренувальної зброї американської армії. Для

практичного пейнтболу (який також іноді називають тактичним) розроблені спеціальні маркери – імітатори вогнепальної зброї, які відрізняються від ігрових аналогів формою і вагою, наближених до реальної, і точністю вистрілу. Попадання супроводжується достатньо сильним больовим ефектом, тому що гравці, як правило, не використовують захисного устаткування для тіла – крім маски, а зниження больового ефекту наносить неоцінену шкоду ефективності тренування. Багаторівневі спорудження, або спеціально підготовлені площі імітують реальні умови проведення військових операцій. За кордоном одними з перших спеціальне устаткування для практичного пейнтболу стали використовувати Антитерористична (Counter Terror Warfare School) і Антипартизанська (Counter Guerilla Warfare School) школи в Америці і Ізраїлі.

Реабілітаційний пейнтбол. Пейнтбол, як яскравий і захоплюючий вид спортивної діяльності і дозволяє володіє всіма перевагами командних заходів, не чіпаючи хворобливих сфер психології депривованої дитини або підлітка. Також пейнтбол успішно використовується для реабілітації учасників бойових дій.

2.24. ПЛЯЖНИЙ ВОЛЕЙБОЛ



Пляжний волейбол (біч-волей) — популярний вид спорту, гра на розділеному високою сіткою піщаному майданчику, в якій дві команди, що знаходяться по різні сторони сітки, перекидають через неї м'яч, як правило, руками, з метою приземлити його на чужій

половині і не допустити падіння м'яча на своїй половині майданчика.

Пляжний волейбол прийшов до нас із західних країн і поступово знаходить все більшу популярність. Батьківщиною пляжного волейболу вважається Каліфорнія, на пляжах якої на початку 1920-х років з'явилися майданчики для гри і були зібрані перші команди, що склалися, як і в класичному волейболі, з 6 чоловік.

Поширена також версія, що в 1910-ті роки на Гавайях члени місцевого серфінг-клубу, серед яких був знаменитий американський плавець, серфер і фігуристка виступала в парному Дьюк Каханамоку, в очікуванні хорошої хвилі нерідко грали у волейбол прямо на пляжі. Пізніше, ставши керівником пляжного клубу Санта-Моніки, Каханамоку вніс великий внесок у розвиток гри. У 1930 році в Санта-Моніці пройшов перший матч з пляжного волейболу з командами з двох осіб.

В Європі про біч-волей вперше дізналися завдяки французьким нудистам: в 1927 році гра стала головною розвагою на пляжі під Франконвилле, містечку на північний захід від Парижа. З часом гра набула поширення і в інших європейських країнах: в Болгарії, Чехословаччини та Латвії. У Бразилії пляжний волейбол набирає популярність, починаючи з 1950-х років.

Перший офіційний турнір з пляжного волейболу був організований в 1947 році в Стейт-Біч (Каліфорнія) компанією Holzman. У 1965 році була створена перша в історії біч-волея організація — Каліфорнійська Асоціація пляжного волейболу, яка розробила єдині правила. У 1960-і на пляжах Каліфорнії гра стає такою ж популярною, як і серфінг. Виступи спортсменів супроводжувалися конкурсами краси і всілякими уявленнями, інтерес до біч-

волею виявляли The Beatles, Мерилін Монро та президент Джон Кеннеді. У 1976 році в США відбувся перший неофіційний чемпіонат світу, який відвідали понад 30 тисяч глядачів, переможцями змагання стали американці Джим Мендес і Грег. 21 липня 1983 року була заснована Асоціація волейболістів-професіоналів (AVP), яка організувала серію турнірів з великим призовим фондом, у 1986 році утворена асоціація жіночого професійного пляжного волейболу (WPVA).

У тому ж 1986 році пляжний волейбол отримав визнання Міжнародної федерації волейболу (FIVB), у лютому 1987 року під її егідою пройшов чемпіонат світу в Ріо-де-Жанейро, поки ще неофіційний, переможцями в якому стали американці Ренді Стоклос і Синджин Сміт. У 1990 році в FIVB з'явилася нова структура — Міжнародна рада пляжного волейболу. З 1992 року в офіційних змаганнях з пляжного волейболу під егідою FIVB беруть участь жінки.

Біч-волей входив в програму Олімпійських ігор-1992 в Барселоні в якості показового виду спорту. Переможцями стали пари з США — Ренді Стоклос / Синджин Сміт і Каролін Кірбі / Ненсі Ріно. 24 вересня 1993 року на 101-й сесії МОК у Монте-Карло пляжний волейбол був визнаний олімпійським видом спорту. В першому офіційному олімпійському турнірі, що пройшов у 1996 році на Іграх в Атланті взяли участь 24 чоловічі та 16 жіночих команд, золоті медалі дісталися американцям Карчу Кираю / Кенту Стефессу і бразилійкам Джексі Сілві / Сандрі Пірес. Карчев Кіра став триразовим олімпійським чемпіоном: в 1984 і 1988 роках він також завоював «золото» на Олімпійських іграх у складі збірної США з волейболу.

У вересні 1997 року в Лос-Анджелесі пройшов перший офіційний чемпіонат світу. До кінця 1990-х років FIVB стала контролювати пляжний волейбол у всьому світі — конкурували з нею американські асоціації WPVA і AVP в 1998 році оголосили про своє банкрутство. У 2001 році відтворена стараннями відомого спортивного агента Леонарда Армато AVP об'єднала чоловічі і жіночі професійні тури, встановивши рівний для чоловіків і жінок призовий фонд, сумірний з грошима, які сплачуються на турнірах FIVB. Враховуючи високий рівень розвитку пляжного волейболу в США, Асоціація волейболістів-професіоналів відіграє велику роль — американські пари ігнорують окремі етапи Світового туру FIVB заради участі в AVP Cross Tour.

Лідерами у світовому біч-волейболі традиційно є Бразилія та США, в той

же час не підлягає сумніву високий рівень розвитку пляжного волейболу в ряді інших країн — Австралії, Австрії, Швейцарії, Німеччині, Іспанії, Нідерландах, Росії, Китаї. Найбільш титулованими в світі є американські волейболістки Керрі Уолш і Місті Мей-Трейнор, що виграли 2004-2012 роках три олімпійські турніри поспіль, а також три рази перемагали на чемпіонатах світу. Серед чоловіків рекордсменами за кількістю олімпійських медалей у пляжному волейболі є бразильці Рікардо Сантос і Емануел Рего, у кожного з яких є по одній медалі всіх достоїнств.

Імена видатних майстрів пляжного волейболу — Карча Кирая, Ренді Стоклосо, Керрі Поттхарст, Холлі Макпик, Майка Додда включені в галерею пошани Залу слави світового волейболу в Холіок (штат Массачусетс).

З метою популяризації пляжного волейболу FIVB часто виступає з ініціативою проведення турнірів не на пляжах, а у визначних місцях столичних міст: чемпіонат світу-2005 пройшов в самому центрі Берліна — на площі Шлоссплац, етапи «Великого шолома» Світового туру гралися біля Ейфелевої вежі в Парижі, на Поклінній горі в Москві. Ареною для змагань з пляжного волейболу на літніх Олімпійських іграх 2012 року стала площа Хорс Гардс Пєред, розташована в центрі Лондона біля будівель Адміралтейства і неподалік від Букінгемського палацу.

Біч волейбол, як його ще називають, є унікальною, цікавою і дуже захоплюючою грою, в якій гравці збираються в жіночі, чоловічі і рідше змішані команди. Пляжний волейбол зараз розглядається як самостійний пляжний вид спорту, який з'явився як різновид класичної гри, найбільше поширення і офіційний статус отримав варіант гри «два на два». З величезною швидкістю ця гра здобула популярність у всьому світі. Головним керуючим органом в пляжному волейболі є Міжнародна рада з пляжного волейболу, що входить до складу Міжнародної федерації волейболу (FIVB). З 1996 р. пляжний волейбол є Олімпійським видом спорту. Найбільшими змаганнями, крім олімпійських турнірів, є чемпіонати світу, які проводяться один раз у два роки, Світовий тур — щорічні комерційні змагання, що складається з декількох етапів, організованих подібно тенісним АТР і WTA-турам, а також турніри, що проводяться регіональними федераціями, що входять в FIVB.

Пляжний волейбол в історії Олімпійських ігор

Рік, місце проведення ОІ	Жіночі команди призери			Чоловічі команди призери		
	золото	срібло	бронза	золото	срібло	бронза
1996, Атланта	Бразилія	Бразилія	Австралія	США	США	Канада
2000, Сідней	Австралія	Бразилія	Бразилія	США	Бразилія	Німеччина
2004, Афіни	США	Бразилія	США	Бразилія	Іспанія	Швейцарія
2008, Пекін	США	Китай	Китай	США	Бразилія	Бразилія
2012, Лондон	США	США	Бразилія	Німеччина	Бразилія	Латвія
2016, Ріо-де Жанейро	Німеччина	Бразилія	США	Бразилія	Італія	Нідерланди

2. Основні правила гри

У пляжному волейболі, як і в будь-якому іншому спорті, є свої правила і умови гри. У першу чергу варто сказати про майданчик. Розмір майданчика для пляжного волейболу офіційно визначили і закріпили в 2002 році. Довжина волейбольного поля на піску складає 16 метрів, а ширина 8. Таким чином, за допомогою сітки майданчик ділиться на дві половини, кожна з яких має форму квадрата. Вся територія обов'язково повинна бути покрита шаром піску завтовшки до 40 см. Що стосується сітки для пляжного волейболу, то тут її висота нічим не відрізняється від класичного варіанту гри. Для чоловіків сітку вішають на висоті 2,43 м, а в жіночому волейболі опускають до 2,24 м. По боках сітки розміщують спеціальні антени, які обмежують простір. Розмітка для пляжного волейболу являє собою стрічку шириною в 5 см червоного кольору. Її зшивають у формі прямокутника, а в кутах пробивають люверси.

Пляжний волейбол має суттєві відмінності з класичною грою. Правила пляжного волейболу наступні:

Ігровий м'яч повинен бути яскраво забарвлений в різні кольори, його діаметр перевищує розміри м'яча у звичайному волейболі та становить від 66 до 68 см, тиск в ньому менше (0,175 — 0,225 кг/см²).

Найважливішим правилом є кількість гравців: у пляжному волейболі їх тільки двоє в команді, і в разі отримання травми, відмови від гри одного з учасників або дискваліфікації команді зараховують поразку.

Форма одягу – шорти або купальник (для дівчат), спортивне взуття

відсутнє.

Тренер не має права розмовляти з гравцями, він спостерігає за змаганнями як глядач не трибуні.

Щоб перемогти, необхідно виграти дві партії з трьох. Тривалість перших двох становить 21 очко, а третьої тільки 15. Переможцем партії вважається команда, яка веде рахунок з відривом у два очки. У грі реалізується принцип: один розіграш – одне очко. У разі якщо розіграш виграє команда, яка подавала м'яч в гру, то вона знову має право подачі. У грі подавати м'яч повинні обидва гравці по черзі. Відбивати м'яч можна будь-якою частиною тіла.

Під час гри командам дається два тайм-аути по 30 секунд. У разі травми або погіршення самопочуття гравця суддя зупиняє гру і дозволяє медичному персоналу надати допомогу. Тривалість «медичного» тайм-ауту становить не більше 5 хвилин і видається одному гравцю один раз за матч. У пляжному волейболі частіше, ніж в класичному, відбувається зміна сторін, щоб команди перебували в рівній залежності від зовнішніх факторів (сонця та вітру). Команди міняються сторонами після розіграшу кожних семи очок у перших двох партіях, і кожних п'яти очок — у третій.

У процесі гри допускається не більше трьох торкань м'яча членами однієї команди, після чого його потрібно повернути за сітку противнику.

Непристойна і брутальна поведінка карається шляхом видачі гравцям карток: жовтої, що означає програш очка, і червоної – дискваліфікація, відповідно повну поразку команди.

Одночасне торкання м'яча над сіткою двома гравцями не вважається порушенням, гру можна продовжувати, при цьому допускається ще три торкання. подача переграється тільки в тому випадку, якщо після подвійного дотику до м'яча він відлітає в антену.

Правила подачі м'яча дуже суворі, ні в якому разі не допускається обертальний рух. Дотик має бути лише точковий і короткий. Майже всі прийоми м'яча здійснюються знизу двома руками.

Щодо подачі: в жіночому волейболі, як правило, подача м'яча в гру виконується плавно, в той час як у чоловічій грі використовується силова у стрибку.

3. Інші різновиди волейболу

Міні-волейбол. Гра для дітей до 14 років. Включена у шкільну програму багатьох країн, зокрема Росії. З'явився міні-волейбол у 1961 р. в НДР. У 1972 були офіційно затверджені його правила. Розрізняють два рівні: міні-3 і міні-4. У кожній команді грають три (чотири) гравці плюс двоє запасних. За команду можуть виступати одночасно і хлопчики і дівчатка, але їх співвідношення в командах-суперницях повинне бути однакове. Гра проходить на майданчику 6х4,5 (6х6) м, розділеної навпіл сіткою на висоті 2,15 (2,05) м. Вага м'яча: 210–230 грамів. Гра в партії йде до 15 очок. За рахунку 14:14 грають до тих пір, поки перевага однієї з команд не складе два очки або поки вона не набере 17 очок. Для перемоги в матчі необхідно виграти дві партії. Нерідко гра в міні-волейболі йде на якийсь час.

У міні-волейболу є гра-антипод: **гігантський волейбол**. Число гравців в команді доходить до ста чоловік, а сам майданчик за розмірами лише удвічі перевищує звичну. Грають легким м'ячем в брезентовій покривці діаметром 80 см, число ударів не обмежено.

Піонербол. Основна його технічна відмінність від класичного волейболу полягає в тому, що м'яч у процесі гри береться в руки. Відповідно подача, пас партнеру і перекидання м'яча на сторону суперника здійснюється не ударом, а кидком. Матч складається з трьох партій, гра в яких ведеться до 15 очок. Виграє команда, що перемогла в двох партіях. Піонербол включений в програму середніх шкіл з фізпідготовки і є підготовчим етапом в освоєнні азів не тільки волейболу, але й баскетболу. В різних містах Росії проводяться змагання з піонерболу.

Воллібол (англ. «wallyball», від «wall» – стіна) винайшов в 1979 американець Джо Гарсія. Грають дві команди по два, три або чотири особи. Допускається використання бічних стін спортзалу. Гра ведеться до 15, 18 або 21 очка (але різниця у рахунку повинна бути не менше 2 очок). Серед волліболістів немало представників класичного волейболу, зокрема члени олімпійської збірної США Пол Сандерленд і Рита Крокету, і відомих людей з світу політики і шоу-бізнесу, включаючи президента США Джорджа У.Буша. На початку 1980-х років бізнесмен Майк О'Хара (що у минулому входив до складу олімпійської збірної США) заснував компанію «Воллібол інтернешнл інк» (WII), що узяла на себе організацію регіональних і міжнародних турнірів у країні. У 1989 р. декількох членів виконкому WII, не згодних з

політикою О'Хара, створили Американську воллібольную асоціацію. Асоціація провела низку альтернативних заходів в США і міжнародних турнірів в різних країнах. В теперішній час обидві організації практично не діють. У листопаді 2001 р. зусиллями винахідника воллібола була сформована некомерційна Об'єднана Асоціація волліболістів. Гарсія має намір відродити минулий інтерес до свого дітища і добитися його визнання олімпійським видом спорту. Зараз у всьому світі волліболом займаються декілька мільйонів людей.

Фаустбол (від німий. «Faust» – кулак), в англomовних країнах прийнята назва **«фістбол»** (англ. «fist» – кулак). Один із старих видів спорту. Перші правила були прийняті в 1555 р. в Італії. У кінці 19 ст. гра потрапила до Німеччини, що стала з часом центром світового фаустбола. В наш час гра надзвичайно поширена у ряді європейських країн, а також в Північній і Південній Америці, в Японії і деяких африканських державах. У фаустбол грають дві команди по п'ять гравців в кожній (плюс троє запасних) на майданчику 50x20 метрів – як в приміщенні, так і на відкритому повітрі. Гра складається з 2 таймів по 15 хвилин. Якщо правилами турніру нічия в матчі виключається, то у разі нічийного результату призначаються дві додаткові 5-хвилинки, при необхідності ще дві і т.д. – до перемоги однієї з команд з перевагою як мінімум в два очки. М'яч трохи важчий волейбольного (320–380 грамів). Замість сітки використовується мотузок, натягнутий на висоті двох метрів. Подача проводиться з лінії в 3 метрах від мотузка. Приймати м'яч можна і з повітря, і після відскоку від землі (правилами допускається тільки один відскік), пасувати його партнеру і перекидати на сторону суперника треба ударом кулака або передпліччя. При цьому діє волейбольне «правило трьох торкань», забороняється бити по м'ячу двома кулаками одночасно, а при перекиданні на чужу сторону м'яч не повинен зачіпати мотузок або пролітати під ним. Міжнародна федерація фістбола (ІФА) проводить чемпіонат світу і інші змагання. Фаустбол входить в програму Світових ігор, що проводяться під патронажем МОК.

Існують й інші різновиди традиційного волейболу.

З 1976 в програму Паралімпійських ігор входить волейбол для людей з обмеженими руховими здібностями (у теперішній час підрозділяється на два види: стоячи і сидячи).

Єдина, але вельми істотна відмінність **кертнбола** від звичного волейболу полягає в тому, що замість сітки у грі використовується суцільна тканина. Це

робить суперників практично невидимими один для одного і вимагає від гравців виняткової уваги і реакції. Тому кертнбол не тільки культивується як окремий вид спорту, але і входить в програму підготовки команд класичного волейболу.

Відомі також волейбол у воді, «волейбол ногами» й інші екзотичні варіанти однієї з найпопулярніших ігор у світі.

2.25. ПЛЯЖНИЙ ГАНДБОЛ

Пляжний гандбол (біч-гандбол) — командна гра з м'ячем, що проводиться на піщаних пляжах. Змагання з пляжного гандболу організовуються для чоловічих, жіночих та змішаних команд.

Історія гри. Пляжний гандбол з'явився на початку 90-х років ХХ століття в Італії, де і були розроблені правила гри. Є думка, що цей вид спорту з'явився, як і класичний гандбол, на уроках фізкультури. В теперішній час пляжний гандбол розвивається більш ніж в 40 країнах світу.

Правила гри.

Майданчик. Майданчик для гри у пляжний гандбол являє собою прямокутник довжиною 27 і шириною 12 м, що включає ігрову зону та дві площі воріт. Поверхня майданчика повинна бути засипана піском глибиною не менше 40 см. Навколо ігрового майданчика повинна бути передбачена зона безпеки розміром приблизно 3 м. Ігрова зона має 15 м в довжину та 12 метрів в ширину. Її межі позначаються кольоровою стрічкою або мотузкою шириною не більше 8 см. Всі лінії на майданчику є складовою частиною площі, яку вони обмежують. Довгі обмежувальні лінії називаються бічними лініями, короткі — лініями воріт (між стійками воріт) та зовнішніми лініями воріт (з обох боків воріт).



Ворота. Ворота встановлюються по центру лінії воріт. Розміри воріт: ширина 3 м і висота 2 м. Ворота повинні мати сітку. Перед кожними воротами розташовується площа воріт. Площа воріт обмежується лінією площі воріт, яка проводиться

наступним чином: паралельно (зовнішньої) лінії воріт в 6 м від неї кріпиться стрічка або мотузка.

М'яч. У грі використовується гумовий м'яч. Для чоловічих команд вага м'яча 350-370 гр., з окружністю 54-56 см, для жіночих команд вага м'яча 280-300 г з окружністю 50-52 см. Для дитячих команд може бути використаний більш легкий м'яч.

Склад команди. Команда складається з 8 гравців. Принаймні, 6 гравців повинні знаходитися на майданчику на початку гри. Якщо кількість гравців з правом грати стає менш 4-х, гра припиняється і переможцем оголошується команда суперника.

Кожна команда повинна мати не менше 4 гравців на ігровому майданчику (3 польових гравці та 1 воротар). Інші гравці є запасними і повинні залишатися в зоні заміни.

Всі польові гравці команди повинні бути одягнені в однакові майки без рукавів. Колір і дизайн форми однієї команди повинні чітко відрізнятися від кольорів іншої команди. Воротарі повинні мати форму, кольори якої чітко відрізняються від кольору форми польових гравців обох команд і воротаря команди суперника. У формі воротаря повинні перебувати не більше 2 гравців у кожній команді. На воротарів можуть бути надіті поверх ігрової форми прозорі майки (наприклад, світлих відтінків, крізь які можна було б розрізнити їх ігрові номери). Всі гравці повинні грати босоніж. Забороняється грати в спортивному або будь-якому іншому взутті, але дозволяється грати в шкарпетках або бинтувати ступні.

Початок гри. Перед початком матчу судді проводять жеребкування (підкидають монету) для вибору воріт і зон заміни. Команда, що виграла жеребкування вибирає або одну із сторін майданчика, або відповідну зону заміни. Гра починається зі свистка судді. Після першої половини команди міняються місцями. Зони замін не змінюються. Кожна половина гри, а також «золотий гол» починаються зі спірного кидка, після свистка судді.

Час гри. Гра складається з двох періодів, рахунок в яких ведеться роздільно. Кожний період триває 10 хвилин. Перерва між ними — 5 хвилин.

Поняття гола. Гол зараховується, якщо м'яч всією своєю окружністю перетинає всю ширину лінії воріт, за умови, що не було порушення правил з боку гравця, що кидав м'яч, або іншого члена команди до або під час кидка. Гол зараховується, навіть якщо гравець команди, що захищається, припустився порушення правил в момент польоту м'яча у ворота. Гол не зараховується, якщо суддя або хронометрист перервали гру до повного перетину м'ячем лінії воріт. Гол зараховується, якщо щось або хтось, хто не бере участь у грі (глядачі і т. п.), не допускає попадання м'яча у ворота, а судді не сумніваються в тому, що м'яч, в іншому випадку, обов'язково потрапив би у ворота. За закинтий м'яч у ворота після привабливих і видовищних ситуацій у грі, до рахунку додається

ще одне додаткове очко. М'яч, закинутий з 6-метрового кидка, дає 2 очки. Також два очки присуджуються, якщо м'яч у ворота закидає воротар.

Визначення результату гри. Якщо наприкінці періоду рахунок залишається нічийним, використовується правило «золотого гола».

Переможцю кожного періоду присуджується одне очко.

Якщо обидва періоду виграні однією командою, ця команда оголошується переможцем з рахунком 2:0. Якщо кожна з команд виграє по періоду, то результат буде нічийним. Так як завжди повинен бути переможець, застосовується правило «вибивання» (один гравець проти воротаря). П'ять гравців, з правом грати, виконують кидки поперемінно з командою суперника. Якщо воротар входить до числа гравців, що виконують кидки, то при виконанні свого кидка він розглядається як польовий гравець. Переможцем оголошується команда, яка отримала більшу кількість очок після виконання 5 кидків. Якщо після першого кола результат ще не визначений, то кидки тривають. Команди міняються місцями. Знову 5 гравців, які мають право грати, виконують кидки, по черзі з командою суперника. На цей раз починає інша команда. У цьому раунді і будь-якому наступному переможцем вважатиметься та команда, яка є лідером після однакового числа спроб взяття воріт.

Національна збірна команда України має певні досягнення на міжнародному рівні, вона не одноразово була призером та переможцем континентальних чемпіонатів, а у 2001 р. – чемпіонами Всесвітніх ігор.

2.26. ПЛЯЖНЕ РЕГБІ

Пляжне регбі (англ. *beach rugby*) — спортивна командна гра з овальним м'ячем, який гравці кожної команди, передають один одному руками і ногами, причому пас руками здійснюється тільки назад, намагаються приземлити в заліковому полі, на відміну від класичного регбі ворота в грі, як правило, не використовуються. Також до основних відмінностей відноситься менший розмір ігрового поля, менша кількість гравців, спрощений підрахунок очок.



проводиться Чемпіонат Європи з пляжного регбі.

Вперше цей вид спорту з'явився в Італії в 1999 р. Міжнародна рада регбі створила уніфіковані правила гри Регбі 5. У 2013 р. був проведений перший чемпіонат світу в Італії. За участю Європейської асоціації регбі щорічно

Регбі 5

Поле має розміри 31x25 м \pm 1 м, залікове поле – 3 м у довжину і 25 м у ширину. М'яч повинен бути 4-го розміру.

Розмітка складається з ліній мертвого м'яча і бічних ліній залікового поля, залікові лінії (лінії воріт), бічні лінії.

Кожна команда не повинна мати більше 5 гравців на полі під час гри.

Команда може мати до 7 гравців заміни. Команди можуть виконувати необмежену кількість замін. Заміни можуть бути виконані тільки, коли м'яч є «мертвим». Гравці заміни повинні входити на поле з центральної лінії. Гравці, які залишають ігровий майданчик, можуть це робити з будь якого місця.

Гравець, видалений за грубу гру, не може бути заміненим тимчасово або постійно.

Тривалість матчу не повинна перевищувати 10 хвилин, без втраченого часу, додаткового часу та інших особливих умов. Матч складається з двох

таймів, кожен з яких не більше 5 хвилин ігрового часу. Після першого тайму команди міняються половинами поля. Перерва між таймами не повинна перевищувати 3 хв. Під час перерви команди, суддя і бічні судді не можуть залишати ігровий простір.

Суддя веде відлік часу, але може перекласти цю функцію на одного або обох бічних суддів і (або) офіційного хронометриста; в такому випадку суддя подає їм сигнал про будь-які зупинки або втрати часу.

Втрачений час (травми, надання допомоги) додається до тієї половині матчу, під час якої він був розгублений. Матч може тривати більше 10 хвилин, якщо Організатор матчу дає дозвіл на додатковий час при рівному рахунку.

Матч починається з вільного удару. Після початку, будь-який гравець знаходиться «в грі» може взяти м'яч і бігти з ним. Будь-який гравець може кидати м'яч, передавати м'яч іншому гравцеві. Будь-який гравець може захоплювати, утримувати або штовхати опонента, який володіє м'ячем. Будь-який гравець може впасти на м'яч. Будь-який гравець може приземлити м'яч в залікове поле. Щоб гравець не робив, це повинно здійснюватися відповідно до Правил Ігри. Покарання: Вільний удар. У відкритій грі забороняється бити ногою.

Система підрахунку очок в пляжному регбі спрощена, тому що ворота на ігровому полі відсутні, за кожную проведену спробу команда отримує одне очко. Спроба зараховується коли гравець першим приземляє м'яч в залікове поле суперника (1 очко). У тому випадку, якщо гравець міг зробити спробу, але цього не сталося через грубу гру суперника, призначається штрафна спроба (1 очко). Іноді в разі нічийного результату гра ведеться до першого набраного очка в додатковий час.

Раков, молів, сутички і мітки не існує в пляжному регбі 5. У пляжному регбі 5 немає коридорів.

Будь-який гравець, що порушив пункт правила про грубу гру, повинен бути: попереджений, або попереджений і тимчасово вилучений з поля на дві хвилини, або видалений з поля до кінця гри. Якщо гравець, якому було зроблено попередження і який був тимчасово вилучений, здійснює друге порушення, каране відповідно до правила про грубу гру, він повинен бути вилучений з поля до кінця гри.

2.27. ПЛЯЖНИЙ ФУТБОЛ



Пляжний футбол — вид спорту, заснований на правилах гри в традиційний футбол. Змагання проводиться на піщаних пляжах, при цьому особливе значення має техніка володіння м'ячем, швидкість пересування на в'язкій поверхні. Перші спроби уніфікувати правила були зроблені в 1992 році засновниками Всесвітньої

Організації Пляжного Футболу. ВОПФ стала проводити турніри з пляжного футболу під своєю егідою.

М'який і в'язкий пісок вимушує гравців багато імпровізувати, використовувати красиві технічні прийоми (наприклад, удари в падінні через себе - «ножицями» або «бісиклетами»). Компактні розміри ігрового поля (28 на 37 метрів) дозволяють гравцям забивати практично з будь-якого положення, навіть прямим ударом від своїх воріт. Відповідно, за гру можна побачити близько 60-ти ударів у ворота суперника (для порівняння, у великому футболі 20 ударів у ворота на обох суперників вважається пристойним показником). Голи у середньому забиваються кожні 3-4 хвилини, а середня результативність матчу складає близько 11 забитих м'ячів за гру (у традиційному футболі останніми роками норма 2,5 гола).

Історія

Пляжний футбол зародився в Бразилії і виріс до рівня виду спорту міжнародного значення. Участь в змаганнях відомих спортсменів з великого футболу, таких, як француз Ерік Кантона, іспанців Мігель і Хуліо Салінаса і бразильців Ромаріо, Жуніора і Зіко сприяло розширенню телевізійного освітлення – пляжний футбол стали показувати в 170 країнах світу. Це зробило пляжний футбол одним з видів спорту, що динамічно розвиваються в світі та привернуло велику кількість реклами і спонсорів.

Правила гри

- Кожна команда складається з п'яти гравців (четверо польових і воротар)
- Команда може робити необмежену кількість замінів в ході матчу (на лавці запасних буває, як правило, від 3 до 5 запасних гравців)

- Матч складається з трьох періодів по 12 хвилин.
- У пляжному футболі немає нічиїх. Після основного часу призначається додатковий період – 3 хвилини «золотого гола», якщо ніхто не заб'є – призначається серія пенальті.
- Матч обслуговують двоє суддів.
- Кожен фол призводить до призначення штрафного удару, при цьому необхідно завдати удару по воротах суперника.
- Гравцеві може бути пред'явлена синя картка – у цьому випадку гравець повинен покинути поле на 2 хвилини, за аналогією з хокейними видаленнями.

Також є й інші правила:

- Футболісти грають без взуття. Дозволені захисні пов'язки гомілки і колін.
- Удар від воріт завдається нападаючим команди.

Міжнародні турніри. До 2005 року проводилися так звані неофіційні чемпіонати світу – Мундіаліто. Переважну перевагу в них мала збірна Бразилії, що виграла 9 турнірів. Лише одного разу її гегемонію порушила Португалія. З 2005 року на пляжі Копакабана в Ріо-де-Жанейро стали проводитися офіційні чемпіонати під егідою ФІФА. Першим чемпіоном стала збірна Франції. У 2006 році чемпіонат виграла бразильці.

Міжнародні змагання

- Чемпіонат світу ФІФА з Пляжного футболу (з 2005)
- Мундіаліто (неофіційний чемпіонат світу) з Пляжного футболу
- Чемпіонат Америки
- Європейська Ліга з Пляжного футболу.
- Європейський кубок з Пляжного футболу.
- Чемпіонат КОНКАКАФ з Пляжного футболу.

Збірна команда України з пляжного футболу у 2007 і 2010 рр. здобувала звання чемпіонів Європи, а у 2011 р – перемогла у відбірковому турнірі до чемпіонату світу.

2.28. ПОЛО



☞ **Поло** (англ. *Polo*) — командний вид спорту з м'ячем, в якому учасники грають верхи на конях, і переміщують м'яч по полю за допомогою спеціальної ключки. Метою гри є вразити ворота суперника найбільшу кількість разів.

Гра в поло

Гра зародилася багато

сторіч назад у кочових народів Центральної Азії. У сучасному виді відроджена англійськими військовослужбовцями в Індії.

Команда складається з чотирьох гравців, розмір поля 300 ярдів (274,2 метри) в довжину і 150-160 ярдів (137,1-146,2 метри) в ширину, за площею це приблизно 9 футбольних полів. Діаметр м'яча для гри на відкритому повітрі $3\frac{1}{4}$ дюйма (8,3 сантиметра), вага — чотири унції (113,4 грами). Ключка традиційно виготовлюється з бамбука. Для гри вирощують і тренують спеціальні породи поні.

Матч складається з періодів, які називаються *чакка* (англ. *chukka*), тривалість періоду — 7 хвилин. Матч, в залежності від правил конкретного змагання може складатися з 4, 6, або 8 періодів. Найбільше популярний варіант з 6 періодів.

Спорт найбільш популярний в Англії, США, Індії, Пакистані, Аргентині та Австралії.

За програмою Олімпійських ігор змагання проводилися у 1900, 1908, 1920-24, 1936 рр.

2.29. РЕГБІ

Регбі (від англ. *Rugby, Rugby football*) — спортивна командна гра з овальним м'ячем, який гравці кожної команди, передають друг другу руками і ногами, намагаються приземлити в заліковому полі за воротами суперника або забити його в H - подібні ворота.



Різновиди. Більш розповсюдженим і популярним є вид регбі, відомий як регбі-юніон (в Україні зазвичай називається просто регбі або регбі-15). Другий відомий його різновид — регбі-ліг (або

регбі-13).

Самим звичайним є вид регбі, в якому змагаються команди по 15 осіб. Існують також змагання з регбі-7, з правилами, які дещо відрізняються. Однак управління змаганнями з регбі-7 також здійснюється Міжнародним союзом регбі (IRB). Менш контактні різновиди регбі — тач-регбі та тег-регбі.

Історія регбі

Вважається, що регбі з'явилося в 1823 році, коли гравець на ім'я Уїльям Уебб Елліс під час гри у футбол у школі м. Регбі (зустрічається також більш коректний з точки зору правил варіант транслітерації *Ragbi*), взяв м'яч в руки і побіг з ним до воріт. Однак чітко установлених правил довгий час не було (як і у «звичайному» футболі), команди перед матчем кожен раз про них домовлялися. Коли в 1863 році була створена англійська Футбольна асоціація, вона заборонила брати м'яч в руки і намагатися відібрати його у суперника. Так футбол і регбі стали окремими видами спорту (саме тому футбол іноді називають *association football*). У 1871 році був створений Союз футболу регбі (RFU, *Rugby Football Union*), який до теперішнього часу здійснює управління регбі в Англії, а в 1886 році — Міжнародний союз регбі (IRB, *International Rugby Board*).

Перший міжнародний матч був зіграний 27 березня 1871 року в Единбурзі між командами Англії та Шотландії. Невдовзі регбі розповсюдився і

в інші країни, зокрема, у володіння Британії: Австралію, Нову Зеландію (1870), Південну Африку (1875). В Північній Америці з регбі розвилися американський і канадський футбол.

До кінця XIX сторіччя намітився розрив між північню Англії, де регбі став дуже популярний в оточенні робочих і містян, і півднем, на якому ця гра залишалась в основному привілеєм джентльменів. Головним питанням стала можливість ставати професіоналами, тобто отримувати гроші за гру в регбі. В підсумку 29 серпня 1895 року в Хаддерсфілді був створений «Північний союз регбі» (NRFU). Командам, які приєдналися до Північного союзу, дозволялося мати в своєму складі професіоналів. Правила самої гри були також дещо змінені, і в 1901 році була сформована Північна регбійна ліга. На початку XX віку схожі розколи відбулися і в Австралії та Новій Зеландії. Нова гра отримала назву регбі-ліг (іноді у нас називають регбі-13, за числом гравців в команді). «Старий» регбі стали для виключення плутанини називати регбі-юніон (так як його правила спочатку були складені RFU). Регбі-юніон залишився сильним на півдні Англії, а також в Шотландії та Уельсі (де він був популярний і серед робочих, особливо серед шахтарів з долин на півдні).

Любительський статус регбі-юніон завжди викликав багато спорів. Регулюючі органи всіляко намагалися підтримати його, і будь-яка поява на полі разом з гравцями-професіоналами могла призвести до дискваліфікації або навіть заборони з'являтися на матчах, нехай і в якості вболівальника. Проте, дуже часто проти провідних гравців висувалися звинувачення в тому, що вони отримують за гру гроші, і немалі. Багато з талановитих гравців також переходили в регбі-ліг. В результаті в 1995 році було прийнято рішення зробити регбі-юніон професійним видом спорту.

Це призвело до різкого росту популярності регбі-юніон, пов'язаному частково з припливом в спорт грошей за рекламу, телетрансляції і тому подібне. Якість гри також різко виросла (хоча з цим згідні не всі). З іншого боку, перехід до професіоналізму призвів до розорення багатьох клубів, а також до різкого збільшення розриву між командами з багатих країн, де регбі вельми популярний (таких як Великобританія, Франція, Італія, Австралія, Нова Зеландія, ПАР), і представниками країн порівняно бідних, де у регбі не дуже багато прихильників (наприклад, Румунія, Грузія, Самоа, Намібія).

Головні змагання

Кубок Світу з регбі. Чемпіонат світу з регбі.

З 1987 року раз на чотири роки проводиться Чемпіонат світу з регбі серед чоловіків, і з 1991 року Чемпіонат світу з регбі серед жінок. Зараз чемпіоном світу є збірна ПАР, яка завоювала Кубок Уільяма Уебба Елліса в 2007 році. До цього його вигравали команди Нової Зеландії (1987), Австралії (1991, 1999), ПАР (1995) і Англії (2003).

Кубок Шістьох націй

Головні щорічні міжнародні змагання в Північній півкулі — Кубок шістьох націй, який розігрують між собою Англія, Уельс, Ірландія, Шотландія, Франція та Італія. Спочатку за цей кубок боролися чотири команди з Великобританії та Ірландії (**Home Nations**). У 1910 році до них приєдналася Франція, в 2000 — Італія. Переможцем в 2006 і 2007 роках стала збірна Франції, в 2008 — збірна Уельсу.

В рамках самого Кубку розігруються і більш «дрібні» призи. Команді, яка перемогла у всіх п'яти матчах, достається Великий шолом. Команди чотирьох «домашніх націй» додатково борються за Потрійну корону, яку отримує та команда, якій вдається перемогти всі три інші. Останній раз Великий шолом і Потрійну корону в 2008 році виграла збірна Уельсу. Команда, яка програла всі п'ять матчів, отримує «дерев'яну ложку».

Кубок Трьох націй.

У Південній півкулі аналогічну роль грає Кубок Трьох Націй, в розіграші якого беруть участь Австралія, Нова Зеландія та ПАР. Команди Австралії та Нової Зеландії додатково розігрують в матчах між собою Кубок Бледіслоу. Зараз обидва кубка належать команді Нової Зеландії.

Кубок європейських націй.

Європейські команди другого ешелону змагаються за Кубок європейських націй. Команди, що беруть участь у цих змаганнях, які організуються Європейською асоціацією регбі (FIRA-AER), поділяються на декілька дивізіонів. Сам кубок розігрується в першому дивізіоні, де змагання проводяться протягом двох сезонів. В розіграші 2004/06 років у першому дивізіоні грають команди Румунії, Грузії, Португалії, Чехії, Росії та України.

Історія Регбі в Україні

Після невдалих спроб культивувати регбі у кінці 30-х і 40-х років, овальний м'яч повернувся на стадіони України в 1962-1963 роках, коли на базі студентських спортивних клубів і в спортивних товариствах Києва, Дніпропетровська і Одеси були створені перші регбійні команди.

Вже влітку 1963 року команда Київського політехнічного інституту брала участь у першості ЦС "Буревісник" у Мінводах, а одеський "Авангард" - у чемпіонаті ВДФСО профспілок у Тбілісі. У цьому ж році вперше помірялися силами регбісти Одеси і Дніпропетровська. У 1964 році пройшов у Дніпропетровську перший турнір українських команд, в якому брали участь регбісти Києва, Дніпропетровська, Одеси і Тбілісі. З 1965 року відбуваються щорічні чемпіонати України і першості серед юнаків різних вікових категорій.

У першому чемпіонаті Радянського Союзу в 1968 році брав участь і чемпіон України київське "Динамо". В наступні роки, аж до 1991 року, коли СРСР розпався, у чемпіонатах СРСР з регбі виступали щорічно 5-6 команд з України (у вищій і першій лігах) і добивалися великих успіхів.

Команда "Авіатор" (Київ) у 1978 році була чемпіоном СРСР, чотири рази була другою, тричі завойовувала бронзові медалі. Тричі "Авіатор" володів Кубком СРСР.

Українські регбісти входили до складів збірних команд Радянського Союзу всіх вікових категорій. Національна команда СРСР, двічі займала другі місця в чемпіонатах Європи (FIRA - AER), тричі була бронзовим призером. До її складу постійно входило п'ять – сім гравців з регбійних клубів України.

Федерація регбі України була заснована 16-го грудня 1991 року. До цього вона з 1963-го року існувала як складова Федерації регбі СРСР. В червні 1992 року Федерація регбі України стала колективним членом FIRA-AER, а у жовтні того ж року IRB .

Починаючи з 1993 року, збірні команди України беруть участь у відбірних матчах чемпіонату Європи і кваліфікаційних етапах до Кубка світа. Федерація регбі України від імені Міністерства України у справах молоді та спорту проводить чемпіонат і Кубок України з регбі-15 серед дорослих команд (суперліги, вищої та першої ліг), чемпіонат України з регбі-7, а також чемпіонати України з регбі-15 і регбі-7 серед молоді, юнаків та юніорів. На сьогоднішній день, регбі культивується в багатьох містах України: Ужгород,

Івано-Франківськ, Одеса, Тернопіль, Мукачєво, Кременець, Харків, Київ, Кривий Ріг, Дніпро, Хмельницький, Львів, Рівне.

Національна збірна команда країни з регбі-15 виступає в дивізіоні «1В» Кубка Європейських Націй. Національна збірна України з регбі-7 входить в ТОП-12 найсильніших команд Європи. Національна збірна України з регбі-7 серед жінок грає в дивізіоні "А", другому за силою в Європі.

Сутність гри

Гра здійснюється на прямокутному трав'яному полі розмірами не більш 144x70 м . Крім центральної лінії на полі проведені поперечні лінії в 10 і 22 м від центральної (рис. 1).

По краям поля стоять ворота, які складаються з двох високих жердин, з'єднаних горизонтальною балкою, вони нагадують Н-подібну форму, відстань між вертикальними стояками – 5,65 м, висота – 6 м, поперечина знаходиться на відстані не менше 3 м від землі.

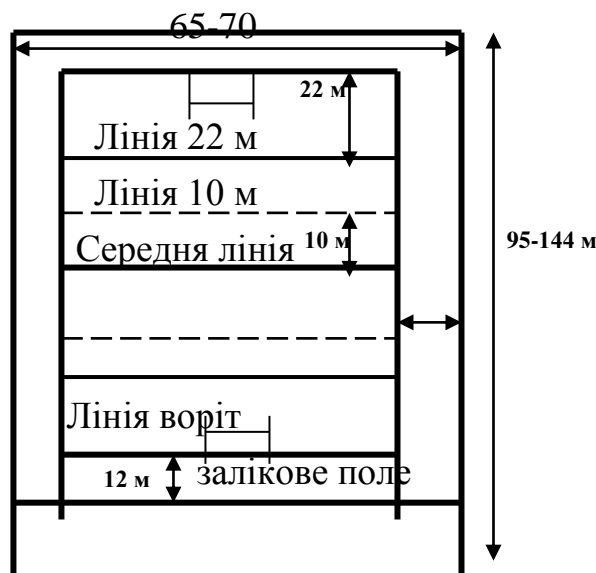


Рис. 1. Макет поля для регбі

Одяг регбістів – футболки, шорти, на ногах бутси і гетри.

Тривалість матчу – два тайми по 40 хв. з 5-ти хвилинною перервою, (можливий і додатковий час, але його тривалість може бути різною в залежності від турніру). Гравці передають друг другу овальний м'яч вагою до 425 г і окружністю 28-29 см, намагаючись донести його як можна ближче до залікової зони. М'яч можна кидати гравцю своєї команди (*пас*), але лише назад, «від воріт суперника». Ногою м'яч можна посилати і вперед, але ловити його може тільки той гравець своєї команди, який в момент удару знаходився позаду

б'ючого. Завдання кожної команди – приземлити м'яч рукою в заліковому полі суперника або забити м'яч ногою у ворота за умови, що м'яч пролетить над поперечиною.

Правила

Хоча регбі здається грубим видом спорту, в дійсності там дуже ціниться джентльменство і принципи справедливої гри (fair play). Правила регбі дуже жорсткі.

Важлива відмінність між російським і англійським уживанням: в Росії «замком» часто називають гравця № 15. Англійською він називається *fullback*, а *lock* (дослівно — замок) — це назва форвардів другої лінії схватки.

Цікаво також, що в регбі форварди — це міцні, але не дуже швидкі гравці, які відповідають за силову гру, в тому числі в захисті, і тиснення з метою просування вперед. За швидкі прориви відповідають зазвичай трьох четвертні (англійською *backs*).

Розташування гравців на полі

1 Лівий стовп (Loosehead prop)		2 Відігруючий (хукер)(Hooker)		3 Правий стовп (Tighthead prop)		
	4 Форвард другої лінії (Lock)(2nd Row)		5 Форвард другої лінії (Lock)(2nd Row)			
6 Лівий крильовий Blindside flanker		8 Стягуючий вісімка)(Number 8)		7 Правий крильовий (Openside flanker)		
		9 Півзахисник схватки (дев'ятка)(halfback or scrum-half)				
			10 Блукаючий півзахисник десятка)(First five eight or Fly-half)			
				12 Центральний трьохчетвертний Second five-eight c Inside center)		
					13 Центральний трьохчетвертний (Center or Outside center)	
11 Лівий крайній трьохчетвертний (Left wing)						14 Правий крайній трьохчетвертний (чотирнадцятий) (Right wing)
			15 Захисник (замок)(Fullback)			

Очки в регбі можна набирати наступним чином:

- *Спроба* (5 очок) — гравець атакуючої команди заносить м'яч в *залікову зону*, яка знаходиться між лицьовою лінією поля і лінією воріт, і торкається ним землі.

- *Реалізація* (2 очки) — будь-який гравець команди, що зробив спробу, (зазвичай це гравець, який краще за всіх б'є по м'ячу) установлює м'яч на будь-якій точці навпроти того місця, де була зроблена спроба, і б'є по воротам. Якщо він влучає (тобто м'яч пролітає над поперечиною і між вертикальними жердинами, хоча б і вище них), спроба вважається реалізованою. Гравці суперника повинні знаходитися в своїй заліковій зоні.

- *Штрафний удар* (3 очки) — за деякі порушення правил суддя призначає пенальті. Якщо команда, яка отримала на це право, рішає пробити його, то м'яч установлюється на точці, де відбулося порушення, і один з гравців б'є по воротам.

- *Дроп-гол* (3 очки) — будь-який гравець, коли м'яч знаходиться у грі, має право ударити по воротам. Для цього він повинен уронити м'яч і, коли той торкнеться землі, ударити по ньому (удари по воротам з *рук* заборонені). В принципі такі удари (англ. *drop kicks*) можна робити і під час реалізації і пробиття пенальті, але зазвичай в цих випадках вони не використовуються.

Хід гри

Гра починається з жеребкування. Команда, яка виграла її, має право першою ударити по м'ячу або відказатися від цього взамін на право вибрати сторону, на якій вона буде грати в першому таймі. Зазвичай в цьому виборі грають роль такі фактори, як положення сонця, сила і напрямок вітру.

Гра починається *дропом*, або ударом з відскоку (тобто ударом, при якому гравець кидає м'яч і б'є по ньому, після того як той торкнеться землі) на сторону суперника. М'яч повинен просунути в поле не менше чим на 10 метрів.

Гравець з м'ячем має право бігти з ним у будь-якому напрямку, бити по ньому або передавати м'яч товаришам по команді (але тільки назад). Якщо гравець буде зупинений за допомогою *захвату* (англ. *tackle*) і упаде на землю, він повинен негайно відпустити м'яч (поки він не упав, він може віддати його іншому гравцю). Гравець, який здійснив захват, також повинен відпустити суперника і не має права вступати у гру, поки не встане на ноги.

Перший гравець, який встиг добігти до м'яча, відпущеного захопленим гравцем, може взяти його: однак, зазвичай два гравці okazуються на м'ячі одночасно. Тоді вони встають лицем один до одного і намагаються ногами вибити м'яч назад, комусь з гравців своєї команди (це називається *рак*, від англ. *ruck*). Інші гравці можуть приєднатися до раку: при цьому вони обов'язково повинні наблизитися до нього позаду, з боку своїх воріт, і повинні обнімати за тулуб одного з своїх гравців, який уже бере участь в раці. В раці неможна брати м'яч руками, топтати лежачого гравця, повертати в рак м'яч, що вийшов з нього, навмисно падати на землю. Зазвичай за раком стоїть скрам-хав (півзахисник хватки), який намагається підхопити м'яч після виходу з рака.

Якщо гравець з м'ячем не упав, а був затриманий, и при цьому з ним *зав'язаний* (тобто обнімає його рукою за тулуб) інший гравець його команди, а один або декілька гравців суперника (також будучи зв'язані друг с другом) намагаються продавити їх назад, формується *мол*. Як і у випадку рака, до молу можна приєднатися лише позаду. В молі неможна блокувати м'яч (хоча гравець з м'ячем має право упасти на землю, відпускаючи м'яча), заборонена груба гра. Неможна навмисно розрушати мол. Мол вважається закінченим, якщо гравець з м'ячем покинув його, якщо мол зайшов за лінію воріт або якщо мол зупинився більш чим на п'ять секунд.

При знаходженні в 22-метровій зоні суперника дуже ефективна (хоча і складна у виконанні) тактика «молу, що котиться»: м'яч передається по рукам гравців атакуючої команди, і крайній гравець відбігає в сторону, змінюючи напрямок руху молу.

Якщо м'яч покидає гру через бічну лінію (тобто вилітає за межі поля або знаходиться в руках у гравця, розташованого за ними (на відміну від футболу, в регбі гравець, що стоїть на бічній лінії, також вважається за межами поля)), можна зробити або швидке вкидання (з будь-якої точки між лінією, де м'яч покинув поле і лінією своїх воріт, суворо перпендикулярно бічній лінії – так, щоб м'яч торкнувся землі не ближче ніж в 5 м від неї), або *вкидання в коридор*. У цьому випадку обидві команди вишукуються в лінії, перпендикулярні бічній. Гравець атакуючої команди кидає м'яч між ними, і зазвичай одного з гравців піднімають, вверх, щоб він спробував спіймати м'яч.

М'яч у гру вводить команда, яка раніше не володіла м'ячем (якщо тільки він не вийшов за межі поля зі штрафного). Коридор призначається навпроти того місця, де м'яч вийшов з гри. Однак, якщо один з гравців атакуючої

команди, який знаходиться в зоні суперника, послав м'яч вперед ударом ноги, а той вийшов за бічну лінію, не торкнувшись землі, коридор призначається навпроти того місця, з якого був зроблений удар.



Якщо після удару атакуючої команди м'яч вилітає за межі поля із залікової зони або гравець команди, що захищається, доторкується м'ячем до землі в своїй заліковій зоні, призначається вільний удар (дропом) з 22-метрової лінії.

Вкидання м'яча в коридор

Якщо гравець, знаходячись у своїй заліковій або 22-метровій зоні, ловить м'яч після удару ногою зі сторони команди суперника, він має право крикнути "Мітка!" (Mark!). Гра зупиняється і призначається вільний удар.

Після декількох порушень і зупинок у грі призначається *схватка (scrum)*. Для цього кожна команда формує по три лінії (англійською *pack*), вишукавшись навпроти друг друга. Передній ряд складається з лівого і правого *стовпів (prop)*, як би «підпираючих» собою схватку, і *хукера*, або відігруючого (*hooker*), чия мета — заціпити м'яч ногою і відправити його назад своїм гравцям. *Форварди другої лінії (lock)* просовують голови між тулубами стовпів і хукера: вони забезпечують головне зусилля для просування схватки вперед. По бокам третьої лінії знаходяться лівий і правий *крильові форварди (flanker, або wing forward)*, а в центрі — *стягуючий*, або вісімка (*number eight*). *Півзахисник схватки*, або *дев'ятка (scrum-half)* атакуючої команди вкидає м'яч в коридор, що утворився, і хукери намагаються заціпити його і передати назад своїм стягуючим або дев'яткам, які встають позаду схватки. Схватка закінчена, якщо м'яч її покинув або якщо вона розвернулася на 90° — тоді призначається нова схватка, м'яч в яку вводить команда, що захищалася.

Порушення правил. Під час раку, молу і схватки гравцям заборонено розпочинати активні дії, знаходячись в *офсайді*, тобто між уявною лінією, яка проходить за п'яткою останнього гравця своєї команди, що бере участь в раці, молі або схватці, і лінією воріт суперника. За порушення призначається штрафний удар. Неможна також активно намагатися грати, знаходячись попереду свого товариша по команді, який володіє м'ячем, і намагається

заволодіти м'ячем після удару ногою, зробленого гравцем своєї команди, якщо під час удару він знаходився не перед гравцем, який намагався схопити м'яч.

Заборонено давати *пас вперед* і дозволяти йому відскакувати вперед від тіла (*гра вперед*) — виключення допускаються, якщо гравець встиг спіймати м'яч, поки той не торкнувся землі, і у випадку блокування ударів ногою з боку суперника. Якщо після пасу або гри вперед команда губить м'яч, суддя може дати тимчасову *перевагу* команді суперника: якщо вони гублять м'яч, гра буде зупинена і суддя призначить схватку на їх користь.

Багаточисельні правила регулюють порушення всередині раку, молу і схватки. При захваті забороняється цілитися в голову і плечі суперника, гравець завжди повинен прагнути саме схопити його. Заборонені підніжки, хоча захвати ніг дозволені.

Зазвичай за випадкові порушення (такі як пас або гра вперед) призначається схватка, за навмисні — штрафний удар. Команда, яка отримала право на штрафний удар, може пробити його (якщо м'яч зі штрафного вийде в аут, вкидати буде команда, яка пробивала штрафний), може скористатися правом на схватку.

За грубі порушення гравець може отримати жовту картку: тоді він зобов'язаний покинути поле на 10 хвилин. Червона картка означає видалення до кінця гри.

В регбі заборонено також будь-яке перешкоджання супернику, який не володіє м'ячем (єдине виключення: якщо обидва гравця біжать плечем до плеча).

Якщо порушення правил попередило неминучу спробу, атакуюча команда отримує *штрафну спробу* (5 очок) і право на реалізацію.

Якщо гравець команди, яка захищалася, зробив пас в свою залікову зону, а гравець, що отримав його доторкнувся їм до землі, атакуюча команда отримує право на схватку в 5 метрах від лінії воріт.

2.30. СКВОШ

Сквош — ігровий вид спорту з ракетками у закритому приміщенні. Назва гри (від англ. Squash) пов'язана з використанням в ній відносно м'якого полого м'яча діаметром біля 40 мм, а її прабатьком вважається гра в ракетки (rackets або racquets — американський варіант назви), в якій, на відміну від сквошу, використовується достатньо жорсткий м'яч. Гра (одиночна — два гравці; або парна — чотири), ведеться спеціальними ракетками на оточеному з чотирьох боків стінами корті.

Історія гри

Історія сквошу починається в 19-м віці в Harrow School (Лондон, Англія) як одного з потомків гри в ракетки. Студенти цієї школи в очікуванні своєї черги гри на корті почали грати більш м'яким м'ячем від стін рядом стоячих будівель — в кінцевому рахунку, так народилася нова гра. Перший спеціалізований корт для сквошу був побудований там же в Harrow в 1860 році. Можливо, і раніше в Harrow будували корти для сквошу, просто розбиваючи уже існуючі майданчики для гри в ракетки, які майже рівно в три рази більше (можливо для того, щоб на корті розташовувалась більша кількість гравців одночасно).

До початку 20 віку гра розвивалася в стінах різних навчальних закладів, але з часом стала набирати популярності в приватних клубах (наприклад у «Лондонському Королівському Автомобільному Клубі») і в рядах офіцерів британських військових сил. В США у 1907 році була створена перша асоціація сквошу і створені перші правила нової гри. У тому же році Британська Асоціація Тенісу і Ракеток організувала підкомітет зі сквошу і до 1920 року була створена офіційна версія правил. До 1928 року уже була створена Британська Асоціація Сквошу. Сьогодні міжнародним адміністративним управлінням у світі сквошу займаються: WSF (World Squash Federation) — Всесвітня Федерація Сквошу; PSA (Professional Squash Association) — асоціація професійних гравців чоловіків; WISPA (Women's International Squash Players Association) — асоціація професійних гравців жінок.

До початку масового комерційного будівництва публічно доступних кортів у 1950-х роках сквош був елітною грою вище середнього і вищого класів суспільства. Бум популярності гри прийшовся на початок 1980-х років. Хоча пізніше гравців у сквош стало менше, гра залишається вельми популярною у

багатьох куточках світу, особливо в Австралії, північно-східної частини Європи, Північній Америці, у Південно-Східній Азії, в Єгипті та Арабських Еміратах.

Корт. Міжнародний розмір корту був стверджений у 1920-х роках: 32 фути (9750 мм) у довжину і 21 фут (6400 мм) у ширину. Фронтальною стіною проходить лінія верхнього ауту (out line) на висоті 15 футів (4570 мм) від полу, з'єднана нахиленими лініями ауту на обох бічних стінах з лінією ауту на задній стіні, прокресленій на висоті 7 футів (2130 мм). На фронтальній стіні так же проведена лінія подачі на висоті 6 футів (1830 мм) і «тін» (tin) або «нижній аут» (еквівалент сітки) висотою 17 дюймів (430 мм), оточена «бортиком» висотою 2 дюйми (50 мм). Традиційний «Американський» корт для версії гри, розповсюдженої у США (тепер називається «hardball squash»), має подібні розміри, але ширше — 5640 мм. Розмітка на полу і стінах відрізняється



незначно від «міжнародного» варіанту корту, а «нижній аут» має висоту 15 дюймів (380 мм). Однак, на сьогоднішній день «hardball squash» практично вмер і витіснений стандартною версією сквошу.

Гравці у скляному корті для гри в сквош

Знаряддя для гри

Форма

«стандартних»
визначається
Традиційно їх
деревини
частиною,



ракеток для гри в сквош міжнародними правилами. виготовлювали з листкової (зазвичай дуба) з невеликою затягнутою натуральними струнами.

Після змін в правилах в середині 1980-х ракетки майже завжди виготовляються з композитних матеріалів або металів (графіт, кевлар, титан) з синтетичними струнами. Максимальні розміри сучасних ракеток 686 мм в довжину і 215 мм в ширину з максимальною площею голівки 500 кв.см. Максимально дозволена вага 255 грамів, але зазвичай ракетка важить від 110 до 200 грамів. М'ячі для сквошу виготовлюються з двох кусочків гуми, склеєних разом і створюючих полу сферу, відшліфованих до створення матово-рівної поверхні. Існують види м'ячів для різних температур і атмосферних умов, а

також стандартів гри: більш досвідчені гравці використовують «повільні» м'ячі, які менше за розміром і мають менший відскік (ці «повільні» м'ячі схильні «вмирати» в кутах корту, що робить складніше виконання відповідного удару). У зв'язку з особливим складом гуми, м'яч для сквошу набуває більшу стрибучість при його розігріванні. Гравці розігрівають м'яч виконуючи серію ударів об стіну перед грою. Протягом гри м'яч розігрівається ще більше — гра ускладнюється і прискорюється.

Маленькі кольорові точки визначають ступінь стрибучості м'яча і, відповідно, стандарт гри для якої він підходить. Офіційно відомі наступні кольори, які визначають швидкість м'ячів (тобто ступінь їх стрибучості): дві жовті точки — надто повільна (дуже слабкий відскік); одна жовта точка — дуже повільна (слабкий відскік); зелена або біла — повільна (середній відскік); червона — середня (сильний відскік); синя — швидка (дуже сильний відскік).

За таким стандартом виготовлюються м'ячі компаніями Dunlop, Prince, Pointfore, Wilson. М'яч з двома жовтими точками з'явився в 2000 році, на сьогоднішній день офіційно використовується на всіх змаганнях, він замінив м'яч з одною жовтою точкою. Є ще високогірний м'яч з помаранчевою точкою, який використовується в Мехіко, Калгарі, Денвері, Йоганнесбурзі. На високогір'ях Північної Америки використовується м'яч із зеленою точкою виробництва фірми Dunlop. Інші види м'ячів: Dunlop «Max Blue» (призначений для новачків) на 12 % більше і на 40 % довше знаходиться у повітрі, чим м'яч з двома точками, має постійну стрибучість; Dunlop «Max Progress» (червоний) (для гравців, які працюють над технікою) на 6 % більше і на 20 % довше знаходиться у повітрі, чим м'яч з двома точками, має постійну стрибучість.

У зв'язку зі стрімким характером гри, гравці носять зручну спортивну одягу і стійку спортивну обув для закритих приміщень (non-marking). На змаганнях чоловіки зазвичай вдягнуті у футболку або сорочку поло. Жінки надівають юбку, футболку, топ або спортивне плаття. Пов'язки на голові або зап'ясті служать для видалення поту, особливо корисні вони у вологому кліматі. Правилами рекомендується захищати очі окулярами з полікарбонату через можливість удару ракеткою або м'ячем (його швидкість може досягати більше за 200 км/год.). У 2004 році під час кубку Canary Wharf Squash Classic, у Джона Уайта була зафіксована швидкість м'яча 270 км/год.

У багатьох місцях під час проведення зустрічі вимагають обов'язкового використання захисту для очей, тієї ж практики притримуються деякі асоціації юніорського і парного сквошу.

Гра і рахунок

Для визначення права першої подачі гравці кидають жереб, обертаючи ракетку. Подавач сам вибирає подачу з лівої або правої зони подачі (service box). При правильній подачі одна нога подавача повинна бути в зоні подачі та м'яч після удару ракетки повинен відскочити від фронтальної стіни між лінією подачі (service line) і лінією ауту (out line) і приземлитися в протилежній задній чверті корту, якщо тільки його не відбив з льоту приймаючий гравець.

Приймаючий подачу гравець відбиває м'яч до фронтальної стіни. М'яч може бути відбитий на льоту (такий удар називають «volley») або між його першим і другим ударами об підлогу корту. При правильному ударі м'яч повинен досягти фронтальної стіни і ударитися між лініями ауту (out) і звукової панелі (tin) до свого торкання підлоги. М'яч, який попав у будь-яку лінію ауту або межу звукової панелі, на відміну від тенісу, вважається аутом. До удару об фронтальну стіну м'яч будь-яку кількість разів може ударитися об будь-яку з трьох стін корту, які залишилися. М'ячі, які граються від бічних або задньої стін, називають боусти (boast або angle).

Розіграш продовжується до того моменту, поки один з гравців має можливість відбити м'яч супернику або не робить помилки (вбиває в аут, дозволяє м'ячу двічі ударитися об підлогу, попадає в тін тощо) або суддя не об'являє лет (let) або строк (stroke) за поміху грі (див. нижче).

За «традиційною» британською системою рахунку, існуючої з 1926 року, очки зараховуються тільки подавачу. Якщо приймаючий гравець виграв розіграш, то це дає йому тільки право наступної подачі. Зазвичай гейми розігруються до 9 очок, а при рахунку 8-8 приймаючий може вибрати гру до 9 або 10 очок. На змаганнях зазвичай грають до трьох перемог, але не більше п'яти геймів (best-of-five).

Американська система рахунку (іноді називається PARS) дає очко гравцю, який виграв розіграш незалежно від того, хто подавав. Традиційно, за системою PARS гра йде до 15 очок (при рахунку 14-14 приймаючий може вибрати гру до 15 або 17 очок). Але з 2004 року для професійної гри рахунок ведеться до 11 очок (при рахунку 10-10 гравець повинен виграти два очки підряд). Сьогодні система PARS використовується на чоловічих професійних

змаганнях, а висота звукової панелі зменшена на два дюйми, в надії скоротити тривалість розіграшів, а, відповідно, і матчу. Однак, на жіночих професійних турнірах до теперішнього часу використовується оригінальна англійська система рахунку до 9 очок і висота звукової панелі залишилася без змін.

На міжнародних іграх, клубних і парних зустрічах зазвичай використовують традиційну «британську» систему ведення рахунку. Правила гри і рахунку можуть бути незначно змінені для скорочення часу гри (наприклад, ігри грають до 7 очок, до двох перемог з трьох геймів) або збільшення кількості зайнятих гравців (наприклад, форма сквоша на корті в три чверті, де одна зона подачі заблокована і в ній очікує своєї черги один гравець, в той час як два інших гравця розігрують очко в частині корту, яка залишилася). «Британська» система рахунку в основному використовуються на матчах USSRA (United States Squash Racquets Association).

Стратегія і тактика

Фундаментальна стратегія гри складається в тому, щоб відбити м'яч вздовж бічних стін в один з задніх кутів корту. Такий удар називають «прямий драйв» (drive). Після свого удару гравець повинен переміститися в центр корту в позицію «Т» для того, щоб мати можливість прийняти будь-який удар суперника. Атака м'яким «укороченим ударом» (short) у фронтальні кути заставляє суперника зробити великий шлях по корту для відповідного удару і може призвести до негайної перемоги. «Крос» (удар під кутом) використовують для обману і знову ж збільшення шляху до м'яча для суперника.

Дуже досвідчені гравці намагаються як можна частіше закінчувати розіграш, влучаючи м'ячем в кути фронтальної стіни або в ділянку, де бічні стіни пересікаються з полом, яка називається «нік» (nick). Якщо «нік» виконаний правильно, то м'яч покотиться по полу і не буде абсолютно ніякої можливості його відбити. Однак, якщо м'яч не попадає в «нік», то він може просто відскочити від бічної стіни і дати супернику легку можливість атакувати.

Ключовою стратегією в сквоші є домінування в ділянці «Т» (пересічення червоних ліній близько до центру корту, в якій гравець отримує найбільш вигідну позицію для прийому чергового удару суперника). Досвідчені гравці після свого удару повертаються на «Т» і готуються до прийому відповідного.

З цієї позиції гравець має можливість швидко досягти будь-якої частини корту відбити м'яч, виконуючи мінімум переміщень.

Розіграші між досвідченими гравцями можуть містити 30 і більше ударів, тому гра вимагає найвищої підготовки на силу и на витривалість. Чим досвідченіше стають гравці, і зокрема, краще приймають удари, тим більше гра стає війною на виснаження. На високому рівні гри більш фізично підготовлений гравець має більшу перевагу.

Майже всі гравці (досвідчені і не дуже) попадають в наступні категорії за стилем гри:

«Захисник» (retriever) — зазвичай дуже сильний гравець, який грає терпляче і приймає всі удари суперника, але не веде сильної атакуючої гри.

«Атакуючий гравець» (shooter) — також може бути терплячим, але більш легко вибиває переможні м'ячі або грає «нікі». Володіє дуже доброю точністю удару і умінням обманути суперника.

«Силовий гравець» (power player) — намагається побороти суперника дуже швидкими м'ячами. За ним не замінено ні витривалості ні терпіння.

«Універсальний гравець» (all-around player) — однаково добре грає у всіх попередніх стилях гри, відчуває себе комфортно у всіх ділянках корту.

Для виводу суперника з балансу важливо вміння змінювати напрямок м'яча в самий останній момент. Гравці екстра-класу можуть передбачити удар суперника на декілька десятих долі секунди швидше середнього гравця, що дає їм шанс більш швидкої реакції. Ця властивість набувається з великою практикою тренувань та ігор.

Поміхи руху або удару

Зіткнення або поміха руху або удару — це неминучі аспекти швидкісної гри у замкнутому просторі. Правила гри забезпечують гравцю право доступу до м'яча для удару і можливість замаху, а також безперешкодного удару в будь-яку ділянку фронтальної стіни. У випадку поміхи гри, гравець може заявити «лет» (let) і суддя (або при його відсутності самі гравці) оцінюють характер зіткнення. Суддя може назначити «лет» і тоді гравці переграють очко, або присудити «строк» (stroke) (тобто очко або перехід права подачі) гравцю, який звернувся, в залежності від характеру поміхи і того, чи міг, за думкою судді, гравець виконати удар, якщо б йому не заважали.

Якщо не ясно чи була поміха або вона була незначна, правила зобов'язують відхилити «лет» в інтересах безперервності гри і присікання

хибних апеляцій. Через суб'єктивність в оцінці причин і сили поміх, вірогідність обох видів рішень судді практично рівні.

Коли м'яч попадає в суперника до удару об фронтальну стіну, то це також вважається поміхою. Якщо м'яч летів у напрямку до бічної стіни в момент удару об суперника, то зазвичай зараховують «лет». Однак, у випадку якщо м'яч летів прямо в передню стіну, гравцю, який бив по м'ячу зараховують «строк».

Розвиток сквошу

У світі співіснують декілька варіантів гри в сквош. В американському «хардболі» гра ведеться набагато більш жорстким м'ячем на кортах іншого розміру. В той час як одиночні ігри в хардбол, уже непопулярні навіть у Південній Америці (на відміну від «міжнародної» версії гри), парні ігри в хардбол проводять все ще достатньо активно. Існує парна версія сквошу: грають стандартним м'ячем, іноді на більш широкому корті. Так же існує більш схожа на теніс гра — «сквош-теніс» (squash tennis).

Менший розмір корту для сквоша і м'ячі з меншим відскоком ускладнюють процес виграння очок, на відміну від свого молодшого американського собрата «ракетболу» (racquetball). На відміну від ракетболу м'яч повинен попасти вище «тіна» і не може бути легко «погашений». В результаті, розіграти зазвичай довше ніж в ракетболі.

Гра повністю змінилася після винайдення скляної задньої стіни, яка дозволила набагато більшій кількості глядачів спостерігати матчі. Суцільна скляна стіна була розроблена для повністю прозорих кортів — у подальшому названих «Золота рибка».

На сьогоднішній день не існує якого-небудь міжнародного стандарту оцінки рівня гравців. Існує тільки розподіл на професійних і непрофесійних гравців.

Сквош дає відмінне навантаження на серцево-судинну систему. За час гри в сквош гравець витрачає від 700 до 1000 кілокалорій (3000-4000 кДж). Це суттєво більше, чим в інших видах спорту і на 70% більше, ніж в тенісі або ракетболі. Навантаження приходить на верхню і нижню частини тіла — ноги використовуються для руху по корту, а руки і торс для замаху ракеткою. Сьогодні корти для сквошу існують в 148 країнах світу від Аргентини до Замбії.

Гравці і рекорди

The (British) Squash Rackets Association провела свій перший відкритий чоловічий чемпіонат зі сквошу British Open в грудні 1930 року за «кубковою» системою: Charles Read був признаним чемпіоном, але в домашньому і гостьовому матчах був розбитий гравцем на ім'я Don Butcher, який став чемпіоном 1931-го року. Чемпіонат продовжується і зараз, але проводиться за «олімпійською» системою починаючи з 1947 року.

Починаючи із заснування British Open, в ньому домінували одні й ті ж самі гравці: F.D. Amr Bey (Єгипет) у 1930-х; Mahmoud Karim (Єгипет) у 1940-х; брата Hashim Khan і Azam Khan (Пакистан) 1950-х і 1960-х; Jonah Barrington (Великобританія та Ірландія) і Geoff Hunt (Австралія) 1960-х і 1970-х; Jahangir Khan (Пакистан) 1980-х; Jansher Khan (Пакистан) 1990-х.

Жіночий чемпіонат стартував у 1921 році і також його фаворитами було обмежене коло дам: Jouce Cave і Nancy Cave (Англія) у 1920-х; Margot Lumb (Англія) 1930-х; Janet Morgan (Англія) 1950-х; Heather McKay (Австралія) 1960-х і 1970-х; Vicki Cardwell (Австралія) і Susan Devoy (Нова Зеландія) 1980-х; Michelle Martin (Австралія) 1990-х; Sarah Fitz-Gerald (Австралія) 1990-х, 2000-х.

Heather McKay з її великим ростом і абсолютним домінуванням у грі (вона залишалася непереможною протягом всієї своєї 18-річної кар'єри в 60-70-х рр..) безспірно велична жінка-гравець всіх часів. Серед чоловіків більшість сучасних експертів віддають абсолютну перевагу гравцю Jahangir Khan (1980-і роки) або його дальньому родичу Jansher Khan (1990-і роки). Інші гідні претенденти Jonah Barrington, Geoff Hunt і Hashim Khan.

Через свою більш довгу історію British Open багатьма вважається більш престижним, чим World Open, який стартував лише в середині 1970-х. Однак, улаштувачі кубку намагаються притягти кращих гравців за допомогою грошей. У 2005 році загальний (жіночий і чоловічий) призовий фонд British Open склав 71 000 \$, у порівнянні з ним World Open пропонував призи на суму 270 000 \$.

Hashim Khan відкрив доблесну династію великих пакистанських чемпіонів сквошу, яку продовжили Jahangir Khan і Jansher Khan. Jahangir, є на сьогоднішній день президентом Всесвітньої Федерації Сквошу (WSF), десять разів перемагав у British Open і вісім разів у World Open. Jansher отримав свій перший титул у 1989 році, коли переміг в чемпіонаті World Open.

2.31. СОФТБОЛ



Софтбол (англ.: *soft* — м'який, *ball* — м'яч) — різновид бейсболу, який грають м'ячем, більшим та значно м'якшим за бейсбольний. У цьому виді бейсболу свої правила: подача м'яча така, що знижує швидкість в польоті, а сама гра триває сім іннінгів замість дев'яти як у бейсболі. У багатьох бейсбольних країнах софтбол — альтернатива бейсболу для непрофесіоналів і жінок, адже відмінності мають на меті зниження травматизму та вимог до фізичної форми спортсменів.

Софтбол з'явився в США у 1887 році. Спочатку гра звалася «машбол» (англ. *mushball*) і «кіттенбол» (англ. *kittenball*), а в 1920 році отримала сучасну назву. Існують кілька різновидів гри: «Фаст-пітч» (Швидка подача), «Слоуп-пітч» (Повільна подача), «Модифай-пітч» (Середня подача). Олімпійською дисципліною з 1996 року по 2008 рік була гра «фаст-пітч» серед жіночих команд.

Міжнародна федерація Софтболу (IFS) була заснована у 1965 році; на 2001 рік — у ній було 122 національних федерацій. Чемпіонати світу серед жінок проходять з 1965 року, серед чоловіків — з 1966 року.

У програмі літніх олімпійських ігор змагання з софтболу серед жіночих команд відбувалися з 1996 (Атланта) до 2004 року (Афіни). Міжнародний олімпійський комітет проголосував за видалення софтболу з програми Олімпійських ігор 2012 р., проте вже з 2020 р. цей вид спорту знову повертається в програму ОІ.

Переможці з софтболу на Олімпійських іграх

Рік, місце проведення ОІ	Нагороди		
	золото	срібло	бронза
1996 р., Атланта	США	КНР	Австралія
2000 р., Сідней	США	Японія	Австралія
2004 р., Афіни	США	Австралія	Японія
2008 р., Пекін	Японія	США	Австралія

В Україні проводиться чемпіонат серед команд вищої ліги, в якому беруть участь 6 команд. Провідними командами є «Західний вогонь» (м. Рівне) та СДЮСШОР-2 (м. Кропивницький). Збірна команда України на Чемпіонаті Європи з софтболу у 2008 р. посіла 5 місце, що на сьогоднішній день є найвищим досягненням.

2.32. ТЕНІС



Теніс — вид спорту, в якому суперничають або два гравці («одиначна гра»), або дві команди, які складаються з двох гравців («парна гра»). Завданням суперників є за допомогою ракеток відправляти м'яч на бік суперника так, щоб той не зміг його відбити, при цьому щоб м'яч не вилетів за поле гри.

У сучасного тенісу є офіційна назва «лаун-теніс» (англ. Lawn — галявина) для відміни від реал-тенісу (або «жьо-де-пом», у французькому варіанті назви) — більш старого різновиду, в який грають в закритих приміщеннях і на зовсім іншому типі корту. Теніс є олімпійським видом спорту.

Історія тенісу

На сьогоднішній час достовірно невідомо, хто винайшов теніс, але, за найбільш розповсюдженою версією, родоначальником гри був майор Уолтон Вінгфілд. Він придумав гру для розваги гостей на прийомах у своєму особняку в Уельсі і в 1873 р. опублікував перші правила гри. В якості основи він використав існуючу вже декілька віків гру реал-теніс, яка зародилася в XII віці у Франції, і яка була популярна в колі французької аристократії аж до часів Великої Французької революції.

Згідно історичним джерелам, термінологія сучасного тенісу зародилася в той же період часу, оскільки Вінгфілд запозичив для своєї гри як назву, так і більшість французьких слів з реал-тенісу:

- ❖ назва теніс (англ. tennis) виникло від фр. tenez, наказової форми дієслова tenir, «тримати». Воно означає, таким образом, «тримай!» Цим викриком гравець в реал-теніс попереджував суперника, що він збирається подавати;

- ❖ ракетка (англ. racquet) походить від фр. raquette, яке, у свою чергу, виникло від арабського rakhat, що означає «долонь»;

- ❖ англійський термін deuce (рівно) виник від фр. à deux le jeu, що означає «to both is the game» (рахунок у грі рівний); за іншою версією, слово походить від фр. deux points, яке означає, що гравцю необхідно виграти два очки для перемоги в геймі;

❖ англ. love, яке використовується для визначення рахунку «0» (наприклад, «40—love» еквівалентно «40—0»), виникло від фр. l'oeuf, «яйце», мається на увазі знак «нуль» у формі яйця;

❖ система рахунку в геймах «15», «30», «40» виникла від фр. quinze, trente, quarante, що у французькому вимовлянні представляє співзвучну послідовність.

Передбачаючи комерційний потенціал у грі, Вінгфілд запатентував її у 1874 р., але ніякої вигоди з цього у подальшому отримати не зміг. Теніс почав стрімко розвиватися у Великобританії та США.

Поява турнірів. У липні 1877 р. в Уїмблдоні, Лондоні був проведений перший турнір з лаун-тенісу, організатором якого був Всеанглійський Клуб крокету і лаун-тенісу (All England Croquet and Lawn Tennis Club). Учасники повинні були заплатити вступний внесок, у розмірі £1 (англійський фунт стерлінгів), турнір був відкритий для всіх бажаючих, переможець отримував золотий приз, а фіналіст — срібний. У 1888 р. була заснована Асоціація лаун-тенісу (Lawn Tennis Association, LTA), яка в наступні роки установила 43 правила гри, багато з яких дійсні до сьогодні, і яка протягом десяти років затвердила проведення 73 турнірів.

У 1881 р. була створена Національна асоціація лаун-тенісу США (United States National Lawn Tennis Association), яка тепер називається Асоціація тенісу США (United States Tennis Association, USTA). Метою її створення були стандартизація правил змагань і проведення турнірів. «Національний чемпіонат США серед чоловіків» (U.S. National Men's Singles Championship), який зараз називається Відкритий чемпіонат США, був вперше проведений у 1881 р. в м. Ньюпорт, Род-Айленд. Відповідний жіночий турнір «Національний чемпіонат США серед жінок» (U.S. National Women's Singles Championships) був вперше проведений у 1887 р.

У 1899 р. у чотирьох студентів Гарвардського університету зародилася ідея проведення тенісного турніру, в якому беруть участь національні збірні команди. Один з них — Дуайт Девіс, розробив схему проведення турніру і купив на власні гроші приз для переможця — срібний кубок. Перший турнір відбувся в Брукліні, шт. Массачусетс у 1900 р., і в ньому взяли участь збірні США і Великобританії. Д. Девіс грав в команді США, яка не очікувано перемогла, вигравши перші три матчі. З тих часів турнір проводився кожний рік

(за деякими виключеннями), а після смерті Д. Девіса в 1945 р. отримав назву Кубок Девіса і зараз є популярною щорічною подією у світі тенісу.

Відкрита ера. Починаючи з 1920-х рр., професійні тенісні гравці заробляли гроші, виступаючи в показових матчах перед публікою, яка платила за право дивитися гру. Протягом 40 років професійний і любительський теніс були суворо розділені — як тільки гравець ставав «професіоналом», він не мав більше права виступати в любительських турнірах. Але, в 1967 р. ЛТА вирішила покласти кінець розділу тенісу й урівняла в правах любителів і професіоналів в своїх турнірах. У 1968 р. Міжнародна федерація тенісу, подолавши небажання, ствердила рівні права тенісистів. Це поклало початок Відкритій ері в сучасному тенісі, коли всі гравці мали право виступати в будь-яких турнірах, а кращі тенісисти забезпечували своє життя виступами на змаганнях.

Теніс протягом тривалого часу був переважно розповсюджений в англомовних країнах — Австралії, Великобританії, США. Він також був популярний у Франції, де з 1891 р. проводиться Відкритий чемпіонат Франції. Чотири самих крупних турніри — Уїмблдонський турнір, Відкритий чемпіонат США, Відкритий чемпіонат Франції і Відкритий чемпіонат Австралії (проводиться з 1905 р.) стали самими престижними в тенісі. Вони отримали назву «турніри Великого шолома» — термін, запозичений з карточної гри бридж. «Виграти Великий шолом», тобто перемогти у всіх чотирьох цих турнірах протягом одного сезону — є найвищою метою для тенісних професіоналів.

У 1954 році Джеймс Ван Ален заснував Міжнародний зал тенісної слави — музей, розташований в Ньюпорті, Род-Айленд, на місці проведення першого Відкритого чемпіонату США з тенісу (1881). В музеї знаходиться велика кількість експонатів, які утілюють історію розвитку тенісу, а також галерея великих тенісистів і людей, що внесли вклад в розвиток спорту. У 1986 році зал слави був офіційно признаний Міжнародною федерацією тенісу.

Відомі тенісисти. З наступом Відкритої ери і появою федерацій тенісу в різних країнах світу, теніс отримував розвиток у різних частинах світу і загубив імідж спорту привілейованих класів англомовних країн. Починаючи з 70-х рр. ХХ віку на тенісних аренах відзначалися гравці з Германії (Борис Беккер, Штеффі Граф), колишньої Чехословаччини (Іван Лендл, Мартіна Навратілова), Швеції (Бьорн Борг), Росії (Євген Кафельніков) і багатьох інших країн.

Серед великих гравців Відкритої ери називають Рода Лейвера, Джіммі Коннорса, Джона Ньюкомба, Стена Сміта, Бьорна Борга, Джона Макінроя, Івана Лендла, Стефана Едберга, Джима Курье, Матса Віландера, Андре Агассі, Піта Сампраса. Серед жінок: Крис Еверт, Мартіну Навратілову, Штефі Граф, Моніку Селеш, Мартіну Хінгіс.

Немало легендарних гравців існувало в історії тенісу і до початку Відкритої ери. Серед них: Білл Тільден, Елсуорт Вайнс, Фред Перрі, Дон Бадж, Боббі Рігс, Джек Креймер, Панчо Сегура, Френк Седжман, Панчо Гонзалез, Кен Роузуолл, Лью Хоуд. Протягом багатьох років знавці тенісу вважали Білла Тільдена кращим спортсменом, які коли-небудь грали в теніс. У 1950-х і 1960-х рр. більшість сходилися у думці, що Панчо Гонзалез змінив Тільдена на вершині тенісу. Будь-який із згаданих тенісистів міг би суперничати з сучасними гравцями.

Знаряддя

Корт. В теніс грають на прямокутному майданчику з рівною поверхнею і нанесеною розміткою — корті.

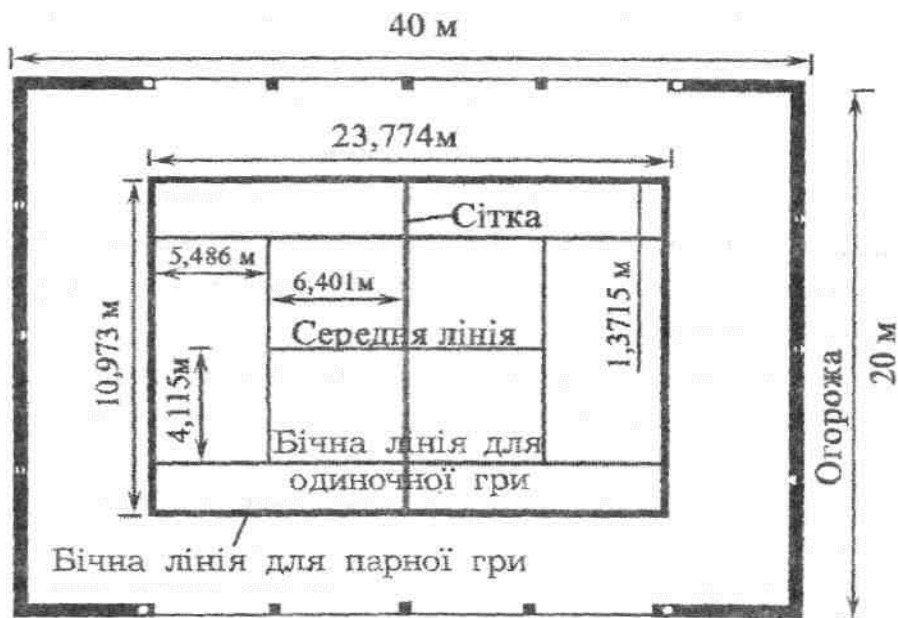


Рис. 1 Макет тенісного корту

Існують різні види покриттів тенісних кортів: трав'яні, ґрунтові, тверді, або синтетичні килимові. Тип покриття впливає на відскік м'яча і динаміку переміщень гравців, тому стратегії гри на кортах з різними покриттями можуть кардинально розрізнятися. При цьому, немає якоїсь одної переваги покриття, і навіть самі престижні професійні турніри проводяться на кортах різних типів.

Ракетка. Для нанесення ударів по м'ячу гравець використовує ракетку, яка складається з рукоятки і округлого ободу з натягнутими струнами. Струнна поверхня використовується для ударів по м'ячу. Рами для ракеток первісно виготовлювалися з дерева, в теперішній час — із складних композитів, які складаються з кераміки, вуглеволокна і металів. Вага ракеток чітко визначена: для дорослих – 340-400 г, для юних тенісистів – 255-340 г. Розділяється корт сіткою, висота всередині – 91 см.

Струни для тенісних ракеток бувають штучні (нейлон, поліестер, кевлар) і натуральні (виготовлюються з кишок тварин). Раніше вважалося, що натуральні струни володіють найкращими характеристиками для гри, але сучасні штучні струни зрівнялися за характеристиками з натуральними. Крім того, натуральні струни дорожче, підлягають впливу вологи, менш довговічні та вимагають делікатного догляду. Натяжка струн відбувається на спеціальних станках, іноді вручну. Сила натягування горизонтальних і вертикальних струн, як правило різна, і горизонтальні струни натягують на 2 кг менше. Стандартна натяжка на нових ракетках 26 на 24 кг. Чим сильніше натяжка струн, тим легше контролювати м'яч при ударі, але при цьому сила удару менше. Чим слабше натяжка, тим легше розігнати м'яч, але гірше контроль. Тонкі струни натягують з меншим зусиллям, їх використання покращує контроль м'яча, але вони менш довговічні. У більшості якості струни залежить від її структури.

М'яч. Для гри використовують полий гумовий м'яч, покритий повстю, окрашений в яскравий колір, з нанесеною замкнутою лінією характерної форми. Найбільш розповсюджені м'ячі з тиском, але бувають м'ячі без внутрішнього тиску, виготовлені з більш жорсткої гуми для кращого відскоку. Вага м'яча – 56,7 г, діаметр – 6,35-6,67.

Правила гри

Гравці (команди) знаходяться з різних сторін сітки. Один з них вводить м'яч у гру, робить подачу. Другий гравець — приймає подачу. Завдання гравців — спрямувати м'яч ударами ракетки на сторону суперника, влучаючи при цьому м'ячем у межі корту. Гравець повинен встигнути у свою чергу ударити по м'ячу, поки той не торкнувся корту більше одного разу. Можливо також ударити по м'ячу, не чекаючи його падіння на корт — зіграти з льоту. Гравець, який допустив помилку, програє розіграш, а його суперник набирає очко.

Гравцям необхідно набирати очки для того, щоб виграти гейм. За виграш першого м'яча дається 15 очок, другого – також 15 очок (очки підсумовуються),

третього – 10 очок. Виграш четвертого м'яча приносить перемогу в геймі (4 м'яча: 15-30-40 (рівно) - гейм, але не менше різниці в 2 м'яча).

Розіграш подачі

Гра починається з розіграшу подачі та сторін майданчика. Рішення, кому подавати першим і з якого боку, визначається за допомогою жереба (підкиданням монети або обертанням ракетки). Переможець розіграшу може зробити наступний вибір:

- ◆ вибрати подачу (при цьому суперник вибирає сторону корту);
- ◆ не вибирати подачу (при цьому суперник подає і вибирає сторону корту);
- ◆ вибрати сторону корту (при цьому право на подачу надається супернику);
- ◆ відмовитись від вибору (у цьому випадку вибір за суперником).

Порядок подачі

В одиночному розряді гравці подають за чергою. Кожний гейм гравець подає з одного боку корту. Першу подачу завжди подають праворуч від мітки (у правий квадрат суперника), другу – ліворуч, третю – праворуч тощо. У кінці першого гейму гравці міняються сторонами корту. У подальшому зміна сторін відбувається всякий раз при непарних геймах. Це означає, що один гейм гравець подає з одного боку, а наступний – з іншого.

У парному розряді зміна подачі і сторін корту відбувається за правилами, що наведені вище, але гравці однієї пари подають по черзі. Кожна пара сама вирішує, хто із них буде подавати першим і дотримуються цієї послідовності протягом усього сету. Черговість подач дозволяється міняти лише на початку кожного сету, коли гравці кожної пари вирішують, хто з них приймає подачу праворуч, а хто ліворуч.

Сторони, що подають і приймають подачу

В одиночному розряді гравець, що подає праворуч від центральної мітки, спрямовує м'яч по діагоналі наліво, в перше поле суперника. При подачі зліва м'яч спрямовується за діагоналлю праворуч у друге поле.

Гравець, що приймає м'яч, може спрямувати його в будь-яку точку корту на боці суперника.

Для перемоги в геймі необхідно виграти чотири очки, при умові переваги в два очки. У протилежному випадку гра продовжується до тих пір, поки один з гравців в решті-решт не досягне переваги у два очки.

При оголошенні рахунку очки, які зароблені гравцем, що подає, завжди називають першими. За рахунку "40-40" ("однаково") необхідно виграти два очки підряд, щоб одержати перемогу в геймі. Якщо гравець, що подає, виграє наступне очко, рахунок називається "більше", а якщо програє - "менше", виграш очка у першому випадку приносить перемогу в геймі гравцю, що подає, програш - поразку. У протилежному випадку рахунок знову стає "однаково".

Після закінчення кожного гейму подача переходить до суперника, чи другої пари. Якщо гейм непарний, гравці міняються сторонами корту.

Сет (партія)

Для того, щоб виграти сет, треба мати перевагу у два гейми. Це може бути такий рахунок: 6-0; 6-1; 6-2, 6-3; 6-4. Але не 6-5. Сет вважається виграним, якщо рахунок буде 7-5. За рахунку 6:6 розігрується тай-брейк. Гравець, який перший виграв 6 геймів (за умови, що його суперник виграв не більше 4 геймів), вважається переможцем «сету». Після рахунку в сеті 5:5 для виграшу сету необхідно виграти два гейми підряд. Якщо сет грається з «тай-брейком» (грається до 7 м'ячів, але не менше різниці в два м'ячі), вінзначається при рахунку в сеті 6:6. Для виграшу матчу необхідно виграти 2 з 3 або 3 з 5 сетів. Як тільки один з гравців набирає необхідну кількість виграних сетів, матч завершується.

Тай-брейк (скорочений гейм)

Тай-брейк розігрують за рахунку 6:6. Черговість його розіграшу наступна: гравець, який буде подавати першим в 13-м геймі, починає розіграш очка своєю подачею. Право на подачу під час розіграшу другого і третього очка переходить до суперника. Зміна подач – за непарними очками. Подача відбувається спочатку праворуч від центральної мітки, потім – ліворуч, як і у попередніх сетах. Після розіграшу кожних шести очок гравці міняються сторонами корту. Для перемоги в тай-брейку необхідно виграти мінімум сім очок, але повинна бути перевага у два очки. Переможний рахунок може бути: 7-0; 7-1; 7-2; 7-3; 7-4; 7-5, але не 7-6, а лише 8-6 тощо.

Після розіграшу тай-брейку гравці міняються сторонами майданчика. Гравець, що перший подавав у тай-брейку, в наступному сеті починає з прийому подачі.

Матч (зустріч)

У тенісі не буває нічиїх. Матчі граються до переможного кінця. Жіночі матчі складаються із трьох сетів, чоловічі – із п'яти. Це максимальна кількість

сетів, необхідних для перемоги, але при цьому у першому випадку достатньо виграти два сети, а в другому – три, тобто перемога присуджується за рахунку 2-0 і 2-1 чи за рахунку 3-0, 3-1, 3-2.

Що стосується неофіційних змагань, то матчі із трьох сетів досить часто грають і чоловіки.

Подача

Гравець, що подає, повинен підкинути м'яч угору, а потім вдарити по ньому ракеткою, поки м'яч знаходиться у повітрі. М'яч повинен перелетіти через сітку за діагоналлю справа наліво і влучити при цьому в перший квадрат суперника чи в другий – при подачі зліва направо. На подачу дається дві спроби. Невдале їх використання – подвійна помилка – приносить очко супернику.

Якщо м'яч торкнеться троса сітки, перелетить її і попаде при цьому в квадрат суперника – це вважається помилкою і дозволяється переграти подачу. Якщо ж м'яч торкнувся троса і, перелетівши через сітку, не влучає в потрібний квадрат, то це помилка – спроба подачі вважається використаною.

Гравець, що подає, повинен стояти двома ногами поза кортом, але в межах зони подачі – тобто від центральної мітки до бічної лінії. Після розіграшу кожного очка гравець міняє місце подачі.

Розіграш очка

Розіграш очка продовжується до тих пір, поки один із гравців не помилиться. М'яч повинен торкнутись поверхні корту лише один раз. Очко вважається проганим, якщо:

- ◆ м'яч двічі торкнувся поверхні корту;
- ◆ приймаючи м'яч, гравець посилає його в сітку;
- ◆ приймаючи м'яч, гравець посилає його за межі майданчика суперника,
- ◆ гравець двічі не зміг подати м'яч при подачі.

Очко програється і в інших випадках:

Заступ. Якщо під час подачі одна з ніг гравця перетне задню лінію або вийде за межі зони подачі, це - помилка.

Рух ніг. Якщо гравець під час подачі біжить чи йде – це помилка.

Промак по м'ячу. Якщо при виконанні подачі гравець промахується по м'ячу, але торкається його – це помилка, однак дозволяється переподавати м'яч, якщо при подачі не було торкання м'яча ракеткою.

Прийом подачі з льоту. Якщо гравець, приймаючи подачу з льоту, не дав

йому торкнутись поверхні корту, це - помилка.

Подвійний удар і пронос м'яча. Не можна бити по м'ячу два рази підряд (гравцю чи за чергою парі гравців), поки м'яч не перетне сітку, а також "нести" м'яч на ракетці.

Кидок ракетки. Якщо гравець кидає ракетку в м'яч – це помилка, навіть у тому випадку, якщо м'яч перелетить на бік суперника.

Торкання м'ячем гравця. Якщо м'яч торкнувся будь-якої частини тіла гравця чи його одягу, це – помилка.

Гра над сіткою. Якщо гравець вдаряє м'яч до того, як він перетне сітку, це – помилка.

Торкання сітки чи корту суперника. Якщо гравець торкнувся сітки або корту суперника будь-якою частиною тіла, одягу чи ракетки, це – помилка.

Подача в партнера. Якщо при виконанні подачі в полі м'яч влучив чи торкнувся якої-небудь частини тіла, одягу чи ракетки партнера, це – помилка.

Суддівська термінологія

1. Виконання подачі з ходу чи розбігу – «З ходу».
2. Під час подачі гравець наступає чи торкається задньої лінії корту чи виходить із зони подачі – «Заступ».
3. При правильній подачі м'яч торкається сітки – «Сітка. Перша подача»
4. Так само, але при другій подачі - "Сітка. Друга подача".
5. М'яч не влучив у потрібне поле подачі - "Ні".
6. Гравець при прийомі подачі раніше вдарив по м'ячу, ніж той торкнувся корту - "Прийом з льоту".
7. М'яч приземлився поза половиною корту суперника - "Аут".
8. Гравець відбив м'яч після того, як він двічі торкнувся корту - "Пізно"
9. Гравець відбив з льоту м'яч раніше, ніж той перелетів через сітку, або під час розіграшу очка переніс через неї ракетку чи яку-небудь частину тіла - "Перенос".
10. Гравець під час розіграшу очка торкається сітки - "Сітка".
11. Гравець торкнувся ракеткою м'яча більше одного разу - "Подвійні удар".
12. Гравець вдарив по м'ячу випущеною із рук ракеткою - "Кидок".
13. М'яч торкнувся гравця, його ракетки, одягу чи предметів, як знаходяться поза полем гри - "Задіяний".
14. При всіх спірних випадках, не передбачених правилами -

"Переграти два м'ячі".

15. Виникла необхідність підтвердження факту приземлення м'яча в межах корту - "Правильний".

16. Виникла необхідність зупинити гру - "Стоп".

17. При затягуванні часу розминки чи відпочинку між геймами - "Час"

В офіційних матчах завжди присутній суддя, який для кращого обзору корту сидить на підвищенні — вищі, тому його називають суддею на вищій. Суддя має абсолютне право виносити рішення, і заперечувати їх в тенісі вважається поганим тоном. Судді на вищій можуть допомагати судді на лінії, які визначають, чи приземлився м'яч у межах корту.

З сезону 2006 року на турнірах WTA і ATP стали офіційно використовуватися системи електронного суддівства. Такі системи дозволяють з високою точністю визначити точку падіння м'яча і тим самим знизити кількість суддівських помилок і спірних ситуацій.

Турніри

Тенісні турніри зазвичай розділяються на чоловічі та жіночі. В кожному турнірі може брати участь заздалегідь визначена кількість гравців. Найбільш розповсюджені змагання одиночні чоловічі та жіночі, парні чоловічі та жіночі (беруть участь команди з двох гравців одної статі), змішані парні (команди з гравців різної статі). Нерідко проводяться турніри для визначеної вікової групи: дитячі, юнацькі, турніри ветеранів. Існують також турніри для інвалідів.

Найбільш крупні і представницькі турніри проводяться в рамках ATP-тура для чоловіків і WTA-тура для жінок. Переможці та учасники турнірів отримують призові гроші, а також очки, на основі яких строються світові рейтинги серед чоловіків (рейтинг ATP) і жінок (рейтинг WTA).

Самими престижними вважаються турніри Великого шлема, про який повідомлялося вище.

Проводяться також турніри серед національних збірних серед чоловіків — Кубок Девіса, серед жінок — Кубок Федерації і серед змішаних команд — кубок Хопмана. Ці змагання проводяться під егідою Міжнародної федерації тенісу (ITF).

Змагання з тенісу вперше були представлені на літніх Олімпійських іграх 1896 року. Було проведено два турніри — в одиночному і парному розряді. На Іграх 1896 року ще не існувало вимоги, щоб всі члени команди представляли

одну країну, деякі пари були інтернаціональними, а їх результати зараховані Змішаній команді.

Змагання з тенісу також відбулися на літніх Олімпійських іграх 1900 – 1924 рр., з 1988 р. по цей час. Змагання не проводилися на Олімпійських іграх 1928-1964 років та 1972 – 1980 років. Показові виступи відбулися у 1968 та 1984 рр. На більшості Олімпійських ігор переважали спортсмени США.

За рейтингом Федерації тенісу України станом на 2017 р. провідні позиції серед чоловіків посідають: Сергій Стаховський, Олександр Долгополов, Ілля Марченко,. Рейтинг ФТУ серед жінок має такий вигляд: Еліна Світоліна, Леся Цуренко, Катерина Бондаренко, Ольга Савчук.

2.33. ФЛАГ-ФУТБОЛ (ФЛАГБОЛ)

Флаг-футбол – це різновид американського футболу, його безконтактна версія. Це не контактний спорт, блокування і захоплення заборонені. Мета гри, як і в американському футболі – занести м'яч у залікову зону суперника. Основна відмінність – виняток жорстких контактів, спортсмени грають без захисної екіпіровки. Замість шоломів і каркасів на поясі кожного гравця прикріплені два прапорці. І якщо в американському футболі для того, щоб зупинити гравця, який володіє м'ячем, застосовується захоплення (жорсткий контакт), то у флаг-футболі досить зірвати з нього прапорець. У флаг-футбол грають, як діти, так і дорослі. Його розвивають всі європейські федерації американського футболу, як вид спорту, який допомагає гравцям освоїти складні технічні прийоми американського футболу, до автоматизму засвоїти тактичні комбінації, ігрові та рухові навички.



ПРАВИЛА:

Володіння м'ячем визначається жеребом (монета). Команда, що виграла жеребкування, атакує першою, а яка програла – вибирає сторону.

Команда, що програла жереб, отримує володіння м'ячем зі своєю 5-ти ярдової лінії на початку другої половини гри.

У цій грі немає кікоффа.

Команда, що володіє м'ячем, отримує право на атаку зі своєї 5-ти ярдів лінії і має чотири спроби для подолання половини поля. Після подолання середини поля команді дається ще чотири спроби занести тачдаун. Якщо ж команді не вдається набрати очки, то володіння м'ячем переходить до команди-суперника і вона починає свою атаку зі своєї 5-ти ярдів лінії. Автоматичний перший даун за порушення відмінняє правило чотирьох спроб для отримання першого дауна або набору очок. Якщо нападаючої команді не вдається подолати половину поля, то володіння м'ячем переходить до команди-суперника, яка починає атаку зі своєї 5-ти ярдів лінії.

Будь-яке володіння м'ячем, окрім перехвату, починається зі своєї 5-ти ярдів лінії.

Команди міняються сторонами після закінчення 20 хвилин.

Кількість гравців.

У Шкільних змаганнях команди складаються з 6 гравців (5 на поле і 1 запасний); або з 7 гравців, (5 на поле і 2 запасних) якщо в команді гравець жіночої статі.

В офіційних турнірах EFAF команди складаються з десяти гравців (5 на поле і 5 запасних).

Команди можуть грати не менше ніж з 4 гравцями (у випадку травми). Якщо в команді менш ніж 4 гравці, гра відмінюється, і команді зараховується поразка.

Час гри.

Гра триває 40 хвилин. (2 періоди по 20 хвилин в половині).

Час в грі не зупиняється, окрім останніх двох хвилин кожної половини, які називаються "двохвилинний напад". Якщо гравець з м'ячем вибіг в аут, час зупиняється; якщо пас не спійманий, час зупиняється - АЛЕ ЧАС НЕ ЗУПИНЯЄТЬСЯ ПІСЛЯ КОЖНОГО РОЗІГРАШУ. Тим самим, гравці вчаться як правильно керувати часом в американському футболі.

Судді в праві зупинити час на свій розсуд.

У разі нічиєї, грається овертайм. Період між закінченням основного часу гри та початком овертайму складає 2 хвилини.

- У Шкільних змаганнях, команда, що виграла жеребкування, починає володіння м'ячем зі своєю 5-ти ярдів лінії. Команди грають за правилами до тих пір, поки одна з них набере очки.

- У змаганнях EFAF, команда, що виграла жеребкування, починає володіння м'ячем з середини поля. Кожній команді дається 4 спроби набрати очки. Якщо рахунок як і раніше рівний після того як команди використовували свої спроби, їм ще раз дається по 4 спроби набрати очки. Окуляри після тачдаун набираються згідно з правилами основного часу. Якщо після 2-х спроб рахунок як і раніше рівний, командам даються спроби для набору очок з 12-ти ярдів лінії. Перехід спроби зупиняє право володіння м'ячем.

Після установки суддею м'яча, у команди є 30 секунд для розіграшу.

У кожної команди є два 60-ти секундних тайм-аута в кожній половині. Їх не можна залишати в іншу половину або переносити в овертайм.

Тайм-аут може взяти тільки головний тренер або гравець, який перебуває на поле. Під час тайм-аута час гри зупиняється.

Час зупиняється для попередження команд про 2-х хвилинному напад (час на відпочинок не дається).

Час між половинами становить 2 хвилини.

Час запускається по відриву м'яча.

Набір очок:

Тачдаун: 6 очок.

Очки після тачдаун: 1 очко (розіграш з середини 5-ти ярдів лінії).

Очки після тачдаун: 2 очка (розіграш з середини 12-ти ярдів лінії).

Сефті: 2 очка.

Увага: У випадку перехоплення і занесення м'яча в залікову зону суперника під час розіграшу очок після тачдауна, захист заробляє 2 очка, плюс володіння м'ячем зі своєю 5-ти ярдової лінії.

Винесення.

Для початку розіграшу м'яч повинен бути відданий між ногами снопера.

Центр - гравець, який віддає м'яч квотербеку через СНЕП. Центр не може отримати м'яч від квотербека з рук в руки (не можна грати центр sneak).

Квотербек - гравець, який отримує м'яч від центру.

Квотербек з м'ячем не може перетинати лінію розіграшу до тих пір, поки не вкладе або відкине м'яч іншому гравцеві, який в свою чергу поверне м'яч квотербеку.

Напад може скільки завгодно разів передавати м'яч з рук в руки до лінії скрімеджа. Дозволені лише панелі назад і збоку.

- Відкидки дозволені до лінії скрімеджа і вважаються виносними комбінаціями.

- Після того, як гравець перетнув лінію скрімеджа, він не може вкласти, відкинути м'яч або віддати кому-небудь пас.

- «Не бігові зони" починаються за 5 ярдів до залікової зони. Якщо м'яч встановлений на 5-ти ярдову лінію до залікової зони або всередині неї, команда, що володіє м'ячем, не має права грати виносну комбінацію.

- Гравець, який отримав м'яч за допомогою вкладки або відкидки, може віддати пас вперед сам, не перетинаючи лінію скрімеджа.

- Всі гравці захисту можуть перетинати лінію скрімеджа після того як сталася вкладка або відкидка м'яча у команди нападу; або був показаний фейк

на відкидку або вкладку.

- Вертушки дозволені, але гравець з м'ячем не може «пробивати» гравця захисту та стрибати вперед (нирки заборонені).

- М'яч встановлюється на точку, де знаходилися ноги гравця в той час, як був висмикнуть прапор, а не на точку де знаходився м'яч.

Прийом м'яча.

- Всі гравці можуть ловити м'яч (в тому числі і квотербек, якщо він вклав або відкинув м'яч іншому гравцеві до лінії скрімеджа).

- Як і в американському футболі, один гравець може робити моушен, але не можна робити моушен, якщо під час Снеп дію йде вперед до залікової зони суперника.

- Гравець повинен як мінімум знаходитись одною ногою в поле під час прийому м'яча.

Пас.

- Гравець може «стріляти» на квотербека з 7-ми ярдів лінії.

- У квотербека є 7 секунд для пасу. Якщо протягом семи секунд пас не був відданий, гра зупиняється, відбувається втрата спроби і м'яч встановлюється на точку попереднього розіграшу.

- За одну спробу можна зробити тільки один пас вперед, якщо пасуючий НЕ перетнув лінію скрімеджа.

- Після перехоплення м'яча переходить до команди, перехопила м'яч.

- Команда захисту може занести тачдаун з перехоплення.

- Якщо перехоплення стався в заліковій зоні і був висмикнуть прапор, гра зупиняється, і право володіння м'ячем переходить до команди, перехопила м'яч зі своєї 5-ти ярдів лінії. Якщо перехоплення стався в заліковій зоні і гравець, що перехопив м'яч, покинув залікову зону, то м'яч буде встановлений на точку, де гравець буде зупинений. Однак, якщо гравець, що перехопив м'яч, покинув залікову зону, і назад вбіг, і у нього в цей момент був висмикнуть прапор, гра зупиняється, зараховується сефті.

Зупинка гри.

Заміни можна робити під час зупинки гри.

- Гра зупиняється коли:

- пролунав свисток судді

- прапор гравця висмикнуть або став нелегальним

- команда набрала очки

- будь-яка частина тіла гравця торкнулася землі, крім ступні або руки

• Якщо прапор гравця з м'ячем впав на землю, гра зупиняється свистком судді і м'яч встановлюється на точку падіння прапора.

• Гравці не мають права ловити або отримувати м'яч через вкладку або тосс якщо їх прапор впав на землю.

Увага: У цій грі немає фамблів. М'яч встановлюється на точку, де гравець його впустив. Якщо фамбл стався під час снепа, м'яч встановлюється на лінію скрімеджа.

Бліц на квотербека.

• Гравці, які бліц на квотербека повинні знаходитися як мінімум в семи ярдів від лінії скрімеджа в момент снепа. Будь-яка кількість гравців може бліцевать. Гравці, які не бліц на квотербека, можуть перебувати на лінії скрімеджа. Після того, як сталася вкладка м'яча або Откідка, або був фейк на вкладку або откідку, правило 7-ми ярдів перестає діяти і будь-який гравець захисту може перетнути лінію скрімеджа. Спеціальний маркер або суддя буде позначати 7-ми ярдову лінію.

Блокування і захоплення заборонені.

Неспортивна поведінка.

• Якщо рефері засвідчить будь-які скандальні дії, захоплення, штовхання, удари по хворих місць, блокування або будь-неспортивну поведінку, то гра зупиняється, і гравець видаляється до кінця турніру.

Брудна гра неприпустима.

• Заборонені нецензурні вирази. (Так - же сюди входить: розмови з суддею, образа гравців команди - супротивника або глядачів). Судді визначають що є нецензурним виразом. Якщо суддя визначив нецензурне висловлювання, він виносить перше попередження. Якщо ситуація повторилася - гравець, або гравці видаляються з поля до кінця гри.

Порушення.

• Всі порушення штрафуються 5 ярдами. Спроба буде переграла, якщо не передбачено інше, і порушення відраховано від лінії скрімеджа.

• Від усіх порушень команди - супернику можна відмовитися, за винятком фальц - старту (dead ball foul).

• Штрафи не будуть перевищувати половину відстані до залікової зони суперника в разі, якщо атакуюча команда знаходиться в зоні goal line.

• Судді вирішують, що є непередбачуваним контактом, який може

послідувати після звичайного бігу з м'ячем, а що цим не є.

- Тільки капітан команди та головний тренер можуть запитувати суддю про порушення та його трактування. Гравці і тренери не в праві ставити подібні питання суддівській бригаді.

- Гра не може закінчитися на порушення захисту; але може, якщо напад відмовляється від порушення.

- Порушення після перехоплення штрафуються з точки перехоплення після зупинки гри. Якщо перехоплення стався в заліковій зоні, порушення відраховується з 5-ти ярдів лінії команди нападу.

Порушення в захисті.

- Офсайд - 5 ярдів.

- Неправильна заміна - 5 ярдів (гравець вийшов на поле після того, як команда нападу встала на лінію скрімеджа, в тому числі спеціально для введення нападу в замішання, або 6 чоловік на поле).

- Симуляція сигналів - 5 ярдів (сигнали, які збивають з пантелику / симулюють сигнали нападу до снепа)

- Спроба вибити м'яч під час снепа - 5 ярдів.

- Нелегальний бліц - 5 ярдів (початок бліцу ближче 7-ми ярдів маркера).

- Інтерференція - 5 ярдів і автоматично перший даун.

- Нелегальний контакт - 5 ярдів і автоматично перший даун (захват за майку, блокування і т.д.)

- Нелегальне висмикування прапора - 5 ярдів і автоматично перший даун. (Перед тим, як приймаюче зловив м'яч).

Порушення нападу.

- Захист прапора - 5 ярдів.

- Затримка гри - 5 ярдів.

- Неправильна заміна - 5 ярдів.

- Нелегальний моушен - 5 ярдів. (Рух більш ніж одного гравця і т.д.).

- Фальц - старт - 5 ярдів (не можна відмовитися).

- Нелегальний сноп - 5 ярдів.

- Нелегальний шифт або пауза менше 1 секунди - 5 ярдів.

- Захоплення за майку - 5 ярдів.

- Нирок / Стрибок - 5 ярдів.

- Гравець знаходиться в ауті - 5 ярдів. (Якщо гравець вийшов в аут, він не може повернутися під час даного розіграшу в поле і ловити м'яч).

- Нелегальний пас вперед - 5 ярдів і втрата дауна. (Другий пас вперед або пас вперед після перетину лінії скрімеджа).

- Інтерференція пасу з боку нападу - 5 ярдів і втрата дауна (відштовхування захисника).

- Винесення в «не біговій зоні» - втрата спроби з місця колишнього розіграшу.

Система визначення переможця.

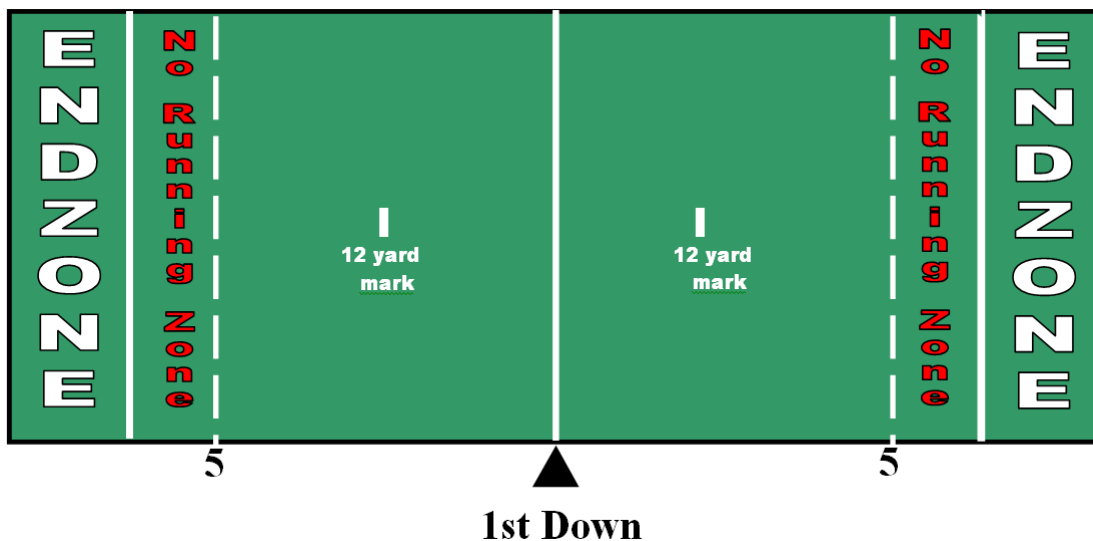
- - результат особистої зустрічі
- різниця набраних - пропущених очок
- грати овертайм

Форма.

- Не можна грати в шоломі або каркасі.
- Бутси дозволені, але з гумовими шипами. Обов'язкова перевірка.
- Всі гравці, без винятку, повинні використовувати капи.
- Протягом всього турніру гравці повинні бути в офіційних ігрових майках.

Увага: Немає початкового удару, і все блокування заборонені.

Розмітка поля.



Вимірювання поля.

- Міжнародні змагання NFL або EFAF - розмір поля 30 x 60 ярдів, включаючи 10-ти ярдові тачдаун.

- В інших змаганнях розмір поля може бути змінений, але не повинен виходити за рамки:

- Довжина: від 60 до 80 ярдів

- Ширина: від 20 до 30 ярдів
- Залікові зони: максимум 10 ярдів, мінімум 7 ярдів в глибину
- Не бігові зони повинні бути відзначені 5-и ярдовою лінією від кожної залікової зони.

2.34. ФУТЗАЛ (АМФ)

Футзал командна гра з м'ячем у спортивному залі за правилами, близькими до футболу.

Змагання проводяться під егідою ФІФА. У російськомовних країнах цей вид спорту часто називають **міні-футболом** (на відміну від футзала АМФ, який зазвичай називають футболом в залах або просто футзалом).

Історія футзалу

Футзал веде відлік з початку 1930-х років в Монтевідео (Уругвай) завдяки старанням Хуана Карлоса Серіані (Juan Carlos Ceriani). Перша континентальна федерація (Південноамериканська конфедерація футболу в залі – la Confederaciyn Sudamericana de Fútbol de Salyn) була утворена в місті Парагвай.

У грудні 2002 року за ініціативою Панамериканської Конфедерації футзалу (la Confederaciyn Panamericana de Fútbol de Salyn – PANAFUTSAL) ревнивого захисника самобутності цього виду спорту була створена Всесвітня Асоціація Футзалу (Asociaciyn Mundial de Fútbol de Salyn – АМФ).

Ця організація, під головуванням парагвайського лідера Роландо Аларкона Ріоса (Rolando Alarcyn Rnos), заснована на базі всіх країн Америки, що практикують футбол в залі більше, ніж інші країни, покликана захищати інтереси футболу в залі і регулювати правила і дух змагань з цього виду спорту у всіх куточках планети.

Акт установи АМФ був підписаний представниками 24 країн, які вибрали першого директора і заснували календар змагань на 2003 рік, даючи продовження змаганням, що вже існують в світі, і створюючи нові.

Футзал сьогодні сполучає плоди розквіту спортивної культури, як природний, незмінний і незалежний. З цієї причини в 1985 році в Мадриді для нього було прийнято використовувати слово «футзал».

Причини заперечення самобутності футзалу

Футзал неконтрольовано розвивався з другої половини ХХ століття в Південній Америці.

Самобутність і незалежність цієї дисципліни на підставі походження, розвитку і еволюції слід відносити до області футболу. Яскравим аналогічним прикладом є теніс і настільний теніс, де ITF (Federation the International of Tennis) ніколи не зв'язувалася з настільним тенісом, оскільки він є окремим

видом спорту, на відміну від ФІФА. У 1982 р. був проведений перший чемпіонат світу з футболу в залах.

У 1985 році був проведений другий чемпіонат світу під егідою FIFUSA (Federaciyn Internacional de Futbol de Salyn), у той час очолювана бразильцем Януаріо Д'алессіо Нетто (Januario D'Alessio Netto). Популярність футболу в залі росла. При цьому ФІФА тільки почала експерименти з їх видом спорту так званим лабораторним футболом 5, грубою копією футзалу.

Футзал є природним і самобутнім фактом. Футбол прагне упровадити гібрид – штучний вид спорту. ФІФА спробувала чинити економічний тиск на футбол в залі, зокрема, заборонивши використання слова «футбол» для футболу в залі. Через це на конгресі FIFUSA в 1985 році в Мадриді ухвалила рішення використовувати складене слово «fut-salt».

Трохи пізніше ФІФА отримала контроль і над цим словом. Парагвай, традиційний захисник незалежності футзалу, використовує для нього слово футзал відповідно до авторських прав і законів цієї країни, називаючи штучно нав'язаний ФІФА вид спорту «футбол 5».

FIFUSA і країни-члени PANAFUTSAL зустрілися з представниками ФІФА в Гватемалі та підтвердили на переговорах свою тверду позицію незалежності.

В результаті того, що представниками не була досягнута угода, яка не ущемляла б інтересів футзалу і PANAFUTSAL – організації, яка символізує незалежність футзалу і захист його історичних інтересів, було вирішено створити світову асоціацію футзалу (Asociacion Mundial de Futbol de Salon AMF).

В Україні змагання з футзалу проходять під керівництвом Всеукраїнської спілки громадських організацій «Асоціація футзалу України». Для нашої країни це доволі популярний та розвинений вид спорту, чоловічі змагання проводяться в трьох лігах (Екстра, перша та друга), регулярно відбувається змагання на Кубок України, а також проводяться чемпіонат країни серед жіночих команд і змагання шкільної футзальної ліги України.

Українські спортсмени успішно виступають у всіх міжнародних змаганнях, про що свідчить п'ята позиція збірної чоловічої команди в рейтингу УЄФА.

Основні правила гри

Гра ведеться на майданчику завдовжки від 25 до 42 м і шириною від 16 до 25 м. Всі лінії мають ширину 8 см. На ігровий майданчик наносяться лінії штрафної площі (6 м), позначка 10-ти метрового удару, кутові сектори ($R=25$ см).

Тривалість матчу — 2 тайми по 20 хвилин «чистого» часу з перервою не більше 15 хв. Використовується м'яч менших розмірів, чим при грі у футбол на траві. Вага м'яча 400-440 г. Крім того, у м'яча декілька інші фізичні характеристики: зокрема, відскік м'яча значно менший, ніж у м'яча, використовуваного у «великому» футболі. Грають 2 команди по 5 гравців (4 польових і воротар). Максимальна кількість запасних — десять гравців. Заміни польових гравців проводяться по ходу матчу, а воротарів тільки під час зупинки гри, і, на відміну від футболу, їх число не обмежене. Гра не починається, якщо склад команди менше 3-х гравців і припиняється, якщо на майданчику залишилося менше 3-х гравців.

Команди мають право на одну хвилинну перерву в кожному таймі (тайм-аут).

На боці поля, де розташовуються місця для запасних гравців відзначається "зона заміни". Довжина лінії 5 м, позначається відрізками лінії шириною 8 см і довжиною 80 см, з яких 40 см проводиться на майданчику і 40 см за його межами. Простір перед хронометристом (по 5 м в сторони від середньої лінії) має бути вільним.

Розмір воріт складає 3 на 2 м.

Польовим гравцям дозволено грати будь-якою частиною тіла, окрім рук. Завдання – забити гол у ворота суперника.

При використанні стандартних положень дотримується 3-метрова відстань. З-за бічної лінії м'яч вводиться ударом ноги. Гол, забитий у ворота безпосередньо з бічної лінії, не зараховується.

Кутовий удар виконується по нерухомому м'ячу, який установлюється точно на місці перетину лінії воріт і бічної лінії.

За порушення правил у межах штрафного майданчика (окрім випадку, коли призначається вільний удар) призначається штрафний 6-ти метровий удар. Під час виконання 6-ти метрового штрафного удару гравці обох команд (окрім гравця, що виконує удар) розташовуються на відстані 5-ти метрів від позначки, а воротар на лінії воріт.

У випадку, коли суддя зафіксує порушення правил, яка належить до вільного удару, в межах штрафного майданчика, м'яч установлюється у найближчому місці лінії штрафного майданчика, тобто на відстані 6 м від воріт.

Удар від воріт виконується вкиданням м'яча воротарем рукою. Воротар має знаходитись у штрафному майданчику, а м'яч не можна вкидати за середню лінію (покарання: вільний удар з того місця, де м'яч перетнув середню лінію). Якщо воротар викине м'яч, а потім отримує його від партнера (якщо при цьому м'яч не перетинав середню лінію чи його не торкнувся гравець іншої команди) і зіграє руками, то він буде покараний вільним ударом. Будь-який удар має бути виконаний протягом 4 с, інакше право на виконання удару переходить до протилежної команди.

Правило "поза грою" не діє.

Гру обслуговує два судді - головний суддя і суддя на лінії. Змагання з футболу, особливо у школах, можуть проходити дещо за зміненими правилами. Це насамперед стосується розмірів ігрового майданчика (може використовуватись прямокутник довжиною 18-60 м і завширшки 9-35 м, довжина повинна бути більша, ніж ширина) і тривалості гри (залежно від віку учасників тривалість гри може бути від 30 до 50 хв., а перерва для відпочинку – 5-10 хв.).

Якщо гра проводиться в залі чи на хокейному майданчику, в боротьбі за м'яч заборонено триматись за стінку або за борт. М'яч, що торкнеться стелі чи стіни залу і відскочить у поле, вважається у грі. Іноді приймається рішення вважати м'яч у грі і тоді, коли він відскочить від стіни чи борта, які розташовані за воротами, але про це має бути заздалегідь зроблене застереження у положенні про змагання.

Найбільша відмінність від футболу в тактиці гри. Менші розміри майданчика, обмежена кількість гравців, а також набагато менша «контактність» гри (у порівнянні з футболом, заборонені, наприклад, підкати) зумовлюють тактику гри, більше схожу на тактику гри інших зальних видів спорту (таких, як гандбол). В більшості випадків команди грають «один в один», тобто кожен польовий гравець контролює дії гравця протилежної команди. Також обмежена кількість гравців передбачає, що будь-який гравець бере участь як в атаці, так і в обороні. Останній чинник є причиною за якою гравці, що відбулися у футболі, як правило, не можуть адаптуватися у футзалі.

2.35. ХОКЕЙ

Хокей (англ. *Hockey*) — види спорту, в яких дві команди прагнуть уразити твердим круглим м'ячем або шайбою ворота суперника, використовуючи клюшки. У кожній команді є один, який захищає ворота своєї команди.

Хокей підрозділяється на види:



Хокей з шайбою – грається на льоду з маленьким (168-грамом) гумовим диском, званим шайбою. Найпопулярніший зі всіх видів хокею — зазвичай приставку «з шайбою» опускають. Батьківщиною вважається Канада. Популярний в Канаді, Росії, США, країнах Скандинавії, Чехії, Словаччині,

Германії, Швейцарії, Білорусії, Казахстані і Латвії.



Хокей з м'ячем (бенді, російський хокей) – грається на льоду з маленьким, твердим м'ячем. Понад усе популярний в Швеції, Фінляндії, Росії і Норвегії.



Хокей на траві – грається на трав'яному (або штучному) покритті маленьким, твердим м'ячем. Популярний в Австралії, Індії, Пакистані і Малайзії.

Індорхокей — аналог хокею на траві, що грається на майданчику для гандболу.



Рінк-бенді — хокей з м'ячем, який проводиться на майданчику хокею з шайбою (міні-хокей з м'ячем) на роликових ковзанах.

Вертикальний хокей і Санний хокей — різновиди хокею для інвалідів.

Флорбол — хокей в залі, в який грають пластмасовими ключками і порожнистим пластмасовим м'ячем.

Шінті (англ. *shinty*) — командна спортивна гра з ключками і м'ячем (матчі проводяться на траві). Шінті — один з предків хокею з шайбою: шотландські емігранти в Канаді грали в нього на льоду у Віндзорі (Новій Шотландії) близько 1800 року.

У теперішній час змагання з шінті регулярно проводяться в Шотландії, є клуб в Лондоні. Останніми роками намітилося зростання інтересу до шінті в Північній Америці.

2.36. ХОКЕЙ З М'ЯЧЕМ

Хокей з м'ячем — зимня спортивна командна гра, яка проводиться на льодовому полі за участю двох команд (по десять польових гравців і одному воротарю в кожній). Всі гравці для переміщення по льоду використовують ковзани. Польові гравці, використовуючи ключки, намагаються закинути м'яч у



ворота іншої команди і при цьому не дозволити польовим гравцям протилежної команди зробити те ж саме. Ворота охороняють воротарі, які не користуються ключками. Тривалість гри обмежена за часом і перемагає команда, яка за час гри зуміла більше разів закинути м'яч у ворота суперника (забити гол).

Гра найбільш розповсюджена в Скандинавії і на пострадянському просторі, але також відома і популярна у цілій низці країн Західної і Східної Європи, Північної Америки і Азії.

Термін «хокей з м'ячем» є офіційним у Росії. В міжнародній практиці використовується термін «бенді». В Росії для позначення гри використовувався також неофіційний термін «російський хокей» (в якості альтернативи «канадському хокею», тобто хокею з шайбою), однак в теперішній час він використовується рідко.

У країнах, де ігри в хокей з м'ячем носять організований і регулярний характер, формуються відповідні федерації або асоціації (в том числі Федерація хокею з м'ячем Росії), об'єднані в Федерацію міжнародного бенді (Federation of International Bandy).

Хокей з м'ячем офіційно признаний Міжнародним олімпійським комітетом в якості зимового виду спорту, однак в офіційну програму Зимових Олімпійських ігор до теперішнього часу не входить (неофіційно хокей з м'ячем був представлений на VI Зимових Олімпійських іграх в Осло в 1952 р. в якості показової дисципліни).

Історія хокею з м'ячем

Ігри, які можна вважати попередниками хокею з м'ячем, можна знайти вже в глибокій давнині, практично у всьому світі. Ігри, в яких невеликий м'ячик ганяли палкою, були, судячи по всьому, відомі в Давньому Єгипті, Давній Греції, Давньому Римі, на Середньому Сході, в Японії і в Ацтекській імперії.

В епоху Середньовіччя на Британських островах з'явився цілий ряд ігор, подібних зимовому хокею з м'ячем і літньому хокею на траві — бенді у англійців, бендо у валлійців, шінті у шотландців і херлінг у ірландців. Наявність подібних ігор відмічена і в Росії.

Історія хокею з м'ячем у розумінні, близькому до сучасного, починається з першої половини XIX віку, коли бенді став вельми популярний в Англії. Англіїці довго очолювали розвиток світового бенді, і на рубіжі віків змогли захопити цим видом спорту жителів великого числа країн Західної Європи і Скандинавії. Інформація про перетворення англійцями народної забави у вид спорту, вірогідно вплинула і на те, що подібні процеси достатньо самостійно розвивалися і в Росії.

Венцем розвитку бенді рубежу віків став проведений в Швейцарії у 1913 р. Чемпіонат Європи з бенді. Однак, початок Першої світової війни надовго зупинив розвиток цього виду спорту.

Вимушена п'ятирічна перерва, взаємна ворожнеча, розпад цілої низки держав — все це призвело до того, що після світової війни «англійський» бенді, популярний в Європі, практично перестав існувати. На початку двадцятих років національні федерації, які залишилися були або розпущені (як у 1924 р. в Данії), або прийняли правила «канадського хокею» (як у 1922 р. в Угорщині). Лише австрійці продовжували регулярно грати в бенді, але й ті тільки до кінця

двадцятих років. Всупереч цієї тенденції, на період між світовими війнами прийшовся розквіт бенді в Прибалтиці, коли в Естонії і Латвії до середини тридцятих років проводилися регулярні чемпіонати. Лише в Скандинавії (Швеція, Норвегія, Фінляндія) і Росії бенді не переривав свою історію. До середини ХХ віку ці чотири країни залишилися єдиними, в яких цей вид спорту розвивався і залишався популярним. Однак, правила, які використовуються, з одного боку в Скандинавії, а з іншого боку в СРСР, в певній мірі розрізнялися (основними відмінностями були розміри воріт, наявність бортиків і дозвіл верхніх передач). Ці різниці стримували популяризацію бенді в інших країнах, не дивлячись на зусилля всіх чотирьох країн: Норвегія, наприклад, у 1952 р. настояла на включення у програму Зимніх Олімпійських ігор в Осло бенді в якості показового виду спорту. В 1955 р. стараннями всіх чотирьох країн правила бенді були уніфіковані, після чого у том ж році відбулася перша міжнародна зустріч за новими правилами між збірними СРСР і Швеції. Після створення Міжнародної Федерації Бенді (IBF) з 1957 р. регулярно проводяться Чемпіонати Світу. Погоджена робота чотирьох країн, спрямована на забезпечення стабільності і регулярності міжнародних ігор в бенді дала свої результати. В 1963 р. бенді був відроджений у Голландії, у 1988 р. — в Угорщині. Великим досягненням IBF стало проникання бенді в стан «канадського хокею»: з 1981 р. проводяться регулярні ігри в США, а з 1986 р. — в Канаді. З розпадом СРСР в орбіту міжнародного бенді втягнулися Казахстан, Білорусія, Естонія, Латвія і Киргизія. Проникання в Азію не вичерпалося тільки Казахстаном і Киргизією: на Чемпіонаті Світу 2006 р. в Швеції приймала участь і збірна Монголії.

Хокей з м'ячем з'явився в Англії — країні, відомій як родоначальниці футболу. Певно, за цієї причини, вже перший збірник правил, виданий у 1891 р. Національною асоціацією бенді, випробував серйозний вплив зі сторони футболу. У свою чергу, хокей з шайбою, який з'явився у більшості завдячуючи бенді, унаслідував від нього багато рис. В силу цих обставин, правила хокею з м'ячем утримує багато спільного з цими видами спорту. Зокрема, у всіх трьох командних видах спорту переможцем вважається команда, яка за час матчу зуміла забити більше голів у ворота суперника.

Найбільш цікаві ті аспекти хокею з м'ячем, в яких одні елементи взяті з футболу, а інші з хокею з шайбою. Наприклад, розмір поля для хокею з м'ячем аналогічний футбольному, але залитий льодом; гравці використовують ключки,

але ганяють цими ключками, нехай і не дуже маленький, але м'ячик; в якості покарання гравців використовується їх видалення на визначений ігровий час, але призначення покарання відбувається демонстрацією гравцю карточки відповідного кольору; в складі кожної команди на поле виходить 11 гравців, включаючи воротаря, але ці гравці можуть замінитися практично у будь-який момент і необмежену кількість разів.

Все ж, у хокеї з м'ячем більше рис, які ріднять його саме з футболом. Це, зокрема, стандартна тривалість матчу (два тайми по 45 хвилин), розвинута система стандартних положень (кутові, штрафні і вільні удари), положення «поза грою», заборона на гру руками для всіх польових гравців, і заборона на гру руками воротаря за межами штрафного майданчика.

Сучасний світовий бенді

Показником популярності бенді в світі цілком можна вважати те, що в чемпіонатах світу, що проводяться останнім часом щорічно, організатором яких виступає Федерація міжнародного бенді впродовж ряду років бере участь по дванадцять команд з Європи, Північної Америки і Азії. Найдавнішими учасниками цього турніру є Росія (СРСР), Швеція і Фінляндія, що брали участь у всіх чемпіонатах, починаючи з 1957 р. З другого чемпіонату бере участь в турнірах і збірна Норвегії. З 1985 р. регулярно направляють свою збірну на чемпіонати світу Сполучені Штати Америки. З 1991 р. в чемпіонатах виступають збірні Нідерландів, Канади і Угорщини, з 1995 р. — команда Казахстану, з 2001 р. — Білорусії, з 2003 р. — Естонії, з 2006 р. — Монголії, з 2007 р. — Латвії.

Результати останніх чемпіонатів світу дозволяють говорити про те, що в світовому бенді сформована своєрідна «табелі про ранги». Сильними збірними є російська і шведська. При певних обставинах конкуренцію їм може скласти команда Фінляндія, що вже має в своєму активі титул чемпіона світу. Ці збірні, а також збірна Казахстану, що двічі завойовувала «бронзу», і збірна Норвегії формують «велику п'ятірку» сильних команд світу. Право грати на чемпіонаті світу в престижній групі А, що складається з шести збірних, останні декілька років оспорує один у одного збірні Білорусії і США. Із збірних, що залишилися, сильною вважалася збірна Канади, але коли в 2007 р. ця команда з фінансових причин не змогла прибути на чемпіонат, її місце і на чемпіонаті і в «табелі про ранги» зайняла молода і амбітна команда Латвії. Збірні Голландії, Угорщини, Естонії і Монголії серйозно протистояти іншим командам поки не

можуть, але матчі, що проводяться ними один з одним, завжди дуже принципові та цікаві.

Окрім країн, збірні яких беруть участь у чемпіонатах світу, у Федерації міжнародного бенді (FIB) представлені також Киргизія, Індія, Італія, Польща, Австралія, Ірландія, Сербія і Швейцарія. У 2008 році членами федерації стали Україна, Литва, Армения і Аргентина.

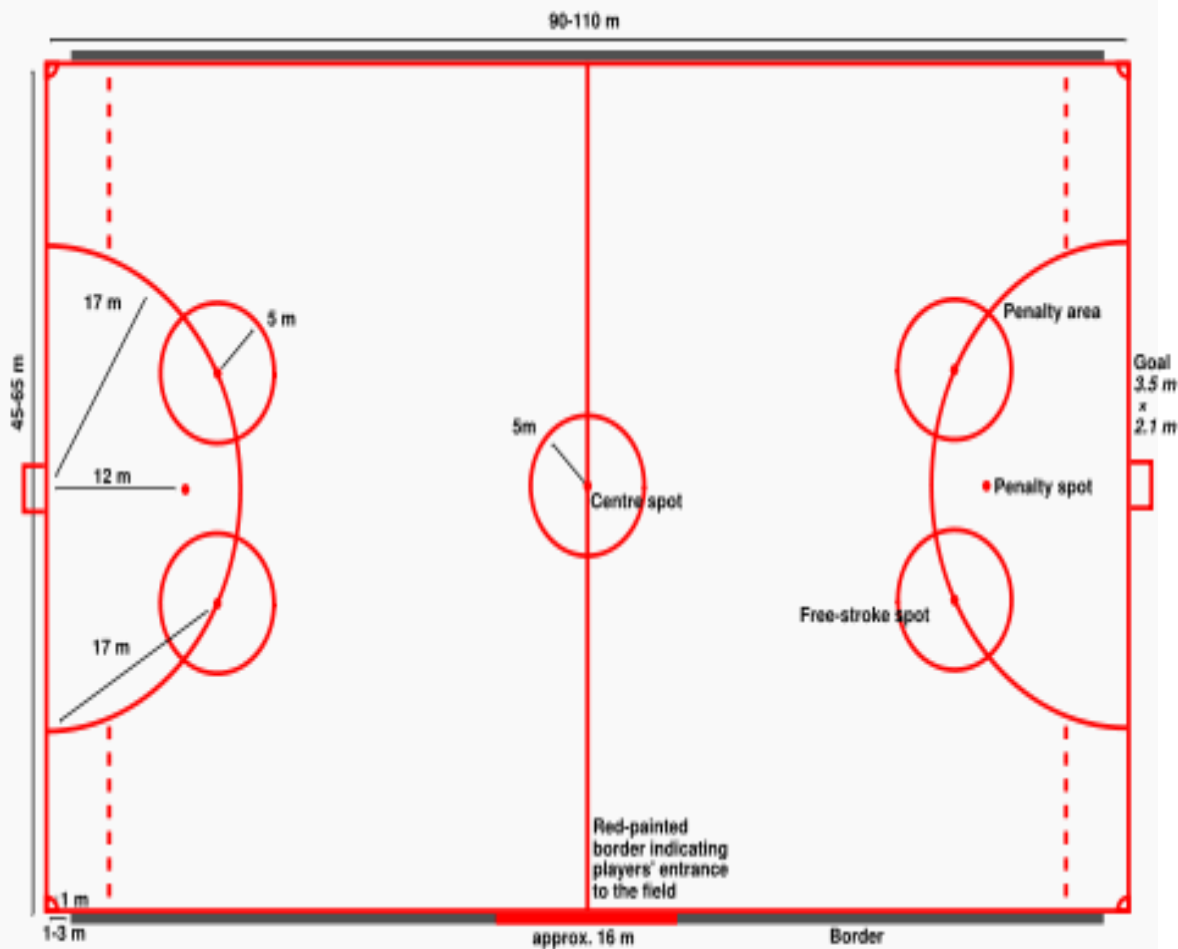
В хокеї з м'ячем окрім турнірів національних збірних, також проводяться міжнародні турніри серед клубних команд. Найпрестижнішим з них є Кубок світу з хокею з м'ячем, що щорічно проводиться в Швеції. Важливе значення має також Кубок європейських чемпіонів. Проводиться і цілий ряд комерційних турнірів, найвідоміший з яких Кубок чемпіонів (Champions Cup).

Правила хокею з м'ячем

Перше зведення правил гри в хокеї з м'ячем, як уже згадувалося раніше, був виданий у 1891 р. при створенні в Англії Національної асоціації бенді. У 1897 р. в Росії з'являється власний варіант правил, розроблений Петром Москвіним. До 1907 р. власний варіант правил гри був прийнятий в Швеції. До середини ХХ століття у дії залишалися російські (що використовувалися в СРСР) і шведські (що застосовувалися в Швеції, Фінляндії і Норвегії) варіанти правил. У 1955 р. два варіанти було повністю уніфіковано, і саме ця версія використовується у всьому світі.

Поле для гри. За розмірами поле для хокею з м'ячем практично ідентично футбольному, і є прямокутним майданчиком завдовжки 90 – 110 і шириною 50 – 70 метрів, залите льодом.

Розмітка поля різко відрізняється від розмітки футбольних полів або майданчиків для хокею з шайбою. Нанесені червоною суцільною фарбою лінії і кола відзначають кромки і середню лінію поля, центральне коло, півколо штрафної площі (з колами для установки гравців при здійсненні вільних ударів), і сегменти кутових секторів. На майданчику позначаються точки центру поля і точки для здійснення штрафних ударів. Окрім цього, для правильного розташування гравців при завданні кутових ударів на полі наноситься пунктирна лінія, паралельна лінії воріт. У кутках поля і з обох сторін середньої лінії виставляються прапорці. У бічних кромках поля встановлюються рухомі борти заввишки 12 – 18 см, верх яких повинен мати захисний прошарок з гуми або поролону.



Стандартні розмітка і розміри поля для хокею з м'ячем

Інвентар. Ворота виготовляються з дерев'яних брусків або обшитих дерев'яними планками металевих труб. Внутрішні розміри воріт складають 210 см у висоту і 350 см у ширину. Для стійкості до воріт кріпляться бічні і задні рами. Окрім сітки на бічній і задній кромці воріт, усередині воріт на невеликій відстані від кромки поля підвішується сітка, яка вільно спадає на лід. Ворота повинні бути стійкими, але рухомими – вморожувати стійки воріт в лід правилами заборонено.

Ключка, яка використовується в хокеї з м'ячем, формою відрізняється від



прийнятих в хокеї з шайбою, – кривий на ключках для хокею з м'ячем вигнутий, а не прямий. Ключки складаються з ручки і

крюка, довжина ключки по зовнішній стороні згину не перевищує 125 см, а ширина крюка не може бути більше 6,5 см. Вага ключки не перевищує 450 грам.

М'яч для гри. Використовується маленький м'ячик діаметром приблизно 63 мм і вагою близько 60 грам. Правила вимагають, щоб м'яч був забарвлений в яскравий колір. Протягом довгого часу в Росії використовувалися м'ячі помаранчевого кольору (саме цій обставині зобов'язаний своєю появою неофіційний термін «помаранчевий град» - ситуація, коли в ході гри одна з команд забила у ворота іншій десять або більше м'ячів; хоча цей показник не дає команді ніяких турнірних переваг, «помаранчевий град» для уболівальників служить показником високого класу команди і є дуже престижним), в наш час частіше використовуються малинові м'ячі (серед уболівальників існує думка, що використання цього кольору зручніше для телевізійних трансляцій ігор з хокею з м'ячем, втім, ця думка офіційно ніким не підтверджена). Крім того, протягом довгого часу в СРСР використовувалися м'ячі, в яких тверда серцевина поміщалася в пружне плетення, завдяки чому змагання дитячих команд, що проводилися в Радянському Союзі, з хокею з м'ячем мали назву «Плетений м'яч».

Склад команд. Кожна з команд, що бере участь у грі, за загальним правилом, повинна виставити на поле 11 гравців, включаючи воротаря. У хокеї з м'ячем широко застосовуються видалення гравців як покарання за допущені порушення правил, проте при цьому на полі у складі кожної з команд повинно залишатися не менше 7 гравців (якщо хтось з них порушить правила – застосовуються відкладені штрафи, коли новий порушник покидає поле тільки після повернення кого-небудь з видалених раніше гравців після відбуття штрафу). Як і в хокеї з шайбою, гравці можуть бути замінені у будь-який момент і необмежену кількість разів, але заміна повинна здійснюватися тільки в спеціально відведеній зоні у прапорця, що стоїть на краю центральної лінії і у присутності судді на полі або судді-секретаря.

Як і у футболі, *польові гравці* мають одне з трьох амплуа – захисник, півзахисник або нападаючий. Функція захисника – зупинити просування гравців іншої команди до воріт своєї команди. Функція нападаючих – просунувшись до воріт іншої команди, забити гол. Функція півзахисників – бути сполучною ланкою між обороною і нападом. Проте, ні самі амплуа, ні спеціальні повноваження гравців кожного амплуа, ні тим більше співвідношення присутніх на полі гравців кожного амплуа правилами не встановлене.

Правила хокею з м'ячем фіксують лише специфічний статус *воротаря*.

Воротар – єдиний гравець, який не використовує ключку. Воротар – єдиний гравець, що має право брати м'яч рукою (але тільки в межах своєї штрафної площі). Воротар – єдиний гравець, що має право грати, не тільки стоячи на ковзанах, але і здійснюючи падіння і стрибки на лід. Форма воротаря за своїм кольором повинна відрізнятися від форми польових гравців.

Правила також встановлюють, що у складі кожної команди повинен бути *капітан*, який наділений додатковими правами і обов'язками. Наприклад, капітан зобов'язаний виводити команду на поле і першим вітати гравців іншої команди і глядачів, і є єдиним гравцем команди, що має право просити пояснень у суддів (правила спеціально обумовлюють – «у ввічливій і коректній формі»). На лівій руці капітан повинен мати пов'язку, колір якої повинен бути контрастним по відношенню до кольору його форми.

Тривалість гри. Стандартна тривалість гри в хокеї з м'ячем ідентична прийнятій у футболі і складається з двох таймів по 45 хвилин з перервою тривалістю до 20 хвилин. Під час перерви команди міняються воротами. На відміну від хокею з шайбою, на періоди виведення м'яча з гри, хронометраж гри не припиняється: як і у футболі, втрачений час враховується суддею і додається після закінчення відповідного тайму. З цієї причини, як правило, після закінчення часу кожного тайму гра продовжується протягом часу, доданого арбітром. Правила містять цілий ряд випадків, коли тривалість гри відрізняється від стандартної:

- при грі юнацьких команд (15 – 16 років) гра складається з двох таймів по 35 хвилин, а при грі підліткових (13 – 14 років) – з двох таймів по 30 хвилин;

- у випадку, якщо гра йде на відкритому повітрі, і його температура складає нижче -35°C за рішенням головного судді гра (якщо за рішенням судді вона не відмінена зовсім) проводиться в три (по 30 хвилин) або чотири (з них два по 25 і два по 20 хвилин) тайми рівної тривалості з перервами по 10 або 15 хвилин;

- правила турніру, в рамках якого проводиться гра, можуть передбачати, що у випадку, якщо основний час закінчився внічию, проводиться додатковий тайм (20 або 30 хвилин), в середині якого команди міняються воротами (це характерно для кубкових ігор або ігор в турнірах «плей-офф»).

Гра. Гра починається з центра поля ударом ключкою по м'ячу в будь-якому напрямку. Влучення м'яча у ворота безпосередньо після початкового

удару не зараховується.

При початковому ударі гравці команди розташовуються на своїй половині поля. Після кожного забитого м'яча гра починається з центра поля.

При виході м'яча за межі поля гра поновлюється вільним ударом з місця перетину м'ячем бічної чи лицьової лінії (борта), що обмежує поле.

Якщо м'яч вийшов за лінію воріт гравця команди, що захищається, то кутовий удар не розігрується. М'яч у цьому випадку вводиться у гру нападаючою командою вільним ударом з місця виходу м'яча за лінію воріт, але не ближче 10 м від найближчого стояка воріт.

При розігравші спірного м'яча гравці протилежних команд стають на місці зупинки гри обличчям один до одного, спиною до своїх воріт і ставлять гаки ключок на лід збоку від м'яча. Гра починається за свистком судді.

У ході гри польові гравці ведуть м'яч ключкою, або з використанням ключки зупиняють м'яч, перепасовують його іншому гравцеві своєї команди (якщо вийде) або завдають удару у бік воріт суперника. Під час гри ключка не може підніматися вище за рівень плеча. Гравці можуть підігравати м'яч ковзаном, але тільки до своєї ключки або ключки партнера, і підігравати м'яч собі корпусом. Польові гравці не можуть грати рукою або головою. Їм заборонено грати лежачи, сидячи або стоячи на колінах. По м'ячу не можна завдавати ударів, якщо це пов'язано із спричиненням травми суперникові. В ході гри гравці не мають права ударяти або утримувати суперника, штовхати його або робити підніжки, кидати в суперника ключку або м'яч. Заборонені також удари по ключці суперника, або її підйом або притиснення до льоду.

Голом (офіційно в російських правилах використовується термін «узяття воріт») вважається ситуація, при якій м'яч повністю перетнув лінію воріт льодом або повітрям в межах створу воріт, за умови, що м'яч у цей момент знаходився у грі, і удар по ньому був проведений без порушення правил (зокрема, не був нанесений рукою, ногою, тулубом або головою), або не було допущено іншого порушення правил.

Поза грою. Як і у футболі, в хокеї з м'ячем важливе значення має положення «поза грою». За аналогією з футболістом, гравець вважається таким, що знаходиться поза грою, якщо у момент удару по м'ячу іншим гравцем своєї команди він знаходився ближче до лінії воріт суперника, чим м'яч. Як і у футболі, навіть в цьому випадку гравець вважається таким, що не вийшов з гри, якщо:

- між ним і лінією воріт суперника знаходилися не менше двох гравців суперника;

- він знаходився на своїй половині поля;

- останнім м'яча торкнувся гравець суперника;

- гравець приймав м'яч безпосередньо після спірного удару.

Правило «поза грою» діє як в ігрових епізодах, так і при виконанні вільних, бічних або штрафних ударів. Якщо суддя вважає, що гравець, знаходячись поза грою, вплинув на гру, перешкодив суперникові або спробував отримати перевагу від того, що він знаходиться поза грою, призначається вільний удар.

Покарання. При порушенні правил в хокеї з м'ячем застосовується ціла система покарань, що включає попередження, видалення гравця на п'ять або десять хвилин, видалення гравця до кінця гри, вільний і штрафний удари.

Попередження може бути застосоване суддею за допущене вперше протягом матчу сперечання з суддею, вихід на поле без дозволу судді в полі або судді-секретаря, симуляцію або затягування часу гри. У разі повторного такого порушення гравець видаляється. Втім, суддя і вперше має право замість попередження застосувати видалення.

Видалення на п'ять хвилин (біла картка) призначається за грубе порушення правил, не пов'язане з безпосереднім контактом з суперником (наприклад, за удар по ключці суперника, за гру лежачи, за гру високо піднятою або зламанною ключкою).

Видалення на десять хвилин (синя картка) служить покаранням за порушення правил, пов'язане з контактом з суперником (підніжка, зачіп суперника ключкою, поштовх на борт і так далі), і за неспортивну поведінку (включаючи, наприклад, сперечання з арбітром, нецензурну лайку, кидок ключки або рукавички в м'яч, втручання в дії суддів).

Видалення до кінця гри (червона картка) призначаються за особливо грубі порушення (наприклад, кидок ключки в суперника, суддю або глядачів, образа суддів або глядачів, навмисна груба гра, зокрема з нанесення суперникові травми, обопільна бійка), а також за повторні порушення – за сперечання з суддею гравця, що раніше видалявся на 5 або 10 хвилин, а також за третє (для воротарів – друге, якщо не закінчився час першого) видалення в ході гри.

Вільний удар призначається за більшість технічних порушень, грубу гру і

недисциплінованість, якщо ці обставини мали місце за межами штрафного майданчика (втім, суддя може вважати, що вільним ударом може бути покарано і порушення в штрафній площі, якщо визнає це порушення не таким небезпечним, щоб призначати штрафний удар).

Штрафний удар (дванадцятиметровий) призначається за технічні порушення і грубу гру в своєму штрафному майданчику.

Призначення будь-якого з покарань здійснюється після негайної зупинки гри. Як і в інших ігрових видах спорту, суддя не зобов'язаний зупиняти гру, якщо порушення було допущене командою, що оборонялася, і не призвело до зупинки нападу (тобто, якщо зберігається можливість удару атакуючої команди у ворота тих, що захищаються), тобто, якщо зупинка для призначення покарання може дати перевагу тій команді, що порушила правила.

Стандартні положення. Окрім описаних вище вільних і штрафних ударів, які служать формою покарання за порушення правил, в хокеї з м'ячем активно використовуються *кутові удари*, що проводяться нападаючою командою у випадку виходу м'яча за межі поля через лінію воріт від гравців команди, що обороняється.

Вільний удар проводиться з тієї точки, в якій було допущено порушення правил, а якщо воно було допущено в штрафному майданчику – то із спеціально позначеної на полі точки на краю штрафної площі (17 метрів від воріт). Під час здійснення вільного удару гравці суперника не можуть знаходитися ближче, ніж в п'яти метрах від точки пробиття удару (щоб уникнути суперечок при ударі з точки на краю штрафної лінії, на полі наноситься коло діаметром 5 метрів). Вільний удар може проводитися в будь-якому напрямі. Гравець, що пробив вільний удар, не може торкнутися м'яча повторно, якщо до нього м'яча не торкнувся будь-який інший гравець. М'яч, забитий безпосередньо з вільного удару, зараховується.

Штрафний удар проводиться із спеціально позначеної на полі точки в 12 метрах від центру воріт. До моменту удару всі гравці обох команд (окрім польового гравця, що пробиває і воротаря, що захищає ворота) повинні знаходитися поза штрафним майданчиком; при порушенні цього правила гравцями команди, що захищається, штрафний удар пробивається повторно. Штрафний удар повинен проводитися у бік воріт. Гравець, що пробив удар, не має права повторно торкнутися м'яча, поки його не торкнеться будь-який інший

гравець. М'яч, забитий безпосередньо з штрафного удару, зараховується.

Кутовий удар пробивається з кута поля. До моменту пробиття кутового удару гравці команди, що захищається, повинні знаходитися поза полем за лінією воріт і не ближче 5 метрів від кута поля (для забезпечення цього правила на полі нанесені сектори півкола з центром в кутку поля), а гравці нападаючої команди (окрім того, що пробиває) повинні знаходитися за межами штрафної площі суперника. М'яч, забитий безпосередньо з кутового удару (який часто помилково називають «сухий лист»), зараховується (таке рідко, але трапляється).

2.37. ХОКЕЙ З ШАЙБОЮ



Хокей з шайбою — спортивна гра, підвид хокею, що полягає в протиборстві двох команд, які, передаючи шайбу ключками, прагнуть закинути найбільшу кількість разів їх у ворота суперника і не пропустити в свої. Перемагає команда, що закинула найбільшу кількість шайб у ворота суперника.

Історія виникнення і розвитку

Поява хокею. Історія хокею з шайбою є однією з самих спірних серед всіх видів спорту. Традиційно місцем народження хокею вважався

Монреаль (хоча свіжіші дослідження указують на першість Кінгстон, Онтаріо або Нової Шотландії). Проте, на деяких голландських картинах XVI віку зображена безліч людей що грають на замерзлому каналі в схожу на хокей гру. Але, не дивлячись на це, батьківщиною сучасного хокею з шайбою вважається все-таки Канада.

Коли у 1763 році Великобританія відвоювала у Франції Канаду, солдати привезли з собою на цю землю хокей на траві. Оскільки канадські зими дуже суворі та довгі, то в цій місцевості завжди віталися зимові види спорту. Прикріплюючи різак для сира до своїх черевиків англо- і франкомовні канадці грали в цю гру на замерзлих річках, озерах і інших водоймищах. У Новій Шотландії та Вірджинії існують старовинні картини на яких зображені люди, що грають у хокей.

3 березня 1875 року в Монреалі на катку «Вікторія» був проведений

перший хокейний матч, інформація про який була зафіксована в монреальській газеті «Montreal Gazette». Команди склалися з дев'яти осіб. Грали дерев'яною шайбою, а захисну екіпіровку запозичили з бейсболу. Вперше на льоду поставили хокейні ворота.

У 1877 році декілька студентів монреальського університету Макгілла винайшли перші сім хокейних правил. У 1879 році зробили гумову шайбу. Через деякий час гра стала така популярна, що у 1883 році була представлена на щорічному монреальському Зимовому Карнавалі. У 1885 році в Монреалі була заснована Любительська Хокейна Асоціація.

Правила гри в хокей були вдосконалені, впорядковані та надруковані в 1886 році. Згідно ним кількість польових гравців зменшилася з дев'яти до семи, на льоду знаходилися воротар, передній і задній захисники, центральний і два нападаючих, а попереду по всій ширині поля діяв **ровер** (англ. *robber* — розбійник) — сильний хокеїст, що краще за всіх закидає шайби. Весь матч команда проводила в одному складі, і до кінця гри спортсмени буквально повзали по льоду від втоми, адже замінювати дозволялося лише того гравця, який отримав травму (в останньому періоді та лише з відома суперників). У тому ж році була проведена перша міжнародна зустріч між канадською й англійською командами.

У 1890 році в штаті Онтаріо пройшов чемпіонат для чотирьох команд. Незабаром з'явилися криті катки з природним льодом. Щоб він не танув, в стінах і дахах прорізали вузькі щілини для доступу холодного повітря. Перший каток з штучним льодом побудували в Монреалі в 1899 році.

Гра в хокей стала настільки популярною, що в 1893 році генерал-губернатор Канади лорд Фредерік Артур Стенлі придбав за 10 фунтів стерлінгів кубок, схожий на перевернену піраміду з сріблястих кілець, — для вручення чемпіонові країни. Так з'явився легендарний трофей — Кубок Стенлі. Спочатку за нього боролися любителі, а з 1910 року — і професіонали. З 1927 року Кубок Стенлі оспорюють тільки зірки Національної хокейної ліги.

У 1900 році на воротах з'явилася сітка. Завдяки цій новинці припинилися спори про те, забитий гол чи ні. Металевий свисток судді, від холоду що прилипав до губ, замінили дзвоником, а незабаром і пластмасовим свистком. Тоді ж ввели вкидання шайби (раніше суддя руками присував ключки суперників до лежачої на льоду шайби і, давши свисток, від'їжджав убік, щоб не отримати удар ключкою).

Перша професійна команда була організована в країні кленового листа в 1904 році. У цьому ж році хокеїсти перейшли до нової системи гри — «шість на шість». Був встановлений стандартний розмір майданчика — 56х26 м, який з тих пір мало змінився. Через чотири сезони відбулося повне розділення на «профі» і любителів. Для останніх заснували Кубок Алана, який розігрується з 1908 року. Його володарі згодом представляли Канаду на чемпіонатах світу.

На початку ХХ віку канадським хокеєм зацікавилися європейці. Конгрес у Парижі в 1908 році заснував Міжнародну Федерацію Хокею на льоду (ІХФ), що первинно об'єднала чотири країни — Бельгію, Францію, Великобританію і Швейцарію. У 1914 році виникла Канадська Хокейна Асоціація (КАХА), а у 1920 році вона стала членом Міжнародної Федерації.

Для підвищення видовища і швидкості гри у 1910 році дозволили заміну спортсменів. У цьому ж році виникла Національна Хокейна Асоціація, а звична для всіх НХЛ з'явилася лише в 1917 році.

Немало нововведень належить хокеїстам братам Петрік — Джеймсу, Крейгу і Лестеру (останній став відомим хокейним діячем). За їх ініціативою гравцям привласнили номери, очки нараховувалися не тільки за голи, але і за результативні передачі (система «гол плюс пас»), хокеїстам дозволили передавати шайбу вперед, а воротарям — відривати ковзани від льоду. Гра тривала три періоди по 20 хвилин кожен.

У 1911 році ІХФ офіційно затвердила канадські правила гри в хокей, а у 1920 році відбувся перший чемпіонат світу. У 1929 році воротар К.Бенедикт з «Монреаль Мерунз» вперше надів маску. У 1934 році узаконили штрафний кидок — булліт. У 1945 році за воротами встановили різноколірні ліхтарі для точнішого підрахунку закинутих шайб («червоний» означає гол, «зелений» — узяття воріт не зафіксоване). У цьому ж році було введено потрійне суддівство: головний суддя і два помічники (лайнсмени). У 1946 році була узаконена система суддівських жестів при конкретних порушеннях правил.

Великі арени в США і Канаді почали будувати ще в 30-х рр. ХХ ст. Так, в Чикаго в 1938 році з'явився Палац спорту на 15 тис. місць.

1920 рік ознаменувався першою зустріччю в офіційному турнірі Олімпійських Ігор команд Старого і Нового Світу. Канадці знов підтвердили свою славу сильних. Перемогли канадці і на чемпіонатах світу 1924 і 1928 рр. У 1936 році Великобританія виграє титул олімпійського чемпіону, відібравши його у канадців, які володіли їм 16 років.

Поява хокею в СРСР

У 1954 році дебютували на чемпіонатах світу радянські хокеїсти і відразу ж зайняли провідне положення в світовому хокеї. Вже перша зустріч з канадцами закінчилася перемогою радянських спортсменів — 7:2. Ця перемога принесла збірній СРСР перший титул чемпіона світу.

Ще на початку двадцятого століття ряд спортивних клубів робили спробу залучитися до нової гри і навіть утворили Всеросійський хокейний союз, який в 1911 році був прийнятий в члени, проте незабаром вибув з її складу, а потім розпався і сам.

Перша зустріч з цією грою відбулася в кінці 1932 року, коли в Москву приїхала команда німецького робочого союзу «Фіхте». Гості привезли з собою незнайомі радянським спортсменам ключки і шайби, незвичну амуніцію, запропонувавши господарям провести декілька товариських ігор. Першими відгукнулися хокеїсти Центрального Будинку Червоної Армії. Майстри російського хокею, тільки познайомившись з шайбою, виявилися сильнішими. Канадська гра тоді, проте, не прижилася, хоча інвентар, що залишився після візиту «Фіхте» використовувався ще якийсь час як навчальний посібник в Центральному інституті фізкультури. І саме студенти Московського інституту фізкультури в лютому 1946 року провели на стадіоні «Динамо» показові ігри з хокею з шайбою, за 9 місяців до всесоюзної хокейної прем'єри.

Днем народження хокею у Росії вважається 22 грудня, коли в Москві, Ленінграді, Ризі, Каунасі та Архангельську були зіграні перші матчі першого чемпіонату СРСР з хокею з шайбою. Сьогодні не можна згадувати без усмішки, наприклад, неосяжні шаровари гравців, ніякові спроби хокеїстів кидком підняти шайбу в повітря, страждання воротарів, обтяжених важкою, неподатливою ключкою, лаву штрафників, що прозвали і «карцером», і «кліткою», і «лобовим місцем». Вражає і мужність хокеїстів, що виступали без жодного захисного спорядження. Стійко тримали піонери хокею і удари від партійних ідеологів, що називали нову гру і примітивною, і шкідливою для здоров'я, і навіть чужою за духом радянським людям.

Всупереч тому, від матчу до матчу число глядачів на трибунах постійно росло. Налагоджувалося і хокейне господарство. З ватників в господарстві призвичаїлися шити захисне спорядження, хокейні труси. Воротарі наділи боксерські, а польові гравці — велосипедні шоломи. Канадський хокей на російській землі узяв від футболу смак до гри в пас, пристрасть до

багатоходових комбінацій, а від хокею з м'ячем — космічні швидкості, віртуозне володіння ковзанами.

Навесні 1953 року на конгресі ЛІХГ радянська хокейна федерація була прийнята в члени цієї міжнародної організації. А через рік у 1954 році у Стокгольмі вітчизняний хокей підкорив світову хокейну вершину. Справжніми героями того турніру стали воротарі Микола Пучков і Григорій Мкртчян, захисники Альфред Кучевський, Дмитро Уколов, Олександр Виноградов, Павло Жибуртович, Генрих Сидоренков, нападаючі Всеволод Бобров, Віктор Шувалов, Олексій Гуришев, Юрій Крилов, Михайло Бичків, Олександр Уваров, Валентин Кузін, Євген Бабич, Микола Хлистов, Олександр Комаров. Практично цей же склад завоював через 2 роки і олімпійське золото.

Наступне покоління радянських майстрів хокею підхопило і з успіхом пронесло цю переможну естафету. У 60-і роки у складі збірної СРСР блищали такі видатні майстри, як Віктор Коноваленко, Констянтин Локтев, Веніамін Олександров, Олександр Альметов, Борис Майоров, В'ячеслав Старшинов, Віктор Якушев, Станіслав Петухов, Анатолій Фірсов, Едуард Іванов, Олександр Рагулін, Віктор Кузькин, Віталій Давидов. Ця команда стала тоді визнаним лідером світового любительського хокею.

1972 рік — особливий в історії радянського хокею. Відбувається зміна гравців, зміна тренерів. Естафету від зоряної пари Чернишов-Тарасов прийняв Всеволод Бобров. І під його керівництвом наша льодова дружина вперше схрестила ключки в очному суперництві із збірною Канади, складеною з найсильніших гравців НХЛ. У цих матчах розкрилося хокейне дарування нового покоління гравців: Владислава Третьяка, Валерія Васильєва, Геннадія Циганкова, Володимира Лутченко, Володимира Петрова, Бориса Михайлова, Валерія Харламова, Олександра Якушева, Володимира Шадрин, Олександра Мальцева.

Звитяжну серію своїх попередників їм повторити не вдалося, але збірна країни перемагала на чемпіонатах світу 1973, 1974, 1975 років і в олімпійському турнірі у 1976 року в Інсбруці.

У 1977 році збірну країни і клуб ЦСКА очолив Віктор Тихонов. Під його опікою заблискала майстерність В'ячеслава Фетісова, Олексія Касатонова, Хельмута Бальдеріса, Сергія Макарова, Ігоря Ларіонова, Володимира Крутова, Віктора Жлуктова і багатьох інших майстрів. При ньому путівку у великий хокей отримували і ті, хто зараз значиться серед найбільш відомих гравців

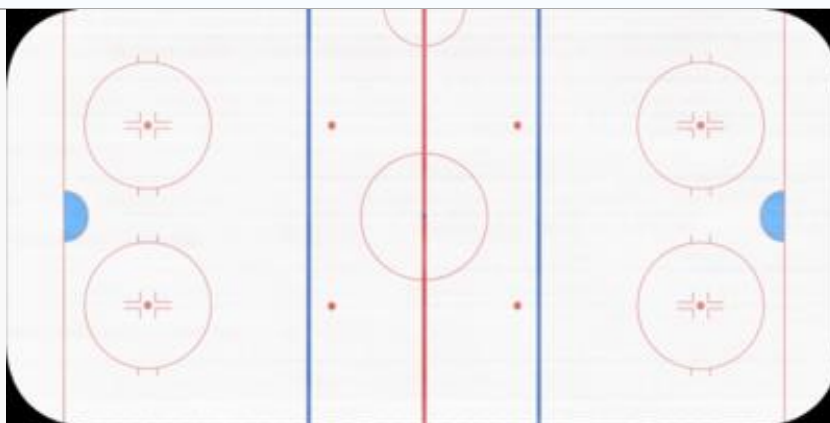
Національної Хокейної Ліги — Валерій Каменський, Сергій Федоров, Олександр Могильний, Павло Буре.

Ігровий майданчик.

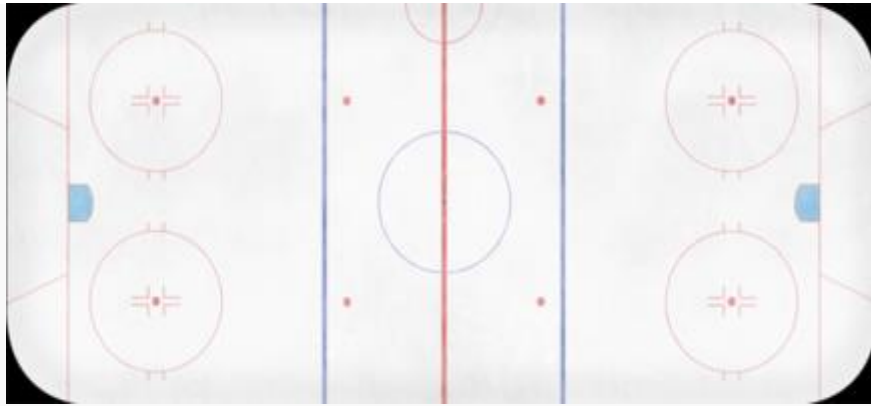
Розміри. Довжина: мінімум 51 м, максимум 61 м. Ширина: мінімум 24 м, максимум 30 м. Кути майданчика повинні бути закруглені дугою кола радіусом від 7 м до 8,5 м.

Розміри хокейного майданчика задаються правилами чемпіонатів або змагань, які проводяться на певному майданчику. На сьогоднішній момент майданчики в Європі і на міжнародних змаганнях відрізняються від майданчиків північноамериканських ліг більшими розмірами. У НХЛ вважається, що менші розміри ініціюють силову боротьбу, кидки по воротах, гру у бортів, де відбувається багато жаркого єдиноборства, сутички і бійки.

Борти. Майданчик повинен бути оточений пластиковими або дерев'яними бортами заввишки не менше чим 1 м і не більше ніж 1,22 м над рівнем поверхні льоду. На лицьових бортах майданчика повинно бути встановлене захисне скло і поверх скла захисна сітка, що запобігає вильоту шайби за межі майданчика і, як наслідок, попаданню в глядачів. У середній частині бічного борту розташовані дві дверці, що відкриваються усередину, призначені для виходу гравців на майданчик. Ще двоє дверцят розташовано навпроти: на лавці для оштрафованих гравців.



 Хокейний майданчик європейського зразка



Хокейний майданчик зразка НХЛ

Розмітка. В 3-4 м від бортів проведені лицьові лінії. На відстані 17,23 м від лінії воріт — сині лінії зон, завдяки яким майданчик розділяється на 3 зони: центральну зону і дві зони суперників. У центрі поля — червона лінія, що розділяє майданчик навпіл, і точка вкидання, що знаходиться посередині червоної лінії. З двох сторін від воріт на відстані 6 м намальовано точки вкидання із зоною вкидання радіусом 4,5 м.

Лавка штрафників. Кожен хокейний майданчик обладнаний двома лавками для оштрафованих гравців. Кожна лавка повинна бути розрахована мінімум на 5 гравців. Мінімальна довжина лавки — 4 метри, ширина — 1,5 метри.

Ворота. Конструкція воріт: ширина — 1,83 м, висота — 1,22 м, зовнішній діаметр стійок — 5 см.

Хокейні ворота зміцнюються на штирях, для яких в льоду просвердлюють отвори. Така технологія забезпечує досить міцну фіксацію воріт на поверхні майданчика, але в той же час ворота можуть зрушуватися, щоб гравець, що зіткнувся з ними, не отримав травми. Від центру лінії воріт радіусом 1,8 м зазвичай прокреслюється площа воріт: в Європі довжина лицьової лінії площини воріт — 3,6 м, в НХЛ — 2,44 м.

Лицьові лінії також називають лініями воріт.

Екіпіровка

Велика увага приділяється хокейній екіпіровці. Спортсмени піклуються про те, щоб максимально забезпечити себе від хворобливих ударів шайби і ключки, від ударів про зіткненні з іншим гравцем, від падіння на борт тощо. Раніше обмундирування хокеїста було важким і хокеїсти виглядали в ньому незграбними, зазнавали дискомфорт. Сучасна ж екіпіровка має протилежні характеристики.

Екіпіровка польового гравця складається:

- хокейні ковзани;
- ключка;
- захисна екіпіровка: шолом і візор, щитки (наколінники), рукавиці (краги), капа, труси (шорти), раковина, захист горла (ошийник);
- верхньої форми: светр, гамаші.

Екіпіровка воротаря:

- воротарська ключка;
- воротарські ковзани. Відмінність від ковзанів польового гравця — більш довге широке лезо, пластикова ударотривка зовнішня конструкція, укорочений задник, спеціальні отвори в стакані ковзана для кріплення щитків;
- шолом і маска;
- захист горла;
- нагрудник – посилений нагрудник, у якого суміщені налікотники і сам нагрудник. Ліктьова ділянка і ділянка грудей посилена додатковими накладками.
- бандаж – представляє собою пластикову раковину спеціальної форми. Призначена для захисту пахової ділянки від влучення шайби та інших різних травм.
- труси (шорти). Хокейні шорти призначені для попередження травмування хокеїста при падіннях, зіткненнях, попаданнях шайби та інших випадках. Зшиті зі спеціальної високотривкої штучної тканини, з жорсткими вставками на стегнах, куприку, попереку і хребті. В шортах воротаря застосовуються більш тривкі вставки.
- блін. Широка воротарська рукавиця з місцями для пальців із внутрішнього боку. Призначена для захисту тильного боку кисті руки, в якій воротар тримає ключку, і одночасно є ефективним інструментом відбиття кидків.
- пастка. Рукавиця, схожа на бейсбольну пастку, але сконструйована спеціально для ловлі шайби, з урахуванням хокейної специфіки.
- Щитки. Призначені для відбиття кидків. Виготовлюються з повністю штучних матеріалів.

Хокейна шайба повинна бути виготовлена з вулканізованої гуми або іншого схваленого ПХФ матеріалу і бути в основному чорного кольору.

Розміри шайби: діаметр: 7,62 см, товщина: 2,54 см, вага: 200 г.

Тривалість гри

Матч з хокею з шайбою складається з трьох періодів по 20 хвилин чистого часу. Перерви між періодами тривають 15 хвилин. У разі нічийного результату після закінчення трьох періодів можливе призначення додаткового часу (овертайму). У разі нічий після закінчення, пробиваються штрафні кидки (булліти). Необхідність овертайму, а так само його тривалість, необхідність і кількість штрафних кидків обумовлюється окремо в регламенті турніру.

Склади команд

На матч зазвичай приходять 20-25 гравців від однієї команди. Мінімальна і максимальна кількість гравців визначається регламентом турніру.

Одночасно на полі з боку однієї команди повинні знаходитися шість гравців — п'ять польових і один воротар. Допускається заміна воротаря на шостого польового гравця. Заміни гравців можливі як в паузах під час зупинки часу гри, так і безпосередньо в ході гри. Під час проведення овертаймів на майданчику присутні по п'ять гравців (воротар і чотири польових).



Деякі аспекти правил гри

1. Гравці атакуючої команди не повинні входити в зону нападу раніше шайби. При порушенні цього правила гра зупиняється і вкидання повинно бути у середній зоні в найближчій точці вкидання біля зони нападу атакуючої команди.

2. Шайба може бути передана будь-яким гравцем будь-якому гравцю тієї ж команди в межах зони кожної з трьох зон, на які поділяється хокейне поле, але не можна передаватись вперед від гравця, що знаходиться в іншій зоні.

Не буде вважатися порушенням правил ситуація, якщо шайба передана із зони захисту і прийнята гравцем тієї ж команди до середньої лінії.

Якщо гравець, що знаходиться в тій же зоні, із якої була зроблена передача, дожене шайбу в іншій зоні (зонах), він може грати шайбою в зоні чи за лінією воріт суперника, окрім випадку, коли передбачено правилами "прокидання шайби" (шайба, яка послана із зони захисту і проходить за лі воріт суперника).

3. При порушенні правил передачі шайби ("поза грою"), гра повинна бути зупинена, вкидання шайби відбувається в точці, з якої була зроблена передача м'яча.

4. Якщо атакуючий гравець із зони нападу передає шайбу в напрямку своїх воріт, суперник може грати шайбою.

5. Команда, що володіє шайбою у своїй зоні захисту, повинна завжди просувати шайбу вперед у напрямку воріт суперника, окрім випадку, коли цьому перешкоджають гравці нападаючої команди. При порушенні цього правила гра повинна бути зупинена і вкидання відбувається в зоні захисту команди.

Судді

Хокейний матч обслуговує суддівська бригада що складається з трьох або чотирьох суддів. Один з суддів (у НХЛ таких арбітрів два) називається



головним суддею, два інших — помічниками головного судді або лайнсменами. У обов'язки головного судді входить відстежування, фіксація взяття воріт (голів), він приймає рішення стосовно зупинки гри, покарання гравців тощо. Помічники головного судді фіксують прокидання шайби, положення «поза грою» та безпосередньо вкидають шайбу.

Головний суддя

Окрім суддів в полі на кожному матчі присутня суддівська бригада, що знаходиться за межами майданчика. У неї входять:

- два судді за воротами;
- один секретар;
- один суддя хронометрист;
- один суддя інформатор;

- один суддя відео повтору;
- два судді на лавці штрафників;

Штрафи

У хокеї з шайбою гравцям дозволяється застосовувати так звану силову боротьбу (у жіночому хокеї з шайбою силова боротьба заборонена). Силова боротьба передбачає *контактну гру, гру «корпус в корпус»*. Проте, не всяка контактна гра дозволяється. Забороняються підніжки, затримки суперника руками, затримки ключкою, гра високо піднятою ключкою, удари руками, ліктями і тому подібне.

Гравець, що порушив правила видаляється з майданчика на певний час. Видалення буває дисциплінарним (на 10 хвилин або до кінця матчу), коли замість видаленого виходить інший гравець, або звичайним (на 2 хвилини, 2+2 хвилини або — рідше, у разі завдання травми — на 5 хвилин), коли число гравців на майданчику зменшується. Час видалення рахується по чистому часу гри. Видалений гравець проводить час видалення на лавці штрафників. За деякі порушення (наприклад, порушення чисельного складу) карається команда в цілому, штраф відбуває будь-який з гравців. Якщо у команди залишається менше трьох польових гравців (+воротар), то видалений відбуває покарання, але замінюється іншим гравцем.

Якщо команда суперника забила гол, то один видалений гравець (у якого залишилося менше часу) достроково повертається на майданчик. Це правило не застосовується, якщо гравець був покараний п'яти хвилинним або матч-штрафом.

Якщо видаляється воротар, то замість нього покарання повинен відбутися інший польовий гравець.

У випадку якщо порушення правил відбулося проти гравця що вийшов один на один з воротарем, то головним суддею може бути призначений штрафний кидок (булліт). Штрафний кидок виконується одним польовим гравцем постраждалої команди проти воротаря команди, що провинилася. У випадку якщо гравець виходить один на один з порожніми воротами (воротар замінений на польового гравця) і проти нього порушують правила, то суддя зараховує гол, навіть якщо шайба в воротах не побувала.

Види штрафів

Малий (2') — гравець видаляється на 2 хвилини без права заміни. У випадку, якщо штраф отримав воротар, штраф відбуває будь-який гравець, що знаходиться на майданчику за вибором капітана команди, що провинилася. Якщо гравець разом з малим штрафом отримує дисциплінарний, дисциплінарний до кінця гри або матч-штраф, то малий штраф відбуває інший гравець (як і у разі штрафу воротаря). Може бути достроково знятий забитим голом. У статистику штрафного часу записується 2 хвилини.

Малий лавовий (2') — штраф отримує команда. Відбуває штраф будь-який гравець за вибором капітану. Може бути достроково знятий забитим голом. У статистику штрафного часу записується 2 хвилини.

Великий (5') — гравець видаляється на 5 хвилин без права заміни і отримує дисциплінарний штраф до кінця гри. Відбуває штраф будь-який гравець за вибором капітану. Не може бути достроково знятий. У статистику штрафного часу записується 5 хвилин.

Дисциплінарний (10') — гравець видаляється на 10 хвилин з правом заміни. По закінченню штрафного часу оштрафований гравець може вийти з лавки штрафників при першій же зупинці гри. Повторне порушення одним гравцем карається дисциплінарним штрафом до кінця гри. У статистику штрафного часу записується 10 хвилин.

Дисциплінарний до кінця гри (GM) — гравець або офіційна особа команди видаляється до кінця гри з правом заміни і відправляється в підтрибунне приміщення. Після гри суддя повинен подати рапорт і організатор змагань може призначити додаткове покарання. У статистику штрафного часу записується 20 хвилин.

Матч-штраф (MP) — гравець видаляється до кінця гри з правом заміни через 5 хвилин, дискваліфікується на наступний матч і відправляється в підтрибунне приміщення. Будь-який гравець, що знаходиться на майданчику, за вибором капітану відбуває штраф 5 хвилин. Після гри суддя повинен подати рапорт і організатор змагань може призначити додаткове покарання. Штраф в 5 хвилин не може бути достроково знятий. У статистику штрафного часу записується 25 хвилин.

Штрафний кидок (PS) — призначається штрафний кидок (булліт) у ворота команди, що провинилася. У випадку, якщо команда, що провинилася, на момент призначення штрафного кидка грала у меншості і штрафний кидок був реалізований, то правило зняття штрафу не застосовується

Статистика гри: гол, пас, плюс/мінус, відсоток відбитих кидків, хет-трик.

Тренерський склад: головний тренер, старший тренер, помічник тренера

Гра (основні терміни)

- Поза грою (офсайд)
- Пас через дві лінії
- Кидок
- Щиголь
- Сейв (спасіння)
- Більшість
- Меншість
- Булліт (штрафний кидок)
- Овертайм (додатковий час)
- Прокидання
- Вкидання
- Силовий прийом

Перший турнір з **хокею з шайбою** в рамках **Олімпійських ігор** відбувся на літніх Олімпійських іграх 1920 року. З 1924 року хокей з шайбою переїхав в програму зимових Олімпійських ігор. Турнір з хокею з шайбою серед жіночих команд включений в олімпійську програму з зимових Олімпійських ігор 1998 року в Нагано.



У період між 1920 і 1968 роками Чемпіонат світу з хокею з шайбою проводився в рамках Олімпійських ігор.

За всю історію Олімпійських Ігор тільки 6 країн (з урахуванням права спадковості) ставали володарями золотих медалей. Ще трьом збірним вдалося відвезти медалі меншої гідності. Це збірні Швейцарії, Німеччини і Фінляндії.

Найбільшу кількість чемпіонських титулів завоювала збірна СРСР/СНГ/Росії (8 перемог). Найбільшу кількість медалей вдалося завоювати канадським хокеїстам - 13.

Хокей з шайбою в Україні

Відправною точкою при підрахунку віку українського хокею стала публікація українською мовою в галицькому спортивному журналі «Вести с Запорожа» правил гри в «гаковку», тобто хокей.

Вперше офіційні хокейні матчі в країні були проведені в 20-х роках минулого сторіччя в Західній Україні. Львівські клуби «Погонь» (в сезоні 1932/33) і «Чарні» (1934/35) ставали чемпіонами Польщі, а чернівецький «Драгош Воде» – Румунії (1938). В Західній Україні в 30-х роках минулого сторіччя хокеїсти вітали своїх суперників вигуком "Гаразд!". Серед львів'ян були учасники довоєнних чемпіонатів Світу і Олімпійських Ігор. "За польським часом" у Львові, при спортивному клубі "Україна", була хокейна команда, яка, правда, не доходила до фіналів чемпіонату Польщі, а в Тернополі існувала хокейна команда "Креси".

Міжнародна федерація хокею на льоду була заснована у 1908 році. У 1992-му до неї приєдналася Федерація хокею України.

В червні 2016 року було створено ТОВ «Українська хокейна ліга» (УХЛ). Основні завдання, які ставлять перед Лігою: організація и проведення чемпіонату України з хокею; всебічне висвітлення діяльності команд Української хокейної ліги на телебаченні, в друкованих та інтернет-ЗМІ; розвиток національного хокею через підвищення рівня підготовки хокейних команд, тренерського складу, суддівського корпусу. Договір про співпрацю з Федерацією хокею України був підписаний 25 серпня 2016 року.

У Першому чемпіонаті Української хокейної ліги взяли участь 6 професійних хокейних клубів: «Білий Барс» Біла Церква; «Витязь» Харків; «Дженералз» Київ; «Донбас» Донецьк; «Кременчук» Кременчук; «Кривбас» Кривий Ріг. Переможцями стали хокеїсти «Донбасу».

Згідно з чинним регламентом проведення змагань, чемпіонат проводиться в два етапи: регулярний чемпіонат і плей-офф (uhl.com.ua).

У Першому чемпіонаті України серед жіночих команд брали участь 5 команд: «Королеви Дніпра» Дніпро (стали чемпіонками), «Україночка» Київ, «Пантери» Харків, «Дніпровські білки» Дніпро, «Лавина» Кременчук.

Збірна України брала участь в зимових Олімпійських іграх 1998 і 2006 років. Її кращий результат на Чемпіонатах світу в групі А – дев'яте місце в 2002 році. На Чемпіонаті світу-2007 збірна України посіла останнє 16-е місце і була переведена в групу В.

2.38. ХОКЕЙ НА ТРАВІ

Хокей на траві – гра в м'яч з ключками на трав'яних і штучних майданчиках. Гра ця була відома ще в Стародавній Греції й називали її «файнінда». Опис гри в м'яч ключками на траві можна знайти в італійських рукописах епохи Відродження. Відомо також, що у Франції в хокей на траві грали ще в XI віці. Хокей на траві вважається самим давнім ігровим видом спорту. Про це може свідчити знайдений в Греції в 1992 р. пам'ятник, на якому викарбовано малюнки людей, які грають в м'яч ключками. Вчені встановили, що ці малюнки відносяться до 490 року до нашої ери.

В сучасному вигляді хокей на траві став розвиватись на початку XIX сторіччя в Англії, де в 1856 р. Харроу розробив перші правила гри, які, до речі, визначили, що в грі можуть брати участь не більше 30 чоловік з кожного боку. В 1887 р. була обмежена довжина ключки, а воротар отримав право грати ногами в колі удару. Через два роки на ворота стала вішатись сітка, а в 1907 р. було визначено багато правил, які діють і по нині. Прийняття офіційних правил сприяло значному розвитку хокею на траві.

Хокей на траві входив в програму Олімпійських ігор 1908 р. в Лондоні і 1920 р. в Антверпені, однак організатори Олімпіади 1924 р. в Парижі за домовленістю з МОК вирішили не проводити олімпійський турнір з цього виду спорту, так як на відміну від інших олімпійських видів хокей на траві не був представлений міжнародною організацією. Тому 7 січня 1924 р. в Парижі була створена Міжнародна федерація хокею на траві (ФІХ). В цьому історичному засіданні взяли участь представники, семи країн, які стали і першими членами нової федерації: Австрія, Бельгія, Угорщина, Іспанія, Франція, Чехословаччина і Швейцарія. На 1 січня ФІХ об'єднувала 79 національних федерацій і асоціацій: Європи (Австрія, Англія, Бельгія, Угорщина, Гібралтар, НДР, Данія, Ірландія, Іспанія, Італія, Люксембург, Мальта, Нідерланди, Польща, Португалія, СРСР, Уельс, Фінляндія, Франція, ФРН, Чехословаччина, Швейцарія, Швеція, Шотландія, Югославія); Азії (Афганістан, Бангладеш, Бірма, Бруней, Гонконг, Індія, Індонезія, Іран, Кіпр, Макао, Малайзія, Об'єднані Арабські Емірати, Пакистан, Сінгапур, Таїланд, Тайвань, Шрі-Ланка, Південна Корея, Японія); Африки (Гана, Єгипет, Замбія, Кенія, Марокко, Нігерія, Родезія, Сомалі, Судан, Танзанія, Уганда, ПАР); Америки (Антильські о-ви, Аргентина, Багамські острови, Барбадос, Бермудські острови, Бразилія, Венесуела, Гайана, Канада,

Куба, Мексика, Уперто-Ріка, США, Тринідад і Тобаго, Чилі, Ямайка); Океанії (Австралія, Нова Зеландія, Фіджі).

В 2000 р. ФІХ об'єднує більше 130 країн. Штаб – квартира ФІХ знаходиться в Брюсселі.

Найбільших успіхів в хокеї на траві добились такі команди, як Індія, Пакистан, Німеччина, Нідерланди, Англія. На Олімпійських іграх 1908 р. в Лондоні в фінальному матчі зустрілись команди Англії і Ірландії. Англіїці перемогли – 8:1. На Олімпійських іграх 1896 р. в Афінах, 1900 р. в Парижі, 1904 р. в Сент-Луїсі, а також 1924 р. в Парижі турніри з хокею на траві не проводились. Постійною складовою частиною олімпійської програми хокей на траві став лише в 1928 р., так як попередні турніри (1908 і 1920 рр., переможець – Англія) проводились в інші терміни, ніж самі Олімпійські ігри. Олімпійський турнір 1928 р. в Амстердамі вперше проводився під контролем ФІХ. В ньому брали участь вісім європейських країн і Індія. Індійські хокеїсти легко виграли олімпійський турнір – п'ять перемог з «сухим» рахунком в п'яти іграх. Потім хокеїсти Індії один за одним виграли ще п'ять олімпійських турнірів і лише на Олімпіаді в Римі в 1960 р. в фіналі поступилися хокеїстам Пакистану, які раніше були їх співвітчизниками, але вже через чотири роки на Олімпіаді в Токіо в 1964 р. хокеїсти Індії взяли реванш у команди Пакистану – 1:0. На Олімпійських іграх 1968 р. в Мехіко команда Пакистану повертає звання чемпіона, перемігши у фіналі команду Австрії. Довготривала гегемонія азіатських країн була порушена лише на Олімпіаді в Мюнхені в 1972 р., де у фіналі команда ФРН перемогла пакистанців – 1:0. В олімпійські турнірі 1976 р. призерами стали лише азіатські команди Нової Зеландії, Австралії, Пакистану.

На Олімпіаді 1980 р. в Москві вперше взяла участь команда Радянського Союзу і посіла 3-є місце, а чемпіоном стала команда Індії. На цей час на Олімпіаді вперше дебютував жіночий хокей на траві, призерами якого стали команди Зімбабве, Чехословаччини, Радянського Союзу.

В наступних Олімпійських турнірах перемогу святкували команди: Пакистану в 1984 р., ФРН в 1988 р., Іспанії в 1992 р., Голландії в 1996 і 2000 р. Найбільших успіхів в олімпійських турнірах серед жінок досягла команда Голландії. Олімпійський турнір 2000 р. виграли господарки – хокеїстки Австралії. На Олімпіаді в Афінах (2004 р.) чемпіонами стали серед чоловіків команда Австралії, серед жінок – команда Німеччини.

В теперішній час хокей на траві не лише входить до програми

Олімпійських ігор, але до програми панамериканських, азіатських і панафриканських ігор. Починаючи з 1971 р. ФІХ проводить світові чемпіонати. Спочатку ці турніри проводились кожні два роки, а тепер – кожні чотири роки.

З 1970 р. проводиться під егідою ФІХ Кубки Європи серед національних команд. В 1973 р. ФІХ провела перший чемпіонат світу серед жіночих команд, який виграла команда Болгарії.

В 1969 р. створена федерація хокею на траві (ЄХФ), яка проводить європейські турніри серед національних і клубних команд.

Початок розвитку хокею на траві в Україні відбувся в 1974 р. в таких містах, як Чернівці і Кривий Ріг. Саме в цих містах з'явилися перші чоловічі команди з цього виду спорту. Згодом естафету чернівчан і криворіжців підтримали в Києві, де в 1978 р. була створена жіноча команда «Спартак». В 1979 р. хокей на траві стали грати в Харкові, Шостці, Полтаві, Борисполі; в 1980 р. – в Жданові (нині Маріуполь), Василькові, Кам'янець-Подільському. В 1981 р. зразу в кількох містах з'явилися хокейні команди, а саме в Вінниці, Луцьку, Рівному, Бердичеві, Одесі та інших містах.

В 1978-1979 рр. українські команди «Авіаінститут» (Харків) – жінки, та «Університет» (Чернівці) – чоловіки дебютували в чемпіонаті Радянського Союзу. Згодом у всесоюзних чемпіонатах стали брати участь жіночі команди: «Колос» (Бориспіль), «Буревісник» (Суми), а також чоловічі команди «Свема» (Шостка), «Іскра» (Васильків). Найбільшого успіху у всесоюзних чемпіонатах досягає команда «Колос» (Бориспіль), яка була неодноразовим чемпіоном і володарем Кубка СРСР. Серед чоловічих команд найбільшого успіху досягла команда «Іскра» (Васильків) – срібні медалі в 1989 р. Загалом, з 1978 по 1991 рр. в чемпіонатах СРСР серед команд першої і вищої ліг брали участь чоловічі і жіночі команди з таких міст як: Київ, Харків, Донецьк, Запоріжжя, Одеса, Вінниця, Жданів, Кривий Ріг, Чернівці, Луцьк, Полтава Васильків, Шостка.

Починаючи з 1992 р. в Україні проводяться окремі національні чемпіонати. Беззаперечними лідерами в чемпіонатах є бориспільський «Колос» серед жіночих команд і вінницькі «Олімпік» та «Колос» серед чоловічих команд.

За тринадцять попередніх чемпіонатів хокеїсти «Колоса» виграли одинадцять (два рази цим титулом володіла команда «Динамо» (Суми), а хокеїсти «Олімпіка» та «Колоса» – по п'ять, два рази чемпіоном ставала команда «Зубр» (Чернівці), один – «Одестрансбуд» (Одеса).

Провідні команди України щорічно беруть участь в змаганнях Кубка європейських чемпіонів і Кубка володарів Кубків. Кращого результату в цих змаганнях досягла жіноча команда «Колос» (Бориспіль), яка в 2003 р. посіла друге місце в розіграші Кубка європейських чемпіонів. Команда «Динамо» (Суми) в 1998 р. посіла друге місце в розіграші Кубка володарів Кубків.

Що стосується національних команд України, то жіноча команда посіла сьоме місце у фінальних змаганнях чемпіонату Європи в 1999 р., п'яте місце в 2003 р., а чоловіча команда в 1988 р. першою виступила у відбірному турнірі і не дійшла до фінальних змагань, але слід відмітити успішний виступ чоловічої збірної України і 1-му південно-східному чемпіонаті Європи в Афінах 1997 р., де вона посіла перше місце. В 2002 р. чоловіча національна команда посіла п'яте місце у відбірному турнірі Чемпіонату Європи і також не потрапила до фінальних змагань.

Основні аспекти гри в хокей на траві

Команда з хокею на траві складається з 10 польових гравців і воротаря. У процесі гри заміна гравців не обмежується і дозволяється зворотна заміна. У протокол перед грою вносяться прізвища 16 гравців. Гра проводиться на полі довжиною 91,4 м і завширшки 55 м (рис. 1). Гол можна забити лише в межах кола для удару. На лицьових лініях розташовані ворота висотою 2,14 м і завширшки 56 м. Для контролю за виконанням штрафного кутового удару на висоті 46 см д землі кріпляться бічні і задні планки воріт.

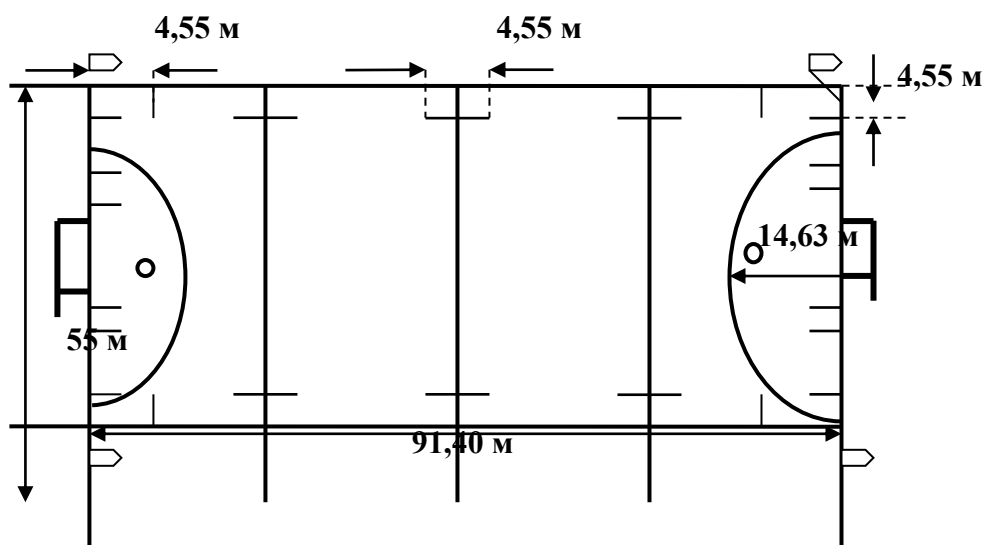


Рис. 1. Поле для гри в хокей на траві

Грають м'ячем, який не перевершує в діаметрі 74 мм, вага м'яча – 155-165 г. М'яч із каучуку або із повстини з пробковою серцевиною, як правило, м'яч фарбують у білий колір. Ключка із дерева: довжина довільна (від гака до

закінчення ручки), завширшки гак – 5 см, довжина – 37,5 см., вага ключки – 340-794 г. Правий бік ключки випуклий, а лівий плоский, саме ним і дозволяється грати з м'ячем.

Тривалість гри – 70 хвилин (2 тайми по 35 хвилин з 10-ти хвилинною перервою).

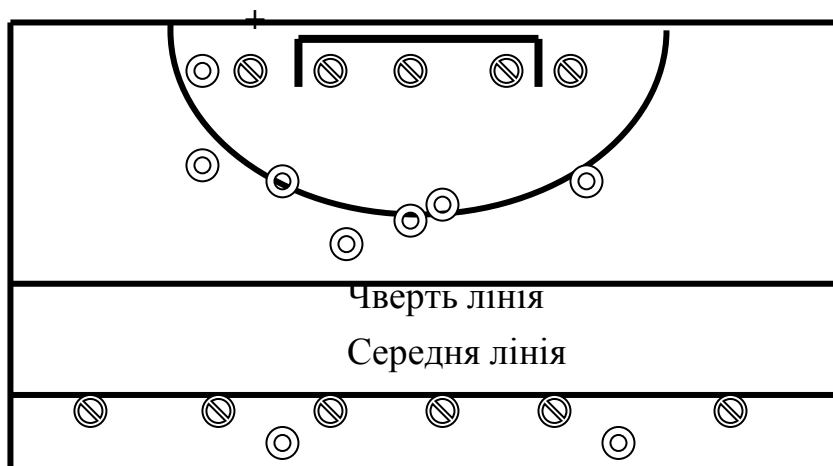
Форма хокеїстів – футболка, шорти, гетри.

Правила гри в хокей на траві спрямовані на те, щоб вона була безпечною для гравців. Гравцю забороняється:

1. Грати в м'яч випуклим боком ключки.
2. Грати в м'яч вище плеча будь-якою частиною ключки.
3. Піднімати і переносити ключку через голову гравця.
4. Грати в м'яч, коли це є небезпекою для інших гравців.
5. Ударяти, чіпляти ключку, хапати гравця чи його одяг, ключку.
6. Піднімати ключку, створювати небезпечну гру, лякати гравця ключкою, коли той наближається до м'яча чи володіє ним.
7. Зупиняти м'яч рукою або ловити його (воротар може зупиняти і відбивати м'яч руками і ногами).
8. Навмисно зупиняти, вдаряти, відбивати м'яч або нести його будь-якою частиною тіла, грати в м'яч ногами. Якщо м'яч випадково попаде в тіло чи ногу гравця і цей гравець не отримає ніякої переваги, то це не буде вважатися порушенням правил.
9. Навмисно ударом піднімати м'яч у повітря за винятком, коли м'яч в колі для удару спрямовується у ворота.
10. Навмисне вкидати м'яч по повітряю в коло для удару.
11. Гравець не має права наближуватись ближче 4,55 м до м'яча, коли гравець протилежної команди зупиняє його у повітрі (до тих пір, коли м'яч не буде опущений на землю).
12. Блокувати тілом або ключкою гравця, який намагається грати в м'яч.
13. Воратар не має права грати тілом чи ногами за межами кола для удару.
14. За всі порушення в колі для удару (і навмисні порушення в чверть лінії) признається штрафний кутовий удар. При виконанні штрафного кутового удару дозволяється захищати ворота лише воротарю і чотирьом гравцям команди, що порушила правила. Нападаюча команда розташовується довільно навколо кола для удару (рис. 2).

Якщо м'яч іде за межі поля від атакуючої команди, то розігрується удар

від воріт. Якщо ж м'яч іде від команди, що обороняється, то розігрується кутовий. Пенальті призначається, тільки в тому випадку, якщо м'яч притиснутий до воротаря, або ж воротар спеціально вибив м'яч рукою.



⊙ гравці нападу; ⊗ гравці захисту;
+ - м'яч

Рис. 2. Орієнтовна вихідна позиція гравців при розіграві штрафного кутового удару в хокеї на траві.

Перед початком розіграшу штрафного кутового удару гравці команди, що захищаються (окрім воротаря і чотирьох гравців), повинні знаходитись за середньою лінією поля.

Умови розіграшу штрафного кутового удару: м'яч посилається з місця подачі (9,10 м від воріт), він повинен бути чітко зупинений поза колом для удару (після зупинки м'яч повинен бути нерухомим) посилається в коло для удару з метою атаки воріт суперника. До початку подачі м'яча гравцям обох команд забороняється знаходитись у колі для удару.

При першому ударі по воротах м'яч не повинен перевершувати висоту свого льоту більше, ніж 46 см. При порушенні правила, яке передує взяттю воріт або при навмисній грубій грі в межах кола для удару призначається штрафний кидок. Штрафний кидок виконується з точки, що розташована на відстані 6,40 м від лінії воріт.

В хокеї на траві картки (штрафи) розподіляються так:

- за незначне порушення правил суддя показує гравцю зелену картку-попередження, а в ЕНЛ зелена картка - це видалення з поля гравця, що порушив правила, на 2 хвилини;
- в звичайних чемпіонатах з хокею на траві жовта картка - це видалення

гравця з поля на 2-5 хвилин на розсуд суддів, і в залежності від величини порушень, а в ЕНЛ - 5-10 хвилин;

- червона картка як в звичайних чемпіонатах так і в ЕНЛ - це видалення до кінця гри, і можливий пропуск наступних матчів - в залежності від порушень.

Гру обслуговують два арбітри, кожен з них користується рівними правами.

2.39. ІНДОРХОКЕЙ.

Індорхокей – різновид хокею на траві, змагання в якому проводяться у закритих приміщеннях (залах).

Індорхокей зародився у Німеччині, де у 1972 р. був проведений перший турнір з цього виду спорту. Перший Кубок світу з індорхокею пройшов у Лейпцигу в 2003 р., золоті медалі в чоловічому і жіночому турнірах виграли збірні Німеччини.

Офіційні змагання проводяться під егідою міжнародної федерації хокею (ФІН), Європейської Федерації Хокею (ЄФХ), це чемпіонат Європи (для збірних команд), Кубки європейських чемпіонів (для кращих клубних команд). Щорічно проводяться чемпіонати України серед чоловічих і жіночих команд.

Основні правила гри.

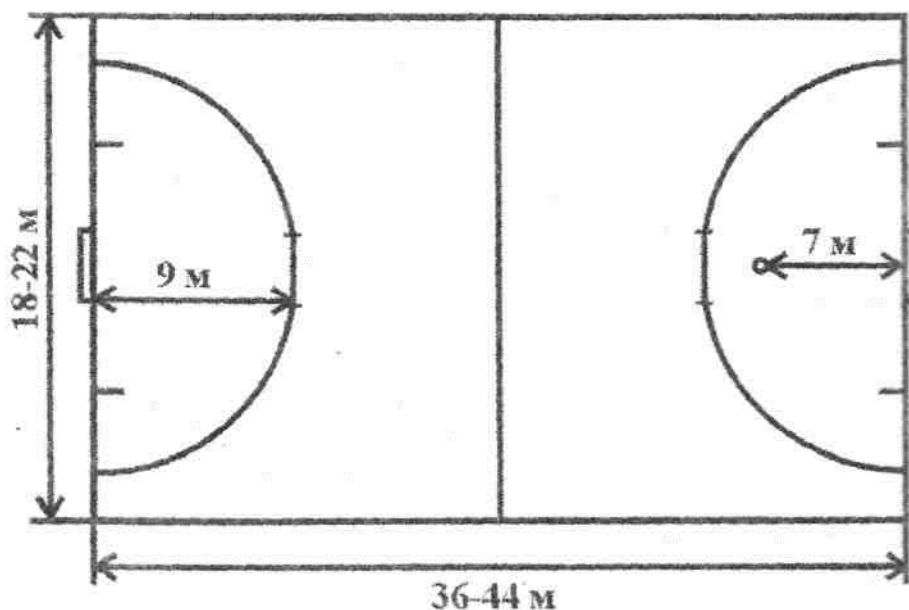


Рис. 3 Схема майданчика для гри в індорхокей.

Майданчик гри в індорхокей має прямокутну форму довжиною не менше 36 м, не більше 44 м, завширшки не менше 18 м не більше 12 м.

Всі лінії, що входять у розмітку ігрового майданчика, повинні бути

шириною 5 см. Бічні і лицьові лінії є частиною ігрового майданчика (для безпеки гри рекомендується мати додатковий простір не менше 3 м за лицьовими лініями і не менше 1 м за бічними лініями). Вздовж бічних ліній розташовуються бортики розміром 10x10 см майданчик розділений на дві половини.

Для виконання штрафних кутових ударів на лицьових лініях з їх внутрішнього боку наносяться відмітки на відстані 6 м від зовнішнього краю нижнього стояка воріт, довжина відмітки 30 см. На лицьових лініях знаходяться гандбольні ворота (3x2 м). На висоті 46 см від землі кріпляться бічні та задні планки воріт. Стояки і поперечина фарбується в білий колір, їх ширина і товщина повинні бути не більше 8 см.

Для виконання штрафних кидків на відстані 7 м від лінії воріт наноситься відмітка діаметром 10 мм.

Гра в індорхокей ведеться за допомогою ключки і м'яча. Ключка має плоску поверхню тільки з лівого боку. Максимальна довжина така ключки не повинна перевищувати 10 см, вага ключки не більше 794 г і не менше 340 г ключка повинна бути завширшки такою, щоб могла пройти через кільце метром 5,1 см.

М'яч повинен бути вагою 156-163 г, окружність м'яча – 23,5-22,4 см, колір м'яча білий або інший за домовленістю команд.

Гра проводиться між двома командами, в яких не більше 12 гравців, одночасно на майданчику можуть знаходитись не більше 6 гравців. Кожній команді дозволено проводити необмежену кількість замінів із числа 12 гравців. Якщо на майданчику залишилось менше 4 гравців, то судді зупиняють гру – протилежна команда стає переможцем.

За грубу гру чи недисципліновану поведінку, навмисне порушень правил гравець може бути попереджений (зелена картка), тимчасово вилучений – не менше, ніж на 2 хвилини (жовта картка), або вилучений з майданчика (червона картка).

Заміна гравців дозволяється:

1. Якщо м'яч вийшов за лінію воріт чи лицьову лінію.
2. Після взяття воріт.
3. Після нереалізованого штрафного кидка.
4. У перерві між таймами.
5. Якщо час зупинений у випадку травми, то може бути замінений лише

травмований гравець.

Заміна дозволяється (виняток травма) при виконанні штрафного кутового удару і штрафного кидка.

Гравець, що виходить на заміну, може вийти на майданчик лише після того, як його залишить гравець, якого він міняє.

Кожна команда повинна мати на майданчику одного воротаря. Якщо воротар травмований або вилучений, його заміняє інший воротар. Дозволяється польовому гравцю вступити в гру замість воротаря без захисного спорядження. Він повинен мати футболку, яка відрізняється від кольору футболок обох команд. При виконанні штрафного кутового удару чи штрафного кидка гравець повинен бути в захисній масці.

Гра складається з двох таймів по 20 хвилин. Вона починається з центра поля. М'яч може бути посланий у будь-якому напрямку. При виконанні введення м'яча в гру гравці протилежної команди повинні знаходитися не ближче 3 метрів від м'яча. М'яч вважається у грі, якщо він пройде відстань не менше 10 см.

Якщо м'яч перетне бічну лінію, то він вводиться в гру з майданчика на відстані 1 м від бічної лінії від того місця, де перетнув її. Якщо м'яч перелетів бортик в колі для удару, то він вводиться в гру з точки, розташованої на відстані 1 м від кола для удару найближчого бортика гравцем протилежної команди.

У випадку, коли м'яч виходить за лицьову лінію, він вводиться в гру з будь-якої точки кола для удару. Гравці команди суперника не повинні знаходитись у колі для удару. Коли гравець команди, що захищається, навмисно посилає м'яч за лицьову лінію, то призначається штрафний кутовий удар.

У процесі гри гравцю забороняється:

1. Грати в м'яч випуклим боком ключки.
2. Виконувати удари по м'ячу. При виконанні поштовху ключка повинна знаходитись на підлозі, на відстані не далі, ніж 30 см від м'яча, і після виконання не повинна проходити більше цієї відстані.
3. Піднімати м'яч (не враховується взяття воріт). Не вважається порушенням, якщо м'яч піднявся не вище 10 см ненавмисно, особливо при зупинці м'яча і, якщо немає поряд суперників.
4. Піднімати і проносити ключку через голову гравця.

5. Навмисне використовувати руку, яка тримає ключку для зупинки чи гри в м'яч.

6. Зупиняти м'яч чи ловити рукою.

7. Спрямувати м'яч навмисно в тіло суперника.

8. Вдаряти, чіпляти ключку, хапати гравця за одяг, штовхати гравця, грати в м'яч тілом, ногами.

9. Грати в м'яч, лежачи на підлозі чи навмисно спиратись на коліно, вільною від ключки рукою (три точки).

10. Навмисно входити у ворота суперника, стояти на лінії воріт, триматись за штанги воріт.

11. Прикривати м'яч від суперника ключкою або тілом.

12. Утримувати м'яч біля бортика. Здійснювати фізичний тиск ключкою чи тілом на суперника.

Гра воротаря

1. Воротар має право в колі для удару грати ключкою, ногами в м'яч, відбивати руками чи тілом м'яч, якщо його дії не ведуть до небезпечної гри.

2. Воротарю дозволяється зупиняти чи відбивати м'яч ключкою вище плеча, якщо це не призводить до небезпечної гри.

3. Воротар, що лежить на м'ячі, вважається блокуючим м'яч, що є порушенням правил.

4. Воротар може відбивати м'яч рукою чи тілом за поперечину.

5. Воротарю не дозволяється грати лежачи, якщо якась частина його тіла знаходиться за колом для удару. Якщо воротар спирається на вільну руку, це розглядається як гра лежачи.

Покарання

1. За навмисне порушення правил поза колом для удару призначається вільний удар у протилежний бік.

2. За порушення правил у власному колі для удару призначається штрафний кутовий удар.

3. Штрафний кутовий удар призначається, якщо відбулось навмисне порушення правил на своїй половині майданчика. Штрафний кутовий призначається у випадках, коли захисник навмисно посилає м'яч за лінію власних воріт, а також при порушенні правила заміни гравців.

4. За порушення правил у колі для удару під час взяття воріт, а також за навмисне порушення правил призначається штрафний кидок. Штрафний кидок

призначається також при неодноразовому перетині лицьової лінії захисниками при розігравші штрафних кутових ударів.

Виконання штрафного кутового удару

1. Атакуючий гравець поштовхом посилає м'яч з позначки 6 м, захисники розташовуються за лицьовою лінією з протилежного боку воріт. Воротар знаходиться у воротах (рис. 4).



Рис. 4. Орієнтовна вихідна позиція гравців при розігравші штрафного кутового удару в індорхокеї.

2. В момент подачі м'яча гравці обох команд повинні знаходитись не ближче 3 м від м'яча, ноги, руки і ключки гравців команди, що атакує, повинні розташовуватись за лінією кола для удару. Воротар і захисники повинні розташовуватись за лінією воріт і лицьовою лінією з їх ключками, руками і ногами і не повинні торкатись підлоги всередині кола для удару, а також торкатись стінок воріт.

3. До виконання подачі м'яча жоден з гравців не має права перетнути лицьову і середню лінії чи увійти в коло для удару.

4. Не можна атакувати ворота до тих пір, поки м'яч не буде зупинений чи не зупиниться сам у колі для удару або за його межами.

5. Якщо м'яч перетне центральну лінію, штрафний кутовий вважається закінченим.

6. Взяття воріт виконується поштовхом чи кидком на будь-якій висоті.

Гру обслуговують два арбітри і контролюють її згідно з правилами. Всі гравці, що заявлені на гру, вилучені на час, знаходяться під контролем суддя

2.40. ФЛОРБОЛ

Флорбол – командна гра, метою якої є забити як можна більше голів ключками у ворота суперника і не дати забити у свої, у межах встановлених правил. Являє собою варіацію хокею. Примітно, що в деяких країнах гра отримала інші назви. У Швеції її знають, як підлоговий бенді, у Сполучених Штатах — флорхоккей, в Європі — анихоккей.

Історія появи

Сьогодні багато людей навіть не чули про таку гру, як флорбол. Перші аналоги підлогового хокею з'являлися в різних куточках планети ще в середині минулого століття. У сучасному вигляді флорбол зародився у Швеції в кінці 1950-х років. В ті часи дуже популярними були хокейні ключки Cosom, що випускаються в штаті Міннесота.

Поступово гра стала поширюватися в школах та спортивних секціях. Спочатку її називали «софт-бенді». У 1970-і роки з'явилися перші правила гри у флорбол. Що це були за стандарти? Всі правила прописувалися в регламенті, вперше виданому в Швеції. Саме на території Скандинавського півострова гра отримала широке поширення і розвиток. Тут розуміли її значущість і велике майбутнє, яке може мати софт-бенді (флорбол): що це унікальна У чому шведи були праві. Гра дійсно швидко вийшла за межі країни і стрімко поширилася по всій Європі. На початку 1980-х з'явилася перша федерація флорболу. Це була Шведська національна організація, відповідальна за проведення турнірів всередині країни. Наступною на черзі, як не дивно, була Японська федерація. Далі офіційно зареєстрували цей вид спорту у Фінляндії, Швейцарії і Данії.

В кінці 1980-х регіональні федерації об'єдналися під егідою IFF. Незабаром до міжнародної асоціації флорболу стали приєднуватися і інші країни, такі як Норвегія, Чехія, Угорщина та інші.

Змагання з флорболу проводяться на жорсткому покритті в залі. М'яч контролюється тільки спеціальною ключкою. Ногами не дозволяється віддавати паси і бити по воротах. Ігровий час — 3 періоди по 20 хвилин. У дитячих розрядах тайми варіюються в межах чверті години. У момент зупинки гри відлік часу припиняється.

РОЗДІЛ 3

САМОСТІЙНА РОБОТА

Самостійна робота – це планована робота студентів, виконувана за завданням і при методичному керівництві викладача, але без його безпосередньої участі. Поряд з аудиторною роботою вона являє собою одну з форм навчального процесу і є істотною його частиною. Співвідношення часу, відведеного на аудиторну і самостійну роботу, в усьому світі становить 1: 3,5. Така пропорція ґрунтується на величезному дидактичному потенціалі цього виду навчальної діяльності студентів.

Самостійна робота сприяє поглибленню і розширенню знань, формуванню інтересу до пізнавальної діяльності, оволодінню прийомами процесу пізнання, розвитку пізнавальних здібностей. Вона призначена не тільки для оволодіння дисципліною, а й для формування навичок самостійної роботи взагалі – в навчальній, науковій, професійній діяльності; для придбання здатності приймати на себе відповідальність, самостійно вирішувати проблему, знаходити конструктивні рішення, вихід із кризової ситуації тощо. Вища школа відрізняється від середньої багатьма параметрами, в тому числі методикою навчальної роботи і ступенем самостійності студентів. Викладач вишу лише організовує пізнавальну діяльність студентів, який сам здійснює пізнання. Самостійна робота завершує завдання всіх видів навчальної роботи. Відповідно до цього самостійна робота студентів стає одним з основних резервів підвищення ефективності підготовки молодих фахівців у ВНЗ.

Самостійна робота, як вид навчальної діяльності, є керованою викладачем опосередковано через спеціальні навчальні матеріали; це невід'ємна обов'язкова ланка процесу навчання, що передбачає насамперед індивідуальну роботу студентів відповідно до установки викладача або підручника, програми навчання. Ефект від самостійної роботи студентів можна отримати тільки тоді, коли вона організовується і реалізується в навчально-виховному процесі в якості цілісної системи, що пронизує всі етапи навчання студентів у виші.

Самостійна робота студента під керівництвом викладача проходить у формі ділової взаємодії: студент отримує безпосередні вказівки, рекомендації викладача про організацію самостійної діяльності, а викладач виконує функцію управління через облік, контроль і корекцію помилкових дій. Спираючись на

сучасну дидактику, викладач повинен встановити необхідний тип самостійної роботи студентів і визначити необхідний ступінь її включення в вивчення своєї дисципліни.

Згідно нової освітньої парадигми незалежно від спеціалізації і характеру роботи будь-який початківець фахівець повинен володіти фундаментальними знаннями, професійними вміннями та навичками діяльності свого профілю, досвідом творчої та дослідницької діяльності за рішенням нових проблем, соціально-оціночної діяльності. Дві останні складові освіти формуються саме в процесі самостійної роботи студентів.

Основою самостійної роботи служить науково-теоретичний курс, комплекс отриманих студентами знань. При розподілі завдань студенти отримують інструкції по їх виконанню, методичні вказівки, посібники, список необхідної літератури.

Самостійна робота виконується з використанням опорних дидактичних матеріалів, покликаних коригувати роботу студентів і вдосконалювати її якість. Самостійна робота включає відтворюючі та творчі процеси в діяльності студента. Залежно від цього розрізняють три рівні самостійної діяльності студентів: 1) репродуктивний (тренувальний); 2) реконструктивний; 3) творчий, пошуковий.

Для забезпечення самостійної роботи студентів при вивченні навчальної дисципліни «Сучасні ігрові види спорту» розроблені наступні види завдань:

1) підготувати доповідь-презентацію на тему «Історія виникнення, становлення та сучасний етап розвитку ігрового виду спорту в світі та в Україні»;

2) підготувати реферат на тему: «Сучасні спортивні ігри, які можна використовувати в якості допоміжних засобів тренування в обраному виді спорту» або «Правила змагань в обраній спортивній грі».

3) з метою засвоєння теоретичного матеріалу самостійно розв'язати тестові завдання.

Тестові завдання

1. Спортивні ігри це –

а) рухливі ігри на відкритому майданчику або у спортивному залі, які проводяться за наявності суддів;

б) це протиборство двох сторін, яке проводиться в рамках правил і спрямоване на отримання переваги, що оцінюється за кількістю досягнень обумовленої мети гри;

в) це комплекс рухових дій, які використовуються для досягнення певної мети у процесі ігрової діяльності.

2. Система гри це:

а) певні форми організації взаємодій гравців команди у захисті та нападі;

б) планомірне доцільне використання індивідуальних дій гравців;

в) спосіб за яким проводяться змагання

3. До офіційних змагань належать:

а) товариські зустрічі;

б) чемпіонат, Кубок;

в) блиц-турніри.

4. Положення про змагання складається:

а) головним тренером;

б) президентом федерації;

в) головною суддівською колегією.

5. Для проведення змагань з малою кількістю команд використовується система розіграшу:

а) колова;

б) олімпійська;

в) змішана, колова.

6. Змагання на Кубок проводяться за такою системою розіграшу:

а) колова;

б) олімпійська;

в) змішана, колова.

7. Американський футбол це:

а) футбол, який проводиться виключно в Америці;

б) командний вид спорту з овальним м'ячем;

в) командний вид спорту з битою.

8. Кількість очок. Які зараховуються за тачдаун в американському футболі складає:

- а) 6 очок;
- б) 2 очки;
- в) 3 очки.

9. Квотербек – це:

- а) гравець захисту;
- б) суддя;
- в) основний гравець нападу.

10. Зонний захист:

- а) гравець захисту прикриває визначену зону поля;
- б) захист здійснюється лише в певній зоні;
- в) активний вид захисту команди.

11. Бадмінтон – це:

- а) спортивна гра з м'ячем;
- б) спортивна гра з воланом і ракеткою;
- в) спортивна гра без інвентарю.

12. Змагання з бадмінтону проводяться лише:

- а) за особистим заліком;
- б) за командним заліком;
- в) індивідуально-груповим заліком.

13. Батьківщиною бейсболу є:

- а) Англія;
- б) США;
- в) Канада.

14. Пітчер – це:

- а) гравець нападу;
- б) гравець нападу, який приймає м'яч;
- в) гравець захисту, який подає м'яч.

15. Видом французького більярду є:

- а) пул;
- б) снукер;
- в) карамболь.

16. Виберіть види спорту що належать до більярду:

- а) сквош;
- б) американка;
- в) піраміда;
- г) корфбол;
- д) снукер.

17. Водне поло – це :

- а) командний вид спорту у воді, в якому команди намагаються закинути м'яч у кошик;
- б) командний вид спорту у воді, в якому команди намагаються закинути м'яч у ворота;
- в) ігровий вид спорту у воді, в якому гравці намагаються подолати з м'ячем найбільшу відстань.

18. Батьківщиною водного поло є:

- а) Росія;
- б) Англія;
- в) Франція.

19. Метою гри в гольф є:

- а) влучити м'яч у лунку ключкою за меншу кількість разів;
- б) зробити удар ключкою на найбільшу відстань;
- в) влучити м'ячем за допомогою ключки у ворота.

20. Стандартне поле для гольфу налічує:

- а) 20 лунок;
- б) 18 лунок;
- в) 11 лунок.

21. Зі скількох городків складається одна фігура в грі городки:

- а) 3-х;
- б) 6-х;
- в) 5-и.

22. Скільки фігур містить у собі гра городки:

- а) п'ять;
- б) десять;
- в) п'ятнадцять.

23. Скільки секторів має стандартна мішень в дартсі?

- а) 20;
- б) 50;
- в) 25;
- г) 100.

24. Влучення в яблучко в дартсі оцінюється в:

- а) 100 очок;
- б) 10 очок;
- в) 5 очок
- г) 50 очок.

25. Максимально можливий результат 3-ох кидків у дартсі складає:

- а) 150 очок;
- б) 180 очок;
- г) 250 очок.

26. Батьківщиною корфболу є :

- а) США;
- б) Франція;
- в) Нідерланди;
- г) Англія.

27. У корфбол грають тільки:

- а) жінки;
- б) змішані команди;
- в) чоловіки.

28. Поле для гри в кронум має форму:

- а) кола;
- б) прямокутника;
- в) квадрату.

29. Склад команди (на полі) для гри в кронум складає:

- а) 5-ть гравців;
- б) 6 гравців;
- в) 7 гравців;
- г) 10 гравців;
- д) 11 гравців.

30. Командна спортивна гра, яка проводиться на льодовому полі:

- а) індорхокей;
- б) крикет;
- в) керлінг.

31. Інвентар для гри в керлінг називається:

- а) шайба;
- б) камінь;
- в) м'яч.

32. Для гри в лакрос використовується:

- а) кулька;
- б) ключка;
- в) стік.

33. Склад команди (на полі) для гри в лакрос складає:

- а) 5-ть гравців;
- б) 6 гравців;
- в) 10 гравців;
- г) 11 гравців.

34. Висота сітки в настільному тенісі складає:

- а) 20,5 см;
- б) 18,2 см;
- в) 15,25 см;
- г) 11,6 см.

35. «Свічка» в настільному тенісі це:

- а) атакуючий удар з великою траєкторією;
- б) захисний удар з верхнім обертанням і середньою швидкістю;
- в) атакуючий удар. В якому акцент робиться на швидкість м'яча.

36. Батьківщиною пляжного футболу є:

- а) Туреччина;
- б) Бразилія;
- в) ПАР;
- г) Мексика.

37. Матч в пляжному футболі складається з:

- а) 2 періодів по 15 хв.;
- б) 3 періодів по 15 хв.;
- в) 2 періодів по 30 хв.;
- г) 2 періодів по 20 хв.

38. Поло – це:

- а) водний вид спорту, в якому дві команди намагаються забити м'яч у ворота;
- б) командний вид спорту з м'ячем, в якому учасники грають верхи на конях і переміщують м'яч по полю ключкою з великою траєкторією;
- в) особистий вид спорту з ракетками.

39. Регбі був винайдений в:

- а) Новій Зеландії;
- б) Англії;
- в) США.

40. Основними змаганнями з регбі європейських команд є:

- а) Кубок Трьох націй;
- б) Кубок європейських чемпіонів;
- в) Кубок європейських націй.

41. Тривалість гри в регбі складає:

- а) 2х20 хв.;
- б) 2х45 хв.;
- в) 2х40 хв..

42. Сквош – це:

- а) ігровий вид спорту з ракетками в закритому приміщенні;
- б) інша назва тенісу;
- в) ігровий вид спорту з ракетками, метою якого є перебити м'яч через сітку.

43. Змагання з тенісу проводиться в:

- а) парному розряді;
- б) одиночному розряді;
- в) одиночному і парному розрядах.

44. Перемогу в геймі в тенісі визначають за:

- а) кількістю виграних очок за 10 хв. ;
- б) виграшем 3-го м'яча (15-15-10);
- в) виграшем 4-го м'яча (15-30-40).

45. Перемога в сеті в тенісі зараховується за умови:

- а) виграшу тай-брейку;
- б) переваги в 2 гейми;
- в) виграшу 4-х геймів.

46. Гра в теніс складається:

- а) з 5-ти сетів;
- б) з 4-х сетів;
- в) з 3-х сетів;
- г) з 3-х сетів для жінок і 5 сетів для чоловіків.

46. Склад команди (на полі) для гри в флагфутбол складає:

- а) 5-ть гравців;
- б) 6 гравців;
- в) 10 гравців;
- г) 11 гравців.

47. Тривалість гри флагфутбол складає:

- а) 2х 20 хв.;
- б) 2х40 хв.;
- в) 2х30 хв.

48. Футзал проводиться на майданчику розміром:

- а) 20х50 м;
- б) 30х45 м;
- в) 15-20х25-40 м

49. Кількість гравців у команді з футзалу на полі становить:

- а) 5-ть гравців;
- б) 6 гравців;
- в) 7 гравців;

50. Бенді – це:

- а) хокей з м'ячем;
- б) хокей з шайбою;
- в) хокей на траві.

51. За червону картку в хокеї з м'ячем призначається :

- а) вилучення на 5 хв.;
- б) вилучення на 2 хв.;
- в) видалення з гри;

52. Тривалість гри в хокей з шайбою складає:

- а) 3х20 хв.;
- б) 3х25 хв.;
- в) 2х30 хв..

53. Суддівська бригада в хокею з шайбою складається з:

- а) 2-х суддів;
- б) 3-х суддів;
- в) 4-х суддів.

54. Хокей на траві вперше ввійшов у програму Олімпійських ігор у:

- а) 1908 р.;
- б) 1924 р.;
- в) 1980 р.

55. Склад команди в хокеї на траві:

- а) 5-ть гравців;
- б) 6 гравців;
- в) 11 гравців;

56. Індорхокей – це:

- а) спортивна гра в м'яч з ключками на трав'яних і штучних майданчиках;
- б) спортивна гра з ключками на льодовому покритті;
- в) спортивна гра з м'ячем з ключками в закритих приміщеннях на паркеті.

57. Тривалість гри в флорбол складає:

- а) 3х20 хв.;
- б) 3х25 хв.;
- в) 2х30 хв..

58. Виберіть види спорту що є похідними з баскетболу:

- а) стрітбол;
- б) американка;
- в) нетбол;
- г) корфбол;
- д) флагбол.

59. Виберіть види спорту що належать до хокею:

- а) лакрос;
- б) флорбол;
- в) нетбол;
- г) бенді;
- д) керлінг.

60. Який м'яч має найменшу вагу:

- а) волейбольний;
- б) стрітбольний;
- в) футбольний;
- г) для гольфу;
- д) тенісний.

61. В яких видах спорту грають овальним м'ячем:

- а) бейсбол;
- б) поло;
- в) корфбол;
- г) регбі;
- д) кронум;
- е) американський футбол.

62. В яких іграх необхідна ракетка:

- а) крикет;
- б) поло;
- в) теніс;
- г) бадмінтон;
- д) кронум;
- е) сквош.

63. В яких іграх необхідна біта:

- а) крикет;
- б) поло;
- в) городки;
- г) бейсбол;
- д) кронум;
- е) софтбол.

Література:

1. Бабушкин В.З. Специализация в спортивных играх – К.: Здоров'я, 1991. – 162 с.
2. Барчукова Г.А. Настольный теннис. — М. : Физкультура и спорт, 1990. — 175 с. — (Спорт для всех).
3. Вознюк Т.В. Сучасні ігрові види спорту. / Вознюк Т.В. – Вінниця: ДОВ «Вінниця», ВДПУ, 2008. – 350 с.
4. Все о спорте. Справочник 2-е изд. доп. /Сост. А.А. Добров. – М.: Физкультура и спорт, 1978.
5. Драчук А.І.,Свіщук Н.С. Теорія і методика викладання гандболу: Навчальний посібник. – Вінниця: Планер, 2008. – 164 с.
6. Дубенчук А.І. Спортивні ігри з м'ячем: правила. – Х.: ТОРСІНГ ПЛЮС, 2006. – 288 с.
7. Клещев Ю.Н. Спортивные игры и методика преподавания. – М: Физкультура и спорт, 1985.
8. Костюкевич В.М., Вознюк Т.В., Драчук А.І. Теорія і методика викладання спортивних ігор (курс лекцій): Навчальний посібник. – Вінниця: ДОВ «Вінниця», ВДПУ, 2004. – 117 с.
9. Костюкевич В.М. Організація і проведення змагань із спортивних ігор. Навчальний посібник для студентів вузів – Вінниця: ВДПУ, 2001. – 216 с.
10. Метцлер П. Теннис / Пер. с англ. В. Вашедченко, Ю. Яснева. — М.: Агентство «ФАИР» , 1997. — 336 с, ил.
11. Руденко Б. Кёрлинг — игра джентльменов // Наука и жизнь. — М.: Правда, 1990. — Вып. 2. — С. 65—66.
12. Спортивні ігри /Під ред. А.В. Івойлова, В.А. Титаря. – Харків: «Основа», 1993.
13. Спортивные игры /Под ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова. – М.: Издательский центр «Академия», 2002.
14. Спортивные игры /Под ред. Ю.И. Портных. – М: Физкультура и спорт, 1986. – 320 с., ил.
15. Спортивные игры: правила, тактика, техника / Серия «Высшее профессиональное образование». – Ростов н/Д.: Изд-во «Феникс», 2004. – 448 с.
16. Спортивные игры: Совершенствование спортивного мастерства: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений /Ю.Д.Железняк, Ю.М. Портнов,

В.П. Савин и др.; Под ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова. – М.: Изд. центр „Академия”, 2004. – 400 с.

17. Спортивные игры: Техника, тактика, методика обучения: Учеб. для студ. высш. пед. учеб. заведений / Ю.Д.Железняк, Ю.М. Портнов, В.П. Савин, А.В. Лексаков; под ред. Ю.Д. Железняк, Ю.М. Портнова. – М.: Изд. центр „Академия”, 2002. – 520 с.

18. Физкультура и спорт. Малая энциклопедия (перевод с немецкого). – М.: Радуга, 1982. – 374 с.

19. Хоккей на траве. Правила соревнований. - М.: ФиС, 1980. – 72 с.

20. Хоккей на траве. Правила соревнований. - М.: ФиС, 1980. – 72 с.

21. Хромаев З. Мини-баскетбол / З. Хромаев, В. Гуревич, Л. Шабанова, Л. Поплавский – К.: ФБУ, ТОВ «Друкарня «Літера», 2010. – 47 с.

22. Энциклопедия для детей. Т. 20. Спорт / Глав. ред. В. А. Володин. — М.: Аванта+, 2001. — 624 с.: ил.

Зміст

Передмова	3
Розділ 1. Спортивні ігри у системі фізичного виховання	
1.1. Соціально-культурні передумови виникнення сучасних спортивних ігор.....	4
1.2. Значення спортивних ігор у сучасному суспільстві	6
1.3. Специфічні ознаки спортивних ігор	8
1.4. Характеристика ігрової діяльності	11
1.5. Організація змагань зі спортивних ігор	13
Розділ 2. Історичні аспекти виникнення та розвитку сучасних спортивних ігор в світі та в Україні. Основні правила змагань.	17
2.1. Американський футбол	18
2.2. Бадмінтон	37
2.3. Баскетбол 3х3 (Стрітбол)	41
2.4. Бейсбол	45
2.5. Більярд	54
2.6. Водне поло	65
2.7. Гольф	72
2.8. Городки	83
2.9. Дартс	87
2.10. Диск-гольф	91
2.11. Канополо	92
2.12. Корфбол	93
2.13. Крикет	96
2.14. Кронум	99
2.15. Керлінг	105
2.16. Лакрос	108
2.17. Міні-баскетбол	111

2.18. Міні водне поло	113
2.19. Міні-гандбол	114
2.20. Міні-гольф	115
2.21. Настільний теніс	118
2.22. Нетбол	130
2.23. Пейнтбол	133
2.24. Пляжний волейбол	136
2.25. Пляжний гандбол	144
2.26. Пляжне регбі	147
2.27. Пляжний футбол	149
2.28. Поло	151
2.29. Регбі	152
2.30. Сквош	162
2.31. Софтбол	170
2.32. Теніс	171
2.33. Флаг-футбол (флагбол)	182
2.34. Футзал (AMF)	190
2.35. Хокей	194
2.36. Хокей з м'ячем	195
2.37. Хокей з шайбою	206
2.38. Хокей на траві	220
2.39. Індорхокей	226
2.40. Флорбол	231
Розділ 3. Самостійна робота	232
Література	243

НАВЧАЛЬНЕ ВИДАННЯ

Тетяна Володимирівна Вознюк, кандидат наук з фізичного виховання і спорту, доцент кафедри теорії і методики фізичного виховання та спорту

**СУЧАСНІ ІГРОВІ ВИДИ СПОРТУ:
ТЕОРІЯ ТА МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ**

Навчальний посібник