

Чернігівський національний педагогічний університет  
імені Т.Г. Шевченка

# **Допоміжні види спортивних ігор для занять з фізичної культури в школі**

Навчально-методичний посібник для студентів ВНЗ факультету  
фізичного виховання вчителів з фізичної культури ЗОШ та тренерів  
ДЮСШ

**Чернігів 2011**

**УДК 37.016:796(075.3)**

**ББК Ч 515р10я72**

**С 38**

**Рецензенти:**

кандидат педагогічних наук, доцент кафедри фізичного виховання Чернігівського державного інституту Економіки і управління.

**В.Ю. Седляр**

кандидат історичних наук, завідувач кафедри фізичного виховання Чернігівського національного педагогічного університету ім. Т.Г. Шевченка.

**В.М. Ващенко**

Синіговець І.В. Допоміжні види спортивних ігор для занять з фізичної культури в школі: навчально-методичний посібник для студентів ВНЗ факультету фізичного виховання, вчителів з фізичної культури ЗОШ та тренерів ДЮСШ / Упорядник І.В. Синіговець. – Чернігів: Чернігівський національний педагогічний університет імені Т.Г. Шевченка, 2011.

У посібнику представлені правила гри та історія виникнення різновидів класичних спортивних ігор з м'ячем, які служать як допоміжні засоби для вивчення спортивних ігор передбачених програмою з фізичної культури для загальноосвітніх навчальних закладів.

Для студентів вищих навчальних закладів в галузі фізичної культури та спорту, учителів фізичної культури, загальноосвітніх навчальних закладів, керівникам спортивних гуртків і секцій, тренерам-викладачам спортивних шкіл.

**Рекомендовано вченою радою факультету фізичного виховання**

Чернігівського національного педагогічного університету імені

Т.Г. Шевченка

(протокол № 2 від 6 жовтня 2011 р.)

## ЗМІСТ

<b>ВСТУП</b>	<b>4</b>
<b>РОЗДІЛ 1. РІЗНОВИДИ ТРАДИЦІЙНОГО БАСКЕТБОЛУ</b>	<b>5</b>
СТРИТБОЛ.....	5
КОРФБОЛ.....	9
РЕГБОЛ.....	11
МІНІ-БАСКЕТБОЛ.....	12
ТРИДЦЯТЬ ТРИ.....	14
<b>РОЗДІЛ 2. РІЗНОВИДИ ТРАДИЦІЙНОГО ВОЛЕЙБОЛУ</b>	<b>15</b>
ПЛЯЖНИЙ ВОЛЕЙБОЛ.....	15
ПАРКОВИЙ ВОЛЕЙБОЛ.....	25
ВОЛЛБОЛ.....	27
МІНІ-ВОЛЕЙБОЛ.....	28
МІНІ-ВОЛЕЙБОЛ ПО ЯПОНСЬКІ.....	28
ПІОНЕРБОЛ.....	30
ФАУСТБОЛ.....	30
КЕРТНБОЛ.....	31
<b>РОЗДІЛ 3. РІЗНОВИДИ ТРАДИЦІЙНОГО ГАНДБОЛУ</b>	<b>33</b>
ПЛЯЖНИЙ ГАНДБОЛ.....	33
МІНІ-ГАНДБОЛ.....	36
<b>РОЗДІЛ 4. РІЗНОВИДИ ТРАДИЦІЙНОГО ФУТБОЛУ</b>	<b>37</b>
ФУТЗАЛ (МІНІ-ФУТБОЛ).....	37
ФУТВОЛЕЙ.....	58
ТЕНІСБОЛ.....	63
ПЛЯЖНИЙ ФУТБОЛ.....	67
ФУТДАБЛБОЛ.....	71
ФУТБОЛ 3x3.....	74
ФУТБЕГ НЕТ-ГЕЙМ.....	89
<b>Питання для самоперевірки.....</b>	<b>91</b>
<b>ЛІТЕРАТУРА</b> .....	<b>92</b>

## ВСТУП

Ігрова діяльність має велике значення при вихованні дітей, вона ставиться до числа потреб, обумовлених самою природою людини, потреба в тренуванні м'язів і внутрішніх органів, потреба спілкування, одержання зовнішньої інформації.

Виховати людину успішно можна тільки відповідними методами, що за привабливістю приховують саме виховання і навчання. Одним з таких методів є ігровий. Ігри виступають як засіб фізичного виховання і як метод організації дитячого колективу.

Ігри, що використовуються в фізичному вихованні, дуже різноманітні. Їх можна розділити на 2 великі групи: рухливі та спортивні. Спортивні ігри – це найвищий ступінь розвитку рухливих ігор. Вони відрізняються від рухомих єдиними правилами, що визначають склад учасників, розміри і розмітку майданчика, тривалість гри, обладнання та інвентар, що дозволяє проводити змагання різного масштабу. Змагання зі спортивних ігор носять характер спортивної боротьби і вимагають від учасників великого фізичного напруження і вольових зусиль.

При визначенні впливу спортивних ігор на організм людини необхідно виходити з загальної характеристики ігрових дій.

В спортивних іграх виконуються різноманітні дії та рухи: біг, ходьба, стрибки, повороти, кидки, удари по м'ячу в наслідок чого в опорно-руховому апараті займаючихся укріплюється кістяна система, суглоби стають більш рухливими, підвищується сила та еластичність м'язів, обмін речовин покращується. Серцево-судинна і дихальна система краще забезпечують потребу тканин в кісній та живильних речовин.

Великий оздоровчий ефект має проведення спортивних ігор на свіжому повітрі незалежно від пори року. Це зміцнює мускулатуру, покращує діяльність дихальної, серцево-судинної системи, збільшує рухливість суглобів і міцність зв'язок, стимулює обмінні процеси, позитивно впливає на нервову систему, підвищує опірність організму до простудних захворювань.

В діючу програму для загальноосвітніх навчальних закладів включені чотири види спортивних ігор: баскетбол, волейбол

гандбол та футбол. Матеріал програми передбачає вивчення основних технічних прийомів, тактичних дій та правил гри.

У багатьох школах України не має стандартних ігрових майданчиків, спортивних залів або достатнього контингенту учнів, щоб проводити запропоновані за програмою спортивні ігри. Тому, як правило, ігри проводяться за спрощеними правилами, що склалися в тому чи іншому регіоні У зв'язку з цим, в навчально-методичному посібнику висвітлюються правила та історія виникнення різноманітних різновидів спортивних ігор, які дають можливість учителям фізичної культури, керівникам спортивних гуртків і секцій, тренерам-викладачам спортивних шкіл вирішувати поставлені задачі та розширювати уявлення учнів про популярні сучасні спортивні ігри в цілому.

# РОЗДІЛ 1

## РІЗНОВИДИ ТРАДИЦІЙНОГО БАСКЕТБОЛУ

### *СТРІТБОЛ*

Стрітбол, він же – вуличний баскетбол або баскетбол 3x3 – це різновид баскетболу, що з'явився в середині минулого століття на асфальті бідних кварталів Америки. При меншій кількості гравців майданчик відповідно коротшав удвічі, гра велася на одне кільце. Спрощені правила і 20-хвилинний ліміт часу розрахований на максимальну рухливість гравців. Кільце встановлювалося над будь-якою рівною поверхнею в дворах і школах, привертаючи всіх великих підлітків.

Зараз практичний кожен гравець НБА проходить школу стрітбола. Техніка вуличної гри перетворює баскетбол в незабутнє видовище, що зачаровує публіку. Дворова гра (3 на 3 в одну корзину) отримала своє друге народження завдяки компанії «Adidas», яка поставила перед собою завдання розвитку баскетболу на вулицях міст Європи. Вперше стрітбол був представлений світу в 1991 році. Відправною крапкою став Париж, а потім за чотири місяці були скорені Мадрид, Берлін, Стокгольм, Цюрих і Відень. Вже через рік змагання пройшли в 30-ти країнах світу за участю 20000 команд. Починаючи з 1994 року, проводяться чемпіонати Європи, де зустрічаються команди переможці турнірів в своїх країнах.

#### *Скорочені правила гри*

(Правила гри Ліги по вуличному баскетболу "Українська Стрітбольна Ліга").

Ігри проводяться по офіційних правилах баскетболу ФІБА для чоловіків і жінок з наступними виключеннями:

#### **1. Розміри і устаткування.**

1.1. Майданчик обмежений традиційною центральною лінією, тобто є половиною традиційного баскетбольного майданчика з однією корзиною.

#### **2. Судді.**

2.1. Гру обслуговує один суддя (виключення – 2 судді при іграх «плэй-офф») і один секретар.

2.2. Суддя здійснює повний контроль над грою (як при традиційному суддівстві). Основні обов'язки судді: проведення процедури жеребкування в ситуації "початок гри"; визначення команди, що має право на володіння м'ячем, в ситуаціях, коли це потрібно; відлік часу на атаку; надання тайм-аутів і замін; визначення ситуації "спірний м'яч"; фіксація всіх порушень (пробіжка, неправильне ведення, аут і так далі), а також фолів.

2.3. Секретар здійснює ведення рахунку гри і відлік ігрового часу.

### **3. Команди та екіпіровка гравців.**

3.1. Команда складається з 5 чоловік – 3 гравців і 2 запасних. Всі ігри проводяться «3 на 3».

3.1.1. На груповому етапі і етапі стикувальних ігор команду можуть представляти тільки три люди. Якщо в команді залишається менше двох чоловік до або в ході гри, їй зараховується поразка.

3.2. Команда має право виступати на турнірі у власних одноколірних командних футболках. У разі відсутності у команди одноколірних футболок обов'язкове використання накидок наданих організаторами.

### **4. Ігрові положення.**

4.1. Закинутий м'яч оцінюється: 2 очки, якщо закинтий з гри з традиційної двохочкової зони; 3 очки, якщо закинтий з гри з традиційної триочкової зони; 1 очко, якщо це результативний штрафний кидок.

4.2. Час гри і кількість очок:

4.2.1. На груповому етапі і етапі стикувальних ігор матч триває 10 хвилин. У перших 8 хвилин відлічується брудний час (годинник зупиняється тільки у разі нанесення травми гравцеві (якщо немає заміни) до з'ясування чи можливо йому продовжувати гру – ця пауза не зараховується тайм-аутом), а останніх 2 хвилини – чистий час (годинник зупиняється у разі будь-якої неігрової ситуації).

4.2.2. За закінчення гри вважається:

а) Якщо одна з команд впродовж 10 хвилин ігрового часу набирає 16 очок;

б) Якщо розрив в рахунку між командами досяг 10 очок;

в) Якщо після закінчення 10 хвилин ігрового часу рахунок зустрічі рівний, проводиться додаткова хвилина (овертайм) – отже,

переможцем вважається команда, що лідирує в рахунку по закінченню додаткової часу.

4.2.3. Фінал триває 15 хвилин або до 21 очка. Правило «різниці в 10 очок» у фіналі не діє.

4.3. Команда, яка розпочне гру, визначається жеребкуванням.

4.4. Заміни дозволені обом командам у будь-який момент, коли м'яч «мертвий», в т.ч. якщо після порушення право на володіння м'ячем має команда суперників. Прохання про заміну капітан команди висловлює судді.

4.5. Кожна команда в перебігу гри має право узяти одну 30-секундну перерву.

4.6. У разі зміни командного контролю над м'ячем в процесі гри команда, що оволоділа м'ячем, не має права атакувати корзину перш, ніж виведе м'яч в традиційну тричкову зону, перейшовши в стадію нападу.

4.7. У ситуації "спірний м'яч" команда, якою надається право на володіння м'ячем, визначається по офіційних правилах ФІБА.

4.8. У грі допускаються елементи вуличного баскетболу, заборонені офіційними правилами ФІБА. Проте ці елементи не повинні приносити переваги нападаючому гравцеві або команді.

## **5. Порушення і фоли.**

5.1. Час на атаку обмежений 20 секундами.

5.2. Всі фоли оголошує суддя.

5.3. Чотири перші командні фоли не пробиваються. 5-й і подальші командні фоли караються двома штрафними кидками з боротьбою за відскік. Виключення: у разі фолу при спробі тричкового кидка, виконується 3 штрафних кидка з боротьбою за відскік. У разі фолу при вдалій спробі двочкового або тричкового кидка, виконується 1 штрафний кидок з боротьбою за відскік.

5.4. Кожен гравець команди має право отримати 4 персональних зауваження. Після 5 зауваження він повинен покинути майданчик до кінця гри.

5.5. Технічні і неспортивні фоли караються 2 штрафними кидками кожен, і м'яч залишається у команди, що виконала покарання.

5.6. Гравець, що зробив в одній грі 2 неспортивних фола або 2 технічних фола, дискваліфікується до кінця турніру. Команда, два



гравці якої отримали в одній грі по два неспортивних або технічних фолу, дискваліфікується до кінця турніру.

5.7. У разі бійки на майданчику команда-ініціатор або обидві команди, що беруть участь, можуть бути дискваліфіковані до кінця турніру по сумісному вирішенню судді, обслуговуючого гру і Організаторів турніру.

5.8. Штрафний кидок виконує гравець, проти якого був здійснений фол. У випадку, якщо штрафний кидок невдалий: команда, що виконувала кидок, має право атакувати корзину відразу; команда-захисник повинна спочатку вивести м'яч в традиційну триочкову зону.

5.9. У випадку, якщо після кидка зі свистком про закінчення часу гри або після пробиття штрафного кидка після закінчення часу гри, рахунок між командами рівний, команда, що має право на перший розіграш м'яча в овертаймі, визначається жеребкуванням.

5.10. Якщо під час свистка про закінчення часу гри м'яч контролює одна з команд і рахунок рівний – м'яч залишається у нападаючої команди в овертаймі.

## **6. Доповнення.**

6.1. При появі кровотечі у гравця суддя зобов'язаний вмиг перервати гру і оголосити технічний тайм-аут. Гравець повинен негайно покинути майданчик і звернутися до лікаря. Якнайскоріше повинна виконатися заміна.

## ***КОРФБОЛ***

Корфбол – різновид однієї з популярних спортивних ігор баскетболу. З'явилася ця гра майже одночасно з баскетболом, з різницею в 10-11 років. Баскетбол винайшли в кінці XIX століття американці, а корфбол трохи пізніше голландці. Можливо, їх не влаштувало, що в баскетбол грають найчастіше в залі і лише по п'ять чоловік в команді. Майданчик для корфболу – це ціле футбольне поле. Причому грати в нього можуть разом і чоловіки і жінки.

Корфбол – одна з найпопулярніших ігор на її батьківщині, де, за підрахунками, грають в неї більше 70 тисяч чоловік. Розігрується першість країни серед дорослих і серед юнаків.

### Скорочені правила гри

У корфбол змагаються на полі шириною 30-40 м і завдовжки 90 м (іноді використовують майданчики великих розмірів, наприклад, 45-100 м). По довжині поле розділене на три рівні зони (рис. 1) вони позначені відповідно А, Б, В. В центрі майданчика розмічене коло діаметром 14 м – в нім суддя вкидає м'яч в гру так само, як в баскетболі.

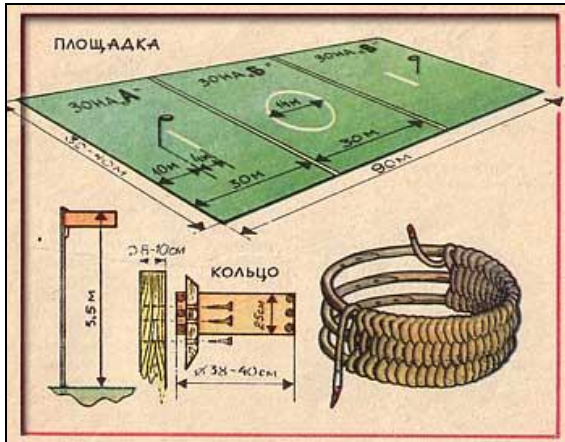


Рис. 1. Майданчик для гри

Корзини в корфболі, як ви вже, напевно, відмітили, несхожі на баскетбольні. Вони мають інші розміри, сплетені з лози, та встановлені не по краях майданчика, а на самому полі. Таке розташування дозволяє урізноманітнити гру, адже корфболісти можуть атакувати кільце з усіх боків.

У зоні захисту кожної команди (зони А і В) в чотирьох метрах від стійки є лінія, ближче за яку кидати по корзині забороняється. Грають в корфбол баскетбольним м'ячем, два тайми по 45 хвилин. У кожній команді, приймають участь по 12 гравців: шість жінок і шість чоловіків (у деяких країнах грають і 6 на 6).

Розподіляються корфболісти по майданчику так: у кожній зоні грає по чотири гравці з команди: дві жінки і двоє чоловіків.

Сенс гри в корфболі такий же, як в баскетболі. Обидві команди прагнуть закинути м'яч в корзину супротивника. Гравці передають м'яч один одному, здійснюють безліч відволікаючих

маневрів, допомагаючи партнерові позбавитися від опіки, словом, все як в баскетболі. Але є в правилах корфболу обмеження, яких в баскетболі немає. Наприклад, чоловіки мають право атакувати тільки чоловіків, а жінки – жінок.

Вести м'яч, ударяючи його об землю, не можна: рухатися по майданчику можна, тільки передаючи м'яч по повітрю. Забороняється також бити по м'ячу рукою або ногою, котити його по землі.

Після двох забитих голів партнери міняються зонами: гравці із зони А переходять в зону Б, а ті, хто грав в зоні Б, переміщаються в зону В і так далі. Така зміна в грі від спортсменів вимагає універсальних навиків – потрібно однаково добре грати і в захисті, і в нападі.

## ***РЕГБОЛ***

Регбол – спортивна командна гра з елементами боротьби, баскетболу і регбі. Грають в регбол на баскетбольному полі. Мета гри – уразити м'ячем кільце команди супротивника. На відміну від баскетболу, відсутні такі поняття як дриблінг і штрафні кидки. Під час гри дозволяється жорстка силова боротьба, тому щоб не допустити травм і захистити гравців під час падінь і зіткнень – передбачені наколінники, налокітники і шоломи. Регбол зареєстрований як самостійний вид спорту вирішенням комісії Держкомспорту Росії про визнання нового виду спорту від 13 листопада 2003 року. Російська федерація регбола була створена в травні 1999 року. Перший чемпіонат Росії по регболу пройшов в Ульяновську в жовтні 1999 року.

Регбол виник від гри, в яку грали на тренуваннях борці під час розминки. Важким набивним м'ячем борці, пересувались на колінах по килиму, намагалися забити суперникам гол в імпровізовані ворота. Поступово ця гра для розминки з килима перемістилася в ігровий зал. Грати почали на ногах і з баскетбольним м'ячем.

Грають дві команди по шість гравців кожна. Команда складається з 13 гравців, але не більше шести гравців можуть знаходитися на ігровому майданчику. Мета гри – закинути м'яч в корзину суперника.

У Росії існують 22 команди по регболу, регулярно проводяться чемпіонати Росії, міжнародні турніри на кубок «Петра Великого», турніри, присвячені Дню Перемоги і інші змагання. Професійні команди є в Голландії, Франції, Чехії. Регбольні клуби і федерації регболу створюються в Білорусії, на Україні, в Молдавії, Естонії, Придністров'ї.

### ***Скорочені правила гри***

- Гра починається вкиданням м'яча в центрі поля.
- М'яч можна передавати, кидати, відбивати, вести, котити в будь-якому напрямку.
- Гравцеві з м'ячем дозволяється бігти.
- У грі можна застосовувати силові прийоми і прийоми боротьби, окрім заборонених.
- Спірний м'яч призначається, якщо гравці команд, що змагаються, тримають м'яч на підлозі в партері більше 5 секунд.
- Дозволяється гравцям, що знаходяться без м'яча, утримувати один одного.
- Гра ведеться будь-якою частиною тіла, окрім ніг.
- Потрапляння м'яча в корзину суперника з будь-якої дистанції оцінюється в одне очко.
- Переможець гри – команда, що набрала до кінця ігрового часу більшу кількість очок.
- Тривалість гри – два періоди по 20 хвилин чистого часу з 5 хвилинною перервою. У кожному періоді обидві команди мають право узяти по одному тайм-ауту тривалістю 30 секунд.
- Гра не може початися, якщо в команді на майданчику знаходиться менше 5 гравців, готових до гри.

### ***МІНІ-БАСКЕТБОЛ***

Міні-баскетбол – гра з м'ячем для дітей у віці до 12 років.

В 1948 році американський вчитель Джей Арчер, розробив правила гри в баскетбол спеціально для дітей, він вперше зменшив висоту кілець та застосував полегшені м'ячі.

Але тільки в 1967 році за ініціативою лідерів світового баскетболу – іспанця Анселмо Лопеса, англійця Вільяма Джонса і французького Роберта Бюснеля міні-баскетбол отримав офіційне

міжнародне визнання. Ця ініціатива виходила від самих вищих функціонерів світового баскетболу. І через рік у ФІБА був утворений Міжнародний комітет з міні-баскетболу.

З 1991 року Міжнародний комітет з міні-баскетболу, згодом перейменованій «Міні-баскетбол ФІБА», який почав регулярно проводити міжнародні фестивалі під назвою «Jamboree ». Ця назва прийшла з далеких часів, коли індіанські племена збиралися разом для демонстрації своїх знань, умінь і успіхів. Єврокомітет «ФІБА міні-баскетбол» щороку почав збирати команди з різних європейських країн. Програвших на «Jamboree» не було. Оскільки одна з основних ідей міні-баскетболу, проголошена ФІБА: «Гра міні-баскетбол – це задоволення і забава, а не змагання!» У 2002 році при реорганізації структури ФІБА комітет з міні-баскетболу, був реорганізований і увійшов до складу однієї з численних комісій.

### *Скорочені правила гри*

Команда по міні-баскетболу складається з 10 гравців – 5 основних і 5 запасних. Кожен гравець повинен грати в двох періодах, окрім тих випадків, коли він замінений при отриманні травми, при здійсненні п'яти фолів або якщо він дискваліфікований.

У міні-баскетболі є принцип, відповідно до якого всі гравці повинні протягом одного періоду просидіти на лавці запасних. Це правило має повчальний характер, щоб навіть лідер команди побував на місці запасного.

Гра складається з двох половин по 20 хвилин з перервою 10 хвилин між ними. Кожна половина розділена на 2 періоди по 10 хвилин з обов'язковою двохвилинною перервою між ними. Проте для самої молодшої вікової групи час гри – 4 по 6 хвилин, а для старших – 4 по 8 хвилин.

Якщо рахунок матчу з міні-баскетболу рівний у обох команд, то матч вважається за нічийний. Додаткового часу для виявлення переможця не дається, але іноді командам надається право пробиття штрафних кидків, за наслідками яких одна команда перемагає іншу.

## ТРИДЦЯТЬ ТРИ (33)

В гру грають декілька гравців. Для гри знадобиться м'яч і одне баскетбольне кільце. Гравці домовляються про лінії кидка по віддаленості (рис. 2) від кільця (3,6,9 – очкові, відповідно, приблизно 3,6,9 метрів від кільця). Гравець, що перший кидає вибирає будь-яку лінію, від якої починає кидати м'яч в кільце.

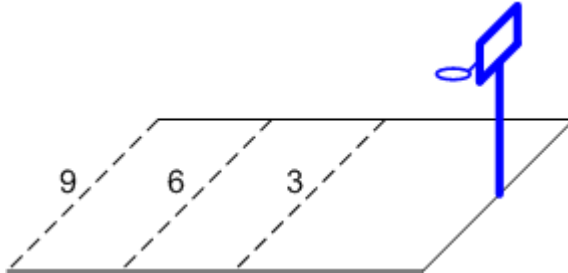


Рис. 2. Майданчик для гри

### *Правила гри:*

1. Якщо гравець потрапив в кільце. В цьому випадку зараховується така кількість очок, з якої відстані кидався м'яч. Для наступного кидка цей же гравець повинен відійти далі (якщо був на 3 м, то мінімум до 6 м; якщо був на 6 м, то до 9 м; якщо був на 9 м, залишається на місці)

2. Якщо гравець не потрапив в кільце, але потрапив в щит. Очки не нараховуються, а наступний гравець повинен підхопити м'яч і кидати його з того місця, в якому він зловив м'яч. Причому якщо другий потрапляє м'ячем в кільце, то йому нараховується 3 очки, і далі він може кидати з будь-якої лінії.

3. Якщо гравець не потрапив навіть в щит. Віднімається та кількість очок, яку намагався "заробити". Наступний гравець кидає м'яч звідки захоче. У грі потрібно набрати 33 очки. Причому останні три кидки (31, 32, 33) потрібно кинути з 3-метрової лінії, кожний влучний м'яч рахується за 1 очко. Дається на останні кидки 3 спроби. Якщо з трьох разів не закинув – перехід ходу до наступного гравця. Гравець що перший набрав 33 очки – стає абсолютним переможця. Гра закінчується після того, як останній гравець набере 33 очки – він стає проигравшим.

## РОЗДІЛ 2 РІЗНОВИДИ ТРАДИЦІЙНОГО ВОЛЕЙБОЛУ

### *ПЛЯЖНИЙ ВОЛЕЙБОЛ*

Батьківщиною пляжного волейболу вважається Каліфорнія, на пляжах якої на початку 1920-х років з'явилися майданчики для гри і були зібрані перші команди, що складалися, як і в класичному волейболі, з 6 чоловік. Поширена також думка, що в 1910 році на Гавайях члени місцевого серфінг-клубу, серед яких був знаменитий американський плавець, серфер і ватерполіст Дюк Каханамоку, в очікуванні хорошої хвилі нерідко грали у волейбол прямо на пляжі. Пізніше, ставши керівником пляжного клубу міста Санта-Моніка, Каханамоку вніс великий внесок у розвиток гри. У 1930 році в Санта-Моніці відбувся перший матч з пляжного волейболу де в складі однієї команди було двоє чоловік.

У Європі про біч-волей вперше дізналися завдяки французьким нудистам: в 1927 році гра стала головною розвагою на пляжі в Франконвіллі, містечку на північний захід від Парижа. Згодом гра набула поширення і в інших європейських країнах: у Болгарії, Чехословаччині та Латвії. У Бразилії пляжний волейбол набирає популярність, починаючи з 1950-х років.

Перший офіційний турнір з пляжного волейболу був організований в 1947 році в Стейт-Біч (Каліфорнія) компанією «Holzman». У 1965 році створена перша в історії біч-волея організація – Каліфорнійська Асоціація пляжного волейболу, яка розробила єдині правила. У 1960-і на пляжах Каліфорнії гра стає такою ж популярною, як і серфінг. Виступи спортсменів супроводжувалися конкурсами краси і всілякими уявленнями, інтерес до біч-волею проявляли The Beatles, Мерилін Монро і президент Джон Кеннеді. У 1976 році в США пройшов перший неофіційний чемпіонат світу. У 1983 році створена Асоціація волейболістів-професіоналів (AVP), що організувала серію турнірів з великим призовим фондом.

У 1986 році пляжний волейбол отримав визнання Міжнародної федерації волейболу (FIVB), в лютому 1987 року під її егідою пройшов чемпіонат світу в Ріо-де-Жанейро, поки що неофіційний, переможцями в якому стали американці Ренді

Стоклос і Сінджін Сміт. У 1990 році в FIVB з'явилася нова структура – Міжнародна рада пляжного волейболу. З 1992 року в офіційних змаганнях з пляжного волейболу беруть участь жінки.

Біч-волей входив в програму Олімпійських ігор-1992 в Барселоні в якості показового виду спорту. Переможцями стали пари з США – Ренді Стоклос / Сінджін Сміт і Каролін Кірбі / Ненсі Ріно. 24 вересня 1993 на 101-й сесії МОК у Монте-Карло пляжний волейбол був визнаний олімпійським видом спорту. У першому офіційному олімпійському турнірі, що пройшов в 1996 році на Іграх в Атланті взяли участь 24 чоловічих і 16 жіночих команд, золоті медалі дісталися американцям Карчев Кіра / Кенту Стеффесу і бразилійка Джекі Сілві / Сандрі Пірес. Карчев Кіра став триразовим олімпійським чемпіоном: у 1984 і 1988 роках він також завойовував «золото» на Олімпійських іграх у складі збірної США з волейболу.

У вересні 1997 року в Лос-Анджелесі пройшов перший офіційний чемпіонат світу. До кінця 1990-х років FIVB стала контролювати пляжний волейбол у всьому світі – конкурували з нею американські асоціації WPVA (жіночий професійний тур) і AVP (професійний чоловічий тур) в 1998 році оголосили про своє банкрутство. У 2001 році відтворена стараннями відомого спортивного агента Леонарда Армата AVP об'єднала чоловічі та жіночі професійні тури, встановивши рівний для чоловіків і жінок призовий фонд, сумірний з грошима, які сплачуються на турнірах FIVB. Враховуючи високий рівень розвитку пляжного волейболу в США, Асоціація волейболістів-професіоналів як і раніше відіграє велику роль – американських пар часто ігнорують етапи Світового туру FIVB заради участі в AVP Crocs Tour. Лідерами у світовому біч-волей традиційно є Бразилія та США, які виграли майже всі чемпіонати світу та олімпійські турніри. Переможну серію бразильців, здобували перемоги в загальному заліку Світового туру з 1995 року, вдалося перервати тільки спортсменам з Аргентини Маріано Барасетті і Мартіну Конде в 2001-м і німцям Юліуса Брінку та Йонас Рекерману в 2009-му, вони ж ставали переможцями чемпіонатів світу. У жіночих змаганнях один з комплектів золотих олімпійських медалей дістався парі з Австралії Наталі Кук та Керрі Поттхарст (Сідней-2000). У той же час не піддається сумніву високий рівень розвитку пляжного волейболу в



ряді інших країн, в числі яких не мають виходу до моря і, отже, природних пляжів Австрія та Швейцарія, а також Німеччина, Іспанія, Нідерланди, Росія, Китай та інші.

Імена видатних майстрів пляжного волейболу – Карча Кірая, Ренді Стоклосо, Керрі Поттхарст, Холлі Макпік включені в галерею пошани Залу слави світового волейболу в Холіоке (штат Массачусетс).

З метою популяризації пляжного волейболу FIVB часто виступає з ініціативою проведення турнірів не на пляжах, а в культових місцях столичних міст: чемпіонат світу-2005 пройшов в самому центрі Берліна – на площі Шлоссплац, етапи «Великого шолома» Світового туру – у Ейфелевої вежі в Парижі, на Поклінній горі у Москві.

### ***Скорочені правила гри***

#### **1. Обладнання ігрового поля**

Ігрове поле включає ігровий майданчик та вільну зону. Ігровий майданчик – прямокутник, розмірами 16x8 м, оточений вільною зоною шириною мінімум 3 м. Будь-які перешкоди, що перебувають над площадкою повинні бути на висоті не менше 7 м від ігрової поверхні.

Поверхня ігрового майданчика повинна бути покрита піском. Поверхня повинна бути на скільки можливо гладкою та однорідною, без камінців, черепашок та інших включень, які можуть поранити або травмувати гравців.

Ігрова поверхня не повинна представляти ніякої небезпеки з погляду травмування гравців.

Ігровий майданчик обмежується двома бічними та двома лицьовими лініями. Ті й інші входять у розміри ігрового майданчика. Всі лінії шириною 5-8 см, причому повинні бути такого кольору, що різко контрастують з кольором піску. Лінії повинні бути прокладені стрічками, зробленими із пружного (еластичного) матеріалу. Кріплення ліній повинні бути також зроблені з м'якого, пружного матеріалу, що не травмувати гравців.

Зона подачі –це площа за лицьовою лінією в межах продовження бічних ліній. У довжину зона подачі – до кінця вільної зони.

Сітка довжиною 9,5 м і шириною 1м. ( $\pm 0.1$  м), у тугу натягнутому стані, розташована вертикально по осі над центром майданчику. Висота сітки повинна бути 2,43 м – для чоловіків й 2,24 м – для жінок. На протилежні сторони сітки з боку зовнішнього краю обмежувальних стрічок прикріплюються дві антени. Кожна антена представляє собою гнучкий прут довжиною 1.8 м діаметром 10 мм розмічений смугами контрастних кольорів, переважно білого і червоного, шириною 10 см та піднімається над сіткою на 80 см.

В залежності від віку учасників висота сітки може змінюватись у відповідності до таблиці 1.

*Таблиця 1.*

Вік учасників	Висота сітки для дівчат (м)	Висота сітки для хлопців (м)
16 років та молодші	2.24	2.24
14 років та молодші	2.12	2.12
12 років та молодші	2.00	2.00

Стійки, що підтримують сітку повинні бути круглими та гладкими, висотою 2,55 м бажано, щоб вони регулювалися по висоті. Вони повинні бути укріплені в землі на рівній відстані 0,7-1,0 м, від кожної бічної лінії.

## **2. Учасники**

Команда складається винятково із двох гравців. Тільки два гравці, реєструються у протоколі та можуть брати участь у матчі. Один з гравців команди є капітаном. Перед матчем капітан команди: а) підписує протокол; б) представляє свою команду в жеребкуванні. Після закінчення матчу завіряє результати, підписуючи протокол.

Форма гравців складається із шортів або купального костюма. Майка або "топ" необов'язкові, якщо це спеціально не обговорено регламентом турніру. Гравці можуть мати головні убори. Гравці повинні грати босоніж, якщо інше не дозволено судьями. Майки гравців або шорти (якщо їм дозволено грати без

майок) повинні мати номери 1 й 2. Номер повинен бути поміщений на груди (або попереду на шортах).

Головний суддя може дозволити одному або декільком гравцям: а) грати в носках або взуття; б) перемінити вологу майку на суху між партіями, за умови, що остання буде відповідати регламенту турніру.

Заборонено надягати будь-які предмети, які можуть викликати травму, такі як ювелірні прикраси, значки, браслети тощо. Гравці можуть на свій власний ризик грати в окулярах.

Учасники повинні поважати рішення арбітра та приймати їх без обговорення. У випадку сумніву можна попросити пояснення.

Під час матчу обом гравцям дозволено звертатися до суддів, поки м'яч перебуває поза грою в трьох наступних випадках:

а) попросити пояснення (інтерпретацію) застосованого правила. Якщо пояснення не задовольнило гравців, потрібно негайно вказати судді, що вони скористаються своїм правом після матчу записати до протоколу свою не згоду, як офіційний протест;

б) попросити дозволу:

– змінити форму;

– уточнити номер гравця, що подає;

– перевірити сітку, м'яч, поверхню піску тощо;

– поправити обмежувальну лінію на майданчику.

в) попросити перерву.

Примітка: Гравці повинні одержати дозвіл суддів, щоб покинути площадку.

Наприкінці матчу:

а) обоє гравців дякують суддям і суперникам;

б) якщо попередньо було заявлено про незгоду з рішенням суддів, гравець має право підтвердити його, записавши до протоколу протест.

### **3. Виграш очка, партії, матчу**

У матчі перемагає команда, що виграє дві партії. У випадку рахунку за партіями 1:1 команди грають третю вирішальну партію. Виграш у перших двох партіях отримує команда, що першою набере 21 очко при різниці мінімуму два очка. При рахунку 20:20, гра продовжиться до різниці у два очка (22:20, 23:21 тощо). Обмеження рахунку немає.

Якщо рахунок за партіями 1:1, команди грають третю вирішальну партію. Партію виграє команда, що першою набере 15 очок, при різниці мінімум у два очка. При рахунку 14:14, гра триває до різниці у два очка (16:14, 17:15 тощо).

Тут також немає обмеження рахунку.

Виграш розіграшу м'яча:

Якщо команда не подала подачу, або не змогла повернути м'яч на сторону суперника, або зробила будь-яку іншу помилку, команда-суперник виграє розіграш м'яча з наступними наслідками:

– якщо команда-суперник подавала, вона виграє очко і продовжує подавати;

– якщо команда-суперник приймала подачу, вона виграє очко і здобуває право подавати.

– якщо команда відмовляється грати після того як була викликана на майданчик або не з'явилася вчасно на майданчику, вона оголошується, що не з'явилася, їй зараховується поразка з рахунком 0:2 у матчі та 0:21 у партіях.

#### **4. Підготовка до матчу, структура гри**

Перед розминкою головний суддя проводить жеребкування в присутності двох капітанів. Переможець жеребкування вибирає: а) право подавати або приймати подачу; б) сторону майданчик, інша команда приймає вибір, що залишився. У другій партії команда яка програла жеребкування у першій партії має право вибирати варіанти а) або б). Для вирішальної партії проводиться нове жеребкування.

Не існують заміни або заміщення гравців. Гравці вільні у виборі своїх позицій. Позиції гравців на майданчику невизначені.

Порядок подач повинен зберігатися в процесі партії (як визначено капітаном відразу після жеребкування). Порушення порядку подач визначається, якщо подача не виконується у встановленому порядку. Помилка в порядку подачі карається втратою розіграшу м'яча.

#### **5. Ігрові дії**

Розіграш м'яча починається зі свистком судді. Однак м'яч перебуває в грі з моменту удару по ньому при подачі. Розіграш м'яча закінчується зі свистком судді. Однак, якщо свисток пішов внаслідок помилки, м'яч перебуває поза грою з моменту здійснення

помилки. М'яч вважається "у площадці", коли він торкається ігрової поверхні, включаючи обмежувальні лінії.

М'яч вважається "за", коли він:

а) падає на площадку за межами обмежувальних ліній (не зачіпаючи їх);

б) торкається якихось об'єктів за межами площадки, стелі або людини, що не приймає участь у грі;

в) торкається антен, тросів, стійок або сітки за межами обмежувальних стрічок і антен;

г) повністю перетинає вертикальну площину сітки, цілком або частково перебуваючи за межами площини переходу м'яча через сітку під час подачі або після третього торкання команди.

Слід зазначити, що Будь-яка ігрова дія, що суперечить правилам, є ігровою помилкою. Якщо послідовно відбувається дві або більше помилки, зараховується тільки перша. Якщо дві або більше помилки зроблена суперниками одночасно, зараховується обопільна помилка і м'яч переграється.

Кожна команда має право виконати максимум три торкання, щоб повернути м'яч через сітку. Торкання команди включають не тільки навмисні торкання м'яча гравцем, але також і ненавмисні торкання м'яча. Коли два гравці однієї команди торкаються м'яча одночасно, це вважається як два торкання, за виключенням під час блокування.

Якщо два гравці однієї команди одночасно намагаються дотягтися до м'яча, але тільки один торкається його, то це вважається як одне торкання. Якщо гравці при цьому зіштовхуються, то це не вважається помилкою.

М'яча можна торкатися будь-якою частиною тіла. М'яча можна тільки торкнутися, неможна його захопити або кинути. М'яч може відскочити в будь-якому напрямку.

Помилки при грі м'ячем:

*чотири торкання*: команда торкається м'яча чотири рази, перш ніж повернути м'яч на сторону суперника;

*удар з підтримкою*: гравець користується підтримкою партнера по команді або якій-небудь конструкції;

*затримка м'яча*: гравець не торкається м'яча чисто, виключення становлять захисні дії від сильно спрямованого удару

або коли одночасні торкання двох суперників над сіткою приводять до короточасної "затримки м'яча";

*подвійне торкання*: гравець торкається м'яча два рази підряд або м'яч торкнувся різних частин його тіла послідовно.

М'яч, посланий на майданчик суперника, повинен пройти над сіткою в межах площини переходу. Площина переходу-це частина вертикальної площини сітки, обмежена в такий спосіб:

- а) знизу-верхнім краєм сітки;
- б) з боків, антенами їх нім уявленим продовженням;
- в)зверху-стелею або якимись об'єктами (якщо вони є).

При блокуванні той, що блокує може торкнутися м'яча по іншу сторону сітки, за умови, що він не заважає грі суперника до або під час нападаючого удару.

Подача – це дія, що вводить м'яч у гру, коли гравець, що повинен подавати один по одному подачі, перебуває в зоні подачі й завдає удару по м'ячі однією кистю або рукою.

Гравець, що подає, може вільно пересуватися в межах зони подачі. У момент подачі або відштовхування для подачі в стрибку гравець, що подає не повинен торкатися ні ігрової площадки (включаючи лицьову лінію), ні поверхні за зоною подачі. Його нога не може перебувати під лінією. Після виконання удару гравець, що подає може наступити або приземлитися за межами зони або у середині площадки. У випадку коли лінія зрушується разом з піском від ноги гравця, що подає-це не вважається помилкою.

Гравець, що подає повинен ударити по м'ячу протягом п'яти секунд після свистку судді на подачу. подача, виконана до свистка, скасовується і повторюється. По м'ячу можна вдарити однією кистю або будь-якою частиною руки, після того як м'яч був підкинутий або випущений перше ніж він торкнеться ігрової поверхні. У випадку якщо м'яч, після того як був підкинутий або випущений, приземлився без його торкання або був пійманий гравцем, що подає, це вважається спробою подачі, нова спроба виконання подачі не дозволяється. При подачі партнер гравця, що подає неповинен заважати суперникам, заслоняючи того що подає або траєкторію польоту м'яча. На прохання суперника він повинен відійти у бік. Помилки гравця, що подає які ведуть до переходу подачі до суперника: а) порушує порядок подач; б) не виконує подачу правильно.

Всі дії, що направляють м'яч на сторону суперника, крім подачі та блокування вважаються атакуючими ударами.

Любий гравець може виконати атакуючий удар набудь-якій висоті за умови, що його контакт із м'ячем здійснений у межах його власного ігрового простору.

Помилки при атакуючому ударі:

– гравець торкається м'яча в межах ігрового простору команди-суперника;

– гравець посилає м'яч "за";

– завершує атакуючий удар, легко торкаючись м'яча відкритою кистю або направляючи м'яч пальцями;

– гравець атакує подачу суперника в момент, коли м'яч повністю перебуває над верхнім краєм сітки.

– гравець виконує атакуючий удар, використовуючи передачу руками зверху, що має траєкторію, не перпендикулярну лінії його плечей, крім випадку, коли він виконує пас своєму партнерові по команді.

Блокування – це дія гравців поблизу сітки, що перепиняє шлях м'ячу, що летить із боку суперника, протяганням руки(рук)або інших частин тіла над верхнім краєм сітки. Торкання на блоці вважається торканням команди. Після блоку команді дозволяється виконати тільки два торкання.

Помилки при блокуванні

– гравець що блокує торкається м'яча у просторі суперника до або одночасно з його атакуючим ударом;

– гравець блокує м'яч у просторі суперника за антеною;

– гравець блокує подачу суперника;

– м'яч від блоку йде "за".

## **6. Тайм-аут і затримки**

Тайм-аут – це дозволене переривання гри, продовжністю 30 секунд. Кожна команда може мати максимум два тайм-ауту в партії. Прохання гравці про тайм-аут можуть подавати показом відповідного жесту тільки тоді, коли м'яч перебуває поза грою до свистка, що дозволяє подачу. Тайм-ауту можуть надаватися один за іншим без поновлення гри, щоб покинути ігрове поле, гравці повинні одержати дозвіл суддів.

Не правильні дії команди, які зтягають продовження гри, є затримкою і включають: а)продовження перерви після вказівки

відновити гру;б) повторення неправильного прохання в одній і тій же партії; в)затримка гри (при нормальних ігрових умовах час від закінчення розіграшу м'яча до свистка на подачу не повинне перевищувати 12 секунд). За першу затримку в партії команда карається попередженням за затримку.

Друга і наступні затримки будь-якого типу однієї і тією же командою в одній і тій же партії є порушення і призводить до зауваження за затримку: програв розіграшу м'яча.

У перших двох партіях команди міняються сторонами після розіграшу кожних десяти очок. У третій вирішальній партії команди міняються сторонами після розіграшу кожних п'яти очок. Перерви між партіями тривають одну хвилину. Під час цих перерв суддя проводить жеребкування .

### **7. Неправильна поведінка**

Категорії некоректної поведінки (табл. 2):

1. Неспортивне поведінка: суперечка, залякування і т.д.
2. Грубе поведінка: дії в супереч гарному тону або принципам моралі, вираження презирства.
3. Образливе поведінка: наклепницькі або образливі слова або жести.
4. Агресія: фізичний напад або навмисна агресія.

В залежно від ступеня некоректного поведінки відповідно до рішення судді застосовуються штрафні санкції (вони повинні бути записані до протоколу):

1. **попередження за неправильну поведінку**: за неспортивну поведінку покарання не дається, але гравець попереджається про недопустимість такого в цій же партії.

2. **покарання за неправильну поведінку**: за грубу поведінку команда карається втратою подачі або суперникові присуджується очко, у випадку його подачі.

3. **видалення**: повторення грубої поведінки карається видаленням. Гравець команди, покараний видаленням, повинен покинути площадку й команда оголошується неповною в даній партії.

4. **дискваліфікація**: за образливу поведінку та агресію гравець повинен покинути майданчик і його команда оголошується неповною на весь матч.



Таблиця 2

Категорія	Випадок	Санкція	Показ карток	Наслідки
неспортивна поведінка	перше	попередження	жовта	немає покарання
неспортивна поведінка	друге і подальші	зауваження	червона	втрата розіграшу м'яча
груба поведінка	перше	зауваження	червона	втрата розіграшу м'яча
груба поведінка	друге	видалення	дві разом	команда оголошується в неповному складі. програш партії

### ***ПАРКОВИЙ ВОЛЕЙБОЛ***

Після конгресу ФІВБ, що відбувся в листопаді 1998 року в Токіо, було затвердження принципів для початку розвитку та популяризації паркового волейболу у всьому світі як нової дисципліни волейболу. Парковий волейбол робить ставку на гравців, без обмежень у віці та статі, для яких участь є більш важливою, ніж перемога (хоча набір очок все ж залишається основною метою). Вважаючи, що правила дуже прості, та до гравців ставиться менше технічних вимог, парк-волей є чудовим введенням до гри у волейбол. Крім того, оскільки півсвіту грає у волейбол "без даху", ця нова дисципліна має безмежні можливості для розвитку на усіх п'яти континентах.

#### ***Характеристика гри***

Парковий волейбол грається двома командами по 4 гравці в кожній, на майданчику, що розділений сіткою. Існують різні версії для різних обставин для того, щоб адаптувати гру до ігрових умов та характеристик гравців. Як пропонує сама назва гри, парк-волейбол – це в основному гра на відкритому повітрі, але вона також може проводитися в приміщенні. Для молодших категорій може використовуватися спеціально адаптований м'яч – легший або більшого розміру. На майданчику встановлюється проста, легка та мобільна сітка, яка може використовуватися і на відкритому

повітрі, і в залі, якщо необхідно. Хоча ознаки волейболу зберігаються, парк-волей має менше правил і вони набагато простіші. Один з основних канонів – це "автосуддівство". Найважливішими моментами є чесна гра та спортивна поведінка учасників. Парк-волей грається за такою ж системою, як і волейбол, де кожний розіграш м'яча закінчується очком.

### *Скорочені правила гри*

1. Матчі граються чотири проти чотирьох. Заміни відбуваються по ходу зустрічі згідно попередньої домовленості.
2. Передбачено чотири вікові категорії:
  - А – 9-12 років – хлопці/змішана/дівчата – сітка 215 см. – майданчик 7х14 м.
  - В – 13-14 років – хлопці/змішана – 230 см, дівчата – 224 см – 7х14 м
  - С – 15-17 років – хлопці/змішана – 230 см, дівчата – 224 см – 7х14 м
  - Д – чоловіки – 243 см, змішана – 230 см – 8х16 м, жінки – 224 см – 8х16 м.
3. Майданчик розміром 7х14 м розділений сіткою на дві частини 7х7 м. Інші розміри майданчику можуть бути адаптовані (6х12 м, 8х16 м чи 9х18 м).
4. Використовується звичайний волейбольний м'яч: для початківців може використовуватися легший м'яч, для дітей – особливий м'яч, легший та більшого розміру.
5. Суддівство в основному переважно виконується самими гравцями або одним із суддів, призначеним організатором (на турнірах).
6. Розіграш починається з подачі (виконується удар по м'ячу у напрямку сторони майданчика суперника) позаду лицьової лінії (або ближче до сітки, якщо це погоджено до матчу).
7. Команда має право максимум на три удари для повернення м'яча. Контакт з м'ячем при блокуванні не враховується. Один гравець не має права два рази поспіль торкати м'яча.
8. Для стимулювання довгого розіграшу м'яча враховуються тільки технічні помилки. Тільки при нанесенні нападаючого удару, гравець повинен правильно виконувати удар (короткий контакт).

9. Відбивати м'яч можна будь-якою частиною тіла. Ловити м'яч забороняється.
10. При вигравші подачі, повинен подавати наступний гравець, згідно порядку, який визначили перед партією.
11. Коли м'яч знаходиться поза грою, дозволяється проводити необмежену кількість замін. (Кількість обговорюється перед поєдинком).
12. Матч складається з розіграшу м'яча (кожен розіграш – одне очко), партії тривають до 25 очок (виграш повинен бути з перевагою у два очки без обмежень). Скільки проводити партій вирішується організатором або учасниками (1, 2, 3 вигравні партії). У випадку нічиєї грається вирішальна партія до 15 очок (виграш повинен бути з перевагою у два очки без обмежень).
13. Команди міняються майданчиками під час партії, коли досягають 13 очкової позначки. Також зміна майданчика відбувається після закінчення партій. У вирішальній партії зміна майданчика відбувається, коли одна з команд набере 8 очок.
14. Для кожної команди у партії дозволяється одна перерва.
15. Торкання сітки не карається, якщо це не заважає грі.
16. Взаємодія з гравцями команди суперника (торкання, утримування, штовхання) не дозволяється.
17. Будь-яка помилка карається програшем м'яча з його наслідками (команда суперника набирає очко та отримує право на подачу або продовжує подавати).

## **ВОЛЛІБОЛ**

Воллібол (англ. «wallyball», від «wall» – стіна) винайшов в 1979 році американець Джо Гарсія. Грають дві команди по два, три або чотири гравця. Допускається використання бічних стін спортзалу. Гра ведеться до 15, 18 або 21 очок (але різниця в рахунку має бути не менше 2 очок). Серед волліболістів немало представників класичного волейболу, зокрема члени олімпійської збірної США Пол Сандерленд і Рита Крокет, та відомі люди зі світу політики і шоу-бізнесу, включаючи президента США Джорджа Буша. На початку 1980-х років бізнесмен Майк Охара (що у минулому входив до складу олімпійської збірної США) заснував

компанію «Воллібол Інтернешнл», що узяла на себе організацію регіональних і інтернаціональних турнірів в країні. У 1989 році декілька членів виконкому, не згодних з політикою Охара створили Американську воллібольну асоціацію. Асоціація провела низьку альтернативних заходів в США та міжнародних турнірів в різних країнах. В даний час обидві організації практично не діють. У листопаді 2001 року зусиллями винахідника воллібола була сформована некомерційна Об'єднана Асоціація волліболістів. Гарсія має намір відродити минулий інтерес до свого дітища і добитися його визнання олімпійським видом спорту. Зараз у всьому світі волліболом займаються декілька мільйонів чоловік.

### ***МІНІ-ВОЛЕЙБОЛ***

Гра для дітей до 14 років. Включена в шкільну програму багатьох країн, зокрема Росії. З'явився міні-волейбол в 1961 в ГДР. У 1972 році були офіційно затверджені його правила. Розрізняють два рівні: міні-3 і міні-4. У кожній команді грають три (чотири) гравці плюс двоє запасних. За команду можуть виступати одночасно і хлопчики і дівчатка, але їх співвідношення в командах-суперницях має бути однакове. Гра проходить на майданчику (6-4,5 м.; 6-6 м), розділеною навпіл сіткою на висоті (2,15 м.; (2,05 м.) Вага м'яча: 210-230 гр, коло: 61-63 см. Гра в партії йде до 15 очок. За рахунку 14:14 грають до тих пір, поки перевага однієї з команд не складе два очки або поки вона не набере 17 очок. Для перемоги в матчі необхідно виграти дві партії. Нерідко гра в міні-волейболі йде на якийсь час. Міні-волейболу є гра-антипод – гігантський волейбол. Число гравців в команді доходить до ста чоловік, а сам майданчик по розмірах лише удвічі перевищує звичайну. Грають легким м'ячем в брезентовій покришці діаметром 80 см, число ударів не обмежене.)

### ***МІНІ-ВОЛЕЙБОЛ ПО ЯПОНСЬКІ***

Яскраво зарекомендував себе один з видів класичного волейболу міні-волейбол по японські. Батьківщиною цього виду спорту, як не важко здогадатися, є Японія. Родоначальник гри

професор Кодзіма Хидетоші говорить, що міні-волейбол по японські був придуманий ним для того, щоб в нього могли грати люди практично без обмежень за віком, які знаходяться в звичайній фізичній формі. Більш того, гра покликана об'єднувати людей і піднімати настрій, а девіз гри: «Зустрічай людей, набувай друзів, поділися з друзями».

Сьогодні міні-волейбол по японські набуває широкого поширення як вид спорту в регіонах Далекого Сходу і Сибіру. Але вже є інтерес до гри і в європейських країнах.

Міні-волейбол по японські при своїй оригінальності, вважається дуже доступною та простою грою перед класичним волейболом, і навіть має ряд переваг: м'яч в міні-волейболі більше по діаметру, чим звичайний волейбольний м'яч, але при цьому набагато легше по вазі, що унеможливорює травмування гравців.

Майданчик для гри в міні-волейбол по японські є прямокутником із сторонами 9х6,1 м. Межі майданчика позначаються лініями шириною 5 см, лінії повинні входити в площу волейбольного майданчика. Для гри використовується спеціальна сітка для міні-волейболу або бадмінтону. Висота сітки має бути 1,55 м від вершини жердин, на яких вона кріпиться. Для кріплення сітки використовуються жердини для гри в бадмінтон.

Одна команда складається з шести гравців (максимум), і тренера. Але під час гри на майданчику можуть знаходитися тільки 4 гравці. Один з гравців вибирається капітаном команди.

Під час гри використовуються офіційні м'ячі японської асоціації міні-волейболу. Стандартні розміри м'яча: товщина матеріалу 0,02 мм; вага 50 гр; діаметр 35 см. в спущеному стані (складеному стані); такий м'яч є стандартним.

Правила гри в міні-волейбол по японські, як вже мовилося раніше, дуже прості. Гра складається з трьох сетів: один сет – 11 очок. Команда, що виграла два сети, вважається переможцем.

Команда що подає може отримати очко, забивши гол. Але якщо при цьому протилежна команда забиває гол, до неї переходить право подачі. Якщо кожна команда набирає по 10 очок, команди продовжують грати, поки одна з них не набере ще 2 очки.

Якщо в команді не вистачає гравців з якої-небудь причини (видалення з поля, травма, брак гравців), така гра називається

штрафною грою. Команда, що виграла в штрафній грі, отримує очки. Команді, що програла, очки не додаються.

Якщо команда відсутня з будь-якої причини, протилежній команді буде зарахована перемога в двох сетах з 11-ма очками в кожному.

Все дуже просто і доступно, міні-волейбол по японськи можна сміливо рекомендувати як окремий вид дитячого спорту. При такому розкладі навіть в невеликому колективі завжди знайдуться ті, хто при активному відпочинку і здоровому способі життя вибере міні-волейбол по японськи, як найбільш простий, але дуже цікавий вид спорту.

### ***ПІОНЕРБОЛ***

Основною версією виникнення гри піонербол є думка, що цей полегшений варіант волейболу був народжений в піонерських таборах «Артек», «Молода гвардія», «Океан» та інші .

Основна його технічна відмінність від класичного волейболу полягає в тому, що м'яч в процесі гри береться в руки. Відповідно подача, пас партнерові і перекид м'яча на сторону суперника здійснюється не ударом, а кидком. Матч складається з трьох партій, гра в яких ведеться до 15 очок. Виграє команда, що перемогла в двох партіях. Піонербол включений в програму середніх шкіл по фізпідготовці і є підготовчим етапом в освоєнні азів не тільки волейболу, але і баскетболу. У різних містах Росії та України проводяться змагання по піонерболу.

### ***ФАУСТБОЛ***

Фаустбол вперше був згаданий в одній з промов римського імператора Гордіана III в 240 році нашої ери. Зі всіх видів спорту, цей майже такий же стародавній, як перетягування каната.

В англомовних країнах прийнята назва «фістбол» (англ. «fist» – кулак). Перші правила були прийняті в 1555 році в Італії. В кінці 19 ст. гра потрапила до Німеччини, що стала з часом центром світового фаустбола. В даний час гра надзвичайно поширена у ряді європейських країнах, а також в Північній і Південній Америці, в Японії і деяких африканських державах.

Популярність фаустбола в світі загальноновизнана. Один раз в 4 роки по фаустболу проводяться чемпіонати світу. Перший чемпіонат світу серед чоловіків був проведений в 1958 році в Австрії. Першими чемпіонами світу стали спортсмени збірної Західної Німеччини.

Від чоловіків не відстають і жінки. Перший чемпіонат світу серед жінок був проведений в 1994 році в Аргентині. Звання кращих в світі та першими чемпіонками стали спортсменки Німеччини. Лідуючі позиції, як серед чоловічих, так і серед жіночих збірних, утримують Австрія, Бразилія і Німеччина.

У фаустбол грають дві команди по п'ять гравців в кожній (плюс троє запасних) на майданчику 50-20 м, як в приміщенні, так і на відкритому повітрі. Гра складається з 2 таймів по 15 хвилин. Якщо правилами турніру нічия в матчі виключається, то у разі нічийного результату призначаються дві додаткові 5-хвилини, при необхідності ще дві і так далі – до перемоги однієї з команд з перевагою як мінімум в два очки. М'яч трохи важче волейбольного (320-380 гр). Замість сітки використовується мотузок, що натягується на висоті двох метрів. Подача проводиться з лінії в 3 метрах від мотузка. Приймати м'яч можна і в повітрі, і після відскоку від землі (правилами допускається тільки один відскік), пасувати його партнерові і перекладати на сторону суперника треба ударом кулака або передпліччя. При цьому діє волейбольне «правило трьох торкань», забороняється бити по м'ячу двома кулаками одночасно, а при перельоті на чужу сторону м'яч не повинен зачіпати мотузок або пролітати під ним. Міжнародна федерація фаустболу (ІФА) проводить чемпіонат світу і інші змагання. Фаустбол входить в програму Світових ігор.

Сьогодні фаустбол по популярності лише трохи поступається волейболу.

### ***КЕРТНБОЛ***

Місце та ім'я винахідника даної спортивної гри невідоме. Єдина, але вельми істотна відмінність кертнбола від звичайного волейболу полягає в тому, що замість сітки в грі використовується суцільна тканина. Це робить суперників практично невидимими один для одного і вимагає від гравців виняткової уваги і реакції.

Тому кернбол не тільки культивується як окремий вид спорту, але і входить в програму підготовки команд класичного волейболу.

Існують і інші різновиди традиційного волейболу.

Відомі також «волейбол у воді», «волейбол ногами» і інші екзотичні варіанти однієї з найпопулярніших ігор в світі.

З 1976 році в програму Паралімпійських ігор входить волейбол для людей з обмеженими руховими здібностями (в даний час підрозділяється на два види: стоячи і сидячи).



## РОЗДІЛ 3 РІЗНОВИДИ ТРАДИЦІЙНОГО ГАНДБОЛУ

### *ПЛЯЖНИЙ ГАНДБОЛ*

Пляжний гандбол з'явився на початку 90-х років ХХ століття в Італії, де і були розроблені перші правила гри в 1995 році. Є думка, що даний вид спорту з'явився, як і класичний гандбол, на уроках фізкультури. В даний час пляжний гандбол розвивається більш ніж в 40 країнах.

Слід відмітити, що гра більшою мірою популярна в тих країнах, де не так сильно розвинений класичний гандбол (Італія, Греція, Кіпр, Голландія). А в 2000 році пляжний гандбол вийшов на рівень національних збірних.

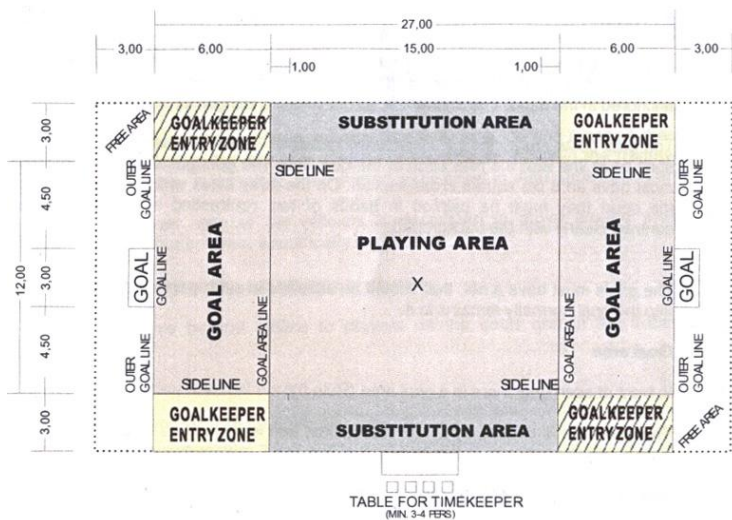
#### *Скорочені правила гри*

##### **Майданчик для гри**

Майданчик для гри в пляжний гандбол є прямокутником завдовжки 27 м і шириною 12 м, що включає ігрову зону і дві площі воріт (рис. 3). Поверхня майданчика має бути засипана піском завглибшки не менше 40 см. Навколо ігрового майданчика має бути передбачена зона безпеки розміром приблизно 3 м. Ігрова зона має 15 м в довжину і 12 м завширшки. Її межі позначаються кольоровою стрічкою або мотузком шириною не більше 8 см. Всі лінії на майданчику є складовою частиною площі, яку вони обмежують. Довгі обмежувальні лінії називаються бічними лініями, короткі – лініями воріт (між стійками воріт) і зовнішніми лініями воріт (з обох боків воріт).

Ворота встановлюються по центру лінії воріт. Розміри воріт: ширина 3 м і висота 2 м. Ворота повинні мати сітку. Перед кожними комірами розташовується площа воріт. Площа воріт обмежується лінією площі воріт, яка проводиться таким чином: паралельно лінії воріт в 6 м від неї кріпиться стрічка або мотузок.

У грі використовується гумовий м'яч. Для чоловічих команд вага м'яча 350-370 гр з колом 54-56 см, для жіночих команд вага м'яча 280-300 гр з колом 50-52 см. Для дитячих команд може бути використаний легший м'яч.



**Рис. 3. Майданчик для гри в пляжний гандбол**

### **Склад команди**

Команда складається з 8 гравців. Принаймні, 6 гравців повинні знаходитися на майданчику на початку гри. Якщо число гравців з правом грати стає менш 4-х, гра припиняється і переможцем оголошується команда суперника. Кожна команда повинна мати не менше 4-х гравців на ігровому майданчику (3 польових гравця і 1 воротар). Останні гравці є запасними і повинні залишатися в зоні заміни. Всі польові гравці команди мають бути одягнені в однакові майки без рукавів. Колір і дизайн форми однієї команди повинні чітко відрізнитися від квітів іншої команди. Гравці, які виконують функцію воротаря, повинні мати форму, кольори якої чітко відрізняються від кольору форми польових гравців обох команд і воротаря команди суперника. У формі воротаря повинні знаходитися не більш за 2-х гравців в кожній команді. На воротарях можуть бути одягнені поверх ігрової форми прозорі майки (наприклад, світлих відтінків, крізь які можна було б розрізнити їх ігрові номери). Всі гравці повинні грати босоніж. Забороняється грати в спортивній або будь-якому іншому взуттю, але дозволяється грати в шкарпетках або бинтувати ступні.

### **Початок гри**

Перед початком матчу судді проводять жеребкування (підкидають монету) для вибору воріт і зон заміни. Команда, що виграла жеребкування, вибирає або одну із сторін майданчика, або відповідну зону заміни. Інша команда робить свій вибір відповідно до рішення першої команди. Гра починається зі свистка судді. Після першої половини команди міняються місцями. Зони замін не міняються. Кожна половина гри, а також «золотий гол» починаються із спірного кидка, після свистка судді.

### **Час гри**

Гра складається з двох періодів, рахунок в яких ведеться роздільно. Кожен період триває 10 хвилин. Перерва між ними – 5 хвилин.

### **Поняття гола**

Гол зараховується, якщо м'яч всієї своєї окружністю перетинає всю ширину лінії воріт, за умови, що не було порушення правил з боку гравця, що кидав м'яч, або іншого члена команди до або під час кидка. Гол зараховується, навіть якщо гравець команди, що захищається, допустив порушення правил у момент польоту м'яча у ворота. Гол не зараховується, якщо суддя або хронометрист перервали гру до повного перетину м'ячем лінії воріт. Гол зараховується, якщо щось або хтось, що не бере участь в грі (глядачі і т. д.), не допускає попадання м'яча у ворота, а судді не сумніваються в тому, що м'яч, інакше, обов'язково потрапив би у ворота. За закинутий м'яч у ворота після привабливих і видовищних ситуацій в грі, до рахунку додається ще одне додаткове очко. М'яч, закинутий з 6-ти метрового кидка, нагороджується 2 очками. Також два очки присуджуються, якщо м'яч у ворота закидає воротар.

### **Визначення результату гри**

Якщо в кінці періоду рахунок залишається нічийним, використовується правило «золотого гола». Переможцеві кожного періоду присуджується одне очко. Якщо обидва періоди виграно однією командою, ця команда оголошується переможцем з рахунком 2:0. Якщо кожна з команд виграє по періоду, то результат буде нічийним. Оскільки завжди має бути переможець, застосовується правило «вибивання» (один гравець проти воротаря). П'ять гравців, з правом грати, виконують кидки поперемінно з командою суперника. Якщо воротар входить до

числа гравців, що виконують кидки, то при виконанні свого кидка він розглядається як польовий гравець. Переможцем оголошується команда, що отримала більшу кількість очок після виконання 5 кидків. Якщо після першого кола результат ще не визначений, то кидки продовжуються. Команди міняються місцями. Знову 5 гравців, що мають право грати, виконують кидки, чергуючись з командою суперника. Цього разу починає інша команда. У цьому раунді і будь-якому подальшому результат матчу вирішується: за переможця вважатиметься та команда, яка лідируватиме після однакового числа спроб узяття воріт.

### **Закінчення гри**

Гра закінчується по фінальній сирені. У відсутність такого сигналу, суддя дає свисток про закінчення часу гри.

## **МІНІ-ГАНДБОЛ**

### ***Скорочені правила гри***

Правила гри в міні-гандбол ті ж, що і в звичайному гандболі команди, тобто 7:7 гравців, або скороченому – 5:5.

Польові гравці ведуть гру з м'ячем тільки руками. Воротар має право перехоплювати, відбивати м'яч будь-якими способами: руками, ногою, плечем, головою – адже він захищає ворота! Польові гравці можуть використовувати різні способи ведення м'яча, але дотримуватись правил: під час гри забороняється затримувати м'яч більш 3-х секунд, не можна пересуватися з м'ячем в руках більше 3-х кроків, хапати один одного руками, штовхати гравця, у якого немає в руках м'яча.

Для офіційних змагань по міні-гандболу дозволяється заявляти в команду по 10 польових гравців і по 2 воротарі. У офіційних змаганнях завжди потрібні запасні гравці.

Ще одне змінене правило: якщо в звичайному гандболі пенальті пробивають з дистанції 7 метрів, то в міні-гандболі – з дистанції 6 метрів.

Дана гра, не потребує багато місця, обладнати майданчик і ворота нескладно. Захочете грати в гандбол – і ця спортивна гра прийде до вас на спортивний майданчик двору.

## РОЗДІЛ 4 РІЗНОВИДИ ТРАДИЦІЙНОГО ФУТБОЛУ

### **ФУТЗАЛ (МІНІ-ФУТБОЛ)**

**Футзал** – офіційна назва **двох різних** командних видів спорту, що граються м'ячем:

**Футзал (ФІФА)** – вид спорту, змагання по якому проводяться під егідою ФІФА. Раніше називався *міні-футболом*. Після перейменування *міні-футболу* у *футзал* через низку обставин в російськомовних країнах часто називається по-старому – міні-футболом.

**Футзал (АМФ)** – вид спорту, змагання по якому проводяться під егідою АМФ. Цей вид спорту історично називався футзалом і був створений раніше міні-футболу ФІФА, згодом офіційно перейменованого у футзал. Іноді футзал (АМФ) в російськомовних країнах ще називають *футболом в залах*.

#### **Історія виникнення футзалу**

Виникнення футзалу відноситься до 1930 р, коли в Монтевідео (Уругвай) провели ввідний Кубок Світу. Ця рання форма футзалу була винайдена Хуаном Карлосом Серіані для членів молодіжної організації християн. Версія Серіані була призначена для п'яти гравців в команді і могла відбуватися як в залі, так і на вулиці. Приблизно у той же самий час в Сан-Паулу (Бразилія) з'явилася аналогічна форма гри у футбол на баскетбольному майданчику. Ці нові форми футболу набули швидкого поширення в Південній Америці. У 1955 році створюються національні федерації Бразилії, Уругваю, Аргентини і Парагвая.

Бразильська Асоціація спорту затвердила перші офіційні правила гри в 1958 р. У 1960 році створюється Конфедерація південноамериканських країн і з 1965 року проводяться регулярні чемпіонати Південної Америки. ФІФУСА – FIFUSA (Fedeciegacion Iniegnacional de Futbol de Salon, Inernaional Futsal Federacion) – міжнародний орган, що управляє, був створений за ініціативою національних федерацій Бразилії, Аргентини, Перу, Болівії, Уругваю, Португалії і Парагвая в 1971 і провів перші змагання – світовий чемпіонат по футзалу в Сан-Паулу в 1982. Штаб-квартира

знаходиться в Бразильському місті Сан-Паулу. На сьогоднішній день членами організації є 55 національних федерацій. У 1985 р. FIFUSA ввів це нове слово футзал. FIFA незабаром почав проводити свої власні футзальні ігри, винайшовши свою версію правил і почав з першого чемпіонату світу по футзалу в Роттердаме в 1989 р.

З 80 років через кожні три роки проводяться чемпіонати світу. Перший відбувся в 1982 році в Бразилії, участь взяли 12 збірних. Чемпіоном і призерами стали Бразилія, Парагвай і Уругвай 1985 року другий чемпіонат світу прийняла Іспанія. Знову 12 країн-учасниць, переможець і призери: Парагвай, Бразилія і Іспанія.

У 1988 році чемпіонат світу відбувся в Австралії, змагалися 16 держав. Чемпіон і призери: Парагвай, Бразилія і Іспанія.

У 1991 році в Італії проведений четвертий чемпіонат світу. Чемпіон і призери Португалія, Парагвай і Бразилія.

Аргентина стала п'ятого чемпіонату світу. 24 країни-учасниці. Чемпіон і призери: Аргентина, Колумбія і Уругвай.

У 1997 році чемпіонат проводився в Мексиці, участь взяли 24 держави. Чемпіон і призери: Венесуела, Уругвай, Бразилія і Росія.

У 2000 році чемпіонат світу відбувся в Болівії. 16 команд-учасниць. Чемпіон і призери Колумбію, Болівія, Аргентина і Росія.

У 2003 році чемпіонат прийняв Парагвай. У змаганні брало участь 20 команд. Чемпіон і призери: Парагвай, Колумбія, Болівія, Перу.

У 2006 році в Аргентині відбувся перший чемпіонат світу серед жінок, в якому взяли участь вісім країн. По його підсумках росіянки стали сильною збірною, призерами Чилі і Бразилія.

У 1985 році створений європейський союз футзалу (УЄФС), до якого увійшли 18 країн. У 1988 році був проведений перший чемпіонат Європи. Чемпіоном і призерами стали Португалія, Іспанія і Чехословачія. У 1990 році Португалія стала другого чемпіонату континенту. Чемпіон і призери: Португалія, Чехословачія і Іспанія.

У 1993 році в Португалії був розіграний перший кубок європейських країн. Чемпіоном і призерами стали Іспанія, Росія і Португалія.

Чемпіонат Європи 1995 року провели в Марокко. Чемпіон і призери: Словаччина, Марокко, Росія.

У 1998 році п'ятий чемпіонат Європи пройшов в Словаччині, його переможцем стала збірна Росії, за нею розташувалися Каталонія і Чехія.

У 2004 році у Волгограді відбувся другий чемпіонат Європи серед жіночих збірних. Чемпіон і призери: Росія, Каталонія і Україна.

У 1991 році відбувся перший Кубок чемпіонів серед чоловічих команд, що проводиться щорічно, за винятком 2003 р.

**Усесвітня асоціація футболу в залі** (Asociación Mundial de Futsal – AMF) – федерація футболу в залі, заснована в 2002 році в Асунсьоне (Парагвай).

**Європейський союз футзалу** (Union Europea de Futsal – UEFA) – асоціація, що відповідає за проведення в Європе змагань по футзалу.

**Панамериканська федерація футболу в залах** (исп. Confederación Panamericana de Futsal, сокp. PANAFUTSAL, в російській транслітерації ПАНАФУТЗАЛ) – структура, що управляє футзалом в Америці.

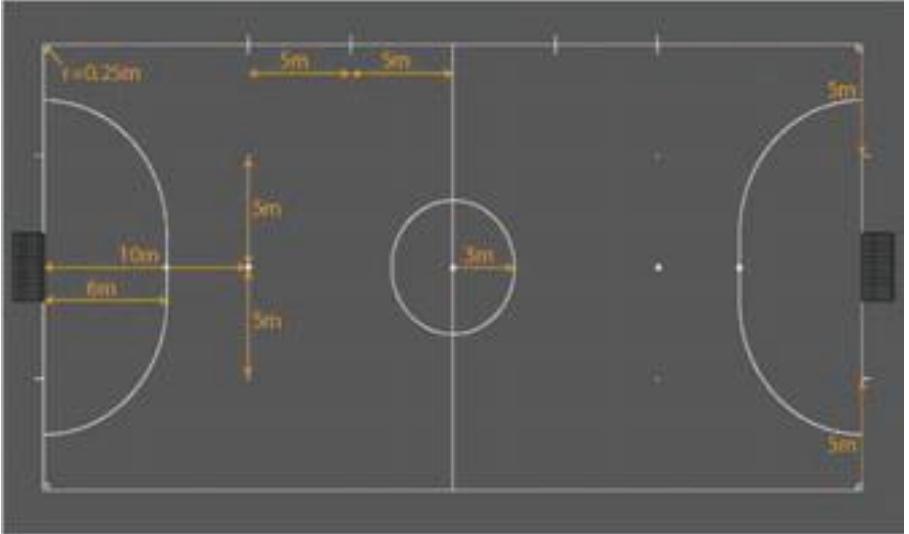
### **Розбіжності з ФІФА**

Футзал (вид спорту по егідою AMF) має загальне коріння з міні-футболом (що існує під егідою ФІФА і іноді також іменованим футзалом). Розділення на два різних виду спорту відбулося в 1980-і роки, коли ФІФА спробувала отримати контроль над футболом в залах і у неї виникли істотні розбіжності з PANAFUTSAL і FIFUSA. ФІФА заборонила використання слова «футбол» для іменування футболу в залі у версії PANAFUTSAL і FIFUSA. Через це на конгресі FIFUSA в 1985 році в Мадриді було ухвалено рішення використовувати складне слово «futsal» («футзал»). Незабаром ФІФА також почала використовувати дане слово. Представники FIFUSA і стран-членов PANAFUTSAL неодноразово зустрічалися з представниками ФІФА, але досягти домовленості їм не вдалося.

### ***Скорочені правила гри*** **правила гри в фут зал (міні-футбол) під егідою ФІФА**

## Майданчик для гри

Майданчик має бути прямокутним. Довжина бічної лінії має бути більше довжини лінії воріт (рис. 5).



**Рис. 5. Розмітка майданчику в футзалі**

Довжина: мінімум 25 м. – максимум 42 м., ширина: мінімум 15 м. максимум 25 м.

### **Міжнародні матчі.**

Довжина: мінімум – 38 м. – максимум 42 м., ширина: мінімум – 18 м. – максимум 22 м.

### **Розмітка.**

Майданчик розмічається лініями. Ці лінії входять в розміри площ, які вони обмежують. Дві довгі лінії майданчика називаються бічними лініями. Дві короткі називаються лініями воріт.

Всі лінії мають ширину 8 см.

Майданчик розділений на 2 рівних половини середньою лінією.

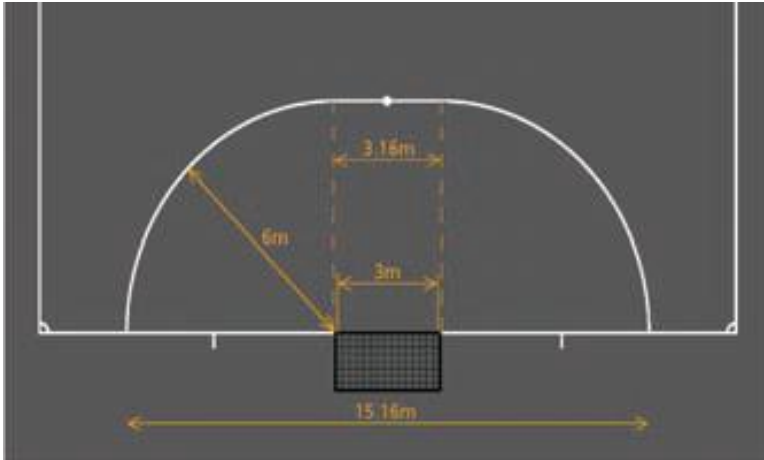
Центральна відмітка ділить середню лінію на дві рівні частини. Навколо неї проводять коло радіусом 3 м.

### **Штрафна площа.**



Штрафна площа розташовується на обох половинах майданчика таким чином (рис. 6). :

Чверть кола радіусом 6м проводиться із зовнішнього боку стійок воріт до уявної лінії, що проводиться під прямим кутом від лінії воріт із стійок воріт. Верхні точки чвертей кіл з'єднуються лінією, завдовжки 3,16 м, що проходить паралельно лінії воріт між двома стійками.



**Рис. 6. Розмітка штрафної площі в футзалі**

#### **Відмітка для пробиття пенальті.**

Відмітка для пробиття пенальті наноситься на відстані 10м від середньої крапки між двома стійками воріт рівновіддалена від них.

#### **Кутовий сектор.**

У кожному кутку майданчика всередину майданчика проводиться чверть кола радіусом 25 см.

#### **Зона заміни.**

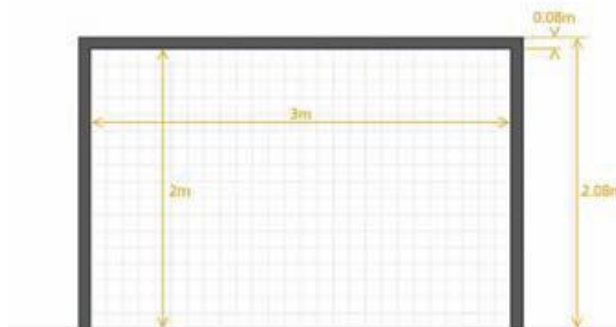
Зони заміни знаходяться на тій же стороні майданчика, де розташовані лавки запасних, і прямо перед ними. У них гравці йдуть з майданчика і виходять на неї.

#### **Безпека.**

Ворота можуть бути пересувними, але під час гри вони мають бути надійно прикріплені до поверхні майданчика.

#### **Ворота.**

Ворота повинні знаходитися в середині кожної лінії воріт. Вони складаються з двох вертикальних стійок, рівновіддалених від кутів майданчика і сполучених зверху горизонтальною шаблоною. Відстань (по внутрішньому вимірюванню) між стійками – 3 м; відстань від нижньої крапки шаблони і поверхні майданчика – 2 м (рис. 7).



**Рис. 7. Ворота в футзалі**

### **Покриття майданчика.**

Покриття майданчика рівне і гладке, воно не має бути абразивним. Рекомендується використання дерев'яного або штучного покриття. Використання бетонного або асфальтового покриття виключається.

### **Гравці**

У грі беруть участь дві команди, кожна з яких складається не більше ніж з 5-ти гравців, включаючи воротаря.

### **Процедура заміни.**

Заміни можуть бути використані в будь-яких матчах, що проводяться по правилах офіційних змагань на рівні фіфа, конфедерацій або національних асоціацій.

Максимальне число запасних – сім.

Кількість замін в ході матчу – не обмежено. Гравець, якого замінили, може повернутися на майданчик, замінивши іншого гравця.

Заміни, які відбуваються, коли м'яч знаходиться в грі або не в грі, проводяться при дотриманні наступних умов:

- запасний гравець, що покидає майданчик, повинен зробити це в своїй зоні заміни

- запасний гравець, що виходить на майданчик, повинен зробити це в своїй зоні заміни і лише після того, як гравець, що йде, повністю перетне бічну лінію
- заміна повністю контролюється суддями відповідно до правил, і лише вони визначають, чи можна продовжувати гру чи ні
- заміна вважається за виконану, коли запасний гравець вийде на майданчик. З цієї миті він стає гравцем основного складу, а гравець, що покинув майданчик, перестає їм бути.

Воротар може помінятися місцями з будь-яким гравцем.

### **Порушення/покарання**

Якщо, в процесі заміни, гравець який замінює вийде на майданчик до того, як замінюваний гравець повністю покине майданчик:

- гра має бути зупинена
- запасний гравець повинен покинути майданчик
- запасний гравець має бути попереджений з показом жовтої картки
- гра поновлюється вільним ударом, що виконується протилежною командою, з місця, де знаходився м'яч у момент зупинки гри. Якщо м'яч знаходився в штрафній площі, то удар виконується з лінії штрафної площі, з крапки, найближчої до місця, де знаходився м'яч у момент зупинки гри.

Якщо в процесі заміни запасний або замінюваний гравець вийде або покине майданчик за межами зони заміни:

- гра має бути зупинена
- гравець, що порушив правила, має бути попереджений з показом жовтої картки
- гра поновлюється вільним ударом, що виконується протилежною командою. З місця, де знаходився м'яч у момент зупинки гри. Якщо м'яч знаходився в штрафній площі, то удар виконується з лінії штрафної площі, з крапки, найближчої до місця, де знаходився м'яч у момент зупинки гри.

### **Рішення:**

Рішення 1 – на початку матчу в кожній команді повинно бути не менше 5 гравців, включаючи воротаря.

Рішення 2 – якщо після видалення гравців в будь-якій команді залишилися менше трьох гравців, включаючи воротаря, то гра має бути припинена.

### **Гра.**

Матч складається з двох рівних періодів по 20 хвилин. Контроль часу здійснюється хронометристом, обов'язки якого описані в правилі 7.

Тривалість кожної половини матчу має бути збільшена для виконання пенальті.

### **Тайм-аут.**

Команди можуть узяти тайм-аут тривалістю 1 хвилину в кожній половині матчу у будь-який момент при дотриманні наступних умов:

- тільки головні тренери команд мають право просити у хронометриста тайм-аут тривалістю 1 хвилину
- тайм-аут, тривалістю 1 хвилину, можна попросити у будь-який момент. Але надати (вирішити) тільки тоді, коли команда володіє м'ячем
- хронометрист надає (вирішує) тайм-аут, коли м'яч вийшов з гри, застосовуючи свисток або інший акустичний сигнал, що відрізняється від використовуваних суддями
- під час тайм-ауту гравці повинні залишатися на майданчику. Якщо вони хочуть отримати інструкції від офіційних осіб, то повинні робити це у бічній лінії напроти своєї лавки запасних. Офіційні особи, що інструктують гравців, не повинні виходити на майданчик
- команда, що не використала тайм-аут в першій половині матчу, має право тільки на один тайм-аут в другій половині матчу.

### **Перерва між періодами.**

Перерва між періодами не повинна перевищувати 15 хвилин.

### **Рішення:**

Рішення 1 – якщо на матчі відсутній хронометрист, то тренер поводить з проханням про тайм-аут до судді.

Рішення 2 – якщо регламент змагань передбачає додатковий час для визначення переможця, то протягом додаткового часу команди не можуть використовувати тайм-ауту.

### **До початку матчу.**

Вибір сторін майданчика здійснюється жеребкуванням. Команда, що виграла жеребкування, вирішує, які ворота вона атакуватиме в першій половині матчу. Інша команда отримує право на початковий удар. Команда, що виграла жеребкування, отримує право на початковий удар в другій половині матчу. У другій

половині матчу команди міняються сторонами майданчика і атакують протилежні ворота.

### **Початковий удар.**

Початковий удар – це спосіб почала або відновлення гри:

- на початку матчу
- після того, як був забитий гол
- на початку другої половини матчу
- на початку кожного періоду додаткового часу, якщо вони призначені.

Гол, зараховується, якщо м'яч забитий безпосередньо з початкового удару у ворота суперника.

### **Процедура.**

- всі гравці знаходяться на своїх половинах майданчика
- суперники команди, що виконує початковий удар, знаходяться не ближчим 3 м, від м'яча до тих пір, поки м'яч не увійде до гри
- м'яч нерухомо знаходиться на центральній відмітці майданчика
- суддя дає сигнал
- м'яч знаходиться в грі, коли по ньому завданий удару, направлено вперед
- гравець, що виконує початковий удар, не може торкатися м'яча повторно, до тих пір, поки його не торкнеться будь-який інший гравець.

Після того, як був забитий гол, початковий удар виконується іншою командою.

### **Порушення/покарання.**

Якщо гравець, що виконує початковий удар, торкнеться м'яча повторно, до того, як його торкнеться інший гравець:

- вільний удар виконується протилежною командою з місця, де відбулося порушення. Якщо порушення відбулося в штрафній площі команди суперника, то вільний удар повинен виконуватися з лінії штрафної площі, з крапки, найближчої до місця, де відбулося порушення.

При будь-якому іншому порушенні процедури початковий удар повторюється.

### **Спірний м'яч.**

Спірний м'яч – це спосіб відновлення гри після тимчасової зупинки гри, необхідністю, що стала, коли м'яч був в грі, і за умови, що безпосередньо перед зупинкою, він не перетинав бічну лінію

або лінію воріт, з будь-якої причини, не згаданої ніде в правилах гри.

### **Процедура.**

Суддя проводить вкидання "спірного" м'яча в місці, де знаходився м'яч у момент зупинки гри, за винятком випадку, коли м'яч знаходився в штрафній площі; в цьому випадку вкидання проводиться на лінії штрафної площі в крапці, найближчій до місця, де м'яч знаходився у момент зупинки гри. Гра поновлюється, коли м'яч торкнеться майданчика.

### **Порушення/покарання.**

Вкидання "спірного" м'яча повторюється:

- якщо гравець торкнеться м'яча до того, як м'яч торкнеться майданчика
- якщо м'яч покине межі майданчика після того, як він торкнеться поверхні майданчика, і ніхто з гравців не торкнеться м'яча.

### **М'яч в грі і не в грі**

М'яч не в грі, коли:

- повністю перетне лінію воріт або бічну лінію по землі або по повітрю
- гра зупинена суддею
- м'яч торкнеться стелі.

М'яч в грі протягом решти всього часу, включаючи, коли:

- відскочить від щаблини або стійки воріт всередину майданчика
- відскочить від судді або другого судді, коли вони знаходилися усередині майданчика.

### **Рішення:**

Коли матч проводиться в закритому приміщенні і м'яч потрапляє в стелю, гра поновлюється введенням м'яча із-за бічної лінії, що виконується командою, протилежною тій, чий гравець останнім торкнувся м'яча.

Введення м'яча виконується з найближчої крапки на бічній лінії, що знаходиться на перетині з уявною лінією, що проходить паралельно лінії воріт через крапку, лежачу нижче за те місце, де м'яч торкнувся стелі.

### **Зарахований гол**

Виключаються інші способи зарахування гола, окрім передбаченого справжніми правилами. Гол зараховується, якщо м'яч повністю перетне лінію, комір між стійками і під щаблиною,

крім випадків, коли гравець атакуючої команди, включаючи воротаря, рукою закине, внесе або умисне проштовхне м'яч у ворота суперника.

### **Команда, що перемогла.**

Команда, у якої кількість (число) зарахованих голів після закінчення матчу більша, вважається за переможця. Якщо у обох команд рівна кількість (число) зарахованих голів або зараховані голи відсутні, то матч вважається за той, що закінчився внічию.

### **Регламент змагань.**

Для матчів, що закінчилися внічию, регламентом змагань може встановлюватися положення, що включає додатковий час або інші процедури визначення переможця матчу.

### **Порушення правил і недисциплінована поведінка**

Порушення правил і недисциплінована поведінка караються таким чином:

#### **Штрафний удар.**

Штрафний удар призначається команді, чий гравець зробить будь-яке з шести наступних порушень, коли м'яч в грі, при цьому, суддя повинен звертати увагу, чи є характер дії (порушення) необережним (недбалим), необачним або з використанням надмірної сили:

- ударить або спробує ударити суперника ногою
- перекине або спробує перекинути суперника
- стрибне на суперника
- атакує суперника, навіть плечем
- ударить або спробує ударити суперника рукою
- штовхне суперника.

Штрафний удар також призначається команді, чий гравець зробить будь-яке з наступних порушень:

- затримає суперника
- плюне в суперника
- зіграє в підкаті в спробі зіграти в м'яч, коли їм грає або намагається зіграти суперник (підкат, що стелеться), за винятком воротаря в своїй штрафній площі, за умови, що воротар не грає необережно, необачно або з надмірною силою
- умисне зіграє в м'яч рукою, за винятком воротаря в своїй штрафній площі.

Штрафний удар виконується з місця, де відбулося порушення.

Всі вищеперелічені порушення є набраними порушеннями.

### **Пенальті.**

Пенальті призначається, якщо гравець зробить будь-яке з вищеперелічених порушень в своїй штрафній площі, незалежно від того, де знаходився у цей момент м'яч, аби він був в грі.

### **Вільний удар.**

Вільний удар призначається протилежній команді, чий воротар зробить одне з наступних порушень:

- після того, як звільниться від м'яча, отримає м'яч від партнера по команді, і при цьому м'яч не перетне середню лінію поля або його не торкнеться суперник
- торкнеться або контролюватиме м'яч руками після того, як отримає його безпосередньо після пасу ногою від партнера по команді
- торкнеться або контролюватиме м'яч руками після того, як отримає його безпосередньо після введення м'яча із-за бічної лінії партнером по команді
- торкнеться або контролюватиме м'яч руками або ногами в будь-якій частині майданчика більше 4 секунд, за винятком випадку, коли він торкається або контролює м'яч на половині майданчика суперника.

Вільний удар, також, виконується протилежною командою з місця, де відбулося порушення, якщо, на думку судді, гравець:

- зіграв небезпечно
- не граючи м'ячем, перешкоджатиме просуванню суперника
- перешкоджає воротареві ввести м'яч в гру, коли м'яч в руках у воротаря
- зробить будь-яке інше порушення, не згадане в правилі 12, за яке гра має бути зупинена для попередження або видалення гравця.

Вільний удар виконується протилежною командою з місця, де відбулося порушення. Якщо порушення відбулося в штрафній площі команди суперника, то вільний удар повинен виконуватися з лінії штрафної площі, з крапки, найближчої до місця, де відбулося порушення.

### **Дисциплінарні санкції:**

### **Порушення, карані попередженням**



Гравець має бути попереджений показом жовтої картки, якщо він зробить наступні порушення:

1. Винен в неспортивній поведінці
2. Висловлює незгоду або діями
3. Систематично порушує правила гри
4. Затримує відновлення гри

5. Не дотримує покладену відстань, коли гра поновлюється кутовим ударом, введенням м'яча з бічної лінії, штрафним або вільним ударом або кидком від воріт

6. Вийде або повернеться на майданчик без дозволу судді або порушить правила заміни

7. Умисне покине майданчик без дозволу судді.

За будь-яке з цих порушень вільний удар виконується протилежною командою з місця, де відбулося порушення. Якщо порушення відбулося в штрафній площі команди суперника, то вільний удар повинен виконуватися з лінії штрафної площі, з крапки, найближчої до місця, де відбулося порушення. Гравець має бути попереджений навіть в тому випадку, якщо досконале порушення не було серйозним.

#### **Порушення, карані видаленням з майданчика.**

Гравець має бути видалений з майданчика показом червоної картки, якщо він зробить наступні порушення:

1. Винен в серйозному порушенні прав
2. Винен в агресивній поведінці
3. Плює в суперника або будь-яку іншу особу

4. Позбавить команду суперника явної можливості забити гол, зігравши в м'яч рукою (це не відноситься до воротаря, що знаходиться в своїй штрафній площі)

5. Позбавить суперника, що має явну можливість забити гол і рухомого до комірив, цієї можливості, зробивши порушення, каране штрафним ударом або пенальті

6. Використовує образливу, образливу або нецензурну мову

7. Отримає повторне попередження протягом одного матчу.

Якщо гра зупинена для видалення гравця з майданчика за порушення, описані в пунктах 6 і 7, і при цьому не було здійснено інших порушень, гра поновлюється вільним ударом, що виконується протилежною командою з місця, де відбулося порушення. Якщо порушення відбулося в штрафній площі команди

суперника, то вільний удар повинен виконуватися з лінії штрафної площі, з крапки, найближчої до місця, де відбулося порушення.

### **Рішення:**

Гравець, видалений з майданчика, не може повернутися на майданчик надалі і не може знаходитися на лавці запасних. Гравець який замінює може вийти на майданчик після закінчення 2-х хвилин чистого часу, відлік яких починається після видалення партнера по команді, якщо протягом цих 2-х хвилин не був забитий гол, і після дозволу від хронометриста. Якщо при грі в неповних складах:

– команда, що має в своєму складі 5 гравців, заб'є гол команді, у складі якої були 4 гравці, то команда, що грала в меншині, доповнює свій склад до 5 гравців

– у обох командах було по 4 гравці і був забитий гол, то команди залишаються в тих же складах

– команда, що має 5 гравців, грає проти 3-х, або 4 гравці грають проти 3-х, і команда, що грає в більшості, забиває гол, то команда, що грала в меншині, може випустити тільки одного гравця

– у обох командах по 3 гравці, і забивається гол, то гра продовжується в тих же складах

– якщо гол забиває команда, що грає в меншині, то гра продовжується в тих же складах.

### **Пенальті**

Пенальті призначається тій команді, чий гравець зробить одне з порушень, яке карається штрафним ударом, в своїй штрафній площі і коли м'яч був в грі.

Гол зараховується, якщо м'яч забитий безпосередньо з пенальті у ворота суперника.

Має бути надане час для виконання пенальті в кінці кожної половини матчу і в кінці кожного періоду додаткового часу.

### **Розташування м'яча і гравців.**

М'яч:

- знаходиться на відмітці для пробиття пенальті.

Гравець, що виконує пенальті:

- має бути чітко визначений.

Воротар команди, що захищається:

- залишається на лінії воріт лицем до гравця, що виконує удар, до тих пір, поки не буде завданий удару по м'ячу.

Решта гравців (окрім гравця, що виконує удар) розташовується:

- усередині майданчика
- за межами штрафної площі
- позаду або в стороні від відмітки для пробиття пенальті
- не ближче 3 м від м'яча.

### **Процедура.**

- гравець, що виконує удар, повинен направити м'яч вперед
- не може торкатися м'яча повторно, до тих пір, поки його не торкнеться будь-який інший гравець
- м'яч знаходиться в грі, коли по ньому завданий удару, направленою вперед.

Коли пенальті виконується протягом часу гри, або в час, наданий для його виконання в кінці першої або другої половини матчу або для його повторення, гол має бути зарахований, якщо до того, як м'яч перетне лінію воріт між стійками воріт і під щаблюною:

- м'яч торкнеться одній або обидві стійкий і (або) щаблюни і (або) воротаря.
- вільний удар виконується протилежною командою з місця, де відбулося порушення. Якщо порушення відбулося в штрафній площі, то вільний удар повинен виконуватися з лінії штрафної площі, з крапки, найближчої до місця, де відбулося порушення.

### **Штрафний удар.**

- якщо м'яч забитий у ворота суперника безпосередньо після виконання штрафного удару, то гол зараховується.

### **Вільний удар.**

- гол може бути зарахований, якщо після виконання удару м'яча торкнеться інший гравець до того, як він пройде у ворота.

### **Розташування гравців.**

- всі гравці команди суперника знаходяться на відстані не ближче 5м від м'яча, до тих пір, поки він не увійде до гри
- м'яч в грі після того, як гравець, що виконує удар торкнеться або зіграє їм.

### **Порушення/покарання.**

Якщо при виконанні удару суперник наблизиться до м'яча на відстань, менше покладеного:

- удар повторюється.

Якщо після того, як м'яч увійде до гри, гравець, що виконав удар, торкнеться м'яча повторно, до того, як його торкнеться будь-який інший гравець:

- вільний удар виконується протилежною командою з місця, де відбулося порушення. Якщо порушення відбулося в штрафній площі, то вільний удар повинен виконуватися з лінії штрафної площі, з крапки. Найближчою до місця, де відбулося порушення.

Якщо команда, що проводить штрафний або вільний удар, не виконує його більше 4 секунд:

- вільний удар виконується протилежною командою.

### **Сигнали.**

- штрафний удар:

Суддя тримає одну руку в горизонтальному положенні в тому напрямі, куди виконуватиметься удар. Якщо порушення було набраним, то суддя указує на майданчик пальцями іншої руки, показуючи третьому судді або іншій офіційній особі, що знаходиться за суддівським столиком, що це порушення було набраним.

- вільний удар:

Суддя позначає вільний удар піднятою над головою рукою. Він тримає руку в такому положенні доти. Поки після виконання удару м'яча не торкнеться інший гравець або м'яч не вийде з гри.

### **Набрані порушення.**

- всі порушення, карані штрафним ударом
- перші 5 набраних порушень, досконалі кожною командою в кожному періоді, записуються в протокол матчу.

### **Розташування гравців.**

Для перших п'яти набраних порушень, зафіксованих у однієї з команд в кожній половині матчу:

- гравці команди, що порушила, можуть утворювати "стінку" як засіб захисту від штрафного удару

- всі гравці команди, що порушила, розташовуються не ближче 5 м від м'яча до тих пір, поки м'яч не увійде до гри

- гол може бути забитий безпосередньо з штрафного удару.

Починаючи з шостого набраного порушення, зафіксованого у однієї з команд в кожній половині матчу:

- гравці команди, що порушила, не можуть утворювати "стінку" як засіб захисту від штрафного удару

- гравець, що виконує удар, має бути чітко визначений
- воротар повинен залишатися в своїй штрафній площі не ближче 5 м від м'яча
- решта всіх гравців, що знаходяться на майданчику, повинна залишатися за уявною лінією, що проходить на рівні м'яча і паралельної лінії воріт і за межами штрафної площі. Вони розташовуються не ближче 5 м від м'яча і не повинні створювати перешкоду гравцеві, що виконує удар. Ніхто з гравців не може перетинати уявну лінію до тих пір, поки м'яча не торкнуться або не зіграють їм.

**Процедура для 6-го (і будь-якого подальшого набраного) порушення.**

- гравець, що виконує удар, повинен пробити по м'ячу, маючи мету забити гол, і не може зробити передачу іншому гравцеві
- після тог. Як штрафний удар був виконаний, ніхто з гравців не має права торкатися м'яча до тих пір, поки його не торкнеться воротар або м'яч відскочить всередину майданчика від стійки або шаблени воріт або покине майданчик
- штрафний і вільний удари не можуть бути виконані з відстані менш 6 м від лінії воріт усередині штрафної площі. Якщо порушення, за яке зазвичай призначається вільний удар, здійснене в штрафній площі, то вільний удар виконується з лінії штрафної площі, з крапки, найближчої до місця, де відбулося порушення
- якщо гравець зробить 6-е набране командне порушення на половині майданчика суперника або на своїй половині майданчика перед уявною лінією, паралельній середній лінії поля і що проходить через 10-и метрову відмітку для пробиття пенальт, то штрафний удар виконується 10-и метровою відмітки. 10-и метровая відмітка для пробиття пенальті описується в правилі і. Штрафний удар виконується відповідно до умов, описаних вище в п. Розташування гравців
- якщо гравець зробить 6-е набране командне порушення на своїй половині майданчика між 10-метровою уявною лінією і лінією воріт, команда, що виконує удар, може вибирати: чи пробивати з 10-метрової відмітки або з місця, де відбулося порушення (якщо порушення відбулося не в штрафній площі)

- якщо призначений додатковий час, всі набрані порушення другої половини матчу продовжують накопичуватися в додатковий час.

- вільний удар виконується протилежною командою з місця, де відбулося порушення. Якщо порушення відбулося в штрафній площі, то вільний удар повинен виконуватися з лінії штрафної площі, з крапки, найближчої до місця, де відбулося порушення.

### **Післяматчеві удари з 6-метрової відмітки**

Виконання післяматчевих ударів з 6-метрової відмітки – це спосіб визначення переможця, якщо регламентом змагань обумовлений такий спосіб.

#### **Процедура.**

- суддя вибирає ворота, в які проведуться удари
- суддя проводить жеребкування, і команда, чий капітан виграв долю, отримує право на перший удар

- суддя веде запис виконуваних ударів
- в принципі, кожна команда виконує 5 ударів за умовами, описаними далі

- удари проводяться по черзі
- імена і номери гравців, що виконують удари, надаються судді капітанами команд до початку ударів з 6-метрової відмітки. До початку гри вони мають бути внесені до протоколу матчу в число 12 і гравців

- якщо до того, як обидві команди виконають по 5 ударів, у однієї з них зараховано більше м'ячів, чим у іншої, навіть якщо вона виконає все 5 ударів, те пробиття припиняється

- якщо після того, як обидві команди виконали по 5 ударів і було зараховано однакове число голів або не було зараховано жодного гола, то удари продовжують виконуватися в там же порядку до тих пір, поки у однієї з команд не буде зарахований на один гол більше, ніж у іншої при однаковому числі ударів

- ці удари виконуються гравцями, які не брали участь в пробитті перших п'яти ударів. Після того, як кожен з них виконає удар, гравці, що починали виконання ударів, продовжують серію.

- будь-який гравець, видалений з майданчика, не має права брати участь в пробитті ударів з 6-метрової відмітки

- будь-який гравець може помінятися місцями з воротарем

- тільки гравцям і суддям, обслуговуючим матч. Дозволяється знаходитися на майданчику під час виконання ударів з 6-метрової відмітки

- всі гравці, за винятком гравця, що виконує удар, і двох воротарів, повинні знаходитися на половині майданчика, протилежного тій, де виконуються удари. Другий суддя контролює цю частину майданчика, де розташовується решта гравців

- воротар тієї команди, чий гравець виконує удар, повинен знаходитися на майданчику і не заважати виконанню удару.

### **Кутовий удар**

Кутовий удар – це спосіб відновлення гри. Гол має бути зарахований, якщо м'яч забитий у ворота суперника безпосередньо з кутового удару.

### **Кутовий удар призначається, коли:**

- м'яч повністю перетне лінію воріт по землі або по повітрю, останнім його торкнеться гравець команди, що захищається, і при цьому не буде зарахований гол.

### **Процедура.**

- м'яч розташовується повністю усередині кутового сектора, найближчого до місця виходу м'яча

- суперники залишаються на відстані не ближче 5 м від м'яча, до тих пір, поки м'яч не увійде до гри

- удар по м'ячу виконується гравцем атакуючої команди

- м'яч в грі, коли по ньому завданий удару або зроблене торкання м'яча

- гравець, що виконує удар, не може торкатися м'яча повторно, до тих пір, поки його не торкнеться будь-який інший гравець.

### **Порушення/покарання.**

Вільний удар виконується протилежною командою, якщо:

- гравець, що виконує кутовий удар, торкнеться м'яча повторно, до того, як його торкнеться інший гравець. Вільний удар виконується з місця, де відбулося порушення

- кутовий удар не виконаний протягом 4 секунд з моменту, коли гравець узяв м'яч під контроль. Вільний удар виконується з кутового сектора

### **За будь-яке інше порушення.**

- кутовий удар повторюється.

### **Удар з бічної лінії**

Удар м'яча з бічної лінії – це спосіб відновлення гри. Гол не може бути зарахований, якщо м'яч забитий безпосередньо ударом м'яча з бічної лінії.

Удар м'яча з бічної лінії призначається:

- коли м'яч повністю перетнув бічну лінію по землі або по повітрю або торкнеться стелі
- з місця, де м'яч перетнув бічну лінію
- суперникам гравця, який останнім торкнувся м'яча

### **Розташування м'яча і гравців.**

М'яч:

- повинен нерухомо знаходитися на бічній лінії
- ударом може бути введений в гру в будь-якому напрямі.

Гравець, що виконує удар м'яча з бічної лінії:

- може розташовувати ступні ніг частково на бічній лінії або за межами майданчика у момент введення м'яча.

Гравці команди, що захищається:

- розташовуються не ближче 5 м від місця, з якого виконується удар по м'ячу з бічної лінії.

### **Процедура.**

- гравець, що виконує удар м'яча з бічної лінії, повинен зробити це протягом 4 секунд з тієї миті, як узяв м'яч під контроль
- гравець, що виконує удар м'яча з бічної лінії, не може торкатися м'яча повторно, до того, як м'яча не торкнеться інший гравець
- м'яч знаходиться в грі негайно після того, як був завданий удару по ньому або здійснено торкання

### **Порушення/покарання.**

Вільний удар виконується протилежною командою, якщо:

- гравець, що виконує удар м'яча з бічної лінії, торкнеться повторно м'яча до того. Як м'яча торкнеться інший гравець. Вільний удар виконується з місця, де відбулося порушення. Якщо порушення відбулося в штрафній площі, то вільний удар повинен виконуватися з лінії штрафної площі, з крапки, найближчої до місця, де відбулося порушення.

Удар м'яча з бічної лінії повторюється гравцем команди суперника, якщо:

- удар м'яча з бічною був виконаний неправильно



- удар м'яча з бічною виконаний не з того місця, де м'яч перетнув бічну лінію

- удар м'яча з бічною не виконаний протягом 4 секунд з тієї миті, як гравець узяв м'яч під контроль

- відбулося будь-яке інше порушення правил.

### **Кидок від воріт**

Кидок від воріт – це спосіб відновлення гри.

Гол не може бути зарахований, якщо м'яч забитий безпосередньо кидком від воріт.

Кидок від воріт виконується, коли:

- м'яч повністю перетне лінію воріт по землі або по повітрю, останнім його торкнеться гравець атакуючої команди і при цьому не буде зарахований гол.

### **Процедура.**

- м'яч викидається з будь-якої точки штрафної площі, воротарем команди, що захищається, рукою

- суперники залишаються за межами штрафної площі до тих пір, поки м'яч не увійде до гри

- коли м'яч увійшов до гри, воротар не може торкатися м'яча повторно, доти. Поки його не торкнеться будь-який інший гравець

- м'яч в грі, коли він викинутий безпосередньо за межі штрафної площі.

### **Порушення/покарання.**

Якщо м'яч не викинутий безпосередньо за межі штрафної площі:

- кидок від воріт повторюється.

Якщо після того, як м'яч увійшов до гри, воротар торкнеться м'яча повторно, до того, як м'яча торкнеться інший гравець:

- вільний удар виконується протилежною командою з місця, де відбулося порушення. Якщо порушення відбулося в штрафній площі, то вільний удар повинен виконуватися з лінії штрафної площі, з крапки, найближчої до місця, де відбулося порушення.

Якщо після того, як м'яч увійшов до гри, воротар отримає його назад від партнера по команді:

- вільний удар виконується протилежною командою з місця, де відбулося порушення. Якщо порушення відбулося в штрафній площі, то вільний удар повинен виконуватися з лінії штрафної площі, з крапки, найближчої до місця, де відбулося порушення.

## *ФУТВОЛЕЙ*

Ім'я винахідника футволея невідоме. Винахідники футволея використовували ворота для пляжного футболу замість сітки, а розмітку поля робили ногами по піску. Гравці мали право доторкнутися до м'яча 3 рази ногами або головою, при цьому м'яч не повинен торкатися піску, як у волейболі.

На початку 60-х рр. XX ст. місцем зустрічей любителів футволея стала вулиця Болівар. Сюди стікалася маса людей: та дівчата приходили пограти або просто подивитися на гру, поспілкуватися з друзями.

Спочатку правила були такими ж, як у волейболі, подачу здійснювали, підкидаючи м'яч руками і вводили гру ногою. Але при такій подачі було складно контролювати м'яч, тому дуже швидко прийшли до того, щоб здійснювати подачу ногою з невеликої гори піску. В 60-х роках нова гра активного не тільки по Ріо, але і по всій Бразилії.

У 1965 р. молода людина на ім'я Ральфа, засновника ігор на вулиці Болівара, переїхав на вулицю Монтенегро, де зустрівся з великим аргентинцем Довалем. Разом вони зробили дуже багато для популяризації футволея. Через 30 років у футволей заграли у всьому світі.

Зараз у футволей грають у всьому світі чоловіки, але і жінки. З жіночим футволеєм пов'язані особливі прийоми гри, часом недоступні чоловікам. Наприклад, оскільки жінки часто не можуть використовувати ділянку грудей в грі, багато хто з них віртуозно грає плечима.

Але футволей припав до душі не тільки Бразильським віртуозам. Кілька років тому він з'явився і в російських школах. Познайомившись з цією грою, деякі викладачі фізичної культури перенесли її в зал і трохи змінили правила. Оскільки покриття шкільних спортивних залів жорстке, гра 1x1 або 2x2 не дуже ефективна, а можливостей отримати травму більше, на кожного гравця доводиться досить великий сектор поля. А тому футволей в шкільному залі – гра командна. Для середніх розмірів залу гра 3x3 – ідеальний варіант.

На відміну від футволея на піску, «по-бразильські», шкільний футволей більше схильний до волейбольних правил: гра проходить на волейбольному майданчику волейбольним м'ячем, в три , причому руками по ходу одного розіграшу м'яч можна чіпати тільки один раз. Рахунок очок і партій ведеться так само, як і у волейболі. Одним з самих технічних і красивих прийомів у футволеї є пас головою або ногою партнерові, який в стрибку пробиває м'яч рукою на половину суперників. Захист, у свою чергу, намагається поставити блок.

Звичайно, гра, в якій технічний арсенал гравців можна використовувати максимально, доступна, мабуть, тільки старшокласникам. У молодшій і середній школі можна пограти в футволей в або через низьку сітку, вставши на невеликій відстані один від одного і пасуючи м'яч руками і ногами. Для молодших – спочатку з відскоком від підлоги, а потім тільки по повітрю. Набувши певного досвіду обробки м'яча, можна спробувати пограти у футволей, чергуючи футбольні і волейбольні прийоми по команді викладача. Грати можна у будь-який час: футволей не залежить від погоди. А що стосується різноманітності, то навряд чи знайдеться інша така гра, в яку можна було б грати всіма частинами тіла.

### ***Скорочені правила гри***

#### **Майданчик для гри.**

1.1 Розміри 8x16 м.

1.2 Майданчик розділений на дві половини сіткою. Лінії 5-8 см ширина.

1.3 Задня і лінії – частина майданчика. Ігрова зона – за задньою лінією не менше 3,5 м, за не менше 3 м.

1.4 Покриття має бути піщане, рівне, без каменів, черепашок і будь-яких інших предметів, які можуть травмувати гравців.

Для міжнародних змагань пісок має бути у хорошому стані і не менше 40 см в глибину. Він має бути просіяний до повної придатності для гри, не має бути грубим і різні камені або інші небезпечні елементи; проте він не має бути настільки , щоб утворювати пил для прилипання до шкіри.

#### **Сітка.**

2.1 Визначення: за сітку вважається тільки та її частина, яка знаходиться між бічними лініями. Довжина сітки може бути визначена двома антенами. Антени – частина сітки.

2.2 Сітка натягнута в обидва кінці так, щоб його верхня частина була 150 см. над поверхнею майданчика. Максимальне допустиме відхилення висоти сітки – + 2 см.

### **М'яч.**

3.1 М'яч (ідентичний м'ячу для пляжного футболу)

- сферичної форми;
- виготовлений з шкіри або іншого придатного матеріалу, зносостійкий, не схильний до дії води і піску;
- довжина кола не менше 68 см і не більше 70 см;
- вага не менше 400 грам і не більше 440 грам перед початком матчу;
- тиск між від 0,4 до 0,6 панів на рівні моря.

### **Початок гри.**

4.1 Команда, що виграла долю, вибирає або сторону, або подачу.

4.2 У разі третього сету, той, у кого краща різниця, вибирає сторону або подачу.

### **Подача.**

5.1 подача виконується ударом по м'ячу від задньої лінії.

5.2 подача виконується ударом ноги з рук. При виконанні подачі нога не повинна торкнутися майданчика (включаючи лінії), а м'яч – піску.

5.3 подача має бути виконана в межах 5 секунд з моменту, коли суддя дає команду гру.

5.4 М'яч повинен перетнути сітку між бічними лініями.

5.5 Якщо м'яч торкнеться сітки (антени) і перелітає на половину поля супротивника, гра .

5.6 подача завжди виконується командою, що виграла останнє очко.

5.7 Під час переходу подачі від команди суперника, здійснюється зміна падаючого гравця. Чергування даної зміни задається першими трьома змінами в сеті.

### **М'яч в грі.**

6.1 Максимальне число м'яча командою – 3. Гравець може торкатися м'яча будь-якою частиною тіла, рук. Гравець може торкнутися м'яча двічі підряд.

6.2 Якщо зіграно правильно, м'яч повинен потрапити в межі майданчика суперника.

6.3 Подача повторюється ("новий м'яч"), якщо чужорідний об'єкт торкається м'яча або майданчика.

6.4 Жодному з гравців не дозволяється торкнутися сітки (навіть після того, як розіграш був закінчений).

6.5. Жодному гравцеві не дозволяється торкатися гравця команди суперника

6.6 Якщо два гравці з інших команд торкаються м'яча одночасно і м'яч летить поза майданчиком, призначається (спірний м'яч), подача повторюється.

6.7 Гравець не може посилати м'яч на половину супротивника поза антенами.

6.8. Гравець має право заступати на майданчик суперника, за умови, що це не перешкодить грі суперника

### **Виграш очка, сету і матчу.**

7.1. Команда виграє очко, якщо суперник здійснює помилку.

7.2. Матчі граються до двох виграних сетів. Сет виграний командою, що першою набрала 15 очок з мінімальною різницею в два очки (15:13). Інакше, гра продовжується до тих пір, поки різниця не досягне двох очок (16:14, 17:15, і так далі).

7.3. Команда виграє очко, якщо м'яч торкнеться майданчика суперника.

7.4. Команда виграє очко, якщо гравець або суперник торкнеться сітки будь-якою частиною тіла. Подача повторюється, якщо сітки торкнеться гравці обох команд одночасно.

7.5. Команда виграє очко при подачі суперника, якщо:

а) суперник або м'яч торкнеться задньої лінії, бічної лінії, а також гравець команди суперника стоїть поза віртуальним продовженням бічних ліній;

б) м'яч, що подається, торкнеться партнер подаючого гравця;

с) м'яч приземляється поза зоною майданчика.

7.6. Гравець команди суперника торкнеться м'яча рукою.

7.7. М'яч летить від гравця суперника в межі майданчика поза антенами.

7.8. М'яч після удару суперника приземляється поза майданчиком.

7.9 Якщо гравець команди суперника торкнеться м'яча більше двох разів підряд

7.10 Якщо гравці команди суперника торкнулися м'яча більше трьох разів

#### **Тайм-аут і заміна гравця.**

8.1 Кожна команда має право на одну 30-секундну перерву в сеті, після того, як тренер (гравець) звернувся до судді.

8.2 Кожна команда має право на необмежену кількість замін.

8.3 Суддя має право у будь-який час, в ході сету, оголосити "час рефері", для видалення перешкод будь-якого роду.

8.4 Команда складається з 4 гравців: 3 грають і 1 заміна. Мінімальне кількість учасників – 3.

#### **Неспортивна поведінка і санкції.**

9.1 Якщо гравець перевищив межу 5 секунд для подачі. – Перша затримка: попередження. – Друга затримка: очко присуджується команді суперникові.

9.2 Неспортивна поведінка ( протести, вимоги, навмисний удар по м'ячу, щоб потрапити в суддю, откидка м'яча, кидок піском у бік суперника або судді, затягування гри, підштовхування супротивника, образлива мова і жестикуляція гравців, тренерів, керівників команди карається попередженням, е – очко присуджується команді суперникові.

9.3 Залежно від того, наскільки неvwічливою є поведінка (Правило 9.2), гравець карається жовтою або червоною карткою (друге попередження – вилученням).

9.4 Вилучений гравець може бути замінений іншим гравцем, але гра припиняється, якщо в одній з команд на полі стає менше двох гравців. Ця команда вважається за ту, що програла.

#### **Екіпіровка гравця і протести.**

10.1 Гравці різних команд повинні використовувати уніформу різного кольору.

10.2 Коли гра зупинена, капітан команди, або тренер мають право підняти руку, щоб виразити протест рефері і ставити питання, щодо інтерпретації правил остаточне. Рішення приймає рефері.

10.3 Протести, якщо такі взагалі є, розглядаються, коли змагання закінчене. Остаточне рішення залишається за суддівською колегією.

## **ТЕНІСБОЛ**

Тенісбол – командний вид спорту, гра з футбольним м'ячем через тенісну сітку на майданчику, тенісбол виник в Чехословатчені в 1920-х роках.

У 1922 році гравці футбольного клубу «Славія» (Прага) грали в «футбол через мотузку», пізніше замінену сіткою. Ця гра має подібні правила, волейбольним, але руками не грають. У 1936 році були написані перші офіційні правила. Перший кубок з тенісболу був розіграний в 1940 році. До 1962 року цей вид спорту вважався за рекреаційний. Тому в цьому ж році була заснована чехословацька ліга, але тільки в Празі. У 1987 році заснована – Міжнародна асоціація тенісболу. Європейські чемпіонати почали проводитися з 1993-го, чемпіонати світу – з 1996 року. Змагання з тенісболу проводяться серед чоловіків, жінок, ветеранів і юніорів за наступними дисциплінами.

**Сінгл** – гра один на один, гравець має два торкання, плюс одне торкання м'яча об майданчик.

**Кросс-дабл** – два на два, на укороченому майданчику, в команді два торкання (поодинці на кожного гравця) плюс одне торкання м'яча об майданчик.

**Двійка** – два на два. Три торкання на команду (двічі підряд торкатися м'яча одному гравцеві не можна) плюс одне торкання об майданчик.

**Трійка** – три на три. Три торкання на команду (двічі підряд торкатися м'яча одному гравцеві не можна) плюс одне торкання об майданчик.

### **1. Майданчик для гри.**

#### 1.1 Розміри

а) Для синглів: 8.2x12.8 м.

б) Для пар і трійок: 8.2x18 м.

1.2 Майданчик розділений на дві половини сіткою. Лінії 5+1 см ширина.

1.3 Задня і бічні лінії – частина майданчика. Ігрова зона (забіги) – за задньою лінією не менше 3,5 м, за бічними не менше 3 м.

## **2. Сітка.**

2.1 Визначення: за сітку вважається тільки та її частина, яка знаходиться між бічними лініями. Довжина сітки може бути визначена двома стовпчиками, які підтримують сітку на лініях. Стовпчики – частина сітки.

2.2 Сітка натягнута в обидва кінці так, щоб його верхня частина була 110 см над поверхнею майданчика. Максимальне допустиме відхилення висоти сітки – +2 см.

## **3. М'яч.**

3.1 Офіційні параметри м'яча: Будова: склеєний з 32 п'ятикутних частин, колір: чорно-білий, матеріал: синтетична (природна) шкіра, вага: 396-453 грама, коло: 680-710 мм, висота відскоку від підлоги: 660-720 мм.

## **4. Початок гри.**

4.1 Команда (гравець), що виграв жеребкування, вибирає або сторону, або подачу.

4.2 У разі третього сету, той, у кого краща різниця, вибирає сторону або подачу. Тільки у разі рівного числа виграних очок проводиться жеребкування.

## **5. Подача.**

5.1 Подача виконується ударом по м'ячу від задньої лінії.

5.2 Види подачі: з рук, після першого відскоку, прямо з поверхні. При виконанні подачі ні м'яч, ні нога не повинні торкнутися майданчика (включаючи лінії).

5.3 Подача має бути виконана в межах 5 секунд з моменту, коли суддя дає команду почати гру.

5.4 М'яч повинен перетнути сітку і приземлитися в зоні подачі супротивника.

5.5 Якщо м'яч торкнеться сітки і приземляється в зоні подачі супротивника, гра продовжується.

5.6 Подача завжди виконується командою (гравцем), що виграли останнє очко.

5.7 Гравці команди супротивника можуть приймати подачу зльоту, тільки необхідно як мінімум одне торкання партнера перед тим, як перекласти м'яч на половину суперника.

## **6. М'яч в грі.**



6.1 Максимальне кількість торкань м'яча об майданчик: 1. В процесі гри гравець може грати зльоту.

6.2 Максимальне кількість торкань м'яча гравцем(ями): сингли: 2, пари: 3, трійки: 3. Гравець може торкатися м'яча будь-якою частиною тіла, окрім рук. За винятком синглів, гравець не може торкнутися м'яча двічі підряд. М'яч не може переходити на половину суперника відразу після торкання майданчика (без торкання гравця).

6.3 Якщо зіграно правильно, м'яч повинен потрапити в межі майданчика.

6.4 подача повторюється ("новий м'яч"), якщо чужорідний об'єкт торкнеться м'яча або майданчика.

6.5 Жодному з гравців не дозволяється торкнутися сітки (навіть після того, як розіграш був закінчений).

6.6 М'яч зіграний правильно, якщо він перетинає сітку і приземляється в майданчику суперника.

6.7 У грі, тілу гравця дозволяється підштовхнути ногу супротивника, яка піднята над сіткою у власній половині майданчика. Проте, не можна робити це рукою або ногою.

6.8 Якщо два гравці з інших команд торкнуться м'яча одночасно (мертвий м'яч) і м'яч летить поза майданчиком, подача повторюється.

6.9 Якщо два гравці з інших команд торкнуться м'яча одночасно ("мертвий м'яч"), гра продовжується за умови, що м'яч торкнеться майданчика. У такому разі, м'яч може бути також зіграний гравцем, який грав «мертвий м'яч».

6.10 Гравець може грати м'яч на половині супротивника, за умови, що він стоїть в межах майданчика або після стрибка приземляється в ньому.

6.11 Гравець не може посилати м'яч на половину супротивника поза стовпчиками.

6.12 Гравець може торкатися ноги супротивника нижче за коліно після того, як зіграв в м'яч.

## **7. Виграш очка, сету і матчу.**

7.1 Команда (гравець) виграє очко, якщо супротивник здійснює помилку.

7.2 У всіх дисциплінах (сингли, крос-дабл, пари і трійки) матчі граються до двох виграних сетів. Сет вважається виграний

командою (гравцем) що першою набрала 11 очок з мінімальною різницею в два очки (11:9). Інакше, гра продовжується до тих пір, поки різниця не досягне двох очок (12:10, 13:11, і так далі).

### **8. Тайм-аут і заміна гравця.**

8.1 Кожна команда (пара, трійка) має право на одну 30-секундну перерву в сеті, після того, як тренер (гравець) звернувся до судді.

8.2 Кожен гравець має право на дві 30-секундні перерви в сеті після того, як тренер (гравець) звернувся до судді.

8.3 Кожна команда має право замінити гравців двічі в сеті.

8.4 Суддя має право у будь-який час, в ході сету, оголосити "час рефері", для видалення перешкод будь-якого роду.

### **9. Помилки, що закінчуються втратою очка.**

9.1 Команда (гравець) втрачає очко, якщо м'яч торкнеться його майданчика двічі підряд.

9.2 Команда (гравець) програє очко, якщо м'яч торкнувся поверхні майданчика і перейшов на половину супротивника.

9.3. Команда програє очко, якщо другий гравець торкнеться мережі будь-якою частиною тіла. Подача повторюється, якщо сітки торкнуться обидва супротивники одночасно.

9.4. Команда втрачає очко при подачі, якщо гравець зробив одну з наступних помилок:

а) він або м'яч торкнеться задньої лінії, бічної лінії, а також стоїть поза віртуальним продовженням бічних ліній;

б) м'яча, що подається, торкнеться партнер;

с) м'яч приземляється поза зоною подачі супротивника.

9.6 Гравець торкнеться м'яча рукою.

9.7 М'яч летить до супротивника поза стовпчиками.

9.8 М'яч приземляється поза майданчиком супротивника.

9.9 М'яч зіграний гравцем на половині супротивника, коли гравець стоїть або приземляється після стрибка поза своїм майданчиком.

9.10 Коли грають в залі: якщо м'яч торкнеться частини залу або його устаткування (стелі, стіни, кільця, і так далі), це – помилка, зроблена гравцем, що торкнувся м'яча останнім.

9.11 Гравець тримає або підштовхує супротивника рукою(ами).

9.12 Гравець грає м'яч двічі підряд (стосується до пар, крос-даблів і трійок ).

9.13 Гравець грає м'яч на половині супротивника поза стовпчиками.

9.14 Гравець супротивника торкнеться м'яча перш, ніж гравець, в майданчик якого ударився м'яч.

9.15 Гравець торкнеться голови, руки або тіла супротивника ногою.

### **10. Неспортивна поведінка і санкції.**

10.1 Якщо гравець перевищив межу 5 секунд для подачі. – Перша затримка: попередження. – Друга затримка: втрата очка.

10.2 Неспортивна поведінка (невчасні протести, вимоги, навмисний удар по м'ячу, щоб потрапити в суддю, затягування гри, підштовхування супротивника, образлива мова і жестикуляція гравців, тренерів, керівників команди), вперше карається попередженням, удруге – втрата очка.

10.3 Залежно від того, наскільки неввічливою є поведінка, гравець карається жовтою або червоною картою (третє попередження – видалення).

10.4 Видалений гравець може бути замінений іншим гравцем (пари, крос-дабли, трійки). У одиночному розряді супротивник виграє змагання 2:0 (11:0, 11:0).

## ***ПЛЯЖНИЙ ФУТБОЛ***

На пляжах у м'яч грали споконвічно, однак перші спроби уніфікувати, цей різновид футболу датуються 1992 роком, коли в м. Лос-Анджелес було представлено концепцію та узгоджено основні правила. Наступного літа в м. Маямі представники Бразилії, Аргентини, США та Італії розіграли прем'єрний турнір професіональних команд. У вирішальному поєдинку бразильці перемогли аргентинців – 5:4.

У 1994 році ігри дорослих на піску привернули увагу телевізійників – представницький турнір «Мундіаліто» на знаменитому пляжі Копакабана, став передвісником першого чемпіонату світу, що відбувся в Ріо-де-Жанейро, принісши успіх господарям. Змагання визнали комерційно вдалими та задля популяризації пляжного футболу був організований світовий тур, його учасники протягом двох років провели 60 матчів на майданчиках Південної Америки, Європи, Азії, США. Репортажі про ці зустрічі велися на 170 країн.

У 1998 році була створена Європейська ліга, яка дуже швидко звернула на себе увагу спонсорів, преси й уболівальників,

ставши найміцнішою та найавторитетнішою лігою пляжного футболу на планеті. За два роки керівний орган «пляжників» Старого Світу відгукнувся на пропозицію бразильської промоутерської компанії «Octagon Koch Tavares» створити єдину структуру – Beach Soccer Worldwide (BSWW), яка зосередилася на пропаганді й розвитку пляжного футболу та залученні могутніх спонсорів.

На сьогодні свої національні команди мають більш як 70 країн. ФІФА офіційно визнала пляжний футбол у 2004 році, за угодою з BSWW створивши новий орган – FIFA Beach Soccer S.L. Президент Міжнародної федерації Зепп Блаттер назвав новачка футбольної сім'ї «надзвичайно привабливим і хвилюючим».

Перший «легітимний» титул сенсаційно виборола збірна Франції, ставши лише другою командою, якій вдалося потіснити з трону бразильців (першість належить португальцям, що виграли змагання 2001 року).

### *Скорочені правила гри*

#### **Майданчик**

Прямокутне поле завдовжки 35-37 м, завширшки 26-28 м, із рівним піщаним покриттям, без каміння та будь-яких предметів, що можуть завдати травми гравцям. Для міжнародних матчів глибина піску має бути щонайменше 40 см. Штрафний майданчик визначений уявною лінією, яка проходить за 9 метрів паралельно лінії воріт з кожного боку майданчику.

Ворота мають розміри 2,2 на 5,5 метрів (для порівняння: у великому футболі – 2,44 на 7,32 м). Каркас воріт повинен мати флуоресцентний жовтий колір.

#### **Кількість гравців**

У гри беруть участь дві команди: у кожній – по чотири польові гравці та по одному голкіперу. Команда може розпочинати гру у складі щонайменше чотирьох гравців. В разі, якщо через вилучення в команді залишиться менше трьох гравців (рахуючи воротаря), зустріч зупиняється, супернику цієї команди, незалежно від поточного рахунку, присуджується перемога – 10:0. Кількість замін у пляжному футболі – необмежена. Польовий гравець може замінити воротаря тільки в тому випадку, якщо останній вибуває з гри через травму.

## **Розігрування м'яча**

Перед початком гри кидається жереб, капітан команди, який виграє, вибирає половину поля або м'яч. У другому таймі з центру починає інша команда, у третьому жереб кидають знову. В разі додаткового часу розіграш починає команда, яка не отримала на це право в третьому таймі. Також жеребом визначається, хто з суперників першим пробиває післяматчеві пенальті.

Гол, забитий першим ударом з центру поля не зараховується. Першим дотиком гравець повинен віддати м'яча партнеру. М'яч опиняється у грі, коли перебуває в повітрі або прокотиться піском навколо своєї вісі.

## **Тривалість гри**

Матч складається з трьох таймів по 12 хвилин. Перерва між таймами – 3 хвилини. Час гри може бути зупинений після голу, в разі призначення штрафного удару чи пенальті, у випадку навмисного затягування часу. В разі, якщо час гри закінчився, але призначений штрафний удар чи 9-метровий, поєдинок вважається завершеним, коли забитий гол, коли воротар піймав чи відбив м'яча, той вийшов за лінію поля або відскочив у поле від каркасу воріт, влучив у когось із гравців і не залетів у ворота.

Якщо основний час приніс нічию, призначається додатковий час – 3 хвилини. Якщо й після нього рівновага збережеться, команди пробивають пенальті – 9-метрові удари, до першого промаху. Пенальті можуть пробивати будь-які гравці, що перебували на полі в момент завершення матчу. Будь-хто з них також може зайняти місце у воротах, замінивши голкіпера своєї команди.

## **Штрафні удари**

Коли гравець штовхнув суперника чи стрибнув на нього, вдарив або намагався вдарити, зробив підніжку, затримав гравця протилежної команди, небезпечно атакував його, плюнув в опонента чи кинув пісок в обличчя, навмисно торкнувся м'яча руками (окрім воротаря у штрафному майданчику), перешкодив введенню м'яча у гру голкіпером тощо. Штрафні пробивають ті гравці, на яких порушено правила (виняток – якщо цей гравець зазнає травми). Якщо футболіст, котрий заробив штрафний, залишає поле, не виконавши удар, він не має права повернутись у гру.

### **Порушення правил за які призначаються картки**

Жовта – за неспортивну поведінку, систематичні порушення правил, цілеспрямоване затягування часу, навмисну гру руками, демонстративний вихід із поля тощо. Червона – якщо гравець отримує другу жовту картку, навмисно кидає пісок у суперника чи арбітра, ціною фолу ліквідує гольовий момент біля своїх воріт. Гравець, що отримав синю картку, вилучається з поля на 2 хвилини, протягом яких його команда грає в меншості. Потім порушник може повернутися в гру. Червона картка знаменує вилучення з поля гравця, який грубо порушує правила, агресивно поводить на полі, плює в суперника чи в будь-яку іншу особу, лається чи вдається до образливих жестів, руками ліквідує гольовий момент біля своїх воріт або ж отримує третю жовту картку в матчі. Вилучений гравець не може більше повернутися на поле в цій грі, а його команда протягом 2 хвилин грає у меншості.

### **Пробиття штрафних ударів**

Якщо штрафний пробивається гравцем із половини поля команди, яка порушила правила в захисті, усі інші футболісти, окрім голкіпера, повинні перебувати за лінією м'яча, на відстані не ближче 5 метрів (це ж правило стосується пробиття пенальті). В разі удару з половини поля атакуючої команди уявний сектор поля між лініями, проведеними від м'яча до стійок воріт, повинен бути вільним від будь-кого з гравців обох команд, окрім голкіпера. Якщо м'яч летить у цей сектор, жоден із гравців не може торкатися його, поки сфера не торкнеться піску, каркасу воріт чи воротаря команди, яка захищається. Штрафний призначається з центру поля, якщо гравці команди контролюють м'яч у своєму карному майданчику більше 5 секунд, не відчуваючи при цьому пресингу з боку суперників; якщо голкіпер після пасу свого гравця удруге бере до рук м'яча, що його не торкнувся суперник; якщо воротар поновлює гру ударом від воріт ногами. Пенальті – 9-метровий штрафний удар – призначається, коли гравець порушує правила у своєму карному майданчику. Гол може бути забитий прямим ударом зі штрафного. Гравець, що б'є штрафний, не може торкатися м'яча повторно, доки той не торкнеться когось із інших футболістів. Гол у свої ворота після удару зі штрафного не зараховується, призначається кутовий.

### **Введення м'ячу із ауту**

Обома руками з-за голови або ногою. В обох випадках і м'яч, і ноги гравця повинні перебувати за боковою лінією, а введення має відбуватися протягом 5 секунд. Гол не може бути забитий безпосередньо з ауту. В разі, якщо гравець вкидає чи забиває м'яч у свої ворота, призначається кутовий, у чужі удар від воріт.

### **М'яч від воріт**

Воротар вводить його у гру руками з будь-якого місця власного штрафного майданчику. Для цієї процедури в голкіпера є 5 секунд. Він не може торкатися м'яча повторно, доки його не торкнеться хтось із гравців. Якщо, вводячи м'яч ударом від воріт, голкіпер вражає власні ворота, призначається кутовий.

### **Кутовий удар**

Ударом ногою, від кутового прапорця, з уявного сектору радіусом 1 м. На введення м'яча дається 5 секунд. Гравці протилежної команди повинні перебувати не ближче 5 м від м'яча. Гол, забитий прямим ударом з кутового, зараховується.

### **Арбітри**

Гру судять двоє арбітрів – головний і другий. Кожен має право показати гравцеві жовту, синю або червону картку. Якщо думки суддів щодо спірного моменту розходяться, право прийняття рішення залишається за головним арбітром.

## **ФУТДАБЛБОЛ**

«Футдаблбол» недавно з'явився у нас в країні, основоположниками стали українці, які і провели перший в історії матч по футдаблболу в 2007 році на стадіоні футбольного клубу «Оболонь» в м. Київ. Суть його проста – все, як у футболі традиційному, тільки грають команди двома м'ячами одночасно, і положення "поза грою" не існує.

### ***Скорочені правила гри***

Гра йде по правилах футболу з деякими змінами і доповненнями. М'ячі різного кольору, один може бути смугастий, за умови, що другий одноколірний.

Стійка і поперечина воріт можуть бути різноколірними.

Стандартне футбольне поле з розміткою;

Чотири судді. Два – в полі, два – на лініях. У суддів в полі форма різного кольору, а свистки, з різною тональністю звучання;

Суддя контролює гру з одним м'ячем і відповідає за весь матч.

Припинити матч (два довгі свистки), у разі травмування гравця, може тільки суддя.

Помічник судді в полі повинен мати звуковий сигнал (свисток), відмінний від сигналу судді, для того, щоб гравці чули, з яким м'ячем гра зупинена або відновлена.

У випадках, коли обидва м'ячі одночасно вводяться в гру, помічник в полі своїм сигналом, дублює початок гри.

Помічник судді в полі контролює гру з іншим м'ячем і самостійно оцінює порушення правил при грі з контрольованим ним м'ячем.

Бічні судді допомагають суддям в полі, знаходячись за бічною лінією.

Бічні помічники судді повинні мати прапорці такого ж розфарбовування як м'ячі, для того, щоб підняттям вгору відповідного прапорця, сигналізувати, в грі з яким м'ячем відбулося порушення.

Положення "поза грою" немає;

Кількість замін – не обмежено. Головне, щоб в обох командах була однакова кількість заявлених гравців;

Формат матчу – два тайми по 45 хвилин "брудного" часу.

На початку матчу і всіх подальших таймів воротарі обох команд вводять м'ячі в гру ударом з кута площі воріт. У цей момент кожна команда знаходиться на своїй половині поля.

Після забитого гола: команда, що пропустила гол, починає гру з центру поля, суддя контролюючий м'яч, бере його в руки і йде в центр поля і там чекає, поки другий м'яч покине межі поля, без призначення кутового удару, або потрапить до рук до воротаря або опиниться в комірах.

Якщо м'ячі одночасно забиті в різні ворота, то гру починають воротарі як на початку матчу, але з 11-метрової відмітки.

У разі, коли один м'яч потрапляє у ворота, гра з цим м'ячем припиняється до тих пір, поки другий м'яч не покине межі поля, без призначення кутового удару, або не потрапить у ворота, або не опиниться біля одного з воротарів.



• Якщо другий м'яч потрапив в ті ж ворота, то обидва м'ячі вводяться в гру одночасно командою тієї, що пропустила голи, при цьому один м'яч вводиться в гру в центрі поля, а інший вводиться в гру воротарем з 11-метрової відмітки.

• Якщо другий м'яч потрапляє за бічну лінію, то перший м'яч вводиться в гру команда, що пропустила гол – в центрі поля, а другий м'яч – вкидається одночасно із-за бічної лінії в центрі поля командою суперника, що втратила м'яч за бічну лінію.

• Якщо другий м'яч виходить за лінію воріт, без призначення кутового удару або потрапляє до рук воротаря, то він вводиться в гру одночасно з першим м'ячем.

• Якщо другий м'яч виходить за лінію воріт, з призначенням кутового удару, то з цим м'ячем гра не закінчена, спочатку пробивається кутовий удар, а потім поновлюється матч.

У всіх випадках відновлення матчу, після забитого голу, команди знаходяться на своїй половині поля.

У разі призначення 11-метрового удару, суддя не зупиняє матч поки другий м'яч не покине межі поля, без призначення кутового удару або не опиниться біля воротаря. Пробивається 11-метровий удар, а потім обидва м'ячі одночасно вводяться в гру.

Якщо в грі з другим м'ячем теж призначений 11-метровий удар, то вони пробиваються по черзі.

У разі призначення штрафного удару, гра з цим м'ячем припиняється до тих пір, поки другий м'яч знаходиться в грі.

Вводиться другий м'яч в гру разом з першим (штрафним) м'ячем у випадку:

- якщо другий м'яч вийшов за бічні лінії;
- якщо другий м'яч вийшов за лінію воріт тієї команди, що проводить штрафний удар;
- якщо другий м'яч вийшов на кутовий біля будь-яких воріт;
- якщо другий м'яч потрапив до рук воротаря тієї команди, що проводить штрафний удар;
- якщо з другим м'ячем призначений штрафний удар в будь-яку сторону.

У разі призначення вільного удару або спірного м'яча гра з цим м'ячем не зупиняється.

У непередбачуваних ситуаціях рішення по введенню в гру м'ячів залишається за арбітром.

## **ФУТБОЛ 3x3**

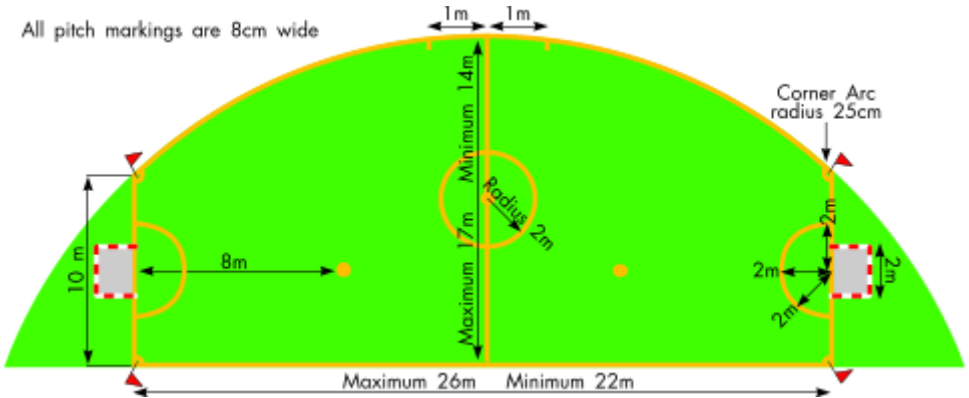
Історія футболу 3x3 бере початок ще з 2002 року. А з 2003 вже проводяться регулярні турніри. Гра народилася в м. Чернігові її винахідником вважається студент Чернігівського державного технологічного університету – Синиця Миколай Юрійович. В 2007 році засновником, було створено асоціацію футболу 3x3 для забезпечення професійного рівня підготовки та проведення змагань з цього виду спорту. У березні 2008 року асоціація футболу 3x3 увійшла до складу Чернігівської регіональної федерації футболу. З року в рік турніри набирають обертів, з'являються все нові й нові прихильники цієї гри. Сьогодні футболу 3x3 завдяки своїй популярності та демократичності став не просто розвагою, а загальним видом спорту, що доступний кожному, без статевих або вікових обмежень.

### *Скорочені правила гри*

#### **Поле для гри**

Поле для гри повинно мати форму обрізаного з двох боків пів еліпса, як показано на мал. 8. Довжина бічної лінії повинна бути більше довжини середньої лінії. Довжина бічної лінії має бути не менше 22 м і не більше 26 м. Довжина середньої лінії – не менше 14 м і не більше 17 м.

Розмітка поля проводиться за допомогою ліній. Лінії входять до розмірів зон, які вони обмежують. Дві коротші лінії, що обмежують поле, називаються лініями воріт. Довга пряма лінія, перпендикулярна до ліній воріт, називається бічною лінією. Крива, що з'єднує лінії воріт, називається другою бічною лінією.



мал. 8. Майданчик для гри в футбол 3x3

Товщина усіх ліній – від 8 до 10 см. Середня лінія ділить поле для гри на дві половини. Центр поля позначено крапкою, яка знаходиться посередині середньої лінії. Навколо центру проводиться коло радіусом 2 м.

### Штрафний майданчик

Межі штрафного майданчика визначені з обох сторін поля наступним чином:

у межах поля для гри проводиться півколо радіусом 2 м з центром в уявній точці, що знаходиться точно посередині між стійками воріт.

### 8-метрова позначка

На кожній половині поля, на відстані 8 м від центральної точки між стійками воріт, наноситься позначка, рівновіддалена по відношенню до стійок.

### Кутовий сектор

У кожному куті поля наноситься кутовий сектор з радіусом 25 см і встановлюються кутові прапорці, які кріпляться на флагштоках, що не мають загостреного верхнього наконечника, висотою від 25 до 35 см.

### Зони замін

Зони замін, через які гравці виходять на поле та залишають його при замінах, знаходяться з обох боків від середньої лінії, перед лавами запасних гравців.

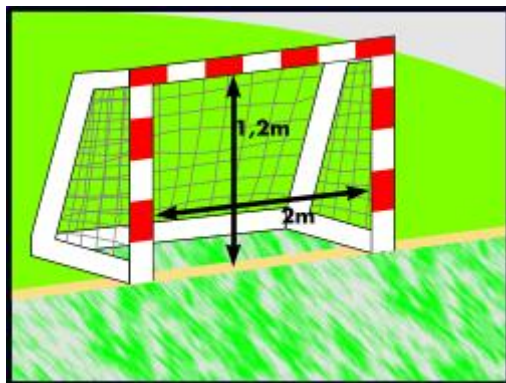
Зони замін довжиною 1 м знаходяться по обидва боки від середньої лінії. З кожної сторони вони відмічені лініями довжиною 50 см, проведеними паралельно до середньої лінії, при цьому 25 см лінії знаходяться в межах поля для гри та 25 см – за його межами.

У зоні, що знаходиться безпосередньо за зонами замін обох команд та має довжину 2 м, ніхто не повинен знаходитись. У цій зоні може бути розміщений суддівський столик.

### **Ворота**

Ворота встановлюються посередині кожної лінії воріт. Вони складаються з двох вертикальних стійок, з'єднаних вгорі горизонтальною поперечкою. Відстань між стійками (внутрішній розмір) складає 2 м, а відстань від нижнього краю поперечки до площини ігрового майданчика – 1,2 м (рис. 9)

Розріз стійок та поперечки однаковий – 8 см. Позаду воріт до стійок і поперечки кріпиться сітка до вигнутих кронштейнів чи інших кріпильних деталей. Глибина верхнього кріпильного кронштейна мінімум 30 см, а нижнього – 70 см. Ворота можуть бути переносними, але під час гри повинні бути надійно закріплені.



**Рис. 9. Ворота для гри**

### **Поверхня поля для гри**

Поверхня має бути рівною, без горбів. Гра проходить на натуральному трав'яному покритті. Висота трави не повинна перевищувати 7 см.

## **М'яч**

М'яч повинен мати сферичну форму та бути виготовленим зі шкіри чи з іншого придатного для цих цілей матеріалу, мати довжину кола не більше 70 см і не менше 68 см. На момент початку матчу м'яч важить не більше 450 г. і не менше 410 г.

### **Заміна непридатного для гри м'яча**

Якщо у ході гри м'яч лопне або з якихось інших причин стане непридатним для гри, гру слід зупинити, м'яч замінити. Гра поновлюється спірним ударом з того місця, де м'яч зіпсувався.

У ході гри м'яч може бути замінено тільки з дозволу судді.

Якщо м'яч став непридатним для гри в момент, коли він не був у грі – при початковому ударі, ударі від воріт, кутовому, штрафному, вільному ударах, при виконанні пенальті або при киданні з-за бічної лінії гра поновлюється відповідним чином.

### **Число гравців.**

У матчі беруть участь дві команди, кожна з яких складається з 3 гравців, при цьому один з них є воротарем.

### **Процедура заміни**

У будь-якому матчі, що проходить відповідно до даних Правил, дозволена заміна гравців. Максимальна кількість дозволених запасних гравців дорівнює трьом. Кількість замін у ході матчу необмежена. Замінений гравець може знову вийти на поле замість будь-кого з інших гравців. Заміна проводиться у будь-який час та по бажанню команд, незалежно від того знаходиться м'яч у грі чи поза грою, але при цьому гравці команди, що проводить заміну, повинні дотримуватись наступних правил:

- гравець, що покидає поле, повинен робити це у своїй зоні заміни;
- гравець, що виходить на поле, також повинен робити це зі своєї зони заміни, але тільки після того, як гравець, що залишає поле для гри, повністю перетне бічну лінію;
- запасний гравець, незалежно від того, приймає він участь у грі чи ні, підкорюється суддям і несе повну відповідальність за свої дії;
- заміна вважається проведеною з виходом запасного гравця на поле, і з цієї миті він стає діючим гравцем, а гравець, якого замінили, стає запасним.

Воротар має право поміняти місцями з будь-яким гравцем своєї команди.

### **Порушення/Санкції**

Якщо одна або більше з вищеперерахованих умов не буде виконана під час заміни, то: гра зупиняється;

- гравцю, що порушив дані умови, висувається попередження з пред'явленням жовтої картки;
- гра поновлюється пробиттям 8-метрового удару у бік команди, що порушила правила.

### **Повноваження судді**

Хід протікання кожного матчу контролює суддя, на який він був призначений.

### **Рішення судді**

Рішення судді по фактам гри є кінцевими.

### **Права та обов'язки судді**

- суддя суворо стежить і вимагає дотримання Правил;
- дає грі продовжитись, якщо її зупинка була би на користь винуватої команди, та виносить покарання за це порушення, якщо постраждала команда не змогла взяти передбачуваної вигоди із такої зупинки;
- записує у протокол матчу інформацію про будь-які санкції, винесені проти гравців та/або керівників команд, а також про інциденти, що стались на матчі;
- діє як хронометрист при відсутності останнього;
- зупиняє гру або взагалі її припиняє у випадку порушення Правил гри або сторонньої дії;
- виносить дисциплінарні санкції, попередження, вилучає гравців, винних у порушеннях Правил;
- не дозволяє стороннім особам виходити на поле;
- зупиняє гру, якщо, на його думку, гравець зазнав серйозної травми, та забезпечує, щоб постраждалого винесли за межі поля.

### **Другий суддя та хронометрист**

Для обслуговування матчу призначаються другий суддя та хронометрист. Вони розміщуються за столом (але другий суддя може вставати і, стоячи поруч зі столом, слідкувати за дотриманням Правил), що знаходиться за межами поля перед другою бічною лінією безпосередньо перед зонами замін. Як

виняток, суддівський столик може бути розміщено і навпроти, тобто перед бічною, поруч з середньою лінією. Хронометрист та другий арбітр повинні мати хронометр і необхідне обладнання, що показує кількість командних фолів.

#### **Хронометрист:**

- забезпечує тривалість гри;
- вмикає секундомір після початкового удару та вмикає його після закінчення тайму, під час тайм-аутів, та коли зупинити час попросить головний суддя.

Хронометрист також сигналізує свистком або іншим акустичним засобом про закінчення кожного з таймів матчу, веде лік тайм-аутів, що залишилися у кожної з команд та дозволяє взяти тайм-аут, веде лік порушень кожної з команд у кожній половині зустрічі та сигналізує при скоєнні п'ятого командного фолу.

Остання хвилина матчу – “чиста” (тобто, при виході м'яча за межі поля та при порушеннях секундомір вмикається і вмикається при поновленні гри).

**Другий суддя:** допомагає хронометристу, а також головному судді слідкувати за дотриманням Правил усіма учасниками гри. Також другий суддя веде лік зупинок у грі та їх причини, записує номери гравців, які забили голи та були попереджені чи вилучені.

#### **Тривалість гри**

Матч продовжується два рівних періоди (тайми) по 15 хвилин. Відлік часу веде хронометрист, чий обов'язки визначені у Правилі 6. Тривалість кожного з таймів може бути збільшена для надання змоги пробити пенальті.

#### **Тайм-аут**

Командам дозволяється взяти однохвилинний тайм-аут один раз за гру, при цьому:

- тренер команди повинен звернутись з проханням про взяття тайм-ауту до хронометриста;
- команді дозволяється брати тайм-аут у будь-який час гри, але тільки тоді, коли вона володіє м'ячем;
- хронометрист сигналізує акустичним засобом – дає дозвіл на взяття тайм-ауту при виході м'яча з гри;
- під час тайм-ауту гравці повинні залишатись на полі, розмістившись біля бічної лінії зі сторони своєї лавки запасних.

Тренер, що дає інструкції, не має права виходити на поле.

### **Перерва між таймами**

Перерва між таймами не повинна перевищувати 7 хвилин.

### **Початок та поновлення гри**

Перед початком матчу проводиться жеребкування, і команда, що виборола жереб, отримує право вибирати ворота, які вона буде атакувати у першому таймі. Протилежна команда виконує початковий удар у матчі. Команда, що виборола жереб, виконує початковий удар у другому таймі матчу. У другому таймі команди обмінюються половинами поля і атакують протилежні ворота.

### **Початковий удар**

Початковий удар слугує початком і поновленням гри:

- на початку матчу;
- після забитого голу;
- на початку другої половини зустрічі;
- на початку кожного з додаткових таймів, якщо такі призначаються.

М'яч, забитий у ворота безпосередньо з початкового удару, зараховується.

### **Порядок виконання початкового удару**

- усі гравці знаходяться на своїх половинах поля;
- суперники команди, що виконує удар з центру поля, повинні знаходитись на відстані не менше 2 м до м'яча, поки м'яч не ввійшов у гру;
- м'яч встановлюється нерухомо у центрі поля;
- суддя дає свисток;
- м'яч повинен рухатись вперед, тільки тоді він у грі;
- гравець, що виконав початковий удар, не може другий раз торкнутись м'яча раніше іншого гравця.

### **Порушення/санкції**

Якщо гравець, що виконує початковий удар, повторно доторкнеться до м'яча до того, як м'яч доторкнеться до іншого гравця:

- призначається вільний удар, що виконується гравцем протилежної команди з місця, де відбулося порушення.

За будь-яке інше порушення процедури виконання початкового удару:



- початковий удар повторюється.

### **М'яч у грі та поза грою**

М'яч поза грою, якщо:

- він повністю перетнув лінію воріт чи бічну лінію;
- гра зупинена арбітром.

### **М'яч у грі**

В усіх інших випадках м'яч перебуває у грі, навіть тоді, коли:

- він відскакує у поле від стійок воріт чи поперечки;
- відскакує від судді, що знаходиться у межах поля;
- відскакує у поле від кутового прапорця.

### **Коли зараховується м'яч**

Виключаються інші способи зараховування гола (взяття воріт), крім наступного. М'яч вважається забитим у ворота, коли він повністю перетнув лінію воріт між стійками і під поперечкою, якщо тільки він не закинутий, не занесений у ворота в результаті спеціальної гри рукою зі сторони гравця команди, що атакує.

### **Гол, забитий головою, рахується за два**

Тобто, якщо, наприклад, рахунок 0:0, і гравець забиває головою, то рахунок стає одразу 2:0 на користь команди, що забила головою.

Вважається, що гол забито головою, якщо перед взяттям воріт останньою частиною тіла гравця атакуючої команди, що доторкнулась до м'яча, була голова. У випадку, якщо перед взяттям воріт м'яч якимось чином зачепив гравця команди, що захищається (і при цьому не були порушені Правила), а також у всіх інших спірних випадках, рішення про зарахування голу головою приймається на розсуд судді.

### **Команда, що перемогла у матчі**

Переможцем вважається команда, що забила більше м'ячів протягом матчу. При рівній кількості забитих м'ячів чи за відсутності забитих м'ячів матч вважається таким, що закінчився внічию.

### **Порушення і провина**

Порушення і провина карається наступним чином.

### **Штрафний удар** призначається, якщо гравець:

- вдарить чи намагатиметься вдарити суперника рукою чи ногою;
- стрибне на суперника;

- штовхне або затримає суперника;
- навмисно зіграє у м'яч рукою (не стосується воротаря у своєму штрафному).

Вище вказані порушення накопичуються.

**Пенальті (шот-аут)** призначається, якщо будь-яке з вищеперерахованих порушень гравець зробив у своєму штрафному майданчику. Також призначається шот-аут при:

- порушенні правил, за яке гравець отримує жовту чи червону картку;
- воротар бере м'яч у руки від свого гравця;
- при 5 командних фолох, кожний наступний карається шот-аутом.

**Вільний удар** призначається, коли:

- гравець зіграв небезпечно;
- заважає воротарю ввести м'яч у гру;
- воротар тримає м'яч у руках більше 4 секунд;

#### *Дисциплінарні санкції*

#### **Жовта картка**

Гравець отримує попередження з пред'явленням жовтої картки, якщо:

- допускає неспортивну поведінку;
- висловлює незгоду з рішеннями судді;
- систематично порушує Правила гри;
- затримує поновлення гри;
- виходить з поля або повертається без дозволу судді, або порушує процедуру заміни.

Порушення з пред'явленням жовтої картки тягне за собою вилучення гравця, що провинився, на 1 хвилину, призначення шот-ауту. По закінченні хвилини, на поле виходить гравець, що був вилучений.

Якщо жовту картку отримує воротар, проводиться заміна польового гравця на запасного воротаря, що має бути екіпірований відповідно до Правил 4; по закінченні штрафної хвилини на поле виходить будь-який із запасних гравців, а воротар, що був вилучений, отримує право змінити воротаря, що перебуває на полі.

#### **Червона картка**

Гравець повинен бути видалений з пред'явленням червоної картки, якщо:

- отримує другу жовту;
- робить порушення більш тяжкі, ніж при пред'явленні жовтої картки;
- грає дуже "брудно";
- грубо висловлюється на адресу арбітра або інших осіб.

Порушення з пред'явленням червоної картки тягне за собою вилучення гравця, що провинився, на 3 хвилини, призначення шот-ауту. По закінченні трьох хвилин, на поле виходить гравець, що був вилучений.

Якщо червону картку отримує воротар, проводиться заміна польового гравця на запасного воротаря, що має бути екіпірований; по закінченні трьох штрафних хвилини на поле виходить будь-який із запасних гравців, а воротар, що був вилучений, отримує право змінити воротаря, що перебуває на полі (але тільки в тому випадку, якщо це перша отримана ним червона картка).

Якщо після отримання червоної картки гравець знову діє грубо, то він отримує другу червону і видаляється до кінця матчу (більше не має права брати участі у матчі). Команда, що провинилась карається трьома хвилинами штрафу, по закінченні яких на поле виходить запасний гравець команди, у складі якої відбулося вилучення.

### **Штрафний та вільний удари**

Розрізняють штрафний та вільний удари. І штрафний, і вільний удари повинні виконуватись по нерухомому м'ячу, і гравець, що виконує їх, не має права повторно торкатись м'яча до тих пір, поки м'яч не торкнеться когось з інших футболістів.

М'яч, забитий у ворота суперника безпосередньо після штрафного удару, зараховується.

М'яч, забитий з вільного удару, зараховується тільки якщо він, перед тим, як влетіти у ворота, зачепив когось з інших гравців.

### **Порядок виконання ударів**

До того моменту, поки м'яч не буде у грі, всі гравці команди суперника повинні знаходитись від нього на відстані, як мінімум, 3 м.

М'яч вважається у грі, якщо був просто його дотик або він прийшов у рух після дотику з ним.

### ***Порушення/Санкції***

Якщо при пробитті цих ударів гравець команди-суперника знаходиться не на належній відстані, а ближче до м'яча, то удар перебивається.

Якщо час виконання удару перевищує 4 секунди, то призначається вільний удар з цього ж місця у сторону винуватої команди.

### **Накопичення порушень**

Накопичуються порушення, за які призначається штрафний удар.

### **Порядок виконання перших п'яти ударів:**

- гравці, що захищаються, можуть робити стінку;
- всі гравці команди-суперника повинні бути не ближче 3 м від м'яча, поки він не ввійшов у гру;
- м'яч, забитий безпосередньо з такого удару, зараховується.

### **Починаючи з шостого порушення:**

- стінка не використовується;
- воротар команди, що захищається, повинен знаходитись в межах свого штрафного майданчика;
- усі інші гравці повинні знаходитись на площі, позаду уявної лінії, що проходить паралельно середній лінії через центр м'яча і поза штрафною зоною.

### **Метровий удар (шот-аут)**

8-метровий удар призначається у сторону команди, що допустила порушення.

М'яч, забитий безпосередньо з 8-метрової позначки, зараховується.

Для пробиття шот-ауту надається додатковий час, якщо його було призначено, а основний час першої половини, усього матчу або кожного з додаткових таймів вийшов.

Змінювати воротаря, який перебував на полі при порушенні правил, за яке було призначено шот-аут, забороняється. Винятком може бути тільки вилучення воротаря. У цьому випадку його місце повинен зайняти гравець, відповідно екіпірований.

### **Розташування м'яча та гравців**

#### **М'яч**

- встановлюється на 8-метрову позначку.

#### **Гравець, що виконує удар**

- знаходиться біля м'яча.

### **Воротар команди, що захищається**

- знаходиться у своєму штрафному майданчику.

### **Інші гравці знаходяться**

- в межах поля;
- позаду або в стороні від 8-метрової позначки;
- не ближче 3 метрів до м'яча.

### **Порядок виконання**

- гравець що виконує удар, рухається з м'ячем вперед у напрямку воріт;
- на виконання удару дається 7 секунд;
- воротар не має права виходити за межі штрафного майданчика;
- гра зупиняється арбітром, якщо був забитий гол, м'яч вийшов за межі поля, був дотик м'яча до воротаря, стійок чи поперечки (і після цього м'яч відскочив у поле), або ж пройшло 7 секунд;
- гол зараховується, якщо м'яч повністю перетнув лінію воріт між штангами та під поперечкою;
- навіть якщо був дотик до воротаря, стійок, поперечки, арбітра (що знаходиться у межах поля), і після цього м'яч потрапив у ворота, то гол не треба відмінити.

### ***Порушення/Санкції***

Якщо гравець команди, що захищається, порушить (удару з бічної лінії):

- удар повторюється, якщо м'яч не було забито;
- удар не повторюється, якщо м'яч було забито.

Якщо гравець команди, що атакує, порушить Правила:

- удар повторюється, якщо м'яч було забито;
- удар не повторюється, якщо м'яч не було забито.

Якщо гравець, що виконує цей удар, порушує Правила після того, як м'яч увійшов у гру:

- призначається вільний удар у сторону винуватої команди з місця, де відбулося порушення.

### **Удар з бічної лінії**

Удар з бічної лінії є одним із засобів поновлення гри.

М'яч, забитий у ворота безпосередньо ударом з бічної лінії, не зараховується.

### **Удар з бічної лінії призначається:**

- коли м'яч повністю перетне бічну лінію по землі чи в повітрі;
- з місця, де м'яч перетнув бічну лінію;
- у сторону команди, гравець якої останнім торкнувся м'яча перед тим, як той перетнув бічну лінію.

### **Розташування м'яча та гравців**

#### **М'яч**

- нерухомо стоїть на бічній лінії;
- вводиться у гру в будь-якому напрямку.

#### **Гравець, що виконує удар з бічної лінії**

- в момент удару по м'ячу частина стопи однієї ноги може торкатись бічної лінії, інша нога знаходиться за бічною лінієюю.

#### **Гравці команди, що захищається**

- повинні знаходитись на відстані не ближче 3 метрів до м'яча.

#### **Порядок виконання**

- гравець повинен ввести м'яч у гру впродовж 4 секунд з моменту його встановлення на бічній лінії;
- гравець, що водить м'яч у гру, не має права торкнутися м'яча вдруге, раніше за іншого гравця;
- м'яч вважається у грі після того, як він почав рухатись.

#### **Порушення/Санкції**

Вільний удар призначається у сторону винуватої команди, якщо:

- гравець, що виконав удар, повторно торкнеться м'яча раніше іншого гравця. Вільний удар пробивається з місця порушення.

Удар з бічної лінії перебивається гравцями іншої команди, якщо:

- удар виконано з порушенням правил;
- м'яч введено не з того місця;
- м'яч не введено впродовж 4 секунд;
- мало місце будь-яке інше порушення Правил.

#### **Введення м'яча від воріт**

Удар від воріт є одним із засобів поновлення гри. М'яч, забитий у ворота безпосередньо ударом від воріт, не зараховується.

#### **Удар від воріт призначається:**

- якщо м'яч повністю перетне лінію воріт (по землі чи в повітрі) з зовнішньої сторони від стійок і поперечки та останнім його торкнувся гравець команди, що атакувала.

#### **Порядок виконання**

- воротар, знаходячись у своєму штрафному майданчику, вводить м'яч у гру;
- поки м'яч не ввійшов у гру, гравці команди-суперника повинні знаходитись за межами штрафного майданчика;
- воротар не має права після введення м'яча від воріт повторно торкнутися м'яча, поки той не торкнеться іншого гравця;
- м'яч вважається у грі, коли він покине межі штрафного майданчика.

### ***Порушення/Санкції***

Якщо м'яч не покинув межі штрафного майданчика:

- введення м'яча від воріт повторюється.
- Якщо після вводу м'яча у гру воротар знову торкнеться м'яча до того, як його торкнеться інший гравець:
- призначається вільний удар з місця, де відбулося порушення.
- Якщо воротар не вводить м'яч упродовж 4 секунд після того моменту, як він зайняв позицію для вводу у штрафному майданчику:
- призначається вільний удар, який пробивається командою-суперником з лінії штрафного майданчика, з точки, найближчої до місця порушення.
- У всіх інших випадках введення м'яча від воріт повторюється.

### **Кутовий удар**

Кутовий удар є методом поновлення гри.

Гол, забитий у ворота безпосередньо з кутового удару, зараховується.

### **Кутовий удар призначається:**

- якщо м'яч повністю перетне лінію воріт (по землі чи в повітрі) з зовнішньої сторони від стійок і поперечки та останнім його торкнувся гравець команди, що захищається.

### **Порядок виконання**

- м'яч нерухомо стоїть усередині найближчого кутового сектора;
- гравці команди-суперника повинні знаходитись не ближче 3 метрів до м'яча, поки той не почне рухатись;
- удар по м'ячу ногою наносить гравець команди, що атакує;
- м'яч вважається у грі після того, як він почав рухатись;

- гравець, що виконав кутовий удар, не має права торкатись м'яча повторно, поки той не торкнеться іншого гравця.

### ***Порушення/Санкції***

Вільний удар виконує суперник, якщо:

- гравець, що виконав кутовий, зіграє по м'ячу повторно, поки той не торкнеться іншого гравця. Вільний удар виконується з місця порушення;
- кутовий удар не виконано впродовж 4 секунд з моменту, коли гравець поставив м'яч у кутовому секторі. Вільний удар виконується з кутового сектора.

При будь-яких інших порушеннях:

- кутовий удар повторюється.

### **Серії післяматчевих шот-аутів**

Серії ударів з 8-метрової позначки виконуються для виявлення переможця гри, де це передбачено регламентом змагання, у випадку, якщо гра закінчилась нічиєю.

### **Порядок виконання**

- суддя вибирає ворота, у які будуть виконані удари;
- суддя кидає жереб, щоб визначити команду, що виконає перший удар;
- суддя веде лік виконаних ударів.

Взагалі, кожна команда виконує по 3 удари в зв'язку з обставинами, описаними нижче:

- удари виконуються по черзі;
- з числа гравців, що внесені у протокол матчу, капітани команд, до пробиття серії, повідомляють суддям прізвища та номери 3 гравців, що будуть виконувати удари;
- коли команда в кінці гри у своєму складі має більшу кількість гравців, ніж команда-суперник, вона повинна зрівняти кількість гравців з командою-суперником, повідомивши суддям список тих, хто не буде виконувати удари;
- якщо одна з команд забила більше м'ячів, ніж змогла би забити інша, навіть виконавши усі 3 свої удари, серія припиняється;
- після того, як обидві команди забили рівну кількість м'ячів або не забили жодного, виконання ударів продовжується у



- тому ж порядку до тих пір, поки одна з команд, після виконання рівної кількості ударів, заб'є на один м'яч більше;
- ці додаткові удари виконують ті гравці, які не виконували перші три удари. Після того, як кожний з них виконає по одному удару та не доб'ються результату, серію продовжують ті гравці, котрі її починали і у тому ж порядку;
  - видалений гравець не має права приймати участь у виконанні ударів;
  - замінювати воротаря, який уже розпочав серію, не дозволяється;
  - на майданчику, при виконанні ударів, можуть знаходитись тільки гравці, занесені у протокол матчу;
  - усі гравці, за винятком гравця, що виконує удар, та двох воротарів, повинні знаходитись на стороні поля, протилежній до тієї, де виконуються удари. Другий суддя контролює цю сторону поля, а також гравців, які там знаходяться;
  - воротар команди, чий гравець виконує удар, повинен залишатись на майданчику, не втручаючись у хід гри.

### ***ФУТБЕГ НЕТ-ГЕЙМ***

Футбег (від англ. Foot – нога і bag – мішок) – невеликий м'яч, так званий коротко, – бег, різні варіації якого використовуються у ряді спортивних ігор. Футбег також є об'єднаною назвою різних видів спорту, де використовується цей м'яч. Якщо не брати до уваги різні варіації, де необхідно ударяти м'яч ногами, передаючи його іншим гравцям, існує дві найпоширеніші дисципліни у футбеге: футбег фрістайл і футбег нет-гейм. У Росії поширеніша інша гра, в якій використовується схожий м'яч. Вона носить назву «Сокс» і є спрощеним варіантом одного з різновидів футбєга.

Сучасний футбег зародився в 1972 році в Америці м. Орегон, коли Джон Сталбергер зустрів Майка Маршалла, який грав з невеликим саморобним мішечком, набитим бобами. Джон до цієї зустрічі шукав спосіб відновити своє пошкоджене коліно і побачив в цій нехитрій грі не тільки спосіб вилікувати хворобу, але і цікаву спортивну гру. Для гри придумали назву – «Hack the sack». В той же час вони придумали термін для спорту – «футбєг». Таким

чином, «Nasck sack» на даний момент – торгова марка, але і досі цю назву використовують як для м'яча, так і для спорту в цілому.

Стараннями Джона Сталбергера і Майка Маршалла, а потім і багатьох інших осіб, що зацікавилися, футбэг набував всього велику популярність і врешті-решт переріс рамки простої розваги, ставши загальноновизнаним спортом, і набувши великого поширення не тільки в Америці, але і в багатьох інших країнах. Слідуючи моделям волейболу і тенісу, гравці почали перекидати м'яч ногами через сітку. Так з'явилася одна з найпопулярніших дисциплін у футбэге – нет-гейм. Іншою поширеною формою гри став фрістайл – декілька людей грають в колі, виконуючи за допомогою м'яча різні трюки. Футбег фрістайл – це також форма змагання виступу, де спортсмени виконують підготовлену програму з музичним супроводом, близьку за типом до фігурного катання або аеробіки.

### *Скорочені правила гри*

Футбег нет-гейм комбінує елементи тенісу, бадмінтону і волейболу. Нет-гейм грають поодиночки або парами. Гра на сітці відбувається або 1x1 або 2x2.

Поле має бути розмірами: 6,24 м – ширина, 13,72 м – довжина. Корт посередині роздільний сіткою і вздовж майданчику середньою лінією. Висота сітки – 152,5 см.

Гра ведеться до 11 або до 15-ти очок – заздалегідь гравці домовляються.

Грати можна тільки ногами нижче за коліно. Якщо гравець відбив сокс вище за коліно – то йому зараховується гол.

Якщо гра ведеться 2x2 то кожна команду має три удари в розіграші, гравці повинні чергуватися між ударами. (як у волейболі, не можна робити 2 торкання підряд). Якщо гра 1x1 – то у гравця є 2 торкання.

Виграти очко можна тільки на подачі. Якщо ви програєте подачу то подача переходить до супротивника. Подача виконується з кінця поля по діагоналі. Якщо при подачі – ви не потрапляєте в потрібний квадрат – м'яч переходить до суперника. Подачі виконуються по черзі з правою і з лівого боку (непарний рахунок – з ліва, парний, – з права).

Якщо гравець торкнеться сітки – то йому зараховується гол.

## Питання для самоперевірки

1. Історія виникнення і розвитку (будь-якої з розглянутих спортивних ігор).
2. Короткій зміст правил (будь-якої з розглянутих спортивних ігор).
3. Яка з розглянутих спортивних ігор була, і досі є, визнаним олімпійським видом спорту.
4. В якій спортивній гри удари по м'ячу виконуються тільки кулаком
5. Яка з представлених спортивних ігор наймолодша (найстаріша).
6. Назвати різновиди спортивних ігор (футболу, баскетболу, волейболу, гандболу).
7. Яка з спортивних ігор має назва двох різних командних видів спорту.
8. В якій з спортивних ігор грається одразу двома м'ячами.
9. Яка з розглянутих спортивних ігор виникла в піонерських таборах.
10. В якій з спортивних ігор можна відбивати м'яч від стін та стелі.
11. Назвати в якій з спортивних ігор при порушенні правил виконуються шот-аути.
12. Які з розглянутих спортивних ігор виникли в Україні.
13. Назвати прізвища винахідників (будь-якої з розглянутих спортивних ігор).
14. В якій спортивних іграх за правилами змагань можуть разом в одній команді приймати участь чоловіки і жінки.

## Література

1. Казаков С.В. Спортивные игры. Энциклопедический справочник /С.В. Казаков. – Ростов : Феникс, 2004, – 448 с.
2. Костюков В.В. Пляжный волейбол: тренировка, техника, тактика, учебное пособие / В.В. Костюков. – М.: «Советский спорт», 2005, – 156 с.

## Електронний ресурс

3. Вікпедія (вільна енциклопедія) [Електронний ресурс]. Режим доступу – [www.uk.wikipedia.org](http://www.uk.wikipedia.org).
4. Офіційний сайт асоціації пляжного футболу України. [Електронний ресурс]: Режим доступу – [www.beachsoccer.com.ua](http://www.beachsoccer.com.ua)
5. Офіційний сайт асоціації пляжних видів спорту м. Ілчівець. [Електронний ресурс]: Режим доступу – [www.artadmires.com](http://www.artadmires.com)
6. Офіційний сайт Федерації баскетболу України. [Електронний ресурс]: Режим доступу – [www.ukrbasket.net.ua](http://www.ukrbasket.net.ua)
7. Офіційний сайт Федерації волейболу України. [Електронний ресурс]: Режим доступу – [www.fvu.in.ua](http://www.fvu.in.ua)
8. Офіційний сайт Федерації стрітболу України. [Електронний ресурс]: Режим доступу – [www.chmp.com.ua](http://www.chmp.com.ua)
9. Официальный сайт Российской федерации регбола [Электронный ресурс]: Режим доступа – [www.rugball.ru](http://www.rugball.ru)
10. Офіційний сайт асоціації «Футболу 3х3». [Електронний ресурс]: Режим доступу – [www.football3x3.com.ua](http://www.football3x3.com.ua).
11. Официальный сайт ассоциации «Футдаблбол – новая эра». [Электронный ресурс]: Режим доступа – [www.footdoubleball.org.ua](http://www.footdoubleball.org.ua)
12. Официальный сайт ассоциации футбега г.Минска [Электронный ресурс]: Режим доступа – [www.footbag.msk0.ru](http://www.footbag.msk0.ru)
13. Официальный сайт Клуба «Минибаскет» Российской Федерации баскетбола [Электронный ресурс]: Режим доступа – [www.minibasket.comintern.ru/](http://www.minibasket.comintern.ru/)
14. Энциклопедия кругосвет. [Электронный ресурс]: Режим доступа – [www.krugosvet.ru](http://www.krugosvet.ru)