Сущенко І.Г.

**«Техніко - тактичні прийоми при вивчення модуля «Регбі» у закладах загальної середньої освіти»**

НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ ПОСІБНИК



 Полтава 2022

Сущенко І.Г.

**«Техніко - тактичні прийоми при вивчення модуля «Регбі» у закладах загальної середньої освіти»**

НАВЧАЛЬНО-МЕТОДИЧНИЙ ПОСІБНИК

Полтава 2022

Техніко-тактичні прийоми при вивченні модуля «Регбі» у школі: Методичний посібник/Упорядник Сущенко І.Г. – учитель фізичної культури гімназії № 18 Полтавської міської ради», 2022, 78 с.

**Рецензенти:**

Третинник Юлія Володимирівна: консультант Центру професійного розвитку педагогічних працівників Полтавської міської ради.

Хоменко Валентина Анатолівна: учитель-методист Полтавської гімназії № 18 Полтавської міської ради.

У посібнику обґрунтовано і систематизовано застосування фізичних вправ спортивного характеру для технічної підготовки дітей при навчанні у регбі для вчителів фізичної культури і тренерів, студентів педагогічних і фізкультурних середніх спеціальних закладів і закладів вищої освіти.

ЗМІСТ

РОЗДІЛ І. ІСТОРІЯ ВИНЕКНИННЯ……………………………………………………………..6
РОЗДІЛ ІІ. ЗАГАЛЬНІ ПРАВИЛА…………………………………………………………………...…..8

2.1.ПРАВИЛО ПОЛЕ…………………………………………………………………………………..…8

2.2.ПРАВИЛО М'ЯЧ………………………………………………………………………………….....10

2.3.ПРАВИЛО КІЛЬКІСТЬ ГРАВЦІВ. КОМАНДА……………………………………………….…11

2.4.ПРАВИЛО  ФОРМА ГРАВЦІВ…………………………………………………………………….14
2.5. ПРАВИЛО ТРИВАЛІСТЬ ІГРИ…………………………………………………………………..16

2.6.ПРАВИЛО СУДДЯ У ПОЛІ І БІЧНІ СУДДІ……………………………………………………..18

2.7.ПРАВИЛО СПОСОБИ ВЕДЕННЯ ГРИ…………………………………………………………..22

2.8.ПРАВИЛО ПЕРЕВАГА……………………………………………………………………….……23

2.9.ПРАВИЛО СИСТЕМА НАРАХУВАННЯ ОЧКІВ…………………………………………….….24

2.10.ПРАВИЛО ГРУБА ГРА………………………………………………………………………...…26

2.11.ПРАВИЛО ПОЛОЖЕННЯ «ПОЗА ГРАЮ» І «У ІГРІ» У ВІДКРИТІЙ ІГРІ…………..………30

2.12. ПРАВИЛО ГРА ВПЕРЕД АБО ПАС ВПЕРЕД…………………………………………………..34

2.13.ПРАВИЛО ПОЧАТКОВИЙ УДАР І УДАР ВІД ВОРОТ……………………………………….35

2.14.ПРАВИЛО М'ЯЧ НА ЗЕМЛІ……………………………………………………………..………38

2.15. ПРАВИЛО ЗАХОПЛЕННЯ…………………………………………………………………..…..39

2.16. ПРАВИЛО РАК……………………………………………………………………………….…..42

2.17.ПРАВИЛО МОЛ…………………………………………………………………………….…….45

2.18.ПРАВИЛО ЧИСТИЙ ЛОВ (МІТКА)………………………………………………..…..……….48

2.19.ПРАВИЛО АУТ І КОРИДОР……………………………………………………………….……..49

2.20.ПРАВИЛО СХВАТКА…………………………………………………………………………….56

2.21.ПРАВИЛО ШТРАФНИЙ УДАР І ВІЛЬНИЙ УДАР…………………………………………….57

2.22.ПРАВИЛО ЗАЛІТНЕ ПОЛЕ……………………………………………………………………....61

РОЗДІЛ ІІІ. Розділ ІІІ. ОРГАНІЗАЦІЯ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ З МОДУЛЯ «РЕГБІ» У ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ …………………………………..……65

3.1. Планування процесу підготовки регбістів ………………………………………………………..66

3.2. Зміст тренувального процесу ……………………………………………………………………..72

ВИСНОВКИ…………………………………………………………………………………………….. 74

СПИСОК ВИКОРИСТАННОЇ ЛІТЕРАТУРИ……………………………........................................... 75

**ВСТУП**

 **РЕГБІ** (англ. rugby – від назв. міста Регбі, графст. Уорікшир), спортивна командна гра з м'ячем овальної форми на майданчику з H-образними комірами.

 Мета гри: передаючи м'яч один одному руками (тільки назад) або ногами (у будь-якому напрямі), приземлити його в заліковому полі або забити у ворота суперника, за що команді нараховується певна кількість окулярів. У матчі перемагає команда, що набрала до його результату більше окулярів. Правилами регбі вирішується жорстка силова боротьба, відповідно, від гравців вимагається хороша фізична і функціональна підготовка, витривалість, рухливість, сила, наявність борцівських навиків і певних морально-вольових якостей.

Гра розвиває такі фізичні якості як швидкість, витривалість, спритність, також формує характер, навчає єдності , дає хороший фізичний та емоційний заряд, зміцнює здоров’я. Водночас кожен гравець може позмагатися із суперником у швидкості, силі, спритності, витривалості, завдяки чому більшість з них вирізняються сміливістю, умінням переборювати труднощі як на спортивному майданчику, так і в буденному житті.

У новітній системі фізичного виховання гру регбі використовують на уроках фізичної культури для гендерної рівності між хлопцями та дівчатами.

 У даній методичці викладаються історія розвитку, дається характеристика гри та її основні правила, висвітлені питання техніко – тактичних дій під час гри для вдосконалення майстерності.

**Розділ І. ІСТОРІЯ ВИНИКНЕННЯ РЕГБІ**

Як не дивно, але саме в розважливій, монархічній, інтелігентній Англії бере свій початок регбі. Бажання англійців домінувати над ворогом, принизити його якомога сильніше, затоптати, - породжує дивну у наш час розвагу.

Жбурляння ногами людських голів, – переможеного ворога, - видається жахливим, але таким і було „первісне регбі”. Згодом з’явилися м’ячі, які величезні натовпи людей ганяли вулицями сіл та містечок без будь-яких правил. М’яч ловили, кидали, штовхали, робили все, аби загнати на бік суперника. Зрозуміло, що такі матчі закінчувалися бійками. Тому за часів правління Едуарда ІІ, Річарда ІІ та Едуарда ІІІ вводились суворі закони проти „футболу натовпу”, як називали цю гру, оскільки вона, на думку королів, спричиняла безлад та відволікала підданих від інших занять. Поступово гра увійшла в більш-менш систематизовані рамки і почала впроваджуватися в англійських учбових закладах.

Цілком можливо, що частка історії регбі належить італійцям. Оскільки ще римські легіонери використовували як розвагу і одночасно як засіб військової підготовки „гарпастум” – гру схожу на регбі, суть якої полягала в тому, що розділившись на команди, воїни намагались провести м’яч у „ворота”, споруджені з двох загнаних в землю списів. На початку н.е. про гарпастум дізналися на Британських островах. В епоху Середньовіччя у Європі було поширено багато ігор з м’ячем, які являли собою щось середнє між сучасним футболом та регбі. Потрібно було завести м’яч на територію суперника будь-яким можливим способом. Наприклад, у Флоренції і по нині проводяться матчі з „історичного футболу”. Традиція походить ще з 1530р., коли військо іспанського короля Карла V оточило місто, і місцеві жителі для підняття бойового духу вирішили провести „футбольний” матч на площі Санта Кроче.

Саме на цій площі щорічно 24 липня і у наш час проходять змагання з „історичного футболу”. Не виключно, що англійці – прихильники короля Карла І, які залишили Англію, - повертаючись на батьківщину, зацікавили новою розвагою своїх співвітчизників. Зародження ж сучасного регбі датується 7 квітня 1823р. і пов’язується з м. Регбі (80 кілометрів від Лондона).

Тут проводився футбольний матч між командами місцевого коледжу. В якийсь момент гравець на ім’я Вільям Уебб Елліс, намагаючись врятувати свою команду від поразки, схопив м’яч руками і побіг до чужих воріт, забивши „гол”. За порушення правил він тієї ж миті був виключений з поля гри. Тим не менше, новизна Елліса була взята на озброєння: з’явився різновид футболу, в якому дозволялась гра руками. Відтоді головний трофей, за який змагаються учасники Кубку світу, носить ім’я Елліса. Існує інший погляд на цю подію. Томас Хьюджес – автор „Шкільних днів Тома Брауна”, капітан шкільної команди – стверджує, що не Вільям Елліс, а Джем Маккі побіг з м’ячем в 1838р. А Елліс просто запропонував концепцію бігу з м’ячем в руках наприкінці 1823р. Суперечки навколо цього питання ведуться й по нині. В жовтні 1863р. на засіданні представників різноманітних шкіл та клубів у Лондоні відбулося остаточне розмежування на власне футбол та регбі-футбол.

В 1871р. в Англії створюється Союз регбі, яким були започатковані перші офіційні правила гри. В 1873р. схожий Союз з’явився в Шотландії, в 1874 – в Ірландії і в Північній Ірландії, в 1881р. – в Уельсі. В 1943р. створена Міжнародна любительська федерація регбі. На олімпійській арені регбі з’являється в 1900р. з проведенням Олімпійських ігор в Парижі.

**РОЗДІЛ ІІ. ПРАВИЛА ГРИ.**

**2.1.ПРАВИЛО ПОЛЕ**

Ігрове поле означає площу, обмежену, як показано на плані, бічними лініями та лініями воріт. При цьому бічні лінії та лінії воріт не є частиною ігрового поля. Ігрова площа складається з ігрового та залікового поля. Ігровий простір - це ігрова площа та навколишня її (у межах розумного) територія. Залікове поле – площа між лінією воріт, лінією «мертвого» м'яча та бічними лініями залікового поля. Лінія воріт є частиною залікового поля, тоді як лінія «мертвого» м'яча та бічні лінії залікового поля лише обмежують його. 22 м - площа між лінією воріт та лінією 22 м (лінія 22 м включається).



РОЗМІРИ ІГРОВОГО ПРОСТОРУ

Ігрове поле не повинно перевищувати 100 метрів завдовжки та 70 метрів завширшки. Залікове поле має бути не більше 22 метрів завдовжки та 70 метрів завширшки. Довжина та ширина поля повинні якомога ближче відповідати вказаним на плані розмірам. Вся площа має бути прямокутною. Відстань від лінії воріт до лінії 'мертвого' м'яча не повинна бути меншою за 10 метрів.

РОЗМІТКА

Всі лінії, показані на плані, повинні бути розмічені відповідно: Суцільні лінії Лінія 'мертвого' м'яча, бічні лінії залікового поля та кутові пости не є частиною залікового поля. Лінія воріт є частиною залікового поля. Лінія 22-х метрів є частиною 22-х метрової зони та паралельна лінії воріт. Центральна лінія також паралельна лінії воріт. Бічні лінії обмежують ігрове поле та є аутом.

Переривчасті лінії Переривчастими лініями позначені 10-ти метрові відстані від центральної лінії поля та 5-ти метрові відстані від бічних ліній. Пунктирні лінії Серія з шести коротких ліній (1 метр) за 5 метрів від лінії воріт і серія з коротких ліній (1 метр) за 15 метрів від бічних ліній, що перетинають лінії воріт, 22-х метрів і центральну лінію. Лінія довжиною 0,5 метра припиняє центр центральної лінії.



РОЗМІРИ ВОРІТ

Якщо стійки воріт покриті захистом, то відстань між стійками та зовнішньою частиною захисту не повинна перевищувати 300 мм.

Прапорці

На полі встановлено 14 прапорців (мінімальна висота 1,2 метри).

Вісім прапорців встановлюються на перетині бічних ліній (включаючи бічні лінії залікового поля) з лінією воріт та лінією "мертвого" м'яча.

І нші шість прапорців встановлюються на лініях 22-х метрів та на центральній лінії на відстані 2 метри зовні від бічної лінії

ПРОТЕСТ ЩОДО ПОЛЯ

Якщо будь-яка команда має заперечення щодо поля чи розмітки, вона має повідомити суддя до початку матчу.

Суддя повинен вирішити розбіжності, але в жодному разі не розпочинати матч, якщо є якісь сумніви щодо безпеки ігрової площі, до усунення причин.

**2.2.ПРАВИЛО М'ЯЧ**

ФОРМА М'яч має бути овальним за формою та складатися з чотирьох часточок.

РОЗМІРИ Довжина по лінії від 280 до 300 мм Окружність (поздовжня) від 760 до 790 мм

МАТЕРІАЛ Шкіра або синтетичний матеріал зі схожими характеристиками. М'ячі можуть бути спеціально оброблені для підвищення їхньої стійкості до бруду та кращого утримання в руках.

ВАГА 400 - 440 грамів.

ТИСК М'яч на початку гри повинен мати тиск 0,67 - 0,70 кг/см2.

Запасні м'ячі Допускається мати запасні м'ячі для заміни під час гри, але команда не повинна отримати або намагатися отримати перевагу за допомогою їх використання.

М'ЯЧІ МЕНШИХ РОЗМІРІВ Розміри м'яча можуть бути зменшені тільки для школярів молодшого віку.



**2.3.ПРАВИЛО КІЛЬКІСТЬ ГРАВЦІВ. КОМАНДА**

Команда повинна складатись з 15 гравців плюс запасні гравці для заміни (тимчасової заміни), кількість яких визначається Правилами гри. Гравці замінюють товариша за командою у зв'язку з його травмою або з тактичних міркувань.

КІЛЬКІСТЬ ГРАВЦІВ У ПОЛІ Кожна команда повинна складатися не більше ніж з 15 гравців у полі.

КОЛИ БІЛЬШЕ, НІЖ 15 ГРАВЦІВ Протест. До або під час матчу команда може протестувати судді щодо кількості гравців команди суперника. Якщо у команді більше гравців, ніж на вимогу правил, суддя наказує Капітану скоротити кількість гравців до необхідного. Рахунок матчу під час подачі протесту залишається незмінним.

КОЛИ МЕНШЕ, НІЖ 15 ГРАВЦІВ Союз може дозволити грати з меншою кількістю гравців у кожній команді за умови, що буде не менше ніж по три гравці від кожної команди у всіх сутичках. Виняток: правило не поширюється на матчі турнірів з регбі-7, оскільки вони регламентуються доповненням до Правил гри.

Запасні гравці У міжнародних матчах Союз може заявляти для заміни до семи гравців. В інших матчах кількість запасних гравців визначається Союзом, під юрисдикцією якого проводиться матч, за умови, що в інших відносинах це відповідає правилам гри.

ГРАВЦІ, ПІДГОТОВЛЕНІ ДЛЯ ГРИ У ПЕРШІЙ ЛІНІЇ Якщо командою заявлено 15 або менше гравців, то принаймні троє з них повинні бути підготовлені для гри в першій лінії. Якщо командою заявлено 16, 17 або 18 гравців, то принаймні четверо з них мають бути підготовлені для гри в першій лінії. Якщо командою заявлено 19, 20, 21 або 22 гравців, то принаймні п'ятеро з них повинні бути підготовлені для гри в першій лінії. Кожен гравець першої лінії має бути відповідно підготовлений. Дозволяється заміна гравця першої лінії.

ВИДАЛЕНИЙ ГРАВЕЦЬ Віддалений гравець не може бути замінений, за винятком випадків, описаних у пункті 14 цього Правила.

ЗАМІНА Можлива заміна травмованого гравця. Замінений гравець не має права повертатися до гри. Заміна травмованого гравця може бути здійснена тільки після того, як м'яч став «мертвим», і лише з дозволу судді.

РІШЕННЯ ПРО ЗАМІНУ У міжнародних матчах гравець може бути замінений за рекомендацією практикуючого лікаря. В інших матчах - на рекомендацію лікаря команди або, за відсутності лікаря, на прохання капітана команди з дозволу судді.

ТИМЧАСОВА ЗАМІНА Якщо гравець покидає поле для зупинки кровотечі, закриття або перев'язки рани, він може бути замінений Якщо гравець, що вийшов на заміну, отримує травму, то він також може бути замінений. Травмований гравець, замінений постійно, не може повернутися в гру.
ПОВЕРНЕННЯ ГРАВЦЯ ПІСЛЯ ТИМЧАСОВОЇ ЗАМІНИ У разі кровотечі або відкритої рани гравець повинен покинути поле і не повертатися, поки кровотеча не буде зупинена, рана - закрита або перев'язана. Гравець, що покинув поле із-за травми або з якої-небудь іншої причини, не може повернутися в гру без дозволу судді. Суддя не повинен дозволяти гравцеві повернутися в гру до тих пір, поки м'яч не стане "мертвим". Якщо гравець, який покинув ігрову площу в результаті травми або з іншої причини, повертається в гру без дозволу судді, суддя, якщо він вирішує, що це було зроблено навмисно, з метою допомогти своїй команді або завадити суперникові, повинен покарати його за некоректну поведінку. Якщо ж порушення не було, то м’яч буде вводити команда суперників.

КІЛЬКІСТЬ ЗАМІН Може бути замінена до двох гравців першої лінії і до п'яти гравців інших позицій. Заміна робиться тільки в той час, коли м'яч став "мертвим", і тільки з дозволу судді в полі.
ПОВЕРНЕННЯ НА ПОЛІ ЗАМІНЕНИХ ГРАВЦІВ Замінені гравці не можуть повторно входити в гру навіть для заміни травмованого гравця. Виняток становить заміна гравця з кровотечею або відкритою раною або заміна травмованого гравця першої лінії за відсутності іншого гравця, підготовленого для гри в першій лінії.
ВИДАЛЕННЯ АБО ТИМЧАСОВА ЗАМІНА ГРАВЦЯ ПЕРШОЇ ЛІНІЇ У разі видалення гравця першої лінії, замінюючого іншого, суддя в інтересах безпеки повинен проконсультуватися з капітаном команди, щоб визначити, чи є у складі команди інший гравець, підготовлений для гри в першій лінії. За відсутності такого гравця капітан повинен визначити гравця нападу, який покине поле, і суддя дозволить заміну його гравцем першої лінії.

Це може бути зроблено негайно абочи після того, як інший гравець спробує зіграти на місці вибулого. Після закінчення періоду тимчасової заміни гравець першої лінії повертається на полі, а гравець, що замінив його, виходить з гри. Якщо за видалення або за травми команда не має у своєму складі іншого гравця, підготовленого для гри в першій лінії, то гра триває з сутичками без опору. Сутички без опору відрізняються від звичайних сутичок, що призначаються, тим, що : відсутня боротьба за м'яч; команда, що вводить м'яч в сутичку, повинна його опанувати; жодна з команд не допускає тиску на суперника; сутичка будується по формулі 3-4-1 для обох команд;

 якщо в одній з команд на одного гравця менше, то її сутичка будується по формулі 3-4 (без №8); якщо в одній з команд на двох гравців менше, то її сутичка будується по формулі 3-2-1 (без №6 і №7); якщо в одній з команд на трьох гравців менше, то її сутичка будується по формулі 3-2 (тільки перша і друга)

**2.4. ПРАВИЛО ФОРМА ГРАВЦІВ**

Форма гравця складається з наступних предметів: регбийная майка, шорти, нижня білизна, шкарпетки (гетри) і бутси.

ДОДАТКОВА ЕКІПІРОВКА підтримка (наколінники, налокітники і ін.), виготовлена з еластичних або таких, що стискаються матеріалів, що миються; щитки для гомілки, за умови, що товщина ніякої частини щитка не перевищує 0,5 см, він покритий м'якою тканиною і надітий під шкарпетку; підтримка для кісточки, надіта під шкарпетку, якщо вони не тягнуться вище, ніж на третину довжини гомілки і виготовлені з твердого матеріалу, відмінного від металу; рукавички без пальців; прокладення для плечей, виготовлені з м'яких і тонких матеріалів, які можуть бути сполучені з нижньою білизною або регбийной майкою, за умови, що прокладення закривають тільки плече і ключицю; товщина ніякої частини прокладення не повинна перевищувати 1 см в нестислому стані; ніяка частина прокладення не повинна мати щільності більше 45 кг/м3; захисне пристосування для рота (капа); захисний шолом, виготовлений з м'яких за умови, що товщина ніякої частини шолома не перевищує 1 см в нестислому стані, ніяка частина прокладення не має щільності більше 45 кг/м3; бандаж або інший перев'язувальний матеріал для захисту рани; тонка стрічка або інший подібний матеріал для відвертання травми. У гравця не повинно бути ніяких комунікаційних пристроїв (рація, телефон).

СПЕЦІАЛЬНА ДОДАТКОВА ЕКІПІРОВКА ДЛЯ ЖІНОК. Окрім вищеперелічених предметів жінки можуть використати прокладення для грудей, виготовлені з м'яких і тонких матеріалів, які можуть бути сполучені з нижньою білизною або регбийной майкою за умови, що окрім грудей вони закривають тільки плече і/або ключицю; товщина ніякої частини прокладення не повинна перевищувати 1 см в нестислому стані; ніяка частина прокладення не повинна мати щільності більше 45

ТОВЩИНА І ЩІЛЬНІСТЬ ДОДАТКОВОЇ ЕКІПІРОВКИ

Виміру товщини і щільності повинні включати будьякий інший матеріал, що формує захисну екіпіровку.

ШПИЛЬКИ

Шпильки на бутсах повинні відповідати Британському стандарту BS6366 1983 або еквівалентному йому; Шпильки мають бути круглими і надійно прикріпленими до підошви бутс; Шпильки повинні мати наступні розміри: довжина не повинна перевищувати 18 мм при вимірі від основи підошви; мінімальний діаметр при вершині - 10 мм; мінімальний діаметр в основі шпильки - 13 мм; мінімальний діаметр шайби при конструктивному поєднанні шпильки з шайбою - 20 мм литі багато колючкуваті підошви не повинні мати гострих граней або

ЗАБОРОНЕНІ ПРЕДМЕТИ ЕКІПІРОВКИ

Предмети, які забруднені кров'ю;  жорсткі або гострі предмети; предмети, що містять застібки, затиски, кільця, стержні, застібки,блискавки, гвинти,болт, тверді матеріали або виступи, заборонені справжнім Правилом;речі типу кілець і сережок; рукавички (з пальцями); шорти з ушитими в них прокладеннями; які дозволений Правилом 4 предмет одягу, товщина якого в якійнебудь частині перевищує 1 см або має щільність більше 45 кг/м3; будьякий предмет, який, на думку судді в полі може травмувати; забороняється мати поодиноку шпильку на бутсах в районі великого пальця.

АВТОРИЗОВАНИЙ ЗНАК IRB

З 1 жовтня 2000 року виріб, що не має авторизованого знаку IRB, вважатиметься таким, що не відповідає сьогоденню.

ПЕРЕВІРКА ЕКІПУВАННЯ ГРАВЦІВ З метою забезпечення виконання цього Правила суддя в полі або бічний суддя, призначений організаторами матчу, перевіряє екіпірування гравців. Суддя має право будь-коли до або під час матчу видалити будь-якого гравця, форма або предмети одягу якого не відповідають цьому Правилу. Гравець не має права брати участь у матчі, доки ці предмети не будуть видалені. Якщо арбітр або бічний суддя вже вказали гравцеві під час перед матчевої перевірки на неприпустимість будь-якого предмета одягу відповідно до цього Правилу, але потім було визначено, що гравець продовжує носити цей предмет, то гравець має бути вилучений з поля до кінця матчу. Покарання: штрафний удар із місця відновлення гри.

ІНШІ ПРЕДМЕТИ ОДЯГУ Якщо гравець потребує або висловлює бажання одягнути будь-який предмет одягу, захисний пристрій, прокладку або підтримуючий пристрій, не дозволений цим Правилом, то він не повинен бути допущений до участі в матчі. Суддя не повинен дозволяти гравцеві залишати поле для заміни предметів одягу, за винятком випадків, коли предмет одягу забруднений кров'ю.

**2.5.ПРАВИЛО ТРИВАЛІСТЬ ІГРИ**

Тривалість матчу Тривалість матчу не повинна перевищувати 80 хвилин, не включаючи додатковий час. Матч складається із двох таймів по 40 хвилин кожен.

ПЕРЕРІВ Після першого тайму команди міняються половинами поля. Перерва між таймами не може перевищувати 10 хвилин. Тривалість перерви визначається Спілкою чи організацією, під юрисдикцією якої відбуваються змагання. Під час перерви команди, суддя та бічні судді можуть залишати ігровий простір.

ВИМІР ЧАСУ Арбітр засікає ігровий час, але він може перекласти цю функцію на будь-якого з бічних суддів. У цьому випадку він сигналізує їм про будь-які зупинки або втрати часу. Якщо з будь-яких причин суддя має сумнів щодо правильності вимірювання часу матчу, він може проконсультуватися з будь-яким з бічних суддів або з кимось іншим, якщо бічні судді не можуть допомогти вирішити проблему.

ВТРАЧЕНИЙ ЧАС Травма. Суддя може зупинити матч не більше ніж на одну хвилину, щоб надати медичну допомогу травмованому гравцю або з іншої об'єктивної причини. Більш тривала затримка може бути дозволена, якщо додатковий час необхідний для видалення травмованого гравця з ігрової площі. Суддя може продовжити гру, поки медичний персонал надає допомогу травмованому гравцю на полі або за бічною лінією. Заміна екіпіровки. Суддя може в момент, коли м'яч став «мертвим», дати гравцеві час для заміни або упорядкування порваної майки, шортів, бутс або для зав'язування шнурків на бутсах Заміна (тимчасова заміна) гравців. Виділяється час для заміни (тимчасової заміни) гравців. Порушення. Бічний суддя повідомляє про порушення.

КОМПЕНСАЦІЯ ВТРАЧЕНОГО ЧАСУ Час гри, втрачений при дозволених зупинках або будь-яких затримках, повинен бути доданий до половини матчу, в якій вони відбулися. Доданий час За рішенням Союзу або організатора матч може тривати понад 80 хвилин («чистого часу») за нічийного результату у змаганнях з вибуттям. ІНШЕ У міжнародних матчах завжди грається два тайми по 40 хвилин кожен плюс втрачений час. У решті матчів тривалість гри визначається Союзом. За відсутності такої вказівки Союзу тривалість матчу визначається за угодою між командами або, якщо такої угоди не досягнуто, за рішенням судді. Суддя може оголосити про закінчення матчу, закінчення часу, якщо він вважає, що матч не може бути доведений до кінця з будь-яких об'єктивних причин або його продовження є небезпечним. Якщо час матчу або першого тайму минув, суддя повинен дати свисток, як тільки м'яч стане «мертвим». Якщо це сталося в момент виконання чистого лову, призначення вільного чи штрафного удару, то суддя має продовжити гру доти, доки м'яч знову не стане «мертвим».

**2.6.ПРАВИЛО СУДДЯ У ПОЛІ І БІЧНІ СУДДІ.**

СУДДЯ В ПОЛІ ДО МАТЧУ На кожен матч призначаються суддя в полі та два бічні судді. За рішенням організаторів матчу додатково можуть бути призначені резервні судді, помічники суддів (допомагають приймати рішення, використовуючи технічні пристрої, відстежувати час), а також медичний персонал, що обслуговує матч, і ті, хто подає м'яч.

ПРИЗНАЧЕННЯ СУДДІ Суддя призначається або організатором матчу, або якщо суддя не був призначений, вибирається за взаємною згодою команд, або якщо така згода не досягнута призначається приймаючою командою.

ЗАМІНА СУДДІ Якщо суддя не здатний виконувати свої обов'язки протягом усього матчу, то він може бути замінений відповідно до вказівок організатора матчу або, якщо такі вказівки відсутні, суддя сам визначає собі заміну, а якщо він не здатний цього зробити, заміну визначає команда, що приймає.

ОБОВ'ЯЗКИ СУДДІ ПЕРЕД МАТЧЕМ Жеребкування. Перед початком гри капітани команд кидають жереб, щоб вибрати бік поля чи право початкового удару. Якщо переможець жеребкування вибирає бік поля, то суперники одержують право виконати початковий удар, і навпаки. Перевірка екіпіровки гравців. Суддя повинен виконувати перевірку екіпірування гравців на відповідність до Правил 4. Він може передати цей обов'язок боковим суддям. Бічні судді. Суддя у полі може пояснювати боковим суддям їхні обов'язки.

ОБМЕЖЕННЯ Суддя не повинен давати перед матчем жодної поради жодній з команд.

ПІД ЧАС МАТЧУ ОБОВ'ЯЗКИ СУДДІ НА ІГРОВОМУ ПРОСТОРІ

 Під час матчу суддя є єдиним експертом з оцінки ситуації та правил. Він зобов'язаний у кожному матчі справедливо застосовувати Правила гри без будь-яких змін та упущень. Якщо організатор матчу застосовує експериментальне правило, визначене Радою IRB, суддя може застосовувати це правило. Суддя контролює час матчу. Суддя веде підрахунок очок. Суддя може дозволити гравцеві залишити поле. Суддя дозволяє проведення заміни (тимчасової заміни). Суддя дає дозвіл лікареві команди, медичному персоналу або їх помічникам вийти на поле у ​​випадках, дозволених правилами. У перерві між таймами суддя має дозволити тренеру кожної команди бути присутнім на ігровій площі разом зі своєю командою.

ОБГОВОРЕННЯ ГРАВЦЯМИ РІШЕНЬ СУДДІ Всі гравці повинні поважати повноваження судді та не повинні обговорювати його рішення. Вони повинні негайно після свистка судді зупинити гру (за винятком моменту виконання початкового удару).

ЗМІНА РІШЕНЬ СУДДІ Суддя не повинен змінювати своє рішення, за винятком випадку, коли він бачить піднятий прапор бічного судді, який показує порушення правил.

КОНСУЛЬТАЦІЇ СУДДІ З ІНШИМИ ОСОБИМИ Протягом матчу суддя може консультуватися з бічними суддями з питань, що стосуються виконання їх обов'язків, порушень, контролю часу. Організатори матчу можуть призначити помічників, які використовують технічні пристрої (наприклад, відеокамери), які допомагають судді у спірних питаннях. Якщо суддя або бічні судді не впевнені, чи був забитий дроп-гол, чи заступив гравець за бічну лінію поля, заносячи спробу, чи була спроба, вони можуть проконсультуватися у помічників. Організатор матчу може призначити особу, яка слідкує за часом матчу. Суддя не повинен спілкуватися з будь-ким стороннім.

СВИСТОК Суддя повинен мати свисток і подавати сигнал: для позначення початку матчу, закінчення першого тайму, початку другого тайму, закінчення матчу; для зупинки гри; при наборі очок або приземлення м'яча; для зупинки гри після порушення; коли м'яч пішов за бічну лінію, бічну лінію залікового поля, торкнувся, перетнув лінію «мертвого» м'яча або призначений штрафний; коли м'яч або гравець, що несе м'яч, стосується судді та команда отримує перевагу; коли, на думку судді, гра стає небезпечною і може тривати: завал сутички; гравець першої лінії відірвався від землі; будь-який гравець серйозно травмований; з будь-якої іншої причини, передбаченої Правилами.

ТРАВМИ У разі серйозної травми гравця суддя повинен негайно зупинити гру. Якщо при цьому не було порушення і м'яч не став "мертвим", то гра відновлюється з бою. М'яч у сутичку вводить команда, що атакувала або володіла м'ячем. Якщо продовження гри стає небезпечним, суддя у будь-якому випадку зобов'язаний зупинити гру. Якщо м'яч або гравець, що несе м'яч, стосується судді і при цьому жодна з команд не отримує переваги, то суддя не повинен зупиняти гру. Якщо ж одна з команд отримала перевагу у полі, то суддя має призначити бій. М'яч вводить команда, яка володіла м'ячем. Якщо перевага отримана в заліковому полі і м'яч був у руках атакуючого гравця, то суддя призначає спробу в місці торкання. Якщо м'яч був у руках у гравця, що захищається, то призначається приземлення в місці торкання.

СТОСАННЯ М'ЯЧОМ НЕ ГРАВЦЯ У ЗАЛІТНОМУ ПОЛІ Залежно від ситуації, суддя призначає спробу або приземлення в місці торкання.

ПІСЛЯ МАТЧУ. РАХУНОК Суддя повідомляє рахунок командам та організаторам матчу.

ВИДАЛЕННЯ ГРАВЦЯ Суддя зобов'язаний передати організаторам матчу письмовий рапорт про причини вилучення.

БОКОВИЙСУДДІ ДО МАТЧА ПРИЗНАЧЕННЯ Бічних суддів На кожному матчі має бути два бічні судді. Якщо бічні судді не були призначені організатором матчу або на підставі його вказівок, кожна команда повинна надати бічного суддю на свій розсуд.

ЗАМІНА БІЧНОГО СУДДІ Організатор матчу може призначити резервних суддів.

Підпорядкування бокових суддів Бічний суддя підпорядковується судді в полі, який може інструктувати його щодо обов'язків та змінювати будь-яке його рішення. Суддя в полі може вимагати замінити бічного суддю, який не справляється зі своїми обов'язками, має право видалити бічного суддю та повідомити організатора матчу про погане виконання ним своїх обов'язків.

ПІД ЧАС МАТЧУ ДЕ ПОВИНЕН ЗНАХОДИТИСЯ БКОВОЇ СУДДІ На кожній стороні поля має бути по одному боковому судді, який повинен знаходитися за бічною лінією, за винятком ситуації, коли він контролює удар по воротах. Бічний суддя може входити на ігрове поле для повідомлення про прояви небезпечної або грубої гри лише під час зупинок гри.

СИГНАЛИ СУДДІ Прапор. Кожен бічний суддя повинен мати прапор (або інший предмет, що його замінює), для сигналізації про свої рішення. Удар за воротами. Під час виконання удару по воротах, чи то реалізація спроби чи штрафного удару, бічні судді повинні допомагати судді в полі, сигналізуючи про результат удару. Кожен бічний суддя повинен стати близько або за відповідною стійкою воріт і підняти свій прапор, якщо м'яч пройде над перекладиною. Аут. Бічний суддя зобов'язаний

піднімати прапор у разі, якщо м'яч або гравець із м'ячем виходять за бічну лінію поля, та вказувати місце, у яке м'яч вводитиметься в гру та команду, яка отримує право це зробити. Він зобов'язаний сигналізувати також про вихід м'яча або гравця з м'ячем за бічну лінію залікового поля. Боковому судді слід зберігати свій прапор піднятим у таких ситуаціях: гравець, що вкидає м'яч, настав на ігрове поле; м'яч було вкинуто командою, яка мала права це робити; при швидкому вкиданні використовувався не той м'яч, який залишив поле, або коли, після того як м'яч став 'мертвим' вийшовши за бічну лінію, його стосувався будь-хто інший, крім гравця, що вкидає. Тільки суддя у полі вирішує, чи правильно було визначено місце вкидання м'яча. Небезпечна гра. Боковим суддям слід показувати судді в полі про всі епізоди грубої або небезпечної гри, піднявши свій прапор у горизонтальну позицію поперек поля під прямим кутом до бічної лінії.

ПІСЛЯ СИГНАЛІЗАЦІЇ ПОРУШЕННЯ Організатор матчу може наділити бічних суддів повноваженнями сигналізувати про всі порушення Правил. . Після цього суддя в полі може вжити відповідних дій та визначити покарання відповідно до Правил 10.

ПІСЛЯ МАТЧАВИДАЛЕННЯ ГРАВЦЯ Якщо гравця було видалено з ініціативи бокового судді, то бічний суддя зобов'язаний передати організаторам матчу письмовий рапорт про причини видалення.

ДОДАТКОВИЙ ПЕРСОНАЛ РЕЗЕРВНІ БІЧНІ СУДДІ У випадку, якщо на матч призначений резервний бічний суддя, йому можуть бути надані повноваження щодо замін.

ХТО МОЖЕ ВХОДИТИ НА ІГРОВЕ ПОЛІ Лікар команди, і неграючі члени команди можуть виходити на поле лише дозволу судді.

ОБМЕЖЕННЯ З ВИХОДУ НА ПОЛІ У разі травми гравця, лікар команди або неграючі члени команди можуть вийти на поле під час гри, отримавши дозвіл від судді. Інакше їм слід дочекатися, коли м'яч стане «мертвим»



**2.7.ПРАВИЛО СПОСОБИ ВЕДЕННЯ ГРИ**

Гра починається початковим ударом, після якого будь-який гравець, який перебуває в грі, за умови, що він робить це відповідно до цих Правил, може в будь-який час: ловити або підбирати м'яч і бігти з ним, кидати або штовхати його, передавати м'яч іншому гравцеві, захоплювати, штовхати або атакувати плечем суперника, що володіє м'ячем, падати на м'яч, брати участь у призначеній сутичці, раку, молі та коридорі, приземляти м'яч у заліковому полі.



**2.8.ПРАВИЛО ПЕРЕВАГА**

Правило переваги перевершує за значимістю багато інших Правил, і існує для того, щоб зробити гру більш динамічною, виключивши дрібні зупинки. Гравці продовжують грати, незважаючи на порушення команди суперника. Суддя не повинен зупиняти гру після порушення правил будь-якої з команд, якщо невинна в порушенні команда отримує перевагу.

ПЕРЕВАГИ НА ПРАКТИЦІ Судді дається широка свобода дій щодо. переваги. Тільки суддя визначає, чи було реалізовано перевагу. Перевага може бути або територіальною, або тактичною.

НЕРЕАЛІЗОВАНА ПЕРЕВАГА Перевага має бути очевидною. Просто можливість отримати перевагу не є достатньою. Якщо невинна команда не отримує переваг, суддя зупиняє гру і починає її з місця порушення.

КОЛИ ПРАВИЛО ПЕРЕВАГИ НЕ ВИКОРИСТОВУЄТЬСЯ Торкання судді. Перевага не призначається, якщо м'яч або гравець, який несе м'яч, стосується судді. М'яч виходить із тунелю. Перевага не призначається, коли м'яч з'являється з будь-якого кінця тунелю в сутичці, яка не була розіграна. Розворот бою. Перевага не призначається, коли сутичка розгортається більш ніж на 90 градусів. Завал бою. Перевага не призначається у разі завалу бою. Суддя має негайно зупинити гру. Гравець піднятий над землею. Перевага не призначається коли гравець бою піднімається над землею або виходить із бою. Суддя також має негайно зупинити гру.

СВІСТОК ПРИ НЕ РЕАЛІЗАЦІЇ ПЕРЕВАГИ Суддя повинен зупинити гру відразу після того, як переконатися, що невинна команда не отримала переваги.

БІЛЬШ ОДНОГО ПОРУШЕННЯ Якщо однією і тією ж командою допущено кілька порушень, суддя повинен застосовувати правило переваги. Якщо порушення робить команда, яка вже отримала перевагу, після порушення правил противником, суддя зупиняє гру та застосовує санкції пов'язані з першим порушенням.

**2.9.ПРАВИЛО СИСТЕМА НАРАХУВАННЯ ОЧКІВ**

Нарахування очка

Спроба. Спроба зараховується під час першого приземлення м'яча в заліковому полі суперника. 5 очок

Штрафна спроба може бути зарахована, якщо спроба, можливо, була б зроблена, але цього не сталося через грубу гру суперника. Штрафна спроба призначається центром. 5 очок

Реалізація. Після спроби (штрафної спроби) команда отримує право отримати додаткові очки, забивши гол після спроби. Реалізація може пробиватися як із землі, так і з відскоку. 2 очки

Штрафний. Гол зі штрафного удару 3 очки

Дроп-гол. Удар по воротах із відскоку, виконаний у процесі гри. Дроп-гол не може пробиватися, після призначеного вільного удару або після сутички обраної замість вільного удару, поки м'яч не вийде з гри, або поки противник не перехопить мулу не торкнеться м'яча, або гравець, який несе м'яч, не буде захоплений. 3 очки

Гол. Гол зараховується, якщо після удару з землі або з відскоку виконаного з ігрового поля, виключаючи початковий удар, удар від воріт і вільний удар, м'яч проходить над перекладиною між стійками воріт, не торкнувшись землі або гравця команди, яка виконувала удар. 3 очки

УДАР ПО ВОРОТАХ - ОСОБЛИВІ ОБСТАВИНИ Гол не зараховується, якщо після удару м'яч зачепив землю або товариша по команді гравця, що б'є. Гол зараховується, якщо м'яч перетнув поперечину, навіть якщо після цього він був віднесений назад вітром. Гол зараховується, якщо м'яч перетнув поперечину, навіть якщо цьому передувало порушення команди суперника. Гол може бути зарахований, якщо гравець команди суперника торкнувся м'яча з порушенням Правил, а суддя вважає, що інакше гол був би забитий.

РЕАЛІЗАЦІЯ Після спроби (штрафної спроби) команда отримує право отримати додаткові очки, забивши гол після спроби можна втконувати як від землі так і з відскоку.



ПРОБИТТЯ РЕАЛІЗАЦІЇ Гравець повинен використовувати м'яч, який був у грі, якщо він не пошкоджений. Удар виконується з лінії, яка проходить через місце, в якому спроба була зарахована. гравцеві, що б'є, може допомагати товариш по команді утримує м'яч. Для удару м'яч може бути встановлений прямо на землю, пісок, тирсу або спеціальну підставку. Удар повинен бути зроблений протягом однієї хвилини, моменту, коли той, хто б'є показав, що збирається бити. Готовність пробить реалізацію вважається з моменту, коли в нього з'являється підставка (пісок, тирса) або він показує місце на землі. Б'ючий повинен виконати удар за вказаний інтервал часу навіть якщо м'яч відкотився і повернули назад. Команда позбавляється права на реалізацію.

Б'ЮЧА КОМАНДА Гравці команди, що пробиває, за винятком утримуючого м'яча, повинні знаходитися за м'ячем; Ні гравець, що б'є, ні гравець, що утримує м'яч, не повинні здійснювати навмисні дії, які можуть спровокувати команду суперника до передчасного набігу. Якщо м'яч впав до того, як гравець почав пробивати удар, суддя дозволяє йому встановити м'яч заново, але не виділяючи додаткового часу. У цей час набіг забороняється. Якщо м'яч впав у момент удару, то гравець, що б'є, може вдарити по м'ячу або зробити удар з відскоку. Якщо м'яч упав і відкотився з лінії, що проходить через місце, в якому була спроба, але м'яч все ж таки пройшов після удару над перекладиною, то гол повинен бути зарахований. Якщо м'яч упав і відкотився в аут у момент виконання удару, то повторний удар не дозволяється. Команда позбавляється права на реалізацію.

КОМАНДА СУПЕРНИКА Гравці команди суперника повинні знаходитися за лінією воріт доти, доки б'є не почне розбіг або рух для удару, після чого вони можуть набігати або стрибати з метою перешкодити голу. Якщо м'яч упав у момент удару, то суперники можуть продовжити набіг. Крики гравців команди, що захищається, повинні трактуватися як некоректна поведінка. Покарання: Якщо команда, що захищається, порушує Правила (a-c), але при цьому м'яч потрапляє в ворота, то гол зараховується. Якщо гол був забитий, то призначається повторний удар без права набігання. Коли призначається повторний удар, дозволяються і всі початкові підготовчі дії. Б'ючий може змінити тип удару.

**2.10.ПРАВИЛО ГРУБА ГРА**

Груба гра - це будь-яка дія гравця, яка суперечить букві і духу Ігри і включає блокування, нечесну гру, некоректну поведінку, небезпечну гру, неспортивну поведінку, грубість у відповідь і повторні порушення.

БЛОКУВАННЯ Будь-якому гравцеві, який біжить за м'ячем, забороняється атакувати або штовхати суперника, який також біжить за м'ячем, інакше як плечем у плече. Покарання: Штрафний удар із місця порушення. Може бути призначено штрафну спробу. Будь-якому гравцеві, який перебуває в положенні поза грою, забороняється навмисно бігти або стояти перед партнером по команді м'ячем, що володіє, заважаючи тим самим супернику досягти останнього. Покарання: Штрафний удар із місця порушення. Може бути призначено штрафну спробу. Будь-якому гравцю забороняється заважати супернику зробити захоплення гравцю, який володіє м'ячем. Покарання: Штрафний удар із місця порушення. Може бути призначено штрафну спробу.

Будь-якому гравцю забороняється заважати супернику грати м'ячем. Покарання: Штрафний удар із місця порушення. Може бути призначено штрафну спробу. Будь-якому гравцю, який оволодів м'ячем після того, як той вийшов із сутички, раку, молу чи коридору, забороняється намагатися прокласти собі шлях через гравців своєї команди, які стоять перед ним. Покарання: Штрафний удар із місця порушення. Може бути призначено штрафну спробу. Будь-якому гравцеві, який є зовнішнім гравцем у сутичці, забороняється перешкоджати супернику переміщатися навколо бою. Покарання: Штрафний удар із місця порушення. Може бути призначено штрафну спробу. За жодних обставин гравець, що володіє м'ячем, не може бути покараний за блокування.

НЕЧЕСНА ГРА Має навмисне порушення. Будь-якому гравцю забороняється, усвідомлено грати нечесно або навмисно порушувати будь-яке з Правил Ігри Покарання: Штрафний удар із місця порушення. Якщо порушення запобігає спробі, яка, ймовірно, була б зарахована, то може бути призначена штрафна спроба. Гравець, який порушив Правила, отримує зауваження або попереджається про те, що буде видалено з поля при повторному порушенні, або видаляється. Після попередження гравець повинен бути тимчасово вилучений на десять хвилин. Якщо після попередження гравець повторно порушує Правила, він повинен бути видалений. Затягування часу. Будь-якому гравцеві заборонено навмисно затягувати час. Покарання: Вільний удар. Виведення м'яча із гри. Будь-якому гравцеві забороняється навмисне кидати або викидати м'яч з ігрової площі за бічну лінію, бічну лінію залікового поля або лінію "мертвого" м'яча. Покарання: Штрафний удар з лінії 15 м. Якщо порушення запобігає спробі, яка, ймовірно, була б зарахована, то може бути призначена штрафна спроба. Якщо порушення сталося у заліковому полі, то штрафний призначається за 5 метрів від залікової лінії на лінії, що проходить через місце порушення.

ПОВТОРНІ ПОРУШЕННЯ. Будь-якому гравцеві забороняється повторно порушувати будь-яке Правило. Повторне порушення - це факт, який не вимагає доказів у тому, що порушник вчинив його навмисне. Покарання: Штрафний удар. При необхідності гравець отримує попередження. При повторному порушенні Повторні порушення зазвичай пов'язані з грою в Схватках, Коридорах, Раках та Молах, а також Положенням Поза Ігри та Захопленнями. Якщо гравець кілька разів протягом одного матчу покараний за порушення одного з цих Правил, він повинен бути попереджений і, при наступному порушенні, видалений з поля.

Прерогатива судді - вирішувати, чи є ряд тих самих порушень різними гравцями команди повторенням порушення. Якщо суддя вважає, що є, то він має зробити загальне попередження всій команді та при наступному подібному порушенні видалити винного у ньому гравця з поля. Покарання: Штрафний удар. Якщо порушення запобігає спробі, яка, ймовірно, була б зарахована, то може бути призначена штрафна спроба. У міжнародних матчах і матчах дорослих команд суддя повинен завжди дотримуватися жорсткого стандарту щодо кількості порушень, які можуть класифікуватися як 'повторні'. За третім порушенням має бути попередження. У матчах за участю команд юніорів чи хлопчиків, погане знання Правил, та недостатня майстерність яких можуть призвести до численних порушень, можуть застосовуватися менш жорсткі вимоги.

НЕБЕЗПЕЧНА ГРА І НЕКОРЕКТНА ПОВЕДІНКА. Будь-якому гравцю забороняється завдавати удару супернику рукою, ліктем, плечем, головою або коліном. Покарання: Штрафний удар. Будь-якому гравцеві забороняється навмисне або необачно наступати на суперника, що лежить на землі. Покарання: Штрафний удар. Будь-якому гравцю забороняється штовхати суперника. Покарання: Штрафний удар. Будь-якому гравцеві забороняється бити ногою по ногах суперника. Покарання: Штрафний удар. Будь-якому гравцю забороняється захоплювати рано, пізно чи небезпечно. Покарання: Штрафний удар. Забороняється робити захоплення вище за рівень плечей. Захоплення за шию чи голову вважається небезпечною грою. Покарання: Штрафний удар. Забороняється дія, відома як «жорстке захоплення». Покарання: Штрафний удар. Атака гравця, який не володіє м'ячем, також вважається небезпечною грою.

Покарання: Штрафний удар. Тільки суддя має право вирішувати, чи є захоплення небезпечним. При цьому він повинен виходити з обставин, тобто явних намірів захоплюючого, виду захоплення або беззахисного становища гравця, захопленого або збитого з ніг, які можуть призвести до серйозної травми. Гравці, які навмисно вдаються до таких видів грубої гри, повинні бути вилучені з поля. Перевага має бути використана, але, якщо небезпечне захоплення запобігло можливій спробі, має бути призначена штрафна спроба. Забороняється захопити суперника, який перебуває у повітрі під час стрибка за м'ячем, що летить після удару ногою у відкритій грі. Покарання: Штрафний удар. Виключаючи гру в сутичці, раку або моле гравець не повинен утримувати, штовхати, атакувати або заважати супернику, який не володіє м'ячем. Покарання: Штрафний удар. Гравець не повинен атакувати або збивати з ніг суперника, який володіє м'ячем, без будь-якої спроби захопити його. Покарання:

Штрафний удар. Забороняється бити або смикати за ногу чи ноги гравця, що вистрибує у коридорі. Покарання: Штрафний удар. У першій лінії сутички нагинатися на відстані від суперника та входити до нього з ударом. Покарання: Штрафний удар. У першій лінії бою навмисне піднімати суперника, відриваючи його від землі, або з силою видавлювати його з бою. Покарання: Штрафний удар. Гравець не повинен приєднуватися до раку або молу, попередньо не обхопивши товариша по команді вужа, що знаходиться там. Покарання: Штрафний удар. Гравець не повинен навмисне або ненавмисно завалювати бій, рак або мовляв. Покарання: Штрафний удар. Гравець не повинен робити «самосуд» або навмисно вчиняти будь-які дії, що є небезпечними для суперника, навіть якщо останній і порушив правила. Покарання: Штрафний удар. Гравець не повинен робити в ігровому просторі некоректні вчинки, несумісні зі спортивним духом змагання. Гравець, винний у некоректній поведінці або небезпечній грі, повинен бути видалений з поля або попереджений про те, що буде видалений при повторному порушенні. За подібне порушення після попередження гравець повинен бути видалений з поля. У разі попередження гравець тимчасово видаляється на 10 хвилин. Покарання: Штрафний удар.

Забороняється приставати, перегороджувати шлях або будь-яким іншим способом докучати супернику в той час, коли м'яч не перебуває у грі, або інша некоректна поведінка у будь-якій формі. Покарання: Штрафний удар. За винятком пунктів (a)-(k) штрафний удар повинен виконуватися з місця продовження гри. Якщо місце порушення знаходиться на бічній лінії або за 15 метрів від неї, штрафний удар виконується з місця за 15 метрів від бічної лінії, на лінії паралельній лініям воріт і проходить через точку, в якій приземлився м'яч. Якщо гра відновитися зі бою в 5 метрах, місце для штрафного удару караючи команду і за попереднє порушення та за некоректну поведінку.

Якщо після призначення штрафного удару та до його виконання, Правило 10(4)(l) порушує гравець команди, яка виконує удар, судді слід попередити або видалити гравця, винного у некоректній поведінці, скасувати штрафний удар та призначити штрафний удар у бік команди, останньої винної у некоректній поведінці. Коли порушення відбувається в ауті, але при цьому м'яч перебуває у грі та порушення не потрапляє під дію будь-якого іншого пункту Правил, то місце порушення при призначенні покарання знаходиться за 15 метрів від бічної лінії навпроти точки, де воно відбулося. Якщо про порушення просигналізував бічний суддя, то призначається штрафний удар із місця порушення або розігрується перевага. Забороняється навмисне або ненавмисно атакувати або блокувати суперника, який щойно пробив по м'ячу ногою. Покарання: Штрафний удар у місці порушення або в місці приземлення м'яча (на вибір невинної команди).

Якщо порушення відбувається в заліковому полі гравця, що б'є, то «місце порушення», при призначенні покарання, знаходиться в ігровому полі в п'яти метрах від лінії воріт на лінії паралельної бічної лінії і проходить через точку, в якій сталося порушення. Якщо порушення сталося в ауті – то призначається штрафний удар з місця за 15 метрів від бічної лінії, на лінії, паралельній лініям воріт, що проходить через точку, в якій сталося порушення.

Коли порушення відбувається за бічною лінією залікового поля, то «місце порушення» при призначенні покарання знаходиться в ігровому полі за п'ять метрів від лінії воріт і за 15 метрів від бічної лінії. Якщо м'яч приземлився в ауті, то «місце порушення» при призначенні покарання знаходиться в ігровому полі за 15 метрів від бічної лінії, на лінії, паралельній лініям воріт, що проходить через точку, в якій м'яч вийшов в аут. Або якщо м'яч приземлився ближче за 15 метрів від бічної лінії - за 15 метрів від бічної лінії, на лінії, паралельній лініям воріт, що проходить через точку приземлення м'яча.

Якщо м'яч приземлився в заліковому попі, за бічною пінією залікового поля або на, або за лінією «мертвого» м'яча, то «місце порушення» при призначенні покарання знаходиться за п'ять метрів від лінії воріт, на пінії, паралельній бічній пінії та проходить через точку, в якій м'яч перетнув лінію воріт. Або за 15 метрів від бічної лінії, якщо це ближче до воріт. Якщо м'яч зачепив штангу або перекладину воріт, то місце порушення при призначенні покарання знаходиться в місці приземлення м'яча.

Забороняється командам застосовувати методи гри відомі як «Клин, що летить» і «Кавалерійська Атака». Штрафний удар у місці порушення. «Клин, що летить». Цей рух зазвичай має місце поблизу лінії залікового поля, коли атакуюча команда отримує право на штрафний або вільний удар. Атака починається гравцем, який або розіграв м'яч сам, або отримав короткий пас від гравця, що розігрує, і потім рухається до лінії залікового поля разом з партнерами по команді, які, обхопивши його з двох сторін сформувалися у вигляді літери V або клина.

Зазвичай гравець виявляється ізольований з порушенням правил гравцями його ж команди, які знаходяться перед ним. Небезпеки, властиві цій ситуації, виникають не для тих, хто започаткував цей рух, а для тих, хто намагається їх зупинити. Штрафний удар у місці порушення. "Кавалерійська атака". Кавалерійська атака зазвичай має місце, коли штрафний або вільний удар призначено поблизу лінії воріт суперника. Гравці атакуючої команди вишиковуються позаду гравця, що розігрує, розтягуючись поперек поля з інтервалом в один два метри. За сигналом гравця, що розігрує, вони починають атаку вперед. Тільки тоді, коли вони опиняються поблизу гравця з м'ячем, він розігрує м'яч і віддає пас одному з них. Команда, що захищається, залишається за лінією 10-ти метрів або за лінією воріт (якщо вона ближче 10 метрів) до тих пір, поки м'яч не буде розіграний. Рух потенційно небезпечний. Штрафний удар у місці порушення.

САНКЦІЇ Гравець, який порушив будь-який пункт Правила, повинен бути попереджений, тимчасово видалений або видалений до кінця гри. Тимчасово віддалений гравець, який вчинив після цього друге порушення, має бути вилучений до кінця гри.

ЖОВТА І ЧЕРВОНА КАРТКИ У міжнародних матчах суддя показує жовту картку попередженому та тимчасово віддаленому гравцю. У міжнародних матчах, суддя показує червону картку гравцю, який вилучається до кінця гри. В інших матчах організатори мають право самі встановлювати значення карток.

ВИДАЛЕНИЙ ГРАВЕЦЬ Гравець, віддалений з поля, не може брати подальшої участі у матчі.

**2.11. ПРАВИЛО ПОЛОЖЕННЯ «ПОЗА ГРАЮ» І «У ІГРІ» У ВІДКРИТІЙ ІГРІ**

На початку матчу всі гравці перебувають у положенні «у грі». У процесі матюки гравці можуть опинитися в положенні «поза грою». Ці гравці не повинні брати участь у грі та підлягають покаранню. У відкритій грі гравець перебуває в положенні "поза грою", коли він опиняється попереду м'яча, яким востаннє зіграв партнер по команді. "Поза грою" означає, що гравець тимчасово перебуває в позиції, в якій він не повинен брати участь у грі та підлягає покаранню. У відкритій грі гравець може опинитися в положенні "в грі" завдяки діям товаришів по команді або суперників. Однак, гравець, який перебуває в положенні «поза грою», не може опинитися у грі, якщо він заважає грі; переміщується вперед, до м'яча або порушує правило 10 метрів (пункт 4 цього Правила).

ПОЛОЖЕННЯ «ПОЗА ГРАМИ» У ВІДКРИТІЙ ІГРІ Гравець, який перебуває в положенні поза грою, не карається доти, доки він не: заважає грі. Переміщається вперед, до м'яча не виявиться ближче 10 метрів від суперника м'яча, що чекає, або місця, в яке м'яч посланий ударом ногою і не буде віддалятися від нього без затримки (пункт 4 цього Правила). Гравець, який знаходиться в положенні «поза грою», не підлягає автоматичному покаранню.

Гравець, який отримав м'яч у результаті мимовільного пасу вперед, не вважається поза поза грою. Дозволяється перебувати у положенні «поза грою» у своєму заліковому полі. Гравець, що знаходиться в положенні «поза грою», не повинен брати участь у грі. Тобто він не повинен грати м'ячем чи заважати супернику. Якщо товариш по команді гравця, який перебуває в положенні «поза грою», посилає м'яч ногою вперед він не повинен переміщатися у напрямку до суперника, який очікує м'яч, або до місця приземлення м'яча, доки не виявиться «у грі».

ПОВЕРНЕННЯ В ПОЛОЖЕННЯ 'В ІГРІ' ДЯКУЮ ДІЯМ ТОВАРИЩІВ ПО КОМАНДІ У відкритій грі гравець може опинитися в положенні «у грі» завдяки діям товаришів за командою у таких випадках: Дії гравця. Гравець, що знаходиться в положенні «поза грою», повертається за гравця своєї команди останнім м'яка, що торкнувся або торкнувся. Дії гравця, що несе м'яч. Товариш по команді, що несе м'яч, вибігає вперед гравця, який перебуває у положенні «поза грою». Дії того, хто б'є або іншого гравця, що знаходиться «у грі».

Якщо гравець команди, що б'є або інший, що знаходиться в момент (або після) удару в положенні «у грі», вибігає вперед гравця «поза грою», то він автоматично виявляється «у грі». Той же команди, що біжить попереду, може перебувати за бічною лінією (боковою лінією залікового поля), але він повинен повернутися в поле, щоб повернути товариша по команді в положення «у грі».

ПОВЕРНЕННЯ В ПОЛОЖЕННЯ «В ІГРІ» ДЯКУЮ ДІЯМ СУПЕРНИКІВ У відкритій грі гравець може опинитися в положенні «в грі» завдяки діям суперників. За винятком, коли він потрапляє під дії правила 10 метрів, це може статися в таких випадках: Суперник, що несе м'яч, пробігає 5 метрів. Суперник штовхає м'яч або віддає пас. Суперник торкнувся м'яча, але не впіймав його.

ПРАВИЛО 10 МЕТРІВ. Після того, як м'яч відправлений ногою вперед, гравцеві, що знаходиться «поза грою», забороняється знаходитися ближче 10 метрів до суперника, який очікує на м'яч, або до місця приземлення м'яча. Він негайно повинен відійти назад на необхідну відстань, при цьому не заважаючи суперникам.

Повертаючись назад, гравець не може опинитися в положенні "в грі" завдяки діям суперника. Однак, відійшовши на 10 метрів, він буде «у грі», коли будь-який інший гравець його команди, який перебуває «у грі», вибіжить його вперед. Суддя повинен негайно дати свисток, якщо гравець, що знаходиться «поза грою», атакує суперника, що очікує м'яч, в межах 10 метрів. Зволікання може створити небезпеку для м'яча гравця.

 Якщо м'яч не ловиться суперником, і м'ячем грає інший атакуючий гравець, який знаходиться в положенні «поза грою» ближче 10 метрів від суперника, повинен бути призначений штрафний удар. Навіть якщо м'яч ударився об стійку або перекладину воріт. Гравці, які перебувають у положенні «поза грою», не повинні наближатися або залишатися на відстані 10 метрів від гравця суперника, який чекає на м'яч, або місця падіння м'яча.

 Якщо м'яч після удару ногою атакуючого гравця був блокований суперником і інший атакуючий гравець, який знаходився ближче 10 метрів від суперника, зіграв цим м'ячем, то гра повинна бути продовжена. Суперник не «очікував зіграти м'ячем», тому другий атакуючий гравець вважається «у грі». Покарання: Штрафний удар з місця порушення, або, на вибір невинної команди, сутичка в тому місці, де останній раз грала м'ячем команда, що порушила правила. Якщо це місце знаходиться в заліковому полі, сутичка призначається навпроти нього за п'ять метрів від лінії воріт. Якщо більш ніж один гравець перебуває в положенні «поза грою», місце порушення визначається за гравцем найближчим до гравця, який очікує на м'яч або місце падіння м'яча.

ПОВЕРНЕННЯ В ПОЛОЖЕННЯ «В ІГРІ» ЗА ПРАВИЛОМ 10 МЕТРІВ Гравець, що знаходиться в положенні «поза грою» повинен залишатися за уявною 10-метровою лінією. Інакше він буде покараний. Гравець, який перебуває в положенні «поза грою», може опинитися в положенні «у грі» завдяки діям товаришів за командою, як зазначено вище у пункті 2 цього Правила. Проте на нього не поширюється дія пункту 3.

«ВИПАДКОВЕ ПОЛОЖЕННЯ ПОЗА ІГРОЮ» Коли гравець, який перебуває в положенні поза грою, не може уникнути контакту з м'ячем або гравцем, що несе м'яч, вважається, що він знаходиться у «випадковому положенні поза грою». Якщо команда, що порушила правила, не отримує перевагу, то гра повинна бути продовжена. В іншому випадку в цьому місці має бути призначена сутичка. М'яч запроваджує команда суперника. Якщо гравець передає м'яч з рук в руки іншому гравцеві своєї команди, що знаходиться попереду, останній вважається в положенні поза грою. За «випадкове становище поза грою» у цьому випадку призначається сутичка, але якщо суддя вважає, що гравець навмисно перебував у положенні поза грою, то має бути призначений штрафний удар.

ПОЛОЖЕННЯ «ПОЗА ГРАЮ» ПРИ ІГРІ ВПЕРЕД Якщо, після гри вперед, м'ячем грає гравець тієї ж команди, що знаходиться в положенні «поза грою», повинен бути призначений штрафний удар, за винятком випадків, коли суперник отримує перевагу. Покарання: Штрафний удар.

ПОЛОЖЕННЯ «ПОЗА ГРАЮ» У СУХАТКУ, РАЦІ, МОЛІ АБО КОРИДОРІ Положення «поза грою» у сутичці, молі, раку або коридорі - це коли гравець знаходиться попереду «лінії поза грою». Докладніше це описано у відповідних Правилах.

ПОВЕРНЕННЯ В ПОЛОЖЕННЯ «В ІГРІ» ПІД ЧАС РАКУ, МОЛУ, СУТАТКИ АБО КОРИДОРУ Під час раку, молу, схопи або коридору, гравець, що перебуває в положенні «поза грою», і , що виходить від туди, слідуючи Правилам все одно «поза грою» навіть якщо команда суперника виграє територіальну перевагу та рак, мовляв, сутичка чи коридор – закінчено. У цій ситуації гравець може виявитися «у грі» тільки завдяки діям команди суперників: Коли суперник, що несе м'яч, пробіжить 5 метрів, гравець повертається в положення «у грі». Він не може повернутися в положення "у грі", якщо команда суперників зробить одну або кілька передач м'яча. Коли суперник випинає м'яч, гравець повертається у положення "у грі".

«БЕЗДЕЛЬНИК» Гравець, який залишається в позиції «поза грою» і заважає супротивнику грати м'ячем - перебуває у грі і має бути покараний, якщо суддя переконається, то він не повернувся в положення «у грі» завдяки діям команди суперника. Покарання: Штрафний удар.

**2.12. ПРАВИЛО ГРА ВПЕРЕД АБО ПАС ВПЕРЕД**

Граю вперед вважається переміщення м'яча у напрямку до лінії «мертвого» м'яча суперника після того, як: гравець втрачає м'яч, або гравець переміщає або вдаряє м'яч рукою, або м'яч ударяється об руку гравця і стосується землі або іншого гравця перед тим, як перший гравець їм опанує. Виключаючи випадок, коли м'яч відскочив від гравця, який блокував удар ногою суперника, і не намагався впіймати м'яч.

****

гра вперед Блокування

Пас уперед має місце, коли гравець, що володіє м'ячем, кидає або передає його в напрямку лінії «мертвого» м'яча суперника. Пасом вперед не вважається, якщо м'яч не був кинутий або переданий, але відскочив уперед, після того, як ударився об землю або гравця.

РЕЗУЛЬТАТ ГРИ ВПЕРЕД АБО ПАСА ВПЕРЕД Ненавмисні гра вперед або пас вперед. Якщо пас або гра вперед скоєно ненавмисно, то має бути призначений бій у місці порушення. Ненавмисна гра вперед або пас вперед при розіграші коридору. Якщо порушення відбулося при розіграші коридору, то має бути призначена сутичка за 15 метрів від бічної лінії по лінії вкидання. Гра вперед або пас уперед у заліковому полі. Якщо гравець грає вперед або віддає пас вперед і м'яч йде в залікове поле суперника і виходить з гри, то бій призначається в місці порушення. Гра вперед або пас уперед у заліковому полі.

Якщо порушення відбулося в заліковому полі, то бій формується п'яти метрах від лінії воріт по лінії, що проходить через місце порушення, але не ближче п'яти метрів від бічної лінії. Умисні гра вперед або пас вперед. Пас вперед або гра вперед не повинні бути умисними. Покарання: Штрафний удар. Якщо порушення запобігло можливій спробі, то може бути призначена штрафна спроба. Якщо м'яч один або кілька разів відскакує від гравця, який ловить, підбирає або втрачає м'яч, але опановує його перш, ніж м'яч стосується землі або іншого гравця, то гра повинна продовжуватися.

**2.13.ПРАВИЛО ПОЧАТКОВИЙ УДАР І УДАР ВІД ВОРОТ**

Початковий удар виконується на початку матчу, після перерви між таймами та після того, як одна з команд набрала очки.

ЗВІДКИ ВИКОНАЄТЬСЯ ПОЧАТКОВИЙ УДАР Початковий удар виконується з або позаду центру центральної лінії поля. Удар має бути виконаний із відповідного місця. В іншому випадку удар повинен бути повторений.

ЯК ВИКОНАЄТЬСЯ ПОЧАТКОВИЙ УДАР Початковий удар виконується на початку матчу, після перерви між таймами та після того, як одна з команд набрала очки. Початковий удар виконується з відскоку або за серединою центральної лінії. Удар має бути виконаний відповідним способом, інакше він має бути повторений.

ХТО ВИКОНАЄ ПОЧАТКОВИЙ УДАР На початку гри команда, капітан якої вибрав початковий удар, вигравши жереб, або якщо він обрав бік поля, то протилежна команда. При відновленні гри після перерви між таймами суперники команди виконували початковий удар на початку матчу. Після того, як були набрані очки - команда, що захищається.

ПОЛОЖЕННЯ ГРАВЦІВ КОМАНДИ, ЩО ВИКОНАЄ ПОЧАТКОВИЙ УДАР Гравці команди, що виконує початковий удар, під час удару повинні бути за м'ячем. Інакше призначається сутичка у центрі поля. М'яч у бій вводять суперники.

ПОЛОЖЕННЯ ГРАВЦІВ КОМАНДИ СУПЕРНИКА Гравці команди суперника повинні залишатися на або за 10-метровою лінією. Якщо вони знаходяться ближче або перетинають 10-метрову лінію до удару, слід повторити удар.

ПОЧАТКОВИЙ УДАР



ПРАВИЛО 10 МЕТРІВ. Якщо м'яч перетинає 10-ти метрову лінію на половині поля суперника або досягає 10-ти метрової лінії, але належить вітром назад, гра має бути продовжена.

М'ЯЧ НЕ ДОСЯГ 10-І МЕТРОВОЇ ЛІНІЇ І ПЕРЕХВАЧЕНИЙ СУПЕРНИКОМ. Якщо м'яч не досягає 10 метрової лінії на половині поля суперника, але при цьому перехоплюється гравцем суперника, гра повинна бути продовжена.

М'ЯЧ НЕ ДОСЯГ 10-І МЕТРОВОЇ ЛІНІЇ І НЕ ПЕРЕХВАЧЕН СУПЕРНИКОМ Якщо м'яч не досягає 10-ти метрової лінії, то, початковий удар слід повторити, або, на розсуд суперника, призначається сутичка в центрі поля. М'яч уводить суперник.

М'ЯЧ ПЕРЕСІКАЄ БІЧНУ ЛІНІЮ М'яч, після початкового удару, повинен приземлитися безпосередньо в ігровому полі. Якщо він перетинає бічну лінію, то команда суперника може визнати удар, попросити повторити удар, або вибрати бій у центрі поля. Якщо вони визнають удар, то призначається коридор центральної лінії. Якщо м'яч був віднесений вітром за центральну лінію і там вийшов в аут, то коридор призначається у місці перетину м'ячем бічної лінії.

М'ЯЧ ПЕРЕСІКАЄ БІЧНУ ЛІНІЮ ВОРОТ Якщо м'яч, безпосередньо після початкового удару перетнув лінію воріт суперника, не торкнувшись гравця, команда суперника може приземлити м'яч, зробити його «мертвим» або продовжити гру. Якщо команда суперника приземляє м'яч, або роблять його "мертвим", або м'яч стає "мертвим", вийшовши за бічну лінію залікового поля або лінію "мертвого" м'яча, вони можуть попросити повторити удар або вибрати сутичку в центрі поля.

Удар від воріт Удар від воріт використовується для відновлення гри, коли м'яч, без порушень, вводиться атакувальною командою в залікове поле суперника і перетинає бічну лінію залікового поля або лінію «мертвого» м'яча, або гравець, що захищається, робить м'яч «мертвим». Удар від воріт - удар з відскоку, що виконується командою, що захищається. Він може бути виконаний з будь-якого місця або за лінією 22 метри.

ЗАТРИМКА ЧАСУ Розіграш з лінії 22 метри має бути виконаний без затримки часу. Покарання: Вільний удар із лінії 22 метри.

НЕПРАВИЛЬНО ВИКОНАНИЙ УДАР ВІД ВОРОТ Удар від воріт повинен бути виконаний з відповідного місця та відповідним чином. В іншому випадку удар повинен бути повторений.

М'ЯЧ ПОВИНЕН ПЕРЕСІЧ ЛІНІЮ 22 МЕТРИ М'яч повинен перетнути 22-метрову лінію, інакше команда суперника може вимагати або повторити удар, або сутичку в центрі 22-метрової лінії. Якщо м'яч перетнув 22-метрову лінію, а потім був віднесений назад вітром, гра має бути продовжена. Якщо м'яч після удару не досяг 22-метрової лінії, може застосовуватися правило переваги. Суперник, який грає м'ячем може спробувати.

М'ЯЧ ВИХОДИТЬ В АУТ Якщо м'яч безпосередньо після удару вийшов в аут, команда суперника може погодитися з виконанням удару, вимагати повторити удар, або вибрати бій у центрі 22-метрової лінії. Якщо вони погодилися з ударом, то вкидання коридору буде призначено на лінії 22 метри.

КОМАНДА, ЩО ВИКОНАЄ УДАР ВІД ВОРОТ Гравці команди, що виконує удар, повинні знаходитися під час удару за лінією м'яча. Інакше призначається бій у центрі лінії 22-х метрів і м'яч у бій вводить команда суперника. Проте гравці, які в момент удару рухалися за лінію м'яча і не змогли її досягти внаслідок швидкого виконання удару, не повинні бути покарані. Тим не менше, вони не повинні припиняти рухи і не можуть вступати в гру доти, доки не опиняться в положенні 'в грі' в результаті дій партнерів по команді, як вимагає Правило 10(2). Покарання: Призначається бій у центрі лінії 22-х метрів і м'яч у бій вводить команда суперника.

Команда суперника Гравці команди суперника не повинні перетинати 22-метрову лінію. Інакше удар повторюється. Якщо гравець команди суперника залишається за 22-метровою лінією або перетинає її з метою затримати або перешкоджати гравцеві, який виконує удар від воріт, він повинен бути покараний за грубу гру. Покарання: Штрафний удар із лінії 22 метри.



**2.14.ПРАВИЛО М'ЯЧ НА ЗЕМЛІ**

Ситуація, що виникає, коли м'яч лежить на землі і гравець збирається підібрати його, за винятком випадків відразу після сутички або раку. Ситуація, що виникає, коли гравець, який володіє м'ячем, лежить на землі і, при цьому, не був захоплений Гра може бути продовжена лише гравцями, що стоять на ногах. Лежачий гравець не повинен притискати м'яч до землі, не дозволяючи таким чином будь-якій з команд продовжити гру. Лежачий гравець, який не заважає супернику, притискаючи м'яч до землі, суперечить цілям і духу гри і має бути покараний. Гравець, який був захоплений, але опиняється землі, утримуючи м'яч чи підбираючи м'яч, повинен діяти негайно.

ГРАВЕЦЬ НА ЗЕМЛІ Гравець повинен негайно стати на ноги з м'ячем або віддати м'яч або відпустити м'яч. Гравець, який віддає або залишає м'яч, все одно повинен стати на ноги або відсунутися від нього. Перевага дається лише в тому випадку, якщо команда скористалася негайно. Покарання: Штрафний удар. НЕОБХІДНІ ДІЇ ГРАВЦЯ Лежачи на або біля м'яча. Гравцеві забороняється лежати на або біля м'яча, заважаючи суперникам опанувати їх.



Падіння на гравця, що лежить з м'ячем на землі. Гравцю забороняється навмисно падати на або через гравця, який володіє м'ячем і лежить на землі. Покарання: Штрафний удар. Падіння на гравців, що лежать поруч із м'ячем на землі. Гравцю забороняється навмисне падати на або через гравців, що лежить на землі біля м'яча (близько означає в межах 1 метра). Покарання: Штрафний удар

**2.15.ПРАВИЛО ЗАХОПЛЕННЯ.**

Гравець, що лежить на землі з м'ячем

Захоплення - це ситуація, коли гравець, який володіє м'ячем на ігровому полі, утримується одним або декількома гравцями суперника таким чином, що утримується, падає на землю або м'яч стосується землі.



ДЕ Захоплення дозволяється виконувати лише на ігровому полі.

КОЛИ НЕ МОЖНА ВИКОНАЮТЬ ЗАХОПЛЕННЯ. Коли гравець, який володіє м'ячем, утримується суперником, а його товариші по команді охоплюють його – формується, мовляв, і забороняється виконувати захоплення.

ПАДІННЯ НА ЗЕМЛЮ. Якщо гравець, який володіє м'ячем, стосується землі одним або обома колінами, вважається, що він упав на землю. Якщо гравець, який володіє м'ячем, сидить на землі або знаходиться на гравці, який лежить на землі, вважається, що він упав на землю.

НАД ЗЕМЛЕЮ. Якщо гравець, що володіє м'ячем, піднімається суперником так, що обидві його ноги відриваються від землі, це захопленням не вважається і гра повинна продовжуватися.

ГРАВЕЦЬ, ЩО ВИКОНУЄ ЗАХОПЛЕННЯ. Будь-який гравець, який захопив суперника і, утримуючи його, впав із ним на землю, має негайно звільнити захопленого гравця. Покарання: Штрафний удар. Він повинен негайно стати або відсунутися від захопленого гравця та м'яча. Покарання: Штрафний удар. Він не повинен грати м'ячем доти, доки не стоятиме на ногах. Покарання: Штрафний удар.

Захоплений гравець, захоплений гравець повинен спробувати позбутися м'яча, щоб гра могла продовжитися. Покарання: Штрафний удар. Захоплений гравець повинен негайно віддати м'яч або відпустити м'яч і стати на ноги або відсунутися від м'яча. Покарання: Штрафний удар. Захоплений гравець може звільнити м'яч, поклавши його на землю у будь-якому напрямку, за умови, що це буде зроблено негайно. Покарання: Штрафний удар. Захоплений гравець також може звільнити м'яч, штовхнувши його по землі в будь-якому напрямку (але не вперед) за умови, що це буде зроблено негайно. Покарання: Штрафний удар.

Захоплений гравець повинен звільнити м'яч, якщо суперник, що стоїть на ногах, намагається грати м'ячем. Покарання: Штрафний удар. Якщо захоплення відбувається в такій ситуації, коли захоплений гравець, за інерцією, опиняється в заліковому полі, то йому дозволяється зробити спробу або приземлити м'яч. Покарання: Штрафний удар. Якщо гравець захоплений поруч із лінією залікового поля і здатний негайно дотягнутися до неї або за неї, то йому дозволяється спробувати або приземлити м'яч. Покарання: Штрафний удар. Захопленому гравцю забороняється навмисно класти або виштовхувати м'яч або за бічну лінію. Покарання: Штрафний удар із лінії 15 метрів.

ІНШІ ГРАВЦІ. Після захоплення інші гравці, граючи м'ячем, повинні залишатися на ногах. Стояти на ногах означає - не торкатися землі жодною іншою частиною тіла, крім ступнів.



В або біля захоплення, інші гравці можуть намагатися заволодіти м'ячем перебуваючи за м'ячем, або за захопленим гравцем, або за гравцем, який виконав захоплення і знаходиться близько до лінії воріт цих гравців. Покарання: Штрафний удар. Будь-який гравець, який виграв м'яч у захопленні, повинен негайно відійти убік, віддати пас або штовхнути по м'ячу. Покарання: Штрафний удар. Будь-який гравець, який перший заволодів м'ячем, не повинен падати на або біля захоплення, якщо його самого не захоплює противник. Покарання: Штрафний удар. Будь-який гравець, який перший заволодів м'ячем або біля захоплення, може бути захоплений суперником за умови, що він зробив це відповідно до пункту 7(а) цього Правила. Покарання: Штрафний удар.

Після захоплення будь-якому гравцеві, що лежить на землі, заборонено заважати супернику боротися за м'яч. Покарання: Штрафний удар. Після захоплення будь-якому гравцеві, що лежить на землі, заборонено захоплювати або намагатися захопити суперника. Покарання: Штрафний удар. Якщо захоплення відбувається в такій ситуації, при якій захоплений гравець здатний покласти м'яч на або за лінію воріт і зробити спробу, то в таких обставин гравець суперника може намагатися вирвати м'яч у гравця, що володіє ним, але не має права бити по м'ячу ногою. Виняток. М'яч входить до залікового поля. Якщо м'яч, після захоплення біля залікового поля, звільняється і опиняється в заліковому полі, будь-який гравець, включаючи лежачого на землі, може приземлити м'яч. Покарання: Штрафний удар.

ЗАБОРОНЕНІ ДІЇ. Будь-якому гравцеві заборонено перешкоджати захопленому гравцю віддавати пас. Покарання: Штрафний удар. Будь-якому гравцеві заборонено перешкоджати захопленому гравцеві звільнятися від м'яча, вставати чи відсуватися від м'яча. Покарання: Штрафний удар. Будь-якому гравцеві заборонено падати на або за захопленого гравця. Покарання: Штрафний удар. Будь-якому гравцеві заборонено навмисно падати на або за гравців, що лежать на землі, між якими або в безпосередній близькості від яких перебувати м'яч. Будь-якому гравцеві заборонено стоячи на ногах, перешкоджати чи заважати супернику, який не знаходиться в безпосередній близькості від м'яча. Покарання: Штрафний удар. Небезпечна ситуація може виникнути, якщо захоплений гравець не зумів віддати пас, звільнитися або відсунутися від м'яча, або йому завадили це зробити. У такому разі суддя не повинен зволікати із призначенням штрафного удару. Покарання: Штрафний удар.

ІНШЕ. Якщо захоплений гравець не віддав або не звільнив м'яч негайно і суддя сумнівається у відповідальності гравця за пас або невдалу спробу звільнитися від м'яча, то йому слід відразу призначити сутичку. М'яч у бій вводить команда, яка рухалася вперед, безпосередньо перед зупинкою, або, якщо таку визначити неможливо, то команда, що атакує.

**ПРАВИЛО 16. РАК**

Рак - це фаза гри, коли один або кілька гравців від кожної команди, стоячи на ногах і, перебуваючи у фізичному контакті, групуються навколо м'яча, що знаходиться на землі між ними. Відкрита гра припиняється. Гра в раку - це дії гравця, який бере участь у раку, який використовуючи свої ноги, намагається відіграти або зберегти м'яч, не порушуючи Правило 10.

Формування раку Рак можливий тільки в межах ігрового поля. Гравці стоять на ногах. Хоча б один гравець повинен перебувати у фізичному контакті із суперником.

Резюме Рак: М'яч знаходиться на землі. Необхідно як мінімум два гравці – по одному з кожної команди.



ПРИЄДНАННЯ ДО РАКА Гравці, які формують, приєднуються або беруть участь у раку, не повинні опускати голови та плечі нижче своїх стегон. Покарання: Вільний удар. Гравець, що приєднується до раку, повинен принаймні однією рукою обхопити тулуб гравця своєї команди, що бере участь у раку. Покарання: Штрафний удар. Покласти руку на іншого гравця – не означає обхопити його. Охопити має на увазі всю руку, від кисті до плеча. Покарання: Штрафний удар. Усі гравці, які формують, приєднуються або беруть участь у раку, повинні стояти на ногах. Покарання: Штрафний удар.

Гра в раку Гравці в раку повинні докладати зусиль, щоб залишатися на ногах. Покарання: Штрафний удар. Гравець не повинен навмисно падати чи вставати на коліна. Це класифікується як небезпечна гра. Покарання: Штрафний удар. Гравець не повинен навмисно завалювати рак. Це класифікується як небезпечна гра. Покарання: Штрафний удар. Забороняється застрибувати раком. Покарання: Штрафний удар. Гравці повинні тримати голови і плечі не нижче своїх стегон. Покарання: Вільний удар. Гравці повинні формувати рак навколо м'яча, а не гравця, який лежить на землі. При грі в раку гравці повинні намагатися переступати через гравців, що лежать на землі, і не повинні навмисне наступати на них. Гравці повинні будувати рак у безпосередній близькості від м'яча. Штрафний удар за небезпечну гру.

ІНШІ ПОРУШЕННЯ. Забороняється повертати м'яч у рак. Покарання: Вільний удар. Забороняється брати м'яч, що знаходиться в раку, руками. Покарання: Штрафний удар. Забороняється піднімати м'яч ногами. Покарання: Штрафний удар. Гравці, що лежать на землі, в (або близько) раку повинні спробувати відсунутися від м'яча. Вони не повинні перешкоджати м'ячу входити або виходити з раку. Покарання: Штрафний удар. Гравець не повинен падати на або за м'яч, що виходить із раку. Покарання: Штрафний удар. Гравець, поки м'яч перебуває в раку, не повинен вводити в оману суперника про те, що м'яч нібито вийшов із раку, хоча він все ще там. Покарання: Вільний удар.

ПОЛОЖЕННЯ «ПОЗА ГРАМИ» У РАКУ «Лінія поза грою». Термін «лінія поза грою» означає лінію, паралельну лініям воріт і проходить через стопу гравця своєї команди, що стоїть позаду всіх у раку. Кожна команда має свою «лінію поза грою». Гравці повинні або приєднатися до раку або негайно відступити за "лінію поза грою". Гравець, що не бере участі в раку і знаходиться між «лініями поза грою», опиняється в положенні «поза грою». Покарання: Штрафний удар. Гравці, які приєднуються до раку. Приєднуючись до раку, гравці повинні це робити через «лінію поза грою».

Дозволяється приєднуватися до раку збоку від товариша по команді, що стоїть позаду всіх. За жодних обставин не можна приєднуватися до раку з боку суперників чи не через «лінію поза грою». Покарання: Штрафний удар з «лінії поза грою» команди, що порушила. Гравці, які не приєднуються до раку. Гравець, який знаходиться попереду «лінії поза грою» і не приєднується до раку, повинен негайно відступити за «лінію поза грою». Гравець, який знаходиться попереду (або на) "лінії поза грою" і не приєднується до раку - знаходиться в положенні "поза грою". Покарання: Штрафний удар з «лінії поза грою» команди, що порушила.

Гравці, що залишають рак або повторно до нього приєднуються. Якщо гравець відчепляється від раку, він повинен негайно відступити за "лінію поза грою". Перебуваючи у положенні "у грі", гравець може повторно приєднатися до раку. Повторно приєднуючись до раку, гравці повинні це робити через «лінію поза грою». Дозволяється повторно приєднуватися до раку збоку від товариша по команді, що стоїть позаду. Покарання: Штрафний удар з «лінії поза грою» команди, що порушила.



УСПІШНЕ ЗАВЕРШЕННЯ РАКА Рак вважається успішно закінченим, якщо м'яч виходить з раку або м'яч виявляється на або за лінією воріт.

НЕУСПІШНЕ ЗАВЕРШЕННЯ РАКА Коли м'ячем у раку неможливо грати, повинна бути призначена сутичка. М'яч у бій вводить команда, яка рухалася вперед безпосередньо перед зупинкою гри. Якщо жодна з команд не мала просування вперед або якщо суддя не в змозі визначити, яка з команд рухалася вперед перед зупинкою, м'яч повинна вводити команда, яка рухалася вперед безпосередньо перед формуванням раку. Якщо руху вперед не було в жодної команди, м'яч у сватку вводить атакуюча команда.

Перед тим як зупинити гру і призначити бій, суддя повинен надати достатній час для виходу м'яча з раку, особливо якщо будь-яка з команд рухається вперед. Якщо рак зупиняється або, на думку судді, м'яч, ймовірно, не вийде з раку без затримки, він має призначити бій.



**2.17.ПРАВИЛО МОЛ**

Мовляв, утворюється, коли один або кілька гравців від кожної команди, стоячи на ногах, перебуваючи у фізичному контакті і, рухаючись у напрямку лінії воріт, групуються навколо гравця, що володіє м'ячем. Відкрита гра закінчується.

ФОРМУВАННЯ МОЛА ДЕ. Мовляв, може бути сформовано лише в межах ігрового поля.

ЯК. Гравці мають стояти на ногах.

РЕЗЮМЕ Мовляв: Мінімум три гравці, що стоять на ногах - гравець, який володіє м'ячем та по одному від кожної команди.



ПРИЄДНАННЯ ДО МОЛА Голова та плечі гравця, що входить у мовляв, не повинні бути нижчими за його стегна. Покарання: Вільний удар. Гравець, який приєднується до молу, повинен зав'язатися в ньому, а не знаходитися просто збоку від нього. Покарання: Штрафний удар. Покласти руку на іншого гравця – не означає зав'язатися у молі. Покарання: Штрафний удар. Гравці у молі повинні намагатися залишатися на ногах. Гравцеві, який володіє м'ячем, дозволяється впасти на землю, за умови, що він негайно звільниться від м'яча, щоб гра могла продовжитися. Покарання: Штрафний удар. З метою безпеки забороняється навмисно завалювати мовляв. Покарання: Штрафний удар. Забороняється застрибувати на мол. Покарання: Штрафний удар.

ІНШІ ПОРУШЕННЯ Гравець не повинен намагатися витягнути суперника з молу. Покарання: Штрафний удар. Поки м'яч перебуває в молі, гравець не повинен вводити суперника в оману, повідомляючи, що м'яч вийшов з молу. Покарання: Штрафний удар.

ПОЛОЖЕННЯ «ПОЗА ГРАМИ» У МОЛІ «Лінія поза грою». Термін "лінія поза грою" означає лінію, паралельну лініям воріт і проходить через стопу гравця своєї команди, що стоїть позаду всіх в моле. Кожна команда має свою «лінію поза грою». Гравці повинні або приєднатися до молу або негайно відступити за "лінію поза грою". Гравець, який не бере участі в молі і знаходиться між «лініями поза грою», опиняється в положенні «поза грою». Покарання: Штрафний удар з «лінії поза грою» команди, що порушила. Гравці, які приєднуються до молу. Приєднуючись до молу, гравці повинні це робити через «лінію поза грою». Дозволяється приєднуватися до молу збоку від товариша по команді, що стоїть позаду всіх. За жодних обставин не можна приєднуватися до молу з боку суперників чи не через «лінію поза грою». Покарання: Штрафний удар з «лінії поза грою» команди, що порушила. Гравці, які не приєднуються до молу. Гравець, який знаходиться попереду «лінії поза грою» і не приєднується до молу, повинен негайно відступити за «лінію поза грою».

Гравець, який знаходиться попереду (або на) "лінії поза грою" і не приєднується до молу - знаходиться в положенні "поза грою". Покарання: Штрафний удар з «лінії поза грою» команди, що порушила. Гравці, що залишають мол або повторно до нього приєднуються. Якщо гравець відчепляється від молу, він повинен негайно відступити за лінію поза грою. Перебуваючи у положенні "у грі", гравець може повторно приєднатися до молу. Повторно приєднуючись до молу, гравці повинні це робити через «лінію поза грою». Дозволяється повторно приєднуватися до молу збоку від товариша по команді, що стоїть позаду. Покарання: Штрафний удар з «лінії поза грою» команди, що порушила.

УСПІШНЕ ЗАВЕРШЕННЯ МОЛУ Мовляв вважається закінченим, коли м'яч потрапляє на землю, або м'яч або гравець з м'ячем виходять із молу. Якщо м'яч у молі виявляється над або за лінією воріт, то мовляв також вважається закінченим.

Неуспішне завершення молу. Коли, мовляв, стає стаціонарним, чи ні просування вперед більше 5 секунд, повинна бути призначена сутичка. Коли мовляв руйнується (але не в результаті грубої гри) або м'ячем у молі стає неможливо грати, має бути призначений бій. Сутичка, призначена після молу. М'яч у бій вводить команда, яка не мала м'яча безпосередньо перед формуванням молу. Якщо суддя не в змозі визначити, яка з команд володіла м'ячем, то м'яч повинна вводити команда, яка рухалася вперед безпосередньо перед зупинкою гри або атакуюча команда, якщо руху вперед не було.

Коли мовляв стає нерухомим або припиняється рух уперед більш ніж на 5 секунд, але м'яч перебуває в русі і суддя бачить його, він повинен надати розумний час для його виходу. Коли м'яч не виходить із молу, суддя повинен призначить бій. Коли мовляв стає нерухомим або припиняється рух уперед, він може почати рух, якщо пройшло менше 5 секунд. Коли мовляв зупинився вдруге, але м'яч перебуває в русі і суддя бачить його, він має надати розумний час для його виходу. Коли м'яч не виходить із молу, суддя повинен призначить бій. Коли м'ячем у молі стає неможливо грати, суддя не повинен дозволяти боротися за м'яч. Призначається бій. Якщо гравець, який володіє м'ячем у молі, падає на землю, включаючи ситуацію, коли він стоїть на одному або обох колінах або сидить на землі, повинна бути призначена сутичка, якщо м'яч негайно не стане доступним для продовження гри. Якщо гравець спіймав м'яч безпосередньо після удару ногою суперника, іншого, ніж початковий удар або удар від воріт, і був негайно схоплений суперником так, що це призвело до формування молу, і мовляв стає стаціонарним, чи ні просування вперед більше 5 секунд, або м'ячем у молі неможливо грати, м'яч у сутичку, що призначається після цього, повинна вводити його команда. Безпосередньо після удару означає, що впійманий м'яч не торкався іншого гравця чи землі. Якщо мовляв переміщається в залікове поле, де м'яч приземляється або м'ячем стає неможливо грати, то призначається сутичка за 5 метрів від лінії воріт. М'яч вводить атакуючу команду.





**2.18.ПРАВИЛО ЧИСТИЙ ЛОВ (МІТКА)**

Гравець виконує чистий лов, коли, перебуваючи хоча б однією ногою на або за своєю лінією 22 метри. Він чисто ловить м'яч безпосередньо після удару ногою суперника, іншого, ніж початковий удар, і одночасно вигукує "Мітка" ("Mark"). Після виконання чистого лову призначається вільний удар з місця чистого лову. Чистий лов вважається виконаним, навіть якщо перед цим м'яч торкнеться на своєму шляху стійки або перекладини воріт. Гравцю команди, що захищається дозволяється виконувати чистий лов перебуваючи в заліковому полі.



ПІСЛЯ МІТКИ Суддя негайно призначає вільний удар. повинен бути виконаний гравцем, який упіймав м'яч.

ВІЛЬНИЙ УДАР Вільний удар призначається на місці мітки.

ДЕ Вільний удар призначається в місці мітки або за нею на лінії, що проходить через мітку та паралельної бічної лінії.

ХТО Вільний удар повинен бути виконаний гравцем, який упіймав м'яч. Якщо гравець не здатний виконати удар протягом однієї хвилини, на місці мітки призначається сутичка. М'яч вводитиме його команда. Якщо мітка виконана в заліковому полі, то сутичка, призначена в результаті, формується в п'яти метрах від лінії воріт, на лінії проходить через мітку.

ЯК Вільний удар повинен бути виконаний без порушення правила 21.

АЛЬТЕРНАТИВНЕ СУХОВАННЯ. Замість вільного удару команда може вибрати бій. Якщо чистий лов відбувся на ігровому полі, бій призначається на місці мітки, але не ближче п'яти метрів від бічної лінії. Якщо мітка виконана в заліковому полі, то сутичка, призначена в результаті, формується в п'яти метрах від лінії воріт, на лінії проходить через мітку. М'яч вводить команда, гравець якої виконав чистий лов.

ШТРАФНИЙ УДАР Суперник, який перебуває в положенні «у грі» або «поза грою», не повинен атакувати гравця, що ловить м'яч, після того як суддя дав свисток, що фіксує чистий лов. Покарання: Штрафний удар. Якщо гравець перебував у положенні «у грі», штрафний удар призначається в місці порушення, якщо в положенні «поза грою» - у місці на «лінії поза грою» (Див. Правило 11). Штрафний удар може виконати будь-який гравець, який не порушив команди.

**2.19.ПРАВИЛО АУТ І КОРИДОР**

Вважається, що м'яч вийшов в аут безпосередньо після удару, якщо він після удару ногою виходить в аут без падіння на ігрову площу і при цьому не стосується гравця або судді. «22 м» - простір між лінією воріт і лінією 22 метри, що включає лінію 22 метри і не включає лінію воріт. Лінія вкидання - це уявна лінія на ігровому полі, що проходить під прямим кутом до бічної лінії через місце, з якого вкинуть м'яч. М'яч вважається в ауті, коли, не перебуваючи в руках гравця, стосується бічної лінії поля або землі або людини або об'єкта, що знаходиться на або за бічною лінією. М'яч вважається в ауті коли, перебуваючи в руках гравця, м'яч або гравець, що несе його, стосується бічної лінії або землі за нею.

М'яч вважається в ауті, коли гравець, що ловить його, наступає ногою на бічну лінію або на землю за нею. Достатньо однією ногою наступити на бічну лінію або на землю за нею, тримаючи в руках м'яч, щоб він опинився в ауті. Якщо гравець, що стоїть обома ногами на ігровій площі, ловить м'яч, навіть якщо той уже перетнув бічну лінію або бічну лінію залікового поля, м'яч не рахується в ауті. Такий гравець може відбити або відбити м'яч на ігрову площу, за умови, що він не зіграє його вперед. Якщо гравець спіймав м'яч у стрибку, він повинен приземлитися обома ногами на ігрову площу. Гравець, що знаходиться в ауті, може вдарити по м'ячу ногою або підіграти його рукою, за умови, що м'яч не перетнув бічну лінію, але він не повинен тримати м'яч у руках.

ВКИДАННЯ КОМАНДУ НЕ ОТРИМАЄ ТЕРИТОРІАЛЬНОЇ ПЕРЕВАГИ Коли м'яч виходить в аут безпосередньо після удару ногою (виключаючи штрафний удар), місце, з якого має бути виконане вкидання призначається навпроти місця, з якого був виконаний удар, або з місця, де він торкнувся якщо це місце ближче до лінії залікового поля, що б'є. Коли гравець, що захищається, отримує м'яч за межами своєї зони «22 м» і заносить його туди, а потім відправляє його ногою в безпосередньо аут, місце, з якого має бути виконане вкидання призначається навпроти місця, з якого був виконаний удар.

КОМАНДА ОТРИМАЄ ТЕРРИТОРІАЛЬНУ ПЕРЕВАГУ Коли гравець, що захищається, отримує м'яч у своїй зоні «22 м» або в заліковому полі, а потім відправляє його ногою в безпосередньо аут, місце, з якого має бути виконане вкидання призначається навпроти місця, де м'яч торкнувся або перетнув бічну. Коли гравець з будь-якого місця ігрової площі відправляє м'яч ногою в аут таким чином, що м'яч спочатку стосується землі на полі, місце, з якого має бути виконане вкидання, призначається навпроти місця, де м'яч торкнувся або перетнув бічну лінію. Коли м'яч виходить в аут зі штрафного удару, місце, з якого має бути виконане вкидання, призначається навпроти місця, де м'яч торкнувся або перетнув бічну лінію.

ВІЛЬНИЙ УДАР Коли м'яч виходить в аут безпосередньо після вільного удару, призначеного не в зоні «22 м», то місце, з якого має бути виконане вкидання, призначається навпроти місця, з якого був виконаний удар, або з місця, де він торкнувся або перетнув бічну. лінію, якщо це місце ближче до лінії залікового поля, що б'є. Якщо вільний удар виконується зі своєї зони «22 м» і м'яч виходить в аут, то місце, з якого має бути виконане вкидання, призначається навпроти місця, де м'яч торкнувся або перетнув бічну лінію.

ШВИДКЕ ВКИДАННЯ Гравець може виконати швидке вкидання не чекаючи побудови коридору. Для швидкого вкидання гравець повинен знаходитися в будь-якому місці за межами ігрового поля між місцем, де м'яч торкнувся або перетнув бічну лінію, і своєю лінією воріт. Якщо сформовано коридор, то швидке вкидання не зараховується. Та сама команда виконує вкидання в коридор. При швидкому вкиданні повинен бути використаний саме той м'яч, який вийшов в аут, і, після того як він вийшов в аут, ніхто, за винятком гравця, що вкидає, не повинен торкатися м'яча. В іншому випадку та сама команда виконує вкидання в коридор.

При швидкому вкиданні, м'яч повинен бути вкинутий прямо, вздовж лінії вкидання, так, щоб він перший раз торкнувся землі або гравця або гравець торкнувся м'яча не ближче ніж в п'яти метрах від бічної лінії вздовж лінії вкидання. Інакше команда суперника має право вибрати або вкинути м'яч у коридор, або сутичку за 15 метрів від бічної лінії в місці, де виконувалося швидке вкидання. М'яч вводить команда, яка перша виконувала вкидання. У разі швидкого скидання гравець не карається, якщо перетинає лінію вкидання. При швидкому вкиданні гравець не повинен перешкоджати м'ячу у п'ятиметровій зоні. Покарання: Вільний удар із лінії «15 метрів». Якщо гравець, який володіє м'ячем, був виштовхнутий в аут, він повинен звільнитися від м'яча, щоб суперник міг зробити швидке вкидання. Покарання: Штрафний удар із лінії «15 метрів».

ІНШІ ВИПАДКИ ВКИДАННЯ. У всіх інших випадках місце, з якого має бути виконане вкидання, призначається навпроти місця, де м'яч торкнувся або перетнув бічну лінію.

Хто вкидає м'яч, вкидає суперник гравця, який останнім торкався або володів м'ячем, перед тим, як той пішов в аут. У разі виникнення сумнівів щодо того, яка команда повинна вкидати м'яч, це право слід надати атакуючій команді. Виняток. Коли м'яч йде в аут зі штрафного удару, вкидання в коридор робить команда, яка виконувала удар. Незалежно від того торкнувся м'яч перед цим землі чи ні, місце, з якого має бути виконане вкидання, призначається навпроти місця, де м'яч торкнувся або перетнув бічну лінію.

ЯК ВИКОНАЄТЬСЯ ВКИДАННЯ Гравець, що виконує вкидання, повинен стояти у відповідному місці. Він не повинен заступати на ігрове поле під час вкидання. М'яч повинен бути кинутий прямо так, щоб він пролетів хоча б п'ять метрів уздовж лінії вкидання, перш ніж торкнеться землі або гравця або гравець торкнеться його.
НЕПРАВИЛЬНЕ ВКИДАННЯ. Якщо вкидання в коридор виконано неправильно, то команда суперника має право вибрати або вкинути м'яч у коридор, або сутичку за 15 метрів від бічної лінії. Якщо при повторному вкиданні м'яч не був вкинутий правильно, то призначається сутичка і м'яч вводить команда, яка виконувала перше вкидання. Вкидання в коридор виконано без затримки часу та хибних вкидань. Покарання: Вільний удар із лінії «15 метрів». Якщо гравець навмисно або неодноразово вкидає м'яч не по лінії вкидання, слід призначити штрафний удар. Покарання: Штрафний удар із лінії «15 метрів».

КОРИДОР Мета коридору – відновити гру швидко, безпечно та справедливо, вкидаючи його між двома лініями гравців, після того, як м'яч вийшов в аут. "Гравці, що формують коридор". Гравці, які вишиковуються на лініях, паралельні лінії вкидання і формують коридор. У кожній команді може бути один гравець, готовий спіймати м'яч, коли гравці, що формують коридор, передадуть або пнуть м'яч назад з коридору. Крім гравців, які формують коридор, у коридорі бере участь хукер (гравець, що вкидає м'яч) та його безпосередній опонент, а також два гравці, які готові впіймати м'яч із коридору. Всі інші гравці, що не беруть участь у коридорі, повинні, поки коридор не закінчено, перебувати не ближче десяти метрів від лінії вкидання або за своєю лінією воріт «Лінія 15 м» - лінія паралельна бічній лінії, яка проходить на відстані 15 метрів від неї. Будь-яка сутичка, призначена внаслідок порушень чи зупинки коридору, призначається на перетині лінії вкидання та «лінії 15 м».

ПОБУДУВАННЯ КОРИДОРУ. Потрібно щонайменше по два гравці з кожної команди для побудови коридору. Покарання: Вільний удар із лінії «15 метрів». Команда, що вкидає м'яч, визначає максимальну кількість гравців, які беруть участь у коридорі. Покарання: Вільний удар із лінії «15 метрів». Команда суперника може мати менше, але не більше, гравців, які беруть участь у коридорі. Покарання: Вільний удар із лінії «15 метрів». Коли м'яч в ауті, будь-який гравець може наближатися до лінії вкидання лише для побудови коридору. Покарання: Вільний удар з лінії «15 метрів». Якщо, у сформованому коридорі, команда, що вкидає м'яч, має менше, ніж зазвичай, кількість гравців, то команді суперника має бути надана розумна можливість для відповідного перестроювання. Покарання: Вільний удар із лінії «15 метрів».

Гравцям команди суперника, що залишають коридор, слід негайно відійти на десять метрів від лінії вкидання. Після закінчення коридору, що залишили його гравці, можуть розпочати гру, навіть якщо вони не встигли відійти на десять метрів. Покарання: Вільний удар із лінії «15 метрів». Команда не повинна навмисно перешкоджати побудові коридору. Покарання: Вільний удар із лінії «15 метрів». Гравці, які формують коридор, повинні вишиковуватися не ближче п'яти метрів від бічної лінії і не далі "лінії 15 м". Покарання: Вільний удар із лінії «15 метрів». Гравці, які формують коридор, повинні вишиковуватися в дві лінії паралельних лінії вкидання. Покарання: Вільний удар із лінії «15 метрів». Між лініями гравців, які формують коридор, має бути вільний простір. Покарання: Вільний удар із лінії «15 метрів». Проміжок 1 метр. Кожна лінія гравців повинна бути за півметра від лінії вкидання. Лінія вкидання не може проходити ближче за п'ять метрів від лінії воріт. Після формування коридору, але перш ніж відбудеться вкидання, гравцям забороняється тримати, штовхати, атакувати суперника чи заважати йому. Покарання: Штрафний удар із лінії «15 метрів».

ПОЧАТОК І КІНЕЦЬ КОРИДОРУ Коридор починається в той момент, коли м'яч залишає руки гравця, що вкидає. Коридор вважається закінченим, коли м'яч або гравець, який володіє м'ячем, залишив коридор, а також коли: м'яч був відіграний, відкинутий назад або вибитий ногою з коридору. М'яч або гравець, що володіє м'ячем, виявляється між бічною лінією та лінією 5 метрів. гравець отримує м'яч і здійснює сколювання, м'яч опиняється за лінією 15 м. коридор трансформувався в рак або мол, і ноги всіх гравців у раку або молі перемістилися за лінію вкидання, м'ячем неможливо грати. Призначається бій.

ОБМЕЖЕННЯ ДЛЯ ГРАВЦІВ У КОРИДОРІ Положення «поза грою». До вкидання лінія "поза грою" проходить по лінії вкидання. Після того, як м'яч торкнувся гравця або землі, лінія "поза грою" проходить через місце торкання. Покарання: Штрафний удар із лінії «15 метрів». Гравець, що стрибає за м'ячем, може зробити крок у будь-якому напрямку за умови. що він не перетне лінію вкидання. Покарання: Штрафний удар із лінії «15 метрів». Будь-якому гравцеві забороняється використовувати суперника як опору, що сприяє вистрибуванню за м'ячем. Покарання: Штрафний удар із лінії «15 метрів». Будь-якому гравцю забороняється утримувати, штовхати, атакувати, перешкоджати або захоплювати суперника, який не володіє м'ячем, крім як після формування раку або молу. Покарання: Штрафний удар із лінії «15 метрів».

Будь-якому гравцеві забороняється атакувати суперника, крім спроби перехопити або зіграти в м'яч. Покарання: Штрафний удар із лінії «15 метрів». Будь-якому гравцеві забороняється використовувати будь-якого гравця своєї команди як опору, що сприяє вистрибуванню за м'ячем. Покарання: Вільний удар із лінії «15 метрів». Будь-якому гравцеві забороняється піднімати гравця своєї команди. Покарання: Вільний удар із лінії «15 метрів». Будь-якому гравцю забороняється підтримувати гравця своєї команди, перш ніж він вистрибнув за м'ячем. Покарання: Вільний удар із лінії «15 метрів». Ніякий гравець не може вистрибувати за м'ячем або підтримувати гравця, перш ніж м'яч покине руки гравця, що вкидає. Покарання: Вільний удар. Гравець не повинен підтримувати будь-якого гравця нижче за пояс. Покарання: Вільний удар. Гравець не повинен підтримувати гравця, що стрибає за м'ячем, нижче за шорт зі спини або нижче за стегна спереду. Покарання: Штрафний удар

Гравець, який підтримує товариша по команді, що стрибнув за м'ячем, повинен негайно повернути його на землю, як тільки м'яч виграє гравець будь-якої команди. Покарання: Вільний удар. Гравець не повинен стояти ближче за п'ять метрів від бічної лінії або перешкоджати проходженню м'яча через п'ятиметрову зону. Покарання: Вільний удар із лінії «15 метрів». Гравець, що стоїть у коридорі, може рухатися в простір між бічною лінією і п'ятиметровою позначкою тільки після того, як м'яч пройде над ним і, якщо він робить це, він не повинен рухатися у напрямку до свого залікового поля до закінчення коридору, виключаючи сколювання. Покарання: Вільний удар із лінії «15 метрів». Гравець, що вистрибує за м'ячем, повинен ловити або відігравати його обома руками або рукою внутрішньою до коридору. Гравець, що вистрибує за м'ячем, не можна ловити або відігравати м'яч рукою, зовнішньою до коридору. Покарання: Вільний удар із лінії «15 метрів».

ОБМЕЖЕННЯ ДЛЯ ГРАВЦІВ, ЩО НЕ УЧАСНІ У КОРИДОРІ Гравці, які не беруть участь у коридорі повинні залишатися до закінчення коридору мінімум в 10 метрах від лінії вкидання або за своєю лінією воріт якщо вона ближче. Виняток 1. Гравець команди, що вкидає м'яч у коридор, може рухатися за лінію 15 метрів при дальньому вкиданні, але тільки після того, як м'яч покине руки гравця, що вкидає. У цьому випадку гравець команди суперника може наслідувати його приклад. Покарання: Штрафний удар з лінії «поза грою» команди, що порушила, навпроти місця порушення, але не ближче 15 метрів від бічної лінії. Виняток 2. Гравець, готовий прийняти м'яч, може проскакувати через коридор і брати м'яч, за умови, що він робить це не атакуючи або перешкоджаючи супернику, що знаходиться в коридорі. Покарання: Штрафний удар із лінії «15 метрів».

СКОЛЕННЯ «Сколювання» має місце, коли гравець залишає своє місце в коридорі з ланцюгом зловити м'яч, переданий або відіграний іншим гравцем цієї команди в коридорі. Гравець не повинен виконувати сколювання до тих пір, поки м'яч не буде вкинуто в коридор. Покарання: Вільний удар із перетину лінії «15 метрів» та лінії вкидання. Виконуючи сколювання, гравець повинен знаходитись, до закінчення коридору, не далі 10 метрів від лінії вкидання. Покарання: Вільний удар із перетину лінії «15 метрів» та лінії вкидання. Гравцям дозволяється змінюватися місцями в коридорі, перш ніж буде виконано вкидання.

ПОЛОЖЕННЯ «ПОЗА ГРАМИ» У КОРИДОРІ. При формуванні коридору кожної команди визначаються дві лінії «поза грою», паралельних лініям воріт. Для гравців, що беруть участь у коридорі (найчастіше це - нападники, плюс півзахисник сутички і гравець, що вкидає м'яч), лінія «поза грою» - це, до вкидання, - лінія вкидання, після вкидання - лінія, що проходить через місце торкання м'яча. Для інших гравців (зазвичай це захисники) лінія «поза грою» проходить в 10 метрах за лінією вкидання або це їхня лінія воріт, якщо вона ближча. Правило «поза грою» для коридору змінюється у разі далекого вкидання чи трансформації коридору на рак чи мол.

ПОЛОЖЕННЯ «ПОЗА ГРАМИ» ДЛЯ ГРАВЦІВ, ФОРМУЮЧИХ У КОРИДОРІ. Перш ніж м'яч торкнувся гравця або землі. Гравець не повинен перетинати лінію вкидання, крім випадку, коли він стрибає за м'ячем зі свого боку від лінії вкидання. Інакше він вважається «поза грою». Покарання: Штрафний удар із лінії «15 метрів». Гравець, що стрибнув за м'ячем і не впіймав його, не повинен каратися за перетин лінії вкидання, якщо він, не затримуючись, повернеться в положення «у грі». Після того як м'яч торкнувся гравця чи землі. Гравець, який не володіє м'ячем, вважається в положенні «поза грою» якщо після торкання м'ячем землі або гравця він виявляється попереду м'яча, крім випадку, коли він захопив або намагається захопити суперника. Будь-яка спроба виконати захоплення має починатися через м'яч. Покарання: Штрафний удар із лінії «15 метрів». Суддя повинен покарати будь-якого гравця, який перебуває у положенні «поза грою» і не намагається виконати захоплення або заволодіти м'ячем. Покарання: Штрафний удар із лінії «15 метрів».

Вкидаючий (і його безпосередній опонент) Вкидаючий може знаходитися ближче 5 метрів від бічної лінії. Вкидаючий може відійти до лінії «поза грою» за 10 метрів від лінії вкидання. Вкидаючий може приєднатися до коридору відразу після вкидання. Вкидаючий може зайняти позицію гравця, який приймає м'яч, якщо вона вільна. Вкидаючий опиняється в положенні "поза грою", якщо переміщається кудись ще. Покарання: Штрафний удар із лінії «15 метрів».

ПОЛОЖЕННЯ «ПОЗА ГРАМИ» ДЛЯ ГРАВЦІВ, ЩО НЕ УЧАСНІ У КОРИДОРІ До закінчення коридору. Лінія «поза грою» проходить за 10 метрів від лінії вкидання або на лінії воріт, якщо вона ближче. Гравець, який не бере участі в коридорі, знаходиться в положенні "поза грою", якщо переступає цю лінію до закінчення коридору. Покарання: Штрафний удар з лінії «поза грою» команди, що порушила, навпроти місця порушення, але не ближче 15 метрів від бічної лінії. Гравці, які перебувають у положенні «поза грою», коли м'яч вкинуто. Гравець може вкидати м'яч, навіть якщо його товариші по команді ще не відступили за лінію «поза грою». Однак, якщо вони не поспішають це робити, вони вважаються в положенні "поза грою". Покарання: Штрафний удар з лінії «поза грою» команди, що порушила, навпроти місця порушення, але не ближче 15 метрів від бічної лінії. Виняток: Довге вкидання. Якщо м'яч вкидається за 15 метрову лінію, будь-який гравець команди вкидає (не залежно від того він бере участь у коридорі мулі) може бігти до м'яча, відразу як тільки м'яч покине руки вкидає.

Це означає, що гравець, який бере участь у коридорі, може забігати за лінію 15 метрів, а гравець, який не бере участі в коридорі, може перетинати лінію «поза грою». У цьому випадку гравці команди суперник також можуть бігти до м'яча. Однак, якщо м'яч вкидається ближче ніж за 15 метрову лінію, гравець, що набігає, опиняється в положенні «поза грою», повинен бути призначений штрафний. Покарання: Штрафний удар. Для гравців, які беруть участь у коридорі – штрафний удар з лінії 15 метрів. Для решти гравців - штрафний удар з лінії «поза грою», яка порушила команди навпроти місця порушення, але не ближче 15 метрів від бічної лінії.

ПОЛОЖЕННЯ «ПОЗА ГРОЮ» ПРИ ТРАНСФОРМАЦІЇ КОРИДОРУ В РАК АБО МОЛ. При трансформації коридору в рак або мовляв, лінія «поза грою» для гравців, що беруть участь у коридорі проходить через лінію, паралельну лінії воріт і проходить через стопу гравця своєї команди, що стоїть позаду всіх в раку або моле. Для решти гравців лінія «поза грою» залишається за десять метрів від лінії вкидання до закінчення коридору. Коридор закінчиться в той момент, коли рак або мовляв переміститься за лінію вкидання будь-якої сторони. Тобто всі гравці в раку або молі будуть перебувати з одного боку від лінії вкидання. Гравці, які беруть участь у грі. коридорі повинні або приєднатися до раку або молу, або відійти за лінію «поза грою».

 Покарання: Штрафний удар із лінії «15 метрів». В іншому застосовується Правило раку чи молу. Гравці не можуть приєднуватись до раку або молу з боку суперника. Покарання: Штрафний удар із лінії «15 метрів». Гравці, які не беруть участь у коридорі. При трансформації коридору в рак або мовляв, коридор не вважається закінченим поки що рак або, мовляв, не переміститься за лінію вкидання в будь-який бік. До цього моменту лінія «поза грою» для гравців, які не беруть участь у коридорі, залишається в 10 метрах від лінії вкидання або на лінії воріт, якщо вона ближче. Гравець, який перетнув цю лінію, знаходиться в положенні «поза грою». Покарання: Штрафний удар з лінії "поза грою", але не ближче 15 метрів від бічної лінії.

**2.20.ПРАВИЛО СХВАТКА**

Мета бою - відновити гру швидко, безпечно і справедливо, після незначного порушення або зупинки гри. Сутичка формується на ігровому полі. Від кожної команди беруть участь по вісім гравців, обхопивши один одного руками, вишикувавшись у три лінії та зімкнувшись із суперниками. Таким чином, створюється тунель, в який півзахисник сутички вкидає м'яч так, щоб гравці першої лінії будь-якої з команд могли заволодіти м'ячем, зачепивши його ногою Тунель - простір між двома першими лініями. Півзахисник сутички - гравець, що вкидає м'яч у тунель. Середня лінія сутички – це уявна лінія, що проходить по землі безпосередньо під лінією, утвореною плечима гравців перших ліній обох команд. Середній гравець кожної першої лінії називається хукером. Гравці з обох боків від хукер називаються стовпами. Лівий стовп - №1 (зі вільною головою), правий стовп - №3 (із затиснутою головою). Два гравці другої лінії, що штовхають стовпів та хукера, називаються замками. Зовнішні гравці, які пов'язують другу чи третю лінію, називаються фланкерами. Гравець третьої лінії, що штовхає замків (замків та фланкерів) - №8.

ФОРМУВАННЯ СПОСОБУ. Сутичка формується в межах ігрового поля, на місці порушення або зупинки гри, якщо інше не обумовлено у цих Правилах. У разі необхідності, сутичка може бути відсунута від місця порушення таким чином, щоб вона була сформована в межах ігрового поля. Бій може бути призначений не ближче п'яти метрів від бічної лінії або не ближче п'яти метрів від лінії воріт. Сутичка призначається за 5 метрів від лінії воріт, коли порушення або зупинка сталися в заліковому полі. Сутичка формується на лінії, що проходить через місце порушення або зупинки.

**2.21. ПРАВИЛО ШТРАФНИЙ УДАР І ВІЛЬНИЙ УДАР**

Штрафний удар та вільний удар призначається на користь невинної команди за порушення суперників.

ДЕ ПРИЗНАЧАЄТЬСЯ ШТРАФНИЙ УДАР АБО ВІЛЬНИЙ УДАР. Якщо інше не обумовлено Правилами, мітка для штрафного чи вільного удару призначається у місці порушення.

ЗВІДКИ ВИКОНАЄТЬСЯ ШТРАФНИЙ УДАР АБО ВІЛЬНИЙ УДАР. Гравець повинен виконати удар із мітки або з будь-якого місця за нею на лінії, що проходить через мітку. Якщо місце для призначення штрафного або вільного удару знаходиться ближче п'яти метрів від лінії воріт суперника, то мітка для нього повинна бути перенесена на відстань п'яти метрів від лінії воріт по лінії, що проходить через це місце. Якщо штрафний або вільний удар призначається за порушення в заліковому полі, то мітка для нього має бути перенесена в ігрове поле на відстань п'яти метрів від лінії воріт по лінії, що проходить через місце порушення. Покарання: За будь-яке порушення команди гравця, що виконує удар, призначається сутичка в місці мітки. М'яч у бій вводить команда суперника.

ЯК ВИКОНАЄТЬСЯ ШТРАФНИЙ УДАР АБО ВІЛЬНИЙ УДАР. Будь-який гравець може виконати штрафний або вільний удар, призначений за порушення. Удар може бути виконаний будь-яким чином: з рук, з відскоку чи землі. Дозволяється бити по м'ячу будь-якою нижньою частиною ноги від коліна до стопи, крім коліна або п'яти. Відскок м'яча від коліна не вважається ударом. Удар повинен бути виконаний м'ячем, який перебував у грі, якщо суддя не вважає, що він отримав дефект. Покарання: За будь-яке порушення команди гравця, що виконує удар, призначається сутичка в місці мітки. М'яч у бій вводить команда суперника.

ШТРАФНИЙ УДАР І ВІЛЬНИЙ УДАР. МОЖЛИВЕ І НЕОБХІДНЕ Альтернативна сутичка. Невинна в порушенні команда має право вибрати сутичку з місця удару, при цьому вона ж вводитиме в неї м'яч. Без затримки. Якщо той, хто б'є, збирається виконати удар по воротах, удар повинен бути виконаний протягом однієї хвилини, з моменту, коли той, хто б'є, повідомив про свій намір. Намір бити позначається появою на полі підставки або піску, коли той, хто б'є, робить мітку на землі. Удар повинен бути виконаний протягом однієї хвилини, навіть якщо м'яч відкотився і було встановлено знову. При перевищенні ліміту часу удар скасовується і призначається бій у місці мітки. М'яч у бій вводять суперники. Якщо удар виконується не по воротах, він також має бути виконаний без затримки. Чистий удар. При ударі м'яч має пролетіти видиму відстань. Якщо б'є тримає м'яч у руках, він повинен випустити його з рук або, якщо м'яч лежить на землі, м'яч повинен залишити місце мітки. Якщо б'є в аут, удар повинен бути виконаний з рук або відскоку, але не з землі. Б'ючий може вдарити м'яч ногою в будь-якому напрямку та зіграти їм знову без жодного обмеження. Коли штрафний або вільний удар призначається в заліковому полі, то може бути призначена штрафна спроба, якщо гравець, що захищається, своєю грубою грою перешкодив супернику першим приземлити м'яч. Якщо, в результаті виконання штрафного удару в заліковому полі, м'яч вийшов за бічну пінію залікового поля або лінію «мертвого» м'яча або гравець, що захищається, зробив м'яч «мертвим» перш ніж він перетнув лінію воріт, слід призначити сутичку в п'яти метрах від лінії воріт, м'яч до якої введе атакуюча команда.

Гравці команди, що пробиває, за винятком гравця встановлює м'яч, повинні бути до моменту удару за лінією м'яча. Однак, гравці, що повертаються за лінію м'яча, не будуть покарані, якщо вони не зуміли цього зробити через швидке виконання удару. Але вони не повинні припиняти рухи або вступати в гру доти, доки вони не опиняться в положенні «у грі». Правило поширюється на всіх гравців команди, незалежно від того, де вони знаходяться. У цій ситуації, гравці опиняються у положенні «у грі» коли: вони забігають за гравця, що б'є; товариш по команді, який володіє м'ячем, вибігає вперед їх; товариш по команді, що був за м'ячем у момент удару, вибігає вперед їх; Будь-який гравець, який перебуває у положенні «поза грою», не може опинитися «у грі» завдяки діям суперника. Покарання: За будь-яке порушення команди гравця, що виконує удар, призначається сутичка в місці мітки. М'яч у бій вводить команда суперника.

НАБІР ОЧКІВ З ШТРАФНОГО УДАРУ. Зі штрафного удару можуть бути зароблені очки. Якщо гравець, який виконує удар, показав намір бити по воротах, він зобов'язаний зробити це. Якщо дії гравця, який збирається зробити удар, вказують на те, що він збирається бити по воротах, суддя може попросити гравця повідомити про його наміри. Якщо б'є збирається виконувати удар по воротах, то всі гравці протилежної команди повинні залишатися пасивними від моменту, коли гравець починає розбіг і до моменту, коли удар буде виконаний. Якщо той, хто б'є, виконав удар з відскоку і забив гол, то гол повинен бути зарахований, навіть якщо той, хто б'є, не вказав судді про свій намір пробити по воротах. Якщо, незважаючи на попереднє порушення протилежною командою, забивається гол, то він має бути зарахований замість призначення штрафного удару. Дозволяється використовувати для встановлення м'яча пісок, тирсу або підставку, затвердженого зразка.

НАБІР ОЧКІВ ЗІ ВІЛЬНОГО УДАРУ Гол не може бути зарахований з вільного удару. Команда, що отримала право на вільний удар, позбавляється можливості забити дроп-гол, доки м'яч не стане «мертвим», або доки суперник не зіграє або торкнеться м'яча, або поки гравець, який володіє м'ячем, не буде захоплений. Обмеження поширюється і на битву, вибрану замість вільного удару.

ДІЇ КОМАНДИ СУПЕРНИКА ПІД ЧАС ШТРАФНОГО УДАРУ. Гравці команди суперника повинні без зволікання виходити на або за лінію, паралельну лініям воріт і віддалену від місця виконання удару на відстані 10 метрів, або свою лінію воріт, якщо вона знаходиться ближче від позначки. Навіть якщо удар вже виконаний і команда гравця, що б'є, володіє м'ячем, вони повинні продовжувати виходити на або за лінію, паралельну лініям воріт і віддалену від місця виконання удару на відстані 10-ти метрів, або свою лінію воріт, якщо вона знаходиться ближче від мітки. Вони не повинні брати участь у грі, допоки не зроблять це. Гравці, які повертаються за лінію 10 метрів, не будуть покарані, якщо вони не зуміли цього зробити через швидке виконання удару. Але вони не повинні припиняти рухи, або вступати в гру доти, доки не відступлять за лінію 10-ти метрів від місця виконання удару або один із партнерів по команді, який перебуває за лінією 10-ти метрів від мітки, не вибіжить уперед. Гравці команди суперника не повинні навмисно вдаватися до будь-яких дій, які можуть перешкоджати виконанню штрафного удару.

До таких дій відносяться: навмисне утримання м'яча, відкидання або відбивання ногою м'яча від гравця, що б'є, або будь-який вплив на самого гравця. Покарання: Будь-які порушення з боку команди суперника призводять до перенесення місця удару на 10 метрів вперед або на лінію за п'ять метрів від лінії воріт, залежно від того, яка з них ближче, по лінії, яка проходить через місце удару. Удар може виконувати будь-який гравець команди, яка невинна в порушенні. Б'ючий може змінити тип удару або вибрати удар по воротах. Перенесений на нове місце удар не повинен виконуватись доти, доки суддя не позначить місце нової мітки для штрафного удару.

ДІЇ КОМАНДИ СУПЕРНИКА ПІД ЧАС ВІЛЬНОГО УДАРУ. Гравці команди суперника повинні без зволікання виходити на або за лінію, паралельну лініям воріт і віддалену від місця виконання удару на відстані 10 метрів, або свою лінію воріт, якщо вона знаходиться ближче від позначки. Якщо вільний удар призначений у заліковому полі команди, що захищається, гравці команди суперника повинні негайно відійти на або за лінію, паралельну лініям воріт і віддалену від місця виконання удару на відстані 10 метрів, але не ближче 5 метрів від лінії воріт.

Навіть якщо удар вже виконаний і команда гравця, що б'є, володіє м'ячем, вони повинні продовжувати виходити на або за лінію, паралельну лініям воріт і віддалену від місця виконання удару на відстані 10-ти метрів, або свою лінію воріт, якщо вона знаходиться ближче від мітки. Вони не повинні брати участь у грі, допоки не зроблять це. Гравці, які повертаються за лінію 10 метрів, не будуть покарані, якщо вони не зуміли цього зробити через швидке виконання удару. Але вони не повинні припиняти рухи, або вступати в гру доти, доки не відступлять за лінію 10-ти метрів від місця виконання удару або один із партнерів по команді, який перебуває за лінією 10-ти метрів від мітки, не вибіжить уперед. Гравці команди суперника не повинні навмисно вдаватися до будь-яких дій, які можуть перешкоджати виконанню вільного удару. До таких дій відносяться: навмисне утримання м'яча, відкидання або відбивання ногою м'яча від гравця, що б'є, або будь-який вплив на самого гравця. Гравці команди суперника, які перебувають у положенні «у грі» можуть виконувати набіг і намагатися запобігти виконання удару. Вони можуть набігати, як тільки б'є почне розбіг для виконання удару. Якщо в результаті набігу вільний удар був запобігти, то новий удар не призначається. Гра відновлюється з бою в місці мітки. М'яч у бій вводять суперники.

****

**2.22.ПРАВИЛО ЗАЛІКОВЕ ПОЛЕ**

Залікове поле - це частина ігрового простору, як визначено в Правил 1, в якому м'яч може бути приземлений гравцем будь-якої команди. Коли атакуючий гравець приземляє м'яч у заліковому полі суперника, він заробляє спробу. Коли гравець, що захищається, приземляє м'яч у своєму заліковому полі, зараховується приземлення. Захищається гравець, що отримав м'яч і хоча б однією ногою на або за своєю лінією воріт, знаходиться в заліковому полі.

ПРИЗЕМЛЕННЯ М'ЯЧА Гравець може приземлити м'яч двома способами: Гравець, утримуючи м'яч у руці (або руках), стосується землі в заліковому полі. Не потрібно жодного тиску на м'яч. Коли м'яч лежить на землі в заліковому полі, гравець кладе на нього руку (або руки) з тиском донизу, або падає на нього обличчям донизу, при цьому м'яч знаходиться під його тілом від пояса до шиї включно.

ПІДБІР М'ЯЧА Підбір м'яча з землі не вважається приземленням. Гравець може підібрати м'яч у заліковому полі та приземлити його у будь-якому іншому місці залікового поля.

ПРИЗЕМЛЕННЯ М'ЯЧУ АТАКУЮЧИМ ГРАВЦЕМ Спроба. Коли атакуючий гравець, який перебуває у положенні 'у грі', перший приземляє м'яч у заліковому полі суперника, він заробляє спробу. Це діє незалежно від того, завдяки кому м'яч опинився в заліковому полі.

ІНШІ СПОСОБИ ЗАРОБИТИ СПРОБУ Приземлення на лінії воріт. Лінія воріт вважається частиною залікового поля. Якщо гравець перший приземлює м'яч на лінію воріт суперника, зараховується спроба. Приземлення, торкаючись штанги воріт. Штанги воріт та захист на них також вважаються частиною лінії воріт. Якщо атакуючий гравець перший приземляє м'яч, так, щоб він стосувався штанги воріт суперника або захисту на ній, зараховується спроба. Спроба бою. Сутичка чи рак не можуть бути у заліковому полі.

Спроба зараховується якщо, при грі в сутичці або раку, команда перештовхує суперника в його залікове поле і, перш ніж м'яч вийде бою або раку, гравець атакуючої команди першим приземли його. Спроба з інерції. Спроба зараховується, якщо захоплений гравець за інерцією заносить м'яч у залікове суперника і першим приземляє його. Захоплення поруч із заліковим полем. Якщо гравець захоплений поруч із заліковим полем суперника і може без зволікання дотягнутися до лінії воріт або залікового поля суперника, він може приземлити там м'яч і заробити спробу. Цей гравець не повинен порушувати Правило 15 (Захоплення), яке вимагає, щоб він негайно зіграв м'ячем. При цьому він може покласти м'яч на землю в будь-якому напрямку за умови, що це буде зроблено без затримки. У цій ситуації гравець, що стоїть на ногах, може запобігти спробі, відібравши м'яч у захопленого гравця. Але він не повинен штовхати по м'ячу. Гравець в ауті. Атакуючий гравець, який знаходиться за бічною лінією або за бічною лінією залікового поля, може заробити спробу, приземливши м'яч у заліковому полі суперника, за умови, що він не несе м'яча. Штрафна спроба Штрафна спроба призначається, коли спроба можливо була б скоєна, якби не мало місце порушення з боку команди, що захищається. Штрафна спроба призначається, коли спроба могла б бути зарахована у більш вигідній позиції, якби не мало місце порушення з боку команди, що захищається. Штрафна спроба призначається у центрі між стійками воріт. Команда, що захищається, може набігати при пробитті реалізації.

ПРИЗЕМЛЕННЯ М'ЯЧУ, ЯКИЙ ЗАХИЩАЄТЬСЯ ГРАВЦЕМ Приземлення зараховується, якщо гравець першим приземляє м'яч у своєму заліковому полі. Гравець в ауті. Захищений гравець, що знаходиться за бічною лінією або за бічною лінією залікового поля, може приземлити м'яч у своєму заліковому полі за умови, що він не несе м'яч. Приземлення, торкаючись штанги воріт. Штанги воріт та захист на них також вважаються частиною лінії воріт. Гравець, що захищається, може приземлити м'яч, так, щоб він торкався штанги своєї воріт або захисту на ній.

СУХОПЛЕННЯ АБО РАК ПЕРЕМІЩАЄТЬСЯ У ЗАЛІКОВЕ ПОЛІ Сутичка або рак не можуть бути в заліковому полі. якщо, при грі в сутичці або раку, команда перештовхує суперника в його залікове поле і, перш ніж м'яч вийде бою або раку, гравець команди, що захищається, може приземлити його.

ВІДНОВЛЕННЯ ГРИ ПІСЛЯ ПРИЗЕМЛЕННЯ. Якщо атакуючий гравець відправляє або заносить м'яч у залікове поле суперника і там м'яч стає «мертвим» оскільки був приземлений суперником, або вийшов на або за бічну лінію залікового поля або лінію «мертвого» м'яча, призначається удар від воріт. Якщо м'яч, завдяки грі вперед або пасу вперед, опиняється в заліковому полі суперника і там стає «мертвим», гра відновлюється зі бою з місця гри вперед або пасу вперед. Якщо м'яч, з початкового удару, опиняється в заліковому полі суперника, не торкнувшись гравця, і гравець, що захищається, без затримки приземляє його або робить його «мертвим», команда, що захищається, може попросити повторити початковий удар або вибрати сутичку в центрі поля, і будуть вводити м'яч. Якщо гравець команди, що захищається, вкидає або заносить м'яч у своє залікове поле, і він сам або його товариш по команді приземляє м'яч, гра поновлюється з сутички в 5-ти метрах від лінії воріт навпроти місця приземлення. М'яч вводить атакуючу команду.

«МЕРТВИЙ» М'ЯЧ ПІСЛЯ УДАРУ НОГОЇ. Якщо після удару ногою, іншого, ніж невдалий удар по воротах або спроба забити дроп-гол, м'яч перелітає через залікове поле суперника в аут або за лінію «мертвого» м'яча, команда, що захищається, може вибрати або удар від воріт, або сутичку з місця удару. М'яч вводить команда, що захищається.

гравець, що ЗАХИЩАЄТЬСЯ ГРАВЕЦЬ У ЗАЛІКОВОМУ ПОЛІ ЩО ЩО ЩО ЩОДО ОДНІКОЇ НОГИ ЗАХИЩАЄТЬСЯ В ЗАЛІКОВОМУ ПОЛІ, вважається, що він повністю знаходиться в заліковому полі.

М'ЯЧ, ЩО ВТРИМАЄТЬСЯ У ЗАЛІКОВОМУ ПОЛІ. Корда гравець, який володіє м'ячем, утримується в заліковому полі таким чином, що він не може приземлити м'яч, м'яч стає "мертвим". Призначається сутичка за 5 метрів від лінії воріт. М'яч вводить атакуючу команду. Правило поширюється на мовляв у заліковому полі.

"МЕРТВИЙ" М'ЯЧ У ЗАЛІКОВОМУ ПОЛІ М'яч стає "мертвим", коли він стосується кутового прапорця, бічної лінії залікового поля, лінії "мертвого" м'яча або землі за цими лініями. Якщо м'яч, до того як став «мертвим», опинився в заліковому полі завдяки діям атакуючої команди, команда, що захищається, виконує удар від воріт. Якщо він опинився там завдяки діям команди, що захищається, то призначається сутичка в 5-ти метрах від лінії воріт. М'яч вводить атакуючу команду. М'яч стає "мертвим", коли гравець, який володіє м'ячем, стосується кутового прапорця, бічної лінії залікового поля, лінії "мертвого" м'яча або чогось за цими лініями. Якщо м'яч, до того як став «мертвим», був занесений в залікове поле атакуючої командою, то команда, що захищається, виконує удар від воріт. Якщо він був занесений туди командою, що захищається, то призначається сутичка в 5-ти метрах від лінії воріт. М'яч вводить атакуючу команду. Також м'яч стає мертвим, коли гравець заносить спробу або виконує приземлення.

СУХОПЛЕННЯ ЗА ПОРУШЕННЯ АТАКУЮЧОЇ КОМАНДИ. Якщо атакуючий гравець вчиняє в заліковому полі порушення, яке карається сутичкою, наприклад - гра вперед, гра поновлюється з бою в 5 метрах від лінії воріт. Сутичка формується навпроти місця порушення. М'яч у бій вводить команда, що захищається.

СУХОПЛЕННЯ ЗА ПОРУШЕННЯ КОМАНДИ, ЩО ЗАХИЩАЄТЬСЯ. Якщо гравець, що захищається, вчиняє в заліковому полі порушення, яке карається сутичкою, наприклад - гра вперед, гра поновлюється з бою в 5-ти метрах від лінії воріт. Сутичка формується навпроти місця порушення. М'яч у бій вводить атакуюча команда.

СУМНІВ У ПЕРШОСТІ ПРИЗЕМЛЕННЯ. Коли виникає сумнів у тому, яка команда першою приземлила м'яч у заліковому полі, призначається сутичка за п'ять метрів від лінії залікового поля навпроти місця приземлення. Вводити м'яч має атакуюча команда.

ПОРУШЕННЯ У ЗАЛІКОВОМУ ПОЛІ. Будь-які порушення в заліковому полі караються також, якби вони сталися на ігровому полі. За гру вперед або пас вперед призначається сутичка за 5 метрів від лінії воріт навпроти місця порушення. Покарання: За будь-які порушення мітка для штрафного або вільного удару не може бути в заліковому полі. За порушення, яке відбулося в заліковому полі, мітка для штрафного або вільного удару призначається за 5 метрів від лінії воріт навпроти місця порушення.

ГРУБА АБО НЕЧЕСНА ГРА В ЗАЛІКОВОМУ ПОЛІ. Будь-якому гравцю забороняється атакувати або заважати супернику, в заліковому полі, що щойно штовхнув м'яч. У цьому випадку команда суперника може вибрати штрафний удар або з місця за 5 метрів від лінії воріт навпроти місця порушення, або з місця приземлення м'яча. Якщо місце приземлення м'яча знаходиться за або поряд з бічною лінією, місце для штрафного удару призначається за 15 метрів від бічної лінії навпроти мета виходу м'яча в аут або місця приземлення м'яча. Спроба не зараховується, якби вона не сталася без порушення з боку атакуючої команди. Призначається штрафний удар. Груба гра з боку команди, що захищається.

Суддя призначає штрафну спробу, якщо ймовірна спроба була запобігти грубій грою команди, що захищається. Також суддя призначає штрафну спробу, коли спроба могла б бути зарахована у більш вигідній позиції, якби не мало місце порушення з боку команди, що захищається. Штрафна спроба призначається у центрі між стійками воріт. Команда, що захищається, може набігати при пробитті реалізації. За будь-які інші прояви грубої гри в заліковому полі, коли м'яч – «мертвий», призначається штрафний удар з місця, де гра була б відновлена ​​якби не було порушення. Покарання: Штрафний удар.



# Розділ ІІІ. ОРГАНІЗАЦІЯ НАВЧАЛЬНО-ТРЕНУВАЛЬНОГО ПРОЦЕСУ З МОДУЛЯ «РЕГБІ» У ЗАКЛАДАХ ЗАГАЛЬНОЇ СЕРЕДНЬОЇ ОСВІТИ

Одне з основних організаційних завдань спортивних шкіл - комплектування їх з найбільш підготовлених і здібних до занять регбі, регбіліг учнів загальноосвітніх шкіл і спеціальних навчальних закладів, що пройшли медичний огляд і одержали дозвіл лікаря на участь у заняттях.

Діти, які поступають до спортивної школи (закладу), поділяються на підгрупи, складають контрольні нормативи для визначення їх фізичного стану та рухових здібностей. Після 3-6 міс. занять, за рішенням тренера, вони наказом по школі зараховуються до навчальних груп.

Навчальний рік в усіх групах спортивних шкіл розпочинається 1 вересня. Заняття проводяться за розкладом, при складанні якого враховується зайнятість дітей у загальноосвітній школі.

Річний навчальний план для кожного відділення визначається кількістю навчальних (академічних) годин на тиждень. Тривалість одного заняття у групах початкової підготовки не повинна перевищувати 45 хв., у групах базових підготовок - 90 хв.

Для груп початкової підготовки та попередньої базової підготовки передбачається проведення протягом 6 тижнів навчально-тренувальних занять в умовах спортивно-оздоровчого табору.

Основною формою проведення навчально-тренувальної роботи є заняття – групові та індивідуальні. Крім того, можна організовувати різноманітні змагання, масові заходи. Заняття повинні носити також і виховний характер і проводитися за однією системою.

Окрім відвідування навчально-тренувальних занять за розкладом вихованці повинні кожний день робити фізичну зарядку, а також виконувати індивідуальні завдання тренера з удосконалення окремих елементів техніки та розвитку фізичних якостей.

Переведення до наступної групи здійснюється наприкінці навчального року за результатами засвоєння програми та виконання передбачених програмою контрольних вимог.

Тренер несе відповідальність за організацію тренувальних навантажень і процес відновлення юних спортсменів.

# 3.1. Планування процесу підготовки регбістів

Планування - основна ланка у керуванні системою підготовки юних регбістів, де всі види підготовки взаємопов'язані з метою зростання спортивної майстерності і на цьому ґрунті - досягнення високих спортивних результатів. Організація спортивних занять може бути достатньо досконалою за умови використання загальних методів і засобів підготовки та сучасних методів планування.

Навчально-тренувальна програма планується залежно від загальних принципових закономірностей: цілеспрямованості педагогічного процесу; поступовості та доступності матеріалу, який вивчається, його комплектності згідно з ігровою моделлю; єдності техніки й тактики; єдності загальної та спеціальної фізичної підготовки; безперервності та щільності тренувального процесу; високої активності та вимогливості тренера з урахуванням сучасних тенденцій розвитку світового регбі та регбіліг; поступового переходу до високих тренувальних, фізичних і психологічних навантажень.

У роботі з регбістами використовуються наступні види планування навчально- тренувального процесу: перспективне, поточне, оперативне (на місяць, тижневі мікроцикли або на 2-3 дні, а також на одне тренування).

У перспективному плануванні раціонально враховані засоби та методи тренувань, навантаження та їх контроль, контрольні нормативи та ігрові показники у змаганнях. У перспективний план повинні включатися лише основні завдання, напрямки, контрольні та ігрові показники, спираючись на які можна правильно скласти річні плани.

Річні плани визначаються віковими категоріями та завданнями, закономірностями розвитку спортивної форми, періодизацією тренування, календарем і системою спортивних змагань, включаючи педагогічний та медичний контроль.

На підставі річного плану здійснюється оперативне планування тренувань на місяць, тиждень і окреме тренувальне заняття.

Серед тренерів-практиків найбільш широке розповсюдження отримало планування тренування на один місяць, яке конкретизується виходячи з основних положень річного плану (підбір засобів і методів тренування, обсяг та інтенсивність тренувальних навантажень, методи удосконалення техніки й тактики, індивідуалізація системи тренування).

#  Модель багаторічного тренування регбістів

Таблиця 4

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вік вихо-ванців | Основні завданнятренування | Зміст тренувального процесу |
| Групи початкової підготовки |
| 9-11років | Виявлення здібних до занять спортивними іг- рами дітей. Прищеплен- ня зацікавленості до занять регбі, регбіліг.Розвиток швидкості, гнучкості, спритності,координації рухів. Зміц- нення м'язово-зв'язко- вого апарату. Розвитокспеціальних якостей, що обумовлюють успішне оволодіння технічними прийомами. Ознайом- лення із засадами гри.Заохочення до змагаль- ної діяльності | Складання контрольних нормативів. Вправи для розвитку загальних фізичних іфункціональних можливостей – бігові та гімнастичні вправи. Різноманітні рухливі та спортивні ігри з метою розвитку уваги, швидкості, спритності та координації рухів. Елементи технічної підготовки. Засвоєння техніки рухів під час виконання технічних прийомів. У першу чергу засвоюються технічні прийоми та їх сполучення, якінайчастіше застосовуються під час гри - передача та прийом м'яча. Гра у регбі, регбіліг за спрощеними правилами (тег- регбі, тач-регбі, міні-регбі). Теоретична підготовка - загальна гігієна, засади та правила гри. |
| Групи попередньої базової підготовки |
| 11-13років | Загальна фізична підго- товка - загальна витри-валість, зміцнення і | Загальна фізична підготовка - рівномірний біг 300, 400, 1000 м, по пересіченій місце-вості до 2000 м. Гімнастичні вправи, вправи |

Продовження табл. 4

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вік вихо-ванців | Основні завданнятренування | Зміст тренувального процесу |
| Групи попередньої базової підготовки |
| 11-13 | розвинення всіх груп | з гантелями. Для розвитку сили використо- |
| років | м'язів. Розвиток сили. | вують незначні та середні обтяження - 20- |
|  | Спеціальна фізична під- | 25% власної ваги. Час занять до 20 хв. |
|  | готовка - розвинення | Спеціальна фізична підготовка - розвинення |
|  | сили м'язів під час бігу | швидкості та маневреності бігу, стрибучості, |
|  | та у стрибках. Розвиток | сили м'язів, що забезпечують ці якості. |
|  | спеціальної координації | Навчання техніки бігу, а також техніки |
|  | та спритності рухів, | поворотів, зупинок, зміни напрямку бігу, що |
|  | гнучкості та рухливості | сприяє розумінню того, що регбі, регбіліг - |
|  | суглобів. Розвиток | це ігри «старт-стоп». Особлива увага зверта- |
|  | швидкості та маневре- | ється на розвиток м'язів ніг (м'язів-згиначів |
|  | ності під час бігу. Нав- | та м'язів-розгиначів стегна). |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | чання техніки прийому і передачі м'яча.Ознайомлення з техніч- ними прийомами гри у захисті. Вихованняморально-вольових якостей. | Вправи, що розвивають спеціальну гнуч- кість, координацію рухів.Технічна підготовка - опанування техніки володіння м'ячем (прийом та передача), навчання технічних прийомів збереження м'яча під час контакту з суперником і подальшого продовження гри. Навчанняважливого, але складного технічного прийо- му, яким є «захват» - зупинка суперника,який володіє м'ячем, дозволеним способом. Для засвоєння тактики гри в регбі, регбіліг необхідно навчити юних регбістів просторо- вій орієнтації (вміння бачити поле), тобто навчити їх постійно мати у полі зору якпартнерів, так і суперників, оцінювати ситу- ацію і приймати рішення до моменту одер- жання м'яча або в момент прийому (такзвана - часова орієнтація).Ігрова підготовка - однобічні та двобічні ігри, як правило, за спрощеними правилами. Теоретична підготовка - загальна гігієна,правила змагань. |
| 13-15років | Підвищення рівня загальної фізичної підготовки.Удосконалення спеці- альних фізичних якос-тей, потрібних для фор- мування ігрових | Загальна фізична підготовка - біг 300 і 400 м, крос - 2400 м, стрибкова та бігова витрива- лість. Розвиток витривалості забезпечується шляхом збільшення з року в рік обсягу, інтенсивності та ступеня трудності викону- ваних вправ. Для розвитку сили використо-вуються обтяження до 45 -50% власної ваги. |

Продовження табл. 4

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вік вихо-ванців | Основні завданнятренування | Зміст тренувального процесу |
| Групи попередньої базової підготовки |
| 13-15 | навичок та умінь. | Час занять 20-30 хв. |
| років | Удосконалення індиві- | Необхідно зберігати швидкісно-силову |
|  | дуальної техніки, | спрямованість занять з фізичної підготовки. |
|  | опанування прийомів | Спеціальна технічна підготовка - розвинення |
|  | групової техніки. | швидкості та маневреності бігу, стрибкова |
|  | Опанування технічних | підготовка. |
|  | схем з різними варіан- | Технічна підготовка - удосконалення техніки |
|  | тами використання | прийому та передачі, технічних прийомів |
|  | засвоєних елементів | відбору та збереження м'яча. Опанування |
|  | індивідуальної та гру- | різноманітних технічних прийомів групової |
|  | пової техніки. | техніки. Опанування техніки гри ногами. |
|  | Виховання морально- | Вивчення та удосконалення різноманітних |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | вольових якостей. | фінтів.Тактична підготовка - опанування тактичних схем та навчання командних дій під час гри у повних складах (13 v 13 або 15 v 15, 7 v 7).Інтегральна підготовка - підвищення рівня досконалості техніки й тактики, а такожфізичних якостей в ігрових та змагальних умовах.Удосконалення спеціальної психічної підго- товленості юних регбістів у навчальних та змагальних іграх.Теоретичні заняття з техніки й тактики, аналіз проведених ігор. |
| Групи спеціалізованої базової підготовки |
| 15-18років | Підвищення рівня загальної фізичної підготовленості.Удосконалення спеці- альних фізичних якос-тей: сили - як статичної, так і динамічної; швид- кості - при переміщен- нях, маневрах, виконанні технічних прийомів; спритності - в різноманітних ігрових ситуаціях. Розвитокспеціальної працездат- ності гравців. | Загальна фізична підготовка - рівномірний біг 3000 м, крос до 10000 м, розвинення всіх груп м'язів (вправи з набивними м'ячами, штангою, гімнастичною палкою). Для роз- витку сили використовуються обтяження до 70-75% власної ваги. Час занять 45-60 хв.Розвиток загальної витривалості. Спеціальна фізична підготовка, сприятлива для техніки і тактики гри в сутичці. Розвиток спеціальної сили - стрибкові вправи, вправи з набивними м'ячами, на тренажерах.Швидкісно-силова підготовка. Удосконален- ня техніки бігу з м'ячем: швидкий старт і прискорення, дистанційна швидкість, зміна темпу бігу, зміна напряму бігу, різноманітні |

Продовження табл. 4

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вік вихо-ванців | Основні завданнятренування | Зміст тренувального процесу |
| Групи спеціалізованої базової підготовки |
| 15-18 | Швидкісно-силова | фінти. Удосконалення технічних прийомів і |
| років | підготовка. Проведення | засобів групової техніки гри у захисті. |
|  | занять з високим | Опанування елементів групової техніки гри |
|  | обсягом тренувальних | в атаці. Навчання при грі в регбі 15 v 15, 7 v |
|  | навантажень. | 7 та в регбіліг 13 v 13. Опанування тактич- |
|  | Удосконалення | них схем. |
|  | загальної технічної | Проведення занять з високим обсягом та ін- |
|  | підготовленості. | тенсивністю навантажень. П'яти-, шестира- |
|  | Підвищення рівня спе- | зові тренування в тижневому мікроціклі із |
|  | ціалізації при удоскона- | застосуванням двох занять з підвищеною |
|  | ленні техніко-тактичної | інтенсивністю. Змагальне навантаження із |
|  | підготовленості. | застосуванням двобічних навчальних ігор |

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
|  | Індивідуальні заняття з урахуванням ігровихфункцій. Проміжний відбір учнів на спеціалі- зації регбі-15 (регбі-7), регбіліг. Морально- вольова підготовка, що включає спеціальні тре- нування та навчальні ігри. Теоретична підго- товка з питань психо- логічних якостейрегбіста і тактики гри. | (не менше двох у тижневому мікроциклі). Інтегральне тренування. Визначення для кожного регбіста його ігрової функції та проведення індивідуальних тренувальних занять. Виховання сміливості, стійкості, рішучості під час тренувань та змагань. |
| Групи підготовки до вищих досягнень |
| 18років і старші | Підвищення рівня за- гальної фізичної підго- товленості - витрива- лості, розвинення всіх груп м'язів. Спеціальна фізична підготовка, що сприяє підвищенню працездатності регбіс- та. Підвищення швид- кісно-силових можли- востей регбістів до рів- ня вимог команд вищої кваліфікації. Підвищен-ня рівня індивідуальної техніко-тактичної під- | Загальна фізична підготовка - біг 3000 м, крос, загальна силова підготовка.Спеціальна фізична підготовка - розвинення спеціальної працездатності під час гри. Ви- конання технічних прийомів гри за високої інтенсивності та просторово-часової обме- женості. Проведення занять з високою ін- тенсивністю та великим обсягом тренуваль- ного навантаження (1-2 рази в тижневомумікроциклі).Спеціальна фізична підготовка з урахуван- ням ігрової функції.Технічна підготовка - удосконалення прийо- мів гри в умовах, наближених до змагальних. |

Продовження табл. 4

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| Вік вихо-ванців | Основні завданнятренування | Зміст тренувального процесу |
| Групи підготовки до вищих досягнень |
| 18років і старші | готовленості, тактичної взаємодії гравців. До-сягнення стабільності гри в змаганнях, надій- ності та ефективності виконання ігровихфункцій. | Тактична підготовка - удосконаленнявзаємодії гравців за різноманітних систем захисту та атаки, під час контратак.Інтегральна підготовка - проведення трену- вань у більш складних умовах порівняно із змагальною діяльністю.Змагальна підготовка - навчальні та контрольні ігри.Теоретична підготовка - тактичні схеми гри в захисті, атаці та контратаці відповідно до спеціалізації регбі-15, регбі-7 або регбіліг.Психологічна підготовка – виховання бойових якостей. |

# Зміст тренувального процесу

Програмний матеріал для навчальних груп, його розподіл і планування ґрунтуються на періодизації процесу цілорічної підготовки. Засади періодизації процесу підготовки регбістів складаються за умови врахування таких чинників: закономірності розвитку і становлення рівня спортивної підготовленості.

Віхами структури тренувального процесу є:

головні змагання - відносно до них плануються вся система підведення спортсмена до максимальних досягнень та динаміка навантажень);

календар спортивно-масових заходів; кліматичні умови.

Зважаючи на це, періодизація процесу підготовки регбістів різного віку та кваліфікації має свої розбіжності та особливості (табл. 5, 6).

Таблиця 5

Характеристика етапів багаторічної підготовки

|  |  |
| --- | --- |
| Показник | Етап багаторічної підготовки |
| І | II | III | IV |
| Тривалість періоду, міс.: |  |  |  |  |
| підготовчий | 8 | 7 | 6 | 5 |
| змагальний | 3 | 4 | 5 | 6 |
| перехідний | 1 | 1 | 1 | 1 |
| Кількість: |  |  |  |  |
| тренувань на тиждень | 3-4 | 4-7 | 7-10 | 10-12 |
| тренувань на добу | 1 | 1-2 | 1-2 | 1-2 |
| ігор за рік | 10-20 | 20-30 | 20-30 | 30-40 |

**ВИСНОВОК**

Регбі сприяє покращенню здоров’я дітей, удосконаленню функцій організму, фізичному розвитку. Особливо сприятливі умови створюються для розвитку. Динамічний характер гри, постійно високе емоційне і фізичне напруження активізують захисні сили організму, підвищуючи його резервні й адаптаційні можливості. Тому регулярні заняття із використанням прийомів з регбі сприяють формуванню фізичного здоров’я.

Спеціалісти наголошують, що техніко-тактичні прийоми з регбі, які впливають на фізичний розвиток, функціональний стан, фізичну підготовленість і на психоемоційну сферу дітей.

Ефективність ігрової діяльності в значній мірі обумовлюється проявом уваги, її обсягу, інтенсивності, стійкості, розподілу і переключення. При цьому під обсягом уваги розуміється здатність гравця одночасно тримати в полі зору кілька об’єктів: м’яч, гравців супротивника і партнерів.

Техніко-тактичні прийоми з вивчення модуля «Регбі» у закладах загальної середньої освіти допомагають дітям вчити, розуміти загальну мету, брати на себе відповідальність за свої дії, працювати у команді. У дітей виробляється звичка поступатися особистими інтересами заради досягнення спільної мети команди. Спільна гра сприяє взаєморозумінню, вмінню рахуватися з іншими дітьми. Вони привчаються допомагати гравцеві, який потрапив у скрутне становище. Під час гри діти вчяться самостійно вирішувати конфлікти і сварки.

У процесі навчання головним є безпека життєдіяльності, а саме – безпечне володіння м’ячем. Ігрові елементи повинні поступово і послідовно ускладнюватися та урізноманітнюватися. Усі дії вихованців під час гри обумовлюються певними правилами, які також послідовно і поступово ускладнюються. При систематичному і цілеспрямованому використанні засобів флорболу і вивченні елементів гри, найбільш повноцінно відбувається процес оволодіння та розвиток життєво необхідних рухових вмінь і навичок. Засвоєння широкого спектра рухових навичок, що потрібні для забезпечення життєдіяльності дитини, є важливим завданням фізичної культури дітей, що можна вирішити під час занять. Фахівці з фізичної культури і спорту переконані, що регбі є одним із ефективніших засобів зміцнення здоров’я дітей.

Отже, регбі – це одна з найдоступніших спортивних ігор, що стрімко розвивається в багатьох країнах. У процесі ігрової діяльності необхідно опановувати складною технікою, яка різноманітна дрібними рухами рук і ніг. У даних методичних рекомендаціях розглянуто базові елементи техніко-тактичних дії при вивченні модуля у доступній формі для навчання дітей. Правила досить прості, а видовищність гри дуже висока. Заняття цим видом спорту повинні бути спрямовані на зміцнення здоровʼя, підвищення фізичної активності школярів, мотивації дітей удосконалюватися у спортивній майстерності.

**СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

# ЛІТЕРАТУРА

1. Айрапетьянц Л.Р., Годик М.А. Спортивные игры (техника, тактика, тренировка). - Томск:Изд-во им. Ибн Сины, 1991.- 165 с.
2. Аненков В., Хроменков В. Коллективная техника в регби //Спортивные игры, 1980. № 10. С. 20.
3. Аулик И.В. Как определить тренированность спортсмена.- М.: ФиС, 1977.- 102 с., ил.
4. Бабушкин В.З. Специализация в спортивных играх. - К.: Здоров'я, 1991.

- 146 с.

1. Баландин В.И., Блудов Ю.М., Плахтиенко В.А. Прогнозирование в спорте. - М.: ФиС, 1986. - 193 с.
2. Бриль М.С. Отбор в спортивных играх. - М.: ФиС, 1980. - 127 с.
3. Верхошанский Ю.В. Программирование и организация тренировочного процесса. - М.: ФиС, 1985.- 176 с., ил.
4. Верхошанский Ю.В. Основы специальной физической подготовки спортсменов. - М.: ФиС, 1988. - 331с.
5. Верхошанский Ю. В. Принципы организации тренировки спортсменов высокого класса в годичном цикле //Теория и практика физической культуры, 1991, №3. - с. 18.
6. Волков В.М., Филин В.П. Спортивный отбор. - М.: ФиС, 1983. - 176 с.
7. П. Волш. Победное регби. /Пер. с англ. Татуряна И.Э., - Оклэнд: Новэлит Брукс. - 1999. - 174 с.
8. Годик М.А. Контроль тренировочных и соревновательных нагрузок. - М.: ФиС, 1980. - 136 с.
9. Запорожанов В.А. Контроль в спортивной тренировке. - К.: Здоров'я, 1988.- 144 с.
10. Камаев О.И. Система годичной подготовки в американском футболе (NFL)

//Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наук. пр. - Харків: ХДАДМ, 2003.- №22.- С.134-138.

1. Келлер В.С., Платонов В.Н. Теоретико-методические основы подготовки спортсменов. - Львов: Украинская спортивная ассоциация, 1993. - 270с.
2. Круглогодичное планирование учебно-тренировочного процесса в командах высшей лиги по регби. //Под ред. Холодова Ж. К.: Метод. Реком. - М.: ФиС, 1978. - с. 142.
3. Кузнецов В.В. Совершенствование управления системой подготовки квалифицированных спортсменов. - М: ФиС, 1980. - 250 с.
4. Мартиросов Э.Г., Туманян Г.С. Телосложение и спорт. - М.: ФиС, 1976.

- 239 с.

1. Мартиросян А.А. Особенности технико-тактической подготовки квалифицированных регбистов //Слобожанський науково-спортивний вісник, 2003. №6. - С. 80-82.
2. Мартиросян А.А. Досвід розробки і практичного застосування методики комплексної оцінки фізичної підготовленості кваліфікованих регбістів

//Молода спортивна наука України: Зб. наук. пр. - Львів: НВФ "Українські технології", 2004. Вип.8, Т.1.- С. 262-265.

1. Мартиросян А.А., Подоляка О. Б. Методические основы подготовки команд по регби-7 в ВУЗах Украины //Проблемы и перспективы развития спортивных игр и единоборств в высших учебных заведениях: Сб. ст. - Харьков: ХГАДИ, 2005. - С. 114-115.
2. Мартиросян А.А. Пути оптимизации скоростно-силовой подготовки квалифицированных регбистов в подготовительном периоде //Педагогіка, психологія та медико-біологічні проблеми фізичного виховання і спорту: Зб. наук. пр. - Харків: ХДАДМ, 2005. №23.- С. 116-118.
3. Матвеев Л.П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов. - К.: Олімпійська література, 1999. - 320 с.
4. Новиков А.А., Шустин Б.Н. Тенденции исследования соревновательной деятельности в спорте высших достижений //Современный олимпийский спорт: Тезисы докладов межд. науч. конгресса. - К., 10-15 мая 1993 г. С. 167-170.
5. Основы подготовки регбистов /Холодов Ж.К., Варакин Б.А., Петренчук В.К.

- М.: ФиС, 1984. - 189 с., ил.

1. [Основы силовой подготовки регбистов](http://lib.sportedu.ru/2SimQuery.idc?Title=%3F%3F%3F%3F%3F%3F%20%3F%3F%3F%3F%3F%3F%3F%20%3F%3F%3F%3F%3F%3F%3F%3F%3F%3F%20%3F%3F%3F%3F%3F%3F%3F%3F%3F). Холодов [Ж.К.](http://lib.sportedu.ru/2SimQuery.idc?Author=%3F%3F%3F%3F%3F%3F%3F%20%3F) , Петренчук [В.К.](http://lib.sportedu.ru/2SimQuery.idc?Author=%3F%3F%3F%3F%3F%3F%3F%3F%3F%20%3F) , Хроменков [В.П](http://lib.sportedu.ru/2SimQuery.idc?Author=%3F%3F%3F%3F%3F%3F%3F%3F%3F%20%3F).: Метод. реком. Спорткомитет СССР. - М., 1981. - 67 с.
2. Петровский В.В. Организация спортивной тренировки. - К.: Здоров'я, 1978. - 96 с., ил.
3. Платонов В.Н. Теория и методика спортивной тренировки. - К.:Вища школа, 1984. - 336 с.
4. Платонов В.Н. Общая теория подготовки спортсменов в олимпийском спорте. - К.: Олімпійська література, 1997. - 583 с.
5. Пулэн Р. Регби: игра и тренировка /Пер. с франц. - М: ФиС, 1978. - 152 с., ил.
6. Регби. Техника. Тактика. Тренировочный процесс /А. Гарсиа, Ж. Фурукс. - Робер Лафон, Франция, 1984. - 168 с.
7. Ратерфорд Д. Регби: схватка /Пер. с англ.- М: ФиC, 1982. - 113 с.
8. Сахарова М.В. Основы подготовки в детско-юношеском регби. М.: СПОРТИА, 2005, - 320 с.
9. Хайхем Е.С., Хайхем В.Ж. Регби на высоких скоростях. - М.: ФиС, 1970.- 272 с.
10. Хилл Р. Р. Регби /Пер. с англ. : - Пособие для учителей, тренеров и игроков:

- Веллингтон, Новая Зеландия, 1977. - 165 с., ил.

1. Шустин Б. Н. Модельные характеристики соревновательной деятельности

//Современная система спортивной подготовки. - М.: СААМ, 1995. - с. 50-73.

1. Федерація регбі України -http://rugby.org.ua/ukr/
2. Електронний ресурс. – Режим доступу: **<https://ppt-online.org/320116>**
3. 39. Історія виникнення регбі - <http://ru.sport-wiki.org/vidy-sporta/regbi/>