

**Міністерство освіти і науки України
Миколаївський національний університет
ім. В.О.Сухомлинського**

**ТУПЄЄВ
Юлай Вільович**

ЛЕГКА АТЛЕТИКА ТА МЕТОДИКА ВИКЛАДАННЯ

**Конспект лекції для студентів
спеціальності 014.11 Середня освіта (Фізична культура)**

**Затверджено на засіданні
кафедри спорту
Протокол № ____ від _____ 2017 р.**

- Рецензенти: 1. Бірюк С.В., к.н.з ф.к.і.с., доцент кафедри спорту
2. Тіхоміров А.І., доцент кафедри спорту

Тупеєєв Юлай Вільович

Легка атлетика та методика викладання. Конспект лекції для студентів бакалаврату, спеціальності 014.11 Середня освіта (Фізична культура)

Лекція розкриває один з теоретичних розділів нормативної дисципліни «Легка атлетика та методика викладання», присвячений організації легкоатлетичних змагань, технології їх проведення та суддівства, організації волонтерської допомоги.

Матеріал лекції пов'язаний із всіма темами дисципліни «Легка атлетика та методика викладання».

На вивчення лекції відводиться 8 год. самостійної роботи студентів.

3 СЕМЕСТР.

ОРГАНІЗАЦІЯ ТА ПРОВЕДЕННЯ ЗМАГАНЬ З ЛЕГКОЇ АТЛЕТИКИ

Метою лекції є професійна підготовка студентів до практичної діяльності в якості вчителя фізичної культури в учбових закладах середньої освіти.

Завдання лекції:

1. Дати уявлення студентам про підготовку, організацію та проведення змагань з легкої атлетики.
2. Дати уявлення про функціональні обов'язки суддів з легкої атлетики.
3. Детально розглянути особливості та специфіку організації та суддівства змагань з різних видів легкоатлетичної програми.

План

1. Види та задачі змагань з легкої атлетики;
2. Календар змагань. Положення про змагання;
3. Організація, підготовка та проведення змагань;
4. Суддівська колегія;
5. Діяльність керівника змагань з підготовки та проведенні змагань;
6. Секретаріат змагань;
7. Ведення інформації на змаганнях;
8. Робота служби нагородження;
9. Служба підготовки стадіону, спортивного інвентарю та обладнання;
10. Служба збору, реєстрації та контролю учасників.
11. Робота диспетчерської служби змагань;
12. Допінг-контроль в легкій атлетиці.
13. Технологія проведення змагань з окремих видів легкої атлетики:
 - 13.1. Загальні положення:
 - заявка на участь у змаганнях;

- нез'явлення учасника;
- вимоги до учасників змагань;
- форма, взуття та номери учасників;

13.2. Змагання з бігу:

- розмітка стадіону для бігових видів легкої атлетики;
- функціональні обов'язки суддівських бригад з бігу;

13.3. Змагання зі спортивної ходьби.

13.4. Змагання зі стрибків:

- обладнання місць змагань;
- проведення змагань;
- права та обов'язки учасників;
- випадки, коли спроба не зараховується;

13.5. Змагання з метань:

- обладнання місць змагань;
- проведення змагань;
- права та обов'язки учасників;
- випадки, коли спроба не зараховується;

13.6. Змагання з багатоборства.

Ключові слова: змагання, правила, суддівство, сектор, забіг, спроба, дискваліфікація.

Основні поняття лекції: календар змагань, положення про змагання, суддівська колегія, суддівська бригада, обладнання сектору, права та обов'язки учасників змагань.

1. Види та задачі змагань з легкої атлетики

Спортивні змагання є важливою складовою частиною педагогічного процесу, направленою на виховання фізично розвиненої, вольової і загартованої молоді.

Змагання є найбільш дієвим засобом перевірки роботи будь-якої фізкультурної організації, педагогічної майстерності викладацьких і тренерських кадрів, обміну передовим досвідом кращих спортсменів,

розповсюдження сучасної високої техніки легкоатлетичних вправ і найбільш довершених методів тренування.

Змагання підвищують інтерес до систематичних занять легкою атлетикою, яка є популярним та найбільш масовим видом спорту в світі.

Залежно від задач і умов визначення переможців змагання класифікуються як:

- особисті, в яких визначаються місця всіх учасників (відповідно до віку, статі, спортивній кваліфікації) в кожному виді програми;

- особисто-командні, у яких визначаються одночасно особисті і командні результати учасників даних змагань;

- командні, в яких визначаються тільки місця, зайняті командами. Командний характер носять матчеві зустрічі між командами спортивних установ, міст, районів, областей, республік, країн і ін.

- колективні змагання, в яких місця організацій, які беруть участь, визначаються по сумі місць, зайнятих декількома командами (дорослих, юніорів, хлопців, чоловіків, жінок і ін.).

По характеру проведення змагання бувають:

- офіційна першість, в якій розігрується звання чемпіона даної спортивної організації, району, міста, області, краю, республіки, країни, континенту або світу. Такі змагання діляться на відомчі і територіальні. Відомчі змагання проводяться як серед відомчих організацій (спортивні профспілкові організації - «Динамо», «Україна», „Спартак”), так і між їх збірними командами, коли ці міжвідомчі змагання проводить Комітет з фізичної культури і спорту. У територіальних змаганнях беруть участь збірні команди, складені з кращих спортсменів, що проживають на підвідомчій даному Комітету з фізичної культури і спорту території, незалежно від приналежності до спортивної організації;

- традиційні спортивні змагання, в яких розігруються призи;

- товариські, або матчеві, зустрічі за участю визначеною наперед кількістю організацій або числа учасників програми;

- класифікаційні змагання, в яких ставиться завдання визначення спортивної кваліфікації учасників;

- масові змагання - призначаються для залучення молоді і трудящих в регулярні заняття спортом, для оздоровлення широких верств населення;

Жоден вид спорту не може порівнятися з легкою атлетикою по великій кількості вправ (видів легкоатлетичного спорту), в яких проводяться змагання. Тільки одних, так званих «класичних» видів, які входять в програму Олімпійських ігор, 48.

Змагання з легкої атлетики проводяться на відкритих і закритих спортивних спорудах. Змагання проводяться на стадіонах і поза стадіоном, на шосе або міських вулицях (марафонський біг, спортивна ходьба, пробіги), на перетнутій місцевості (кроси). Дистанції цих змагань можуть бути найрізноманітнішими.

У нашій країні склалася струнка система проведення змагань з легкої атлетики. Її основними властивими рисами є відповідність змагань організаційній структурі спортивного та фізкультурного руху в країні, послідовність і спадкоємність всіх змагань, їх плановий характер, стабільність і традиційність.

У легкій атлетиці щорічно розігруються чемпіонати країни, яким передують першість областей і спортивних товариств. Крім того, в країні щорічно проводяться традиційні спортивні змагання, кроси і пробіги. Провідне місце займає легка атлетика і в Спартакіадах України, якій передують спартакіади областей, міст, районів і всіх фізкультурних організацій країни.

Постійне зростання результатів вимагає сучасного підходу до організації і проведення змагань. До першорядних вимог організації змагань відноситься: створення сприятливих умов для учасників, суддів і глядачів; оперативне забезпечення інформаційними матеріалами; наявність сучасного спортивного інвентарю; технічного устаткування для суддівського апарату і всіх служб, що працюють на змаганнях.

Найбільш сприятливими умовами для учасників є - створення якнайкращих можливостей для проведення своєчасної і якісної розминки перед стартом; дотримання графіку змагань; об'єктивне суддівство; доброзичливість суддів і обслуговуючого персоналу; наявність сучасного інвентарю і обладнання; повна і своєчасна інформація;

для суддів - добре обладнані місця для роботи; сучасна допоміжна техніка (у тому числі і оргтехніка);

для глядачів - зручність спостереження за ходом змагань; своєчасна повна і наочна інформація;

для преси - максимум зручності в роботі; своєчасна і точна інформація.

2. Календар змагань. Положення про змагання

Щоб змагання пройшли організовано, цікаво і захоплююче, принесли радість глядачам, учасникам і організаторам, треба прикласти немало сил, енергії, досвіду, знань багатьох фахівців: працівників спортивних комітетів і рад, спортивних товариств та відомств, спортивних баз і стадіонів, редакцій газет і журналів.

Спортивні змагання проводяться відповідно до річних календарних планів, які затверджуються найвищим органом провідної організації, як-то: колегією Комітету з фізичної культури і спорту (де немає колегії - головою комітету), президією спортивного товариства, правлінням спортивного клубу. В плані наводиться назва та категорія змагань, термін та місце їх проведення, прізвище призначеного керівника змагань.

Кожна спортивна установа, починаючи від колективу фізкультури, складає свій річний календар змагань. Свій календар складають міжнародна, європейська, національна і обласна любительські федерації легкої атлетики. Кожен календар повинен враховувати змагання вищестоящої організації.

Планування змагань сприяє регулярному проведенню навчально-тренувальної роботи у всіх ланках фізкультурного руху і залученню до занять спортом широких мас населення, підвищення їх спортивної

підготовленості. Календарне планування дозволяє колективам фізичної культури і окремим спортсменам за наявності високих спортивних результатів брати участь у змаганнях будь-якого масштабу.

На підставі календарного плану спортивних змагань розраховуються необхідні для проведення асигнування.

Організація, яка проводить змагання, складає положення про змагання, в якому стисло висловлюється його зміст і передбачаються наступні розділи:

- 1) цілі і завдання;
- 2) місце і дата проведення;
- 3) керівництво змаганням і система його проведення;
- 4) організації, що беруть участь у змаганнях, і учасники змагань (стать і рік народження); чисельний склад спортсменів і суддів;
- 5) програма змагання по днях;
- 6) система оцінки результатів (порядок і умови визначення особистої і командної першості);
- 7) порядок нагородження переможців і призерів змагання;
- 8) умови прийому учасників і суддів;
- 9) порядок і термін подачі заявок;
- 10) порядок подачі протестів і їх розгляду.

3. Організація, підготовка і проведення змагань

Для здійснення комплексу заходів щодо організації, підготовки і проведення змагань високого рангу (міжнародні зустрічі, чемпіонати України і ін.) організація, що проводить змагання, створює організаційний комітет, а при проведенні інших змагань - робочі групи. До роботи в них притягуються працівники спортивних організацій (комітетів, спортивних товариств, спортклубів, колективів фізкультури), а також представники громадських органів, спонсори, ветерани спорту. Діяльність організаційних комітетів (робочих груп) здійснюється згідно плану, в який включаються заходи щодо організації та проведення змагань. У організаційному комітеті доцільне

створення комісій, на які покладається реалізація заходів щодо того або іншого розділу плану. Для прикладу приводимо найменування і основний напрям роботи комісій організаційного комітету чемпіонату Європи з легкоатлетичних метань, який проводився в 2007 р. в м. Ялта.

Комісії організаційного комітету чемпіонату Європи 2007 р. з легкоатлетичних метань і здійснювані ними заходи:

1. Комісія зі спортивних споруд і об'єктів технологічного забезпечення:

- контроль за виконанням спортивно-технологічних вимог при проектуванні, реконструкції спортивних споруд, призначених для проведення чемпіонату, а також для використання в після змагальний період;
- координація і контроль діяльності різних організацій, які беруть участь в проектуванні, будівництві і підготовці спортивних споруд до змагань;
- контроль за підготовкою спортивних споруд, призначених для проведення чемпіонату (стадіон, сектори для метання спису, диску, молоту, штовхання ядра).

2. Комісія з прийому і розміщення:

- підготовка і організація прийому і розміщення офіційних осіб, учасників змагань, журналістів і туристів, що прибувають на чемпіонат;
- розробка програм перебування в країні офіційних осіб, журналістів, учасників, туристів;
- підготовка і організація відправки офіційних осіб, журналістів, учасників, туристів.

3. Комісія з комунального, побутового обслуговування і торгівлі:

- підготовка підприємств комунально-побутового обслуговування в районі мешкання учасників, суддів, туристів;
- організація комунально-побутових послуг учасникам, офіційним особам, журналістам, туристам;

- організація торгівлі в місцях проведення змагань і проживання учасників і гостей;

4. ***Комісія з медичного обслуговування:***

- організація медико-санітарного обслуговування чемпіонату;
- організація пункту антидопінгового контролю.

5. ***Комісія з транспорту:***

- доставка до місць змагань і обслуговування в дорозі учасників, офіційних осіб, журналістів, гостей, туристів;
- забезпечення транспорту для екскурсій по місту;
- забезпечення обслуговування чемпіонату необхідним транспортом.

6. ***Комісія з безпеки і громадського порядку:***

- планування і організація заходів щодо забезпечення безпеки та громадського порядку в місцях проведення змагань і мешкання учасників, офіційних осіб, журналістів, туристів;
- забезпечення пожежної безпеки на вказаних об'єктах;
- забезпечення безпеки дорожнього руху в місті і місцях, призначених для відвідин учасниками, офіційними особами і гостями чемпіонату.

7. ***Комісія з організації харчування:***

- підготовка підприємств харчування і торгівлі до обслуговування чемпіонату;
- організація харчування учасників чемпіонату, офіційних осіб, журналістів і туристів, прибулих на чемпіонат;
- організація харчування учасників, суддів, офіційних осіб в готелі і на стадіоні.

8. ***Комісія з проведення змагань - суддівська колегія:***

- здійснення програмної і спортивно-технічної сторони підготовки та проведення змагань, зокрема розробка програми технічного регламенту, урочистих і офіційних церемоній чемпіонату, а також

структури, складу, матеріально-технічного забезпечення суддівської колегії і інших служб;

- сумісна участь з відповідними комісіями в розробці пропозицій, рекомендацій і висновків за завданнями і планами робіт, пов'язаних з підготовкою і проведенням змагань (зв'язок, радіомовлення і телебачення, комплекс суддівсько-інформаційної апаратури, транспорт і ін.);
- випуск відповідної офіційної документації.

9. Комісія із зв'язку, телебачення і радіомовлення:

- підготовка радіо і телеканалів для трансляції змагань на територію України і за її межі;
- організація обслуговування всіх осіб, що беруть участь в заходах чемпіонату, засобами міжнародного, міжміського і міського телефонного зв'язку; вільного доступу до всесвітньої мережі Інтернет;
- експлуатація інформаційно-комп'ютерного центру, прес-центру і комплексу суддівсько-інформаційної апаратури;
- підготовка кадрів експлуатаційників інформаційно-комп'ютерного центру і комплексу суддівсько-інформаційної апаратури;
- підготовка і забезпечення телетрансляції з чемпіонату телекомпаніями і організаціями України і зарубіжних країн;
- забезпечення внутрішньою відеоінформацією визначеного контингенту суддів і офіційних осіб чемпіонату.

10. Комісія з пропаганди і агітації:

- проведення пропагандистсько-роз'яснювальної роботи до початку чемпіонату (за 3-5 місяців) на підприємствах, в установах, учбових закладах міста;
- випуск наочної і друкарської пропаганди (афіші, плакати, програми, листівки і ін.);
- оформлення, стадіону, місць мешкання, харчування, вулиць міста засобами наочної агітації;

- підготовка і проведення виступів по радіо, телебаченню, в пресі організаторів змагань, спортсменів, тренерів;
- організація і проведення прес-конференцій.

Робота організаційного комітету складається з ряду великих розділів.

Нижче наводимо, в якості зразку, перелік заходів, які були включені в план роботи організаційного комітету з підготовки та проведення чемпіонату України 2007 р. в м. Києві.

I. Попередня організаційна робота

1. Ухвалити на засіданні президії національної федерації легкої атлетики склад організаційного комітету з підготовки і проведення змагань.
2. Скласти кошториси витрат: на підготовку і проведення змагань; на оформлення стадіону.
3. Скласти план роботи і засідань організаційного комітету змагань.
4. Створити комісії організаційного комітету:
 - по підготовці стадіону, допоміжних споруд і їх технічного забезпечення;
 - по організації і проведенню змагань;
 - по прийому і розміщенню учасників, офіційних осіб, суддів, представників преси та телебачення;
 - по організації харчування;
 - по побутовому і комунальному обслуговуванню і торгівлі;
 - по транспорту;
 - по зв'язку, телебаченню, радіомовленню, інформації;
 - по безпеці і громадському порядку;
 - по пропаганді і агітації.
5. Скласти план підготовки та оформлення Національного стадіону.
6. Скласти план організаційно-пропагандистської роботи.

7. Визначити чисельний склад суддівської колегії і обслуговуючого персоналу. Вирішити питання про екіпіровку суддів, офіційних осіб, обслуговуючого персоналу.

8. Призначити склад керівних органів суддівської колегії, розподілити обов'язки в Головній суддівській колегії (ГСК).

9. Скласти регламент змагань, розклад, пам'ятку для суддів.

10. Скласти план проведення семінару місцевих і іногородніх суддів.

11. Випустити барвисті афіші і програми.

12. Виготовити пам'ятні значки, вимпели.

13. Встановити пам'ятні призи спортивних організацій, редакцій газет, шефських організацій.

14. Вирішити питання про трансляцію і пропаганду змагань по телебаченню та радіо.

II. Безпосередня організаційна робота

1. Здійснювати систематичний контроль за виконанням плану

2. підготовки стадіону.

3. Випустити основну суддівську документацію:

– регламент змагань;

– розклад проведення змагань; диспетчерський графік змагань;

– сценарій урочистого відкриття, нагородження переможців і закриття змагання;

– план проведення семінару суддів і репетицій їх роботи;

– пам'ятку суддям;

– бланки протоколів і іншої суддівської документації.

4. Обладнати приміщення секретаріату.

5. Вислати виклики на суддівство іногороднім суддям і запрошення місцевим суддям.

6. Виготовити стартові номери учасників.

7. Скласти графік надання стадіону для розминки збірним командам областей.

8. Вирішити питання про розміщення учасників і суддів в готелях міста.
9. Забезпечити розміщення представників преси та телебачення, акредитованих на чемпіонат.
10. Забезпечити транспортом учасників, суддів, пресу, телебачення і офіційних осіб.
11. Дати заявки на обладнання на стадіоні прес-центру і прес-бару.
12. Прийняти готовність стадіону, підсобних приміщень по акту.
13. Вирішити питання про забезпечення змагань апаратурою фотофінішу, хронометрами, рулетками, раціями і ін.

III. Робота в період безпосереднього проведення змагань

1. Забезпечити музичний супровід для відкриття і закриття змагань.
2. Забезпечити контроль за наявністю на стадіоні прапорів і записів гімну України.
3. Організувати медичне забезпечення:
 - підготувати медкабінет на стадіоні;
 - забезпечити наявність медперсоналу під час розминки та проведення змагань;
 - забезпечити чергування карети швидкої допомоги на стадіоні в дні змагань.
4. Підготувати місця і інвентар для розминки учасників.
5. Провести семінар-нараду суддівської колегії.
6. Організувати роздачу суддівської форми членам суддівської колегії.
7. Перевірити відповідність стандартам наявного інвентарю і вимірювальної апаратури.
8. Провести технічну нараду з представниками команд.
9. Організувати акредитацію журналістів, провести прес-конференцію.

IV. Пропагандистсько-агітаційна робота

1. Організувати розклеювання афіш по місту.

2. Виставити щити-афіші в громадських місцях, залізничних і автобусних вокзалах, аеропортах, річковому порту, площах, кінотеатрах, магазинах, станціях метро.

3. Виготовити і розповсюдити малі афіші в громадському транспорті.

4. Організувати на стадіоні продаж сувенірної продукції.

5. Організувати розповсюдження квитків на підприємствах.

6. Запросити почесних гостей.

7. Вирішити питання про безкоштовні відвідини змагань школярами та студентською молоддю.

Календар *шкільних змагань* складається з умов участі збірних команд у районній чи міській спартакіаді школярів, спортивних заходів, які є традиційні в даній школі. В розкладі спортивних свят на початку і наприкінці учбового року обов'язково є види легкоатлетичного спорту; досить часто проводиться першість школи з легкої атлетики.

При плануванні спортивних заходів на учбовий рік в школі вже стало традиційним проведення Спартакіади школи чи окремих першостей з видів спорту, які входять у програму "Основ здоров'я і фізичної культури". Крім традиційних змагань з легкої атлетики проводяться також змагання з чотирьохборства, "Старти надій" та легкоатлетичний крос. З цих видів Міністерство освіти і науки України проводить першість серед школярів, де беруть участь загальноосвітні заклади, переможці обласних змагань.

Календар спортивних заходів з легкої атлетики в учбовому закладі передбачає також участь збірної легкоатлетів у легкоатлетичних естафетах, котрі проводять міські чи районні спортивні комітети, які проводяться з метою популяризації легкої атлетики та залучення учнів до регулярних занять спортом. Календар спортивних заходів і їх терміни, які включаються в річний план роботи школи, у загальноосвітніх навчальних закладах має затвердити директор.

Для кращого проведення шкільної Спартакіади створюється організаційний комітет, в який входять: директор ЗОШ, зам. директора з виховної роботи, психолог, керівник з допризовної підготовки, вчителя фізичного виховання, лікар школи.

За бажанням в організаційний комітет можна ввести представника батьківського комітету школи, спонсорів і вчителів-класних керівників. Учителі фізичного виховання мусять ретельно підготуватися до першого засідання організаційного комітету, провести бесіду з кожним членом організаційного комітету, визначити функціональні обов'язки кожного члену комітету. На першому засіданні учитель фізичної культури - головний секретар Спартакіади загальноосвітнього учбового закладу, - знайомить всіх присутніх з положенням про проведення змагань.

Приклад положення про змагання з легкої атлетики в програмі Спартакіади загальноосвітньої школи.

1. Мета та завдання змагань:

- популяризація легкої атлетики.
- масове залучення школярів до занять легкою атлетикою в групах ДЮСШ та шкільній секції;
- перевірка легкоатлетичної підготовки учнів школи;
- формування збірної команди школи з легкої атлетики для участі у міських та обласних змаганнях;
- виявлення переможців в окремих видах програми.

2. Час і місце проведення змагань:

Щоб встановити час і визначити місце проведення змагань, потрібно дуже ретельно враховувати можливості спортивної бази, яка буде готова прийняти спортсменів в цей час, щоб змагання не переносити на другий термін.

3. Програма змагань:

У програмі потрібно вказати види легкої атлетики серед юнаків і дівчат (окремо за віковими групами) і, по можливості, скласти розклад. Більшість

шкільних змагань проходять в один день, районні чи міські - в два дні. Програма змагань з легкої атлетики серед старшокласників загальноосвітньої школи:

Дівчата 10-12 класи: біг 100 м, 400 м, 800 м, стрибки у висоту з розбігу (початкова висота 105 см), стрибки у довжину з розбігу, штовхання ядра (4 кг), метання гранати, естафета 4 x 100 м. Юнаки 10-12 класи: 100 м, 400 м, 1500 м (або 3000 м), стрибки в висоту з розбігу (початкова висота 120 см), стрибки у довжину з розбігу, штовхання ядра (5кг), метання гранати.

При складанні розкладу змагань обов'язково потрібно знати можливості легкоатлетичної бази, на якій будуть проводитись змагання (кількість доріжок по прямій, кількість доріжок по колу стадіону, кількість секторів для стрибків і метань). Для якісного побудування розкладу треба знати, по можливості, точний чисельний склад спортсменів-учасників у кожному виді змагання. Дуже велике значення має кваліфікація суддів, котрі будуть обслуговувати змагань, від їх підготовки багато в чому залежить успіх проведення змагань.

Треба спланувати, скільки часу буде потрібно, щоб провести змагання з легкої атлетики в школі. За правилами змагань у всіх стрибках і метаннях дається 1 хвилина спортсменові на виконання спроби. Знаючи кількість стрибунів, можна приблизно визначити, скільки триватимуть змагання. Щоб знати, скільки часу займе бігова програма змагань, треба знати, яка кількість спортсменів буде в забігах на різних дистанціях. При цьому треба вважати на те, що в бігу на 100 м і на 400 м спортсмени бігтимуть тільки по своїх доріжках. Знаючи кількість учасників, кількість доріжок на шкільному стадіоні і приблизні результати школярів на кожній дистанції, можна визначити, скільки часу потребує проведення забігів на кожній дистанції.

Часто шкільні змагання проводяться на стадіоні, де нема розмітки бігових доріжок. В такому випадку на дистанцію більше 100 м дається загальний старт для усіх учасників (не більше 8 спортсменів в одному забігу). В бігу на 1000 м - не більш 10 спортсменів у одному забігу, в бігу на 1500-

3000 м серед дівчат - до 20 осіб, а серед юнаків - до 15 чоловік у одному забігу.

4. *Учасники змагань:*

У цьому розділі вказуються класи, чи вік школярів, які беруть участь у змаганнях, командний чисельний склад.

5. *Умови заліку:*

Треба чітко вказати, за якою формою проводяться змагання: особисті чи особисто-командні. При проведенні змагань особисто-командних слід обумовити, в скількох видах змагань може взяти участь кожен член команди. Можна також обумовити, результати якого рівня будуть зараховуватися в залік команді (наприклад, результат рівня не нижче за норматив І юнацького розряду в даному виді). Треба також вказати, скільки залікових результатів зараховується команді, для визначення командної першості.

6. *Система заліку:*

У цьому пункті потрібно чітко показати, які будуть умови командного заліку. На Україні існують дві системи командного заліку – за місцем, зайнятим учасником, або за таблицею очок Міжнародної федерації легкої атлетики. В другому випадку кожний результат, показаний на змаганнях, оцінюється відповідною кількістю очок. В системі заліку також може бути обумовлене зарахування результату в залік команді лише при умові виконання спортсменом певного спортивного розряду.

На шкільних змаганнях можливо рахувати командний підсумок за місцями, зайнятими спортсменами – за кожне місце нараховується певна кількість очок, наприклад, якщо залікові очки дають місця з першого по шістнадцяте, то за 1 місце команда отримує 20 очок, за 2 місце - 16 очок, 3 м. - 14 о., 4 м. - 13 о., 5 м. - 12 о., 6 м. - 11 о., 7 м. - 10 о., 8 м. - 9 о., 9 м. - 8 о, 10 м. - 7 о., 11 м. - 6 о., 12 м. - 5 о., 13 м. - 4 о., 14 м. - 3 о., 15 м. - 2 о., 16 м. - 1 о.

Бажано також установити преміальні очки за виконання спортивного розряду.

Система заліку може бути і по місцях: кожний учасник у підсумковому протоколі отримує кількість очок, ідентичну зайнятому ним місцю. У командний залік ідуть результати з усіх видів програми. Команда, яка набрала найменшу суму очок, буде визнана переможницею.

Треба дуже уважно підвести рахунок і обов'язково застосувати штрафні санкції до команд, які не виставили своїх спортсменів на окремі види програми.

7. Заявка і допуск до змагань:

Заявка - документ, згідно якого допускається команда (спортсмени) до участі в змаганнях. При проведенні шкільних змагань вчитель фізичної культури роздає бланки заявок капітанам команд. Попередні заявочні листи вчитель фізичної культури збирає за 1 добу до початку змагань. На змаганнях районного або міського рівня заявки та картки учасників здаються головному секретарю за 1 добу до початку змагань.

На нараді капітанів команд вчитель фізичної культури пояснює, як потрібно заповнювати заявочний лист:

Приклад заявочного листа загальноосвітньої школи

ЗАЯВКА

Для участі збірної команди 6-А класу у першості ЗОШ № 4 з легкої атлетики

14-15 жовтня 2007 р.

шкільний стадіон

№	Прізвище, ім'я	Дата народження	Нагрудний номер	Вид програми	ПІБ тренера	Віза лікаря, печатка
1	Ковальчук Сергій	12.03.1996	18	стрибки у висоту	Демидов В.В.	допущений
2	Петренко Микола	24.04.1996	21	100 м, 400 м	Главатий С.М.	допущений
3						

Класний керівник

Капітан команди

Директор ЗОШ

8. Нагородження.

Слід вказати, які нагороди і при яких умовах отримують переможці та призери змагань.

Положення про шкільні змагання слід затвердити не пізніше, ніж за місяць. В школі потрібно вивісити об'яву, де будуть вказані основні пункти положення про змагання. На нараді вчителю слід доповісти педколективу про проведення змагань з легкої атлетики. Після затвердження положення у директора школи перед вчителями фізкультури стоять дві головні задачі – підготовка суддів та спортивної бази.

9. Керівництво змаганнями.

В цьому пункті положення слід навести склад оргкомітету та головної суддівської колегії, наприклад:

Керівник змагань – директор ЗОШ; головний секретар – старший вчитель фізичної культури; заступник керівника змагань – завуч школи з виховної роботи; заступник головного секретаря – вчитель фізичної культури; рефері з бігу – тренер ДЮСШ; рефері зі стрибків – вчитель фізкультури; рефері з метань – тренер ДЮСШ і т. д.

4. Суддівська колегія

Для проведення кожного змагання створюється суддівська колегія. Вона формується організацією, що проводить дане змагання, спільно з президією колегії суддів федерації легкої атлетики міста (області).

Склад головної суддівської колегії даного змагання (керівник змагання і його заступники, головний секретар і його заступники, рефері з видів легкої атлетики, керівники суддівських служб) або тільки керівник і головний секретар затверджуються організацією, яка проводить змагання, і комітетом з фізичної культури і спорту (району, міста, області, країни).

Головна суддівська колегія призначається для того, щоб завчасно приступити до підготовки змагань.

Окрім головної суддівської колегії, здійснюючою керівництво підготовкою і проведенням змагань в цілому, для проведення змагань по окремих видах, а також для роботи на окремих ділянках по обслуговуванню змагань створюються бригади суддів і служби, на чолі яких стоять старші судді або керівники служб.

Функціональні обов'язки членів суддівської колегії і їх права визначені правилами змагань з легкої атлетики, затвердженими Міністерством у справах сім'ї, молоді і спорту.

За наявності в програмі бігу або ходьби, яка проводиться поза стадіоном, до складу суддівської колегії додатково включаються судді-контролери і судді на пунктах харчування. Цих суддів очолюють начальники дистанцій і їх помічники. Чисельність суддів залежить від протяжності і характеру дистанції. Застосування на змаганнях електронної апаратури (фотофініш, вимірювання результатів в метаннях і стрибках і ін.) потребує доповнення суддівської колегії технічним персоналом.

Суддівство спортивних змагань є почесним і відповідальним обов'язком. Суддя з легкої атлетики повинен бути чесним і об'єктивним, строго дотримуватися правил змагань і вимагати цього від учасників.

На змаганнях судді повинні бути у відмітній однаковій формі і мати нарукавну пов'язку або нагрудний знак, що позначають кольором або текстом ранг судді: керівник змагань, його заступники, рефері, старший суддя, суддя, стартер, секретар, суддівсько-допоміжний персонал і ін.

Кількість суддівських посад і число суддів визначається залежно від масштабу змагання, об'єму програми, графіка проведення змагань, кількості місць змагань і чисельного складу учасників в кожному виді (легкоатлетичній дисципліні).

Мінімальна кількість суддів для забезпечення проведення, наприклад, чемпіонату міста, буде в таких межах:

- керівник змагань – 1;
- головний секретар – 1;

- помічник головного секретаря - 1;
- стартер – 1;
- помічник стартера – 1;
- старший суддя на фінішу – 1;
- судді на фінішу – 5-7;
- старший суддя-хронометрист – 1;
- судді-хронометристи – 5-10;
- старший суддя на дистанції – 1;
- судді на дистанції – 4-6;
- старший суддя (стрибки, метання) – 1-2;
- судді-вимірювачі – 2-4;
- секретарі на видах – 2-3;
- суддя-інформатор – 1-3;
- служба нагородження – 1-2;

Крім того, на змаганнях будь-якого масштабу обов'язково має бути лікар, а також комендант змагань, який готує стадіон до змагань; під його керівництвом працює бригада робочих стадіону, які надають суддям обладнання, розставляють бар'єри, підносять снаряди на метаннях, загібають пісок в ямі для стрибків у довжину. При недостатньому фінансуванні змагань функції суддів та робочих можуть виконувати студенти-практиканти фізкультурного ВУЗу, або волонтери.

5. Діяльність керівника

з підготовки та проведення змагань

Діяльність керівника з змагань можна розділити на чотири етапи. Тривалість кожного етапу, послідовність і об'єм організаторської діяльності зумовлюється рівнем змагань, кількістю видів програми і чисельністю учасників.

I етап - попередньої підготовки – триває 3-6 місяців до змагань. Етап попередньої підготовки змагань рівня Олімпійських ігор, чемпіонатів світу та Європи займає значно більший період – від 1 до 4 років.

II етап підготовки - передзмагальний – триває 10-15 днів до змагань.

III етап - безпосереднього проведення змагання – включає 1-3 дні до початку змагання і, безпосередньо, дні проведення змагання.

IV етап - післязмагальний – це 2-3 дні після змагання.

На етапі **попередньої підготовки** основними задачами керівника змагання є:

1) вивчення положення про дане змагання (терміни і місце проведення змагань, кількість видів програми, кількість днів проведення змагання, чисельний склад учасників в кожному виді програми і загальна чисельність учасників і команд);

2) перевірка придатності спортивної бази (стан бігових доріжок і секторів стадіону, наявність інвентарю і обладнання, стан підсобних приміщень, наявність і стан зон розминок і ін.), а також безпосередня участь в складанні плану-графіка проведення робіт по підготовці стадіону до змагань;

3) вивчення кошторисних витрат на проведення даного змагання, особливо питань, що стосуються чисельного складу суддів, зокрема іногородніх, а також коштів на придбання нагородної атрибутики, комп'ютерних і канцелярських ;

4) участь в створенні і роботі організаційного комітету або робочої групи. У рішенні комплексу питань діяльності оргкомітету належна увага приділяється підготовці стадіону, оснащенню його інвентарем, інформаційною апаратурою, розмножувальною технікою, застосуванню в змаганні комп'ютерної техніки, комплектації суддівського апарату, рекламним заходам і ін.;

5) участь в роботі штабу по підготовці і проведенню змагання.

Створення такого органу управління виправдане. У його склад входять: керівник (представник) організації, яка проводить змагання, керівники служб даної організації (господарська, транспортна, рекламна), голова федерації (секції) і суддівської колегії (групи), керівник змагань. Діяльність штабу повинна бути направлена на реалізацію організаторської роботи з підготовки і проведення змагання;

б) участь в рішенні господарських питань:

- умови прийому і акредитації учасників, офіційних осіб, суддів, представників преси, радіо, телебачення;
- забезпечення учасників харчуванням, приготування спеціального харчування для учасників марафонського бігу і спортивної ходьби;
- забезпечення транспортними засобами учасників, суддів, офіційних осіб;
- санітарно-медичне забезпечення місць мешкання, харчування і проведення змагань;
- забезпечення суддів документацією (її перелік, виготовлення, доставка);
- забезпечення учасників стартовими нагрудними номерами (визначення необхідної кількості, замовлення, виготовлення, доставка);
- забезпечення канцелярським приладдям (перелік, кількість, придбання);
- забезпечення розмножувальною технікою (доставка до місця проведення змагань і назад, підбір фахівців, матеріальне забезпечення);
- забезпечення комп'ютерною технікою та приладдям (доставка до місця проведення змагань і назад, підбір фахівців, матеріальне забезпечення);
- умови роботи служби преси, радіо, телебачення, створення прес-центру;
- організація фінансового розрахунку по відрядженнях іногородніх суддів і офіційних осіб;

- організація прийому зарубіжних спортсменів (розміщення, харчування, культурна програма, зв'язок з суддівською колегією і ін.).

На етапі *безпосередньої передзмагальної підготовки і під час проведення змагань* в роботу керівника змагань включені такі питання:

- контроль за виконанням плану-графіка підготовки спортивної бази до проведення змагання;
- забезпечення стадіону легкоатлетичним інвентарем, вимірювальною і інформаційною апаратурою;
- підготовка інвентарю відповідно до правил змагань;
- підготовка місць змагань (бігові доріжки, сектори, зони розминок);
- підготовка і обладнання суддівських приміщень, згідно до плану розміщення відповідних служб;
- підготовка роздягалень чоловічих і жіночих, кімнат (блоків) збору учасників, реєстрації і контролю учасників; кімнат відпочинку; суддівських кімнат (секретаріату, комп'ютерної техніки, групи нагородження, медичної служби, допінгового контролю, нарад суддівської колегії, головної суддівської колегії);
- підготовка і устаткування суддівської ложі в зоні фінішу: місця для бригад суддів по бігу, служби інформації і табло; для вільних від роботи суддів; головної суддівській колегії; апеляційного журі; інспекторської групи;
- підготовка і устаткування місць на трибунах стадіону для учасників, представників і тренерів команд, офіційних осіб, преси, радіо і телебачення;
- забезпечення засобами радіоінформації і музичного супроводу змагань;
- забезпечення роботи інформаційного табло стадіону і локальних секторних табло;
- забезпечення радіозв'язку між суддівськими службами і місцями проведення змагань;

- художнє оздоблення стадіону;
- організація на стадіоні харчування і продажу сувенірної продукції;
- забезпечення організації урочистих церемоній відкриття і закриття змагань, нагородження переможців і призерів;
- виготовлення наочної схеми розташування місць змагань і допоміжних служб;
- випуск регламентуючої документації по даному змаганню: умови (регламент) проведення змагань;
- план роботи суддівської колегії; пам'ятка суддям; графік роботи суддівських бригад; диспетчерський розклад підготовки місць змагань; план роботи секретаріату;
- організація проведення змагань зі спортивної ходьби і марафонського бігу;
- прийом готовності стадіону (бази) до проведення змагання. Складання акту;
- організація медичної служби і допінгового контролю;
- проведення технічної наради з представниками команд;
- проведення інструктивної наради суддівської колегії.

Під час змагань керівник здійснює загальне керівництво і несе відповідальність за їх проведення згідно правил, положення і умов проведення.

Обов'язки і права керівника змагань визначені міжнародними правилами змагань з легкої атлетики.

Післязмагальний етап діяльності керівника змагань включає складання звіту головної суддівської колегії про проведення змагань по встановленій формі з додатком всіх матеріалів і офіційних документів, а також складання довідки-аналізу підсумків змагання з пропозиціями організації, що проводила змагання.

До складу головної суддівської колегії також входять **рефері** – один (або декілька) з бігових видів, з технічних видів (можуть бути окремі рефері

зі стрибків та метань), з багатоборств, з видів, що проводяться поза межами стадіону. До функціональних обов'язків рефері входить контроль за дотриманням правил змагань, вирішування спірних питань, які виникають в ході змагання.

6. Секретаріат змагань

Секретаріат змагань є складовою частиною суддівської колегії. Він виконує значний об'єм роботи по проведенню змагань. Діяльність секретаріату розділяють на три етапи: попередню роботу (2-3 дні до змагань); роботу його підрозділів в дні проведення змагань і роботу після закінчення змагань по складанню звітної документації.

Залежно від рівня змагань, чисельності учасників, програми змагань визначається тривалість роботи секретаріату, його структура і склад. Проте схема роботи залишається єдиною.

Організаційна структура секретаріату.

Секретаріат змагань має в своєму складі такі підрозділи:

- керівний склад;
- служба прийому і обробки заявок і жеребкування команд або окремих учасників;
- бригада обробки даних, що поступають з місць змагань у вигляді офіційних суддівських протоколів або окремої інформації за допомогою радіо- або телефонного зв'язку;
- група суддівської документації;
- служба випуску матеріалів;
- служба по роботі з представниками команд;
- довідкова служба;
- секретарі суддівських бригад.

Функціональні обов'язки.

У керівний склад секретаріату входять головний секретар, його заступники (1-4 особи) і диспетчер секретаріату.

Головний секретар змагань здійснює загальне керівництво секретаріатом, координує роботу з роботою всіх служб даних змагань, встановлює взаємодію підрозділів секретаріату.

Заступники головного секретаря (за призначенням) під час його відсутності виконують всі його функції і, крім того, керують роботою окремих бригад, служб і груп секретаріату.

Диспетчер секретаріату здійснює контроль за обробкою і рухом документації усередині секретаріату і керує службою випуску матеріалів.

Служба прийому, обробки заявок і жеребкування розпочинає свою роботу за 1-3 дні до початку змагань і проводить в дні змагань. Кожна команда представляє в дану службу заявки і картки на кожного учасника, після чого проводиться жеребкування учасників в кожному виді програми, складаються забіги.

Жеребкування перших кругів змагань по всіх видах проводиться на підставі технічних заявок команд-учасниць змагань. Жеребкування подальших кругів проводиться відразу ж після закінчення змагань попереднього круга на підставі його результатів.

Жеребкування всіх кругів змагань по всіх видах програми проводиться головним секретарем і його заступниками і оформляється протоколом, який негайно передається в бригаду обробки результатів.

Служба складає зведення про загальний чисельний склад учасників, рівні їх спортивної кваліфікації і про склад учасників в кожному виді програми.

Бригада обробки суддівських протоколів змагань здійснює перенесення результатів в особисті картки учасників з робочих протоколів по всіх видах програми і кругам змагань; розкладку карток по результатах в порядку зайнятих місць; визначає учасників подальшого круга змагань, згідно умовам проведення даного змагання і правилам змагань; позначає в особистій картці кожного учасника розряд і показаний результат; оцінює результат учасника по відповідній системі, прийнятій на даних змаганнях;

заповнює зведену таблицю про учасників, виконання розрядів і результатів, показаних в даному виді програми.

При обробці протоколів всіх видів змагань дотримуються наступних вимог:

а) у бігових видах програми - в особисті картки заносять результати тільки з фінішних карток старшого судді на фінішу і старшого хронометриста, або протоколів фотофінішу (по першоджерелу), одночасно перевіряють правильність внесення результатів в робочий протокол змагань;

б) у стрибках і метаннях - при перенесенні результатів з робочого протоколу в особисті картки в протоколі роблять відмітку про занесений результат;

в) при розкладі особистих карток учасників по результатам в порядку зайнятих місць останніми підкладаються картки учасників, які зійшли з дистанції, дискваліфікованих учасників і таких, що не з'явилися на змагання, а також учасників, що прийняли участь в змаганнях поза конкурсом;

г) у бігових видах учасники, що показали однакові результати в різних забігах, незалежно від порядку приходу на фініш, при оцінці результатів ділять місце;

д) учасники подальших кругів в змаганнях визначаються згідно умовам виходу в подальший круг у кожному виді бігової програми. У півфіналі і фіналі обов'язковим є проведення жеребкування по забігам і доріжкам;

е) до основних змагань в стрибках і метаннях допускаються спортсмени, що виконали кваліфікаційні нормативи, або 12 спортсменів, які показали кращі результати в кваліфікаційних змаганнях. Проведення жеребкування в основних змаганнях є обов'язковим.

ж) розряд проставляється в картці учасника по кращому результату змагань;

и) оцінка результату проводиться по результату, показаному у основних змаганнях.

Група суддівської документації здійснює підготовку і забезпечення всіх служб суддівській колегії необхідною суддівською документацією, організовує вивіз матеріалів і службу досьє-архів секретаріату.

Протоколи змагань друкуються, у протоколах змагань указують:

- а) повне найменування змагань (згідно положення);
- б) час і місце проведення, назва стадіону;
- в) прізвище, ім'я кожного учасника повністю, номер, приналежність до команди;
- г) рекордні досягнення в даному виді програми;
- д) початкові і подальші висоти (стрибки у висоту);
- е) відмітка про особисту участь (О) або поза конкурсом (ПК).

Розкладка протоколів змагань:

1-2-й екземпляри - на фініш або в суддівську бригаду;

3-й екземпляр - для інформації;

4-й - на дошці інформації (вивіска);

5-й - для судді при учасниках;

6-й - стартовій бригаді;

7-й - службі центрального табло стадіону;

8-й - службі визначення швидкості вітру;

9-10- й - в контрольну теку секретаріату.

У робочу теку на фініш і кожен вид стрибків і метань вкладають бланки фінальних змагань в двох екземплярах, а також нагородний бланк в двох екземплярах. Якщо суддівські робочі місця обладнані комп'ютерною технікою, то один секретар веде протокол вручну, а другий – в комп'ютері.

На такій робочій теці указується вид програми і початок змагань.

При видачі матеріалів реєструють:

кому видають матеріали; час видачі; час надходження в секретаріат робочих протоколів після закінчення змагань у виді програми.

При надходженні протоколів змагань в секретаріат після закінчення змагань, проводиться перевірка:

а) наявність підписів офіційних осіб суддівської бригади і рефері з даної групи видів легкої атлетики (вказують прізвища офіційних осіб і їх суддівські категорії);

б) наявність стартових протоколів в бігових видах програми. При проведенні змагань по бігу в декілька кругів забезпечують заготівку (друкування) протоколів змагань подальших кругів.

Дошку оголошень секретаріату забезпечують вказівками: «стартові протоколи змагань», «результати змагань», « чоловіки», « жінки».

Для оформлення вивіски інформаційних матеріалів необхідно: афіша, розклад і умови проведення змагань; склад команд-учасниць; таблицю ходу командних змагань.

Вивіска інформаційних матеріалів організовується в спеціально передбачених місцях і повинна містити:

а) стартові протоколи всіх видів дня змагань не пізніше, ніж за 1,5 год. до початку уранішніх і вечірніх змагань;

б) стартові протоколи чергових кругів змагань, склади яких формуються в день проведення - не пізніше, ніж за 1 год. до початку змагань;

в) підсумкові результати (копії офіційного робочого протоколу) - негайно після закінчення змагань в даному виді;

г) всі повідомлення керівництва змагань, адресовані учасникам.

Служба досье-архів секретаріату створюється для систематизації і зберігання всіх видів документів, які випускаються, або оброблюваних службами секретаріату

по видах програми змагань:

а) списки учасників по видах програми;

б) стартові протоколи всіх кругів змагань;

в) офіційні протоколи всіх кругів змагань;

г) документи всіх видів, які заповнюються суддівською бригадою при проведенні змагань з даного виду;

д) роздруківка фотофінішу по бігових видах;

по командах:

а) заявки;

б) анкети і інші документи на учасників;

в) списки учасників по командах;

г) повний комплект документів, виданий до, під час і після закінчення змагань кожній команді;

по суддівській колегії:

а) нормативно-довідкові дані (положення про змагання); регламент проведення, розклад, пам'ятка суддям, списки світових, європейських, національних, обласних рекордів і рекордів ДСТ; таблиці для оцінки результатів, таблиці по десятиборству і семиборству;

б) копії всіх документів, випущених суддівською колегією і секретаріатом при підготовці і проведенні змагань;

в) протести, заяви і рішення апеляційного журі.

Служба випуску матеріалів здійснює розмноження всіх документів, які випускаються секретаріатом: робочих протоколів змагань по всіх видах програми, потоках і кругах; стартових протоколів; проміжних результатів; підсумкових протоколів; повідомлень і розпоряджень керівництва змагань.

Служба випуску повинна мати необхідну комп'ютерну і розмножувальну техніку, групи комплектації матеріалів.

Служба випуску матеріалів під час проведення змагань організовує випуск і видачу документів всім категоріям абонентів:

а) *організації, яка проводить змагання:* списки учасників по командах; списки учасників по видах програми; стартові протоколи всіх кругів: проміжні результати; підсумкові результати.

б) *суддівським бригадам по проведенню змагань з окремих видів програми*: робочі протоколи; стартові протоколи; бланки суддівської документації; нормативно-довідкові дані; додаткові відомості.

в) *службі по роботі з представниками команд*: стартові протоколи всіх кругів; проміжні результати; підсумкові результати; всі види повідомлень керівництва змагань учасникам і офіційним особам.

Служба по роботі з представниками команд здійснює в необхідних випадках зв'язок між офіційними особами команд, її учасниками і керівництвом даних змагань, а також організовує і здійснює видачу командам необхідної документації.

Дана служба здійснює прийом усних і офіційних протестів згідно правилам змагань.

Довідкова служба забезпечує відповіді на запити абонентів з питань, які відносяться до компетенції секретаріату:

- результати змагань в кожному виді програми;
- запити різних служб і підрозділів суддівської колегії;
- щодо протестів і результатів їх розглядання;
- щодо розпоряджень і повідомлень керівництва змагань.

Секретарі суддівських бригад входять до складу секретаріату, але в своїй безпосередній діяльності керуються вказівками керівників своїх бригад. Вони забезпечують:

- правильне заповнення офіційного робочого протоколу і одночасну передачу результатів в бригаду секретаріату по обробці результатів змагань (якщо організована комп'ютерна система роботи);
- своєчасну доставку офіційного протоколу і його копій у відповідні служби змагань (у бригаду обробки результатів змагань; службу радіоінформації; службу табло стадіону; групу суддівської документації; службу преси).

У складі суддівських бригад по проведенню змагань в окремих видах програми входить по 2-4 секретаря, що забезпечують інформаційне обслуговування абонентів всіх категорій. Один з секретарів веде демонстраційний протокол і забезпечує оперативну передачу результату кожного учасника в кожній спробі для демонстрації на локальному табло на місці змагання.

Кожний з секретарів веде записи результатів в робочому протоколі (секретар 1 - в офіційному, секретар 2 – в комп'ютері, інші – в копіях протоколів). Кожен екземпляр робочого протоколу має свій колір (бажано) і підлягає здачі у відповідну службу секретаріату.

У разі вдалої спроби в стрибках і метаннях в протоколі вказується результат (у стрибках у висоту і з жердиною заноситься знак 0), при незарахованій спробі - знак X, при пропуску спроби - прочерк.

У протоколи спринтерського бігу, стрибків в довжину і потрійним вносяться дані про швидкість вітру при кожному забігу і при кожній спробі.

Для проведення шкільних змагань вирішування питання формування суддівської колегії та підготовки суддівських кадрів лягає на вчителів фізичної культури. Мінімум за два тижні до запланованих змагань з легкої атлетики вчитель має зібрати школярів та вчителів у кількості 10-20 осіб і провести з ними ряд семінарів, на яких слід розглянути теоретичні питання суддівства – правила змагань, обов'язки суддів з кожного виду легкої атлетики. Бажано також провести практичні заняття, де майбутні судді могли б отримати навички практичного суддівства змагань.

7. Ведення інформації на змаганнях

Інформація про змагання здійснюється за допомогою всіх технічних засобів, що є на спортивній арені: Інтернету, комп'ютерів, радіомовлення, великого табло, локальних світлових табло на місцях змагань, ведення демонстраційних робочих протоколів, розповсюдження стартових протоколів, розповсюдження проміжних і підсумкових протоколів.

Робота бригади радіоінформації.

Враховуючи, що на сучасних стадіонах співвідношення зорової і звукової інформації змінюється на користь зорової, яка у свою чергу приймає на себе основну частину інформаційного навантаження спортивної арени, завдання радіоінформації повинні бути наступні:

- у лаконічній формі розширити знання глядача про олімпійську історію окремого виду легкої атлетики;
- допомогти йому зрозуміти конкретну спортивну подію;
- направити увагу глядача на той вид змагань, який в даний момент найцікавіший і важливіший (з погляду цінності очікуваного результату).

Робота дикторів і дикторів-перекладачів (на міжнародних змаганнях) повинна вестися відповідно до графіків, розроблених в об'ємі підготовлених і затверджених текстів.

До складу бригади інформації входять:

- керівник служби;
- група дикторів - 2-4;
- група дикторів на відповідній іноземній мові - 1-2;
- група дикторів на зонах розминок - 1-2;
- група збору інформації - 6.

Використовуючи зв'язок, що є в умовах стадіону, група збору інформації отримує повні дані про хід змагань з кожного виду програми і трас спортивної ходьби і марафонського бігу. Для цього за кожним суддею (помічником диктора) закріплюються окремі види програми і місця змагань. Суддя групи збору інформації завчасно заготовлює картки (копії протоколу) і в ході змагань він вносить до картки результати, отримуючи їх по зв'язку з другими секретарями суддівських бригад, а також стежачи за даними локальних табло.

У міру запиту закріпленого за даним видом диктора - передає йому карточку-протокол з наявними результатами для оголошення по радіо.

Диктори спільно з групою по збору інформації завчасно готуються до змагань. Маючи стартові протоколи і варіанти затверджених стандартних текстів, згідно графіку роботи, по сигналу керівника бригади диктори читають тексти. Після повідомлення по радіо результатів картка (копія протоколу) повертається помічникові для подальшого збору інформації. Якщо які-небудь дані демонструються на табло стадіону, диктор лише привертає увагу глядачів до написаного.

Оголошення по радіо про той або інший майбутній вид змагань повинно співпадати за часом з демонстрацією на табло складу учасників даного змагання.

При проведенні змагань зі стрибків і метань (у тому числі і в багатоборстві) диктори звертають увагу глядачів на провідних спортсменів, коли вони готуються до виконання спроби.

У дні проведення змагань зі спортивної ходьби а також в день змагань з марафонського бігу 2 диктори супроводжують учасників перерахованих видів змагань. У їх завдання. крім роботи з глядачем на трасі, входить передача прямої інформації про хід спортивної боротьби з траси для повідомлення на спортивній арені стадіону.

Пропонується наступна структура короткої радіоінформації:
тексти відкриття ранкової програми кожного дня змагань;
текст пояснення до окремого виду програми, історії виду, умови виходу в черговий круг змагань або фінал;

- інформація після спроби;
- репліка на зміну лідера;
- повідомлення про початок кваліфікаційних змагань;
- виконання норми кваліфікації;
- про старт забігу;
- репліка при встановленні рекорду;
- підсумки виду;
- текст нагородження переможців;

- завершальний текст (коротка оцінка дня змагань).

Графік роботи служби інформації складається відповідно до загального розкладу змагання на даний день.

Зручно скласти цей розклад, користуючись диспетчерським розкладом суддівської колегії, в якому передбачено час кожної дії (виходу учасників до старту, старту кожного забігу, часу нагородження і ін.).

Робота служби табло стадіону.

При організації роботи служби табло слід передбачати 2 режими роботи - автоматичний і ручний (дублюючий).

Інформація для ручного режиму повинна збиратися безперервно, незалежно від справності автоматичних пристроїв.

Інформація на табло виводиться на державній і англійській мовах (в міру необхідності). Висновок на різних мовах може здійснюватися одночасно на обох табло: на північному - український текст, на південному - англійський, або послідовно - спочатку український текст, потім англійський на обох табло.

Виведення всіх даних на табло проводиться по часовому графіку, причому час висновку фіксується в спеціальній відомості і на копії робочих протоколів, які поступають в службу табло.

У відомості указується час першого виходу, незалежно від мови тексту.

Копії протоколів після завершення дня здаються в секретаріат.

Склад бригади:

керівник служби; диспетчер, помічник диспетчера;

- суддя - контролер тексту;
- суддя по бігу;
- помічник судді по бігу;
- суддя по технічних видах;
- помічник судді по технічних видах;
- суддя по нагородженню;
- суддя по зв'язку з секретаріатом.

По всіх бігових видах видається наступна інформація:

- порядок виходу в наступний круг (перед початком виду);
- склад забігу (перед кожним забігом);
- результат забігу (після кожного забігу);
- склад учасників, що вийшли в наступний круг;
- проміжний результат лідера в змаганнях на дистанції більше 1500 м.

По всіх технічних видах (стрибки, метання) надається наступна інформація:

- результати спроб (після кожної спроби);
- склад учасників основних змагань;
- результати змагань.

При проведенні багатоборств додатково висвітлюється положення учасників багатоборства після чергового виду.

Крім того, на табло показується на початку дня - програма змагань поточного дня, в кінці дня - програма змагань наступного дня, а також супроводжується нагородження учасників.

Приводимо *технологію підготовки інформації* на табло, робота якого забезпечується комп'ютерною технікою.

Бігові види. Склади забігів готується на підставі стартових протоколів, що отримуються від секретаріату.

Введення даних здійснюється вручну з терміналу в пункті управління табло. До початку дня проводиться перевірка правильності заповнення складів забігів. За 20 хв. до початку виду до секретаріату вносяться зміни в стартових протоколах. виправлення стартових протоколів проводиться вручну. Стартовий протокол виводиться на табло перед забігом і знімається через 10- 15 сек. після фінішу.

Стартові протоколи фіналів на короткі дистанції передаються з секретаріату в групу табло з нарочним.

Після закінчення забігів на дистанції до 1500 м результати забігу передаються з фотофінішу, або з фінішу, в службу табло відповідальному за бігові дисципліни по прямому телефону, де вони вводяться в комп'ютер оператором по вказівці помічника судді, відповідального за бігові види. Після отримання від секретаря на фініші протоколу забігу, обидва протоколи звірюються, потім повідомляється диспетчерові служби табло про готовність формату. Висновок здійснюється оператором по вказівці диспетчера.

У бігу на дистанції більше 1500 м в службу табло передається по прямому телефону суддею бригади фінішу номер лідируючого учасника і його проміжний результат.

Технічні види. Склади забігів готуються на підставі офіційних стартових протоколів, що отримуються від секретаріату. Введення даних здійснюється вручну в пункті управління табло. До початку дня перевіряють правильність заповнення і черговість виступів, а також рекордні результати. За 25 хв. до початку виду секретаріат повідомляє про зміни в стартовому протоколі, які передаються відповідальному за зв'язок з секретаріатом. Зміни вносяться вручну.

Введення результатів в комп'ютер проводиться з пульта на виді суддею (третім секретарем), що здійснює показ результатів на місці, після виступу кожного учасника.

Одночасно свідчення на локальному табло фіксуються в групі збору інформації.

За наявності невідповідності суддя групи інформації з'ясовує правильний результат і вручну вносить виправлення в пам'ять комп'ютера. Після підтвердження правильності результату спроби він виводиться на табло по вказівці диспетчера служби табло.

Результати змагань виводяться на табло після завершення змагань до отримання офіційного протоколу.

Показ результатів учасників в окремих видах проводиться так само, як і у відповідних видах легкої атлетики. Демонстрація суми очок після кожного

виду, окрім останнього, проводиться після закінчення виду за наслідками комп'ютерних обчислень і потім звіряється з результатами секретаріату.

Сума очок після закінчення змагань в багатоборстві показується на табло після отримання офіційного протоколу секретаріату.

Нагородження.

Підготовка формату нагородження проводиться уручну на комп'ютері з терміналу в пункті управління табло, за протоколом служби нагородження. У разі розходження написаного в протоколах секретаріату і служби нагородження, приймається варіант служби нагородження. Вивід на табло проводиться по вказівці керівника змагань відповідно до графіка нагородження. Порядок виводу визначається процедурою нагородження.

8. Робота служби нагородження.

Після закінчення змагань в кожному виді представники суддівських бригад повинні після оголошення результатів супроводжувати спортсменів, що зайняли 1-3 місця в нагородний відділ змагань, де їх зустрічають представники служби нагородження.

У цю ж кімнату один з секретарів бригади, що проводила змагання по стрибках і метаннях, доставляє екземпляр робочого протоколу фінальних змагань.

При проведенні змагань з бігу представник служби нагородження знаходиться на фініші поряд з секретарями. Коли з фотофінішу, або фінішу, передані номери переможців, він повідомляє про це в нагородний відділ. Потім представник служби нагородження запрошує переможця і призерів в нагородний відділ змагань.

У нагородному відділі змагань готуються необхідні нагородні атрибути (дипломи, медалі, пам'ятні призи, квіти) і, відповідно до встановленого графіку, за сценарієм проводиться церемонія нагородження.

Як приклад, приводиться сценарій нагородження переможців і призерів змагань по легкій атлетиці Спартакіади України.

Сценарій церемонії нагородження переможців і призерів змагань по легкій атлетиці Спартакіади України

1. Церемонія нагородження переможців і призерів змагань є урочистою частиною Спартакіади України.
2. Церемонія нагородження забезпечується наступними нагородами, атрибутикою, обладнанням:
 - а) нагороди - медалі переможців і призерів Спартакіади України (золота, срібна, бронзова);
 - б) дипломи за 1-3 місце на Спартакіаді України;
 - в) атрибутика:
 - підноси для медалей;
 - костюми учасників групи нагородження;
 - квіти;
 - г) обладнання:
 - п'єдестал, встановлений напроти центральної трибуни перед 8-ою доріжкою;
 - килимова доріжка перед п'єдесталом; засоби радіозв'язку і телефони.
3. Для проведення церемоніалу створена служба нагородження в складі 24 чоловік, в яку входять:
 - керівник служби - 1;
 - заступник керівника служби - 1;
 - персонал, що приймає учасників від суддівської колегії - 4;
 - персонал, що виводить спортсменів - 2;
 - асистенти по винесенню медалей і дипломів - 6;
 - секретарі – 3-5.
4. Музичний супровід церемонії здійснюється під звучання фонограм маршів для виходу і уходу і фанфарних сигналів.

5. Для вручення почесних нагород переможцям і призерам залучаються члени національної федерації легкої атлетики, титуловані спортсмени - ветерани спорту, представники уряду (список додається).

6. Нагородження проводиться після закінчення фінальних змагань в кожному виді програми, в перервах між видами, а в окремих випадках, при продовженні змагань по інших видах, згідно встановленому розкладу (додається).

На підготовку церемонії нагородження відводиться 15-20 хв., а на безпосереднє проведення - 5-7 хв.

7. Після закінчення фінальних змагань в стрибках і метаннях суддівська колегія визначає переможця і призерів Спартакіади України.

Після цього, переможці і призери, у супроводі одного з суддів бригади з протоколом фіналу, прибувають в нагородний відділ.

8. Після закінчення фіналів в бігових видах програми все учасники збираються в накопичувач, розташований у спеціальних приміщеннях, де чекають до надходження протоколу фіналу.

Після затвердження результатів судді служби нагородження приводять переможців і призерів в кімнату підготовки нагородження.

9. Заступник керівника служби нагородження дає вказівки підготувати нагородні медалі, дипломи і докладає про готовність керівникові служби, а також дає команду (по телефону або радіо) у радіовузол для підготовки фонограм процедури нагородження.

Дівчата, що виносять нагородну атрибутику, отримавши медалі, дипломи, квіти, разом з керівником служби виходять на початкову позицію проти центральної трибуни.

10. Керівник служби нагородження, з дозволу заступника керівника змагань, дає команду всім службам (радіовузол, інформація, ложа офіційних осіб) про готовність до церемонії і приступає до її проведення.

11. Звучить сигнал фанфар і марш. В цей час нагороджуючий і супроводжуючий його суддя виходять до п'єдесталу пошани.

На табло засвічується вид програми, прізвища, імена, команди нагороджуваних спортсменів.

Радіоінформатори зачитують вступний текст.

Дикторський текст: «Бронзову медаль завоював... (ім'я, прізвище, область; ім'я, прізвище тренера)». При оголошенні імені спортсмена він піднімається на нижню сходинку п'єдесталу пошани. Нагороджуючий підходить до п'єдесталу. Асистентка, що виносить бронзову медаль, виходить до нагороджуючого, тримаючи перед собою піднос з медаллю. Нагороджуючий одягає медаль на шию призера, поздоровляє його, вручає диплом та приз. Після нагородження призера асистентка повертається на своє місце.

Дикторський текст: «Срібну медаль завоював...» і т. д. Нагороджується спортсмен, що зайняв друге місце.

Дикторський текст: «Золота медаль вручається...» і т. д. Нагороджується переможець змагань.

Після того, як нагороджуючий вручить спортсменам медалі і дипломи, дівчата підносять квіти і повертаються на місце. По закінченні нагородження виконується туш. Фотокореспондентам надається час для зйомки призерів і переможця. Переможець і призери Спартакіади вітають глядачів, сходять з п'єдесталу пошани і стають в стрій на своє місце.

Той, що виводить, спортсмени і дівчата-асистентки повертаються направо. Виконується марш. Учасники церемонії уходять. Після закінчення нагородження нагороджуваних проводять в ложу почесних гостей.

9. Служба підготовки стадіону, спортивного інвентарю та обладнання

Сучасний рівень організації та проведення легкоатлетичних змагань потребує чіткої і злагодженої роботи всіх служб. Це створює максимум умов для успішного виступу спортсменів, видовищності та святковості змагань, і

залежить від рівня роботи служби підготовки стадіону, готовності спортивного інвентарю і обладнання стадіону.

Основними питаннями в підготовці бази до проведення змагань з легкої атлетики слід вважати:

- 1) встановлення ділових виробничих контактів організації, яка проводить змагання, і спортивної бази;
- 2) складання плану-графіка проведення робіт по підготовці бази до змагань;
- 3) забезпечення бази необхідним для проведення змагань інвентарем, вимірювальною та комп'ютерною технікою, інформаційною і розмножувальною апаратурою; забезпечення телефонного зв'язку суддівських служб і місць змагань;
- 4) підготовка місць проведення змагань і розминки учасників (бігові доріжки, сектори). Вимірювання і складання актів відповідності місць змагань вимогам правил;
- 5) підготовка і оформлення траси ходьби і марафону, підготовка місць для пунктів харчування спортсменів. Вимірювання трас і складання актів виміру довжини дистанції;
- 6) підготовка і устаткування приміщень для збору, реєстрації і контролю учасників, роздягалень, кімнат відпочинку, суддівських кімнат, секретаріату, медичної служби, прес-центру, буфетів і ін.;
- 7) забезпечення роботи великих інформаційних табло стадіону;
- 8) художнє оздоблення стадіону;
- 9) забезпечення заходів щодо пропаганди, реклами;
- 10) забезпечення церемонії нагородження.

Служба підготовки стадіону до змагань складається з декількох груп з числа суддів і працівників спортивних споруд, що відповідають за наявність, попередню перевірку і підготовку снарядів, інвентарю і обладнання; забезпечення снарядами і інвентарем місць для розминки учасників; забезпечення інвентарем і обладнанням безпосередньо місць змагань.

Вся підготовча робота по забезпеченню проведення змагань повинна проводитися за заздалегідь складеному плану і схемі обладнання місць кожного конкретного виду програми. Тому при складанні диспетчерського розкладу необхідно передбачити час, відведений на проведення попередніх робіт напередодні і в день змагань (виду програми).

Повна готовність місць повинна бути забезпечена не пізніше, ніж за 1,5 год. до початку змагань зі стрибків і метань, і за 1 год. - в бігових видах.

Виконання вказаних вимог корінним чином покращує процес підготовки арени до змагань, підвищує рівень роботи всіх служб і їх взаємодію.

Прибирати устаткування слід тільки після закінчення змагань даного дня. Робити це раніше, а тим більш, під час якого-небудь урочистого церемоніалу, неприпустимо.

У культурі проведення змагань важливу роль відіграє і продумане розміщення учасників, суддів, обслуговуючого персоналу, теле-, фотокореспондентів, а також інвентарю і обладнання безпосередньо на місцях проведення змагань.

Пропонуємо деякі рекомендації.

Учасники бігової програми перед забігами повинні знаходитися в так званих накопичувачах, які визначаються завчасно і забезпечуються необхідною кількістю лавок. Спортсменів повинні виводити до місця старту організовано, по забігах.

Лавки для учасників змагань зі стрибків у довжину і потрійним встановлюються на місці початку розгону; зі стрибків у висоту - поряд із столиками суддів, біля місця для приземлення; зі стрибків з жердиною - поблизу ящика для упору жердини; з метань - в безпечній зоні, поряд, або за столиком суддів.

Фотокореспондентам і телеоператорам відводиться спеціальна зона при кожному виді, де також встановлюються лавки.

Інвентар, обладнання і снаряди розставляються так, щоб вони були об'єднані в компактну групу. При цьому столи, лавки, допоміжний інвентар необхідно вирівняти в одну, або декілька, чітко позначених паралельних ліній. Це покращує естетику місць змагань, створює хороший огляд для суддів і глядачів.

Інформаційні табло необхідно встановлювати на такому віддаленні від місць проведення змагань, щоб вони були видні з усіх боків глядачам, і в той же час щоб вони не заважали стежити за ходом боротьби. Проте операторів електротабло розміщувати краще всього поблизу суддів, які проводять даний вигляд.

У місцях проведення тих або інших видів заборонено знаходитися стороннім особам, зайвим предметам.

Змагання спортсменів в секторах та на доріжках мають бути повністю видимим з боку трибуни, на якій знаходяться судді-інформатори, що коментують хід боротьби.

Особливо відповідальна робота суддів і персоналу при проведенні бар'єрних дистанцій. Рух транспортних засобів, суддів і персоналу при цьому має проходити у визначеному порядку.

10. Служба збору, реєстрації та контролю учасників

Організація учасників до початку проведення змагань зумовлює рівень культури даного змагання, створює найбільш сприятливі умови учасникам для досягнення високих спортивних результатів.

Для організації збору, реєстрації і контролю учасників створюється бригада суддів в складі: старшого судді - 1, суддів - 4-12.

Збір, реєстрація і контроль учасників здійснюється в спеціально обладнаних місцях (блоках), де є можливість для відпочинку та переодягання учасників.

Учасники кожного виду або потоку в даному виді, кожного забігу в бігових видах повинні накопичуватися в окремому блоці за 20-25 хв. у стрибках і метаннях і за 15-20 хв. в бігових видах.

Судді кожного контрольного блоку проводять реєстрацію учасників по робочому протоколу, перевіряють наявність стартових номерів, відповідність взуттю вимогам правил змагання. Перевіряються сумки спортсменів. На них не повинно бути рекламних написів, в сумках не має бути ніяких снарядів і інвентарю.

У проведенні контролю учасників бере участь секретар бригади або помічник стартера.

У разі виявлення в протоколах яких-небудь змін або нез'явлення учасника, старший суддя контрольного пункту негайно повідомляє про ці зміни службі інформації і головному секретареві, які по каналах зв'язку повідомляють про зміни в інші служби.

Після перевірки спортсмени покидають контрольний пункт під керівництвом старшого судді бригади, основного секретаря або помічника стартера і слідують до місць змагань по затвердженому маршруту.

Контроль у багатоборців проводиться тільки перед першими видами ранкової та вечірньої програм.

11. Робота диспетчерської служби змагань

Диспетчерська служба забезпечує контроль дотримування графіка проведення змагання з легкої атлетики, координує роботу служб і суддівських бригад.

За штатним розкладом диспетчерська служба складається з керівника служби і 1-4 диспетчерів.

Керівник служби у разі затримки початку змагань з будь-якого виду програми приймає термінові заходи і докладає про це керівникові змагань.

Робота диспетчерської групи має 4 напрями.

1. Бігова програма. Диспетчер, який веде бігові види програми змагань з легкої атлетики, контролює своєчасний початок змагання в кожному забігу, закінчення виду бігової програми і евакуацію учасників з арени.

2. Стрибки і метання. Диспетчер контролює своєчасний вихід учасників до місця проведення змагань, початок проведення розминки, початок змагання, спроб, закінчення виду і евакуацію учасників з арени.

3. Робота суддівських бригад з учасниками змагань. Диспетчер, який веде роботу з бригадами суддів при учасниках змагань, контролює роботу пунктів реєстрації учасників, переміщення учасників із зон розминок через пункти збору, реєстрації і контролю - до місць проведення змагання, а також нагородження призерів змагання.

4. Інвентар, обладнання, і суддівсько-інформаційна апаратура.

Диспетчер, відповідальний за роботу служб по забезпеченню змагання інвентарем, обладнанням і суддівсько-інформаційною технікою, контролює своєчасну доставку і прибирання інвентарю, обладнання, а також своєчасну підготовку всіх місць проведення змагань.

12. Допінг-контроль в легкій атлетиці

Кожен спортсмен має нести відповідальність за те, щоб в тканини його тіла не потрапила заборонена речовина, яка попадає під категорію допінгу. Спортсмени попереджаються про те, що вони нестимуть відповідальність, якщо в їх організмі буде знайдений допінг. Недбалість або незнання спортсмена не звільнює його від відповідальності.

Будь-який спортсмен може бути підвернений допінг-тестуванню як в ході змагань, так і улюбий час і у будь якому місці. Спортсмен має прибути до місця проведення допінг-контролю, коли йому повідомляє про це офіційне лице.

На найкрупніших легкоатлетичних змаганнях проводиться обов'язковий допінг контроль, якому підлягають:

- спортсмени за результатами місць, зайнятих у фіналі, а також за жеребкуванням;
- спортсмени за рекомендацією Міжнародної федерації;

- спортсмен, який встановив чи повторив континентальний або світовий рекорд;

Позазмагальне тестування спортсменів високого рівня може проводитися Федерацією без попереднього повідомлення спортсмена, у будь-який час і у будь-якому місці. Для цього спортсмени мають щоквартально подавати у Федерацію інформацію про своє місцезнаходження на протязі даного періоду часу.

Допінг проби аналізуються у спеціально обладнаних лабораторіях. У випадку наявності у пробі заборонених препаратів спеціальна комісія антидопінгового контролю розглядає справу даного спортсмена, тимчасово усунувши його від участі у змаганнях. Далі спортсмен має право на те, щоб його заслухала спеціально створена комісія федерації, де він робить роз'яснення з даного питання. Комісія може прийняти до уваги на користь спортсмена лише виключні обставини, наприклад, коли він може фактично доказати, що допінг йому дала стороння особа без його відома; коли заборонені препарати містилися у дозволених фармакологічних препаратах і у анотаціях до них не згадувалося про наявність в них допінгу; коли препарати приймалися у терапевтичних цілях по життєво важливим показникам; коли препарат приймався за призначенням спортивного лікаря, який свідомо чи несвідомо утаював від спортсмена його склад і т. ін.

В залежності від обставин справи, комісія може виправдати спортсмена, або ж застосувати до нього певні санкції.

Якщо вина спортсмена у вживання допінгу доведена, то до нього застосовуються наступні санкції:

- якщо тестування проводилося під час змагань, спортсмен усувається від участі у змаганнях на певний термін (від 2 років) з позбавленням його титулів, нагород, медалей, призових грошей і т. ін.; так само анулюється результати естафетної команди, якщо такий спортсмен був її членом; також його результат анулюється при підрахунку результатів командної боротьби;
- за вживання заборонених препаратів спортсмен дискваліфікується мінімально на 2 роки; при повторному аналогічному порушенні – на все життя.
- за відмову від проходження допінг-контролю або обману під час

процедури допінг-контролю спортсмен дискваліфікується мінімально на 2 роки; при повторному аналогічному порушенні – на все життя.

- при пропуску трьох призначених допінг-тестів - дискваліфікація на рік, при повторному порушенні – на два роки;
- за розповсюдження заборонених препаратів або свідому призначення до прийому спортсменом заборонених препаратів – дискваліфікація на все життя.

Якщо справу спортсмена було переглянуто і доведено, що заборонений препарат вживавсь ним несвідомо, і не з метою покращення результату, то дискваліфікація може бути замінена на мінімум – громадську догану, максимум – скорочення терміну дискваліфікації до одного року.

13. Технологія проведення змагань з окремих видів легкої атлетики

13.1. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ

Заявка на участь в змаганнях. Учасники допускаються до змагань на підставі заявок, поданих в суддівську колегію, окремо на чоловіків і жінок, організаціями, які беруть участь в даному змаганні. Заявки складають строго відповідно до вимог положення про змагання і правил змагань по легкій атлетиці.

У заявку обов'язково включають наступні відомості:

- прізвище і ім'я (повністю) учасника;
- рік, число і місяць народження;
- спортивний розряд і звання;
- місто;
- спортивна організація;
- стартовий номер учасника;
- назва виду програми змагання, в якому він заявлений;
- віза лікаря (на кожного учасника окремо) про допуск до участі в змаганнях за станом здоров'я;

- кольори спортивної форми: майка, труси;
- прізвище, ім'я і по батькові представника команди.

Заявка обов'язково повинна бути підписана представником команди, лікарем, керівником організації і повинна мати печатки організації і медичної установи (диспансеру).

Заявки подають в суддівську колегію в двох примірниках, один з яких після заповнення секретарем змагань графі „номер учасника” повертається представнику команди (колективу).

Нез'явлення учасника на змагання.

При проведенні змагань рекомендується усувати спортсмена від подальшої участі в змаганнях (включаючи естафети) в наступних випадках:

а) якщо учасник був заявлений у встановлений термін для участі в змаганнях, але потім не з'явився для участі без поважної причини, так що не було можливості офіційно виключити ім'я даного спортсмена зі списку учасників, які стартують в даному змаганні;

б) якщо учасник взяв участь в кваліфікаційних змаганнях для подальшої участі, але потім не стартував в основних змаганнях без поважної причини.

Змагання.

Спортивний результат, показаний спортсменом, визнається дійсним тільки в тому випадку, якщо він показаний на офіційних змаганнях з використанням інвентарю, затвердженого правилами змагань.

Будь-який учасник, який штовхнув спортсмена, перебіг перед ним доріжку або створив перешкоду для його руху, підлягає дискваліфікації. Якщо в якому-небудь випадку учасник дискваліфікується по одній з названих причин, суддівська колегія має право знову провести дане змагання без участі дискваліфікованого спортсмена. Якщо це відбулося під час попередніх змагань, суддівська колегія може дозволити будь-якому спортсменові, на виступ якого вплинула дія, яка привела за собою дискваліфікацію, взяти

участь в наступному колі змагань (за виключенням самого дискваліфікованого учасника).

Якщо при проведенні змагань по стрибках і метаннях виникає перешкода, яка приводить до зриву спроби, головний (старший) суддя має право надати даному учасникові додаткову спробу.

У всіх видах бігової програми, які проводяться по окремих доріжках, кожному учасникові слід дотримуватися вказаної йому доріжки від старту до фінішу. Це відноситься і до змагань з бігу, де по окремих доріжках повинна бути пройдена лише частина дистанції.

Учасник, який навмисно зійшов з дистанції, не допускається до подальшої участі в даному виді змагань, проте в бігу і ходьбі, які проводяться по шосе і дорогах, учасник може зійти з траси з дозволу і під наглядом судді, у випадку, якщо таким чином він не скорочує дистанцію, яку йому слід подолати.

У змаганнях зі стрибків і метань, а також в багатоборствах учасникам дозволяється під контролем судді покидати місце проведення змагання в ході останніх.

Якщо спортсмен заявлений для участі в змаганнях по бігу і по стрибках або метаннях, або більш, ніж в одному виді стрибків і метань, які проводяться одночасно, суддівська колегія може дозволити даному учаснику виконати спробу в порядку, який відрізняється від встановленого до початку змагань. Проте в бігу він зобов'язаний виступати у встановлений розкладом час. У стрибках у висоту і з жердиною учасник починає стрибати з тієї висоти, і з тієї спроби, які він застав, прийшовши на змагання з даного виду.

У змаганнях по стрибках і метаннях учасник не має права виконувати більш одного стрибка і кидка в кожній спробі.

Учасник змагань по стрибках і метаннях, що невинувато затягує виконання спроби, може бути позбавлений права на цю спробу, яка фіксується як невдала. Право встановлення невинуватості затягування спроби з урахуванням всіх обставин надається головному (старшому) судді

бригади, ведучій змагання в даному виді. З моменту, коли все підготовлене для проведення спроби, про що офіційна особа (суддя) повідомляє учасника, починається відлік часу, який відводиться для даної спроби. Забороняється перевищувати наступний час:

1 хв. - для стрибків у висоту, в довжину, потрійним, штовхання ядра, метання диску, молоту, спису і 1,5 хв. - для стрибка з жердиною, де час відлічується з моменту приведення стійок та планки в положення, яке задовольняє спортсмена.

За повторне затягування часу виконання спроби в будь-який період даних змагань учасник позбавляється права на подальші спроби, але при цьому залишаються зарахованими результати, показані до цього моменту.

Форма і взуття учасника. При проведенні змагань учасники повинні бути одягнені в спортивну форму, що не викликає нарікань. Одяг спортсменів повинен бути виготовлений з матеріалу, непрозорого навіть в мокрому стані. Майки спортсменів мають бути одного кольору як спереду, так і ззаду.

Учасники змагань можуть виступати босими, взутими або маючи взуття тільки на одній нозі. Спортивне взуття призначається для захисту ніг і міцного контакту з поверхнею. Це взуття не повинне мати додаткові конструкції, які давали б спортсменові які-небудь переваги.

У взутті для стрибків у висоту та довжину підошва може мати максимальну товщину 13 мм, а каблук у стрибках у висоту – 19 мм. У всіх інших видах легкої атлетики підошва і каблук можуть мати будь-яку товщину.

На підошві і каблучі спортивного взуття дозволяється мати шипи. Число дозволених шипів обмежується одинадцятьма. Виступаюча з підошви або каблука частина шипа не повинна перевищувати 9 мм, за винятком взуття для стрибка у висоту і метання спису, де виступаюча частина кожного шипа не повинна перевищувати по довжині 12 мм. Діаметр шипів – 4 мм.

Номери учасника. Кожному учасникові змагань видаються два номери, які повинні бути прикріплені до спортивної форми на спині і на грудях таким чином, щоб їх можна було легко розрізнити. Цифри на номерах учасника повинні співпадати з вказаними в заявці.

У змаганнях зі стрибків у висоту і з жердиною учасникам дозволяється мати номер тільки на спині або на грудях. Якщо на змаганнях використовується фотофініш, організатори змагань можуть зажадати, щоб спортсмени мали додаткові номери збоку на трусах. Жоден учасник не допускається до змагань за відсутності відповідного номера або номерів.

На номерному знаку спортсмена може бути нанесена назва змагання або провідної організації, або логотип спонсора, який бере участь в даних змаганнях. Розміри цих написів не повинні перевищувати 150 x 25 мм. Слід звертати увагу на те, щоб всім учасникам даних змагань були видані номери одного типу.

Надання допомоги.

Не вважається допомогою наступне:

- зв'язок між спортсменами та їх тренерами, які розташовані не у змагальній зоні. Для того, щоб полегшити цій зв'язок і не заважати ходу змагань, тренерам спортсменів мають бути зарезервовані місця на трибунах у безпосередній близькості від секторів у кожному технічному виді;
- медичний огляд або лікування, необхідні спортсмену для того, щоб брати участь у змаганні або продовжити змагатися. Така допомога може бути надана лише членами офіційного медичного персоналу поза межами зони змагання. Втручання медичного персоналу не повинно затягувати проведення змагань або міняти встановлену черговість спроб;

Вважається допомогою і не дозволяється:

- «лідирівання» особами, які не беруть участь у змаганнях; бігунами чи скороходами, що відстали на коло або «лідирівання» за допомогою будь-яких технічних засобів;
- мати при собі або використовувати магнітофони, радіо, компакт-диски, радіопередавачі, мобільні телефони або подібну апаратуру у зоні змагань;

В разі порушення цих вимог рефері робить спортсмену попередження і йому повідомляється, що в разі повторного порушення він буде усунений від участі у змаганнях.

13.2. ЗМАГАННЯ З БІГУ

Кругова бігова доріжка стадіону повинна мати довжину не меншу за 400 м і бути обмежена з внутрішньою сторони брівкою з цементу, металу або іншого мети матеріалу, приблизно 50 мм заввишки і мінімум 50 мм шириною.

Вимірювання доріжки проводиться на відстані 30 см від внутрішньої брівки доріжки або, де немає брівки, в 20 см від лінії, яка позначає внутрішню межу доріжки.

При бігу на всі дистанції, до 400 м включно, кожному учасникові відводиться окрема доріжка, що має мінімальну ширину 1,22 м і максимальну - 1,25 м, розмічена лініями шириною 50 мм. До розміру доріжки включається тільки лінія з правого боку кожної доріжки. Напрямок бігу по круговій доріжці - проти годинникової стрілки.

У бігу на 800 м перший поворот учасники проходять по окремих доріжках, при цьому використовується максимальне число доріжок. Стартові лінії розташовані таким чином, щоб для кожного учасника відстань від старту до фінішу була однаковою.

У всіх видах бігу, які проводяться не по окремих доріжках, стартова лінія повинна мати форму кривої, з тим, щоб всі учасники стартували на однаковій відстані від фінішу.

Старт і фініш дистанцій позначають лінією шириною в 50 мм, проведеною під прямим кутом до внутрішньої брівки доріжки. Дистанцію бігу вимірюють від дальшого до фінішу краю лінії старту до краю фінішної лінії, ближчої до старту.

Старт будь-якому забігу дається пострілом з пістолета або будь-якого замінюючого його пристрою, тільки після того, як всі учасники займуть правильне нерухоме положення на стартових позиціях. У забігах на дистанції до 400 м включно стартер подає команди (на своїй або англійській мові при проведенні міжнародних змагань) «На старт!» «Увага!». Після того, як всі спортсмени відреагували на команду «Увага!», зайнявши відповідне положення, робиться постріл. При бігу на дистанції понад 400 м дається команда «На старт!»; після того, як всі учасники займуть стартове положення, робиться постріл. Учасники не мають права торкатися землі однією або обома руками під час старту.

Після того, як спортсмен зайняв остаточну стартову позицію перед стартом, він не має права починати стартовий рух до стартового сигналу. Якщо він зробив це раніше, оголошується фальстарт.

Стартер, його помічник, або суддя на дистанції, який вирішив, що старт був проведений з порушенням правил, повертає учасників другим пострілом, свистком або голосом.

Спортсмен, який зробив фальстарт, отримує попередження. В забігу дозволяється лише один фальстарт. Будь-який спортсмен, зробивший наступний фальстарт в цьому забігу, усувається від участі в змаганнях.

Винятком є лише змагання з багатоборств, де спортсмен буде дискваліфікований, якщо він зробив два фальстарти.

Учасникам дозволяється використання власних стартових колодок, які відповідають вимогам правил змагань.

У всіх бігових видах, які проводяться по окремим доріжкам, кожен учасник мусить від старту до фінішу дотримуватися своєї доріжки. Якщо спортсмен біжить не по своїй доріжці і тим самим скорочує собі дистанцію,

він буде дискваліфікований. Якщо спортсмен біжить не по своїй доріжці, не отримуючи при цьому ніяких переваг і не заважаючи іншим учасникам, він не буде дискваліфікований.

Місця перетину фінішної лінії з межами бігової доріжки відмічаються двома стійками білого кольору, які встановлюються поза доріжкою на відстані, не менш 30 см.

Розподіл місць учасників на фініші здійснюється відповідно до порядку, в якому яка-небудь частина тулуба учасника (виключаючи голову, шию, руки, ноги) досягне найближчого краю фінішної межі.

В бігу з бар'єрами спортсмени змагаються на дистанції 110 м і 400 м – чоловіки і 100 м і 400 м – жінки. У бар'єрному бігу на кожній доріжці повинно бути десять бар'єрів, встановлених на відповідних відстанях, згідно правилам змагань. Бар'єри встановлюються на доріжках таким чином, щоб його підніжки були спрямовані в бік, протилежний напрямку бігу. Бар'єр мусить мати таку вагу, щоб для його збивання треба було прикласти зусилля від 3,6 до 4 кг.

Біг проводиться по окремих доріжках і кожен учасник мусить дотримуватися меж своєї доріжки до закінчення дистанції.

Учасник змагань з бар'єрного бігу буде дискваліфікований у наступних випадках:

- якщо він не долає хоча б один бар'єр;
- проносить ступню або ногу нижче горизонтальної площини верхньої частини бар'єру в момент його долання;
- долає бар'єр не на своїй доріжці;
- на думку рефері, навмисно збиває бар'єр;

Якщо бар'єр збивається ненавмисно, це не приводить до дискваліфікації спортсмена.

Дистанція в бігу на 3000 м з перешкодами повинна включати 28 перешкод і 7 ям з водою. У кожному крузі яма з водою є четвертою перешкодою. Зважаючи на те, що яма з водою може бути розташована або із

зовнішньої, або з внутрішньої сторони колової доріжки, не існує правила, яке визначає точну довжину кожного круга, або точне розташування ями з водою, або відстань між бар'єрами, проте відстань від останнього бар'єру до фінішу повинна бути не менш за 68 м. Всі інші бар'єри розподіляються на дистанції таким чином, щоб відстань між ними складала приблизно 1/5 від довжини круга.

Перешкоди можна долати будь яким способом.

Естафетний біг. Лінії шириною 5 см повинні бути прокреслені упоперек доріжки, щоб позначити дистанції етапів і відзначити коридори для передачі.

Кожна зона передачі повинна бути 20 м в довжину, з центром в середині цієї зони. Зони починаються і закінчуються по краях ліній, найближчих до лінії старту у напрямі бігу.

При виході з віражу на пряму, протилежну фінішній, прокреслюється дугоподібна лінія, що показує місце, де бігунам другого етапу естафети 4 x 400 м дозволяється перейти на загальну доріжку.

Естафету 4 x 100 м потрібно проводити повністю по окремих доріжках.

У естафеті 4 x 400 м перший круг, а також частина другого круга до лінії після першого віражу, потрібно цілком проводити по окремих доріжках.

У естафеті 4 x 100 м учасники команди, за винятком першого бігуна, можуть почати біг не більше ніж за 10 м до початку зони передачі естафетної палички. Чітка відмітка повинна бути зроблена на кожній окремій доріжці, щоб позначити це місце («зону розгону»).

У естафеті 4 x 400 м спортсменам, які біжать на другому, третьому та четвертому етапах, не дозволяється починати біг поза своєю зоною передачі, і вони починають біг в цій зоні.

Бігун другого етапу естафети 4 x 400 м в кожній команді повинен бігти по своїй доріжці до найближчої відмітки лінії виходу з віражу. Після цього спортсмени можуть перейти на загальну доріжку. Лінія виходу з віражу повинна бути відмічена дугоподібною лінією шириною 5 см, розташованою упоперек доріжки і відміченою прапорцем не менш, ніж 1.50 м заввишки,

розташованим з кожного боку доріжки за її межами, на відстані 30 см від найближчої лінії доріжки.

Примітка: Щоб допомогти учасникам знайти лінії виходу з віражу, на лініях доріжки, безпосередньо перед перетином кожної доріжки і лінії виходу з віражу, встановлюються маленькі конуси або призми розміром 5 см x 5 см, не більше 15 см у висоту, іншого кольору, чим сама лінія і лінії доріжки.

Бігуни третього і четвертого етапів в естафеті 4 x 400 м повинні бути розставлені під керівництвом призначеного судді в тому ж порядку (від першої до подальших доріжок), який займають члени їх команди після пробіжки 200 м свого етапу. Після пробіжки цієї відмітки спортсменам, що приймають естафету, не дозволяється міняти своє розташування на початку зони передачі. Якщо якийсь спортсмен не слідує цьому Правилу, то за його провину команда дискваліфікується.

Якщо естафета проводиться по окремих доріжках, спортсмен може зробити одну контрольну відмітку на своїй доріжці, використовуючи липку стрічку розміром не більше 5 см x 40 см, яку не можна буде переплутати за кольором з іншими постійними розмітками. У будь-якому випадку не може бути використана ніяка інша контрольна відмітка.

Естафетна паличка є цілісною, гладкою, порожнистою трубкою, круглою в перетині, зробленою з дерева, металу або іншого твердого матеріалу. Довжина палички повинна бути в діапазоні 28 - 30 см. Її вага повинна бути не менша за 50 г, а діаметр – 1,2 - 1,3 см. Вона повинна бути пофарбована в такий колір, щоб її легко можна було побачити під час змагання.

Впродовж всього змагання естафетну паличку потрібно тримати в руці. Спортсменам не дозволяється носити рукавички або наносити на руки речовину, що дозволяє забезпечити краще захоплення естафетної палички.

Якщо вона впала, то підняти її повинен той спортсмен, який упустив паличку. Він може зійти з доріжки, щоб підняти її, за умови, що при цьому не скорочує дистанцію. Якщо при падінні паличка вискотилася на сусідні

доріжки зліва, то, щоб уникнути скорочування дистанції, спортсмен мусить підняти її, а потім повернутися на місце падіння палички і продовжити біг. Якщо ця процедура виконана правильно і при цьому спортсменам іншої команди не нанесено збитку, падіння естафетної палички не приводить до дискваліфікації.

У всіх видах естафет паличку потрібно передавати тільки в спеціальній зоні. Передача палички починається з того моменту, коли приймаючий бігун вперше до неї доторкається, і завершується, коли вона опиняється в руці приймаючого бігуна. Відносно зони передачі вирішальним є положення палички, а не положення тіл спортсменів. Передача палички поза відведеною зоною приведе до дискваліфікації команди.

Забороняється передача естафетної палички кидком.

Спортсмени перед отриманням і після передачі палички повинні залишатися на своїх доріжках до того часу, поки не пробіжать всі команди і доріжка не звільниться, щоб не перешкодити іншим учасникам. Якщо якийсь спортсмен умисно заважає членові іншої команди, його команда буде дискваліфікована.

Надання допомоги спортсменам шляхом підштовхування або інших подібних методів веде до дискваліфікації.

Суддівство змагань з естафетного бігу здійснюється так само, як і суддівство бігу на короткі дистанції і тими ж самими суддівськими бригадами.

Для здійснення контролю в зонах передачі естафетної палички має бути не менш ніж 2 судді. Якщо суддя помітив, що хтось з учасників порушив правила змагань, він має негайно повідомити про це суддівську бригаду на фінішу, піднявши червоний прапорець і відмітити на доріжці місце, де відбулося порушення.

Марафонський біг проводиться на дорогах з штучним покриттям. Проведення змагань по м'якій поверхні неприпустимо (газон, узбіччя доріг і ін.). Старт і фініш бігу можуть бути проведені на стадіоні.

Для орієнтації всіх учасників на дистанції встановлюється розмітка в кілометрах і влаштовуються приблизно через кожні 5 км пункти харчування.

Для проведення змагань по бігу створюються суддівські бригади:

- бригада суддів на фініші - 9-11 осіб;
- бригада хронометристів - 10-12 осіб;
- бригада фотофінішу - 5-6 осіб;
- бригада по фіксації проміжних результатів - 4-8 осіб;
- бригада суддів на дистанції - 8-24 осіб;
- бригада суддів-стартерів - 4-16 осіб;
- бригада по вимірюванню швидкості вітру – 2 особи;

За 15-20 хв. до початку уранішніх і вечірніх стартів кожного дня керівник змагань, рефері з бігу і старші судді бригад перевіряють готовність до змагань.

Визначення порядку приходу бігунів на фініші і підрахунок кругів, пройдених кожним з учасників забігу, покладається на суддів, які входять в бригаду фінішу. Бригада складається із старшого судді, заступника і 9 суддів.

Судді розташовуються в суддівській ложі, праворуч від хронометристів. Суддя № 1, що приймає першого (переможця), знаходиться вгорі, суддя № 2, що приймає другого, - сходиною нижче. Старший суддя і секретар бригади знаходяться в середньому ряду. Методика прийому учасників різна і визначається залежно від дистанції.

Варіант № 1. Дистанції 100-800 м, естафетний біг 4 x 100 м, 4 x 400 м, 4 x 800 м.

Суддя № 1 приймає першого учасника. Суддя № 2 фіксує прихід другого і визначає відстань від першого до другого. Суддя № 3 - прихід третього і відстань від другого до третього і т.д. Кожен суддя вносить до своєї записки номер фінішуючого учасника. Суддівські записки відразу ж після забігу передаються старшому судді, який складає загальний протокол і підписує його.

Варіант № 2. Дистанції 1500 м, 3000 м, 3000 м з перешкодами, 5000 м - 10000 м. Кожного з восьми перших на фініші спортсменів приймає один суддя. 2 пари суддів приймають прихід всіх спортсменів за допомогою запису під диктування або магнітофонного запису. Під час бігу на довгі дистанції всі судді ведуть рахунок пройдених кругів кожним учасником, а 5 суддів, розподіливши спортсменів на групи по 3-4 особи, ведуть рахунок пройдених кругів і інформують учасників про число кругів, які їм залишилися.

Бригада хронометристів розташовується в суддівській ложі в створі фінішу, в порядку бігунів, які приймаються ними. Кожний з хронометристів повинен мати по два хронометри. Верхні місця займають судді, які приймають перших бігунів. Час переможця кожного забігу фіксується трьома хронометристами. Якщо час двох хронометрів співпадає, а третього – відрізняється, то офіційним вважається час, показаний двома хронометрами. Якщо час на всіх хронометрах різний, офіційним вважається середній час.

Якщо на змаганнях задіяна система фотофінішу, час, зафіксований системою, вважається офіційним. Але хронометристи все одно фіксують час вручну на випадок збою в системі або виходу її із строю.

Кожного з решти учасників, крім переможця забігу, приймає один хронометрист. При ручному хронометражі електронним секундоміром зафіксований час округлюється до 0,1 сек. в бік збільшення часу (наприклад, при показниках секундоміру 10, 11 сек. в протокол буде занесений час 10, 2 сек.).

Зафіксувавши час бігунів, хронометрист заповнює записку і передає її старшому хронометристу. «Скинути» зафіксований час з секундоміру хронометристи можуть лише після команди старшого хронометриста: «На нуль!». Старший хронометрист заповнює протокол, підписує і передає секретареві на фініші.

Час кожного з учасників багатоборства визначається на всіх дистанціях трьома хронометристами, при електронному хронометражі - по фотоплівці фотофінішу.

У змаганнях з бігу необхідно визначати час лідера на кожному з відрізків середніх і довгих дистанцій і проміжний час по відрізках всіх спортсменів. На дистанції 800 м і 1500 м час фіксується на кожному 400-метровому відрізку, на дистанціях від 3000 до 10000 м - через кожні 1000 м. Вся робота проходить під керівництвом старшого судді бригади по проміжному часу, з участю в роботі суддів на фініші, хронометристів і суддів на дистанції. Старший суддя бригади, суддя і 2 секретарі розташовуються в суддівській ложі, зліва від фінішної бригади. Під час бігу на 800 м кожний з 8 хронометристів бригади бере час на відрізку 400 м одного з учасників, 2 судді фіксують прихід на відрізку 400 і 800 м. У бігу на 1500 м 5 суддів з бригади розташовуються в районі старту на 1500 м і фіксують прихід учасників на відрізках 400, 800 і 1200 м.

Після закінчення забігу хронометристи передають свої записки старшому хронометристові, який, розклавши записки за часом приходу, передає старшому бригади проміжного часу. Записки по приходу учасників передаються також старшому судді після закінчення забігу. Отримавши протоколи хронометристів і суддів по приходу, секретар бригади складає підсумковий протокол по порядку і часу приходу кожного з учасників на відрізках дистанції. Підсумковий протокол містить також дані про черговість приходу учасників на фініш, про час і порядок приходу кожного учасника на відрізках дистанції. Протокол підписується старшим суддею і передається до секретаріату разом з даними фотофінішу.

Основне завдання суддів на дистанції полягає в контролі за дотриманням спортсменами правил змагань. Керівник суддів на дистанції стежить за їх роботою. З урахуванням специфіки видів бігової програми, судді виконують конкретні суддівські обов'язки на певних ділянках дистанції. Залежно від регламенту програми визначається і доцільність

перебування бригад, суддів на спортивній арені. Точне місце розташування старших суддів і суддів, порядок їх виходу та уходу з бігової доріжки визначається спеціально розробленим сценарієм, залежно від виду бігової програми.

Апаратура для вимірювання швидкості вітру (анемометр і табло) повинні розміщуватися на висоті 1,22 м, на відстані 2 м від бігової доріжки і за 60-70 м до фінішу. Вимірювання швидкості вітру в бігових видах проводиться в кожному забігу. При проведенні бігу на дистанції до 100 м включно (окрім бігу з бар'єрами на дистанцію 100 м) вимірювання проводять впродовж 10 сек. з моменту старту, при бігу з бар'єрами на дистанції 110 і 100 м - впродовж 13 сек., при бігу на 200 м - впродовж 10 сек., з моменту виходу бігунів на пряму. Результати вимірювань заносять в окремий протокол з одночасним показом швидкості вітру на демонстраційному пристрою і негайно повідомляють в секретаріат фінішу.

У протоколах величина складової середньої швидкості попутного вітру вказується із знаком «плюс», а зустрічного - із знаком «мінус». Старший суддя після закінчення бігової програми (ранок, вечір) передає протоколи в секретаріат.

Бригада стартерів організовує учасників кожного забігу. Учасникам надається можливість для приготування стартових колодок у бігу на короткі дистанції і пробіжок по дистанції. У визначений розкладом змагань час (диспетчерський розклад) дається старт кожному забігу.

Для забезпечення належного порядку в місцях старту слід уникати: скупчення на старті учасників двох або більше забігів; багатократних пробіжок з низького старту і по дистанції; довільного скидання верхньої тренувальної форми; повернення до місця старту учасників, які закінчили дистанцію, або тих, що зійшли з дистанції.

Попередні кола (забігу) проводяться у бігових видах, якщо велика кількість учасників не дозволяє провести змагання в одне коло (фінал).

Забіги формуються оргкомітетом змагань. При формуванні забігів слід дотримуватися наступних вимог:

- формувати забіги так, щоб найсильніші спортсмени мали змогу потрапити до фіналу;
- представників різних команд розподіляти по різних забігах у всіх колах змагання;
- після першого кола змагань у наступні забіги розподіляти учасників у зигзагоподібному порядку («змійкою»), наприклад 3 забіги включають наступних спортсменів, згідно з показаними результатами:

забіг А 1 6 7 12 13 18 19 24

забіг Б 2 5 8 11 14 17 20 23

забіг В 3 4 9 10 15 16 21 22

Порядок проведення забігів А, Б і В визначся жеребкуванням.

Спортсмени у забігах розподіляються по доріжкам наступним чином:

- в першому колі – методом лотереї;
- в наступних колах проводиться два жеребкування – одне для спортсменів або команд, які посіли в попередніх колах місця з 1 по 4, серед них розігруються місця на доріжках з 3 по 6. І друге жеребкування – для визначення місць на доріжках 1,2,7 та 8.

В усіх попередніх колах, щонайменше, перший і другий спортсмен з кожного забігу мають виходити в наступне коло змагань, а по можливості, бажано, щоб в наступне коло виходило не менш за три спортсмени.

Якщо у попередніх забігах 2 і більше спортсменів показали однаковий результат, то всі вони попадають у наступне коло змагань; якщо це неможливо, то для них або проводиться новий забіг для визначення сильнішого, або ж вихід в наступне коло визначається жеребкуванням.

13.3. ЗМАГАННЯ ЗІ СПОРТИВНОЇ ХОДЬБИ

Спортивна ходьба – це чергування кроків, які виконуються таким чином, щоб спортсмен постійно здійснював контакт з землею і при цьому не відбувалося видимої людським оком втрати контакту. Нога, яка виноситься вперед (опорна) має бути повністю випрямлена (тобто, не зігнута в коліні) з моменту першого контакту з землею до проходження вертикалі.

Спортсмени можуть отримати зауваження від судді, якщо їх техніка ходьби не зовсім відповідає даному визначенню. Судді зі спортивної ходьби мають жовті картки, на яких з обох сторін зображені символи порушення техніки ходьби – зігнута в коліні нога або втрата контакту з землею (перехід на біг). Спортсмен не може отримати друге зауваження за аналогічну технічну помилку від одного й того ж самого судді. Після змагання суддя має повідомити старшого суддю про зауваження.

Коли суддя бачить, що спортсмен явно порушує техніку ходьби, він відправляє червону картку з номером спортсмена старшому судді. Коли три червоні картки направлені старшому судді трьома різними суддями, спортсмен має бути дискваліфікований, про що його інформує старший суддя, або його помічник, шляхом показу спортсмену червоної картки.

На змаганнях, що проводяться на стадіоні, дискваліфікований учасник мусить негайно покинути доріжку, а на трасі – зняти свої номери і покинути трасу.

На змаганнях високого рівня для передачі червоних карток головному судді і на інформаційне табло судді мають застосовувати портативні комп'ютерні пристрої.

13.4. ЗМАГАННЯ ЗІ СТИБКІВ

Обладнання місць змагань.

Стрибок у висоту.

Сектор для проведення змагань повинен мати рівну поверхню і забезпечувати довжину розгону не менш за 15 м під будь-яким кутом в секторі 150°.

Місце приземлення повинне мати розміри мінімум 5 х 5 м. Воно може бути заповнене губчастою гумою, поролоном або іншими м'якими синтетичними матеріалами і мати висоту 0,5-0,75 м від рівня поверхні сектору.

Допускається використання стійок будь-якого типу, якщо вони мають достатню жорсткість і висоту, достатню для установки планки в найвище передбачене положення.

Верхній край стійок повинен підноситися над планкою не менш, ніж на 100 мм. Відстань між стійками повинна бути не менш за 4 м і не більше за 4,04 м. Розташування стійок не міняється під час змагань.

Держаки планки (кронштейни) повинні бути плоскими і мати прямокутну форму розмірами 4 х 6 см. Кожен з них повинен жорстко кріпитися до стійки і бути звернена до протилежної стійки. Кронштейни не можна покривати гумою або іншим матеріалом, що збільшує тертя. Вони не повинні пружинити.

Між кінцями планки і стійками повинен бути зазор не менш за 1 см.

Планку виготовляють з будь-якого матеріалу. Вона має круглий перетин.

Довжина планки має бути 4 м (± 2 см). Максимальна маса - 2 кг, діаметр круглої планки - 3 см. На кінцях круглої планки повинні бути два наконечники розміром 30 х 150-200 мм для встановлення планки на кронштейнах стійок. Ці наконечники мусять мати круглий або напівкруглий перетин з єдиним, чітко визначеним пласким зрізом, поверхнею якого планка встановлюється на кронштейни стійок.

Наконечники планки, що встановлюються на кронштейни, повинні мати гладку поверхню. Їх не можна покривати гумою або іншим матеріалом, що збільшує тертя. Допускається максимальний прогин в середині планки до 2 см.

Стрибок у довжину і потрійним.

Доріжка для розгону повинна бути не менш 1,22 м завширшки. Її мінімальна довжина повинна бути 40 м. Максимальна довжина доріжки не обмежується.

Місце відштовхування називається брусом, краї якого втоплені до рівня доріжки розгону і місця приземлення.

Брусок для відштовхування повинен бути виготовлений з дерева або будь-якого іншого відповідного для цієї мети матеріалу і мати ширину 198-202 мм, довжину 1,21-1,22 м і товщину 100 мм.

Лінія краю бруска, ближнього до місця приземлення, називається лінією вимірювання. За лінією вимірювання розміщується дощечка з шаром пластиліну або іншого придатного матеріалу для фіксації сліду учасника у разі заступу (планка-індикатор). Ця планка повинна бути шириною 98- 102 мм і завдовжки 1,21-1,22 м. Вона має бути піднесена на 6-8 мм від рівня бруска відштовхування, скошена під кутом 45° з двох сторін - з боку доріжки розгону і з боку ями для приземлення і пофарбована у контрастний з брусом для відштовхування колір. Пластилін наноситься на скіс планки-індикатору, а також на перші 10 мм її верхньої частини.

Відстань від бруска відштовхування до дальнього краю ями для приземлення повинна бути не менш за 10 м, а до переднього - не менш за 1 м в стрибку в довжину, для потрійного ці розміри відповідно 19 м і 13 м. Ширина ями для приземлення – від 2 м 75см до 3 м. Яма заповнюється м'яким, вологим піском. Необхідно, щоб поверхня піску в ямі була ретельно вирівняна і співпадала по горизонталі з рівнем бруска відштовхування.

Доріжка для розгону продовженням своєї вісі повинна співпадати з віссю ями для приземлення.

Стрибок з жердиною.

Довжина доріжки для розгону не обмежується. Мінімальна її довжина складає 40 м, а де дозволяють умови - 45 м. Мінімальна ширина доріжки складає 1,22 м.

На місці для відштовхування урівень з його поверхнею встановлюється ящик для упору жердини. Довжина опорного ящика складає 1 м по дну. Дно ящика повинне знижуватися від рівня землі в передній частині на глибину 200 мм в місці, де він стикується з обмежувальною планкою, яка має нахил 105°. Бокові стінки ящика розгорнуті назовні під кутом 120°.

Якщо ящик виготовлений з дерева, його дно покривають металевим листом (2,5 мм) впродовж 800 мм від переднього краю.

Яма для приземлення повинна мати розміри не менш за 5 х 5 м. Її виготовляють з губчастої гуми, поролону або інших м'яких матеріалів і її висота має бути не менш за 1 м від рівня доріжки. З боків ящика для упору жердини впритул до місця приземлення рекомендується встановлювати два «куби» з м'якого матеріалу для безпеки стрибун при приземленні.

Допускається використання стійок будь-якого типу при умові, що вони мають достатню жорсткість. Стійки повинні мати можливість установки планки в найвище передбачене положення. На стійках можуть бути укріплені подовжувальні кронштейни.

Стійки мають бути вищі за кронштейни на 35-40 см. Відстань між кронштейнами повинна бути не менш за 4.30 м і не більш за 4.37 м.

Для підтримки планки на стійках використовуються кронштейни. Вони мають 13 мм в діаметрі, однакові по всій довжині, і повинні виступати не більш, ніж на 55 мм від стійок і бути поверненими убік ями для приземлення. Кронштейни не можна покривати яким-небудь матеріалом, що збільшує тертя.

Жердина може бути виготовлена з будь-якого матеріалу, або бути комбінованою, і мати будь-яку довжину і діаметр, але поверхня матеріалу повинна бути гладкою. Припускається обмотування жердини липкою стрічкою в місці захвату жердини і у нижнього краю.

Проведення змагань.

Для безпосереднього проведення змагань по стрибках в суддівській колегії того або іншого змагання створюються суддівські бригади.

До складу суддівської бригади по стрибках входять:

- старший суддя бригади - 1;
- заступник старшого судді – 1;
- судді-вимірювачі - 2-4;
- суддя при учасниках – 1;
- суддя-інформатор – 1;
- секретарі бригади - 1-3;
- вимірник швидкості вітру (стрибки в довжину і потрійним) – 1;

У всіх стрибках учаснику забороняється відштовхуватися двома ногами. Порядок виконання учасниками спроб визначається жеребкуванням. Кожному учасникові зараховується його кращий результат зі всіх спроб.

До початку змагань по стрибках у висоту і з жердиною організатори змагань оголошують початкову висоту і подальший порядок підйому висоти, на яку буде встановлюватися планка в даних змаганнях. Початкові висоти і порядок їх підйому обумовлюються регламентом даних змагань. Порядок підйому висот не може змінюватися в сторону збільшення. До тих пір, поки не залишиться один учасник – переможець змагання, планка має підніматися не менш, ніж на 2 см у стрибках у висоту і не менш, ніж на 5 см у стрибках з жердиною. Після того, як спортсмен виграв змагання, він може змінювати порядок підйому висот з дозволу рефері або судді.

У багатоборстві планка завше піднімається на 3 см у стрибках у висоту і на 10 см – у стрибках з жердиною.

Учасник може починати змагання з будь-якої висоти вище початкової і продовжувати його, пропускаючи будь-які висоти на свій розсуд.

Учасник може пропустити другу або третю свою спробу на якій-небудь висоті (після першої або другої невдалої спроби) і зробити стрибок на одній з наступних висот. В такому випадку він може виконати лише ту кількість спроб, яка у нього залишилася (дві чи одну). Якщо він долає висоту, на наступній висоті у нього знову буде три спроби.

Три послідовні невдалі спроби підряд ведуть до вибування учасника з подальшого змагання.

Вимірювання всякої нової висоти повинне провадитися до того, як учасники почнуть виконувати спроби по її подоланню. У всіх випадках рекордних результатів судді повторюють вимірювання після узяття висоти.

Планку кожного разу слід встановлювати однією і тією ж самою стороною догори і вперед.

Якщо всі учасники вибули із змагання і в секторі залишився один спортсмен, то він має право продовжувати стрибки до того моменту, коли відповідно до правил він позбавляється права на подальші спроби.

Дозволяється переміщення стійкий за бажанням учасника на відстань не більше 0,80 м від продовження внутрішнього краю опорної стінки ящика для упору в стрибках з жердиною в сторону місця для приземлення. До початку змагань учасник має повідомити судді свої побажання щодо встановлення планки.

У стрибках з жердиною дозволяється використовувати порошкові клейкі засоби (каніфоль, магнезію і ін.), наносячи їх на руки або жердину, для забезпечення надійного хвата.

Спроба вважається невдалою, якщо учасник:

- збиває планку;
- виконує відштовхування двома ногами;
- торкається поверхні сектору або місця приземлення за площиною, що проходить через стійки або між ними, будь-якою частиною тіла або жердиною без узяття висоти; для контролю за дотриманням цього правила між точками на відстані 3 м від кожної стійки розмічається біла лінія 50 мм завширшки, ближній край якої співпадає з проекцією планки на поверхню сектора;
- після відриву від землі в стрибку з жердиною переміщає нижню руку вище верхньої або пересуває верхню руку вище по жердині;

- під час стрибка з жердиною притримує або ставить на місце планку руками;

Доторкатися до жердини кому-небудь можна лише тоді, коли вона почне падати в напрямі від планки в сторону розгону.

У стрибках в довжину і потрійним при участі у змаганнях більше восьми спортсменів, кожному з них дозволяється провести три спроби, а восьми учасникам, що показали кращі результати, надається право трьох додаткових фінальних спроб, які проводяться без перерви змагань.

Після третьої спроби секретар в протоколі міняє фіналістів місцями за показаними результатами в порядку убунання (визначає рейтинг) і викликає їх для виконання четвертої спроби, починаючи з спортсмена, який показав восьмий результат. Те ж саме робиться після п'ятої спроби. Якщо декілька учасників, що претендують на восьме місце, мають рівні попередні результати, їм всім надається по три додаткові спроби.

У кваліфікаційних, основних змаганнях і фіналі учасники виконують кожну спробу по черзі.

Спроба в стрибку в довжину або потрійному вважається невдалою, якщо учасник:

- перетнув лінію вимірювання на бруску для відштовхування, залишаючи якою-небудь частиною тіла видимий слід на пластиліні або іншому матеріалі, як при виконанні стрибка, так і пробігаючи, без його виконання;
- відштовхується з будь-якого боку бруска далі за продовженням лінії вимірювання;
- торкається землі між бруском для відштовхування і ямою для приземлення;
- під час приземлення торкається землі за сектором ближче до лінії відштовхування, ніж найближча відмітка, залишена ним на піску;
- виходе з ями для приземлення і перший контакт з землею за межами ями відбувається ближче до бруска для відштовхування,

ніж найближчий слід, залишений на піску. Це включає будь-який слід, залишений в ямі в результаті втрати рівноваги і повністю розташований в ямі, але ближчий до бруска, ніж первинний слід, залишений на піску;

- при стрибку застосовує будь-яку форму сальто;
- порушив послідовність виконання потрібного стрибка;

Якщо учасник відштовхується до бруска, це не може служити причиною визнання спроби невдалою.

Якщо у вертикальних стрибках спортсмен виконує успішну спробу, а планка падає під впливом зовнішніх сил (наприклад, пориву вітру), така спроба зараховується. Якщо стрибуну заважали ззовні при виконанні спроби, йому надається нова спроба.

За 1 г. до початку виду керівник змагань спільно із рефері по стрибках і керівником служби обладнання перевіряють і приймають місце проведення змагань.

Учасники, після перевірки в пункті збору і контролю, прямують до місця змагання у супроводі старшого судді бригади і основного секретаря, у якого знаходяться протоколи для всіх секретарів по даному виду стрибка.

Протоколи секретар бригади отримує у службі секретаріату. У пункті збору і контролю всі екземпляри протоколів уточнюються, і якщо є які-небудь зміни, їх вносять до протоколу. Старший суддя бригади виводить учасників до місця проведення змагань за 20 хв., а у стрибках з жердиною - за 35 хв. Суддівська бригада, спільно з робочими і технічним персоналом, виходить до місця проведення змагань за 25 хв., в стрибках з жердиною - за 40 хв.

При проходженні до місця змагань колону учасників очолює основний секретар бригади, а замикає колону старший суддя.

Жердини після контролю доставляються із зони розминки до місця змагань централізовано.

Учасники змагань займають місця на лавках і готуються до пробних спроб і розмітки розбігу.

Учасникам для розмітки розбігу надаються рулетки. Судді при необхідності повинні допомогти учасникам зробити розмітку.

Для розмітки можна використовувати тільки кілочки, надані суддівською колегією.

Перевірка розгону і пробні спроби виконуються згідно протоколу під керівництвом суддів. Кожному учаснику надається не більше двох пробних спроб. Судді можуть показати учасникам місце відштовхування, якщо останні до них звернуться. Протягом цього часу учасники змагань по стрибках у висоту мають визначити свої початкові висоти.

Після виконання пробних спроб в точно визначений розкладом час починається проведення змагань.

Старші судді у всіх видах стрибків мають два прапорці - білий і червоний.

Білий прапор піднімається суддею при виконанні учасником вдалої спроби, червоний - при невдалій (команди голосом - «Є!», «Ні!» - можуть не подаватися).

Після перевірки готовності сектора старшим суддею викликається перший учасник для виконання спроби. Його номер запалюється на табло або набирається на цифрах, і з тієї миті починається відлік часу, відведеного для виконання спроби.

У стрибках з жердиною цей час відлічується з моменту, коли стійки приведені в положення, що задовольняє спортсмена.

У стрибках для виконання спроби надається 1 хв., коли учаснику приходится виконувати спроби підряд час , відведений на спробу, збільшується до 2 хв. Коли у змаганні залишається 2 або 3 учасники, у стрибках у висоту час спроби збільшується до 1,5 хв. а у стрибках з жердиною – до 2 хв. Коли спортсмен залишається 1, час збільшується відповідно до 3 та 5 хв., а у горизонтальних стрибках – до 2 хв.

Після виконання стрибка в довжину і потрійного один з суддів ставить заборонений знак перед брусом відштовхування (за 2 м) на доріжці розгону, суддя-вимірник ставить кілок з нульовою відміткою (при вимірюванні рулеткою) на ближній до бруска відштовхування слід, залишений будь-якою частиною тіла спортсмена.

Старший суддя фіксує правильність відштовхування від бруска і у разі виконання стрибка без порушення правил, після того, як спортсмен покине яму приземлення, піднімає білий прапорець. У потрійному стрибку заступник старшого судді стежить за правильністю виконання фаз потрійного стрибка («скачку», «кроку», «стрибка»).

Червоний прапорець піднімається відразу ж, як тільки старший суддя переконався, що стрибок здійснений з порушенням правил.

Якщо дотримані всі правила і судді підняли білі прапорці, то проводиться вимірювання результату.

Секретарі фіксують в протоколах результат, повторюючи його голосом і по телефонах. Суддя-інформатор показує результат на табло. Один з секретарів заносить цей результат в демонстраційний протокол.

При вимірі результату рулеткою старший суддя оголошує результат, основний секретар, записуючи результат в протокол, голосно його повторює.

Суддя - вимірник швидкості вітру фіксує в своєму протоколі швидкість вітру в кожній спробі кожного учасника і потім протокол передає основному секретареві. Такі дії повторюються до тих пір, поки всі учасники не виконають надані їм спроби. З моменту початку змагання учасникам не дозволяється використовувати доріжку розгону в тренувальних цілях.

У кваліфікаційних змаганнях учасники, які виконали кваліфікаційний норматив, покидають сектор під керівництвом судді при учасниках. Покидають сектор і учасники основних змагань, що не потрапили у фінал.

Змагання по стрибках у висоту і з жердиною учасники можуть почати з будь-якої висоти, встановленої організаторами змагань, але не нижче початкової висоти, обумовленої регламентом даного змагання.

Учасники можуть використовувати в змаганнях свої власні жердини. Жодному учасникові змагань не дозволяється використовувати чийсь жердину без дозволу її власника.

Після виконання всіх спроб на даній висоті встановлюється наступна висота.

Старший суддя при узятті висоти піднімає білий прапорець, при невдалій спробі - червоний. У спірних моментах вирішальне слово належить старшому судді.

Основний секретар фіксує всі вдалі і невдалі спроби, пропуски висот, перенесення спроб, які залишилися, на наступні висоти. Те ж саме роблять і інші секретарі.

Учасник, який переніс спроби, що залишилися, на наступну висоту, для виконання стрибка на наступній висоті викликається згідно протоколу, незалежно від кількості спроб, що залишилися (дві або одна). Суддя на табло при узятті висоти включає знак узяття висоти, при збитті планки - знак невдалої спроби.

У стрибках з жердиною учасники можуть використовувати засоби, що підвищують зчеплення (каніфоль і ін.), наносячи їх на руки або жердину з метою забезпечення надійного хвата.

У всіх видах стрибків учасники можуть покидати сектор після початку змагань тільки з дозволу і під керівництвом суддів.

Після закінчення кваліфікаційних або основних змагань учасники під керівництвом старшого судді покидають сектор і відразу за учасниками йде вся суддівська бригада разом з робочими і технічним персоналом.

Секретарі суддівських бригад повинні повністю оформити робочі протоколи на місці проведення змагань. Кожен протокол повинен бути підписаний старшим суддею бригади, заступником старшого судді, суддями-вимірювачами результатів, секретарями з вказівкою прізвищ і суддівської категорії всього складу суддівської бригади, яка проводила змагання по даному вигляду.

За правильність і якість оформлення всіх протоколів, їх ідентичність відповідальність несуть старший суддя бригади і основний секретар.

При рівності результатів спортсменів перевага визначається наступним чином:

у стрибках у висоту і з жердиною:

- перевагу отримує учасник з найменшою кількістю спроб на висоті, на якій виникла рівність;
- якщо і після цього рівність зберігається, то перевагу отримує учасник з найменшою кількістю не зарахованих спроб на протязі всього змагання;
- якщо рівність зберігається, тоді, лише для визначення переможця, проводиться «перестрибування»: спортсменам надається ще одна спроба на висоті, яка не була взята обома, чи одним з учасників. Якщо обидва спортсмени її не взяли, планка опускається на 2 см у стрибках у висоту і на 5 см у стрибках з жердиною і надається знов лише одна спроба. Якщо спроба успішна, планка відповідно піднімається і стрибунам надається ще одна спроба і т. д. до тих пір, поки один з них не виграє змагання.

«Перестрибування» проводяться лише для визначення переможця змагань, при рівності інших результатів всім спортсменам, які мають однакові результати, надається одне місце. У багатоборстві «перестрибування» не проводиться.

У горизонтальних стрибках при рівності кращого результату судді надають перевагу стрибуну, який має кращий за дальністю другий результат, показаний у даних змаганнях. При рівності і другого результату до уваги береться третій результат і т.д. Якщо рівність результатів зберігається, спортсменам дають ще по одній додатковій спробі для визначення переможця змагань. У багатоборстві це правило не діє.

Після закінчення змагань по всіх видах стрибків секретарі доставляють протоколи в ті служби, які їм визначені головним секретарем. Старший суддя і основний секретар доставляють основний робочий протокол в секретаріат.

Один з секретарів або суддя бригади супроводжує переможця змагань і призерів в службу нагородження і передає туди ж один екземпляр протоколу.

Тільки після закінчення вказаної роботи головний суддя змагань вважає змагання з даного виду закінченими.

Жердини після закінчення змагань доставляються в комору спортивного інвентарю стадіону. Керує цією доставкою представник бригади обладнання і суддя бригади.

13.5. ЗМАГАННЯ З МЕТАНЬ

Обладнання місць для метань.

Штовхання ядра, метання диска і молота проводиться з круга в сектор, що має кут, рівний $34^{\circ} 92'$.

Круги виготовляються із залізної або сталевий стрічки, або стрічки з іншого придатного матеріалу. Верхній край цієї стрічки розташовується на рівні майданчика поза кругом. Внутрішня поверхня круга покривається бетоном, асфальтом або іншим щільним матеріалом, але таким, що не дає ковзання, матеріалом. Поверхня круга повинна бути горизонтальною і розташовуватися на $20 \text{ мм} \pm 6 \text{ мм}$ нижче за верхній край обмежувального кільця. Обмежувальне кільце повинне мати товщину не менш за 6 мм. Воно забарвлюється в білий колір.

Розміри круга: внутрішній діаметр круга має складати $213,5 \pm 0,5 \text{ см}$ - для штовхання ядра і метання молоту, $250 \pm 0,5 \text{ см}$ - для метання диску. Задня частина круга повинна бути відмічена крейдяною або нанесеною фарбою лінією шириною 50 мм, проведеною через його центр з подовженням в обидві сторони за межі круга не менш, ніж на 0,75 м. Ці лінії – так звані «вуса» - можуть наноситися крейдою або фарбою, виготовлятися з дерева або іншого відповідного матеріалу.

Круг для штовхання ядра має обмежувальний брусок (так званий „сегмент”) з дерева або іншого, придатного для цієї мети, матеріалу. Він повинен мати форму дуги і бути розташований таким чином, щоб його

внутрішній край співпадає з внутрішнім краєм кола. Брусок повинен мати розміри 1,21 м - 1,23 м по внутрішній стороні дуги, 112-116 мм по ширині і 98-102 мм по висоті і розташовуватися за межами кола. Брусок забарвлюється в білий колір.

Метання спису проводиться з доріжки, довжина якої повинна бути 30 - 36,5 м, обмеженою з двох боків паралельними лініями, шириною 50 мм. Відстань між лініями складає 4 м. Кидок проводиться із зони, розташованої перед дугою радіусом 8 м. Ця дуга представляє собою криволінійну планку, виконану з дерева або металу, або нанесену фарбою. Вона має ширину 70 мм і розташовується на одному рівні з поверхнею площадки. Від кінців дуги проводяться «вуса» під прямим кутом до бокових ліній, що обмежують доріжку. Довжина «вусів» 75 см, ширина – 7 см.

Сектор для приземлення снарядів при метанні спису утворюється лініями шириною 50 мм, які виходять з центру кривизни планки і проходять через її кінці в полі для приземлення снаряду. Кут сектору для приземлення спису складає 29°. Розмітка бокових ліній починається від зовнішніх країв дуги.

Метання гранати і м'яча проводиться з доріжки, довжина якої 30 - 36,5 м, а ширина 4 м, обмеженою з двох боків паралельними лініями шириною 50 мм, від прямої планки завширшки 70 мм і завдовжки - 4 м, в розмічену ділянку – „коридор” для приземлення снарядів. „Коридор” для метання гранати і м'яча утворюється боковими лініями, шириною 50 мм, відстань між якими складає 10 м. Бокові лінії коридору розташовані симетрично осі доріжки для розгону і паралельно їй. Коридор розмічається поперечними білими лініями через кожні 5 м, які вказують відстань від ближчого до доріжки розгону краю планки.

Ширина бокових ліній в розмірі секторів для приземлення снарядів не входить. На дальніх від планки кінцях ліній встановлюються секторні прапорці. Вони виготовляються повністю з металу, мають прямокутну форму, розміром 20 x 40 см і висоту не менш за 60 см над землею.

Площа сектора для приземлення снарядів має бути рівною і мати трав'яне, шлакове або інше покриття, на якому снаряд може залишити відбиток. Розміри площі для приземлення снарядів в напрямку метання визначаються рівнем кваліфікації учасників змагання. На змаганнях міжнародного рівня сектор для штовхання ядра має бути не менш, ніж 24 м завдовжки, для метання диску та молоту – 80 м, метання спису – 100 м.

В секторах для приземлення снарядів добре видимими показчиками повинні бути відмічені рекорди в даному виді метань.

Сектори розмічаються дугами, проведеними з центру круга або кривизни планки, які вказують відстань від місця метання. Ширина ліній розмітки дуг (50 мм) входить в розмір відстані, що відзначається дугою. Межі розмітки дуг, їх кількість визначається організаторами змагань. У точках перетину дуг з боковими лініями сектору ставляться цифрові показчики з добре видимими цифрами, що показують відстань від круга (планки - в метанні списа, гранати, м'яча).

Вимоги до снарядів:

Ядро		
	чоловіки	жінки
Мінімальна маса для затвердження рекорду, кг	7,260	4
Допустима маса, кг	7,265-7.285	4,005-4,4025
Мінімальний діаметр, мм	110	95
Максимальний діаметр, мм	130	110
Диск		
Мінімальна маса для затвердження рекорду, кг	2	1
Допустима маса, кг	2,005-2,025	1,005-1,025
Зовнішній діаметр по металевому ободу, мм	219	180
	мінімальний максимальний	221 182
Діаметр металевієї пластини в центрі, мм мінімальний	50	50

максимальний	57	57
Товщина по металевій пластині, мм		
мінімальний	44	37
максимальний	46	39
Товщина ободу від краю, мм		
мінімальний	12	12
Молот		
Мінімальна маса для затвердження рекорду, кг	7,260	4
Допустима маса, кг	7,265-7,285	4,005-4,4025
Довжина молоту, вимірювана від внутрішньої сторони рукоятки, м:		
мінімальний	1,175	
максимальний	1,215	
Діаметр кулі, мм		
мінімальний	110	
Спис		
Мінімальна маса для затвердження рекорду, г	600	800
Довжина, см:		
мінімальна	220	260
максимальна	230	270
Довжина наконечника, см	250-330	250-330
Ширина обмотки, см	140-150	150-160

Проведення змагань. Для проведення змагань з легкоатлетичних метань створюються бригади, до складу яких входять:

- старший суддя - 1
- заступник старшого судді - 1-2
- судді-вимірники - 3-5
- суддя-інформатор - 1
- суддя при учасниках - 1
- секретар бригади - 1-3

У будь-якому виді метань за наявності великої кількості учасників проводять кваліфікаційні змагання для відбору учасників основних змагань. Кваліфікаційні змагання не вважаються частиною основних змагань.

Відповідна кваліфікаційна норма встановлюється організацією, яка проводить змагання.

Порядок участі в змаганнях визначається жеребкуванням. У кваліфікаційних змаганнях кожному учасникові надається право на три спроби. Учасник, що показав результат, вищий або відповідний кваліфікаційній нормі, подальшої участі в кваліфікаційних змаганнях не бере. Після закінчення кваліфікаційних змагань новим жеребкуванням визначається порядок виступів в основних змаганнях.

Кожному учасникові дозволяється, якщо це можливо, провести не більше двох пробних спроб на місці змагань під спостереженням суддів в порядку, встановленому жеребкуванням і запису в протоколі змагань. З моменту початку змагання учасникам не дозволяється використовувати круг або майданчик в районі сектору для розминки.

Кожному учасникові зараховується його якнайкращий результат. Результат вимірюють в кожній спробі, виконаній без порушення правил. Вимірювання довжини кожної спроби повинні виконуватися негайно, від найближчої відмітки падіння снаряду до внутрішньої сторони кільця круга (планки в метанні списа, гранати, м'яча), по прямій лінії, що сполучає відмітку з центром круга (8-метровою відміткою центру дуги планки в метанні списа).

У змаганнях допускається використання тільки снарядів, наданих організаторами змагань. В деяких випадках учасники можуть використовувати власні снаряди, за умови, що вони перевірені і промаркіровані в установленому порядку до початку змагань. Ці снаряди представляються для виконання спроб всім бажаючим учасникам.

Штовхання ядра, метання диска, метання молоту здійснюється з круга. Учасник повинен почати кидок з нерухомого положення. Учасникові дозволяється торкатися внутрішньої поверхні обмежувального кільця і бруска („сегменту”) в штовханні ядра.

Кидок вважається недійсним, якщо учасник:

- невірно випускає ядро або спис: ядро штовхається однією рукою, воно має торкатися або бути зафіксованим у шиї або підборіддя і кисть руки забороняється опускати нижче цього положення під час штовхання; ядро не можна відводити за лінію плечей; спис тримають за обмотку; його метають через плече або верхню частину руки, нетрадиційні способи метання заборонені;
- після того, як вступив в круг і приступив до виконання кидка, торкається якою-небудь частиною тіла поверхні землі за межами круга, або верхньої частини обмежувального кільця та сегменту у штовханні ядра, або ж роняє снаряд за межі круга;
- в метанні спису торкається будь якою частиною тіла до ліній, які обмежують сектор для метання, або землі за сектором;
- снаряд приземлюється на обмежувальні лінії сектору або за сектор;

Не вважається порушенням торкання кулею молота землі в процесі обертальних рухів або поворотів; якщо ж після цього учасник зупиняється з тим, щоб знову приступити до виконання кидка, то йому зараховується невдала спроба.

За умови, що спроба проводиться без порушення правил, учасник може перервати її, покласти снаряд, повернутися, не покидаючи круг, в початкове нерухоме положення і знов провести кидок. У кожній спробі допускається не більш за одне переривання.

Учасникові не дозволяється покидати межі круга до тих пір, поки снаряд не торкнеться землі. Після цього він може покинути круг, виходячи за „вуса”. В метанні спису при виході з сектору перший крок в сторону паралельних ліній або землі за доріжкою розбігу має бути зробленим повністю за білою лінією дуги під прямим кутом до паралельних ліній.

Для кращого захоплення снаряда учасникам дозволяється наносити зв'язуючі речовини тільки на руки, а в штовханні ядра – і на шию. Застосування рукавичок дозволене тільки в метанні молоту.

Зміна встановленого способу метання не дозволяється. Спис слід тримати в місці обмотки. Учаснику не дозволяється перетинати яку-небудь з паралельних ліній, що обмежують доріжку, а також торкатися частиною тіла або кінцівкою криволінійної планки і поверхні землі за планкою або обмежуючими доріжку лініями.

Кидок не зараховується, якщо яка-небудь частина списа торкнеться землі раніше вістря металевого наконечника.

За 1 г. до початку виду керівник змагань і рефері з метань, разом з керівником служби обладнання, перевіряють і приймають місце проведення змагання.

Старший суддя бригади виводить учасників в сектор проведення змагань за 20 хв. до їх початку. Суддівська бригада виходить разом з робочими і технічним персоналом за 25 хв. до початку вигляду.

Колону учасників очолює основний секретар бригади, а замикає колону старший суддя.

Учасники змагань займають місця на лавках і готуються до пробних спроб.

Пробні спроби (не більше двох) виконуються в порядку запису в протоколі під керівництвом суддів.

Снаряди після пробних спроб і під час змагань повертають до стелажів судді і робочі.

Судді в полі на своїх робочих місцях забезпечують безпеку проведення змагань.

Після виконання пробних спроб всі снаряди встановлюються на стелажах, перевіряється їх маркіровка. У разі відсутності на снарядах маркіровки, вони не застосовуються в змаганні.

У точно призначений час перший учасник викликається для виконання спроби, одночасно його номер «запалюється» на табло (набирається цифрами) і з цього моменту починається відлік часу виконання спроби.

Перед входом в круг для метання або до початку розгону в метанні списа та гранати суддя перевіряє маркіровку снаряду, який знаходиться у учасника.

Окрім цього, суддя перевіряє, чи не змащені підшви взуття металників якою-небудь клейкою речовиною; у металників молоту перевіряє рукавички на руках. У кругах не дозволяється розсипати або розбризкувати які-небудь речовини.

У всіх метаннях бинтування 2 і більше пальців разом не дозволяється. Бинтування зап'ястя дозволяється.

У всіх видах метань дозволяється застосування поясу з шкіри або інших матеріалів.

Судді повинні надавати учасникам рулетки для розмітки розгону в метанні списа і допомогти їм це зробити. Розмітка робиться тільки кілочками, які надає суддівська колегія.

Після виконання учасником спроби старший суддя фіксує правильність або неправильність її виконання підняттям білого або червоного прапорця (команда голосом - «Є!», «Ні!» може не подаватися).

Після приземлення снаряда в полі до місця приземлення бігом прямують два судді, які стоять найближче, і фіксують місце приземлення снаряду.

Суддя в полі підняттям прапорця білого або червоного кольору фіксує правильність приземлення снаряда, перевіряє установку кілочка.

Судді передають снаряд робочим для транспортування його до місця змагання. Снаряди доставляються в руках або транспортних пристосуваннях. Кидання снарядів у бік круга або доріжки для розгону заборонене.

Проводиться вимірювання результату, основний секретар записує його, голосно повторюючи. Інші секретарі також фіксують в протоколах результат, повторюючи його.

Суддя локального табло набирає результат на табло.

Один з секретарів заносить цей результат в демонстраційний протокол. Так повторюється до тих пір, поки всі учасники не виконають надану їм кількість спроб. Після початку змагань учасникам не дозволяється використовувати круг або майданчик усередині сектора для тренувальних цілей як зі снарядами, так і без них, але імітація вправ дозволяється. Якщо проводяться кваліфікаційні змагання, то після виконання всіма учасниками спроби, учасники, що виконали кваліфікаційний норматив, повинні покинути сектор під керівництвом судді при учасниках. Також покидають сектор учасники основних змагань, що не потрапили у фінал.

У основних змаганнях після трьох спроб 8 спортсменів отримують право на 3 додаткових спроби, котрі виконуються учасниками без перерви змагання. Після третьої та п'ятої спроби секретар в протоколі міняє фіналістів місцями за рейтингом, так само, як у стрибкових видах.

Для визначення переможця при рівності результатів у двох чи більше металників застосовуються ті ж самі правила, що й у горизонтальних стрибках.

Після закінчення змагань все учасники під керівництвом старшого судді покидають сектор. За учасниками йде суддівська бригада разом з робочими і технічним персоналом. Один з секретарів бригади доставляє в службу нагородження копію робочого протоколу і приводить переможця і призерів змагань. В тому випадку, якщо секретарі не встигли повністю оформити протоколи, то це вони повинні зробити в секретаріаті.

У всіх видах метань учасники можуть покидати сектор під час проведення змагань тільки з дозволу і під керівництвом судді.

Всі протоколи секретарі представляють в ті служби, які їм визначені головним секретарем. Старший суддя і секретар доставляють основний робочий протокол в секретаріат.

За ідентичність всіх протоколів відповідальність несе старший суддя виду і основний секретар.

Змагання в даному вигляді слід рахувати закінченими після надходження основного протоколу в секретаріат.

13.6. Змагання з багатоборства.

Чоловіче десятиборство складається з 10 видів, які проводяться на протязі двох днів у наступному порядку:

Перший день – 100 м, стрибок у довжину, штовхання ядра, стрибок у висоту, 400 м.

Другий день – 110 м з бар'єрами, метання диску, стрибок з жердиною, метання спису, 1500 м.

Жіноче семиборство складається з 7 видів, які проводяться на протязі двох днів у наступному порядку:

Перший день – 100 м з бар'єрами, стрибок у висоту, штовхання ядра, 200 м.

Другий день – стрибок у довжину, метання спису, 800 м.

Змагання з багатоборств проводяться згідно із загальними правилами змагань з легкої атлетики за виключенням таких моментів:

- в стрибках у довжину і метаннях кожному учаснику надається лише по три спроби;
- при відсутності фотофінішу час кожного спортсмена фіксується трьома хронометристами;
- в бігових видах спортсмен буде дискваліфікований, якщо він зробить два фальстарта;

Будь-який спортсмен, який не взяв участь у одному з видів не допускається до участі у наступних видах багатоборства. За кожний результат, показаний в окремому виді багатоборства, спортсмен отримує певну кількість очок (згідно з спеціальною таблицею очок). Перемагає спортсмен, який набрав найбільшу суму очок по закінченні змагань. У випадку рівності перемагає спортсмен, який в більшій кількості видів набрав більше очок, ніж інший учасник з такою ж самою сумою очок. Якщо це не

вирішує проблему, переможцем оголошується с спортсмен, який набрав найбільшу кількість очок в одному виді.

Висновок

Таким чином, вивчення даної теми сприяє:

- поглибленому засвоєнню студентами теоретичних основ легкоатлетичного спорту;
- надбанню знань стосовно підготовки, організації, проведення та суддівства змагань з легкої атлетики;
- професійній підготовці студентів до майбутньої діяльності в якості вчителя фізичної культури.

Контрольні питання

1. За якими ознаками можна кваліфікувати змагання з легкої атлетики? Які є види легкоатлетичних змагань?
2. Які основні вимоги до організації змагань з легкої атлетики?
3. Що таке «календар змагань»? Які бувають календарі?
4. Що таке «положення про змагання»? Які розділи воно охоплює?
5. Хто входить до оргкомітету легкоатлетичних змагань? В чому полягають функції різних комісій?
6. В якому складі працює суддівська комісія змагань?
7. Які розділи роботи складають функціональні обов'язки керівника змагань?
8. Який склад та обов'язки секретаріату змагань?
9. Що входить до функціональних обов'язків інформаційної служби?
10. Як працює служба нагородження переможців та призерів змагань?
11. Чим займається «комендантська» служба?
12. Як працює служба збору, реєстрації та контролю учасників?
13. Як здійснюється допінг-контроль в легкій атлетиці?
14. Що таке заявка на участь у змаганнях?
15. Які заходи застосовуються до учасника, який не з'явився на змагання?

16. Які вимоги висуваються суддівською колегією до учасників в ході змагань?
17. Як розмічені доріжки стадіону для проведення змагань з бігових видів легкої атлетики?
18. Які суддівські бригади обслуговують змагання з бігу?
19. Що входить до обов'язків фінішної бригади?
20. Як працює бригада суддів-хронометристів?
21. Які вимоги висовуються до обладнання сектору для стрибків у висоту? Для стрибків у довжину та потрійним? Для стрибків з жердиною?
22. Як проходять змагання зі вертикальних стрибків?
23. Які права та обов'язки мають учасники змагань зі стрибків?
24. В яких випадках спроба не буде зарахована у вертикальних стрибках?
25. В яких випадках спроба не буде зарахована у горизонтальних стрибках?
26. Які вимоги висуваються до обладнання місць змагань зі штовхання ядра? З метання спису? З метання диску та молоту?
27. Як проходять змагання з легкоатлетичних метань?
28. Які права та обов'язки мають учасники змагань з метань?
29. В яких випадках спроба не буде зарахована у всіх видах метань?

Література

1. Правила соревнований по легкой атлетике на 2012-2013 год. Московский региональный центр развития легкой атлетики – <http://www.rusathletics.com/>. Перевод материалов официального сайта Международной любительской федерации легкой атлетики. – <http://www.iaaf.com/>
2. Судейство соревнований по легкой атлетике. Практическое руководство. Издано Международной любительской федерации легкой атлетики. – М.: Олимпия – пресс, 2000 г. – с.64
3. Карпюк Ю.И. «Соревнования по легкой атлетике». – Киев: «Здоров'я», 1983. – с. 80.
4. Організація та проведення змагань з легкої атлетики. Методичні рекомендації для вчителів фізичного виховання загальноосвітніх

навчальних закладів. Упорядники: Федірко М.О., Малютін М.В., Скрипниченко І.В. – м. Одеса, ПДПУ ім. К.Д.Ушинського, 2004 р. – с. 64.

5. Коробченко В.В. Легка атлетика. – К.: Вища шк., 1977. – С. 190-201