

# Футбол

## Регламент испытания

### 1. Руководство испытаниями

1.1. Руководство для проведения испытаний состоит из:

- назначенного представителя оргкомитета;
- главного судьи по футболу.

### 2. Участники

2.1. Участники должны быть одеты в спортивные шорты, футболку и кроссовки.

2.2. Использование украшений не допускается

### 3. Порядок выступления

3.1. Для проведения испытаний участники распределяются по сменам в соответствии с личным стартовым номером. В каждой смене выступает не более 6 человек. Перед началом испытаний должны быть названы: фамилия, имя, регион и стартовый номер каждого участника.

3.2. Прежде чем участник начнёт своё выступление, должны быть чётко объявлены его имя, фамилия. После вызова у участника есть 20 секунд, чтобы начать выполнение упражнения.

3.3. Оценка действий участника начинается с момента принятия исходного положения. Сигналом готовности участника к началу выступления служит поднятая вверх правая рука.

3.4. Все участники одной смены должны находиться в специально отведенном для них месте. Их поведение не должно мешать другим участникам.

### 4. Повторное выступление

4.1. Выступление участника не может быть начато повторно, за исключением случаев, вызванных непредвиденными обстоятельствами, к которым относятся:

- поломка оборудования, произошедшая в процессе выступления;
- неполадки в работе общего оборудования - освещение, задымление помещения и т.п.

4.2. При возникновении указанных выше ситуаций участник должен немедленно прекратить выступление. Если выступление будет завершено, оно будет оценено.

4.3. Только главный судья имеет право разрешить повторное выполнение упражнения. В этом случае участник выполняет своё упражнение сначала, после выступления всех участников данной смены.

4.4. Если выступление прервано по вине участника, повторное выполнение упражнения не разрешается.

### 5. Разминка

5.1. Перед началом выступлений участникам предоставляется разминка из расчёта не более 30 секунд на одного участника.

### 6. Судьи

6.1. Главный судья по футболу определяет составы судейских бригад, оценивающих выступления участников.

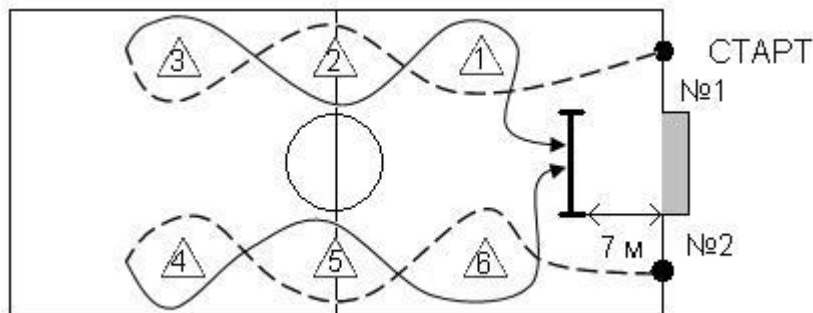
6.2. Каждая бригада состоит из арбитра и судей.

### 7. Программа испытаний

По сигналу участник стартует от лицевой линии справа от ворот. На одной линии с местом старта расположены три конуса №1, №2, №3, с расстоянием между ними 3м. На противоположной стороне боковой линии площадки с расстоянием между ними 3м расположены три конуса №4, №5, №6. На расстоянии 7м от ворот обозначается линия для удара по воротам.

Выполняя ведение мяча, участник обводит конус №1 слева, конус №2 справа и конус №3 слева; далее оббегая конус №3, двигаясь в обратном направлении, обводит конус №2 справа и конус №1 слева и движется к линии удара для атаки ворот. Участник выполняет удар по воротам **верхом левой ногой**, не пересекая линию удара.

Выполнив удар, участник бежит ко второму мячу, находящемуся на лицевой линии слева от ворот. Выполняя ведение мяча, участник обводит конус №4 справа, конус №5 слева и конус №6 справа; далее оббегая конус №6, двигаясь в обратном направлении, обводит конус №5 слева и конус №4 справа и движется к линии удара для атаки ворот. Участник выполняет удар по воротам **верхом правой ногой**, не пересекая линию удара. Остановка секундомера осуществляется после удара участника по мячу, не зависимо от попадания мяча в ворота.



## 8. Оценка исполнения

Упражнение считается законченным, если участник обвел все шесть конусов и выполнил два удара по воротам. Результатом выполнения упражнения считается затраченное время на выполнение упражнения плюс штрафное время. Время определяют с точностью до 0,1 сек.

**Штрафное время начисляется за следующие ошибки:**

- 1) непопадание в ворота мячом - плюс 10 секунд;
- 2) за каждое не обегание конуса - плюс 5 секунд
- 3) за выполнение удара по воротам ближе 7м - плюс 5 секунд
- 4) за касание конусов мячом или самим участником - плюс 1 секунда
- 5) за удар не той ногой - плюс 5 секунд.
- 6) за удар низом – плюс 5 секунд.
- 7) за обегание конуса с другой стороны – плюс 3 секунды.

## 9. Оборудование

9.1. Упражнение выполняется на площадке со специальной разметкой для испытания.

## ПРОГРАММА КОНКУРСНОГО ИСПЫТАНИЯ ПО ЛЕГКОЙ АТЛЕТИКЕ

Конкурсное испытание заключается в преодолении дистанции:

*Девушки - Юноши*

7-8 классы: челночный бег 3x10 м (с).