

# ПРАВИЛА СОРЕВНОВАНИЙ ПО ПЛАВАНИЮ

# СУДЬИ ПО ТЕХНИКЕ ПЛАВАНИЯ

- Судьи по технике плавания должны находиться на каждой боковой стороне бассейна (на международных соревнованиях - на каждой стороне бассейна).

# СУДЬИ ПО ТЕХНИКЕ ПЛАВАНИЯ

- Судьи по технике плавания должны следить за соблюдением пловцами установленных правилами соревнований требований к технике плавания, установленных для тех способов, по которым проводится заплыв, а также контролировать выполнение пловцами поворотов и финиша, помогая судьям на повороте.
- Судье по технике лучше всего выполнять свои обязанности, идя за пловцом на одной линии или чуть сзади.
- Судье следует передвигаться с такой скоростью, чтобы оставаться на одном уровне с пловцами. Если заплыв начинает растягиваться, то судье следует занять положение немного впереди отстающих пловцов. Поворот корпуса позволит судье видеть всех спортсменов.
- Судья должен выработать алгоритм слежения за спортсменами на дорожках, постепенно переходя от наблюдения за движением одного спортсмена, к движениям спортсмена на следующей дорожке. Главное, чтобы оно было постоянным. Движение - залог хорошего судейства для судьи по технике плавания.
- Трудно оценить правильно технику плавания, стоя по центру бассейна. Рекомендуется назначить двоих судей на каждую сторону бассейна.

# СУДЬИ ПО ТЕХНИКЕ ПЛАВАНИЯ

- Судьи по технике плавания должны немедленно докладывать рефери о каждом нарушении, представляя затем, по окончании заплыва, подписанный судейский бланк с указанием номера заплыва, дорожки и характера нарушения.

# СУДЬИ НА ПОВОРОТАХ

- На соревнованиях обычно назначают судей на поворотном конце бассейна - по одному на каждую дорожку, а на стартовом конце эти обязанности поручают судьям-секундометристам.
- Старший судья на повороте должен обеспечить выполнение судьями на повороте своих обязанностей в течение соревнований.

# СУДЬИ НА ПОВОРОТАХ

- Судьи на повороте на стартовом конце бассейна в заплывах на дистанциях
- 800 и 1500 м вольным стилем должны давать предупреждающий сигнал
- (подаваемый свистком, колокольчиком или звонком) в момент, когда пловцам
- на их дорожках осталось до финиша две длины бассейна плюс 5 м.

# СУДЬИ НА ПОВОРОТАХ

- ⦿ В заплывах эстафетного плавания судьи на поворотах должны следить за
- ⦿ правильностью смены этапов, определяя, находится ли стартующий в
- ⦿ контакте со стартовой тумбочкой в момент касания предыдущим пловцом
- ⦿ финишной стенки. Когда применяется автоматическое оборудование,
- ⦿ определяющее момент отрыв-касание в эстафете, его показания должны быть обязательно учтены.

# СУДЬИ НА ПОВОРОТАХ

- Судьи на поворотах должны немедленно докладывать обо всех нарушениях
- правил старшему судье на повороте, незамедлительно передающего это
- сообщение рефери на подписанном судейском бланке (с указанием номера
- заплыва, дорожки и характера нарушения).

# СУДЬЯ-СЕКUNДОМЕТРИСТ

- Каждый судья-секундометрист должен фиксировать время пловца на
- указанной ему дорожке. Даже, если имела место дисквалификация,
- хронометрист обязан записать время. Один из секундометристов,
- обслуживающих дорожку, должен, по заданию старшего судьи-
- секундометриста, регистрировать время промежуточных отрезков на
- дистанции длиннее 100 м, а также результаты всех этапов эстафетного
- Плавания.

# СУДЬИ-СЕКУНДОМЕТРИСТЫ

- Каждый секундометрист должен пускать свой секундомер по стартовому
- сигналу (момент прохождения флага стартера через линию плеч, появления
- дыма при выстреле из стартового пистолета или по звуку сирены) и
- останавливать его в момент, когда пловец на его дорожке завершит
- дистанцию, немедленно записывать показания секундомера в карточку
- (блокнот), предъявляя, при необходимости, секундомер для проверки
- старшему судье-секундометристу, сбрасывать показания секундомера только
- по команде старшего судьи-секундометриста «Секундомеры на ноль!» или, в
- крайнем случае, по первому свистку рефери (стартера).

# СУДЬИ-СЕКУНДОМЕТРИСТЫ

- Судьи-секундометристы должны выполнять обязанности судей на повороте
- на стартовой стороне бассейна, если те не назначены, выполняя требования
- раздела 3.11. Кроме того, они должны проверять соответствие фамилии
- пловца, указанному в стартовом протоколе на заплыв, контролировать
- своевременный и правильный выход пловцов из ванны бассейна.

# СУДЬИ ПРИ УЧАСТНИКАХ

- Судьи при участниках должны предупреждать спортсменов о времени старта, готовить участников очередного заплыва, проверяя их фамилии по стартовому протоколу (карточкам участников) и соответствие внешнего вида спортсменов правилам соревнований (п. 2.4), организованно выводить участников заплыва к месту старта. Запрещается изменять номера дорожек
- участников заплыва в карточках, без согласования с секретариатом.

# СУДЬЯ ПРИ УЧАСТНИКАХ

- Судья при участниках должен сообщать рефери о любых нарушениях в
- отношении рекламы (п.2.4), а также об отсутствии спортсмена при
- формировании заплыва перед выходом на старт.

# ПЛАВАНИЕ ВОЛЬНЫМ СТИЛЕМ

- ⦿ Вольный стиль означает, что пловцу разрешается плыть любыми способами, произвольно меняя их на дистанции.
- ⦿ Исключением являются комплексное плавание и комбинированная эстафета, в которых вольный стиль - это любой другой способ, кроме способа плавания на спине, брасса и баттерфляя.
- ⦿ Пловец должен коснуться стенки бассейна любой частью тела при повороте и на финише.

# ПЛАВАНИЕ СПОСОБОМ НА СПИНЕ

- После стартового сигнала и после поворота пловец должен оттолкнуться от стенки (поворотного щита) и плыть на спине в течение всей дистанции, исключая момент выполнения поворота.
- Нормальное положение на спине может включать вращательное движение тела в горизонтальной плоскости до 90 градусов включительно.
- Положение головы не регламентируется.

# ПЛАВАНИЕ СПОСОБОМ НА СПИНЕ

- ⦿ Любая часть тела пловца должна разрывать поверхность воды во время заплыва, за исключением разрешения пловцу быть полностью погруженным во время поворота и на расстоянии не более 15 м после старта и каждого поворота.
- ⦿ У 15-метровой отметки голова пловца должна разорвать поверхность воды.

# ПЛАВАНИЕ СПОСОБОМ НА СПИНЕ

- При выполнении поворота пловец должен коснуться стенки любой частью тела.
- Во время выполнения поворота плечи могут быть опрокинуты по вертикали к положению на груди, после чего можно сделать один непрерывный гребок рукой или одновременно двумя руками для вхождения в поворот.
- Пловец должен вернуться в положение на спине до отталкивания от стенки.
- На финише дистанции пловец должен коснуться стенки, находясь в положении на спине.

# ПЛАВАНИЕ СПОСОБОМ БРАСС

- С начала первого гребка руками после старта и после каждого поворота пловец должен лежать на груди.
- Поворот на спину запрещен в любое время.
- На всем протяжении дистанции полный цикл должен выполняться в такой последовательности: один гребок руками и один толчок ногами.
- Все движения рук должны быть одновременны и выполняться в одной горизонтальной плоскости без чередующихся движений.

# ПЛАВАНИЕ СПОСОБОМ БРАСС

- Руки должны выноситься вперед от груди по, выше или ниже поверхности
- воды. Локти должны находиться под водой, за исключением последнего
- гребка перед поворотом, во время выполнения поворота и финального гребка
- на финише. Руки должны возвращаться назад по поверхности воды или под
- водой. Руки не должны заходить за линию бедер, исключая первый гребок
- после старта и каждого поворота.

# ПЛАВАНИЕ СПОСОБОМ БАТТЕРФЛЯЙ

- От начала первого гребка руками после старта и после каждого поворота тело должно находиться на груди. Разрешены подводные удары ногами в стороны. Поворот на спину не разрешен в любое время.
- Обе руки должны проноситься вперед вместе над водой и возвращаться обратно одновременно в продолжение всего заплыва.

# ПЛАВАНИЕ СПОСОБОМ БАТТЕРФЛЯЙ

- ⦿ Все движения ног вверх и вниз должны выполняться одновременно.
- ⦿ Ноги или ступни могут быть не на одном уровне, но их положение относительно друг друга не должно меняться.
- ⦿ Движения ног брассом не разрешаются.
- ⦿ На каждом повороте и на финише касание должно быть одновременно обеими руками по поверхности, выше или ниже поверхности воды.

# ПЛАВАНИЕ СПОСОБОМ БАТТЕРФЛЯЙ

- 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.

# ПРОХОЖДЕНИЕ ДИСТАНЦИИ

- Спортсмен, участвующий на дистанции один, должен проплыть всю дистанцию, для того, чтобы его результат был засчитан.
- Пловец должен закончить дистанцию на той же дорожке, по которой он стартовал.
- Во всех заплывах при выполнении поворотов пловец должен коснуться стенки или поворотного щита на конце бассейна.
- Поворот должен быть сделан от стенки, делать шаг или отталкиваться ногами от дна бассейна не разрешается.

# ПРОХОЖДЕНИЕ ДИСТАНЦИИ

- Пловец, вставший на дно бассейна во время заплывов вольным стилем или на этапе вольного стиля в комбинированной эстафете, не дисквалифицируется, если он не идет и не отталкивается от дна.
- Участникам не разрешается подтягиваться, держась за разделительные дорожки, бортики, лестницы, а также отталкиваться от них.

# ПРОХОЖДЕНИЕ ДИСТАНЦИИ

- Пловец, оказавшийся при прохождении дистанции на чужой дорожке и помешавший другому пловцу пройти дистанцию, должен быть дисквалифицирован.
- Если такое нарушение повлияло на результат пострадавшего участника, то рефери имеет право предоставить ему новую попытку в другом заплыве;
- если это произошло в финале (полуфинале) - вынести решение о повторном розыгрыше финала (полуфинала).
- Если это нарушение совершено намеренно, то рефери должен доложить о нем представителю ОПС и представителю Федерации, членом которой является нарушитель.

# ПРОХОЖДЕНИЕ ДИСТАНЦИИ

- Во время соревнований пловцам не разрешается использовать или надевать какие-либо приспособления, увеличивающие скорость, плавучесть или выносливость (такие, как перчатки с перепонками, ласты и т.д.).
- Разрешается надевание защитных очков.