

А. А. Клименко, Н. А. Чуркин

ОПТИМИЗАЦИЯ
ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
ГАНДБОЛЬНЫХ АРБИТРОВ

Учебное пособие

Краснодар
2017

УДК 796.065.22:796.322(075.8)

ББК 75.576

К49

Рецензенты:

В. И. Тхорев – декан факультета физической культуры Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма, д-р пед. наук, профессор.

С. А. Хазова – профессор кафедры общей и социальной педагогики Кубанского государственного университета, д-р пед. наук, профессор

Клименко А. А., Чуркин Н. А.

К49 Оптимизация двигательной деятельности и физической подготовки гандбольных арбитров : учеб. пособие / А. А. Клименко, Н. А. Чуркин. – Краснодар: Изд-во «Магарин О. Г.», 2017. – 96 с.

ISBN 978-5-91692-493-0

В учебном пособии отражены особенности и структура двигательной деятельности гандбольных арбитров при обслуживании игр и подготовки к ним: характер двигательной активности судей различной квалификации, структура и динамика двигательной активности в течение матча, частота и средства поддержания физической подготовленности. Проанализирована годовая динамика физической подготовленности гандбольных арбитров.

Предназначено для гандбольных арбитров, тренеров по гандболу и другим игровым видам спорта.

Рассмотрено и одобрено Краснодарской Региональной Общественной Организацией «Федерация гандбола», протокол № 95 от 13.07.2017.

Руководитель совета

В. Ф. Кияшко

ISBN 978-5-91692-493-0



УДК 796.065.22:796.322(075.8)

ББК 75.576

© Клименко А. А.,
Чуркин Н. А., 2017

ВВЕДЕНИЕ

В современном обществе спорт занимает особое место и делает нашу жизнь богаче и содержательнее. Он дает нам здоровье, радость общения, способствует физическому и духовному развитию, учит сопереживать, помогает снимать стрессовые состояния, укрепляет нервную систему, приносит не только отрицательные, но и положительные эмоции.

Спорт немыслим без соревнований, которые, по мнению специалистов (Ф. П. Суслов, Ж. К. Холодова, 1997), являются основой самого существования спорта. Многочисленные соревнования по спортивным играм имеют существенное значение в приобщении к регулярным занятиям физической культурой и спортом детей, подростков и молодых людей. В этой связи необходимы правильная организация и профессиональное качество судейства соревнований.

Действующими лицами в ходе соревнований, помимо спортсменов и зрителей выступают и арбитры. Значение профессионализма судей для успешного проведения соревнований самого различного ранга подчеркивалась (А. К. Кнышев, 1986; А. Я. Корх, 2000; В. Я. Игнатьева, 2001; А. П. Кочетков, 2002; С. И. Крамской, 2003; В. С. Якимович, П. Н. Кулалаев, 2006 и др.) неоднократно.

Соревнования по гандболу не являются одноразовым мероприятием, они проводятся постоянно и занимают большое место в спортивной жизни. Огромную роль в проведении соревнований играют спортивные судьи. Подчеркивая значимость спортивного судьи в соревновательной деятельности гандболистов, естественным и логичным было бы уделить особое внимание их подготовке, что могло бы в определенной степени гарантировать качество судейства.

Современный гандбол характеризуется высокой интенсивностью игровых действий, быстрыми переключениями по ходу игры, силовыми противоборствами по всему полю, широким разнообразием используемых игровых приемов в нападении и защите. Все это требует от судей, обслуживающих матчи, не только хорошего знания правил и особенностей игры, но и значительной физической подготовленности.

ГЛАВА 1. АНАЛИЗ И ОБОБЩЕНИЕ ДАННЫХ СПЕЦИАЛЬНОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1.1 Основные понятия физического воспитания и характеризующие их критерии

Современная система физического воспитания, как и другие сферы человеческой деятельности, имеет свой специфический понятийный аппарат, т.е. набор профессиональных терминов и понятий (И. С. Барчуков, 2003, Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов, 2007 и др.). Сам термин «понятие» трактуется специалистами (А. А. Власов, 2005) как основная форма человеческого мышления, устанавливающая однозначное толкование того или иного термина и выражающая при этом наиболее существенные стороны, свойства или признаки определяемого объекта. В число приоритетных понятий физического воспитания входят: физическое состояние, физическое здоровье, физическая подготовленность, физическое развитие, здоровый образ жизни и др. (М. П. Коновалова, 2001; Т. Г. Вялкина, 2002; А. П. Давиденко, 2005 и др.).

Термин физическая подготовка трактуется специалистами (А. А. Власов, 2005; В. И. Тхорев, Н. Ю. Анисимова, А. В. Проскура, 2010 и др.) в качестве педагогического процесса, направленного на укрепление здоровья и опорно-двигательного аппарата, повышение функциональных возможностей организма, улучшения двигательных способностей.

Под физической подготовленностью понимается (И. С. Барчуков, 2003; О. А. Богданов, 2006 и др.) уровень развития двигательных способностей, физических качеств и прикладных навыков.

Физическую подготовленность подразделяют (Н. Х. Хакунов, 1995; Н. В. Чирвина, 2002 и др.) на общую и специальную. Первая, по мнению специалистов, обеспечивает достаточный уровень развития физических качеств, непосредственно связанных с физическим здоровьем и физической работоспособностью. А вторая связывается с достижением результатов в специфических видах деятельности.

Объективная оценка общей физической подготовленности девушек предполагает, по мнению специалистов (А. В. Лотоненко, 1998; В. И. Осик, 2002; Г. И. Барышев с соавт., 2003; Е. В. Старкова, 2006 и др.), использование комплекса тестовых упражнений, характеризующих уровень развития основных двигательных качеств

(силы, быстроты, ловкости, гибкости, выносливости). В него, как правило, включают: бег на короткие и длинные дистанции; прыжок в длину с места; поднимание и опускание туловища из положения лежа, ноги закреплены, руки за головой; сгибание-разгибание рук в упоре на коленях; подтягивание в висе лежа.

Существует более 20 определений понятия физического здоровья (Э. М. Казин, Н. Г. Блинова, 2000; Г. А. Макарова, 2002; Ю. Д. Железняк, 2006 и др.). Н. Х. Хакуновым (1995) физическое здоровье рассматривается как определенный уровень функционального состояния (физического развития, физической подготовленности, состояния здоровья, функциональных возможностей систем организма).

По мнению Э. М. Казина и Н. Г. Блиновой (2000) физическое здоровье – это естественное состояние организма, обусловленное нормальным функционированием всех его органов и систем. Если хорошо работают все органы и системы, то и весь организм человека (система саморегулирующаяся) правильно функционирует и развивается.

Некоторые специалисты (Э. М. Казин, 2000; Г. А. Макарова, 2002 и др.) характеризуют физическое здоровье как первую и важнейшую потребность человека, определяющую способность его к труду и обеспечивающую гармоническое развитие личности.

П. В. Бундзен и Р. Д. Гибнер (1994) трактуют физическое здоровье как психофизиологическое состояние человека, характеризующееся отсутствием патологических изменений и функциональным резервам, достаточным для полноценной биосоциальной адаптации и сохранения физической и психической работоспособности в условиях естественной среды обитания.

Все определения отражают позицию конкретного автора к данной проблеме в контексте их научных интересов и имеют право на существование. В работе мы будем придерживаться определения Е. И. Рябцевой (2000), на наш взгляд, отражающего сущность понятия здоровья и соответствующего формату и специфике наших научных интересов: физическое здоровье – это состояние организма, при котором функции его органов и систем уравновешены с внешней средой.

Доказано (Э. М. Казин, 2000; Г. А. Макарова, 2002; Н. А. Зоткин, 2004), что здоровье человека только на 10–15 % зависит от деятельности учреждений здравоохранения, на 15–20 % – от генетических факторов, на 20–25% – от состояния окружающей среды и на 50–55% – от условий и образа жизни.

Для сохранения и укрепления здоровья человека необходима информация о количественном определении его жизнеспособности и об уровне адаптивности организма. Многочисленные исследования, посвященные именно этому аспекту здоровья, выявлению факторов его определяющих ведутся и в настоящее время (И. И. Пономаренко, 1990; Ю. А. Глебов, 2005 и др.).

На уровне целостного организма критерием физического здоровья выступает «энергетический потенциал организма», определяющий его резервные адаптационные возможности. Так, по мнению авторов (Г. Л. Апанасенко, Р. Г. Науменко, 1998; О. В. Ромашин, 2003; М. Ф. Сауткин, 2005 и др.) наиболее конструктивным представляются подходы к оценке функциональных возможностей, лежащих в основе здоровья и основанные на оригинальных автоматизированных системах оценки.

По мнению Ж. К. Холодова и В. С. Кузнецова (2007), критериями физического здоровья служат характеристики функциональных возможностей систем организма. При этом оцениванию рекомендуется подвергать функциональное состояние дыхательной и сердечно-сосудистой систем. В первом случае определяются величина максимальной вентиляции легких; используются функциональные пробы системы внешнего дыхания; проба форсированной ЖЕЛ; проба с задержкой дыхания; проба Розенталя. Во втором – измерение ЧСС и АД в покое; пробы с изменением положения тела; пробы с физической нагрузкой.

Важнейшими критериями оценки физического здоровья студентов специалисты (Л. Д. Назаренко, 2003; Н. Д. Граевская, 2004; М. И. Бордуков, 2007) считают комплекс физиологических, медицинских, гигиенических, психологических: ЧСС, АД, проба Руфье, антропометрию, динамометрию, ЖЕЛ и других показателей.

Экспресс-оценка уровня физического здоровья Г. Л. Апанасенко и Л. А. Поповой (2007) предполагает исследование весо-ро-

стовых показателей, ЖЕЛ, динамометрии, показателей ССС и дыхательной системы (ЧСС, АД, проба Руфье). Эти же показатели рекомендуют и другие специалисты (Ю. Д. Железняк, 2006).

По мнению В. И. Вернадского (1962), основным критерием физического здоровья следует считать величину МПК, которая является важным показателем аэробных возможностей организма. Главным фактором, лимитирующим величину МПК, является кислородтранспортная функция крови, а также сократительная функция сердца. При массовом обследовании лиц величиной МПК и уровень физического состояния можно определить при помощи 12-минутного теста Купера в естественных условиях. Для выполнения этого теста необходимо бежать с максимально возможной скоростью в течение 12 минут, при этом оценивается пробегаемая за это время дистанция. С помощью этого теста можно определить уровень МПК, так как между скоростью бега и потреблением кислорода существует прямая корреляционная зависимость (Е. Г. Мильнер, 1991).

Система оценки уровня физического здоровья студентов, разработанная Г. И. Барышевым и О. В. Гаркушей (1996), включает ряд показателей: длину тела, окружность грудной клетки, массу тела, динамометрию кисти, пробу Руфье, показатель основного обмена. На основе этих данных определялись текущие функциональные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем, и выстраивалась модель физического здоровья.

Под физическим развитием понимается (Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов, 2007) процесс становления, формирования и последующего изменения на протяжении жизни индивидуума морфофункциональных свойств его организма и основанных на них физических качеств и способностей. По мнению этих специалистов, уровень физического развития характеризуется изменениями трех групп показателей: антропометрических, физического здоровья и физической подготовленности. В число приоритетных антропометрических показателей они включают:

- длину и массу тела;
- окружность грудной клетки (пауза вдох–выдох), талии и бедер;
- длину конечностей;
- величину жирового отложения;
- форму позвоночника, грудной клетки, ног и стоп;

- степень развития мускулатуры;
- биологический возраст;
- уровень полового созревания и др.

В число приоритетных параметров физического развития специалисты (Г. Д. Алексанянц с соавт., 2000; Н. Д. Граевская, 2004; Е. Н. Максимова, 2006; Н. В. Белкина, 2006 и др.) включают длину и массу тела, окружность грудной клетки, показатели динамометрии и становой силы.

Физическое состояние определяется (Г. Л. Апанасенко, Р. Г. Науменко, 1998; В. А. Жуков, 2001; В. А. Романенко, В. В. Лысенко, 2005) совокупностью взаимосвязанных признаков: физической работоспособностью, функциональным состоянием органов и систем, полом, возрастом, антропометрическим профилем и физической подготовленностью.

Т. В. Рудева (1993) оценивает физическое состояние студентов с помощью комплексной системы КОНТРЭКС-2, которая состоит из 11 показателей – 5 медицинских (возраст, масса тела, длина тела, АД, проба Руфье) и 6 моторных (гибкость, быстрота, динамическая сила, скоростная, скоростно-силовая и общая выносливость). Результаты выполнения тестов сравниваются с нормой, суммируются в баллах и оцениваются по разработанной автором шкале.

Оценка уровня физического состояния В. И. Беловым (1992) базируется на расчете среднего балла следующих показателей: ЧСС в состоянии покоя, АД в состоянии покоя, частного от деления ЖЕЛ на массу тела, времени бега на 2000 м или времени восстановления ЧСС после 20 приседаний, количества подтягиваний на перекладине (женщины – поднимание туловища из положения лежа на спине), стажа регулярных занятий физическими упражнениями, наличия простудных и хронических заболеваний.

Для решения вопроса о ведущих факторах, определяющих структуру физического состояния, отбора информативных критериев его оценки, в ряде исследований (В. Г. Семенов, О. С. Морозов, 1995; И. В. Соколова, 2000 и др.) использовались многофакторный, корреляционный и регрессионный анализы. При этом, анализу подверглись показатели, характеризующие разные стороны физического состояния: физическое здоровье, физическая подготовленность, физическое развитие и функциональные возможности сердечно-сосудистой и дыхательной систем (тест Купера, физическая

работоспособность, масса тела, длина тела, АД, ЧСС, ЖЕЛ, кистевая динамометрия, ЧСС покоя и время восстановления пульса после нагрузки в виде приседаний). В результате было установлено наличие значительного числа достоверных взаимосвязей между исследуемыми показателями. Наибольшее количество взаимосвязей выявлено (И. В. Соколова, 2000; М. Ф. Сауткин, 2005) между показателями физического развития и физической подготовленностью (9), физической подготовленностью и уровнем физического здоровья (8). Полученные результаты позволили авторам (В. Н. Кирой, В. Б. Войнов, 1998; Е. Н. Максимова, 2006 и др.) выделить в качестве приоритетного фактора физического состояния физическую подготовленность, функциональные возможности кардио-респираторной системы и возраст. Основными критериями первой, прежде всего, служат мышечная и аэробная выносливость.

Категория «здоровый образ жизни» формируется (М. Я. Виленский, 1996) в определенных социальных условиях под влиянием внешних (социальная среда, материальные, природные, бытовые условия, уровень культуры) и внутренних факторов (потребностно-мотивационная сфера, ценностные ориентации, самооценка, индивидуальные свойства и особенности человека). В основе его формирования лежат следующие положения:

1. Носителем здорового образа жизни является человек как существо деятельное в биологическом и социальном отношении.

2. Человек выступает как единое целое в сочетании биологических и социальных характеристик.

3. Здоровый образ жизни способствует полноценному выполнению социальных функций.

4. Здоровый образ жизни включает в себя возможность предупреждения заболеваний.

Специалистами (И. В. Соколова, 2000) подчеркивается, что формирование здорового образа жизни является сложным системным процессом, охватывающим множество компонентов образа жизни современного общества и включающим основные сферы и направления жизнедеятельности людей.

В качестве уровней сформированности и практического применения здорового образа жизни М. Я. Виленский (1996) называет:

1. Наличие системы знаний и практических умений о здоровье и здоровом образе жизни.

2. Степень проявления здорового образа жизни в основных видах жизнедеятельности;

3. Регулярность деятельности.

Другие специалисты (И. В. Соколова, 2000; Н. Я. Прокопьев, 2002 и др.) критериями здорового образа жизни считают: систематические занятия физическими упражнениями, режим питания, режим отдыха, сон, режим гигиенических процедур, вредные привычки, факторы внешней среды.

Здоровый образ жизни связан с личностно-мотивационной реализацией индивидами своих социальных, психологических, физических возможностей и способностей. Одно из центральных направлений формирования здорового образа жизни – это воспитание сознательного и активного отношения к своему здоровью. Здоровый образ жизни формируется только в неразрывном единстве с системой воспитания в целом, во взаимосвязи со структурой ценностной личности, в полном соответствии с ее реальными возможностями. Только правильная организация, идейно-одухотворенная деятельность с социально значимыми мотивами оказывает эффективное влияние на формирование здорового образа жизни (И. В. Соколова, 2000; Т. Г. Вялкина, 2003).

Поэтому понятно огромное значение формирования здорового образа жизни в создании оптимальных условий функционирования индивида и общества (И. С. Барчуков, 2003), одним из важнейших социальных факторов которого выступает физическая культура и массовый спорт.

В настоящее время особое значение приобретает формирование здорового образа жизни у молодежи нетрадиционными средствами оздоровительной физической культуры. От того, насколько успешно удастся сформулировать и закрепить в сознании навыки здорового образа жизни в молодом возрасте, зависит и последующий образ жизни людей, препятствующий или способствующий развитию потенциала личности (В. Ю. Давыдов, 2004).

В целом, приходится констатировать, что понятия: «физическое здоровье», «физическое развитие», «физическая подготовленность», «физическое состояние» несут близкую, но отнюдь не идентичную смысловую нагрузку. При этом у специалистов отсутствует

единое мнение не только относительно формулировок самих понятий, но и в отношении их взаимообусловленности и приоритетных критериев оценки.

Наиболее полным, отражающим суть и объединяющим понятия «физическое здоровье», «физическая подготовленность» и «физическое развитие», на наш взгляд, является понятие «физическое состояние».

Контрольные вопросы

1. Что такое физическая подготовка?
2. Чем отличается физическая подготовка от физической подготовленности?
3. На какие два вида подразделяют физическую подготовленность?
4. Что включает в себя физическое здоровье? Назовите критерии физического здоровья.
5. Как сохранить и укрепить здоровье человека?
6. Что понимается под «физическим развитием»?
7. При каких социальных условиях формируется «здоровый образ жизни»?

1.2 Значение спортивных соревнований

Спортивные соревнования в современной системе спорте являются тем центральным элементом, который определяет всю систему организации, методики и подготовки спортсменов для результативной соревновательной деятельности (В. Н. Платонов, 1997; Л. П. Матвеев, 2000; В. М. Никонов, 2003; В. Я. Игнатьева, В. И. Тхорев, И. В. Петрачева, 2005; Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов, 2007; R. Peter, 2009 и др.). Само понятие «спортивные соревнования» трактуется специалистами (А. К. Кнышев, 1986; А. А. Власов, 2005 и др.) в качестве объективного способа демонстрации достигнутого уровня спортивного мастерства, оценки и сравнения его у отдельных спортсменов и команд. Система соревнований, прежде всего, обеспечивает стандартность измерения подготовленности участников. Без соревнований невозможно существование самого спорта. В спортивных соревнованиях происходит максимальная реализация возможностей спортсменов и команд, сопоставления уровня их подготовленности, достижения наивысших результатов, побед, установление рекордов.

Система спортивных соревнований является главным системообразующим и интегрирующим фактором, наиболее существенно влияющим на все остальные элементы спорта. В основополагающих трудах ведущих теоретиков спорта (В. Н. Платонов, 1997; Л. П. Матвеев, 2000; Ф. П. Суслов, Ж. К. Холодов, 1997 и др.) соревнованиям отводится роль цели, средства, метода и модели подготовки, как мощного рычага управления видом спорта.

Специально организованные спортивные соревнования направлены на максимальную реализацию духовных и физических возможностей человека, группы людей, команды, демонстрацию и сопоставление уровня подготовленности, достижение высших результатов или победы в регламентированных специальными правилами условиях соперничества. Спортивные соревнования, являясь сущностью спорта, определяют цели и направленность развития и воспитания спортсмена для результативной деятельности.

Специалисты спорта Л. П. Матвеев (2000), В. Н. Платонов (1997), А. А. Красников (2005, 2006) и другие отмечают, что соревнования характеризуются наличием конкуренции между их участ-

никами. При этом соперничество возникает не только между спортсменами и тренерами. В конкурентные отношения вступают национальные олимпийские комитеты и национальные федерации, организаторы системы подготовки спортсменов и руководители команд, научные работники, врачи, специалисты служб обеспечения, фирмы-поставщики спортивного инвентаря и оборудования, спортивной формы, тренажеров, диагностических приборов и других товаров для спорта, болельщики. Таким образом, конкурентные отношения являются основным типом отношений в процессе спортивных соревнований.

Однако кроме соперничества как формы противоречий, обусловленных противоположностью целевых установок участников соревнований, создаются условия для объединения спортсменов и специалистов общими интересами – повышением авторитета вида спорта, его зрелищности и популярности, обменом опытом подготовки соревновательной деятельности, достижениями в области спортивной науки, разработки инвентаря и оборудования и т. д.

Соревнования направлены на максимальную реализацию духовных и физических возможностей человека, демонстрацию и сопоставление уровня подготовленности, достижения высших результатов или победы в регламентированных специальными правилами условиях соперничества. Данная специфическая деятельность человека отличается высокой конкретностью и определённостью, разнообразием видов, участием всех без исключения психических функций человека, наличием обострённых ситуаций.

Спортивные соревнования служат своеобразной моделью человеческих отношений, реально существующих в обществе: борьбы, победы, поражения, взаимовыручки, направленности к постоянному совершенствованию и достижению высшего результата в деятельности, удовлетворения творческих и престижных целей. Соревнования в спорте опираются в своей основе на нравственные правила общества, поэтому социальная среда, общественный строй зачастую оказывают определяющее влияние на характер соревновательных ориентаций и установок спортсмена (Ф. П. Суслов, Ж. К. Холодов, 1997; Л. И. Лубышева, 2001 и др.).

Спортивные соревнования как явление социальной жизни подчиняются основным принципам, действующим в любой человеческой

деятельности (труде, учебе, искусстве и др.): гласность, сравнимость результатов и возможность практического повторения опыта.

Вся система спорта как социального и педагогического явления реализуется под знаком состязательности. Это проявляется в соперничестве сильнейших спортивных стран мира, ведущих спортивных организаций за приоритет в эффективности средств и методов подготовки спортсменов, материально-технического обеспечения, организации и управления, отбора для занятий спортом, подготовки тренерских кадров, научно-методического и медицинского обеспечения.

Соревнования в современном спорте являются не только способом выявления победителя, но и важнейшим средством подготовки спортсменов, совершенствования спортивного мастерства, контроля уровня подготовленности (Н. П. Клусов, А. А. Цуркан, 1977; В. И. Тхорев, 1989; Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов, 2007; В. Я. Игнатьева, 2008 и др.). Это объясняется тем особым эмоциональным и физиологическим фоном, который усиливает воздействие физических упражнений и может способствовать максимальному проявлению функциональных возможностей организма (Л. П. Матвеев, 2000).

Содействуя развитию физической подготовленности, совершенствованию психических и двигательных функций, росту спортивного мастерства, нравственному развитию, соревнования содействуют всестороннему и гармоничному воспитанию личности спортсмена. Стимулируя активность занятий спортом, направленность к высшим достижениям, соревнования являются способом воздействия общества на формирование мировоззрения его членов.

Выбор того или иного способа проведения соревнований зависит от вида спорта и сложившихся в нем традиций.

Соревнования по спортивным играм имеют огромное значение для совершенствования спортивного мастерства участников, воспитание двигательных морально-волевых качеств, пропаганды данного вида спорта. Соревнования – это своеобразный итог тренировочной, воспитательной и организационной работы тренера и всего коллектива. Без участия в соревнованиях немыслима плодотворная учебно-тренировочная работа. Однако следует иметь в виду, что влияние их сильно сказывается на всех сторонах личности участников, особенно в детском возрасте. Поэтому соревнования необходимо планировать с учетом возраста и подготовленности и всегда

тщательно продумывать их организацию и проведение (Н. П. Клузов, 1986; А. К. Кнышев, 1986 и др.).

Хорошо организованные соревнования, проведённые в торжественной, праздничной обстановке, положительно влияют на воспитание участников. В нашей стране соревнования по спортивным играм проводятся в массовом масштабе, начиная с производственных коллективов физической культуры, учебных заведений, школ и кончая соревнованиями всероссийского значения.

Выделяются (А. К. Кнышев, 1986; Л. П. Матвеев, 2000; А. А. Красников, 2005, 2006; Р. Х. Аминов, 2005; R. Peter, 2009 и др.) подготовительные, контрольные, подводящие (модельные), отборочные и главные соревнования. Они регламентированы специальными правилами, специфичными для каждого вида спорта. Правила соревнований определяют: организацию соревнований по данному виду спорта; виды соревнований и способы их проведения; состав судейской коллегии и ее обязанности; правила судейства; правила поведения и действий участников и др.

В зависимости от поставленных задач соревнования делятся на первенство или чемпионаты – наиболее ответственные соревнования, на которых присваивается почетное звание чемпиона района, города, республики или России. Они проводятся один раз в год (Л. А. Латышкевич, Ф. Л. Лебедь, А. А. Основа, В. Г. Ткачук, 1989).

Соревнования на кубок – проводятся по принципу «проигравший выбывает». В связи с этим, вступление в состязание наиболее сильных команд должно быть предусмотрено заранее на более поздних этапах (В. Я. Игнатьева, 2008).

Сокращённые соревнования (блицтурниры) – проводятся в течение одного дня с участием большого количества команд. В гандболе два по пятнадцать минут.

Уравнительные соревнования – обычно проводятся внутри коллектива между командами различной подготовленности. Для сохранения спортивного интереса команда, имеющая высшую квалификацию, дает определенное количество очков более слабой.

Отборочные соревнования – проводятся с целью выявления наиболее подготовленных команд для участия их в более крупных соревнованиях.

Товарищеские встречи – проводятся по договоренности отдельными командами с целью проверки подготовленности к предстоящим соревнованиям и совершенствования по всем разделам спортивной тренировки.

В олимпийском спорте применяются различные способы (системы) проведения соревнований. Выбор способа зависит от вида спорта и традиций проведения соревнований в этом виде; целей соревнований; количества участников и места проведения; возможностей судейской коллегии, времени, выделенного на проведение соревнований и т. д.

В практике проведения соревнований применяются круговая система, система с выбыванием и смешанная (А. К. Кнышев, 1986; Н. П. Клусов, 1986; В. И. Тхорев, 1989 и др.). При выборе системы розыгрыша учитываются задачи, стоящие перед соревнованием, возможные сроки проведения, уровень спортивной подготовленности участников, территориальные условия, наличие спортивных баз и материальные затраты.

В соревнованиях по круговой системе все участники встречаются друг с другом, как правило, два раза: на своем поле и на поле противника. Победителем соревнования считается команда, набравшая большее количество очков.

К положительным сторонам данной системы относят:

- высокая объективность определения действительного соотношения сил;
- возможность определения мест всех участников.

Недостатки круговой системы: 1) сравнительно малый охват участников; 2) длительное время проведения розыгрыша, в связи с чем, увеличиваются материальные расходы.

Система с выбыванием заключается в том, что команда или участник, проигравший встречу, выбывают из дальнейшего участия в соревнованиях. В результате к концу соревнования остаются две команды, которые после встречи между собой в финале занимают первое и второе места.

Положительные стороны этой системы – возможность провести соревнование в короткие сроки при большом количестве участников. Недостатки – определяются только первые четыре места; возможны случаи выхода в финал не самых сильных команд и малое количество встреч для большинства участников.

Смешанная система предполагает проведение части игр по системе с выбыванием и по круговой системе. Чаще всего начинают играть по системе с выбыванием, а заканчивают круговой системой розыгрыша. Но бывает и обратный вариант.

Спортивные соревнования проводятся различными организациями. В каждом отдельном случае соревнования будут отличаться одно от другого масштабом, составом и целевой установкой. Однако все это не исключает единства в методах и принципах их организации (А. К. Кнышев, 1986; П. К. Клусов, 1986; Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов, 2007 и др.).

Вне зависимости от масштаба соревнований положение о них является обязательным. Положение о соревнованиях представляет собой документ, в котором предусматриваются все основные вопросы, связанные с организацией и проведением соревнований.

Положение о соревнованиях составляется заблаговременно и доводится до сведения участвующих организаций, с тем, чтобы они могли тщательно подготовиться к соревнованиям. Чем крупнее масштаб соревнований, тем раньше составляется положение.

Положение о соревнованиях включает (А. К. Кнышев, 1986; В. И. Тхорев, 1989 и др.) следующие разделы:

- цель и задачи соревнований;
- место и сроки проведения;
- руководство проведением соревнований;
- участники соревнований;
- система розыгрыша и порядок определения победителей;
- сроки представления предварительных и окончательных заявок, время и место проведения жеребьевки;
- награждение победителей.

В современной соревновательной практике В. Н. Платонов (1997) выделил три методических подхода. Первый из них связан со стремлением спортсменов стартовать как можно чаще, добиваясь высоких спортивных результатов в каждом из соревнований. Второй подход предполагает малоинтенсивную соревновательную практику, при этом все внимание спортсменов концентрируется на подготовке к главным соревнованиям сезона. При третьем подходе соревновательная деятельность должна быть обширной, но строго дифференцированной: подготовительные и контроль-

ные соревнования могут использоваться лишь как средство подготовки. Задача достижения высоких результатов в них не ставится – вся система подготовки концентрируется на необходимости достижения высоких результатов в отборочных и, особенно, в главных соревнованиях.

Достоинством первого подхода является то, что его применение позволяет спортсменам широко использовать соревнования как средство и метод подготовки и контроля эффективности тренировочного процесса. Спортсмены адаптируются к условиям соревнований и оказываются способными показать достаточно стабильные результаты, длительно удерживать состояние высокого уровня готовности к соревнованию.

Однако, как показывают специальные исследования (Ф. П. Сулов, 1998), постоянное стремление к достижению высоких спортивных результатов в различных соревнованиях, хотя и стабилизирует результат, связано с излишними нервно-психическими и физическими нагрузками, ухудшением технической подготовленности и, как правило, приводит к снижению спортивных результатов в главных соревнованиях.

Второй подход также имеет свои недостатки, особенно при подготовке спортсменов высшей квалификации. Во-первых, ограниченная соревновательная практика лишает спортсмена одного из важнейших факторов, обеспечивающих дальнейшее развитие приспособительных реакций организма. Во-вторых, недостаточный соревновательный опыт часто не позволяет полноценно реализовать в главных соревнованиях технико-тактический и функциональный потенциал. Это связано с тем, что при такой подготовке соревнования таят много неожиданного, а встреча с любым непредсказуемым фактором вызывает в организме человека, прежде всего, реакцию тревоги, которая эмоционально окрашивает предстоящую деятельность. Непредвиденность развития состязательной ситуации, неподготовленность организма к ее решению, вызывая стрессовую реакцию, может привести к отрицательным результатам соревнований.

Третий подход, по свидетельству В. Н. Платонова (1997), является наиболее плодотворным, так как позволяет использовать преимущества и одновременно сгладить недостатки первых двух. При

этом следует помнить, что для реализации в условиях главных соревнований технико-тактического мастерства, физических и психических возможностей в подготовительных, контрольных и подводных соревнованиях необходимо обеспечивать активность спортсмена, что способствует интегративному проявлению различных сторон подготовленности в соответствии с требованиями оптимальной соревновательной деятельности.

При планировании соревнований в течение года нужно учитывать единство тренировочной и соревновательной деятельности спортсменов в системе подготовки (В. Я. Игнатьева, В. И. Тхорев, И. В. Петрачева, 2005). В частности, соревновательные нагрузки должны гармонично сочетаться с динамикой тренировочных нагрузок и составлять с ними единое целое. Соревнования каждого этапа тренировочного цикла должны согласовываться с задачами подготовки спортсменов на конкретном этапе соответствующего периода. Цели участия спортсменов в соревнованиях на различных этапах подготовки должны соответствовать уровню его подготовленности способности решать поставленные задачи. Все соревнования годичного цикла необходимо подчинить задаче достижения пика функциональных, технико-тактических и психологических возможностей спортсмена к моменту главных соревнований года.

Календарь соревнований обычно представляет собой перечень соревнований, проведение которых планируется спортивной организацией. В связи с функционированием в сфере спорта организаций различного уровня – от спортивных секций, клубов и обществ до федераций, ассоциаций и комитетов – ежегодно разрабатывается большое количество календарей соревнований, различающихся по видам спорта и контингенту спортсменов (А. К. Кнышев, 1986; Р. Х. Аминов, 2005 и др.).

Подробную характеристику календарей соревнований представил А. А. Красников (2005, 2006), выделив 3 основных их типа, которым отдается предпочтение той или иной группой видов спорта:

– соревнования организуются почти круглогодично – в течение 9–10 месяцев. Старты следуют с небольшими интервалами, микроцикл может включать от 1 до 4 соревновательных дней. Этот тип календаря характерен для многих спортивных игр, велоспорта и некоторых других видов спорта, в частности для регби;

– соревнования организуются в течение всего года, но старты сконцентрированы сериями на протяжении нескольких дней. Между сериями следуют достаточно продолжительные интервалы, во время которых осуществляется планомерная подготовка к очередной серии соревнований. Этот тип календаря характерен для таких видов спорта, как волейбол, бокс, гимнастика, фигурное катание;

– соревнования организуются преимущественно в пределах определенных сезонов года. Другие периоды посвящены совершенствованию уровня подготовленности спортсменов, соревнования редки и, как правило, имеют контрольно-подготовительный характер. Этот тип календаря соревнований характерен для легкой атлетики, плавания, гребли, лыжного и конькобежного спорта, для так называемых «сезонных» видов спорта.

Контрольные вопросы

1. Какова роль спортивных соревнований в современной системе спорта?
2. Чем характеризуются спортивные соревнования?
3. На что направлены спортивные соревнования? Каким принципам они подчиняются?
4. Как правильно организовать соревнования?
5. Какие типы соревнований Вам известны? Кратко охарактеризуйте каждый из них.
6. Что входит в «Положение о соревнованиях»?

1.3 Роль и задачи арбитров на спортивных соревнованиях

Одним из решающих факторов в успехе любого спортивного соревнования является хорошее судейство. Роль арбитров чрезвычайно ответственна, т.к. они не только руководят игрой, но и воспитывают спортсменов (А. К. Кнышев, 1989; В. И. Тхорев, 1989; В. Н. Зуев, 2004; В. А. Цапенко, В. А. Петров, Д. Г. Сердюк, 2005; В. С. Якимович, П. Н. Кулалаев, 2006 и др.).

Судьи обязаны сделать все от них зависящее, для того чтобы соревнования были зрелищными и проходили в истинно спортивном духе, как бы ни были важны их результаты. При этом одна из главных задач арбитров – сохранить здоровье игроков в ходе матча. В таком спортивном мероприятии правила игры дают полную гарантию справедливости самого соревнования. Спортсмены, тренеры, официальные лица, естественно, ждут от судей единой трактовки правил игры.

Профессиональные обязанности гандбольных арбитров разнообразны и ответственны. Они выносят решения во всех случаях, связанных с игрой, пресекают попытки проявления грубости, наказывают нарушителей дисциплины и порядка, воздействуют на поведение игроков, тренеров и зрителей. Судьи должны быть абсолютно беспристрастны ко всем командам.

В обязанности судей входит, не только проведение соревнования в пределах установленных правилами рамок, но и забота о культуре поведения спортсменов, представителей команд и зрителей. Спортивный судья не только фиксирует то или иное нарушение правил, а также окончательный результат соревнования, но и выполняет функции воспитателя, организатора и представителя органа руководства и контроля.

Обязательными требованиями к судье являются безукоризненная честность и объективность, принципиальность в борьбе с нарушителями установленных правил поведения.

Выполнять такие сложные и ответственные задачи можно, только отлично зная правила и сущность самой игры. Для этого арбитры должны все время повышать свои знания, изучая теорию и практику игры. Судьи должны обладать (К. А. Кнышев, 1986; В. Я. Игнатьева, 2008 и др.) особыми качествами, которые приобре-

таются в результате хорошей теоретической и физической подготовки, регулярного проведения практического судейства. Только при этих условиях судья может чувствовать себя уверенным на площадке, способным быстро и правильно разобраться в создавшейся игровой ситуации.

Знания теоретических аспектов – еще не главное, важно на практике применять существующие правила. Вместе с тем только постоянная тренировка позволяет судьям различных категорий проводить соревнования на высоком профессиональном уровне. Серьезные ошибки даже у опытных судей случаются при отсутствии постоянной практической работы, поэтому теоретические знания необходимо постоянно «шлифовать» на практике.

Высококвалифицированное судейство подразумевает (Н. П. Клусов, 1986; В. А. Цапенко, В. А. Петров, Д. Г. Сердюк, 2005 и др.) тщательную и всестороннюю подготовку к предстоящему матчу. Причем, чем ответственнее игра, тем острее может быть борьба на спортивной площадке и тем тщательнее к ней следует готовиться. Судьи должны заранее предусматривать свою линию поведения во всевозможных ситуациях, включая конфликтные.

Арбитры должны быть готовы к матчу психологически (А. К. Кнышев, 1986). Им необходимо заранее знать турнирное положение встречающихся команд и значение матча для каждой из них. Чем выше это значение, тем выше должна быть психологическая готовность судей.

Важнейшим качеством судей является объективность и честность (А. Спирин, А. Будогосский, 2003; В. Н. Зуев, 2004 и др.). Большое значение имеет также умение судей контактировать с игроками и тренерами. При вынесении любых решений судьи всегда должны быть доброжелательными. Они не имеют право на эмоции.

Одним из важных вопросов, имеющих воспитательное и психологическое воздействие, имеет внешний вид судьи (А. К. Кнышев, 1986; Н. П. Клусов, 1986 и др.). Форма арбитра должна быть всегда в идеальном состоянии: чистой, выглаженной. Да и повседневная одежда арбитров, прическа, манера держаться в коллективе обязаны подчеркивать, что это ответственные люди, готовые грамотно и четко решать серьезный вопрос: стоять за чистоту спорта и его раз-

витие, за рост мастерства игроков и популяризацию спорта, а значит, привлечение к занятиям спортивными играми еще большего количества детей и молодежи.

Одна из главных задач судей в поле – предупреждение грубой игры и беспощадная борьба с ее проявлениями. Игра в гандбол основана на высокой технике и ловкости владения мячом, выполнении различных бросков, применении разнообразных финтов, и судьи обязаны следить за тем, чтобы соперничество носило спортивный характер, а не превращалось в откровенно грубую борьбу на площадке.

Судья должен пресекать всякие к себе апелляции и потребовать точного и неукоснительного выполнения всех своих требований. Однако, при этом нельзя встречать в штыки каждое обращение к себе игроков, особенно капитанов команд. Арбитр должен стремиться, чтобы все игроки его хорошо понимали и были согласны с принимаемыми решениями.

Жесты и сигналы арбитров должны быть четкими и ясными (В. И. Тхорев, 1989; В. Я. Игнатьева, 2008 и др.). Рекомендуется (А. К. Кнышев, 1986; В. А. Цапенко с соавт., 2005 и др.) свисток держать в руке. Это исключает возможность подачи случайного или несвоевременного свистка. Держа свисток в руке, арбитр имеет дополнительное время для оценки игровой ситуации и принятия правильного решения.

Судьи должны проводить встречу энергично, заинтересовано, всем своим видом и действиями демонстрируя активное участие в игре. Их движения и жесты должны быть быстрыми и точными. Судья должен не только фиксировать события, происходящие на площадке, но и быть равноправным участником спортивного соперничества между командами. В острых ситуациях он должен решительно подбегать к месту нарушения правил, чтобы оказаться в гуще борьбы для принятия более точного решения. Одновременно имея возможность сразу же предотвратить могущие возникнуть более сложные последствия произошедшего инцидента.

Все движения судей, манера держаться должны быть естественными и не бросаться в глаза. Главные действующие лица на площадке это игроки. Зрители пришли посмотреть на них и проявляемое ими мастерство. Поэтому арбитрам не следует выводить себя на первый план и быть более заметным, чем это необходимо.

Современная динамика гандбольного матча, значительное количество технико-тактических действий игроков, постоянно изменяющаяся ситуация, активное перемещение участвующих лиц (включая арбитров) нередко приводят к не простым моментам, решения по которым принять весьма сложно. Однако судейские ошибки существуют так же долго, как и сама игра. Судят соревнования люди, а человеку, даже очень опытному, свойственно ошибаться (А. К. Кнышев, 1986; В. Н. Зуев, 2004; В. С. Якимович, П. Н. Кулалаев, 2006 и др.).

Серьезная ошибка арбитра во время матча резко, причем сразу, снижает его авторитет, доверие к нему, эффективность управления игрой и тут же накаляет атмосферу соперничества. Однако признание судейских ошибок как неизбежности игры не решает самой проблемы возникновения ошибок, которая, несмотря на положительное изменение ситуации в современном гандболе, по-прежнему остается в силе.

В имеющихся публикациях о природе судейских ошибок (А. К. Кнышев, 1986; А. Спирин, А. Будогосский, 2003; Е. Турбин, 2004; В. А. Цапенко, В. А. Петров, Д. Г. Сердюк, 2005 и др.) в числе основных причин отмечаются три:

- профессиональная некомпетентность, как следствие недостаточного уровня подготовленности;
- халатность или неготовность к деятельности из-за текущего функционального состояния;
- неправильный выбор месторасположения в игровых моментах.

Несмотря на серьезные и многочисленные попытки федераций игровых видов спорта конкретизировать правила, разработать и внедрить методики судейства, менеджмент и другие мероприятия, число совершаемых арбитрами ошибок на всех уровнях существенно не меняется.

В целом, пожелания опытных арбитров к своим молодым коллегам сводятся к следующим рекомендациям:

- всегда четко и ясно подавать сигналы;
- обязательно наказывать игроков, продолжающих игру после свистка;
- не прощать нарушений правил после взятия ворот;
- не принимать решений под давлением зрителей, тренеров или игроков.

Контрольные вопросы

1. Что является одним из решающих факторов в успехе любого спортивного соревнования?
2. В чем заключается главная роль арбитров?
3. Что входит в обязанности судей? Какими качествами должны обладать судьи?
4. Что входит в понятие «Высококвалифицированное судейство»?
5. Как должен выглядеть судья?
6. Какие ошибки судей наиболее распространены?

1.4 Характер профессиональной деятельности арбитров в поле

Стремительное развитие современного спорта, и в частности спортивных игр, налагает серьезную ответственность на спортивных судей, прежде всего в плане воспитания игроков, тренеров, официальных лиц и зрителей. При этом следует помнить, что спортивные судьи – сначала воспитатели, а уж потом арбитры конкретного поединка. Они обязаны прививать игрокам чувство уважения: к своим товарищам по команде, соперникам, организаторам, судьям и зрителям. Как подчеркивают специалисты (А. К. Кнышев, 1986; Н. П. Клусов, 1986; В. Н. Зуев, 2004; В. С. Якимович, П. Н. Кулалаев, 2006 и др.), судьи – это воспитатели, которые своими действиями на поле призваны четко, квалифицированно и объективно оценивать поступки и игровые действия спортсменов.

Работа спортивных судей – хлопотливая и ответственная. Судейский авторитет не приобретается в приказном порядке, а завоевывается объективностью, добросовестностью и хорошей трудоспособностью самих судей. Судьи – первые помощники игроков на пути достижения высот в спорте – помощники верные и справедливые. Улучшая качество судейства, судьи не только работают над повышением своего авторитета, но и содействуют основному делу – росту мастерства игроков, поднятию у широких масс интереса к спорту и его популяризации.

В зависимости от характера спортивных игр судейство может быть по своей форме неподвижным подвижным (Г. И. Погадаев, 2000).

К неподвижному относится судейство в теннисе и волейболе: во время этих игр судья находится на специальной вышке, а его помощники размещаются по сторонам или на углах.

При подвижном судействе игр (в футболе, хоккее, гандболе и баскетболе) судья находится среди играющих, на поле или площадке, и непрерывно перемещается вместе с мячом.

Все судьи, независимо от принятой формы судейства, должны в совершенстве знать правила данного вида спортивной игры, иметь отличное зрение, хорошую подвижность и способность быстро ориентироваться.

Спортивный судья должен быть не только грамотным в спорте человеком, но и высококультурным и идейно вооруженным физкультурным работником.

Следует помнить, что судьи всегда должны быть готовы физически выдерживать нагрузки любого, даже самого напряженного

матча. Физическая готовность арбитра, его спортивный вид, подтянутость воспитывают как игроков, так и зрителей.

Таким образом, судейство – это продолжение воспитательного процесса, направленного, прежде всего, на повышение мастерства игроков. Профессиональные действия спортивных арбитров, их чутье и гибкость в управлении игрой и кропотливая воспитательная работа способствуют большей зрелищности, красоте, популяризации спортивных игр и привлечению молодежи к занятиям спортом.

Физическая подготовленность является важнейшей предпосылкой успешного судейства. Анализируя деятельность арбитров специалисты (А. К. Кнышев, 1986; В. И. Цапенко с соавт., 2005 и др.) отмечают, что она достаточно разнообразна и требует определенного уровня развития быстроты, силы, гибкости, ловкости, а также требует затрат достаточно большого количества энергии при преодолении нагрузок скоростного, скоростно-силового, сложно-координационного и аэробно-анаэробного характера. Физическая подготовка спортивных судей по своему содержанию методики организации занятий отличается от организации учебно-тренировочных занятий при подготовке спортсменов в спортивных секциях. Судьи, как правило, это бывшие спортсмены, имеющие высокий уровень физической подготовленности. Однако этот уровень необходимо постоянно поддерживать за счет регулярных занятий физическими упражнениями, возможно, в спортивных секциях вместе со спортсменами или индивидуально по индивидуальному графику самого судьи.

Двигательная активность гандболистов в течение игры рассматривалась специалистами неоднократно (В. Я. Игнатьева, Ю. М. Портнов, 1996; В. И. Тхорев, 2000; В. И. Тхорев, В. М. Шиян, С. А. Сидорчук, 2008 и др.). При этом было установлено преодолеваемое спортсменами расстояние, количество выполняемых игровых приемов, пульсовые режимы деятельности и многие другие, важные для информационного обеспечения их подготовки показатели. При этом, в отношении арбитров, также непосредственно участвующих в игровом процессе подобные исследования до настоящего времени не проводились. Можно лишь предположить, что двигательная активность полевых арбитров мало уступает полевым игрокам, участвующим в матче. Следовательно, задачи общей физической подготовки спортсменов, сформулированные специалистами (Л. А. Латышкевич, Л. Р. Маневич, 1981; В. Я. Игнатьева,

Ю. М. Портнов, 1996; В. Я. Игнатьева, 2008 и др.) и включающие:

- укрепление здоровья и содействие физическому развитию;
- развитие основных двигательных качеств;
- совершенствование жизненно необходимых двигательных навыков и умений;
- укрепление основных систем организма, несущих основную нагрузку при выполнении профессиональной деятельности непосредственно в игре;
- могут быть отнесены к подготовке полевых арбитров.

Из всего многообразия средств общей физической подготовки преимущественно используются: гимнастика, акробатика, легкая атлетика, упражнения с отягощениями, спортивные и подвижные игры.

Сохранение высокого уровня физической подготовленности судей обеспечивается за счет большого объема и высокой интенсивности тренировки. Поэтому квалифицированные судьи на всех этапах затрачивают на упражнения по общей физической подготовке значительное время.

На сайте Союза гандболистов России (www.russhandball.ru) представлены требования к теоретической и физической подготовленности полевых арбитров для обслуживания официальных матчей чемпионата России. Согласно расположенной там информации судьи, претендующие на всероссийскую категорию должны иметь такой уровень физической подготовленности, который позволял бы им преодолевать за двенадцать с половиной минут расстояние более 3200 м – мужчинам и более 2700 м – женщинам (таблица 1.1).

Для получения звания юный судья необходимо мужчинам преодолеть за 12,5 мин дистанцию более 2350 м; а женщинам – более 1950 м.

Таблица 1.1 – Нормативы по общей физической подготовленности полевых судей в гандболе (м)

Судейские категории	Значение норматива	
	мужчины	женщины
Юный судья	2350	1950
Третья	2550	2080
Вторая	2700	2250
Первая	3000	2500
Всероссийская	3200	2700

В целом, проведенный анализ информационных материалов специальной литературы позволяет с должным основанием констатировать:

– значительную роль судей в развитии видов спорта, в должной организации и проведении спортивных соревнований на высоком качественном уровне;

– многообразии обязанностей, возлагаемых на полевых арбитров в ходе проведения спортивных соревнований;

– высокие требования, предъявляемые уровнем развития современного спорта к теоретической и физической подготовленности судей;

– отсутствие информации об особенностях двигательной деятельности полевых арбитров при выполнении служебных обязанностей по обслуживанию гандбольных матчей.

Контрольные вопросы

1. Кто такие спортивные судьи?
2. Как завоевать судейский авторитет?
3. На какие два типа делится судейство?
4. Является ли физическая подготовленность арбитра важным фактором предстоящего судейства? Если да, то почему?
5. Назовите общие задачи физической подготовки спортсменов.
6. За счет чего сохраняется высокий уровень физической подготовленности судей?

ГЛАВА 2. ОСОБЕННОСТИ И СТРУКТУРА ДВИГАТЕЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ ГАНДБОЛЬНЫХ АРБИТРОВ ПРИ ОБСЛУЖИВАНИИ ИГР И ПОДГОТОВКЕ К НИМ

2.1 Характеристика двигательной активности полевых судей различной квалификации в классическом гандболе

В результате проведенных исследований установлено, что полевые судьи в классическом гандболе в течение матча отечественного чемпионата выполняют до $225,7 \pm 10,6$ перемещений (таблица 2.1), в то время, как их более квалифицированные коллеги, обслуживающие игры Европейских кубковых турниров, осуществляют до $253,9 \pm 12,5$ перемещений, что на 12,5 % больше. Однако данное различие не носит статистически значимого характера и относится к категории тенденции.

Расстояние, преодолеваемое отечественными арбитрами при обслуживании официальных матчей немногим более трех километров ($3088,8 \pm 44,9$ м). Следует отметить, что эта дистанция значительно уступает не только расстоянию, покрываемому полевыми игроками в течение игры и составляющее 6000–8000 м (В. Я. Игнатьева, И. В. Петрачева, В. И. Тхорев, 2005; В. Я. Игнатьева, 2008 и др.), но и является достоверно ($P < 0,001$) меньше, той, которую преодолевают их более квалифицированные коллеги.

На двигательную активность отечественные полевые судьи затрачивают 1238,3 с, что составляет немногим более трети (34,4 %) официальной продолжительности гандбольного матча. Зарегистрированные числовые значения времени и преодолеваемого рефери расстояния, на наш взгляд, ниже требований современного гандбола, одной из характерных особенностей которого является интенсификация игровой деятельности (В. Я. Игнатьева, В. С. Максимов, И. В. Петрачева, 2003; Гамаун Анис, 2009 и др.). Видимо, уровень физической подготовленности российских гандбольных арбитров, обслуживающих матчи в поле, не позволяет им проявлять высокую двигательную активность, успевая за развитием событий (таблица 2.1). Это может служить причиной ошибок, допускаемых ими (А. К. Кнышев, 1986; Е. Турбин, 2004; В. А. Цапенко, В. А. Петров, Д. Г. Сердюк, С. В. Цапенко, 2005; В. С. Якимович, П. Н. Кулалаев, 2006 и др.).

Таблица 2.1 – Характеристика двигательной активности полевых судей различной квалификации

Параметры	Ранг судей		Характер и величина различий, %	Время, t	P
	отечественных	международных			
Число перемещений	225,7±10,6	253,9±12,5	+12,5	1,72	–
Преодолеваемое расстояние, м	3088,8±44,9	3366,9±45,1	+9,0	4,37	0,001
Расстояние, преодолеваемое за одно перемещение, м	13,7±1,03	13,3±1,12	–2,9	0,26	–
Время перемещения, с	1238,3±42,3	1456,5±55,4	+17,6	3,13	0,01
Средняя скорость перемещения, м/с	2,49±0,18	2,31±0,20	–7,2	0,67	–
Процент пассивности	65,6±3,11	59,5±2,10	–9,3	1,63	–

Арбитры международных категорий статистически значимо ($P < 0,01$) превосходят своих российских партнеров по времени двигательной активности в ходе игры. Так, при выполнении своих функциональных обязанностей зарубежные полевые судьи выполняют перемещения в течение более 24 мин ($1456,5 \pm 55,4$ с) по ходу матча. При этом, скорость перемещения у арбитров международных и российских категорий практически одинакова и составляет у международных $2,31 \pm 0,20$ м/с, а у отечественных судей – $2,49 \pm 0,18$ м/с.

Следует особо отметить тот факт, что в ходе выполнения своих профессиональных обязанностей рефери международных категорий несколько меньше ($P > 0,05$) времени проводят в пассивном состоя-

нии, т. е. при отсутствии перемещений, чем их менее квалифицированные коллеги, обслуживающие матчи отечественного чемпионата. Так, доля пассивности у последних составляет $65,3 \pm 3,11$ %; в то время, как зарубежные арбитры позволяют себе не более $59,5 \pm 2,10$ % игрового времени находиться на одном месте.

В среднем, за одно перемещение отечественные и зарубежные полевые судьи преодолевают расстояние немногим более 13 м, а именно $13,7 \pm 1,03$ и $13,3 \pm 1,12$ м соответственно.

Таким образом, из 6 анализируемых параметров двигательной активности полевых арбитров в 2 (33,3 %) судьи международных категорий статистически значимо ($P < 0,01-0,001$) превосходят своих менее квалифицированных коллег, обслуживающих матчи отечественного чемпионата.

Совокупность полученной информации позволяет с определенным основанием считать, что в качестве принципиальных отличий в особенности выполнения своих функциональных обязанностей гандбольными арбитрами различной квалификации следует принять основные параметры их двигательной активности, а именно: время двигательной активности и преодолеваемое при этом расстояние. Данные факты позволяют предположить, что одной из причин низкого качества судейства отечественных арбитров, что отмечалось неоднократно (www.russhandball.ru; www.eurohandball.com), служит их более низкая, по сравнению с зарубежными судьями, физическая подготовленность.

Контрольные вопросы

1. Какое расстояние преодолевают отечественные арбитры при обслуживании официальных матчей?
2. Каков уровень двигательной активности российских арбитров?
3. Что может служить причиной ошибок, допускаемых арбитрами?
4. В чем разница между российскими и зарубежными арбитрами?
5. Сколько времени в движении проводят российские и международные арбитры?
6. Что служит одной из причин низкого качества судейства?

2.2 Структура двигательной активности гандбольных арбитров

Анализ структуры двигательной активности полевых судей в классическом гандболе свидетельствует, что наиболее часто преодолеваемыми дистанциями, как у отечественных, так и у зарубежных арбитров, являются расстояния более 15 м (таблица 2.2). При этом если в структуре двигательной активности отечественных судей они составляют 47,4 %; то в структуре их более квалифицированных зарубежных коллег 35,5 %.

Таблица 2.2 – Структура двигательной активности полевых судей различной квалификации

Преодолеваемые расстояния	Ранг судей		Характер и величина различий, %	Время, t	P
	отечественных	международных			
До 5 м	40,6±1,38	40,8±1,17	+0,5	0,11	–
6–10 м	37,5±1,32	56,9±1,41	+51,7	10,05	0,001
11–15 м	40,7±1,93	76,1±2,21	+87,0	12,08	0,001
Более 15 м	106,9±2,90	90,1±2,57	–25,1	4,34	0,001

Следует особо отметить, что именно в частоте преодоления дистанций данного диапазона российские арбитры статистически значимо ($P < 0,001$) превосходят партнеров из-за рубежа. Им в течение матча приходится выполнять таких перемещений до $106,9 \pm 2,90$ раз, в то время, как судьи международных категорий ограничиваются $90,1 \pm 2,57$ такими перемещениями. Видимо, последние заблаговременно прогнозируют развитие игровых ситуаций и занимают позиции на площадке, позволяющие им выполнять более короткие перемещения.

Наименее часто (16,6% или $37,5 \pm 1,32$ раз в течение матча) отечественные арбитры применяют передвижение на расстояния диапазона 6–10 м, в то время, как их более квалифицированных коллег таким регистром служат расстояния до 5 м, частота преодоления которых у них составляет 16,1 % ($40,8 \pm 1,17$ раза за игру).

По количеству преодоления дистанций в регистрах 6–10 и 11–15 м арбитры международных категорий достоверно ($P < 0,001$) превосходят своих российских коллег. В структуре двигательной активности первых такие диапазоны составляют соответственно 22,4 и 30,0 %; в то время как их доля при выполнении профессиональных обязанностей отечественными судьями соответствует 16,6 и 18,0 %. В количественном выражении это выглядит следующим образом: $56,9 \pm 1,41$ раз за матч против $37,5 \pm 1,32$ и $76,1 \pm 2,21$ раз против $40,7 \pm 1,93$.

Таким образом, материалы, полученные по ходу исследования, позволяют констатировать наличие значительных различий в структуре двигательной активности гандбольных арбитров различной квалификации. Эти различия зафиксированы в трех из четырех рассматриваемых диапазонах, а именно в регистрах 6–10; 11–15 и более 15 м. В целом совокупность полученных данных позволяет констатировать, что двигательная активность полевых судей в классическом гандболе характеризуется преимущественным преодолением дистанций длиной более 10 м. Более короткие отрезки преодолеваются судьями намного реже, а их доля составляет немногим более 20 %. Данный факт позволяет рекомендовать при подготовке арбитров к выполнению своих судейских обязанностей использовать преимущественно дистанции, превышающие 10 м.

Контрольные вопросы

1. Какие дистанции являются наиболее часто преодолеваемыми среди отечественных и зарубежных арбитров?
2. Превосходят ли российские арбитры зарубежных в частоте преодоления дистанций?
3. Чем характеризуется двигательная активность полевых судей в классическом гандболе?
4. Существуют ли различия в двигательной активности у арбитров разной квалификации?
5. В каких диапазонах зафиксированы различия в структуре двигательной активности арбитров?
6. Какие дистанции рекомендуются при подготовке арбитров к выполнению своих судейских обязанностей?

2.3 Динамика двигательной активности гандбольных арбитров в течение матча

Полученными в ходе исследования данными установлено, что двигательная активность полевых судей в классическом гандболе в определенной мере обусловлена таймом игры (таблица 2.3). На первый тайм приходится 116,8 выполненных перемещений или 51,8 %. Во втором тайме число перемещений сокращается до 108,8 и составляет 48,2 %. В целом, количество выполненных арбитрами перемещений во втором тайме снижается на 6,8 % по отношению к первому.

Время, затрачиваемое полевыми судьями на перемещения, в первом тайме соответствует 658,1 с, а во втором – 580,2 с. В процентном соотношении это составляет соответственно 53,1 и 46,8 %. Таким образом, время двигательной активности полевых судей во втором тайме снижается по сравнению с первым на 11,8 %.

Наиболее существенные различия в структуре двигательной активности (33,3 %) зафиксированы в диапазоне дистанций до 5 м. Необходимо отметить, что рост количества перемещений во втором тайме зарегистрирован лишь на дистанциях более 15 м. Во всех остальных случаях выявлено уменьшение числа перемещений. Так, количество преодоления дистанций от 6 до 10 м в течение второго тайма по сравнению с первым сократилось на 17,9 %; с 11,7 до 9,6. Число перемещений на расстояние от 11 до 15 м уменьшилось с 34,7 до 28,3 или на 18,4%.

Таблица 2.3 – Динамика двигательной активности гандбольных арбитров в течение игры

Дистанции, м	1-й тайм		2-й тайм		Характер и величина различия, %
	кол-во	%	кол-во	%	
До 5	14,4	12,3	9,6	8,8	-33,3
6–10	11,7	10,0	9,6	8,8	-17,9
11–15	34,7	29,7	28,3	26,0	-18,4
Более 15	56,0	47,9	61,3	56,3	+9,5
Всего	116,8	51,8	108,8	48,2	-6,8
Преодолеваемое расстояние, м	1614,8	52,2	1474,0	47,8	-8,7
Затрачиваемое время, с	658,1	53,1	580,2	46,8	-11,8%

Структура двигательной активности полевых судей во втором тайме существенных изменений не претерпела. В обоих таймах приоритетными служили дистанции более 15 м. Однако если в первом тайме они составили 47,9 % всех перемещений, то во втором уже 61,3 %. Это увеличение произошло за счет уменьшения доли более коротких дистанций, в частности до 5 м с 14,4 до 9,6 (на 33,3 %), диапазона 6–10 м – с 11,7 до 9,6 (на 17,9 %) и 11–15 м с 34,7 до 28,3 (на 18,4 %).

Таким образом, полученные в ходе исследования результаты позволяют констатировать наличие динамики двигательной активности полевых судей при обслуживании официальных матчей классического гандбола. В целом, она носит отрицательный характер, демонстрируя снижение двигательной активности судей во втором тайме. Данный факт, наряду с обусловленностью снижением играющими командами темпа ведения соревновательной борьбы, может свидетельствовать о недостаточном уровне физической подготовленности гандбольных рефери и необходимости повышения качества их специальной подготовки.

Контрольные вопросы

1. Какова двигательная активность полевых судей в классическом гандболе?
2. Какое время затрачивают полевые судьи на перемещения?
3. В каком диапазоне дистанций зафиксированы существенные различия в структуре двигательной активности?
4. Изменяется ли структура двигательной активности полевых судей во втором тайме?
5. Какова динамика двигательной активности полевых судей?
6. Что может свидетельствовать о недостаточном уровне физической подготовленности гандбольных рефери?

2.4 Частота и средства поддержания физической подготовленности гандбольными полевыми судьями

Согласно результатам проведенных исследований $93,9 \pm 2,43$ % российских полевых судей в гандболе оценивают свое физическое состояние как отличное. И лишь $6,1 \pm 2,43$ % считают его заслуживающим оценки «хорошо». Все опрошенные нами рефери регулярно самостоятельно поддерживают имеющийся уровень физической подготовленности и единогласно считают, что он оказывает позитивное влияние на качество выполнения ими своих профессиональных обязанностей в ходе обслуживания гандбольных матчей.

подавляющая часть гандбольных арбитров ($91,8 \pm 2,77$ %) для поддержания своей спортивной формы занимаются двигательной активностью 3–4 раза в неделю. Оставшаяся часть ($8,2 \pm 2,77$ %) для этой цели используют 5–6 занятий в течение недели. Продолжительность самостоятельных занятий поддержания физических кондиций колеблется от 20 мин до более 2 ч (таблица 2.4).

Продолжительность занятий двигательной активностью у большинства арбитров ($44,9 \pm 5,02$ %) составляет 1–2 ч. Значительное число полевых судей ($34,7 \pm 4,81$ %) ограничиваются занятиями длительностью от 40 до 60 мин. Еще меньшее их число ($11,2 \pm 3,18$ %) каждый раз затрачивает на активные занятия поддержания своего уровня физической подготовленности более 2 ч. Наименьшее же число опрошенных ($9,2 \pm 2,92$ %) ограничиваются продолжительностью в 20–30 мин.

Таблица 2.4 – Продолжительность активных занятий поддержания физической подготовленности гандбольными арбитрами

Продолжительность занятий	Частота использования	
	количество	%
20–30 мин	9	$9,2 \pm 2,92$
40–60 мин	34	$34,7 \pm 4,81$
1–2 ч	44	$44,9 \pm 5,02$
Более 2 ч	11	$11,2 \pm 3,18$

В результате проведенного анкетирования установлено, что круг средств физической подготовки, используемых гандбольными полевыми судьями, весьма ограничен (таблица 2.5). Следует особо отметить, что в это число не входит утренняя гимнастика, на использование которой не указал ни один из опрошенных нами арбитр.

Самым же популярным у современных отечественных гандбольных арбитров средством поддержания своих физических кондиций являются занятия в тренажерном зале. На использование данного вида двигательной активности в процессе своей подготовки указало 35 или $35,7 \pm 4,84$ % опрошенных нами. В тройку самых популярных средств двигательной активности вошли также спортивные игры и фитнес, которые набрали соответственно $27,6 \pm 4,52$ % и $22,4 \pm 4,21$ % голосов.

Таблица 2.5 – Популярность средств поддержания физических кондиций у отечественных гандбольных арбитров

Средства поддержания физических кондиций	Набранные голоса	
	кол-во	%
Утренняя гимнастика	0	0
Оздоровительная ходьба	6	$6,1 \pm 2,42$
Кроссовый бег	14	$14,3 \pm 3,54$
Спортивные игры	27	$27,6 \pm 4,52$
Занятия на тренажерах	35	$35,7 \pm 4,84$
Фитнесс	22	$22,4 \pm 4,21$
Оздоровительное плавание	12	$12,2 \pm 3,31$
Другие	7	$7,1 \pm 2,59$

Среди видов двигательной активности, используемых полевыми судьями для поддержания должного уровня физической подготовленности, вошли также:

- кроссовый бег, набравший $14,3 \pm 3,54$ % голосов;
- оздоровительное плавание, получившее поддержку $12,2 \pm 3,31$ % арбитров;
- оздоровительная ходьба, отмеченная $6,1 \pm 2,42$ % опрошенных.

По одному-два голоса набрали такие средства двигательной активности, как лыжи, бильярд, йога, коньки и велоспорт.

Контрольные вопросы

1. Как на данный момент оценивается физическое состояние российских полевых судей?

2. Чем занимаются гандбольные арбитры для поддержания своей спортивной формы?

3. Какова продолжительность физических занятий гандбольных арбитров?

4. Назовите виды поддержания физической активности среди гандбольных арбитров?

5. Какое средство поддержания физической кондиции является наиболее популярным среди гандбольных арбитров?

ГЛАВА 3. СОДЕРЖАНИЕ И ЭФФЕКТИВНОСТЬ ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ ГАНДБОЛЬНЫХ АРБИТРОВ

3.1 Содержание экспериментальной программы физической подготовки полевых судей

Полученная в ходе проведенных исследований информация и собственный опыт судейской деятельности по обслуживанию матчей гандбольных команд позволили определить частоту и примерное содержание занятий (приложение Б), направленных на оптимизацию двигательной подготовки гандбольных судей в ходе поддержания ими своих физических кондиций. В числе их характерных особенностей следует, прежде всего, отметить:

- 3–4 разовые занятия двигательной активностью в течение недели продолжительностью 1–1,5 ч каждое;
- комплексное содержание занятий, включающее стрейчинг, упражнения атлетической гимнастики, беговые упражнения и спортивные игры (мини-футбол и баскетбол) в различном соотношении;
- используемый комплекс беговых упражнений включал повторное преодоление различных по длине дистанций в различной последовательности.

В процессе экспериментальной части исследования занятия двигательной активности чередовались в различной последовательности в зависимости от численного состава группы арбитров, погодных условий и загруженности используемых площадей. Помимо прочего все члены экспериментальной группы регулярно (раз в полгода) проходили медицинское освидетельствование на предмет допуска к выполнению профессиональных обязанностей гандбольного арбитра.

Контрольные вопросы

1. Какова частота и примерное содержание занятий, направленных на оптимизацию двигательной подготовки гандбольных судей?
2. Как протекали занятия двигательной активности в течение экспериментальной части исследования?
3. Проходили ли члены экспериментальной группы медицинское освидетельствование? Если да, то как часто?

3.2 Динамика физической подготовленности гандбольных арбитров экспериментальной группы.

Практическая эффективность реализованного подхода оптимизации физической подготовки гандбольных арбитров определялась посредством рассмотрения годовой динамики результатов выполнения ими специальных контрольных двигательных заданий, предусмотренных Положением о Чемпионате России. Педагогическое тестирование по программе, включающей четыре двигательных задания, проводилось в рамках сдачи арбитрами контрольных нормативов по допуску к обслуживанию матчей Чемпионата России в июне 2010 г. и июне 2011 г. Продемонстрированные арбитрами экспериментальной группы результаты представлены в таблице 3.1.

Сопоставление зарегистрированных результатов свидетельствует о наличии положительной тенденции в уровне физической подготовленности арбитров, принявших участие в экспериментальной части исследования. Во всех проведенных тестах зафиксировано улучшение демонстрируемых результатов на уровне тенденции ($P > 0,05$). Наибольшая величина прироста (+7,3 % и +6,1 %) зафиксирована в беге на 10 м и челночном беге ИУ. Наименьшая (+2,1 % и +2,2 %) – в беге на 40 м и «Т» – тесте.

Таблица 3.1 – Динамика физической подготовленности гандбольных арбитров экспериментальной группы.

Содержание контрольного двигательного задания	Результаты тестирования		Характер и величина различий, %	Время, t	P
	Июнь 2010 г.	Июнь 2011 г.			
12-минутный бег, м	2824,2 ± 66,5	2988,6 ± 71,2	+5,8	1,69	–
Бег 10 м, с	1,64 ± 0,12	1,52 ± 0,10	+7,3	0,75	–
Бег 40 м, с	5,22 ± 0,08	5,11 ± 0,10	+2,1	0,85	–
Челночный бег ИУ, с	6,6 ± 0,28	6,2 ± 0,31	+6,1	0,95	–
«Т» – тест, с	9,3 ± 0,18	9,1 ± 0,22	+2,2	0,71	–

Следует особо отметить, что и перед началом эксперимента демонстрируемый уровень физической подготовленности полевых судей в должной мере отвечал предъявляемым требованиям, и все они были допущены к обслуживанию официальных матчей Чемпионата России по гандболу сезона 2010–2011 гг. С учетом паспортного возраста чле-

нов экспериментальной группы (24–28 лет), даже статистически недостоверное улучшение результатов, на наш взгляд, следует считать успехом.

Необходимо подчеркнуть, что все арбитры экспериментальной группы и при повторном тестировании преодолели контрольные рубежи, предусмотренные для допуска к обслуживанию матчей Чемпионата России сезона 2011–2012 гг. и были допущены к выполнению профессиональных обязанностей в предстоящем спортивном сезоне. Среднее превышение действующих нормативов составило 110,5 % (таблица 3.2).

Таблица 3.2 – Степень соответствия продемонстрированных арбитрами экспериментальной группы результатов нормативным требованиям Союза гандболистов России

Содержание контрольного двигательного задания	Степень соответствия должному нормативу, %
12-ти минутный бег, м	106,7
Бег 10 м, с	125,0
Бег 40 м, с	103,7
Челночный бег ИУ, с	112,9
«Т» – тест, с	104,4

Таким образом, полученные в ходе проведенных исследований результаты подтвердили правомерность и эффективность реализованного подхода по организации и содержанию практических занятий, направленных на поддержание и улучшение физических кондиций гандбольными арбитрами.

Контрольные вопросы

1. Каким образом определялась практическая эффективность реализованного подхода оптимизации физической подготовки гандбольных арбитров?
2. О чем свидетельствует сопоставление зарегистрированных результатов?
3. Какова динамика физической подготовленности гандбольных арбитров экспериментальной группы?
4. Преодолели ли арбитры экспериментальной группы все контрольные рубежи при повторном тестировании?
5. Какова степень соответствия продемонстрированных арбитрами экспериментальной группы результатов нормативным требованиям Союза гандболистов России?

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

При обслуживании матчей Чемпионата России по гандболу с участием команд высокой квалификации каждый из полевых арбитров преодолевает расстояние равное $3088,8 \pm 44,9$ м. Время, затрачиваемое судьями на двигательную активность, соответствует $1238,3 \pm 42,3$ с, что составляет 34,4 % общей продолжительности гандбольного матча. В течение выполнения своих профессиональных обязанностей по обслуживанию игры между гандбольными командами полевые арбитры выполняют $225,7 \pm 10,6$ перемещений, со средней скоростью $2,49 \pm 0,18$ м/с. Средняя длина дистанции, преодолеваемой каждым арбитром за одно перемещение, составляет $13,7 \pm 1,03$ м.

Гандбольные арбитры международных категорий, обслуживающие матчи Европейских кубковых турниров между клубными командами, превосходят своих менее квалифицированных коллег в двигательной активности при выполнении своих профессиональных обязанностей. Это находит отражение в статистически значимых ($P < 0,001$) различиях преодолеваемого расстояния и продолжительности демонстрируемой двигательной активности ($P < 0,01$).

Структура двигательной активности гандбольных арбитров, включающая перемещения на дистанции до 5 м; 6–10 м; 11–15 м и более 15 м, в значительной мере ($P < 0,001$) обусловлена квалификацией судей. Приоритетными расстояниями, преодолеваемыми судьями при выполнении профессиональных обязанностей в течение матча, являются отрезки длиной:

– более 15 м, на их долю приходится 47,4 % перемещений у отечественных арбитров и 35,5 % – у зарубежных;

– 11–15 м, доля которых в структуре двигательной активности российских полевых судей составляет 18,0 %; а у арбитров, обслуживающих международные соревнования достигает 30,0 % выполняемых перемещений.

Двигательная активность гандбольных арбитров, обслуживающих матчи Чемпионата России среди клубных команд, во вторых таймах снижается. Преодолеваемое ими расстояние по сравнению с первым таймом игры сокращается на 8,7 %; а затрачиваемое на перемещения время уменьшается на 11,8 %. Незначительно ($P > 0,05$) изменяется и структура двигательной активности полевых арбитров

за счет уменьшения доли более коротких дистанций (до 5 м, 6–10 и 11–15 м). Приоритетным же расстоянием, преодолеваемыми за одно перемещения, остаются дистанции более 15 м. На их долю приходится 47,9 % перемещений в первой тайме и 56,3 % – во втором.

В настоящее время физическая подготовка гандбольных арбитров к обслуживанию матчей является их персональным делом. Для улучшения и поддержания своих физических кондиций большинство ($91,8 \pm 2,77$ %) полевых судей занимаются двигательной активностью 3–4 раза в неделю, при продолжительности одного занятия от 40 мин до 2 ч. Приоритетными средствами физической подготовки у отечественных судей служат:

- занятия на тренажерах ($35,7 \pm 4,84$ %);
- спортивные игры ($27,6 \pm 4,52$ %);
- фитнес ($22,4 \pm 4,21$ %).

Особенностями разработанного подхода оптимизации физической подготовки послужили 3-4 разовые занятия комплексного содержания в неделю, средней продолжительностью 1–15 ч каждое, а также сформированные планы их проведения с использованием специальных беговых упражнений. Практическая реализация экспериментальной программы способствовала общей тенденции ($P > 0,05$) роста физической подготовленности гандбольных арбитров и позволила полевым судьям экспериментальной группы превысить действующие нормативы, лежащие в основе допуска к обслуживанию матчей чемпионата России по гандболу, в среднем на 10,5 %.

ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ

1. Программа аттестации гандбольных арбитров в обязательном порядке должна включать контроль уровня их физической подготовленности. В качестве двигательных тестовых заданий следует использовать упражнения, характеризующие общую и специальную выносливость судей. Целесообразно пересмотреть используемую Союзом гандболистов России в настоящее время нормативную базу контроля физической подготовленности гандбольных арбитров, ужесточив требования в соответствии с тенденциями современного развития игры.

2. Важнейшим компонентом подготовки гандбольных арбитров должно стать повышение их физических кондиций. Физическая подготовка должна строиться на особенностях двигательной активности полевых судей при выполнении своих профессиональных обязанностей при обслуживании матчей и с учетом современной тенденции интенсификации игровой деятельности гандболистов.

3. Приоритетными дистанциями, преодолеваемыми арбитрами в процессе физической подготовки должны стать расстояния более 10 м. Число выполненных перемещений в течение одного тренировочного занятия должно быть более 250. Целесообразно чередование отрезков различной длины. Дистанции более 20 м следует использовать во второй половине занятий. Общий объем двигательной нагрузки, выполняемой гандбольными арбитрами в течение одного занятия, должен быть не менее 3500 м.

4. С целью повышения эффективности физической подготовки гандбольных арбитров к выполнению своих профессиональных обязанностей целесообразно комплектование специальных групп, численностью 8–10 человек, занимающихся под руководством одного из наиболее авторитетных полевых судей. Формирование судейских группы следует осуществлять по региональному и возрастному принципу.

5. Специальные занятия для повышения и поддержания физических кондиций продолжительностью 1–1,5 ч необходимо проводить не реже 3–4 раз в неделю. Их содержание должно носить комплексный характер и, помимо беговых упражнений, включать стрейчинг, спортивные игры, силовые упражнения на тренажерах и фитнес.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Спортивная морфология : учеб.-метод. пособие / Г. Д. Алексанянц, В. В. Абушкевич, Л. Р. Алексеева, Д. Б. Тлехас, А. М. Филенко. – Краснодар : КубГАФК, 2000. – 79 с.
2. Апанасенко Г. Л. Физическое здоровье и максимальная аэробная способность индивида / Г. Л. Апанасенко, Р. Г. Науменко // Теория и практика физической культуры. – 1998. – № 4. – С. 29.
3. Апанасенко Г. Л. Медицинская валеология / Г. Л. Апанасенко, Л. А. Попова. – Ростов н/Д : Феникс, 2000. – 248 с.
4. Барчуков И. С. Физическая культура / И. С. Барчуков. – М. : Юнити, 2003. – 255 с.
5. Барышев Г. И. Управление физическим состоянием. Опыт компьютерного тестирования / Г. И. Барышев, О. В. Гаркуша // Тезисы докладов 4-й междуниверситетской науч.-метод. конф. – Краснодар, 1996. – 186 с.
6. Направленность и пути формирования мотивов физкультурно-оздоровительной деятельности / Г. И. Барышев, О. В. Гаркуша, Е. Ю. Барсукова, Н. В. Шевхужева // Мониторинг физического развития : материалы науч.-практ. конф. – Нальчик, 2003. – 42 с.
7. Белкина Н. В. Здоровье формирующая технология физического воспитания студенток вуза / Н. В. Белкина // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 2. – С. 25–30.
8. Богданов О. А. Сравнительный анализ физического развития и физической подготовленности студенток, поступивших в РГПУ им. А. И. Герцена / О. А. Богданов // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 9. – С. 55–56.
9. Бордуков М. И. Рыбаков А.С. Студенты о своем физическом и психическом здоровье // Теория и практика физической культуры. – 2007. – № 7. – С.20.
10. Вайнер Э. Н. Валеология : учебник / Э. Н. Вайнер. – М., 2002. – 416 с.
11. Вернадский В. И. Избранные произведения. Т. 5 / В. И. Вернадский. – М. : Изд-во АН СССР, 1962. – 422 с.
12. Виленский М. Я. Социально-психологические детерминанты формирования здорового образа жизни / М. Я. Виленский // Теория и практика физической культуры. – 1996. – № 9. – С. 9–11.

13. Власов А. А. Физическая культура и спорт : краткий терминологический словарь / сост. А. А. Власов. – М. : Советский спорт, 2005. – 64 с.

14. Врублевский Е. П. Выпускная квалификационная работа: подготовка, оформление, защита / Е. П. Врублевский, О. Е. Лихачева, Л. Г. Врублевская. – М. : Физкультура и спорт, 2006. – 228 с.

15. Вялкина Т. Г. Физическое воспитание студенток вузов на основе дифференцированного применения комплексов ритмической гимнастики в сочетании с оздоровительными технологиями : автореф. дис. ... канд. педагог. наук / Т. Г. Вялкина. – Волгоград, 2002. – 25 с.

16. Гамаун Анис. Зависимость рейтинга мужских гандбольных команд высокой квалификации от стремительного нападения / Анис Гамаун // Теория и практика физической культуры. – 2009. – № 5. – С. 41.

17. Граевская Н. Д. Спортивная медицина: курс лекций и практические занятия / Н. Д. Граевская. – М. : Советский спорт, 2004. – 237 с.

18. Измерения и вычисления в спортивно-педагогической практике / В. П. Губа, М. П. Шестаков, Н. Б. Бубнов, М. П. Борисенков. – М. : Физкультура и спорт, 2006. – 220 с.

19. Давиденко А. П. Организация и содержание профессионально-прикладной физической подготовки студентов технических вузов : автореф. дис. ... канд. педагог. наук / А. П. Давиденко. – Краснодар, 2005. – 25 с.

20. Железняк Ю. Д. Основы научно-методической деятельности в физической культуре и спорте / Ю. Д. Железняк, П. К. Петров. – М. : Академия, 2001. – 264 с.

21. Железняк Ю. Д. Физическая активность и здоровье студентов вузов не физкультурного профиля / Ю. Д. Железняк // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 12. – С. 46–48.

22. Жуков А. С. Методика применения средств оздоровительной аэробики в физическом воспитании / А. С. Жуков // Теория и практика физической культуры. – 2001. – № 3. – С. 10.

23. Зотов В. П. Моделирование подготовки гандболистов высокой квалификации / В. П. Зотов, А. И. Кондратьев. – Киев : Здоровье, 1982. – 128 с.

24. Зоткин Н. А. Оздоровительные технологии во внеурочной деятельности студентов и школьников : материалы II регион. науч.-практ. конф. – Красноярск, 2004. – С. 168–170.
25. Зуев В. Н. Спортивный арбитр / В. Н. Зуев. – М. : Советский спорт, 2004. – 394 с.
26. Игнатъева В. Я. Гандбол / В. Я. Игнатъева. – М. : Физкультура и спорт, 1983. – 200 с.
27. Игнатъева В. Я. Гандбол : учебник для физкультурных вузов / В. Я. Игнатъева, Ю. М. Портнов. – М. : ФОН, 1996. – 314 с.
28. Игнатъева В. Я. Азбука спорта: Гандбол / В. Я. Игнатъева. – М. : Физкультура и спорт, 2001. – 192 с.
29. Игнатъева В. Я. Гандбол: Примерные программы для системы дополнительного образования детей / В. Я. Игнатъева, В. С. Максимов, И. В. Петрачева. – М. : Советский спорт, 2003. – 116 с.
30. Игнатъева В. Я. Подготовка гандболистов на этапе высшего спортивного мастерства / В. Я. Игнатъева, В. И. Тхорев, И. В. Петрачева. – М. : Физическая культура, 2005. – 276 с.
31. Игнатъева В. Я. Гандбол : учебник / В. Я. Игнатъева. – М. : Физическая культура, 2008. – 384 с.
32. Основы индивидуального здоровья человека / Э. М. Казин, Н. Г. Блинова, Н. А. Литвинова. – М. : Владос, 2000. – 192 с.
33. Кирой В. Н. Критерии оценки уровня здоровья / В. Н. Кирой, В. Б. Войнов // Валеология. – 1998. – № 3. – С. 43–48.
34. Клусов Н. П. Гандбол / Н. П. Клусов, А. А. Цуркан – М. : Физкультура и спорт, 1977. – 135 с.
35. Клусов Н. П. Ручной мяч в школе / Н. П. Клусов. – М. : Просвещение, 1986. – 127 с.
36. Кнышев А. К. Организация и судейство соревнований по гандболу / А. К. Кнышев. – М. : Физкультура и спорт, 1986. – 112 с.
37. Корх А. Я. Тренер: деятельность и личность / А. Я. Корх. – М. : Terra-Спорт, 2000. – 120 с.
38. Кочетков А. П. Управление футбольной командой / А. П. Кочетков. – М. : Астрель, 2002. – 192 с.
39. Крамской С. И. Учебно-тренировочный процесс студентов, занимающихся гандболом / С. И. Крамской. – Белгород : БГТУ, 2003. – 75 с.

40. Кузнецов В. В. Специальная силовая подготовка спортсмена / В. В. Кузнецов. – М., 2006. – 122 с.
41. Латышкевич Л. А. Техническая и тактическая подготовка гандболистов / Л. А. Латышкевич, Л. Р. Маневич. – Киев : Здоровья, 1981. – 176 с.
42. Латышкевич Л. А. Гандбол / Л. А. Латышкевич, И. Е. Турчин, Л. Р. Маневич – Киев : Выща школа, 1988. – 199 с.
43. Гандбол / Л. А. Латышкевич, Ф. Л. Лебедь, А. А. Основа, В. Г. Ткачук. – Киев : Радянська школа, 1989. – 128 с.
44. Лотоненко А. В. Приоритетные направления в решении проблем физического воспитания студенческой молодежи / А. В. Лотоненко // Теория и практика физической культуры, 1998. – № 6. – С. 21–24.
45. Лубышева Л. И. Социология физической культуры и спорта / Л. И. Лубышева. – М. : Академия, 2001. – 240 с.
46. Лысенко В. В. Математическая статистика в физическом воспитании и спорте / В. В. Лысенко, В. А. Долгов. – Краснодар : КГАФК, 1995. – 126 с.
47. Макарова Г. А. Спортивная медицина : учебник / Г. А. Макарова. – М. : Советский спорт, 2002. – 480 с.
48. Максимова Е. Н. Физическое состояние студента и его динамика в процессе образования / Г. А. Макарова // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 12. – С. 37.
49. Матвеев Л. П. Основы общей теории спорта и системы подготовки спортсменов / Л. П. Матвеев. – Киев : Олимпийская литература, 2000. – 320 с.
50. Мильнер Е. Г. Формула жизни: Медико-биологические основы оздоровительной физической культуры / Е. Г. Мильнер. – М. : Физкультура и спорт, 1991. – 112 с.
51. Осик В. И. Валеология : учеб.-метод. пособие для студентов физкультурных вузов / В. И. Осик. – Краснодар, 2002. – 288 с.
52. Петров П. К. Физическая культура: Курсовые и выпускные квалификационные работы / П. К. Петров. – М. : ВЛАДОС-ПРЕСС, 2002. – 112 с.
53. Платонов В. Н. Подготовка квалифицированных спортсменов / В. Н. Платонов. – М. : Физкультура и спорт, 1986. – 286 с.
54. Погадаев Г. И. Настольная книга учителя физической культуры / Г. И. Погадаев. – М. : Физкультура и спорт, 2000. – 496 с.

55. Портнов Ю. М. Основы управления тренировочно-соревновательным процессом в спортивных играх / Ю. М. Портнов. – М. : РГАФК, 1996. – 200 с.

56. Романенко В. А. Диагностика двигательных способностей / В. А. Романенко. – Донецк : Изд-во «Донну». – 2005. – 290 с.

57. Ромашин О. В. Система организации и объективной оценки эффективности оздоровления / О. В. Ромашин // Физкультура в профилактике, лечении и реабилитации. – 2003. – № 4. – С. 39–42.

58. Сауткин М. Ф. «Здоровье» и «Физическое состояние» человека как проблемные понятия / М. Ф. Сауткин // Физкультура в профилактике, лечении и реабилитации. – 2005. – № 1. – С. 64–65.

59. Смирнов Ю. И. Спортивная метрология : учебник для студентов пед. вузов / Ю. И. Смирнов, М. М. Полевщиков. – М. : Академия, 2000. – 232 с.

60. Спириин А. Судейство: взгляд на проблему / А. Спириин, А. Будогосский. – М. : РФС, 2003. – 274 с.

61. Старкова Е. В. Развитие двигательных координаций у студентов в учебном процессе по физическому воспитанию // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 11. – С. 25–40.

62. Суслов Ф. П. Теория и методика спорта / Ф. П. Суслов, Ж. К. Холодов. – М., 1997. – 416 с.

63. Тарасенко А. А. Магистерская диссертация: методические рекомендации по оформлению / А. А. Тарасенко, С. В. Фомиченко. – Краснодар : КГУФКСТ, 2007. – 32 с.

64. Турбин Е. Выбор позиции и направления перемещений арбитров в ходе игры / Е. Турбин. // Теория и практика футбола. – 2004. – № 2. – С. 14–18.

65. Тхорев В. И. Правила, судейство, организация соревнований / В. И. Тхорев. – Краснодар : КГИФК, 1989. – 22 с.

66. Тхорев В. И. Гандбол. Основы техники и тактики : учеб.-метод. пособие / В. И. Тхорев. – Краснодар : КГАФК, 2003. – 55 с.

67. Тхорев В. И. Управление соревновательной и тренировочной деятельностью гандболистов высокой квалификации на основе моделирования : автореф. дис. ... д-ра педагог. наук / В. И. Тхорев. – Краснодар : КГАФК, 2000. – 50 с.

68. Тхорев В. И. Гандбол в школе : метод. пособие / В. И. Тхорев, В. М. Шиян, С. А. Сидорчук. – Краснодар, 2008 – 64 с.

69. Гандбол: примерная программа для спортивно-оздоровительных групп детско-юношеских спортивных школ системы дополнительного образования детей / В. И. Тхорев, Т. Ю. Анисимова, А. В. Проскура [и др.]. – Краснодар, 2010. – 46 с.

70. Хакунов Н. Х. Формирование физической культуры личности в учебных заведениях разного типа : автореф. дис. ... д-ра педагог. наук / Н. Х. Хакунов. – М., 1995. – 335 с.

71. Холодов Ж. К. Теория и методика физического воспитания и спорта / Ж. К. Холодов, В. С. Кузнецов. – М. : Академия, 2007. – 480 с.

72. Методические основы научно-исследовательской работы в физической культуре и спорте / В. Б. Шпитальный, С. В. Фомиченко, Н. В. Романенко. – Краснодар : КГАФК, 2002. – 60 с.

73. Выпускная квалификационная работа бакалавра и специалиста физической культуры и спорта : метод. рекомендации для студентов и преподавателей вузов физической культуры / Л. П. Шулгатый, М. М. Шестаков, Н. Г. Фомиченко, С. В. Фомиченко. – Краснодар : КГАФК, 1997. – 34 с.

74. Подготовка судей в гандболе : учеб. пособие / В. А. Цапенко, В. А. Петров, Д. Г. Сердюк, С. В. Цапенко. – Запорожье : ЗНУ, 2005. – 99 с.

75. Якимович В. С., Кулалаев П. Н. Причины ошибочных решений арбитров в футболе / В. С. Якимович, П. Н. Кулалаев // Теория и практика физической культуры. – 2006. – № 7. – С. 30–32.

76. Федерация гандбола России. Официальный сайт [Электронный ресурс] – Режим доступа: www.russhandball.ru. – Загл. с экрана.

77. EUROPEAN HANDBALL FEDERATION [Электронный ресурс] – Режим доступа: www.eurohandball.com. – Загл. с экрана.

78. INTERNATIONAL HANDBALL FEDERATION [Электронный ресурс] – Режим доступа: www.ihf.info. – Загл. с экрана.

ПРИЛОЖЕНИЯ

Приложение А

Анкета для оптимизации подготовки гандбольных арбитров

Просим Вас ответить на все представленные вопросы, руководствуясь исключительно своим мнением. Ваши ответы будут использованы исключительно в научно-методических целях.

1. Как Вы оцениваете свое физическое состояние (отметьте любым значком)?

Отличное Хорошее Удовлетворительное Неудовлетворительное

2. Поддерживаете ли Вы свою спортивную форму?

Да Нет

Если «да», то как часто (отметьте любым значком)?

1–2 раза в месяц;

1–2 раза в неделю;

3–4 раза в неделю;

5–6 раз в неделю.

3. Какую (какие) двигательную активность Вы используете для поддержания своего физического состояния (отметьте любым значком)?

утреннюю гимнастику; ходьбу; бег (кросс); спортивные игры; упражнения на тренажерах; фитнес; плавание; другие: _____

4. Сколько времени Вы затрачиваете каждый раз для поддержания своего физического состояния?

20–30 мин; 40–60 мин; 1–1,5 ч; 1,5–2 ч; более 2 ч.

5. Влияет ли, по Вашему мнению, уровень физической подготовленности на качество судейской деятельности?

Да. Нет.

Сообщите, пожалуйста, некоторые сведения о себе.

Ваша спортивная квалификация в гандболе: Б/р; 1-й разряд; КМС, МС, МСМК,

Ваш стаж судейства соревнований по гандболу? _____

Ваша судейская категория? _____

Образование: среднее; среднее физкультурное; высшее, высшее физкультурное.

Пол: муж./жен.

Благодарим за участие в работе!

Приложение Б

Примерное содержание занятий для поддержания физических кондиций гандбольными арбитрами

Занятие № 1

Разминка (10 мин гладкий бег).

Общие развивающие упражнения (растяжка, упражнения на гибкость) 15 мин.

Специальные беговые упражнения: ускорения 5–6 раз по 40 м; 30 м по 10–15 раз (3–6 быстро); бег с ходу 30 м по 2–3 раза; 60 м по 2–3 раза; 40 м по 2–3 раза.

Прыжковые упражнения: выпады 2–3 раза по 10–15 шагов; прыжки «лыжник» 2–3 раза, по 10–15 прыжков; прыжки «кенгуру» 2–3 раза по 10–15 прыжков.

Силовые упражнения для мышц стопы, живота, спины на тренажерах.

Стрейчинг.

Занятие № 2

Разминка, упражнения на гибкость.

Ускорения 40–60 м по 4 раза.

Повторный бег 300 м, 200 м, 150 м – 3 серии (через 5–6 мин отдыха);

или повторный бег 300, 400, 500, 600, 500, 400, 300 м (через 3–6 мин);

или переменный бег на отрезках 800–1000 м (50 м быстро + 50 м трусцой); повторений – 2–3 раза.

Отдых 5–6 мин.

Повторный бег 3 по 1000 м повторений – 2–3 раза.

Отдых 5–6 мин.

Стрейчинг – 15 мин.

Занятие № 3

Разминка, упражнения на гибкость.

Беговые и специальные упражнения; бег в гору 60 м по 4–6 раз (через 2–3 мин отдыха); беговые и специальные упражнения в гору 30–40 м;

1 – высокое поднятие бедра 2–3 раза;
2 – бег с захлестом 2–3 раза;
3 – бег приставным шагом–2–3 раза (левой и правой стороной);
4 – бег спиной вперед 2–3 раза;
5 – бег прыжками 3–4 раза, между сериями 2 минуты отдыха.
Медленный бег по газону 10–12 мин.
Стрейчинг.

Занятие № 4

Игра на открытой площадке (гандбол, футбол, баскетбол) – 60 мин; или кроссовый бег 30–40 мин (ЧСС 140–150 уд/мин).
Стрейчинг – 15 мин.

Занятие № 5

Разминка, упражнения на гибкость.
Ускорения 30–50 м по 3–4 раза.
Старты 20–30 м по 10 раз (каждый второй на время).
Повторный бег 150 м по 3–2 раза (через 3–4 мин) – 2серии (через 8–10 мин).
Прыжковые упражнения; выпады 2–3 раза по 10–15 шагов; прыжки «лыжник» 2–3 раза по 10–15 прыжков; прыжки «кенгуру» 2–3 раза по 10–15 прыжков.
Локальные силовые упражнения для мышц стопы, живота, спины на тренажерах.
Стрейчинг.

Занятие № 6

Кроссовый бег с ускорениями 120 м по 6–8 раз в течение 40–50 мин.
Стрейчинг – 15 мин.

Приложение В

Изменения правил игры 2010

Кроме множества редакционных поправок и необходимых изменений новое издание правил ИФ предоставляет отдельные разъяснения в методических рекомендациях. На основании опыта минувших лет, можно сделать вывод, что правила требуют структурные и фундаментальные изменения.

Сделанные выводы позволяют осуществить данные изменения. Правила 8 и 16: Нарушения и неспортивное поведение/наказания.

Это фундаментальные положения правил, которые получили всесторонние изменения. Одно из главных изменений заключается в совершенствовании Правила 8, где акцент делается на примеры различных случаев нарушений правил и неспортивного поведения. Правило помогает игрокам/тренерам и судьям определять правильное поведение и случаи, когда нарушения подлежат наказанию.

Имеют место следующие изменения правил 8 и 10:

1. Определение «прогрессивных наказаний» было полностью пересмотрено с целью внесения четкого понятия между нарушениями, которые могут быть наказаны обычным путем (начиная с желтой карточки), и нарушения, которые не попадают в этот список, которые подлежат наказаниям начиная с 2-минутного удаления. Обе эти альтернативы существовали и раньше, но не были описаны критерии принятия решений, и не было методических рекомендаций.

2. Отличительные особенности между «нормальной» дисквалификацией, которая не требует написания рапорта для дальнейших наказаний, и дисквалификаций за более серьезные нарушения, которая требует написания рапорта, что лежит в основе новых дисциплинарных наказаний. Основные критерии этих действий и включены в новые правила.

3. Предыдущая категория «физическое насилие → исключение» интегрируется в категорию «дисквалификация и обязательный рапорт с дальнейшими наказаниями». Основное решение на «исключение» уже не является желательной формой наказания, и оно практически не будет использоваться, однако используются дальнейшие наказания после матча. В соответствии с этим жест № 15 «исключение» уже не будет использоваться, а будет использоваться только жест № 17.

4. Опасная ситуация при столкновении вратаря с контратакующим игроком, в принципе, описана в Правиле 8:5; однако, имеют место недостатки в этой формулировке при возникновении подобной ситуации. С целью предотвращения серьезных травм при данной ситуации необходимо усилить это правило.

5. Методические рекомендации 5 и 6, которые разъясняли концепции «неспортивное поведение» и «грубое неспортивное поведение» трансформируются в Правило 8. Вместе с этим, вступает в силу новая концепция при «грубом неспортивном поведении» – это дисквалификация и рапорт для дальнейшего наказания.

Методические рекомендации 1 разъясняют Правило 8 в его новой редакции. Основные изменения выделены другим цветом. Текст правил 2005 г. имеет голубой цвет, а текст правил 2010 г. имеет желтый цвет. Разъяснения Правила 16 содержатся в методических рекомендациях 2.

Методические рекомендации 4. Пассивная игра

Методика использования «предупредительного жеста», который стал применяться с 1997 г., имеет большое практическое значение. Использование «предупредительного жеста» позволило принимать разумное решение и правильно реагировать на «пассивную игру». Пересмотр данного положения позволит провести дальнейшее его совершенствование. Текст после «Использование предупредительного жеста» перемещен в раздел «После показа предупредительного жеста», но содержание его претерпело изменения.

Критерии принятия решения после использования предупредительного жеста получили дальнейшее развитие. Правило по пассивной игре дополняется приложением Е, которое служит в качестве примера при «слабой динамике игры» «отсутствие пространственного перемещения игроков» и «когда защита переигрывает нападающих».

Приложение В предоставляет сравнение нового текста со старым.

Методические рекомендации 7. Остановка времени игры секундометристом/делегатом

Имела место «путаница» после использования данных изменений в 2001 и 2005 гг. Исходя из этого, были полностью переделаны методические рекомендации. По аналогии с методическими рекомендациями, которые были разработаны к правилу 8, были разработаны и к правилу 8:7.

Приложение Г приводит сравнительную характеристику старых методических рекомендаций и новых. Новая структура методических рекомендаций дает описание ситуаций «остановка времени при нарушениях в зоне замены» и «остановка времени при других ситуациях». Также в них описаны действия секундометриста и делегата в подобных ситуациях.

Правило 4. Команда, Замены, Экипировка, Травмы игроков

Имеет место много нареканий в комиссии PRC / CCM по поводу решения об упразднении понятия капитана команды, и многие не хотят понимать эти изменения.

Несмотря на объяснения и выпуск повторных разъяснений, участники не хотят понимать, что капитан команды запрещен.

Поэтому имеют место рекомендации для концепции «капитан команды», которая рассматривается в двух различных правилах (Правило 4:9, 4-й абзац (косвенное упоминание) и Правило 17:4 (прямое описание)).

Формулировка относительно номеров на униформе стала устаревшей. Строгое правило трансформировалось в рекомендации. В соответствии с современными требованиями установлено, что на униформе можно использовать целые числа от 0 до 99.

Учитывая индивидуальные религиозные особенности игроков, разрешается использовать в униформе косынки.

Однако запрещено использование предметов, которые представляют какую-либо опасность.

В таблице В1 наибольшие изменения расположены в хронологическом порядке.

Таблица В1

Предисловие	Правила игры вступают в силу с 1-го июля 2010 года
Правило 5:10	Это правило не описывает случаи, когда мяч лежит в площади ворот, как описано в 12:1
Правило 6:2с	К вопросу использования площади ворот для срыва голевой атаки или не голевой, добавляются разъяснения, что выражение «использование» означает заступ в площадь ворот и не рассматриваются случаи касания линии площади ворот
Правило 6:5 3-й абзац	Добавляется небольшое разъяснение для случая, когда разрешено касаться мяча, который находится в воздухе над площадью ворот, в соответствии с Правилами 7:1 и 7:8
Правило 7:3 Комментарий	Комментарий считается устаревшим (поскольку он отражает фактический текст правила 7:3), поэтому он было заменено комментарием, который описывает ситуации при игре мячом
Правило 9:1 3-й абзац	Делегат вносится в Правила
Правило 13:4	Ссылку на правило 13:2 убрали, поскольку свободный бросок должен выполняться в упомянутой ситуации
Правило 15:9	Добавляется положение, когда необходимо наказать защитника за неправильное поведение.
Правило 17:9	Рекомендовано континентальным и национальным федерациям исполнять изменения регламента
Правило 17:4	Новые правила допускают использование современных средств связи
Метод. реком. №3	4-й абзац: Убрали относительно действий секундометриста после истечения времени тайм-аута. 7-й абзац: Включены случаи неспортивного поведения
Метод. реком. № 6а	Описана ситуация, когда игрок еще не контролирует мяч, но готов немедленно овладеть им, при условии что соперник не может помешать ему сделать это дозволенными методами
Метод. реком. № 6б	Добавлена ссылка на ситуацию, которая описана в правилах 8 и 16. Это действия вратаря во время контратаки. Теперь независимо от расположения других игроков защиты назначается 7-метровый бросок. (См. Правило 8:5, комментарий

Продолжение таблицы В1

Регламент Зоны Пункт 1	Второй абзац устанавливает расстояние между скамейкой команды и центральной линией и также установлена зона для тренера
Регламент Зоны Пункт 3	Исходя из опыта проведения игр, вводится дополнение о недопустимости совмещения цвета формы для официальных лиц и игроков
Регламент Зоны Пункт 5	Кроме формальных правил (см. пункт 1 Регламент зоны замены) включена информация о деталях зоны для тренера, которой не было раньше. Кроме того, четко определены права официальных лиц команды. И определены ситуации, когда они имеют право покинуть зону для тренеров
Регламент Зоны Замены № 7 + 8	Этот пункт был удален, поскольку это имеет место в Методических указаниях № 7. Часть этих правил обычно формируют требования в специальных разъяснениях для судей

Нарушения и Неспортивное поведение

Разрешается:

8:1

- 1) использовать руки и кисти рук для блока или овладения мячом;
- 2) использовать открытую ладонь для отбора мяча у соперника с любой стороны;
- 3) использовать корпус для заслона сопернику, даже если он не владеет мячом;
- 4) вступать в физический контакт с соперником спереди и касаться его руками для контроля его передвижениями.

Не разрешается:

8:2

- 1) вырывать или выбивать мяч из рук соперника;
- 2) блокировать или отталкивать соперника ладонями, руками или ногами;
- 3) задерживать или держать (за корпус или за форму), толкать, набегать и запрыгивать на соперника;
- 4) подвергать соперника опасности (с мячом или без мяча).

8:3. Нарушения Правила 8:2 могут иметь место в борьбе за мяч; однако нарушения в основном или исключительно направленные

против соперника, а не на мяч, должны наказываться «прогрессивно». Это означает, что кроме свободного или 7-метрового броска должно быть и персональное наказание, которое начинается с предупреждения(16:1) с тенденцией возрастания степени наказаний, таких как удаления (16:3) и дисквалификации (16:6). (Неспортивное поведение также подлежит прогрессивному наказанию в соответствии с 16:1, 16:3 и 16:6).

Однако, как указано в Комментариях Правила 16:3, судьи имеют право за определенные нарушения сразу же удалить на 2 мин, даже если игрок еще не имел предупреждения.

8:4. Физические и словесные оскорбления, несовместимые с духом спортивного соперничества, рассматриваются как неспортивное поведение (например, смотри Методические рекомендации № 5). Это относится к игрокам и официальным лицам, как на игровой площадке, так и за ее пределами. Прогрессивное наказание применяется также и в случае неспортивного поведения (16:1с, 16:3с- d и 16:6а).

8:5. Игрок, который подвергает опасности здоровье атакующего соперника, должен быть дисквалифицирован (16:6b), в частности, если он:

1) сбоку или сзади бьет или оттягивает назад руку игрока, которой он выполняет бросок по воротам или передает мяч;

2) предпринимает любые действия, которые сопровождаются ударами соперника по голове или в область шеи;

3) умышленно ударяет по корпусу соперника ногой или коленом, или использует любые другие удары, в том числе и подножку;

4) толкает соперника в момент его бега или прыжка, или атакует его таким образом, что соперник теряет контроль над своим телом; это относится и к вратарю, если он выходит из площади собственных ворот в момент контратаки соперника;

5) бросает мяч защитнику в голову при выполнении свободного броска по воротам, но при этом защитник не передвигается; аналогично, если он бросает мяч вратарю в голову при выполнении 7-метрового броска, и вратарь не выполняет движения.

Комментарий: нарушения в виде незначительных физических толчков соперника могут быть слишком опасными и иметь серьезные последствия, если в это время соперник не ожидает этого и

находится в незащищенном положении. Это может привести к серьезным травмам игрока, хотя контакт был незначительным, поэтому рекомендуется дисквалифицировать игрока-нарушителя.

8:6. В случае грубого неспортивного поведения со стороны игрока или официального лица команды на игровой площадке или за ее пределами (например, смотри Методические рекомендации № 6), должно быть наказание в виде дисквалификации (16:6с).

8:7. Игрок, допустивший физическое насилие в игровое время, должен быть исключен из игры (16:9-11). Физическое насилие не в игровое время приводит к дисквалификации (16:6d, 16:14b). Официальное лицо команды, допустившее физическое насилие, подлежит дисквалификации (16:6e).

Комментарий: физическое насилие, в данном случае, определяется как мощная и умышленная атака против другого лица (игрока, судьи, секундометриста / секретаря, официального лица команды, делегата, зрителя и т. д.). Другими словами, то не просто непроизвольная реакция или результат неосторожности или чрезмерного возбуждения. Плевок, направленный на другое лицо, также как и удар, рассматривается как физическое насилие.

8:8. При нарушении Правил 8:2-7 назначается 7-метровый бросок для команды соперника (14:1), если нарушение прямо или косвенно связано с последующей остановкой игры, в результате чего сорвана явная возможность взятия ворот для соперника.

В противном случае нарушение приводит к назначению свободного броска для команды соперника (смотри 13:1a-b, а также 13:2 и 13:3).

Правило 16 **Наказания/Предупреждение**

16:1

Предупреждение **может** быть вынесено за:

1) нарушения против соперника (5:5 и 8:2), которые не подпадают под категорию прогрессивного наказания в Правиле 8:3;

Предупреждение **должно** быть вынесено за:

2) такие нарушения, которые должны наказываться прогрессивно (8:3);

3) неспортивное поведение игрока или официального лица команды (8:4; Методические рекомендации № 5:1-2).

Комментарий: игрок не может получить более одного предупреждения, а команда не может получить более трех предупреждений; после этого наказание должно быть, по крайней мере, 2-минутным удалением.

Игрок, который уже имел удаление на 2 минуты, не может затем получить предупреждение.

Официальные лица одной команды могут получить вместе не более одного предупреждения.

16:2

Судья выносит предупреждение виновному игроку или официальному лицу, а также информирует об этом секретаря / секундометриста с помощью поднятой желтой карточки. (Жест № 13).

Удаление

16:3

Удаление (2 мин) **должно** быть:

1) за нарушение правила замены, когда дополнительный игрок выходит на игровую площадку, или игрок вмешивается в игру, находясь в зоне запасных(4:5-6);

2) за повторные нарушения, которые подлежат прогрессивному наказанию (смотри 8:3, 16:1, Комментарий);

3) за повторное неспортивное поведение игрока на игровой площадке или за ее пределами (смотри 8:4, 16:1, Комментарий);

4) за неспортивное поведение одного из официальных лиц команды, после того как кто-либо из них уже был предупрежден в соответствии с 8:4 и 16:1с; смотри Правило **16:1**, Комментарий;

5) за неспортивное поведение, при котором необходимо сразу же удалить на 2 минуты (8:4, Методические рекомендации № 5:3); смотри также Правило 16:3, Комментарий.

б) при дисквалификации игрока или официального лица команды (16:8, 2-й абзац; смотри, однако, 16:4b);

7) за неспортивное поведение игрока, который допускает неспортивное поведение после удаления его на 2 мин, но до возобновления игры (16:12a).

Комментарий: как указано в b, c, и d, решение на удаление обычно выносится в случаях повторных нарушений или неспортивного поведения. Однако, судьи имеют право при определенных ситуациях сразу же удалять на 2 мин, даже если игрок еще не имел предупреждения, а команда не получила все три свои предупреждения.

Подобным же образом и официальное лицо команды можно сразу же удалить на 2 мин, хотя никто из официальных лиц команды еще не имел предупреждения. Однако на всех официальных лиц команды допускается только одно 2-минутное удаление.

Если официальное лицо команды удалено на 2 мин в соответствии с 16:3d, то ему разрешено оставаться в зоне запасных и продолжать выполнять свои обязанности, но команда сокращается на одного игрока на игровой площадке в течение 2 мин.

16:4

При тайм-ауте судья должен четко показать удаление виновному игроку и проинформировать секретаря/секундометриста с помощью соответствующего жеста, т. е. с помощью поднятой руки с двумя выпрямленными пальцами (жест № 14).

16:5

Время удаления всегда равно 2 мин игрового времени; третье удаление одного и того же игрока всегда сопровождается его дисквалификацией (16:6f).

Удаленный игрок не имеет право участвовать в игре в течение времени его удаления, а команде не разрешается выпускать его на игровую площадку на замену.

Время удаления начинает отсчитываться по свистку судьи на возобновление игры.

Двухминутное удаление переносится на второй тайм игры, если оно полностью не закончилось к концу первого тайма. Это правило действует как в основное время, так и при дополнительном времени. Если время двухминутного удаления игрока не истекло после окончания дополнительного времени, то он и в дальнейшем не имеет права принимать участие, например, при выполнении 7-метровых бросков согласно с 2:2, Комментарий.

Дисквалификация

16:6

Дисквалификация должна быть:

1) за неспортивное поведение одного из официальных лиц команды, после того как они уже имели предупреждение и двухминутное удаление в соответствии с 8:4, 16:1с и 16:3d;

2) за нарушения, которые подвергают опасности здоровью игрока;

3) за грубое неспортивное поведение игрока или официального лица команды на игровой площадке или за ее пределами (8:6, Методические рекомендации № 6), и в особых случаях за значительное или повторяющееся неспортивное поведение во время дополнительной процедуры, например, при выполнении 7-метрового броска (2:2, *Комментарий* и 16:13);

4) за физическое насилие со стороны игрока до игры или во время дополнительной процедуры (2:2, *Комментарий*, 8:7, 16:14d);

5) за физическое насилие со стороны официального лица (8:7);

б) при третьем удалении одного и того же игрока (16:5).

16:7

При тайм-ауте судья должен четко зафиксировать дисквалификацию виновному игроку или официальному лицу и проинформировать секретаря / секундометриста с помощью поднятой красной карточки (жест № 13).

16:8

1. Дисквалификация игрока или официального лица команды всегда действует до конца игрового времени. Игрок или официальное лицо должен немедленно покинуть игровую площадку и зону запасных. После этого ни игрок, ни официальное лицо не должны иметь никаких контактов с командой.

2. Дисквалификация игрока или официального лица команды на игровой площадке или за ее пределами в игровое время всегда сопровождается 2-минутным удалением команды. Это означает, что численный состав команды на игровой площадке сокращается на одного игрока (16:3f). Однако если игрок был дисквалифицирован в соответствии с Правилom 16:12b-d, то сокращенный состав игроков на игровой площадке будет в течение 4 мин.

При дисквалификации сокращается число игроков или официальных лиц команды (за исключением ситуации, изложенной в 16:14b). Однако команде разрешается снова увеличить число игроков на игровой площадке по истечению 2-минутного удаления.

В принципе, дисквалификация действует только до конца игры, в которой она имела место. Она рассматривается как решение, при-

нятое судьями на основе их видения фактов. Как правило, дисквалификация не имеет последствий для последующих игр, за исключением случаев дисквалификации за физическое насилие (16:6d-e), или при грубом неспортивном поведении игрока или официального лица команды (16:6c), это нарушения, которые рассматриваются в пунктах *a*, *d* или *g*.

При такой дисквалификации должна быть запись в протоколе матча (17:10).

Более одного нарушения в одной и той же ситуации

16:12

Если игрок или официальное лицо команды виновны в более чем одном нарушении одновременно или последовательно до возобновления игры, и за эти нарушения должны быть наказания различной степени, то, в принципе, используется только одно, самое строгое из них. Это действует всегда, если одним из нарушений является физическое насилие.

Однако существуют следующие исключения, когда состав команды на игровой площадке должен быть сокращен в течение четырех минут:

1) если игрок, которому уже было вынесено 2-минутное удаление, допускает неспортивное поведение до возобновления игры, то ему выносится дополнительное 2-минутное удаление (16:3g). «Если это дополнительное удаление является третьим, то этот игрок подлежит дисквалификации»; b) если игрок, который только что был дисквалифицирован (прямая дисквалификация или в связи с третьим удалением), допускает неспортивное поведение до возобновления игры, то команда наказывается дополнительно, и состав команды на площадке должен быть сокращен в течение четырех минут (16:8, 2-й абзац);

2) если игрок, которому уже было вынесено 2-минутное удаление, допускает грубое неспортивное поведение до возобновления игры, то игрок кроме этого дисквалифицируется (16:6c); все эти наказания вместе приводят к тому, что состав команды на площадке должен быть сокращен в течение 4 мин (16:8, 2-й абзац);

Игрок, который только что была дисквалифицирован (прямая дисквалификация или в связи с третьим удалением), допускает грубое неспортивное поведение до возобновления игры, то команда наказывается дополнительно, и состав команды на площадке должен быть сокращен в течение четырех минут (16:8, 2-й абзац).

16:13

Ситуации, описанные в Правилах 16:1, 16:3 и 16:9, в основном включают нарушения в период игрового времени. Согласно правилам, «игровое время» включает и дополнительное время, таймауты, все перерывы между таймами и остановки времени, а в случае 16:6 и время всех дополнительных процедур (таких как 7-метровые броски).

Во время таких дополнительных процедур судьи должны понимать, что наказания на время являются бессмысленными, и любые случаи грубого или повторяющегося неспортивного поведения подлежат дисквалификации и потере прав на дальнейшее участие в процедуре (2:2, Комментарий).

Нарушения не в игровое время

16:14

Неспортивное поведение, грубое неспортивное поведение или физическое насилие над игроком или официальным лицом команды в помещениях, где проходят игры, но не в игровое время, наказываются следующим образом:

Перед игрой: предупреждение при неспортивном поведении (16:1с);

1) дисквалификация виновного игрока или официального лица в случае повторяющегося неспортивного поведения, или грубого неспортивного поведения, или физического насилие, однако, команде в этом случае разрешено начать игру в составе 14 игроков и четырех официальных лиц; Правило 16:8, 2-й абзац описывает нарушения только в игровое время; соответственно дисквалификация не сопровождается 2-минутным удалением.

Такие наказания за нарушения до игры могут быть и во время игры, но дальнейшее участие в игре виновного с момента нарушения является невозможным.

После игры: письменный рапорт.

Методические рекомендации № 4

Пассивная игра (7:11-12)

Основные положения

Правила пассивной игры позволяют бороться с неактивными методами игры и умышленной задержкой игры. Эти требования позволяют судьям распознавать на протяжении всей игры методы пассивной игры и бороться с ними.

Пассивные методы игры могут иметь место во всех фазах атаки команды, т. е. на начальном этапе, в момент ее подготовки и на этапе завершения атаки.

Пассивная игра наиболее часто используется в следующих ситуациях:

- 1) команда пытается удержать счет в конце игры;
- 2) команда имеет удаленного игрока;
- 3) когда оборона соперника превосходит действия нападения.

Использование предупреждающего жеста

Предупреждающий жест должен использоваться в следующих ситуациях:

Если замена игроков проводится медленно, или если мяч медленно передается по игровой площадке.

Типичными ситуациями являются:

- 1) игроки остаются стоять на середине игровой площадки, ожидая завершения замены игроков;
- 2) игрок затягивает выполнение свободного броска (играя с мячом или пытаясь выбрать неправильное место для броска), начального броска (медленное возвращение мяча вратарем, слабая передача мяча в центр, или медленное перемещение игрока с мячом к центру), броска вратаря или броска из-за боковой линии, после того как команда уже была предупреждена за попытку затягивать игру;
- 3) игрок в статическом положении стучит мячом об пол;
- 4) мяч возвращают обратно на свою половину игровой площадки, даже если соперники не вынуждают это делать.

При запоздалой замене игроков, когда фаза построения атаки уже началась.

Типичными ситуациями являются:

- 1) все игроки уже заняли свои места в атаке;

2) команда уже начала построение предварительной фазы атаки с помощью паса;

3) команда не начинает построение атаки, пока не проведет замену.

Комментарий: команде, которая пыталась быстро контратаковать со своей половины игровой площадки, но не смогла закончить атаку взятием ворот соперника, предоставляется возможность провести быструю замену для продолжения атаки.

При затягивании процесса подготовки атаки

В принципе, команде всегда должна быть предоставлена возможность построения предварительной фазы атаки с помощью паса до того, как она сможет создать ситуацию для атаки. Характерными признаками затягивания процесса построения предварительной фазы атаки являются:

в атаке команды нет каких-либо признаков атакующих действий.

Комментарий: в частности, атакующие действия команды заключаются в использовании тактических методов для достижения преимущества над защитниками в пространстве или увеличении скорости атаки по сравнению с подготовительной фазой.

1) игроки, многократно получающие мяч, остаются в статическом положении или двигаются в обратном направлении от ворот;

2) игра мячом на одном месте;

3) когда атакующий игрок, находясь в контакте с защитником, поворачивается преждевременно от него и ждет, когда судьи прервут игру, или не стремится получить преимущество над защитником в пространстве;

4) активные действия защиты: методы активной защиты преобладают над атакующими действиями, т. е. защитники блокируют передачу мяча и перемещение игроков;

5) атакующая команда не имеет явного преимущества в момент перехода от подготовительного этапа до этапа завершения атаки.

Методика использования предупредительного жеста

Если судья (судья в поле, или судья на линии ворот) определил пассивную игру, он поднимает руку (жест № 18). Другой судья также должен использовать предупредительный жест. (Судьи должны показать жест таким образом, чтобы он был хорошо виден,

включая скамейку запасных). Таким образом, судьи предупреждают команду, владеющую мячом, что она не предпринимает попыток взятия ворот или повторно затягивает возобновление игры. Жест используется до тех пор, пока: 1) не закончится атака; 2) предупредительный жест больше не используется (см. ниже).

Если при этом команда, владеющая мячом, не делает видимых усилий для броска по воротам, то один из судей подает свисток за пассивную игру и назначает свободный бросок для команды соперников.

Атака, которая начинается с момента, когда команда овладеет мячом, считается законченной с момента взятия ворот или потери мяча.

Предупредительный жест обычно используется до окончания атаки. Однако во время атаки имеют место две ситуации, когда использование предупредительного жеста теряет силу и следует немедленно прекратить его действие:

1. Команда, владеющая мячом, выполняет бросок по воротам, и мяч от ворот или вратаря опять возвращается к ней (непосредственно или для выполнения броска из-за боковой линии).

2. Игрок или официальное лицо команды защиты получает прогрессивное наказание за нарушение правил или неспортивное поведение в соответствии с Правилom 16. При этих двух ситуациях команда, владеющая мячом, получает право на построение новой атаки.

Остановка игры секундометристом

18:1

Если секундометрист прерывает игру из-за нарушения правила замены или при запрещенном выходе игрока согласно Правилам 4:2-3, 5-6, то игра возобновляется свободным броском для команды соперника обычно с места нарушения. Однако если в момент остановки игры мяч находился в месте, более выгодном для соперника, то свободный бросок выполняется с этого места (смотри 13:6, 3-й и 4-й абзацы).

В случае таких нарушений секундометрист должен прервать игру немедленно без учета правил преимущества в 13:2 и 14:2. Если же сорвана явная возможность взятия ворот из-за остановки игры

при нарушении защищающейся команды, то назначается 7- метровый бросок в соответствии с Правилom 14:1a.

В случае других нарушений, о которых секундометрист обязан сообщить судьям, он, в основном, должен дождаться очередной остановки игры.

Если же секундометрист все же прервал игру, то такое вмешательство не может привести к потере мяча командой. Игра должна быть продолжена свободным броском команды, которая владела мячом в момент остановки игры. Однако если остановка игры была вызвана нарушением команды защиты, и судьи уверены, что в результате преждевременной остановки была сорвана явная возможность взятия ворот соперника, то назначается 7-метровый бросок по аналогии с правилом 14:1b.

Как указано выше во втором абзаце, 7-метровый бросок в соответствии с Правилom 14:1a также назначается, если судья или технический делегат (от ИГФ или континентальной/национальной федерации) прерывает игру за нарушение, скорее формально или в качестве профилактики, приводящее к устному предупреждению или наказанию игрока или официального лица защищающейся команды в момент, когда команда, владеющая мячом, имела явную возможность взятия ворот.

Правила 2010

Нарушения и Неспортивное поведение

Разрешается:

8:1

1) использовать открытую ладонь для отбора мяча у другого игрока;

2) использовать согнутые руки при физическом контакте с соперником для контроля за его передвижением;

3) использовать корпус для блокировки соперника в борьбе за выбор позиции.

Комментарий: блокировка соперника заключается в предотвращении возможности выбора им свободного места. Постановка блока, удержание и его завершение, должны быть сделаны в пассивной манере по отношению к сопернику (см. 8:2b).

Нарушения, которые не сопровождаются персональными наказаниями (кроме решений в соответствии с 8:3 a-d)

Не разрешается:

8:2

- 1) вырывать или выбивать мяч из рук соперника;
- 2) блокировать или отталкивать соперника ладонями, руками или ногами, или использовать любые части тела для его выталкивания, а также опасное использование локтя, как в статическом положении, так и в движении;
- 3) держать соперника (за корпус или за униформу), даже если он находится вне игры;
- 4) набегать или прыгать на соперника.

Нарушения, которые подлежат персональному наказанию в соответствии с 8:3-6.

8:3. Это означает, что кроме свободного или 7-метрового броска должно быть и прогрессивное наказание, начиная с предупреждения (16:1), затем 2-минутное удаление (16:3b) и дисквалификация (16:6d).

Для более серьезных нарушений имеет место три вида наказаний:

- нарушения, за которые сразу же удаляют на 2 минуты (8:4);
- нарушения, за которые дисквалифицируют (8:5);
- нарушения, за которые дисквалифицируют и пишут рапорт (8:6);

Критерий принятия решения

Персональные наказания используются в соответствии с критериями принятия решений, которые находятся в зависимости от следующих параметров:

- a) **позиции игрока**, против которого допускают нарушения (фронтальная, боковая, тыльная);
- b) **части тела**, которая подвергалась воздействию со стороны нарушителя (туловище, бросающая рука, ноги, голова/горло/шея);
- c) **динамики** запрещенных действий (интенсивность воздействия и / или нарушения во время движения соперника);
- d) **последствий** запрещенных действий:
 - положение корпуса игрока и контроль мяча;
 - ограничение или невозможность движения;
 - отсутствие возможности продолжить игру.

Оценка нарушений зависит также и от сложившейся ситуации (например, действия при бросках, при выборе свободного места, при использовании высоких скоростей).

Нарушения, за которые сразу же удаляют на две минуты 8:4.

Нарушения, за которые сразу же удаляют на 2 мин, независимо от того, получал ли ранее игрок предупреждение.

Это требование выполняется для таких нарушений, когда виновный игрок не учитывает опасные последствия для здоровья соперника (см. также 8:5 и 8:6).

Принимая во внимание критерии принятия решения согласно 8:3, такими нарушениями могут быть:

а) нарушения высокой интенсивности, или нарушения против соперника, который перемещается с высокой скоростью;

б) удержание соперника длительное время или опрокидывание его;

в) нарушения, связанные с физическими действиями в область головы, горла или шеи;

г) сильные удары по корпусу или по руке соперника с мячом при выполнении броска;

д) попытка воздействия на соперника для потери им контроля над своим телом (например, захват ноги/ступни соперника во время прыжка, см., однако, 8:5а);

е) набегание или напрыжка на соперника с большой скоростью.

Нарушения, при которых используется дисквалификация 8:5

Игрок, который подвергает опасности здоровью атакующего соперника, должен быть дисквалифицирован (16:6b). Нанесение значительного ущерба здоровью соперника является результатом наиболее интенсивных нарушений в ситуациях, когда соперник полностью не готов к действиям нарушителя и, соответственно, не способен защитить себя (см. Правило 8:5; Комментарии).

В дополнение к критериям, рассмотренным в 8:3 и 8:4, учитываются также следующие критерии принятия решений:

а) потеря контроля над телом во время бега или прыжка или при выполнении броска;

б) агрессивные действия против таких частей тела соперника как лицо, шея и горло (интенсивное воздействие на корпус соперника);

в) явная демонстрация невиновности игроком, допустившим нарушение.

Комментарий: нарушения в виде незначительных физических толчков соперника могут быть слишком опасными и иметь серьезные травмы, если эти нарушения совершаются в момент бега или прыжка, когда соперник не может противостоять этому нарушению. В этой ситуации нарушения в виде незначительных толчков должны наказываться дисквалификацией игрока.

Это относится и к ситуации, когда вратарь покидает площадь ворот с целью перехвата передачи сопернику. В этой ситуации вратарь не имеет право допускать действия, которые являются опасными для здоровья соперника.

Он должен быть дисквалифицирован, если:

- а) овладев мячом, допускает столкновение с соперником;
- б) не поймав мяч, или не взяв его под контроль, допускает столкновение с соперником.

Если судьи определили одну из перечисленных ситуаций и уверены, что если бы не имели место запрещенные действия вратаря, то соперник овладел бы мячом, то назначается также 7-метровый бросок.

Дисквалификация и написание рапорта при особо рискованных, особо опасных, умышленных или злонамеренных нарушениях

8:6

Если судьи считают, что были допущены особо рискованные, особо опасные, умышленные или злонамеренные действия, то они обязаны написать рапорт после окончания игры, чтобы соответствующие органы имели возможность принять дальнейшие меры наказания.

В дополнение к Правилу 8:5 имеют место следующие характеристики, которые отображают критерий принятия решения:

- а) особо рискованные или особо опасные действия;
- б) преднамеренные или злонамеренные действия, которые каким образом не связаны с ситуацией на площадке.

Комментарий: если нарушения в соответствии с Правилами 8:5 и 8:6 совершаются на последней минуте игры с целью предотвращения взятия ворот, то эти действия расцениваются как «грубое неспортивное поведение» и подлежат наказанию в соответствии с Правилем 8:10d.

Неспортивное поведение, за которое следует персональное наказание в соответствии с Правилами 8:7-10

Под неспортивным поведением понимаются любые устные и не устные выражения протеста, которые не связаны с духом хорошего спортивного мастерства. Это относится ко всем игрокам и официальным лицам команд, как на площадке, так и за ее пределами. При неспортивном поведении, грубом неспортивном поведении, экстремальном неспортивном поведении имеется четыре вида наказания:

- действия, которые наказываются прогрессивно (8:7);
- действия, которые наказываются прямым 2-минутным удалением (8:8);
- действия, которые наказываются дисквалификацией (8:9);
- действия, которые наказываются дисквалификацией, и пишется рапорт (8:10).

Прогрессивное наказание при неспортивном поведении 8:7

В пунктах a–f описаны случаи неспортивного поведения, которые наказываются прогрессивно, начиная с предупреждения:

- a) недовольство решением судей, выраженное словесно или жестами, с целью отменить это решение;
- b) влияние на соперника или товарища по команде с помощью слов, жестов или криков, чтобы отвлечь соперника;
- c) запрещенные действия при выполнении стандартного броска соперником, например, нарушение правила 3 метров, и другие нарушения;
- d) использование «театрального представления» с целью ввести в заблуждение судей относительно действий соперника, или для усиления нарушения, чтобы судьи приняли решение на тайм-аут или незаконно наказали соперника;
- e) активное использование ног или ступни для блокировки броска или паса; чисто рефлексивное движение, например, смыкание ног вместе, не должно наказываться (см. также Правило 7:8);
- f) повторяющееся использование площади ворот по тактическим причинам.

2-минутное удаление при неспортивном поведении

8:8

Некоторые виды неспортивного поведения по-своему характеру являются более серьезными нарушениями и сразу же подлежат 2-минутному удалению, независимо от того имел ли данный игрок или официальное лицо предупреждение. Они включают:

а) протесты, выражающиеся громкими выкриками, жестами или провокационными действиями;

б) при решении против команды владеющей мячом, игрок с мячом не оставляет мяч сразу же сопернику, прекратив ведение, или положив мяч на пол;

с) блокировка доступа к мячу, когда мяч находится в зоне запасных.

Дисквалификация при грубом неспортивном поведении

8:9

Некоторые виды неспортивного поведения рассматриваются как наиболее грубыми и подлежат дисквалификации. К таким нарушениям относятся:

а) отброс мяча или удар им в демонстративной форме после решения судей;

б) если вратарь в демонстративной форме отказывается отражать 7-метровый бросок;

с) преднамеренный бросок мячом в соперника во время остановки игры; если это было сделано с большой силой и с небольшого расстояния. Это можно расценивать как «наиболее опасное действие» в соответствии с 8:6.

д) при 7-метровом броске игрок, выполняющий бросок, попадает мячом в голову вратарю, если вратарь не двигался;

е) при свободном броске игрок, выполняющий бросок, попадает мячом в голову защитнику, если защитник не двигался;

ф) акт мести в ответ на нарушение.

Комментарий: при 7-метровом броске и свободном броске игрок, выполняющий бросок, не имеет право подвергать опасности вратаря или защитника.

Дисквалификация и письменный рапорт при экстремальном неспортивном поведении

8:10.

Если судьи классифицируют поведение как экстремально неспортивное, то они обязаны написать рапорт после игры, чтобы соответствующие органы имели возможность принять решение для дальнейшего наказания.

Следующие нарушения могут рассматриваться в качестве примера:

а) оскорбительные или угрожающие действия, направленные на другого человека, например, судью, секундометриста, секретаря, делегата, официальное лицо команды, игрока, зрителя. Действия могут быть в словесном виде или в виде жестикуляции (например, мимикой лица, жестами рук и частями тела, физического воздействия телом);

б) (I) вмешательство в процесс проведения игры на игровой площадке или в зоне замены со стороны официального лица команды, или (II) игрок, не имеющий право выходить на игровую площадку, или игрок, находившейся в зоне запасных, срывает явную возможность взятия ворот;

Если на последней минуте матча мяч находится вне игры, а игрок или официальное лицо команды мешает или затягивает выполнение броска соперником, чтобы не допустить бросок по воротам или сорвать явную возможность взятия ворот. Это расценивается как экстремальное неспортивное поведение при любых действиях со стороны нарушителя (например, незначительное физическое воздействие, перехват паса, создание помехи при овладении мячом, задержка мяча);

с) если на последней минуте матча мяч находится в игре, а игроки соперника не используют явную возможность для броска, или явную возможность взятия ворот, то их действия подпадают под правила 8:5 или 8:6. Но эти действия не наказываются дисквалификацией согласно 8:5 и 8:6, а подается письменный рапорт.

Правило 16

Наказания/Предупреждение

16:1

Предупреждение является наказанием за:

- 1) нарушения, которые подлежат прогрессивному наказанию (8:3, однако, см. 16b и 16d);
- 2) неспортивное поведение, которое подлежит прогрессивному наказанию (8:7).

Комментарий: игрок не может получить более одного предупреждения, а игроки одной команды могут получить вместе не более 3-х предупреждений; после этого наказание должно быть, по крайней мере, 2-минутным удалением;

Игрок, который уже имел удаление на 2 минуты, не может затем получить предупреждение.

Официальные лица одной команды могут получить вместе не более одного предупреждения.

16:2

Судья выносит предупреждение виновному игроку или официальному лицу, и информирует об этом секретаря / секундометриста с помощью поднятой желтой карточки (жест № 13).

Удаление

16:3

Удаление (2 мин) является наказанием за:

а) нарушение правила замены, когда дополнительный игрок выходит на игровую площадку, или когда игрок вмешивается в игру, находясь в зоне запасных (4:5-6). Обратите внимание, однако, на правило 8:10b (II);

б) нарушения в соответствии с правилом 8:3, когда игрок уже имеет предупреждение, или игроки команды уже получили максимальное количество предупреждений (см. 16:1; Комментарий);

с) нарушения в соответствии с правилом 8:4;

д) неспортивное поведение в соответствии с правилом 8:7, когда игрок уже имеет предупреждение, или игроки команды уже получили максимальное количество предупреждений;

е) неспортивное поведение официального лица команды в соответствии с правилом 8:7, если один из официальных лиц уже имел предупреждение;

f) неспортивное поведение игрока или официального лица команды в соответствии с правилом 8:8, см. также 4:6;

g) прямую дисквалификацию игрока или официального лица команды (16:8, 2-й абзац, однако, см. 16:11b);

Комментарий: на всех официальных лиц команды допускается только одно 2-минутное удаление.

Если официальное лицо команды подлежит удалению на 2 мин в соответствии с 16:3d-e, то ему разрешено оставаться в зоне запасных и продолжать выполнять свои обязанности, но команда сокращается на одного игрока на игровой площадке в течение 2 мин.

16:4

После тайм-аута судья должен четко показать удаление виновному игроку или официальному лицу команды и проинформировать секретаря/секундометриста с помощью соответствующего жеста, т. е. с помощью поднятой руки с двумя выпрямленными пальцами (жест № 14).

16:5

Время удаления всегда равно 2 мин игрового времени; третье удаление одного и того же игрока всегда сопровождается его дисквалификацией (16:6f).

Удаленный игрок не имеет право участвовать в игре в течение времени его удаления, а команде не разрешается выпускать его на игровую площадку на замену.

Время удаления начинает отсчитываться по свистку судьи на возобновление игры.

Остаток времени 2-минутного удаления переносится на второй тайм игры, если оно полностью не закончилось к концу первого тайма. Это правило действует как в основное время, так и при дополнительном времени. Если время 2-минутного удаления игрока не истекло после окончания дополнительного времени, то он и в дальнейшем не имеет права принимать участие, например, при выполнении 7-метровых бросков согласно 2:2, Комментарий.

Дисквалификация

16:6

Дисквалификация является наказанием за:

а) нарушения в соответствии с правилами 8:5 и 8:6;

b) грубое неспортивное поведение игрока или официального лица команды на игровой площадке или за ее пределами в соответствии с Правилom 8:9 и экстремальное неспортивное поведение в соответствии с Правилom 8:10;

c) неспортивное поведение одного из официальных лиц команды в соответствии с Правилom 8:7, если официальные лица команды уже имели предупреждение и 2-минутное удаление в соответствии с 16:1b и 16:3d-e;

d) третье удаление одного и того же игрока;

e) грубом или повторяющемся неспортивном поведении во время остановки игры, например, при выполнении 7-метрового броска (2:2, Комментарий и 16:10).

16:7

После тайм-аута судья должен четко зафиксировать дисквалификацию виновному игроку или официальному лицу и проинформировать об этом секретаря/секундометриста с помощью поднятой красной карточки (жест № 13).

16:8

Дисквалификация игрока или официального лица команды всегда действует до конца игрового времени. Игрок или официальное лицо должен немедленно покинуть игровую площадку и зону запасных. После этого ни игрок, ни официальное лицо не имеют право поддерживать какие-либо контакты с командой.

Дисквалификация игрока или официального лица команды на игровой площадке или за ее пределами в игровое время всегда сопровождается 2-минутным удалением игрока команды. Это означает, что численный состав команды на игровой площадке сокращается на одного игрока (16:3f). Однако если игрок был дисквалифицирован в соответствии с Правилom 16:9 b-d, то сокращенный состав игроков на игровой площадке будет в течение 4 мин.

При дисквалификации сокращается число игроков или официальных лиц команды (за исключением ситуации, изложенной в 16:11b). Однако команде разрешается снова увеличить число игроков на игровой площадке по истечению времени удаления.

При дисквалификации согласно правилам 8:6 и 8:10 требуется подать письменный рапорт в соответствующие органы для дальнейшего рассмотрения. В этом случае официальные представители команд и делегат (см. Методические рекомендации № 7) будут проинформированы о принятом решении.

Более одного нарушения в одной и той же ситуации

16:9

Если игрок или официальное лицо команды виновны в более чем одном нарушении одновременно или последовательно до возобновления игры, и за эти нарушения должны быть наказания различной степени, то, в принципе, используется только одно, самое строгое из них.

Однако существуют следующие исключения, когда состав команды на игровой площадке должен быть сокращен в течение 4 мин:

а) если игрок, которому уже было вынесено 2-минутное удаление, допускает неспортивное поведение до возобновления игры, то ему выносится дополнительное 2-минутное удаление (16:3g). Если это дополнительное удаление является третьим, то этот игрок подлежит дисквалификации; если игрок, который только что был дисквалифицирован (прямая дисквалификация или

б) в связи с третьим удалением), допускает неспортивное поведение до возобновления игры, то команда наказывается дополнительно, и состав команды на игровой площадке должен быть на одного игрока меньше в течение 4 мин (16:8, 2-й абзац);

с) если игрок, которому уже было вынесено 2-минутное удаление, допускает грубое или экстремальное неспортивное поведение до возобновления игры, то он подлежит дисквалификации (16:6с); эти наказания вместе приводят к тому, что состав команды на игровой площадке должен быть на одного игрока меньше в течение 4 мин (16:8, 2-й абзац);

д) если игрок, который только что был дисквалифицирован (прямая дисквалификация или в связи с третьим удалением), допускает грубое или экстремальное неспортивное поведение до возобновления игры, то команда наказывается дополнительно, и состав команды на игровой площадке должен быть на одного игрока меньше в течение 4 мин (16:8, 2-й абзац).

Нарушения в игровое время

16:10 Наказания в игровое время назначаются в соответствии с правилами 16:1, 16:3 и 16:6.

Игровое время включает все перерывы, тайм-ауты, командные тайм-ауты и таймы дополнительного времени. Во всех остальных

случаях остановки игры (например, при 7-метровом броске) действует только правило 16:6.

Таким образом, при любой форме грубого или повторного неспортивного поведения игрок не имеет право принимать участие в игре (см. Правило 2:2 Комментарий).

Нарушения не в игровое время

16:11 Неспортивное поведение, грубое неспортивное поведение, экстремальное неспортивное поведение или любые формы рискованных действий (см. Правила 8:6-10) игроком или официальным лицом команды в помещениях, где проходят игры, но не в игровое время, наказываются следующим образом:

Перед игрой:

а) предупреждение при неспортивном поведении в соответствии с правилами 8:7-8;

б) дисквалификация виновного игрока или официального лица в соответствии с 8:6 и 8:10, однако команде в этом случае разрешено начать игру в составе 14 игроков и 4-х официальных лиц. Правило 16:8, 2-й абзац описывает нарушения только в игровое время; соответственно дисквалификация не сопровождается 2-минутным удалением.

Такие наказания за нарушения до игры могут быть в любое время и во время игры, но всякий раз дальнейшее участие в игре виновного с момента нарушения является невозможным.

После игры: письменный рапорт.

Методические рекомендации № 4

Пассивная игра (7:11-12)

А. Основные положения

Правила пассивной игры позволяют бороться с неактивными действиями игроков и умышленной задержкой игры. Эти положения позволяют судьям распознавать на протяжении всей игры методы пассивной игры и бороться с ними.

Пассивная игра может иметь место во всех фазах атаки команды, то есть на начальном этапе, в момент ее подготовки и на этапе завершения атаки.

Пассивная игра наиболее часто используется в следующих ситуациях:

– команда пытается удержать счет в конце игры;

- команда имеет удаленного игрока;
- команда соперника является гораздо сильнее, особенно в защите.

Упомянутые ситуации пассивной игры редко используются по одному, и они должны учитываться в комплексе. В частности, необходимо принимать во внимание использование активной защиты в соответствии с правилами.

Использование предупредительного жеста

Предупреждающий жест используется в следующих ситуациях:

В1. Если замена игроков проводится медленно, или если мяч медленно передается по игровой площадке.

Типичными ситуациями являются:

- игроки остаются стоять на середине игровой площадки, ожидая завершения замены игроков;
- после того как команде уже было сделано замечание за попытку затягивать игру, игрок затягивает выполнение стандартного броска, например, свободного броска
- (играя с мячом или пытаясь выбрать неправильное место для броска), начального броска (медленное возвращение мяча вратарем, слабая передача мяча в центр, или медленное перемещение игрока с мячом к центру), броска вратаря или броска из-за боковой линии;
- игрок в статическом положении стучит мячом о пол;
- мяч возвращают обратно на свою половину игровой площадки, даже если соперники не вынуждают это делать.

В2. При запоздалой замене игроков, когда уже проходит фаза построения атаки.

Типичными ситуациями являются:

- все игроки уже заняли свои места в атаке; команда уже начала построение предварительной фазы атаки с помощью паса;
- команда не начинает построение атаки, пока не проведет замену.

Комментарий: когда команда, владеющая мячом, пытается быстро контратаковать со своей половины игровой площадки, но не смогла закончить атаку взятием ворот соперника, то ей предоставляется возможность провести быструю замену для продолжения атаки.

В3. При затягивании процесса подготовки атаки.

В принципе, команде всегда должна быть предоставлена возможность построения предварительной фазы атаки с помощью паса до того, как она сможет создать ситуацию для атаки.

Характерными признаками затягивания процесса построения предварительной фазы атаки являются:

– в атаке команды нет каких-либо признаков атакующих действий.

Комментарий: в частности, атакующие действия команды с мячом заключаются в использовании тактических методов для достижения преимущества над защитниками в пространстве или увеличении скорости атаки по сравнению с подготовительной фазой;

– игроки, многократно получающие мяч, остаются в статическом положении или двигаются в обратном направлении от ворот соперника;

– игра мячом на одном месте;

– когда атакующий игрок, находясь в контакте с защитником, поворачивается преждевременно от него и ждет, когда судьи прервут игру, или не стремится получить преимущество над защитником в пространстве;

– активные действия защиты, когда действия защиты преобладают над атакующими действиями соперника, то есть защитники блокируют пути передачи мяча и перемещение игроков;

– особенным признаком пассивной фазы построения атаки является ситуация, когда атакующая команда не увеличивает интенсивность своих действий от начала построения атаки до ее завершения.

С. Методика использования предупредительного жеста

Если судья (судья в поле, или судья на линии ворот) определил пассивную игру, он поднимает руку (жест № 17) для фиксации ситуации, когда команда не пытается произвести бросок по воротам. Другой судья также должен использовать предупредительный жест.

Предупредительный жест сигнализирует о том, что команда, владеющая мячом, не предпринимает никаких попыток для взятия ворот или повторно затягивает возобновление игры.

Жест используется до тех пор, пока:

- не закончится атака;
- предупредительный жест больше не должен использоваться (смотри ниже).

Атака начинается с момента, когда команда овладеет мячом, и законченной после взятия ворот или потери мяча.

Предупредительный жест обычно используется до окончания атаки. Однако и во время атаки имеют место две ситуации, когда использование предупредительного жеста теряет силу и следует прекратить его действие:

а) команда, владеющая мячом, выполняет бросок по воротам, и мяч от ворот или вратаря опять возвращается к ней (непосредственно или для выполнения броска из-за боковой линии);

б) игрок или официальное лицо команды защиты получает персональное наказание за нарушение правил или неспортивное поведение в соответствии с Правилom 16.

При этих двух ситуациях команда, владеющая мячом, получает право на построение новой атаки.

Действия при предупредительном жесте

При предупредительном жесте судьи должны предоставить возможность команде, владеющей мячом, изменить свои действия в атаке. При этом необходимо учитывать возраст игроков и уровень их подготовки.

В этой ситуации команда должна быть способной подготовить атаку для взятия ворот.

Если же судьи не определяют изменений в атакующих действиях команды для создания голевой ситуации, то один из судей назначает свободный бросок за пассивную игру (Правила 7:11-12). Смотри также «Критерий принятия решения после использования предупредительного жеста».

Комментарий: при этом судьи должны проявить осторожность в определении момента отбора мяча у команды, чтобы это не произошло в момент броска по воротам или в момент выхода на ворота соперника для броска.

Критерий принятия решения после использования предупредительного жеста

Для атакующей команды:

- не просматривается увеличение темпа игры;
- действия игроков не нацелены на ворота;
- не достигается преимущество игрока с мячом в пространстве;
- замедленная игра мячом (например, в ситуации, когда защитники перекрывают пути передачи мяча).

Для защищающейся команды

Защищающаяся команда предотвращает попытки увеличения темпа игры или атакующих действий нападающих допустимыми методами.

Игра нападающих не является пассивной, если защитники используют недопустимые агрессивные действия.

Приложение

Признаки уменьшения динамики игры:

- поперечные действия без продвижения к воротам;
- частые перемещения атакующих вдоль защитников без попыток войти в контакт с ними;
- отсутствие атакующих действий в глубине защиты с использованием паса в зоне между линией площади ворот и линией свободных бросков;
- повторяющиеся передачи мяча между двумя игроками нападения без каких-либо попыток атаковать ворота;

Передачи мяча со всех позиций (крайних, линейных и полусредних) без каких-либо попыток увеличения темпа игры и подготовки атаки на ворота.

Признаки отсутствия преимущества в пространстве при игре один против одного:

- при ситуации один против одного очевидно, что не созданы условия для предотвращения броска (несколько соперников используют обычный блок);
- при ситуации один против одного нет каких-либо попыток предотвратить бросок поворотом;

– при ситуации один против одного очевидно, что основные действия нападающего направлены на получение свободного броска для своей команды (например, создаются условия для его захвата, а возможность для выполнения броска не используется).

Признаки активной защиты в соответствии с правилами:

- отсутствие нарушений, вызывающих прерывания в игре;
- перекрытие пути передвижения нападающих, например, с помощью двух защитников;
- выдвигание вперед для перехвата паса;
- выдвигание игроков защиты вперед, вынуждая нападающих отойти назад;
- создание условий, вынуждающих нападающих возвратиться мяч далеко назад.

Остановка игры секундометристом или делегатом (18:1)

Если секундометрист или делегат вмешиваются в процесс проведения игры, когда она уже была остановлена, то игра возобновляется броском в соответствии с ситуацией, которая имела место до ее остановки.

Если секундометрист или делегат вмешиваются в процесс проведения игры и, соответственно, прерывают ее, когда мяч находился в игре, то игра возобновляется в соответствии со следующими ситуациями:

**Нарушение правила замены, или запрещенный выход игрока
(Правила 4:2-3;5:6)**

Если остановка игры была вызвана нарушением игрока защиты, в результате чего была сорвана явная возможность взятия ворот, то назначается 7-метровый бросок в соответствии с Правилom 14:1a. Во всех других случаях назначается свободный бросок.

Игрок нарушитель наказывается в соответствии с Правилom 16:3a. Однако если имеет место запрещенный выход игрока согласно с Правилom 4:6, то он наказывается в соответствии с Правилom 16:6d совместно с Правилom 8:10b.

Прерывания по другим причинам, например, неспортивное поведение в зоне запасных

Вмешательство секундометриста

Секундометрист должен обождать до очередной остановки игры, и только после этого проинформировать судей о нарушении.

Если же секундометрист все же прервал игру, когда мяч был в игре, то игра возобновляется свободным броском для команды, которая владела мячом. Если же прерывание игры произошло из-за нарушения защищающейся команды, и по этой причине была сорвана явная возможность взятия ворот, то назначается 7-метровый бросок в соответствии с Правилom 14:1b.

Таким же образом необходимо действовать, если секундометрист останавливает игру по причине предоставления командного тайм-аута, а судьи считают, что время выбрано неправильно и не предоставляют командный тайм-аут. Если же при этом была сорвана явная возможность взятия ворот, из-за остановки игры, то назначается 7-метровый бросок.

Секундометрист не имеет право объявлять наказание игроку или официальному лицу команды. В то же время он информирует судей о нарушениях, которые имели место, и которые они не зафиксировали. В этом случае судьи могут сделать только формальное замечание. Если же данное нарушение подпадает под Правила 8:6 или 8:10, то они обязаны подать письменный рапорт.

Вмешательство делегата

Технический делегат МФГ, континентальной федерации или национальной федерации, который выполняет свои обязанности во время игры, имеет право проинформировать судей о возможном другом решении при нарушениях правил (исключение составляют случаи принятия решения судьями на основе их видения ситуации) или при нарушениях регламента зоны замены. Делегат имеет право прервать игру немедленно. В этом случае игра возобновляется свободным броском командой, которая не совершала нарушения, по причине которого была прервана игра. Если игра прервана по причине нарушения защищающейся команды и по этой причине была сорвана явная возможность взятия ворот, то назначается 7-метро-

вый бросок в соответствии с Правилем 14:1а. Судьи обязаны персонально наказать нарушителя в соответствии с информацией делегата. Факты нарушений Правил 8:6 или 8:10 должны быть отображены письменно в рапорте судей.

Изменение правил игры 2016

1. Вратарь в качестве игрока

Правило 4:1 абзац 2, правила 4:4-5-6-7

Правило 4 регламентирует участие полевого игрока в роли вратаря. Однако в новой трактовке имеют место следующие изменения:

1. Команда может участвовать в игре на площадке семью полевыми игроками одновременно. В этом случае, полевой игрок заменяет вратаря. Это не является обязательным, допускается использование данным игроком майки цвета майки вратаря.

2. Если команда играет в семь полевых игроков, то ни один игрок не может выполнять функции вратаря, т.е. ни один игрок не может войти в площадь ворот, чтобы занять место вратаря. Когда мяч находится в игре, и один из семи полевых игроков входит в площадь ворот и срывает явную возможность взятия ворот, то команда соперника получает право на 7-метровый бросок. Дополнительно используется Правило 8:7f.

3. Замена производится в соответствии с Правилами 4:4-7 (обычные правила замены игроков). В таком случае вратарь восстанавливает все свои права в соответствии с Правилами 5 и 6.

4. Если команде, играющей в семь полевых игроков, необходимо выполнить бросок вратаря, то один из игроков покидает игровую площадку, а вратарь возвращается в площадь ворот для выполнения броска вратаря. Целесообразность использования тайм-аута определяют судьи.

2. Травмированный игрок

Информация:

Последние годы на каждом турнире все больше и больше наблюдается случаев, когда игрок на игровой площадке необоснованно просит оказать ему медицинскую помощь, что нарушает ритм игры и увеличивает продолжительность матча, создавая проблемы для телевизионного вещания. Ни технические делегаты, ни судьи на площадке практически не могут оказать влияние на эту ситуацию.

Рекомендации для судей по правилу 4:11, абзац 1:

– Если судьи абсолютно уверены, что игрок нуждается в медицинской помощи непосредственно на игровой площадке, то они немедленно используют жесты № 15 и 16. В этом случае не допускается отказ официальных лиц команды выходить на игровую площадку.

– Во всех остальных случаях, судьи просят игрока подняться и получить медицинскую помощь за пределами игровой площадки, до принятия решения судьями использовать жесты № 15 и 16.

– Любой игрок или официальное лицо не выполнивший эти требования будет наказан за неспортивное поведение.

Абзац 1 изменяется следующим образом:

– После получения медицинской помощи на игровой площадке, игрок должен покинуть игровую площадку.

– Он может вернуться на площадку только после того, как его команда проведет три атаки. Технические делегаты несут ответственность за контроль данного требования.

– Атака начинается с момента, когда команда овладеет мячом, и заканчивается взятием ворот соперника, или потерей мяча.

– Если команда владела мячом в момент, когда игроку понадобилась медицинская помощь, то атака считается первой.

– Если игрок выходит на игровую площадку до окончания трех атак, то он наказывается за неправильную замену (нарушение правила замены).

– Вышеупомянутое положение не должно применяться, если оказание медицинской помощи на игровой площадке оказывается игроку, который получил травму в результате нарушения правил соперником, которого судьи наказали прогрессивно.

– Это правило также не применяется, если после попадания мяча в голову вратаря, ему требуется оказать медицинскую помощь на игровой площадке.

3. Пассивная игра

Информация:

Многие тренеры и эксперты считают, что это правило хорошо описано в Правилах Игры, и утверждают, что судьи не используют эти критерии, особенно после применения предупредительного жеста за пассивную игру, требующего изменения характера игры на основании объективного, а не субъективного критерия.

В то же время судьи должны стремиться в этот момент не допускать нарастающую агрессивность защищающейся команды.

Основные положения правил:

– Правила 7:11 и 7:12 остаются в силе.

– Методические рекомендации 4, разделы А, В, С и приложение Е остаются без изменений.

Методические рекомендации 4, раздел D, трактуется следующим образом:

– После использования предупредительного жеста, судьи в любой момент могут подать свисток за пассивную игру, если они не видят попытки взятия ворот.

– После предупредительного жеста команде предоставляется в общей сложности не более 6 передач для подготовки броска по воротам.

– Если после 6 передач не был выполнен бросок по воротам, то один из судей подает свисток за пассивную игру (свободный бросок для команды соперника).

– Если свободный бросок назначается для атакующей команды, то подсчет количества передач продолжается.

– Если мяч после броска возвращается от блока к атакующей команде, то подсчет количества передач продолжается.

– Если защищающаяся команда нарушает правила после 6 передач, но до свистка за пассивную игру, то назначается свободный бросок для атакующей команды. В этом случае команде предоставляется дополнительная передача для завершения атаки, или необходимо выполнить свободный бросок непосредственно поворотам.

– Судьи определяют количество передач на основании их видения событий в соответствии с правилом 7:11 абзац 1.

4. Последняя минута

Информация:

Целью данного положения в Правилах 2010 года является устранение или сокращение случаев неспортивного поведения, или грубого нарушения правил на последней минуте игры, вместе с этим дать проигрывающей команде возможность свести вничью или выиграть игру, т. е. сохранить интригу до последней секунды.

Но одной минуты в конце игры слишком много (за одну минуту можно забросить 2 и более голов).

Определение:

– Вместо последней минуты требования данного правила будут выполняться только в течение последних 30 секунд.

– Правило последних 30 секунд действует в конце основного времени матча, а также в конце первого и второго дополнительного периода.

Правила 8:5, 8:6, 8:10c, d трактуются следующим образом:

1. Выражение «последняя минута игры» заменяется на «последние 30 секунд игры».

2. Нарушения Правила 8:10c (мяч находится вне игры) подлежат дисквалификации без письменного рапорта, а так же должен быть назначен 7-метровый бросок для команды соперника.

3. Нарушения Правила 8:10d (мяч находится в игре) в соответствии с Правилем 8:5 подлежат дисквалификации без письменного рапорта, а также должен быть назначен 7-метровый бросок для команды соперника.

4. Нарушения Правила 8:10d (мяч находится в игре) в соответствии с Правилем 8:6 подлежат дисквалификации с письменным рапортом, а так же должен быть назначен 7-метровый бросок для команды соперника.

5. Положения пунктов 3 и 4 применяются в следующих случаях:

5.1. Атакующий игрок имеет явную возможность взятия ворот, и забрасывает мяч в ворота: 7-метровый бросок не назначается.

5.2. Атакующий игрок передает мяч своему партнеру, которому не дают забросить мяч в ворота: 7-метровый бросок назначается.

5.3. Атакующий игрок передает мяч своему партнеру, который забрасывает мяч в ворота: 7-метровый бросок не назначается.

5. Голубая карточка

Информация:

Иногда командам не понятно, когда судьи дисквалифицируют нарушителя в соответствии с Правилем 8:5 (без последствий), либо в соответствии с Правилем 8:6 (подаётся письменный рапорт после игры), данная ситуация так же остается непонятной для зрителей и представителей средств массовой информации.

Использование голубой карточки придает больше ясности в таких случаях. Если судья показывает голубую карточку, то письменный рапорт совместно с протоколом матча подается в Дисциплинарную Комиссию, которая принимает соответствующее решение.

Правило 16:8 (в соответствии с Правилами 8:6, 8:10), последний абзац изменен следующим образом:

– В качестве информации судьи используют голубую карточку (вдобавок к красной карточке).

– Судьи должны иметь в своем распоряжении голубую карточку.

– Судья сначала показывает красную карточку, потом, посоветовавшись с напарником, показывает синюю карточку.

ОГЛАВЛЕНИЕ

ВВЕДЕНИЕ.....	3
Глава 1. Анализ и обобщение данных специальной литературы ...	3
1.1 Основные понятия физического воспитания и характеризующие их критерии	4
1.2 Значение спортивных соревнований	12
1.3 Роль и задачи арбитров на спортивных соревнованиях	21
1.4 Характер профессиональной деятельности арбитров в поле	26
ГЛАВА 2. Особенности и структура двигательной активности гандбольных арбитров при обслуживании игр и подготовке к ним.....	30
2.1 Характеристика двигательной активности полевых судей различной квалификации в классическом гандболе.....	30
2.2 Структура двигательной активности гандбольных арбитров	33
2.3 Динамика двигательной активности гандбольных арбитров в течение матча.....	35
2.4 Частота и средства поддержания физической подготовленности гандбольными полевыми судьями	37
ГЛАВА 3. Содержание и эффективность физической подготовки гандбольных арбитров.....	40
3.1 Содержание экспериментальной программы физической подготовки полевых судей.....	40
3.2 Динамика физической подготовленности гандбольных арбитров экспериментальной группы.	41
ЗАКЛЮЧЕНИЕ	43
ПРАКТИЧЕСКИЕ РЕКОМЕНДАЦИИ	45
СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ	46
ПРИЛОЖЕНИЯ.....	52

Учебное издание

Клименко Андрей Александрович
Чуркин Никита Александрович

**ОПТИМИЗАЦИЯ ДВИГАТЕЛЬНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ
И ФИЗИЧЕСКОЙ ПОДГОТОВКИ
ГАНДБОЛЬНЫХ АРБИТРОВ**

Учебное пособие

В авторской редакции

Подписано в печать 10.08.2017. Бумага офсетная. Формат бумаги 60x84/16.
Печать цифровая. Усл. п. л. 5,58. Уч.-изд. л. 6,0. Тираж 700. Заказ 094.

Отпечатано с готового оригинал-макета в типографии ИП Магарин О.Г.
385008, г. Майкоп, ул. 12 Марта, 146. Тел. 8-906-438-28-07. E-mail: olemag@yandex.ru