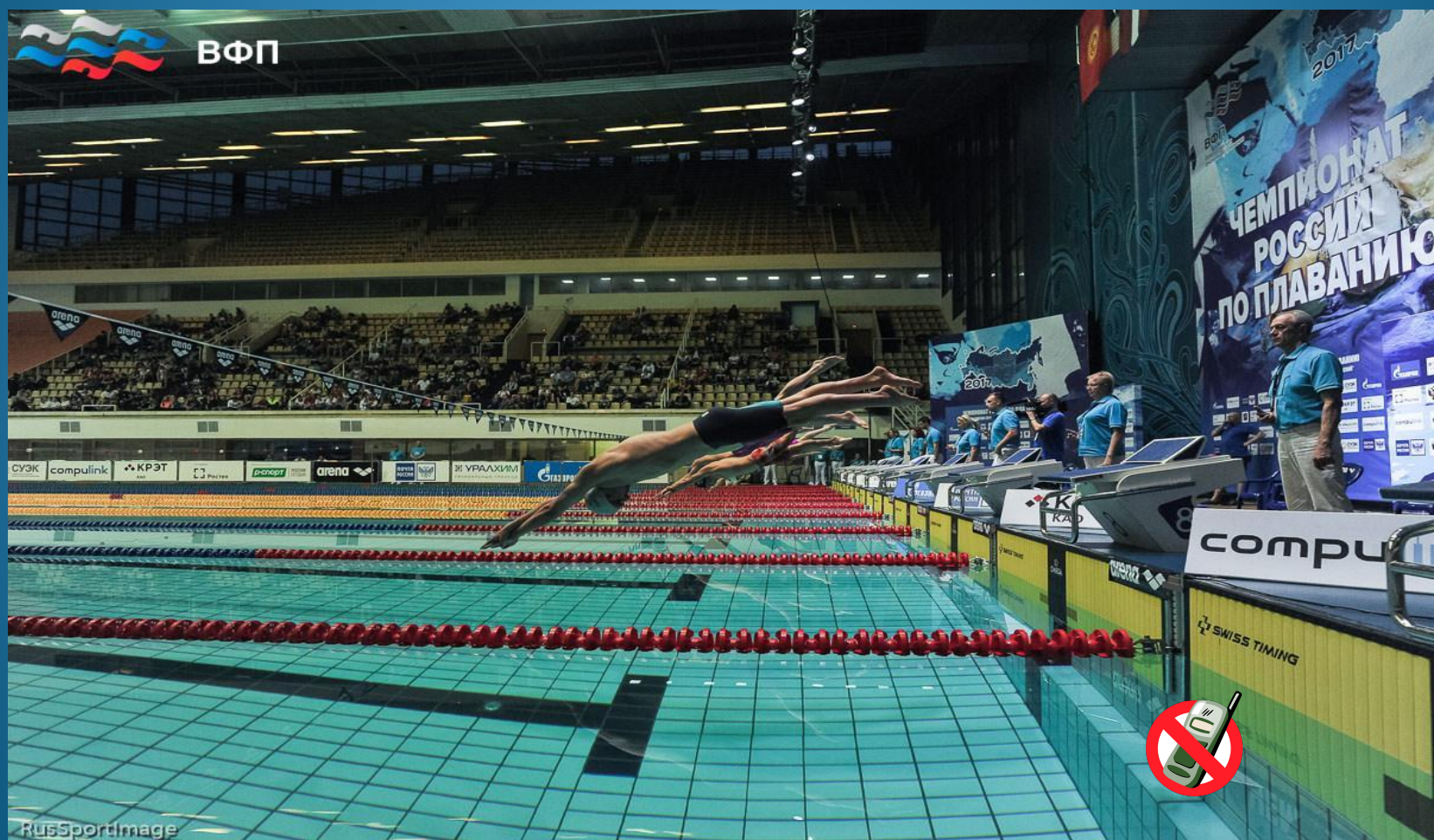


Семинар судей 1й; Всероссийской категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.



Семинар судей 1й; Всероссийской категорий г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.

Приветствие
Перекличка участников
Темы Семинара



Семинар судей 1й; Всероссийской категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.

- История образования и деятельность FINA
- Введение в судейство
- Проведение соревнований
- Хронометраж
- Способы плавания
- Права и обязанности судей
- Профессиональный судья
- Принятие решений судьями
- Прохождение дистанции
- Дисквалификации
- Протесты
- Распределение участников по предварительным заплывам, полуфиналам и финалам
- Старт



Семинар судей 1й; Всероссийской категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.

Задачи семинара:

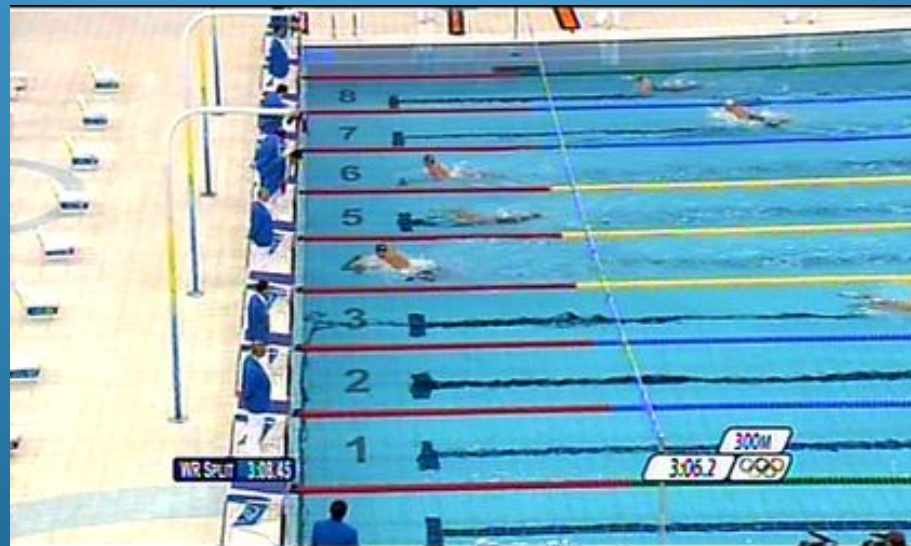
- Повышение уровня судейства соревнований по плаванию
- Развитие интереса к участию в соревнованиях по плаванию
- Улучшение физической формы и качества спортивного плавания
- Развитие жизненных навыков:
 - ✓ Безопасность на воде
 - ✓ Дисциплина
 - ✓ Отношение к жизни
 - ✓ Честность и справедливость

Семинар судей 1й; Всероссийской категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.

История создания FINA

- FINA – была образована 19 июля 1908 г. в Лондоне, в отеле Манчестер.
- Федерации учредители: Бельгия, Великобритания, Венгрия, Дания, Германия, Финляндия, Франция и Швеция.



Семинар судей 1и; Всероссийской категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.

История создания FINA

Несмотря на то, что плавание было включено в олимпийскую программу с самых первых игр современности в 1896 г., в Афинах, Международная федерация плавания была основана только несколько лет спустя, 19 июля 1908 г., по случаю проведения Олимпийских игр в Лондоне, под названием «Международная любительская федерация плавания». Это название сохранялось до 2000 года. Её главной целью было унифицировать правила и больше не позволять странам организаторам Игр навязывать свои собственные правила.

Британец Джордж Хёрн, в то время президент «Любительской ассоциации плавания», стал первым, кто взял ответственность в звании Почётного секретаря / казначея. Первая его задача заключалась в приведении в единую систему олимпийских видов в плавании, прыжках в воду и водном поло.

С тех пор FINA всегда стремилась проводить международные соревнования по правилам признанными

категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.

История создания FINA

Следует упомянуть некоторые вехи в деятельности FINA:

- Распространение региональных и континентальных игр по всему миру.
- Введение новых видов, таких как Чемпионаты мира (1973), Кубки мира (1979), Чемпионаты мира на короткой воде (1993), Гран при по прыжкам в воду (1995), Чемпионаты мира по плаванию на открытой воде (2000), Мировая лига по водному поло (2002) и Кубок мира (группа Б) по синхронному плаванию для вновь зародившихся федераций.
- Растущий интерес телевидения и намного больший доход от продажи телевизионных прав на трансляцию на Олимпийских играх и Чемпионатах мира.
- Введение электронного оборудования для регистрации времени, фотофиниша, компьютерной обработки заявок и результатов
- Растущий интерес к соревнованиям ветеранов.
- Существовали многочисленные инициативы, среди которых создание в последние годы новых видов, таких как:
Синхронные прыжки в воду, женский юношеский чемпионат мира по водному поло, хай-дайвинг (прыжки в воду с большой высоты).
- Попытка диалога со спортсменами и тренерами путём создания двух комиссий.
- Создание маркетинговой и пресс комиссий и т.д.

категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.

История создания FINA

Перспективы развития

В дальнейшем спортивное плавание, как и любой другой вид спорта, может развиваться несколькими путями. Но одно, несомненно, при современном уровне развития телевидения, средств массовой информации, необходимо поддерживать зрелищность любого вида спорта – и плавание не является исключением. Никто не станет оспаривать тот факт, что зрелищность в плавании – это рекорды. Именно рекорды побуждают людей приходить на соревнования по плаванию, привлекают спонсоров. Но в плавании человек уже подошёл, или близок к пределу своих физических возможностей. Несколько лет назад, если не брать в расчёт фармакологическое обеспечение, применение новых методик тренировки, в спортивном плавании широкое распространение получили высокотехнологичные плавательные костюмы. Соперничество спортсменов перешло в соперничество производителей плавательных костюмов. Спортсмены оказались в неравных условиях, что нарушает спортивный принцип состязаний. Это привело сначала к ограничениям, а затем к запрету применения высокотехнологичных костюмов.

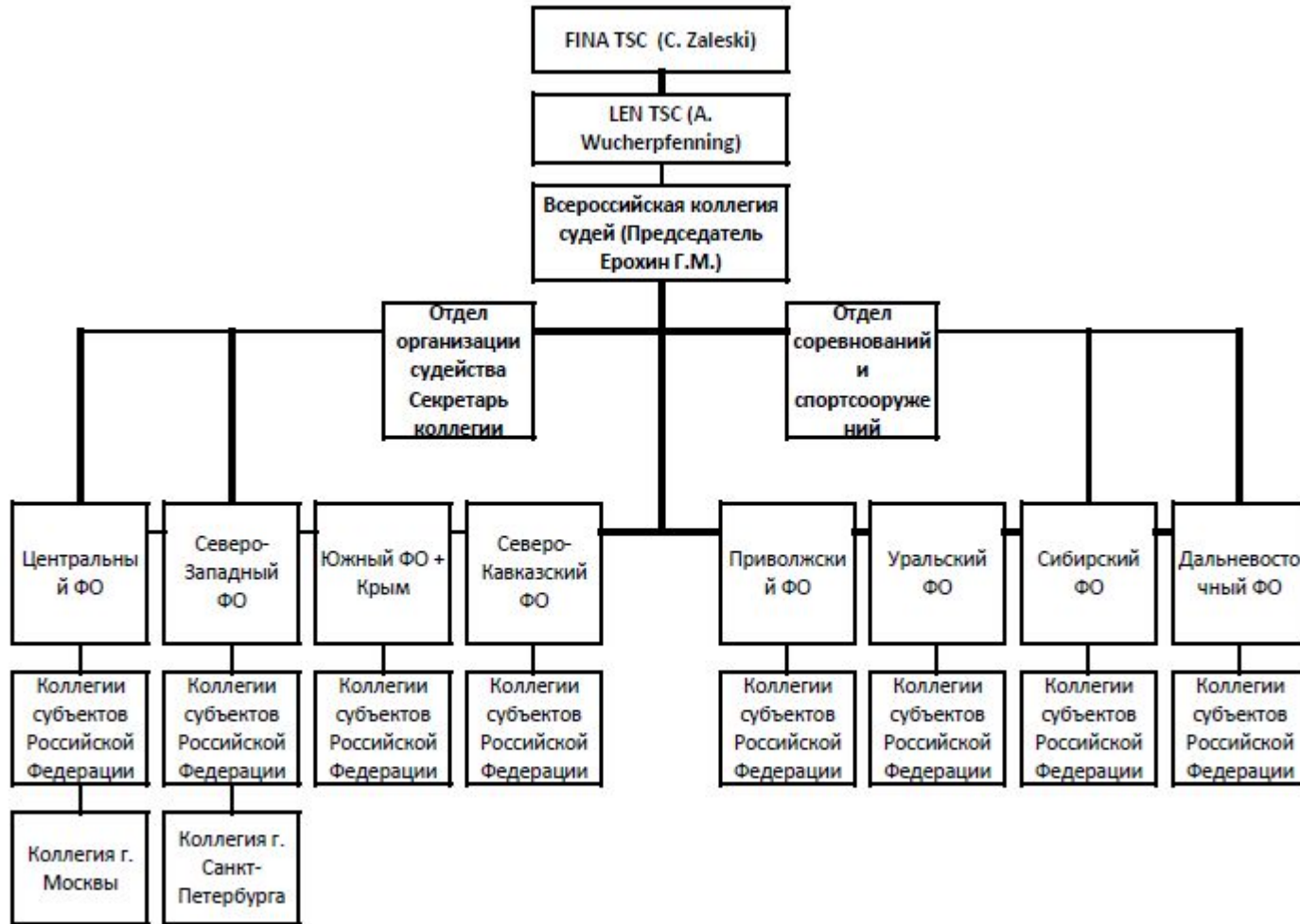
В этой ситуации одним из путей дальнейшего развития мирового спортивного плавания, который сможет обеспечить дальнейший прогресс, является совершенствование правил соревнований по плаванию и, возможно, в какой-то степени способов плавания.

В настоящее время членами FINA являются 215 национальных федераций.

категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.

Структура Всероссийской коллегии судей



категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.

Введение в судейство

Для чего судить соревнования?

- Вы здесь ради Вашего сына или дочери?
- Для удовлетворения своего эго, личных целей, потому что нравится или нет, ради эмоций?
- Или по какой либо другой причине?



категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.

Введение в судейство

Цель любого судьи или волонтера на соревнованиях – это создание справедливой, безопасной и положительной соревновательной обстановки.

Цель данного семинара:

- Продолжение развития Ваших навыков как судей по плаванию;
- Обеспечить Вам наилучшее понимание Правил по каждому способу плавания;
- Развитие понимания роли и ключевых обязанностей всех судей, находящихся на бортике бассейна.



категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.

Введение в судейство

Судьям необходимо:

- Проявлять интерес к спорту и плаванию в частности;
- Интересоваться честностью спорта;
- Начать как судья-хронометрист, а потом повышать практический опыт через ряд соревнований различного уровня.



категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.

Введение в судейство

Судья по плаванию – это судья соревнований, а не правил. Необходимо следовать Правилам соревнований по плаванию. Судья, имеющий свои стандарты, которые отличаются от тех, которые определены в Правилах, могут иметь свои решения, которые будут труднопонимаемые тренерами или рефери.



категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.

Введение в судейство

Культура и ценности судьи:

- Мы здесь для пловцов
- Мы здесь для того, чтобы молодому поколению вырасти физически и ментально, для личного участия и активности
- Наша цель – показать молодому поколению преимущества дисциплины и упорства
- Мы должны попробовать создать школу жизни
- Помочь молодому поколению научиться уважать и принимать решения
- Каким бы не был опыт – хорошим или плохим – он всё равно позитивный.

Важно, всё что бы мы не делали, мы делаем для того, чтобы быть объективным и чувствовать ответственность по отношению ко всем пловцам.

категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.

Проведение соревнований

Местные стандарты:

- Список необходимых мер – дел
- Положение о соревнованиях с программой соревнований, сроками и местом проведения, возраст и условия допуска участников соревнований и финансовые условия
- Оборудование и материально-техническое обеспечение, включая систему хронометража
- Судьи и персонал



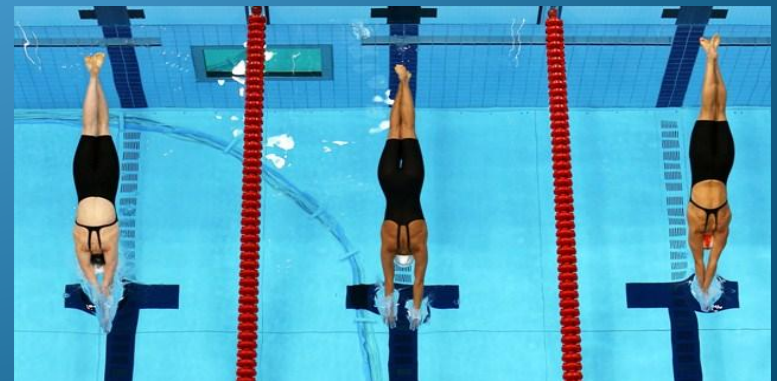
категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.

Проведение соревнований

Стандарты FINA:

- Олимпийские игры
- Чемпионаты мира FINA – длинная вода (50м) – короткая вода (25м)
- Первенства мира по плаванию FINA среди юниоров
- Проверка оборудования бассейна Комиссией Технического Комитета, которая включает в себя: дорожки, стартовые тумбочки, устройств для старта, указателей поворотов, системы хронометража, компьютеров для подтверждения соответствия правилам FINA
- Проверка бассейна, встреча с представителями Организационного Комитета, Менеджером по плаванию и т.д., для того, чтобы быть уверенными в правильности сертификации бассейна, которая предоставляется измерительным агентством.



категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.

Хронометраж



Кроме победы как таковой, самой важной частью соревнований по плаванию является время спортсменов, показанное на соревнованиях. Время для каждого пловца – показатель того, как он быстро преодолел дистанцию. Несмотря на то, что в заплыве только один победитель, каждый пловец, который принимает участие, показывает официальное время. Пловец может выполнить квалификационный норматив для будущих соревнований или установить рекорд.

Точный хронометраж и регистрация времени – очень важны. Использование оборудования для электронного хронометража на соревнованиях всех уровней обеспечивает наиболее точное время и информацию о занятом месте, чем время, полученное при ручном хронометраже.

Когда используется оборудование для автоматической регистрации времени, зафиксированное время определяет как результат, так и место. Когда применяется ручной хронометраж, официальное распределение мест определяется не только по времени, которое даёт судья – хронометрист, но и с учётом прихода, которое даёт старший судья на финише. При ручном хронометраже желательно иметь на одну дорожку три электронных секундомера.

категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г

Хронометраж



Всем автоматическим системам хронометража требуется дублирующая система. В зависимости от класса автоматической системы хронометража могут использоваться следующие дублирующие системы хронометража:

- один или два дублирующих контура внутри самой системы автоматической регистрации времени и, которые срабатывают без каких-либо действий судьи-хронометриста;
- электронная кнопка, которая приводится в действие судьёй хронометристом на финише или, если необходимо на поворотах;
- электронный секундомер, который включается по стартовому сигналу и выключается судьёй-хронометристом в момент касания стенки пловцом;
- возможно использование судьёй хронометристом одновременно и электронной кнопки и электронного секундомера, но использование двух электронных секундомеров одним судьёй не разрешается.

Если автоматическое или полуавтоматическое оборудование отсутствует, то используется ручной хронометраж.

категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.

Хронометраж



Результат пловца – самый важный ПУНКТ на соревнованиях.

Существуют три способа хронометража:

- Автоматический (время запускается по стартовому сигналу и останавливается пловцом при касании щита). (Щиты для касания – touch pads)
- Полу-автоматический (время запускается по стартовому сигналу и останавливается судьёй при касании пловца стенки бассейна на финише). (Кнопки – buttons)
- Ручной – (Время запускается по стартовому сигналу и останавливается при касании пловца стенки бассейна на финише судьёй). (Секундомеры – stopwatches)

Полу-автоматический и ручной способ хронометража используются как страховка автоматического, в случае, когда не используется видео.

В каждом из способов, роль судьи-хронометриста одинакова.

категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.

Хронометраж

SW 2.8 Старший судья-секундометрист



SW 2.8.1 Старший судья-секундометрист указывает всем секундометристам сидячие места, где они должны находиться, и дорожки, за которые они отвечают. Желательно, чтобы на каждой дорожке было три секундометриста. Если не используется автоматическая система хронометража, назначаются дополнительно два секундометриста для замены тех, у которых не запустился или остановился секундомер во время заплыва, или тех, кто по какой-либо причине не может зарегистрировать время. При использовании трех (3) цифровых секундомеров на дорожке, финальный результат и место определяются по его (их) показаниям.



категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018



Хронометраж

SW 2.8.2 Когда на одной дорожке работает только один секундометрист, должен быть назначен дополнительный, на случай выхода из строя секундомера. Кроме того, Старший судья-секундометрист должен фиксировать время победителя в каждом заплыве.

SW 2.10 Старший судья на финише– при необходимости

SW 2.11 Судья на финише– при необходимости



категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018



Хронометраж

SW 11.1 Работа Автоматической системы хронометража должна проходить под контролем назначенных для этого судей

Данные, полученные Автоматической системой хронометража, используются для определения победителя, всех последующих мест участников, а также всех результатов, показанных на каждой дорожке. Места и результаты, определенные таким образом, должны иметь преимущество перед показаниями секундометристов.

В заплывах, где автоматическая система полностью отказала или очевидно, что она выдала ошибочные результаты, а также в тех случаях, когда пловцу не удалось вызвать срабатывания системы, официальными должны считаться результаты секундометристов (см. SW 13.3)



категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018



Хронометраж

SW 11.2 При использовании автоматической системы хронометража, результаты должны учитываться только с точностью до 1/100 сек. При наличии результатов с точностью до 1/1000 сек. третий знак не должен учитываться или использоваться при распределении мест.

В заплыве с одинаковыми зарегистрированными результатами с точностью до 1/100 сек. все пловцы, имеющие эти результаты, должны занимать одно и то же место.

Время, показываемое на демонстрационном табло, должно иметь точность только до 1/100 сек.

SW 11.3 Любое устройство для измерения времени, которое выключается судьей, считается секундомером.

Время, установленное при помощи секундомера (ручной результат), должно быть зарегистрировано тремя секундометристами, назначенными или утвержденными представителем федерации страны, в которой проходит соревнование

Все секундомеры должны иметь свидетельства о поверке, выданные соответствующей контрольной организацией, гарантирующие точность секундомеров. Ручной результат должен регистрироваться с точностью до 0,01 сек.

категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018



Хронометраж

Когда не применяется автоматическая система хронометража, официальный ручной результат должен определяться следующим образом:

Хронометраж SW 11.3

SW 11.3.1 Если два из трех секундомеров показали одно и то же время, а третий результат не совпадает, два одинаковых времени являются официальным результатом

Секундомер	Время
1	1.46,18
2	1.46,12
3	1.46,18
Официальный результат	1.46,18

категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018



Хронометраж

Хронометраж SW 11.3

SW 11.3.2 Если результаты всех трех секундомеров не совпадают, время секундомера со средним результатом считается официальным результатом

Секундомер	Время
1	1.46,18
2	1.46,12
3	1.46,15
Официальный результат	1.46,15

категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018



Хронометраж

Хронометраж SW 11.3

SW 11.3.3 Когда сработали только два из трех секундомеров, официальным результатом должно быть их среднее время:

$$\underline{18+12=30; 30:2=15}$$

Секундомер	Время
1	1.46,18
2	1.46,12
3	-----
Официальный результат	1.46,15

$$\begin{aligned} 12 + 18 &= 30 \\ / 2 &= 15 \\ @ .00 &= 15 \end{aligned}$$

категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018



Хронометраж

SW 11.4 Если пловец дисквалифицирован во время дистанции или после ее окончания, то эта дисквалификация отмечается в официальных результатах, но ни результат, ни место пловца не указывается и не объявляется.

SW 11.5 В случае дисквалификации эстафеты, зафиксированные этапы до момента дисквалификации должны быть зарегистрированы в официальных результатах.

SW 11.6 Во время проведения эстафет все отрезки по 50 и 100 м у пловцов первого этапа должны быть зарегистрированы и опубликованы в официальных результатах.



категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г



Хронометраж

Ручной хронометраж

На любых соревнованиях, где время фиксируется автоматической или полуавтоматической системой регистрации времени, должен быть, по меньшей мере, один секундомер на каждую дорожку.

При отсутствии автоматической или полуавтоматической системы регистрации времени, на каждой дорожке желательно назначить три судьи – хронометриста, и их показания регистрируются в качестве официального результата на дорожке.

Когда используется автоматическое оборудование, судьи – хронометристы на дорожках будут дублировать время, и оно может быть использовано в качестве официального, при любой ошибке в хронометраже и для её исправления.

Старший судья – хронометрист может заменить судью – хронометриста в случае отказа его секундомера. Судья – хронометрист, если требуется, может одновременно использовать и секундомер, и кнопку полуавтоматической системы, но он не может одновременно использовать два секундомера или две кнопки. Очень важно, чтобы судьи – хронометристы ознакомились со своими обязанностями и своим оборудованием перед началом соревнований.

категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г

Хронометраж



Для судей – хронометристов предлагаются следующие рекомендации:

Знать секундомер. Существуют различные типы секундомеров, и каждый из них работает по-разному. Предпочтительнее использовать электронные секундомеры, т.к. они могут регистрировать время с точностью до сотых долей секунды. Если используются стрелочные секундомеры, то к последней цифре нужно добавить ноль. Заведите секундомер, но не полностью сжимайте пружину, или проверьте, чтобы в секундомере были новые батарейки. Знайте, как включать, останавливать и возвращать стрелки с промежуточной фиксации времени. Попрактикуйтесь перед началом соревнований. Затухающие, мигающие цифры или десятичные знаки – знак того, что секундомеру нужны новые батарейки. Не существует ни каких правил, которые говорили бы каким пальцем пользоваться при запуске и остановке секундомера, но большинство судей – хронометристов рекомендуют использовать указательный палец.

Чтение информации с циферблата. При использовании стрелочных секундомеров, если стрелка остановилась между двумя отметками десятых долей секунды, следует фиксировать следующую высшую, не достигнутую десятую. Стрелочный секундомер следует держать так, чтобы цифра ноль была в положении 12 часов. При использовании электронных секундомеров, его следует держать так, чтобы отчётливо были видны показания дисплея. Если используются и электронные, и стрелочные секундомеры, рекомендуется, чтобы их пропорция была распределена равномерно, на каждой дорожке должны использоваться как стрелочные, так и электронные секундомеры.

Проверка точности секундомеров. Старшему судье – хронометристу следует попросить стартера провести проверку секундомеров перед началом соревнований. Обычно все судьи – хронометристы включают секундомеры по вспышке или дыму от выстрела, или вспышке светового сигнала. Они останавливают секундомеры по сигналу, по истечению одной или двух минут. Затем сравниваются показания секундомеров. Если разница в показаниях более чем 0,20 сек., об этом следует доложить старшему судье – хронометристу. Должны быть зафиксированы только показания секундомеров, без всяких округлений.

Время на стрелочных секундомерах следует читать, держа секундомер в руке в положении «12 часов» и должно отмечаться до 1/100 секунды.

категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г



Хронометраж

Неисправности при хронометраже

Неисправностями считаются когда:

- Секундомер не включился.
- Судья – хронометрист остановил секундомер до завершения заплыва или при определении промежуточного времени.
- Секундомер даёт сбой во время работы.

Действия при обнаружении неисправностей

Судья – хронометрист должен:

Уведомить старшего судью – хронометриста или судье – хронометристу, исполняющему его обязанности о неисправности для того, чтобы они зафиксировали время пловца.

Не списывать время с табло или записывать приблизительное.

Не писать показания другого судьи – хронометриста.

Записать «нет времени из-за неисправности».

категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г



Электронный хронометраж

Оборудование для автоматической регистрации времени обеспечивает точность результатов и распределение мест. Оно требуется для регистрации рекордов и квалификационных временных стандартов. Сегодня применяются различные системы автоматической регистрации времени, поэтому ни одна система не будет описана в подробностях.

В системах автоматической регистрации времени используются чувствительные к нажатию щиты или панели, которые устанавливаются на противоположных концах каждой дорожки. Щиты подсоединены к стационарному устройству электронной регистрации времени. Пистолет стартера или звуковой электронный сигнал, также подсоединены к прибору и, когда производится выстрел или звучит сигнал, начинается отсчет времени. Когда пловец касается щита, отсчет времени прекращается, или на длинных дистанциях регистрируется промежуточное время на любом отрезке. Электронное оборудование точно фиксирует время, а также определяет порядок финиша.

Полуавтоматическое оборудование приводится в действие сигналом стартера, или ручным выключателем, и останавливается, когда судья – хронометрист на каждой дорожке нажимает кнопку, когда пловец коснется щита.

Когда система автоматической регистрации времени применяется на соревнованиях новичков или очень молодых пловцов, могут иметь место многочисленные сбои. Для менее подготовленных пловцов лучше подходит полуавтоматическая система регистрации времени.

Самая большая проблема с автоматическим оборудованием – как преодолеть сбои, как исправить ошибочные результаты и как присоединить сдублированные результаты к оставшимся без сбоя результатам и местам.

Должна быть точная дублирующая система, чтобы обеспечить пловцам, которые примут участие в соревнованиях необходимые условия для регистрации результатов.

Когда основная система хронометража автоматическая, то дублирующая система может быть полуавтоматическая. Дополнительно необходимо иметь по меньшей мере одного судью – хронометриста на каждую дорожку и неплохо иметь двух дополнительных судей – хронометристов с секундомерами для первого места.

категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.

Электронный хронометраж



СБОИ АВТОМАТИЧЕСКОЙ СИСТЕМЫ ХРОНОМЕТРАЖА

Правилами FINA предусмотрены особые процедуры для обращения с автоматической системой при сбое.

Чтобы определить имел ли место сбой, основное и дублирующее время и место следует сравнить, чтобы доказать обоснованность результата, показанного основной системой. Когда автоматическое оборудование объединено с полуавтоматическим, обычно используется непосредственное сравнение. Если различие превышает 0,3 сек., то проверьте, где была ошибка: если пловец коснулся щита – проверьте работоспособность щита, время ручного секундомера или зрительно оцените местоположение пловца в заплыве. Если был сбой, то пловцу даётся время, зарегистрированное полуавтоматической системой. Если различие было не более 0,3 сек., то тогда время основной системы должно быть признано как официальное.

категорий
г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г

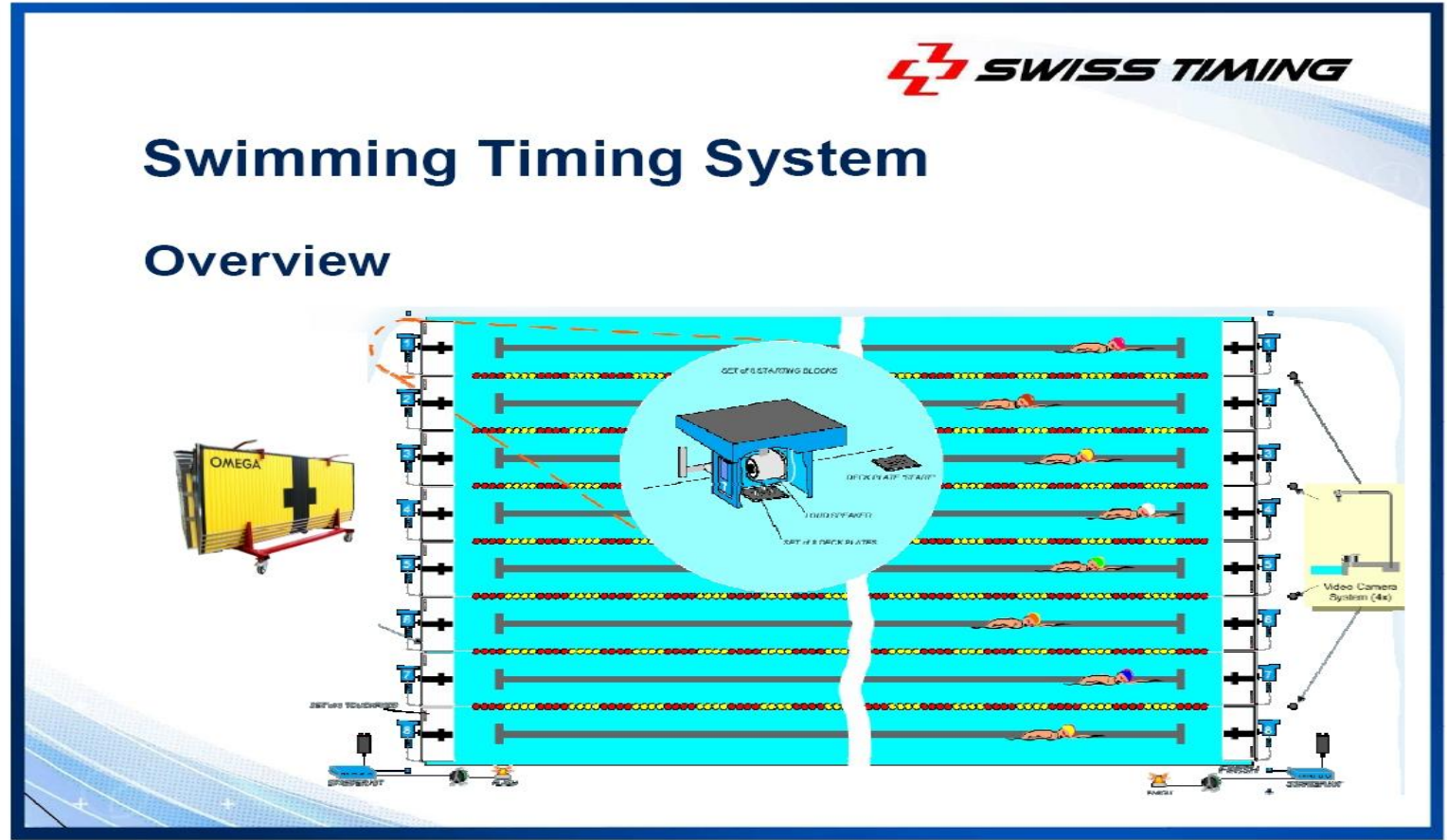


Электронный хронометраж



Swimming Timing System

Overview



категорий

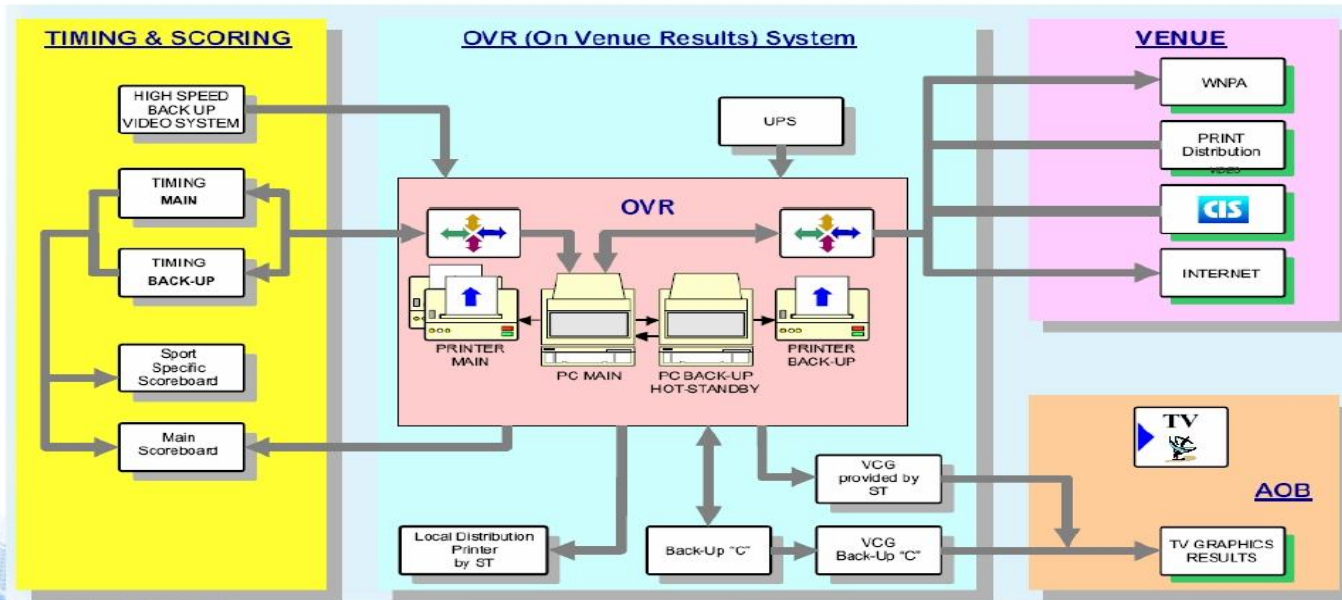
г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г



Электронный хронометраж



Results Processing & Distribution



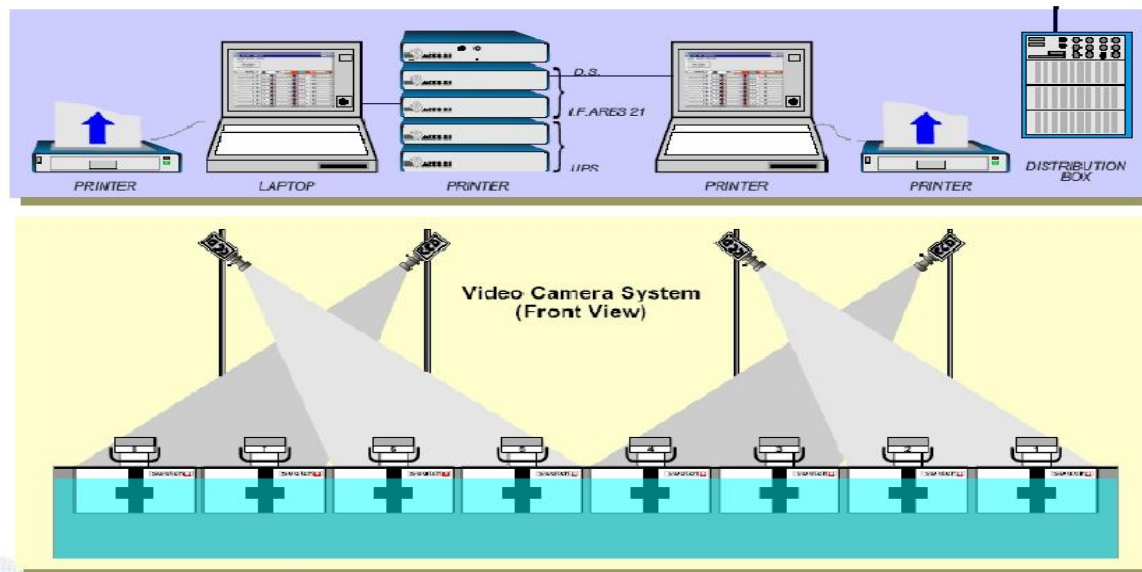
категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г

Электронный хронометраж



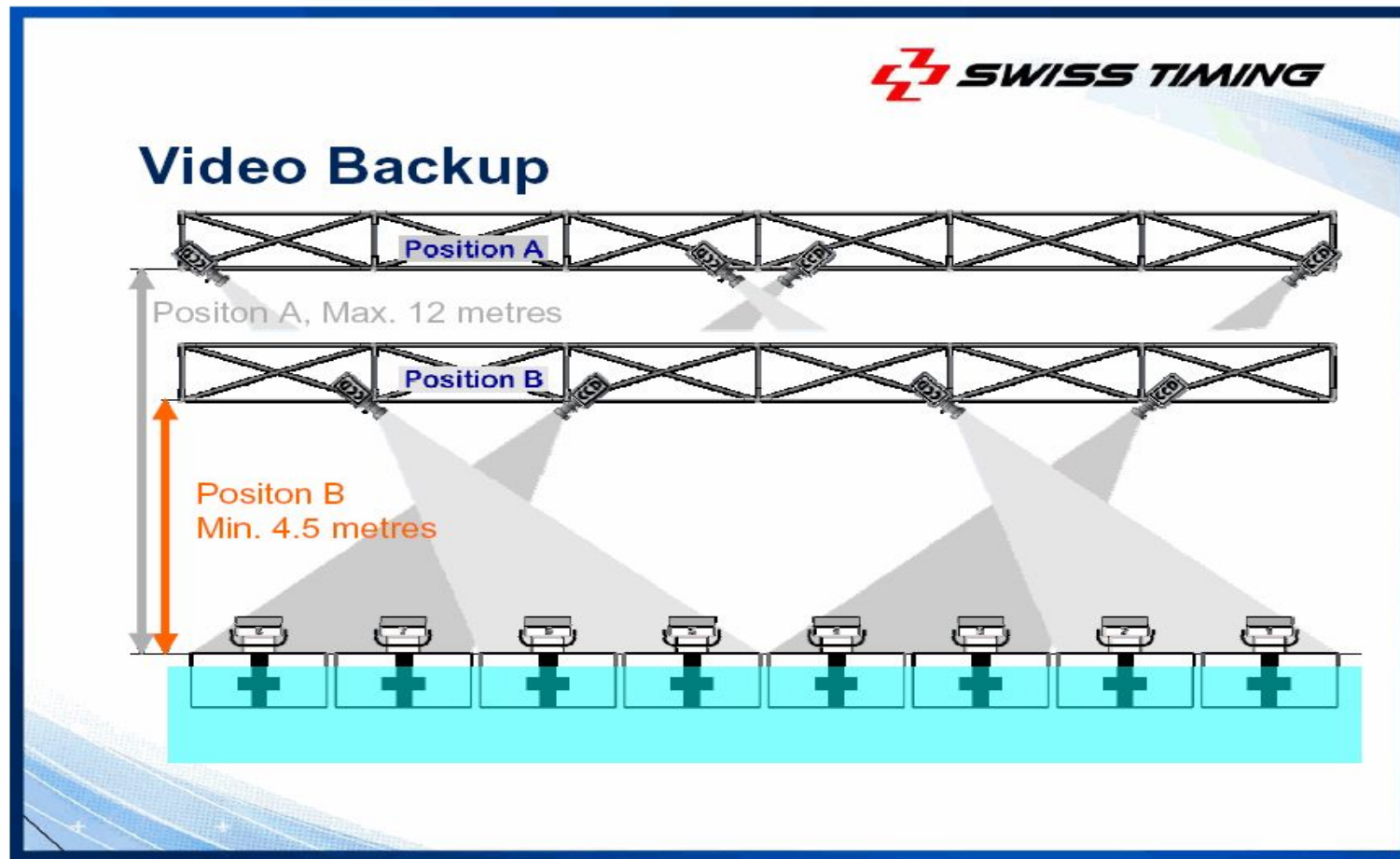
Timing Information Process



категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г

Электронный хронометраж



категорий

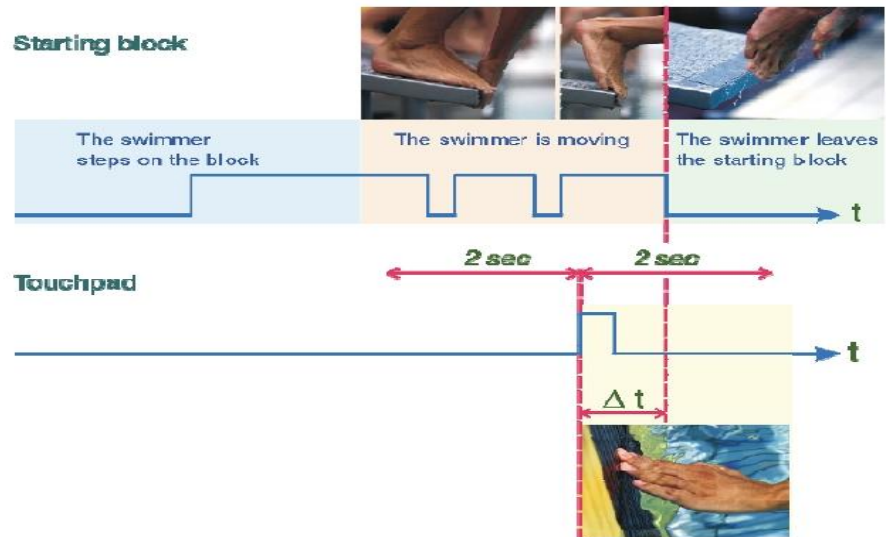
г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г

Электронный хронометраж



Relay Exchange Measurement

Small time difference
between the force of the
swimmer operating the
touch pad contact and
the swimmer's toes
finally leaving the block.
0.024 to 0.027 second



категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.

Электронный хронометраж



Измерение времени при смене этапов в эстафетах.

Существует небольшое различие между силой, которая активирует контактный щит при касании пловца и тем, когда пальцы ног отрываются от поверхности тумбочки: 0,024 – 0,027 сек.



категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.

Способы плавания

Вольный стиль.

Вольный стиль означает, что участнику на дистанции разрешается плыть любым способом, исключением являются комплексное плавание и комбинированная эстафета, где вольный стиль – это любой другой стиль, кроме баттерфляя, спины и брасса.

Любая часть тела должна разрывать поверхность воды во время заплыва. Полное погружение разрешается пловцу во время поворота и на расстоянии не более 15 м после старта и каждого поворота. В этой точке голова должна разорвать поверхность воды. Во время заплыва вольным стилем пловцу разрешается встать на дно. Но хождение и отталкивание от дна не разрешаются. Также не разрешается подтягивание за разделительные шнуры (поплавки) во время прохождения дистанции.

Пловец должен коснуться стенки какой-либо частью тела при завершении каждого отрезка дистанции и на финише. Если пловец не коснулся стенки по завершении отрезка и отплыл на какое-то расстояние (примерно 1-2 м), а потом вернулся и коснулся стенки, то ему не будет засчитано нарушение правил соревнований (только в вольном стиле).

категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.

Способы плавания

Плавание на спине

Перед стартовым сигналом пловцы занимают исходное положение в воде лицом к стартовой тумбочке, держась обеими руками за стартовые поручни. Ступни ног, включая пальцы, могут выходить из воды. Стоять на краю сливного желоба или упираться в него пальцами запрещено. При использовании устройства для старта на спине пальцы обеих ног должны касаться в контактный щит. Цепляться пальцами ног за верхний край контактного щита запрещено.

После стартового сигнала и после поворота пловец должен оттолкнуться и плыть на спине в течение всей дистанции, исключая момент поворота. Нормальное положение на спине может включать вращательное движение тела в горизонтальной плоскости, но не более, чем на 90 градусов относительно горизонтальной плоскости. Положение головы не регламентируется.

Какая-либо часть тела должна разрывать поверхность воды на всём протяжении дистанции, исключая разрешённое пловцу полное погружение во время поворота и на расстоянии не более чем 15 м после старта и после каждого поворота. В этой точке голова спортсмена должна разорвать поверхность воды.

категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.

Способы плавания

Плавание на спине

При выполнении поворота пловец должен коснуться стенки бассейна на своей дорожке какой-либо частью тела. Во время поворота плечи могут быть повернуты по вертикали к положению на груди, после чего сразу же следует либо один непрерывный гребок одной рукой или один непрерывный гребок одновременно двумя руками для начала поворота. Пловец должен вернуться в положение, на спине покидая стенку. После отталкивания разрешается работа ног в вертикальной плоскости.

Работа ног перед поворотом в положении на груди никак правилами не оговаривается. Но стоит иметь в виду, что работа ног допускается, пока пловец выполняет гребок руками или одновременный гребок двумя руками в положении на груди. В этом случае работа ног на груди, как и гребок, относятся к непосредственному выполнению поворота.

На финише дистанции пловец должен коснуться стенки, находясь в положении на спине на своей дорожке. При касании тело пловца не может быть полностью погружено в воду.



категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.

Способы плавания

Брасс

После старта и после каждого поворота спортсмен может сделать один длинный гребок руками, находясь при этом полностью погруженным в воду. Разрешается один дельфинообразный удар ногами в любое время после старта и каждого поворота перед первым циклом движений.

С начала первого гребка руками после старта и после каждого поворота пловец должен лежать на груди. Поворот на спину запрещен в любое время, за исключением поворота после касания стенки бассейна, когда тело спортсмена может повернуться в любой плоскости и выйти в положение «на груди» во время отталкивания о стенки бассейна. От старта и на всем протяжении дистанции должен соблюдаться цикл «один гребок – одно движение ногами». Все движения рук должны быть одновременны и в одной горизонтальной плоскости без чередующихся движений.

Обе руки вытягиваются вперед от груди по поверхности, выше или ниже поверхности воды. Локти должны находиться под водой, за исключением финального гребка до поворота, во время поворота и финального гребка на финише. Руки возвращаются назад по поверхности воды или под водой. Они не должны заходить за линию бедер, исключая первый гребок после старта и после каждого поворота. Во время прохождения дистанции локти не могут выходить из воды, за исключением касания стенки на финише и каждым поворотом.

категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.

Способы плавания

Брасс

В течение каждого полного цикла, какая-либо часть головы пловца должна разорвать водную поверхность. Голова должна разорвать поверхность воды прежде, чем руки начнут движение внутрь из наиширочайшей части второго гребка. Все движения ног должны быть одновременны и выполняться в одной горизонтальной плоскости без чередующихся движений.

Во время активной части толчка стопы должны быть развернуты в стороны. Чередующиеся движения или дельфинообразные удары книзу не допускаются. Нарушение поверхности воды стопами ног разрешается, если только вслед за этим не следует дельфинообразный удар книзу. Понятие «дельфинообразный удар книзу» подразумевает активное движение ног книзу. Бывает очень часто, что ноги спортсмена просто опускаются «пассивно» книзу. Это не является нарушением.

На каждом повороте и на финише дистанции касание должно быть сделано обеими раздвинутыми руками одновременно выше, ниже или по поверхности воды. При последнем гребке при повороте или на финише необязательно движение ногами после гребка. Голова может погружаться в воду после последнего гребка руками перед касанием. Однако, голова должна разорвать поверхность воды в какой-либо точке во время последнего полного или неполного цикла, предшествующего касанию. Причём касание может быть выполнено с различным положением кистей. Например, одна рука касается раскрытой ладонью, а другая – сжатой в кулак ладонью – главное, чтобы одновременно.

категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.

Способы плавания

Баттерфляй

От начала первого гребка руками после старта и после каждого поворота тело должно находиться на груди. Поворот на спину не разрешен в любое время, кроме как при повороте после касания стенки бассейна, когда тело спортсмена может повернуться в любой плоскости и выйти в положение «на груди» после отрыва от стенки бассейна.

Обе руки должны одновременно проноситься вперед над водой и одновременно возвращаться обратно во время всей дистанции.

Все движения вверх и вниз должны выполняться одновременно двумя ногами. Ноги или ступни могут быть не на одном уровне, но чередующиеся движения не разрешаются. Не разрешается движения ногами брассом. Некоторые пловцы делают одновременные движения ногами не на одном уровне, причём на одном отрезке, например, правая нога выше левой, а после поворота – наоборот. Это не является нарушением. А если во время прохождения на одном отрезке дистанции спортсмен поменял ноги, то это является нарушением.

категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.

Способы плавания

Баттерфляй

На каждом повороте и на финише касание должно быть одновременно обеими разведенными руками по поверхности, выше, по или ниже поверхности воды. Причём касание может быть выполнено с различным положением кистей. Например, одна рука касается раскрытой ладонью, а другая – сжатой в кулак ладонью – главное, чтобы одновременно. Непосредственно перед касанием на финише или на повороте не разрешается делать никаких дополнительных движений руками.

При старте и на поворотах пловцу разрешается сделать под водой одно или несколько движений ногами и один гребок руками, которые должны вынести его на поверхность. Пловцу разрешается полное погружение на отрезке не более 15 м после старта и каждого поворота. В этой точке голова спортсмена должна разорвать поверхность воды. Пловец должен оставаться на поверхности до следующего поворота или до финиша.

категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.

Касание на поворотах и финише (Брасс, Баттерфляй)

Касание стенки бассейна на поворотах и на финише являются наиболее частой причиной дисквалификаций. Поэтому очень важно правильно его выполнять в соответствии с правилами способа плавания. Кроме того, от касания на финише зависит результат спортсмена.

Особенно это касается брасса и баттерфляя.

Разрешено.



Запрещено



категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.

Способы плавания

Комплексное плавание и комбинированная эстафета

В индивидуальном комплексном плавании пловец проплывает дистанцию четырьмя способами в следующей последовательности: баттерфляй, спина, брасс и вольный стиль. Каждый отрезок должен составлять $\frac{1}{4}$ от общей дистанции. На каждом отрезке пловец должен финишировать в соответствии с правилами данного способа плавания.

Наиболее трудный момент в индивидуальном комплексном плавании – переход со спины на брасс. Этот «скоростной» поворот сегодня выполняют многие спортсмены. И при быстром выполнении этого поворота очень трудно уследить насколько точно спортсмен удерживает оговорённую правилами вертикаль в 90 градусов. Но при «медленном» выполнении этого поворота, спортсмены очень часто нарушают эту вертикаль и заваливаются в сторону груди ещё до касания стенки рукой. При выполнении этого поворота касание рукой стенки бассейна обязательно.

Иногда спортсмен при переходе с брасса на вольный стиль отталкивается от стенки бассейна на спине и проплывает в таком положении до 15 м под водой. Это является нарушением правил, и спортсмен дисквалифицируется за это. После выполнения поворота при переходе с брасса на вольный стиль отталкиваться от стенки на спине не разрешается.

В комбинированной эстафете пловцы проплывают дистанцию четырьмя способами в следующей последовательности: на спине, брасс, баттерфляй и вольный стиль. Вольный стиль как и в комплексном плавании не может быть ни баттерфляем, ни на спине, ни брассом. На каждом этапе пловец должен финишировать в соответствии с правилами данного способа.

категорий

г. Санкт – Петербург, 5 – 7 апреля 2018г.

Касание стенки бассейна на спине на финише и при поворотах

Касание на спине на финише должно быть выполнено в положении на спине и любая часть тела должна выходить из воды в момент касания. **Быть полностью погруженным в момент касания на финише не разрешается.**

