НАЦИОНАЛЬНЫЕ ВИДЫ СПОРТА

Республики Хакасия

АБАКАН
ХАКАССКОЕ КНИЖНОЕ ИЗДАТЕЛЬСТВО имени В.М. ТОРОСОВА
2026

УДК 796/799
ББК 74.267.5+75.5
Н35

Издано при поддержке
Благотворительного фонда Владимира Потанина
в рамках проекта МБУДО «Усть-Абаканская СШ»
«Хакасские игры: от корней к рекордам»

Автор-составитель *Н. У. Сагалаков*

Фотографии *А. В. Иптышев*

На фотографиях учащиеся МБОУ Есинская СОШ
и МБОШИ «Аскизский лицей-интернат» им. М. И. Чебодаева

Национальные виды спорта Республики Хакасия. –
Н35 Абакан : Хакасское книжное издательство имени В. М. Торосова, 2026. – 120 с. : ил.

ISBN 978-5-7091-1113-4

В книге представлены правила хакасских национальных видов спорта, адаптированных к современным условиям.

УДК 796/799
ББК 74.267.5+75.5

ISBN 978-5-7091-1113-4

© Сагалаков Н. У., составление, 2026
© Иптышев А.В. фото, 2026
© Оформление. ГБУ РХ «Хакасское книжное издательство имени В. М. Торосова», 2026

От составителя

В мире существует бесконечное множество различных игр и состязаний, их число неуклонно растёт. Однако особой ценностью обладают системы игр, использовавшиеся на протяжении длительного исторического периода на определённых территориях – национальные игры. Национальные игры являются заметным фактором самоидентификации народа.

В народных играх и состязаниях отражался образ жизни людей, их быт, труд, национальные устои, представления о нравственности. Такие игры служили и служат средством самопознания, физического и общего развития, подготовки к трудовой и ратной деятельности, развлечения и отдыха.

Во все времена люди отмечали важность игры для общего развития ребёнка и необходимость применения её в воспитании. Человек в хорошей, увлекательной игре растёт, развивается духовно и физически. Различаясь по содержанию, все игры схожи в главном – они успешно решают проблемы становления и развития человека.

Первые сведения о хакасских играх относятся к началу XVIII века (экспедиция Д.Г. Мессершмидта). Но наиболее ярко они сохранились в фотоархивах этнографа Степана Дмитриевича Майнагашева, отснятых им во время экспедиций 1913–1914 гг., ныне хранящихся в Музее антропологии и этнографии имени императора Петра Великого. Известно, что С.Д. Майнагашев осуществлял по заданию Музея антропологии и этнографии (Кунсткамера) фольклорно-этнографические и лингвистические экспедиции в Хакасию.

Исследователем было сделано более 400 фотоснимков, десять из которых посвящены национальным играм. Восемь фотографий отражают игровые действия молодежи ночью, в начале лета. В ночных народных игрищах участвовали и дети, и взрослые. Основной задачей таких игр являлась консолидация общества, всех его участников, вне зависимости от возраста, половой или социальной принадлежности.

Систему физического воспитания и сохранения здоровья невозможно рассматривать в отрыве от конкретной среды обитания народа, от природно-географических и климатических условий, его материальной и духовной культуры.

Главной хозяйственной деятельностью хакасского народа было в основном полукочевое скотоводство. В семье обычно накапливали значительное количество овечьих и коровьих астрагалов, и дети охотно с ними играли. Игры с астрагалами у хакасов имели общее название – *хазых ойыны*.

Содержанием игры детей было подражание взрослым, когда дети воспроизводили те или иные виды хозяйственной деятельности, сцены из семейного быта. Овечьи астрагалы изображали лошадей, иногда к ним приделывали упряжь. Помимо лошадей астрагалы символизировали овец, коров и других животных, составляя целые стада и табуны маленьких «хозяев». Таким образом, игры хакасских детей были основным средством приобщения их к трудовой деятельности, ведению домашнего хозяйства, а также одним из средств умственного, нравственного и физического воспитания и психологической подготовки к будущим жизненным ситуациям.

Необходимо отметить, что многие игры детей проводились на открытом воздухе независимо от погодных условий. Это несомненно способствовало закалке и укреплению

организма. Инвентарь для игр и состязаний изготавливался, как правило, из природных материалов (дерева, камней, кожи, шерсти, кости и т. д.), что было удобно и достаточно экономно, а также всегда находилось под рукой.

У девочек и женщин существовали и свойственные только для них игры, которые в основном были направлены на эстетическое воспитание.

Широкой популярностью среди хакасов пользовались борьба, стрельба из лука, метание и толкание камней, поднятие и переноска тяжестей, перетягивание палки, метание аркана и другие. Национальная борьба «Кӱрес» (борьба на поясах), конные скачки (ат чарызы), поднятие камня (тас хапханы) были включены в программу праздника «Тун Пайрам», возрожденного в 1980 г. усилиями этнографа, д. и. н. Виктора Яковлевича Бутанаева.

В связи с преобразованием Хакасской автономной области в Хакасскую Советскую Социалистическую Республику в 1991 г., затем в Республику Хакасия в 1993 г., активизируется интерес хакасов к изучению и накоплению духовных, материальных ценностей своего народа, его культуры и языка.

Инициативные и творческие учителя физической культуры Аскизского района Хакасии, заинтересованные в сохранении и развитии национальной культуры, стали использовать знакомые с детства игры для проведения уроков физкультуры, спортивно-массовых мероприятий, различных праздников.

С целью обобщения передового педагогического опыта методическим кабинетом управления образования были проведены обучающие семинары на базе лучших школ и организована работа по сбору хакасских народных игр в сёлах Аскизского района.

В результате полевых этнопедагогических исследований учителями было выявлено 65 народных игр, состязаний и самобытных физических упражнений. Итогом исследований стало издание в 1996 году методического пособия «Хакасские народные игры и состязания» (Кильчичаков А.Г., Челтыгмашев А.И. и др.). По своему содержанию физические упражнения были классифицированы как настольные игры, единоборства, упражнения с тяжестями, игры на местности, игры с костями, хороводы и состязания, имеющие прикладное значение.

Собранный материал дал возможность учителям физической культуры района разрабатывать программу обучения учащихся хакасским народным играм, исходя из условий работы школы. Использование народных игр и состязаний в системе физического воспитания школьников позволило значительно обогатить и расширить программный учебный материал.

В 1994 г. были проведены первые районные соревнования среди учащихся общеобразовательных школ по 12 хакасским народным играм и состязаниям.

В 1997 г. была создана федерация национальных видов спорта Аскизского района (председатель Чертыков Ю. К.), учредительные документы которого были зарегистрированы в Министерстве юстиции Республики Хакасия.

Игры и состязания, изученные на уроках физической культуры, стали активно использоваться при проведении спортивно-массовых мероприятий во внеучебное время, различных праздников. В настоящее время в школах района в системе проводятся традиционные национальные праздники, такие как «Тун Айран» (праздник первого молока, проводится в начале лета, июне), «Чыл Пазы» (хакасский новый год, проводится в день весеннего равноденствия,

22 марта), «Уртун той» (праздник урожая, проводится в день осеннего равноденствия, 22 сентября) и др.

Одним из таких воспитательных мероприятий, имеющих широкие возможности реализации регионального и этнокультурного содержания образования, способствующих овладению духовными ценностями и культурой народа, является детский праздник хакасской культуры «Тун Айран».

Первый детский праздник «Тун Айран» был проведён в 1996 г. в с. Аскиз и в 1997 г. в с. Полтаково Аскизского района. В настоящее время праздник отмечается раз в два года в с. Аскиз. Особенностью данного праздника является то, что он задуман как национальный праздник для детей. Традиции проведения детского национального праздника, где главными участниками являются дети, ранее не существовало. Праздник ориентирован, прежде всего, на ученические и педагогические коллективы образовательных организаций. В данном случае предпринята попытка использования и реализации средств педагогической культуры народа в воспитании детей через специально организованное воспитательное мероприятие. Основная цель праздника – приобщение молодого поколения к национальной культуре, традициям и обычаям хакасского народа, пропаганда здорового образа жизни. Средствами достижения этой цели стали 8 конкурсов культурной программы и соревнования по 11 хакасским играм и состязаниям.

Тематически праздник включает материалы, отражающие важнейшие элементы культуры народа: традиционное жилище, обряды жизненного цикла, питание, одежду, фольклор, трудовое, эстетическое, физическое воспитание. В культурную программу праздника входят следующие конкурсы: «Чайлаҕ» (летник, хакасская юрта),

«Тадар кибірлері» (гостевой этикет, обряды жизненного цикла), «Айтыс» – исполнителей тахпахов (музыкальный фольклор, поэтическое состязание певцов-импровизаторов), «Ай сілии» (луноликая красавица) – (традиционные представления о женской красоте),«Кӱмӱс ӱннер» (серебряные голоса) – эстрадной детской хакасской песни, «Аал – «Чиитернің узы» (город мастеров – мастер классы по традиционным ремеслам), «Ус холлар» (умелые руки) – выставка декоративно-прикладного искусства, «Алтын стол» (золотой стол) – национальные блюда.

В 2010, 2012 гг. соорганизаторами праздника стали Международная кафедра ЮНЕСКО / НГУ (Новосибирский госуниверситет) по устойчивому развитию, наукам об окружающей среде и социальным проблемам, Хакасский Центр образовательной деятельности НГУ по расширению доступа к локальным культурам, при поддержке Бюро ЮНЕСКО в Москве по Российской Федерации.

В 2012 г. на празднике уже участвовали делегации районов и городов Республики Хакасия, а также делегации 12 краев и областей Российской Федерации.

Таким образом, начавшись как небольшое внутриведомственное мероприятие, детский праздник «Тун Айран» вырос в событие межрегионального значения.

Проведение детского праздника «Тун Айран» способствует расширению доступа к хакасской культуре, содействует сохранению и развитию культурного многообразия, и воспитанию учащихся и молодёжи на традициях национальной культуры.

Для дальнейшего развития физической культуры и спорта необходимо было дать ответ на вопрос, какие народные игры и состязания, самобытные физические упражнения развиваются до уровня современных национальных видов

спорта, а какие продолжают использоваться для физического воспитания детей, развлечения и отдыха населения? На наш взгляд, основными критериями определения национальных видов спорта является два фактора – *воспроизведение исторически сложившихся традиций* и наличие *единых правил проведения соревнований*. Причем оба фактора должны быть гармонично взаимосвязаны. Перекос в пользу одного из факторов приводит, как правило, к нежелательным результатам.

Практика показала, что в современных условиях необходимы существенные изменения известных вариантов хакасских народных игр и состязаний, их унификация и разработка единых требований к проведению соревнований.

В 2021 г. такие правила 8 хакасских игр и состязаний, адаптированных к современным условиям, были разработаны учителями физкультуры и одобрены решением районного методического объединения учителей физической культуры Аскизского района. Это виды спорта: «Ағаснаң тартызары» (перетягивание палкой), «Хурнаң тартызары» (перетягивание ремнём на шее), «Хол пазыс» (рукоборье на земле), «Тас тастааны» (бросок камня на дальность), «Арғамчы тастааны» (метание веревки (аркана), «Сырғайлығ чарыс» (бег с шестом с преодолением препятствий), «Хазых» (игра в кости), «Пакпа» (игра в бабки).

Эти правила были апробированы в течение 27 лет на районных, республиканских, межрегиональных соревнованиях, ежегодно проводимых в Аскизском районе.

Единые правила позволяют организовано провести соревнования в короткие сроки с большим количеством участников и определить занятые места всех спортсменов.

В настоящее время республиканской общественной организацией «Федерация национальных видов спорта Республики Хакасия» разработаны правила 5 национальных видов спорта – «Аттар чарызы» (конные скачки), «Охчаадан атыс» (стрельба из лука), борьба «Курес (борьба на поясах), «Тобит» (традиционная настольная игра хакасского народа), «Тас хапханы» (поднятие камня).

Издано методическое пособие для учителя «Правила хакасских игр и состязаний» (Сагалаков Н.У., Кильчичаков А.Г. и др., Абакан, 2022).

В связи с введением обновленных Федеральных государственных образовательных стандартов возникла необходимость разработки содержания образовательного модуля «Национальные виды спорта» учебного предмета «Физическая культура». Министерством образования и науки Республики Хакасия были изданы методические рекомендации для учителя «Примерная рабочая программа образовательного модуля «Хакасские национальные виды спорта» начального общего, основного общего, среднего общего образования (Сагалаков Н.У., Сагалаков В.В.) и методическое пособие для учителя «Хакасские национальные виды спорта» (Сагалаков Н.У, Кильчичаков А.Г., Еремин Л.В., Абакан, 2023).

В методическом пособии дается описание 13 хакасских национальных видов спорта и 59 народных игр и состязаний, рекомендованных к использованию в образовательной деятельности.

Сегодня очевидно, что необходимо разработать систему мер, способствующих дальнейшему развитию национальных видов спорта в Республике Хакасия. В первую очередь это разработка Концепции развития хакасских национальных видов спорта. Концепция дала бы возможность

понимания направления развития, определила бы стратегию действий.

Очень важно обеспечить научное и научно-методическое сопровождение развития национальных видов спорта. Пока в Хакасии опубликована и имеется в открытом доступе кандидатская диссертация Кустовой Ю.Г. по теме «Ребенок и детство в традиционной культуре хакасов», где даётся описание детских игр. В плане научных исследований перспективы имеют все хакасские национальные виды спорта. Особенно стоит выделить настольную игру «Тобит», т. к. она почти не известна за пределами Хакасии, нет описания истории возникновения игры, нет учебно-методических пособий, анализа сыгранных партий в турнирах.

Важным представляется формирование спортивной терминологии. Сегодня хакасская спортивная терминология сформирована недостаточно полно. В хакасско-русских словарях эта тема почти не затрагивается. В русско-хакасском разговорнике (авт. Анжиганова О.П., Субракова О.В.), где наиболее употребляемые слова и выражения были сгруппированы по тематическому принципу, тема «Спорт» была включена во 2-е издание разговорника, в 2010 г. Однако в аннотации авторы утверждают, что основное внимание было уделено подбору минимума слов и фраз, необходимых для общения в форме вопросов и ответов. Трудности разработки хакасской спортивной терминологии связаны с переводом основных понятий с хакасского на русский язык, необходимостью учета традиций и культуры народа, соотнесения с современной спортивной терминологией. Главной задачей при этом является правильно и точно перенести содержание, смысл двигательного действия в название спортивного термина.

Одним из важнейших факторов, способствующих развитию национальных видов спорта, является наличие спортивного инвентаря, оборудования, формы в стилизованном национальном стиле.

С развитием в республике 13 хакасских национальных видов спорта есть надежда на то, что некоторые из них будут включены в реестр национальных видов спорта России. Хорошие перспективы для этого имеет хакасская настольная игра «Тобит» и соревнования по поднятию камня «Тас хапханы».

Использование богатейшего потенциала традиционных народных средств физического воспитания позволит значительно улучшить спортивно-массовую работу в Республике Хакасия среди детей и взрослого населения, а также способствовать сохранению культуры хакасского народа.оперативно решать вопросы планирования, организации и проведения соревнований по хакасским национальным видам спорта.

Сагалаков Н.У.,
заслуженный работник общего образования
Республики Хакасия

ГЛАВА I. НАЦИОНАЛЬНЫЕ ВИДЫ СПОРТА РЕСПУБЛИКИ ХАКАСИЯ

Правила разработаны РФСОО «Федерация национальных видов спорта Республики Хакасия» и утверждены Министерством физической культуры и спорта Республики Хакасия.

В книге приведены извлечения из Правил.

Хакасская национальная борьба «Курес»

…Возрастное деление участников. В зависимости от возраста участники делятся на следующие группы:

Младшие юноши 13–14 лет; юноши 15–17 лет; юниоры 18–20 лет; мужчины 18 лет и старше.

Весовые категории

№ п/п	13-14 лет младшие юноши	15-17 лет юноши	18-20 лет юниоры	18 лет и старше взрослые
1	32	42	55	55
2	35	46	66	66
3	38	50	73	73
4	42	55	81	81
5	46	60	90	90
6	50	65	Св. 90	Св. 90
7	55	71		
8	60	77		
9	св. 60	св. 77		

….Костюм участника: борцовки, шорты, пояс.

Пояс (Кушак) изготавливаются из хлопчатобумажной ткани не менее 200 см и шириной до 70 см зелёного и красного цвета.

Борцовки изготавливаются из мягкой кожи и представляют собой обувь с мягкой подошвой, без выступающих жестких частей.

Шорты для участников соревнований по Курес свободного кроя, выше колена.

Участники соревнований выходят на парад открытия, закрытия и награждение в национальной одежде или борцовки, шорты, пояс.

Форма судей национальная одежда (рубаха красного цвета, кушак)

Техника национальной борьбы «Курес»

…..К техническим действиям в осуществлении броска относятся приёмы, контрприёмы и комбинации.

Приём – это целенаправленное атакующее действие, которым борец добивается победы или преимущества над соперником.

Контрприём – это действие борца, опережающие противника, проводящего приём, благодаря которым борец тоже добивается победы.

Техническое действие – это действие борца, когда борющиеся применяют несколько ложных приёмов для осуществления основного броска.

Вторая часть технического действия борца является борьба за удержание.

После осуществленного броска, когда противник падает на ковер, борец, произведший приём, по правилам соревнований, должен удержать его не менее трех секунд на лопатках.

ОСНОВНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ БОРЦА

Схватка начинается из положения в стойке. Борцы, взявшись за кушаки, наклоняются друг другу и упираются грудью. Руками берутся в обнимку, правая рука под левой рукой партнера, – левая – сверху правой руки. Кисти рук должны быть на кушаке сзади и почти соединены по пояснице.

Постановка ног на ковре полусогнутая. Их борец ставит, как ему удобно. По ковру ноги передвигаются в зависимости от темпа, но одна нога всегда впереди, другая несколько сзади.

Стойка бывает левая, правая, фронтальная. Каждая из них может быть высокой, средней, низкой. Название стоек зависит от положения ног.

Правой стойкой называется положение, в котором правая нога борца находится впереди левой.

Левая стойка – левая нога впереди. Фронтальная стойка– ноги борца стоят на одной линии, примерно на ширине плеч.



«Курес» ведется в основном в средней стойке. Некоторые борцы, в зависимости от ведения схватки противника, принимают удобную для себя стойку. По ходу схватки борцы могут быть низкой, средней и в высокой стойках.

ПРИЁМЫ БОРЬБЫ

В борьбе «Курес» встречаются многие разновидности приёмов, которые направлены на достижение победы над противником. Самыми распространенными являются следующие: бросок через бедро с подъемом ноги, бросок обвивом, бросок с подъемом на колено, бросок с подсечкой, сбивание. К группе приёмов сбивания относятся многие разновидности подножек: подножка изнутри одноименной и разноименной ноги; подножка снаружи одноименной и разноименной ноги, посадка назад.

Комбинация. В схватках в большинстве случаев преимущество имеет боец, который преобладает над партнером комбинационными действиями. Встречается много разновидностей комбинаций. Приводим две из них.

1. Бросок через бедро с последующей подсечкой.
2. Рывком на себя сбивание на колено и сваливание.

БРОСОК ЧЕРЕЗ БЕДРО С ПОДЪЁМОМ НОГОЙ НАЗАД

Бросок через бедро с подъемом проводится как в правую, так и в левую стороны. Это зависит от индивидуальных возможностей каждого борца. Поворот осуществляется разными способами. Броски с поворотами – наиболее распространенный способ в борьбе «Курес». Они в большинстве выполняются на сзади поставленной ноге, а также применяются с подставкой сзади стоящую ногу к впереди стоящей. В обоих случаях поворота атакованный оказывается на тазе

или спине атакующего. В дальнейшем идет бросок вперед – вниз.

БРОСОК ЧЕРЕЗ БЕДРО С ПОДЁМОМ НОГИ В ЛЕВУЮ СТОРОНУ

Приём. При броске указанным выше способом в левую сторону, атакующий становится в правую стойку, затем резко тянет руками за кушак атакованного к себе, а сам переносит тяжесть тела на стоящую сзади ногу.

Повернувшись к атакованному спиной, атакующий производит, подбив тазом вверх одновременно правой ногой охватывает левую ногу партнера изнутри и поднимает вверх

Атакующий левой рукой прижимает правую руку атакованного к левому боку, а правой рукой тянет за кушак вверх на себя и одновременно локтем поднимает левую руку партнера. Закончив подбив тазом и левой ногой, атакующий, стоя на левой ноге, наклоняется вперед, а правой ногой



продолжает поднимать вверх левую ногу атакованного. Атакованный под силой вращательного момента оказывается спиной к ковру. Атакующий же продолжает наклоняться вперед и продолжает бросок.

Характерные ошибки.

1. Бросок не будет удачным или совсем не получится, если атакующий недостаточно повернется тазом к атакованному.

2. Бросок не получится, если атакующий будет использовать приём без подтягивания противника к себе…

Защита.

1. Не давая атакующему полностью повернуться к атакованному спиной, последний должен шагнуть правой ногой вправо, а левую ногу отставить назад.

2. Держать атакующего на дистанции, наклонившись вперед принять низкую стойку….

БРОСОК В ПРАВУЮ СТОРОНУ ЧЕРЕЗ БЕДРО С ПОДЪЁМОМ НОГИ

Приём. Бросок в правую сторон производится так же, как и в левую. … В правую сторону бросок выполняется труднее, чем в противоположную сторону.

Трудности, следующие:

а) левая рука атакующего оказывается сверху правой руки атакованного, которому легче принять защиту;

б) в момент поворота, атакующего спиной к атакованному, последний может произвести контрприём. При этом захват руки партнера находится в более удобном положении.

БРОСКИ С ОБВИВОМ

Выполняются они в обе стороны. Хорошо сочетаются в комбинации со всеми приёмами, применяемыми в стойке.

Наиболее благоприятным для проведения броска с обвивом является такое положение, когда движение и усилие атакуемого направлены вперед. Удобнее выполнять их из высокой стойки.

БРОСОК ОБВИВОМ ЛЕВОЙ НОГОЙ

Приём. Для обвива левой ногой атакующий становится левым боком к атакованному, затем ложными действиями вызывает движение противника в свою сторону. Атакованный, противопоставляя свои усилия атакующему, переставляет правую ногу вперед, и тяжесть тела переносит за нее.

Затем левой ногой производит, обвив правой ноги противника изнутри и, перенося на нее вес тела, подставляя правую ногу вперед.



Для обвива голень левой ноги ставится между ног атакуемого, затем выводится наружу влево и зацепляется подъемом стопы передней стороны правой голени противника.

Атакующий, плотно удерживая руками противника за кушак, наклоняясь назад, резким движением делает, подбив, отрывает противника от ковра, падая назад и поворачиваясь налево, бросает его на ковер ……

Характерные ошибки допускаются, когда:

1) Атакующий плохо удерживает, обвив;

2) Недостаточно производится отрыв от ковра;

3) При подставке опорной ноги не поворачивать носком ее внутрь;

4) Бросок выполняется не винтообразно влево-назад;

5) В момент завершения броска, левая нога ставится на колено….

Защита.

а) Предварительная. Атакуемый передвигается по ковру одноименной стойкой с атакующим.

б) Непосредственная. Если атакующему удалось произвести обвив, атакованный, наклоняясь назад, отрывает его от ковра, а затем производит бросок вправо с подножкой снаружи. При обвиве, левой ногой атакующим правой ноги атакованного, последний стоя на левой ноге, правую обвитую ногу поднимает вверх, тем самым освобождает ее от обвива….

БРОСОК ОБВИВОМ ПРАВОЙ НОГОЙ

Приём. Этот Бросок проводится точно так же, как бросок обвивом левой ноги, но здесь есть свои преимущества в приёмах и недостатки.

При ведении борьбы в левой стойке противника атакующему легче всего подойти правым боком к нему. Этому способствует положение захвата правой руки.

При ведении схватки некоторые борцы принимают правую стойку, тогда производить обвив правой ногой трудно. Левая нога противника в исходном положении и при ведении схватки находится всегда несколько сзади его правой ноги. Техника выполнения броска обвивом правой ногой изображена на фотографиях.

Бросок производится не только обвивом, прогибаясь туловищем назад вправо или влево, но также и с наклоном вперед. Если атакующему не удается произвести такой бросок, то он, наклоняясь вперед, делает бросок подобный броску через бедро. При наклоне вперед атакующий обвитую ногу поднимает вверх, тогда опорная нога противника соскальзывает с ковра, и он падает на спину.

БРОСОК ПОДСЕЧКОЙ С ПРОГИБОМ НАЗАД

В борьбе «Курес» очень распространен приём подсечкой, который проводится в обе стороны. Броску подсечкой способствует захват за кушак и близкая дистанция. Более успешно выполняется бросок подсечкой с прогибом назад с таким противником, который борется в высокой стойке, а также при атакующем действии со стороны атакуемого.

БРОСОК ПОДСЕЧКОЙ ЛЕВОЙ НОГОЙ

Приём. Находясь с партнером в обоюдной, правой стойке, атакующий, нажимая на поясницу руками, рывком подтягивает партнера к себе, затем быстрым движением вперед переносит тяжесть тела на правую ногу, а левую выставляет вперед, разворачивая ее наружу носком, и производит подсечку внутренней стороной стопы голень разноименной ноги атакуемого. Затем одновременно, наклоняясь назад, атакующий за кушак тянет противника на себя.

Атакующий, выпрямляя правую опорную ногу, падает, прогибаясь назад, и одновременно рывком плотно прижимает к себе, атакованного и плечом поворачивается влево. Левая рука атакующего плотно прижимает правую руку атакованного.

Поворачиваясь налево, атакующий, не ослабляя захвата, бросает партнера спиной на ковер, а сам ложится рядом с ним на живот.

Характерные ошибки:

1. Недостаточный наклон назад вовремя подбива и не всегда эффективная подсечка приводят к невыполнению приёма.

2. Атакующий недостаточно разворачивает стопу наружу, что приводит к неудачной подсечке….

Защита. Необходимо тщательно следить за левой ногой атакующегои не допускать подсечки. С этой целью правую ногу в любых действиях противника держать подальше от партнера и принимать низкую стойку….

БРОСОК ПОДСЕЧКОЙ ПРАВОЙ НОГОЙ С ПРОГИБОМ НАЗАД

Приём подсечкой правой ногой производится так же, как и левой. Проведении броска в правую сторону труднее, чем в левую.

Трудности, следующие:

1. Для подсечки правой ногой атакующий не видит левую ногу атакованного. Атакующий ориентируется на левую ногу противника только чувством движения. Иногда атакующий производит подсечку мимо левой ноги атакованного и в результате контратакующий накрывает его к ковру.

2. Атакованный видит и следит за движением правой ноги и вовремя может уйти на защиту.

ПОДХВАТЫ. БРОСОК С ПОДЪЁМОМ НА КОЛЕНО

Бросок подхватом такой же распространенный приём в борьбе «Курес», как подсечка, обвив и бедро. Удобнее всего бросать приёмом подхвата тем борцам, которые превосходят ростов своих противников. В борьбе «Курес» броски подхватом проводятся в разноименную сторону от производящей подхват ноги, а в вольной борьбе – в одноименную сторону. Эту особенность приёма надо рассматривать отдельно.

БРОСОК С ПОДЪЁМОМ НА КОЛЕНО В ЛЕВУЮ СТОРОНУ

Приём. Этот приём удобнее выполнять в высокой фронтальной стойке. Атакующий, находясь с партнером в обоюдной фронтальной стойке, рывком за кушак подтягивает к себе атакованного, одновременно правую ногу выносит вперед-вверх.

Затем атакующий производит, подбив тазом вверх, а бедром правой ноги подталкивает левую ногу атакованного изнутри. Подбив тазом и подъем бедром, делается одновременно.

В дальнейшем атакующий, наклоняясь назад, тянет за собой атакованного вверх на себя, держа руками туловище противника за кушак, плотно прижимая к себе.

Атакованный под действием подбива и подъема бедра отрывается от земли. Атакующий, предельно прогибаясь назад, поворачивается налево в сторону левой выпрямленной опорной ноги. По ходу поворота правая нога, атакующего прилегает к внутренней части бедра и голени атакованного.

Перед ковром атакующий резким движением поворачивается налево, руками крепко держит за кушак атакованного, левой рукой прижимает правую руку противника к туловищу, а правой рукой способствует повороту. Ноги атакованного еще по инерции поднимаются вверх туловище летит вниз с поворотом налево.

Бросок проводится налево-вперед, чтобы атакованный не смог правую ногу поставить на опору. Бросая партнера на ковер спиной, атакующий падает грудью на него, а ноги несколько оставляет в стороне для удержания.

Характерные ошибки:

1. Ранний поворот в сторону броска помогает противнику выполнить контрприём накрыванием. 2. Исходное положение для броска недостаточно близкое к противнику, что облегчает принять защиту или контрприём. 3. Недостаточный подъем правой ноги вверх, мешает эффектному броску…..

Защита. Не давая себя бросить, атакованный приседает, при этом отбрасывает ноги назад.

БРОСОК С ПОДЪЁМОМ НА КОЛЕНО В ПРАВУЮ СТОРОНУ

Приём. Бросок с подъёмом на колено в правую сторону проводится так же, как и в левую сторону.

При выполнении броска в левую сторону встречаются некоторые трудности:

1. Захват несколько затрудняет выполнение броска. Левая рука атакованного свободная, что мешает вращательному моменту броска. 2. Атакованный видит правую опорную ногу атакующего, в любое время может провести подножку.

БРОСОК ПРОГИБОМ С ПОДНОЖКОЙ ЛЕВОЙ НОГОЙ

Приём. Проводящий приём резким движением рук тянет на себя партнера. Атакованный под действием рывка правой ногой делает шаг вперед-вправо, атакующий посылает левую ногу вперед и ставит ее на пятку снаружи правой ноги атакующего.

Правую ногу, сгибая в колене, отклоняя туловище и голову назад-влево, атакующий за собой увлекает атакованного. Перед ковром атакующий поворачивается вместе с атакованным налево, левой ногой придерживает правую ногу партнера.

Характерные ошибки:

1.Недостаточный рывок руками на себя атакуемого. 2. В момент броска, атакующий, рано делает поворот



налево. 3. Подножка не эффективна, т. к. зацеп осуществляется не до конца приёма. Все эти недостатки приводят невыполнению броска вышеуказанными способами…

Защита. Не давая атакующему бросать себя, атакованный приседает и отставляет правую ногу назад……

СВАЛИВАНИЕ

Приёмы сваливания сбиванием имеют такое же большое значение в борьбе, как обвивом, подсечкой, бедром и подхватом. Все вышеуказанные приёмы проводятся непосредственно в комбинации сваливания со сбиванием. При выполнении атакующим приёма сваливания сбиванием атакованный во всех случаях падает спиной на ковёр и оказывается на лопатках. Борец, выполняя приёмы из этой группы, резкими движениями выводит атакованного из равновесия.

Основными действиями борца при выполнении приёмов данной группы являются:

1. Толчки атакованного без применения или с применением действий ног.
2. Рывки на себя.
3. Падение с атакованным вперед в сторону.

СБИВАНИЕ С ЗАЦЕПОМ ГОЛЕНЬЮ ОДНОИМЕННОЙ НОГОЙ ИЗНУТРИ (ПРАВОЙ ПРАВУЮ НОГУ)

Приём. Находясь с партнером в правой стойке, атакующий рывком на себя выводит его из равновесия, когда атакованный сделает шаг вперед или же переступит правой ногой, то быстрым движением вперёд зацепляет правой ногой изнутри под колено одноименной ноги партнера. Сам всем телом толкает атакованного назад в сторону правой ноги.

Характерные ошибки:

1. Атакующий проводит рывок на себя недостаточно сильно.

2. Приём не получится, если атакованный еще не успел перенести тяжесть тела на шагнувшую вперед ногу.

Защита. Не давая зацепить правую ногу изнутри атакованный, отставляет её назад и, держась за кушак, не подпускает к себе атакующего…..

СБИВАНИЕ С ЗАЦЕПОМ ГОЛЕНЬЮ СТОПЫ ПРОТИВНИКА НОГОЙ СНАРУЖИ (ПРАВОЙ ПРАВУЮ НОГУ)

Приём. Находясь с партнером в правой стойке, атакующий рывком вправо заставляет его делать шаг вперед правой ногой, сам быстрым движением вперед производит зацеп правой ногой, одноименную ногу противника снаружи. Затем, нажимая на партнера в сторону зацепленной ноги и упираясь левой ногой, атакующий сбивает партнера спиной на ковер. Захват не отпускается до полного осуществления приёма, а наоборот по ходу сбивания зацепленной правой ногой производит подъем назад.

Характерные ошибки:

1. Приём не получится, если атакующий, выводя партнера из равновесия, не сможет заставить его шагнуть вправо от себя.

2. Зацеп должен быть достаточно сильным. Если этого не сделать, то партнер опередит, контратакуя, бросит атакующего на ковер.

Защита. Не давая провести приём, атакованный, упираясь грудью на партнера, отставляет правую ногу назад…….

СБИВАНИЕ С ЗАЦЕПОМ ГОЛЕНЬЮ СТОПЫ ПРОТИВНИКА НОГОЙ СНАРУЖИ (ЛЕВОЙ ЛЕВУЮ НОГУ)

Приём. Более удобно выполнять этот приём, когда партнер, сделав шаг вперед левой ногой, переносит тяжесть тела на нее. Атакующий, прижимая к себе партнера за кушак, переносит тяжесть тела на левую ногу, сгибая ее в колене, одновременно правую ногу посылает между его ногами и цепляет голенью левую ногу атакованного изнутри. Толкаясь левой ногой, атакующий сбивает партнера назад на спину. Зацепленный правой ногой левую ногу партнера подтягивает к себе.

Характерные ошибки:

1. Атакующий проводит приём прямой атакой.
2. В момент зацепа ногой атакующий недостаточно толкает в сторону зацепленной ноги.

Защита. Не давая себя бросить, атакованный упирается в грудь партнера и отставляет левую ногу.

СБИВАНИЕ С ЗАЦЕПОМ ГОЛЕНЬЮ ИЗНУТРИ РАЗНОИМЕННОЙ НОГИ (ПРАВУЮ ЛЕВОЙ НОГОЙ)

Приём. Для лучшего проведения этого приёма атакующий принимает разноименную стойку. Атакующий перед проведением приёма тяжесть тела переносит на правую ногу, а левую ногу посылает вперед между ногами партнера и цепляет голенью правую ногу атакованного изнутри.

Затем, толкаясь правой ногой, прижимая атакуемого к себе, роняет в сторону зацепленной правой.

Атакующий, прижимая к себе атакованного, не только толкает в сторону зацепленной ноги, но и одновременно производит посадку. Туловище атакующего несколько ниже, чем у атакованного.

К ковру атакованный падает спиной. Атакующий сначала становится на правое колено, а затем, упираясь ногой, падает па атакуемого.

Характерные ошибки:

1.Атаку проводят без предварительной подготовки.2.После зацепа недостаточно активно надавливает на партнера. 3.Плотно к себе не прижимает партнера.

Защита. Не давая себя сбить, атакованный отставляет правую ногу назад, а сам наклоняется вперед.

БРОСОК ЧЕРЕЗ БЕДРО С ПОСЛЕДУЮЩЕЙ ПОДСЕЧКОЙ

Приём. Этот бросок объединяет два приёма: бедро и подсечка. Атакующий, поворачиваясь влево, производит бросок через бедро без применения ног.

Атакующий, поворачиваясь налево с наклоном, производит бросок влево, атакованный, отставляя ноги назад, зашагивает правой ногой вправо, чтобы устоять на ней.

Атакующий после броска через бедро правую ногу подставляет к своей левой ноге и тяжесть тела переносит на эту ногу, но к партнеру остается правым боком. Атакованный, упираясь правой ногой, не дает себя бросить .

Атакующий в дальнейшем, стоя на правой ноге, производит подсечку левой за правую опорную ногу партнера, сам притягивает за кушак атакованного к себе, наклоняется назад влево и бросает его на ковер спиной.

Защита. Не давая бросить себя, атакованный зашагивает правой ногой вправо, а руками, упираясь о кушак, держит атакующего подальше. В момент, когда атакующий, закончив бросок через бедро, производит подсечку, атакованный убирает правую ногу назад в сторону.

Правила хакасского национального вида спорта «Тобит»

I. Общие положения

Термины и их определения

«Тобит» – традиционная интеллектуальная игра хакасского народа между двумя соперниками. Во время игры в течение партии каждому спортсмену принадлежат фигуры одного цвета: белого или чёрного. Цель игры для каждой из сторон является выигрыш партии.



Игровое поле – доска с нанесённой сеткой, состоящей из девяти линий – чолов (дорог), пять из которых параллельные друг другу и равные по длине, пересекаются под прямым углом с четырьмя параллельными друг другу и равными по длине чолами, причем концы их выходят за пересекаемые им линии.. Пространство между чолами, называемое «кӧль» (озеро), имеет форму квадрата. Чолы, направленные от одного партнера к другому по вертикали, считаются продольными, а пересекающие их поперечными.

«**Перекресток**» – (пірікен чол) пересечение продольных и поперечных чолов, обозначенных на доске кругами.

«**Конец чола**» – (чол тозылғаны) обозначенные на доске круги на концах продольных и поперечных чолов.

Хулы – фигуры для игры в тобит (12 белых и 12 чёрных) расставляются на противоположных концах продольных

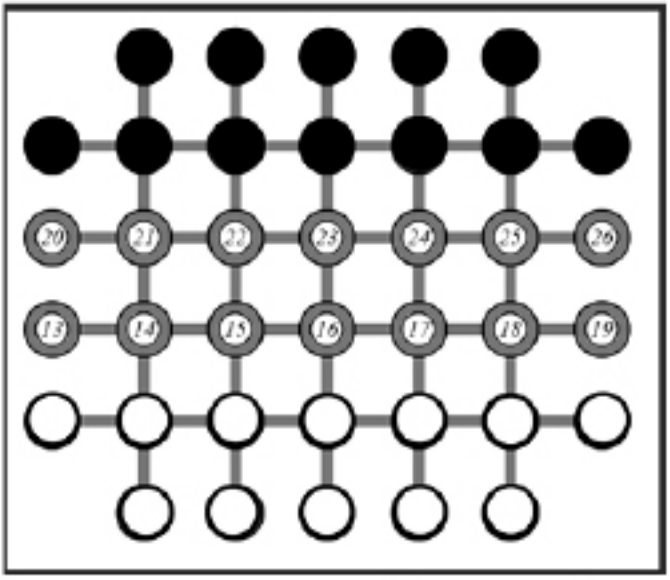


Рис. 1. Игровое поле с начальной расстановкой хулов Тобит (клетка, рисунок в клетку) – доска для игры (равномерная сетка, образующая квадраты)

чолов, а также на перекрестках продольных и крайних поперечных чолов и на концах крайних поперечных чолов.

Тобит – хул, дошедший до противоположного от своей начальной расстановки конца продольных чолов.

1.1. Описание (содержание процесса) игры

1.2.1. Ходы фигур.

1.2.1.1. Ходом считается передвижение хула по чолам вперед, вправо и влево, на расстояние до соседнего свободного перекрестка или до конца чола (рис 2). Если в процессе игры хул достигает противоположного конца любого продольного чола, он превращается в тобит получая дополнительное право ходить назад на один свободный перекресток (рис 3а). У каждой стороны одновременно может быть несколько тобитов.

1.2.1.2. Тобит, в отличие от хула, имеет право ходить на любой из свободных соседних перекрестков по чолам, в любом из четырех направлений. Становиться можно только на свободные соседние перекрестки или концы чолов. Перескакивать через свои хулы тобит не может.

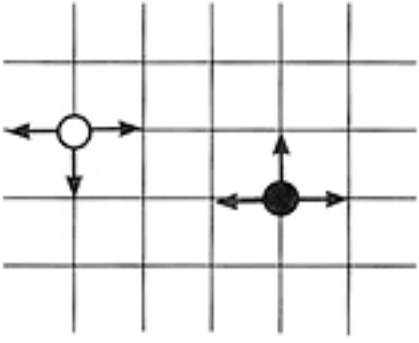


Рис. 2.

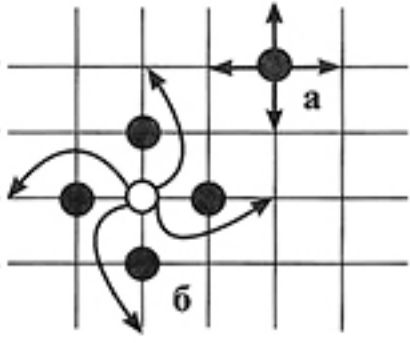


Рис 3.

1.2.1.3. Ход считается сделанным, если игрок после передвижения хула или тобита с одного перекрестка на другой или конец чола отпустил от него руку.

1.2.1.4. Если игрок, за которым очередь хода, прикоснется к своему хулу (тобиту), которым можно сделать ход, то он обязан пойти этим хулом (тобитом). Если прикоснется к двум или более хулам, то должен пойти тем хулом, которого коснулся первым, если ход или взятие этим хулом возможны. Прикосновение к своему хулу, у которого не оказывается возможного по правилам игры хода, не влечет за собой никаких последствий, и играющий свободен сделать любой возможный ход.

1.2.1.5. Если игрок при совершении хода передвинул свой хул (тобит) на другой перекресток или конец чола, не отпустив при этом от него свою руку, то он обязан пойти этим хулом (тобитом), но вправе переставить его на любой возможный для него другой перекресток.

1.2.1.6. Если игрок хочет поправить один или несколько хулов, он должен предварительно отчетливо объявить сопернику: «Поправляю». Поправлять хулы можно только при своей очереди хода.

1.2.1.7 Соперники поочередно делают по одному ходу до тех пор, пока игра не закончится.

1.2.2. Взятие фигур

1.2.2.1. Хул (тобит) при своем ходе обязан взять фигуру (хул, тобит) соперника, если последняя находится на соседнем по чолу перекрестке, за которым имеется не занятый фигурами (свободный) перекресток (конец чола). Фигура, совершившая ход, становится на этот перекресток (конец чола), перескакивая через фигуру соперника. Последняя снимается с игрового поля. Брать фигуры разрешается

во всех четырёх направлениях (вперед, назад, вправо, влево) (рис. 3б).

1.2.2.2. Если в процессе взятия хул (тобит) вновь оказывается рядом с другим хулом (тобитом) соперника, за которым имеется незанятый фигурами (свободный) перекрёсток (конец чола), он должен быть перенесен через второй, третий и т.д. хулы и занять свободный перекресток (конец чола) за последним взятым хулом.

1.2.2.3. При возможности взятия по двум или трем направлениям право выбора предоставляется берущему. Так же он сам выбирает в случае возможности взятия хулом или тобитом.

1.2.2.4. Взятие считается одним сыгранным ходом. Взятие своих фигур запрещается.

1.2.2.5. Снятие взятых хулов (тобитов) с игрового поля считается законченным, когда игрок снял последнего взятого хула (тобита).

1.2.3. Определение результатов

Результатом игры может быть **Утыс** – победа и **Хайым** – ничья.

1.2.3.1. Утыс – выигрыш партии

Партия считается выигранной одним из участников, если:

1.2.3.1.1. Соперник сам признал поражение;

1.2.3.1.2. У соперника не осталось ни одной фигуры;

1.2.3.1.3. Все фигуры соперника лишены возможности сделать очередной ход, т.к. перекрыты фигурами соперника на концах чолов.

1.2.3.1.4. Кроме перечисленных, возможны также случаи проигрыша соперника, связанные с истечением его игрового времени на турнирных часах или засчитыванием сопернику поражения в связи нарушением Правил.

1.2.3.1.5. Победитель за утыс получает 1 очко, проигравший – 0.

1.2.3.2. Хайым (ничья), предложение хайыма

Партия считается закончившейся вничью в следующих случаях:

1.2.3.2.1. Если один из участников предлагает хайым, а другой принимает это предложение;

1.2.3.2.2. В соревнованиях, если одна и та же позиция (одно и то же расположение хулов и тобитов) возникнет три (или более) раза, причем очередь хода каждый раз будет за одной и той же стороной.

1.2.3.2.3. Порядок признания хайыма в случае повторения в партии одной и той же позиции, если играющий сделает ход, в результате которого одна и та же позиция возникнет третий раз или более, то его партнер имеет право до совершения своего очередного хода заявить судье соревнований о прекращении партии и признании ее закончившейся хайымом;

1.2.3.2.4. Участник может предложить хайым только после того, как он сделал ход. Предложив ничью, он пускает часы соперника. Предложение хайыма и ответ на него должны выражаться в краткой форме: «предлагаю хайым», «согласен», «не согласен» – и не оговариваются никакими условиями. Соперник может принять предложение, не делая ответного хода или отклонить его словесно либо ответным ходом.

1.2.3.2.5. Если предложение хайыма не будет принято, тот же участник может снова предложить хайым лишь после того, как другой участник использует на это свое право.

1.2.3.2.6. В соревнованиях судья имеет право по своей инициативе зафиксировать хайым в партии на основании Правил без требования игрока, если в позиции, в которой

оба соперника имеют тобиты, не изменилось соотношение сил (т. е. не было взятия и ни один хул не стал тобитом) в 2 и 3 фигурных окончаниях на протяжении 15 ходов; если участник желает зафиксировать ничью он имеет право вслух отсчитать 15 ходов, и, если соперник не добьется выигрыша, партия признается закончившейся вничью. Правомерность фиксации ничьей устанавливает судья.

1.2.3.2.7. Обоим игрокам присуждается по 0.5 (половина) очка.

II. Требования к участникам соревнований

2.1. Половые и возрастные группы спортсменов

2.1.1. Для участия в соревнованиях по виду спорта «Тобит» устанавливаются следующие половые и возрастные группы спортсменов:

– мужчины, женщины

– юноши, девушки (до 18 лет);

– юноши, девушки (до 14 лет).

2.1.2. Для участия в физкультурных мероприятиях и спортивных мероприятиях спортсмен должен достичь установленного возраста в календарный год проведения соревнований.

2.1.3. Допускается участие спортсменов в соревнованиях в более старших возрастных группах при условии соответствия требованиям, предъявляемым к классификации участников Положением о соревновании.

Требования к месту проведения соревнования

4.2. Требования к оборудованию места проведения соревнований, спортивного и судейского инвентаря

Игровой зал комплектуется столами, стульями, игровыми досками, комплектами хулов и турнирными часами

с учетом количества играющих и с запасом (не менее двух турнирных часов), чтобы при необходимости всегда можно было оперативно заменить неисправные часы. Столы должны быть устойчивыми, соответствующих размеров и в достаточном количестве. Стулья должны соответствовать высоте столиков.

Доска для игры «Тобит» представляет собой квадрат размером 38 х 38 см. Расстояние от начала и до конца продольных чолов 31 см, поперечных чолов – 36 см. Всего на доске 5 продольных и 4 поперечных чолов. Перекрестки и концы чолов представляют собой круги диаметром 3,5 см. В продольных чолах 6 кругов, в поперечных чолах 7 кругов. Расстояние между перекрестками 2 см.

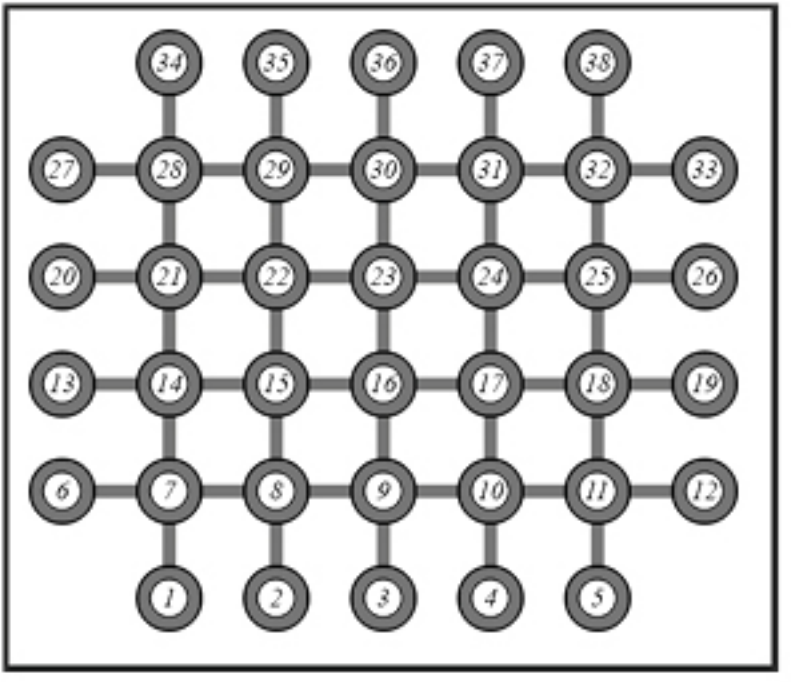


Рис. 4. Игровое поле с нумерацией

Хул – фигура (кость) для игры в «Тобит» в форме таранной части коленного сустава овец «Хазых» из полимерных материалов в положении с верхним основанием выпуклой поверхностью. Хулы для тобита должны отвечать следующим требованиям:

– все хулы должны быть одинаковой формы и одного размера;

– все белые и черные хулы должны быть, соответственно, одинакового цвета;

– хулы не должны быть блестящими, и их цвет не должен сливаться с цветом кóль игровой доски для тобита.

Тобит – фигура (кость) для игры в «Тобит» в форме таранной части коленного сустава овец «Хазых» из полимерных материалов в положении с верхним основанием вогнутой внутрь (с ямкой) поверхностью (фото 1).

«**Хазых**» – представляет собой по общей форме параллелепипед длиной 3 см, шириной 1,7 см, высотой 1,7 см. В верхнем основании параллелепипед представляет собой



Фото 1. Слева – хул, справа – тобит.

прямоугольник, в центре которого выпуклая поверхность с 2-мя выступающими вершинами с края. Нижнее основание представляет собой прямоугольник, в центре которого вогнутая поверхность.

Примечание: в случае отсутствия хазыхов на соревнованиях допускается использование стандартных шашек.

Турнирные часы могут быть электронными или механическими.

Турнирными часами должны быть часы с двумя устройствами для регистрации и отображения времени, соединенными между собой так, что в одно и то же время может работать только одно устройство.

Правила проведения соревнований

5.4. Содержание (описание процесса) соревнования

5.4.1. Начало соревнования

5.4.1.1. Участники соревнования должны занять места в соответствии с протоколом, в котором указываются пары участников очередного тура, за 5 минут до официального начала тура с тем, чтобы они могли сосредоточиться, а судьи могли сделать необходимые объявления.

5.4.1.2. В точно назначенное время независимо от того, все ли спортсмены присутствуют, судья дает сигнал к началу партии, пуская сам или по его указанию часы отсутствующего участника. Если отсутствует участник, играющий черными, то белые своего хода на доске не делают. В случае присутствия или отсутствия обоих участников, пускаются часы игрока, играющего белыми. При появлении одного из игроков судья делит пополам истекшее время, с учетом этого устанавливает время на обоих часах и пускает часы отсутствующего участника. С этого времени

игрокам запрещается останавливать турнирные часы кроме случаев, предусмотренных Правилами.

5.4.3. Нотация

5.4.3.1. Нотацией игры в Тобит называется система условных обозначений. Так, все концы чолов и перекрестки чолов нумеруются от 1 до 38. (рис. 4)

5.4.3.2. В начале игры белые хулы занимают номера от 1 до 12, черные – от 27 до38. (рис. 1)

5.4.3.3. Для записи хода хула обозначают сначала перекресток чолов, на котором стоял хул, затем ставят тире и записывают перекрёсток чолов, на которое она ставится, (7-14, 29-22) и т.д. При взятии запись такая же, только вместо тире ставится двоеточие (8:22). Если взято несколько фигур, записываются все перекрестки, на которых совершилось изменение направления взятия (7:21:23:36).

5.4.6. Результаты соревнований

5.4.6.1. В результате соревнований участники занимают места в соответствии с суммой набранных очков. Первое место присуждается игроку, набравшему наибольшее количество очков, остальные – в порядке их уменьшения.

5.4.6.2. В случае равенства очков у двух или более участников распределение мест производится по дополнительным показателям.

5.4.12. Неправильности при ведении партии

5.4.12.1. Если перед началом партии обнаруживается, что хулы на доске расставлены неправильно либо соперникам предоставлены хулы не того цвета, которые должны быть в соответствии с протоколом, в котором указаны пары участников очередного тура, то исправить это можно только до начала партии. После того, как оба соперника сделали хотя бы по одному ходу, исправления не вносятся, партия продолжается и ее результат считается действительным.

5.4.12.2. Если игрок совершил одно из следующих нарушений:

– сделал неправильный ход хулом или тобитом;

– сделал два хода подряд;

– тронул одного из своих хул и ход сделал другой;

– взял ход обратно;

– сделал ход хулом или тобитом соперника;

– сделал ход хулом или тобитом, когда необходимо произвести взятие;

– снял без причины хул соперника или свои хулы;

– неправильно снял хул во время еще незаконченного последнего взятия;

– снял после окончания последовательного взятия меньшее или большее число хулов, чем должно было быть взято;

– снял после последовательного взятия хулов, которые не должны были быть взяты;

– остановился в процессе снятия хулов после последовательного взятия;

– снял после взятия одного или несколько собственных хулов;

– при превращении хула в тобит, не обозначил тобит.

5.4.12.3. Если игрок сначала дотрагивается до одного хула (тобита), а затем ходит другой, его соперник может переключить часы назад и обязать сделать ход хулом (тобитом), тронутым первым. Однако, если игрок дотрагивается до хулы (тобита) при том, что он должен совершить взятие другим хулом или тобитом, то игрок может произвести взятие в соответствии с Правилами.

5.4.12.4. Если игрок сделал невозможный ход в соответствии с Правилами или допустил иную ошибку, указанную в п. 5.4.13.2, включив при этом часы партнера, то его соперник должен обратиться к судье для принятия Решения.

Выполнение невозможных ходов с последующим пуском часов соперника с целью накопления дополнительного времени при игре с добавлением времени за каждый сделанный ход является грубым нарушением Правил, которое наказывается спортивными санкциями в соответствии с Правилами.

Невозможный ход, не замеченный обоими игроками, не может быть изменен впоследствии и не может служить основанием для протеста.

5.4.12.5. После окончания партии никакие претензии не принимаются и ее результат считается действительным.

Правила хакасского национального вида спорта «Тас хапханы» (поднятие камня)

1.Общие положения

Термины и определения

Тас хапханы (поднятие камня) – вид спорта, включающий упражнение, состоящее из двух двигательных действий, выполняемое со специальным снарядом «Хапчан тас» на количество повторений.

Хапчан тас (камень для поднятия – далее Тас) – спортивный снаряд, представляющий собой природный камень естественного происхождения округлой формы, образованный в результате естественных геологических процессов.

Характерной особенностью камня является отсутствие выступов и углублений размером более 3–5 см. Снаряды

изготавливаются в диапазонах веса: 65–72–80 кг., 85–92–100 кг.

Примечание: для проведения соревнований в спортивных залах или крытых спортивных сооружениях можно использовать специальные снаряды (манекены) по форме и весу имитирующие натуральный камень.

Требования к участникам соревнований

1. Общие положения

Соревнования проводятся среди спортсменов мужского пола, достигших 18-летнего возраста и старше по весовым категориям с использованием соответствующего веса камня.

1. Экипировка (спортивная форма)

Спортсмен должен быть одет в спортивные шорты, футболку или майку и подпоясан кушаком. В качестве дополнительного элемента, при наличии, допускается использование хакасского мужского жилета (холтыргас).

Поддерживающей компрессионной одежды на теле спортсмена не допускается.

Кушак представляет собой кусок одноцветной ткани шириной (высотой) – 20–25 см. и длиной 300–350 см. – достаточный для того, чтобы опоясаться вокруг туловища 2 раза, начиная спереди.

Во время проведения соревнований спортсменам запрещается использование любых налокотников, наколенников, бинтов, медицинских пластырей и прочих приспособлений, облегчающих выполнение упражнения.

С разрешения главного судьи соревнований официальный врач соревнований или дежурный фельдшер могут

накладывать медицинскую пластырь на поврежденные части тела. Однако при этом не должно создаваться преимущества при подъёме «Таса».

При выполнении упражнения ноги спортсмена от щиколотки до колен должны быть оголены и отчётливо видны судьям.

Любая принадлежность формы и экипировки должна быть запрещена, если она имеет неопрятный вид или порвана (повреждена).

Строжайше запрещается использование масла, мазей или другой смазки на теле, костюме или предметах экипировки.

Разрешается использование (нанесение на тело или предметы экипировки) магнезии.

2.6. Весовые категории

Весовые категории до 70, до 80, до 90, до 105 кг, св. 105 кг.

№ п/п	Весовые категории спортсменов	Вес Таса	Время на попытку
1.	до 70 кг	65-72-80 кг.	2 мин.
2.	до 80 кг		
3.	до 90 кг	85-92-100 кг.	
4.	до 105 кг		
5.	св.105 кг		

Примечание: в рамках республиканских соревнований применяются камни весом 72–80 кг и 92–100 кг. Если же на муниципальном уровне отсутствуют камни указанных

весовых категорий, допускается использование камней весом 65–72 кг и 85–92 кг.

3. Место выполнения упражнения

Все соревновательные упражнения должны выполняться в специально обозначенном месте:

– ровная, сухая площадка квадратной формы со стороной 4 метра, которую должна окружать свободная зона, размеры которой составляют 1,5 метра. Эта зона должна быть ровной с естественным земляным (или искусственным покрытием в спортивных залах) покрытием и освобождённой от каких-либо предметов;

4. Порядок проведения соревнований

4.1. Общие положения

Каждому участнику предоставляется одна попытка. При командном зачете суммируются результаты членов команды.

Время попытки ограничивается двумя минутами.

Определение победителей и распределение мест

Победитель соревнований в личном зачёте определяется по наибольшему количеству технически, верно, выполненных повторений в упражнении.

Если два или более спортсменов показывают одинаковый результат, то более лёгкий спортсмен классифицируется выше, чем более тяжёлый.

Если два или более спортсменов показывают, одинаковы результат и имеют одинаковый собственный вес, то сильнейшим признаётся спортсмен, показавший наилучший результат первым.

5. Упражнение и правила их выполнения

5.1. Общие положения

Упражнение «Тас хапханы» выполняется поэтапно в следующей последовательности:

1. захват Таса (фото 1, 2);

2. подъём Таса на грудь (фото 3);

3.сбрасывание Таса через правое (левое) плечо назад (фото 4, 5).

Упражнение выполняются двумя руками.

Поднятие Таса проводится на количество раз.

Учитывается только количество правильно выполненных упражнений.

5.2. Команды судьи при выполнении упражнения

Для выполнения упражнения «Тас хапханы» судья вызывает участника в соревновательную зону согласно жеребьевке. По команде «Внимание!» спортсмен принимает исходное положение.

Начало выполнения упражнения начинается с команды «Марш!», окончание – по команде «Стоп!».

В ходе выполнения упражнения судья осуществляет хронометраж, объявляя временные отрезки каждые 30 секунд (30 секунд, 1 минута, 1минута 30 секунд). В конце упражнения подаются сигналы: «Осталось 20 секунд»., «Осталось 10 секунд».

5.3. Захват Таса

Перед началом упражнения спортсмен обхватывает Тас обоими руками любым способом. Допускается сгибание нижних конечностей. Запрещается касаться коленом/коленями земли.



Фото 1. Захват Таса



Фото 2. Захват Таса

5.4. Подъём Таса на грудь

Подъем Таса на грудь выполняется двигательным действием «взрывного» характера с полным выпрямлением нижних конечностей в коленных суставах.

При выполнении упражнения допускается выполнение раскачиваний и маятниковых движений.

При подъёме камня на грудь запрещается касаться земли (поверхности площадки) коленями.

5.5. Сбрасывание Таса через плечо

Сбрасывание камня с груди выполняется любым способом после предварительного небольшого приседа через правое (левое) плечо назад.

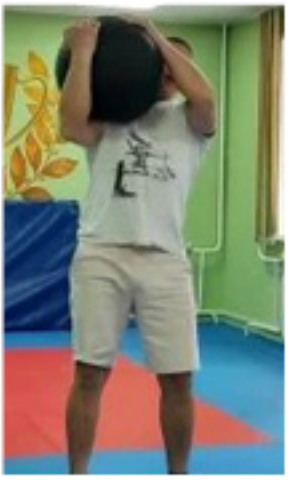


Фото 3. Подъём Таса на грудь



Фото 4. Сбрасывание Таса через плечо



Фото 5. Сбрасывание Таса через плечо

6. Общие положения

Официальная форма судьи: национальная хакасская мужская рубашка и спортивная обувь.

Стрельба из хакасского национального лука «Охчаадаң атыс»

СПРАВКА. *Вячеслав Даржа* «Тувинский лук *ча* относится к так называемым композитным, сложносоставным, рефлексирующим лукам «центрально-азиатского» типа. Это был лучший лук прошлых тысячелетий, он значительно превосходил своим качеством все известные иные конструкции этого типа оружия. Подобным луком пользовались все евразийские номады. На западе луки турок и калмыков в основе своей практически не отличались от луков бурят, алтайцев, хакасов или монголов, живущих на востоке континента. Определенную разницу вносили, пожалуй, только



находящиеся в распоряжении тех или иных народов материалы, из которых производились отдельные сегменты лука, стрел и индивидуальный почерк мастеров. Естественно, что бытовали региональные традиции, индивидуальные производственные приемы, техника украшения и т.п. особенности, но в основе своей это был лук, который условно можно назвать «луком

евразийских номадов». (Традиционные мужские занятия тувинцев. *Даржа В.К.,* Кызыл, 2013).

Стрельба по горизонтальным мишеням (кеглям)

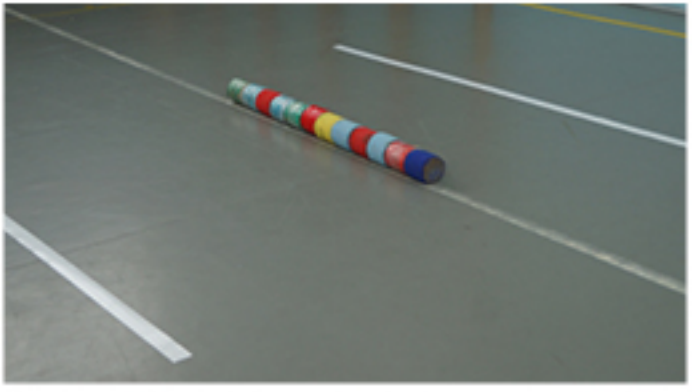
1. Стрелковая поляна

1.1. **Поле** (площадка) должно быть прямоугольным, и каждая дистанция (30м и 40м) тщательно отмерена от линии для мишеней, до линии стрельбы.

1.2. На расстоянии 1м до линии мишеней и параллельно ей проводятся 1-я контрольная линия (зеленая зона) и на расстоянии 1 м после линии мишеней и параллельно ей проводится 2-я контрольная линия (желтая зона).

1.3. **Размеры площадки:** для стрельбы по кеглям используется деревянный настил, сверху покрытый мягкой тканью, спереди обитый мягким материалом. Размер одного сектора для стрельбы – квадрат 2 х 2 метра.

1.4. Линия ожидания размечается как минимум в 5 метрах позади линии стрельбы.



1.5. Вокруг поля должны быть ограждение длинной 60 м и шириной 30 м.

1.6. На линии мишеней располагаются кегли вплотную друг к другу. В центре линии – кегля красного цвета «Чурек» (сердце). Слева и справа от «Чурек» располагаются по 9 кеглей разных цветов в одинаковой последовательности, всего 19 шт.

2. Стрелковый инвентарь

2.1. К соревнованиям допускаются:

– хакасские национальные луки, а также бурятские, монгольские;

– луки, изготовленные самими участниками соревнований (не разборные).

При изготовлении самодельных луков разрешается применение сухожилий, дерева, бересты, современных полимерных и других подобных материалов вместо рога. Конфигурация лука должна совпадать с национальным луком.

Участники с современными разборными луками к соревнованиям не допускаются.

2.2. Стрелы (соган): должны быть деревянными или алюминиевыми, наконечники должны быть иметь цилиндрическую форму (с тупым и округлым концом) его делают из цельного материала, оперение из крыльев птиц или резиновые, хвостовики могут быть фабричными, самодельные из любого материала. Тетива произвольная.

2.3. Прицелы: не допускаются любые стандартные и самодельные. Разрешаются риски, отметки карандашом (ручкой), завязывание ниток (резинок).

2.4. Полочки: стандартные не допускаются. Разрешается заклеивание выступов из кожи для стрел.

2.5. Стабилизаторы, гасители и кликер не допускаются.

На ремонт материальной части дается 5 минут.

2.6. Кегли изготавливают из шерсти (поролона) круглой формы длиной 10 см и диаметром 10 см.

3. Форма одежды

Участники соревнований выступают в хакасской национальной рубашке для мужчин и платье для женщин.

4. Требования к участникам соревнований

К участию в соревнованиях допускаются спортсмены, умеющие обращаться со стрелковым инвентарем, знающие правила соревнований по стрельбе из хакасского национального лука по неподвижным мишеням (кеглям) и допущенные мандатной комиссией.

На одних соревнованиях спортсмен может участвовать только в одной возрастной группе.

5. Возрастные группы

Участники соревнований делятся на следующие возрастные группы по году рождения:

1	юношеская	юноши и девушки	не старше 17 лет;
2	взрослая	мужчины и женщины	18 лет и старше
3	ветераны	мужчины и женщины	старше 50 лет.

6. Правила и программа соревнований

Участники соревнований выполняют стрельбу на дистанциях мужчины 40 м и женщины 30 м. На каждой дистанции выполняется стрельба из 5 серий по 2 стрелы, всего 10 выстрелов. За выбивание «Чурек» участнику дается

10 очков, слева и справа от «Чурек» дается 9 очков, затем 8 очков и так далее по убыванию до 1 очка.

Участники выполняют стрельбу обязательно двумя стрелами. Перед началом соревнований даются два пробных выстрела.

Личное первенство определяется по наибольшей сумме выбитых очков на дистанциях (40 м и 30 м) в каждой подгруппе отдельно: мужчины и женщины. В случае равенства очков преимущество имеют спортсмены:

– не имеющие промаха;

– имеющие меньше промахов;

– с наибольшим попаданием «Чурек».

7. Результаты стрельбы

Целью стрельбы из лука является сбивание стрелой расставленных на линии мишеней кеглей.

7.1. Попадание стрелы засчитывается и начисляются очки:

7.1.2. Если кегля после попадания отскакивает за пределы 2-й контрольной линии (желтой зоны).

7.1.3. Если стрела попадает в площадку после 1-й контрольной линии (зелёную зону) и затем при отскоке выбивает кеглю за пределы 2-й контрольной линии (жёлтой зоны).

7.2. Промахи и очки не начисляются

7.2.1. В случае попадания стрелы кегля не отскакивает за 2-ю контрольную линию (не покидает желтую зону).

7.2.2. Если стрела попадает в площадку перед 1-й контрольной линией (зелёной зоной) и затем при отскоке выбивает кеглю.

7.2.3. Если кегля отскакивает в сторону и покидает площадку через боковую линию.

8. Правила безопасности.

Участнику соревнований запрещается:

На соревнованиях проводить стрельбу без сигналов, в различных направлениях, не находясь на линии стрельбы;

Натягивать лук, находясь вне линии стрельбы;

Разговаривать или поворачиваться, стоя с натянутым луком;

Окликать или трогать стрелка, целящегося по кеглям;

Натягивать лук со стрелой и целиться по кеглям, если на площадке перед или за кеглями находятся люди.

Участник соревнований несет полную ответственность за любой несчастный случай, прошедший вследствие нарушения им правила соревнований.

Хакасский национальный вид спорта «Конные скачки» (Аттар чарызы)

Историческая справка исследователей Сибири XIX века.

Адрианов А.В. еще в 1880-х годах писал о местных лошадях: «…Лошади – небольшого роста, некрасивые, но отличаются удивительной выносливостью и хорошим бегом. Обычная езда на них 12–15 вёрст в час. Здесь делают конны до 100 вёрст в течение 6 часов, без отдыха…».

Костров Н.А. «…Лошади, относимые обыкновенно к монгольской породе, малорослы, дики, но довольно красивы, крепки и способны как для верховой езды, так и для упряжи. Отличительная черта их – маленькая голова, которая всегда держится несколько вверх. Надо видеть, как иной сильный и ловкий качинец управляется тройкой своих диких степных коней, несущихся, без всякого преувеличения, как ветер, посреди степи….».

«…Одна из таких скачек была особенно интересна 29 июня 1853 года (в с.Аскизское). В это время были назначены призом золотые часы, ценою около 150 руб. серебром. Расстояние бега обыкновенно назначается вёрст 20. На всяком возвышенном месте, на всяком кургане в это время непременно стоит верховой – любитель скачек. Известие о приближении скакунов передаётся невероятно скоро, потому что каждый, стоящий на возвышенном месте, чуть только увидит две мелькающие точки, сейчас же даст об этом знать своему ближайшему соседу…». (*Буров В.Ф.* Живая старина – V. Сочинения князя Николая Алексеевича Кострова, краеведа и этнографа. – Абакан, 2011).

Кайнаков Геннадий Петрович (1946 г. р., уроженец с. Усть-Чуль Аскизского района, записано в 2026 г).

«Хакасские лошади среднего роста (меньше современных табунных лошадей и крупнее, выше тувинской породы). По высоте в холке примерно 156 см. Плотного и пропорционального телосложения, грудь широкая и мощная. Лошади универсальные – между скаковыми и тяжеловозами. Крепкие, сильные и выносливые. Приспособленные к условиям тайги и степи. Неприхотливы, тебенюют в тайге, *разрывая снег передними копытами. Могут вывезти добытого охотником марала весом 300–400 кг. По степи могут пробежать 20–30* км без остановки».



Хакасская лошадь (фото из архива 80–90-е годы XIX века Минусинского краеведческого музея им. Н.М. Мартьянова



Конные скачки по пересеченной местности

Дистанции скачек при испытании лошадей

Стандартными дистанциями лошадей в Скачках являются:

для лошадей 4-х лет и старше: 1000, 1200, 1400, 1500, 1600, 1800, 2000, 2400, 2800, 3000, 3200, 4000 м.

Экипировка участников Скачек

Наездники, участвующие в Скачках, должны иметь следующую экипировку: национальная одежда, высокая обувь (сапоги), бриджи, каска и защитные очки.

Наездники (всадники)

В Скачках могут принимать участие наездники, которым на день проведения Скачек исполнилось 18 лет и старше.

Взвешивание

Не позднее, чем за час до испытаний (перед седловкой лошади), контролер у весов осуществляет взвешивание наездников.

При взвешивании наездника:

– учитывается собственный вес наездника, включая одежду и обувь, а также вес седла с подпругой, потником и путлищами со стременами…….

Минимальный вес наездника с принадлежностями снаряжения 45 килограмм. Меньший вес не допускается.

Правила езды в Скачках

Наездники, участвующие в Скачках (далее – наездники или участники Скачек), должны стремиться к победе или занятию максимально высокого призового места.

Участники Скачек обязаны после старта по прямой дорожке на протяжении не менее 150 м соблюдать прямолинейное движение. Если старт дается в повороте или перед поворотом, то участники Скачек на протяжении 50 м должны держать направление, соответствующее траектории поворота.

Участникам Скачек разрешается менять направление по дистанции, только опередив сзади идущих лошадей не менее чем на два корпуса. При выходе на финишную прямую, участники Скачек, должны строго соблюдать прямолинейность движения и не мешать возможности их объезда другими участниками испытаний, как справа, так и слева.

Участникам Скачек запрещается съезжать с дорожки, трассы кроме случаев, когда продолжать Скачки опасно из-за неудовлетворительного состояния амуниции или лошади,

а также в тех случаях, когда судейской коллегией выступление лошади объявлено дисквалифицированным. Наездник, не закончивший Скачки, обязан немедленно доложить судейской коллегии о причине.

Наездник во время Скачек может посылать свою лошадь ударами хлыста по крупу, не размахивая им по сторонам и не касаясь других участников Скачек. Запрещается жестокое применение хлыста по дистанции. На финишной прямой допускается не более 7 (семи) ударов. После прохождения финишного столба пользоваться хлыстом категорически запрещается.

Определение победителей Скачек

Отсчет начинается в момент пересечения лошадьми линии старта.

Момент пересечения первой лошадью линии финиша фиксируется одним ударом колокола из судейской.

Последовательность прихода лошадей к финишу и их места фиксируются судейской коллегией с помощью специальной установки фотофиниша или визуально в момент касания головы каждой лошади условной финишной черты.

Места лошадей в скачках определяется секундомерами или специальной аппаратурой, подлежащей проверке в установленном порядке, и учитывается, с точностью до 0,1 сек.

Наездник, под управлением которого лошадь пересекла первой линию финиша (коснулась головой условной финишной черты), считается победителем в Скачках при условии отсутствия зафиксированных судейской коллегией нарушений требований Правил, повлиявших на результат скачек.

В соответствии с этим условием и последовательностью прихода лошадей к финишу определяются и другие призеры скачек….

В случае одновременного касания условной финишной черты двумя и более лошадьми (голова в голову) им присваивается одинаковое итоговое место.

Дистанционные разрывы (интервалы) между лошадьми в момент финиша определяются следующим образом: «далеко сзади», «корпус», «полкорпуса», «шея», «голова», «нос»….

ГЛАВА II. ПРАВИЛА ХАКАССКИХ СОСТЯЗАНИЙ[1]

Раздел I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Настоящие правила по хакасским состязаниям (далее – Правила) утверждены Решением районного методического объединения учителей физической культуры МО Аскизский район Республики Хакасия и рекомендованы для применения на всех соревнованиях по хакасским состязаниям.

Участники соревнований и их представители, спортивные судьи, организаторы, тренеры, иные официальные лица, принимающие участие в проведении соревнований, обязаны в своих действиях руководствоваться настоящими Правилами.

1.1. Термины и их определения

Спортивные дисциплины – исторически сложившие состязания хакасского народа.

Термины, применяющиеся в конкретных спортивных дисциплинах, описываются в соответствующих разделах Правил, посвящённых этим спортивным дисциплинам.

[1] *По материалам:* **Правила хакасских народных игр и состязаний. Методическое пособие для учителя. – Абакан: Хакасское книжное издательство имени В.М. Торосова, 2022. / В.В. Сагалаков, В.В. Кичеев, В.С. Тодинов, Е.Ф. Майнагашев, Н.Н. Сазанаков, В.И. Тюкпиеков, Л.Р. Чертыгашев**

1.2. Спортивные дисциплины

Соревнования по хакасским состязаниям проводятся по следующим спортивным дисциплинам:

1) «Пакпа» – игра в бабки;

2) «Хазых» – игра в кости;

3) «Хол пазыс» – рукоборье на земле;

4) «Арғамчы тастааны» – метание верёвки (аркана);

5) «Ағаснаң тартызары» – перетягивание палкой;

6) «Хурнаң тартызары» – перетягивание ремнём на шее;

7) «Сырғайлығ чарыс» – бег с шестом с преодолением препятствий;

8) «Тас тастааны» – бросок камня на дальность.

1.3. Характер проведения соревнований

Соревнования по хакасским состязаниям по характеру проведения делятся на:

– личные, по итогам которых определяются места, занятые отдельными участниками;

– командные, по итогам которых определяются места участвующих в соревновании команд;

– лично-командные, по итогам которых определяются места отдельных участников и участвующих в соревновании команд;

– личные с командным зачётом, по итогам которых определяются места, занятые отдельными участниками, а затем по сумме лучших результатов отдельных спортсменов, представляющих команды, определяются места участвующих в соревновании команд.

1.4. Системы проведения соревнований

По хакасским состязаниям применяются следующие системы проведения соревнований:

– круговая, при которой каждый участник соревнований или каждая команда поочерёдно встречается со всеми остальными участниками или командами в один или несколько кругов;

– олимпийская (система с выбыванием), когда спортсмен или команда, проигравшие встречу, выбывают из дальнейшего участия в данных соревнованиях;

– олимпийская усовершенствованная система – соревнование с розыгрышем всех мест, в котором после поражения в основном турнире, а также после каждого следующего поражения игрок (команда) не выбывает из турнира, а только из борьбы за определённое, более высокое место;

– смешанная, при которой на разных этапах применяются вышеуказанные системы.

1.5. Отмена соревнований, перерывы

Соревнования могут быть временно прерваны (отменены):

– из-за неудовлетворительной подготовки площадок;

– из-за неблагоприятных метеорологических условий;

– для оказания медицинской помощи травмированным (заболевшим) участникам соревнований.

Раздел II. УЧАСТНИКИ СОРЕВНОВАНИЙ

2.1. Половые и возрастные группы спортсменов

Для участия в соревнованиях по хакасским состязаниям устанавливаются возрастные и половые группы спортсменов.

2.2. Возрастные группы спортсменов

2.2.1. Юношеские группы:

– младшая группа – мальчики и девочки, возраст 7–10 лет;

– средняя группа – мальчики и девочки, возраст 11–12 лет;

– старшая группа – мальчики и девочки, возраст 13–15 лет.

2.2.2. Юниорские группы:

– юноши и девушки – возраст 16–17 лет.

2.2.3. Группа взрослых:

– мужчины и женщины – возраст 18 лет и старше.

2.2.4. Ветераны:

– мужчины и женщины – возраст старше 40 лет.

2.3. Половые, возрастные группы спортсменов

№ п/п	Спортивная дисциплина	Пол	Участие в соревнованиях
1	«Пакпа» – игра в бабки	мужчины и женщины	с 7 лет
2	«Хазых» – игра в кости	мужчины и женщины	с 7 лет

№ п/п	Спортивная дисциплина	Пол	Участие в соревнованиях
3	«Хол пазыс» – рукоборье на земле	мужчины и женщины	с 13 лет
4	«Арғамчы тастааны» – метание аркана	мужчины	с 11 лет
5	«Ағаснаң тартызары» – перетягивание палкой	мужчины и женщины	с 13 лет
6	«Хурнан тартызары» – перетягивание ремнём на шее	мужчины	с 16 лет
7	«Сырғайлығ чарыс» – бег с шестом с преодолением препятствий	мужчины и женщины	с 13 лет
8	«Тас тастааны» – бросок камня на дальность	мужчины	с 16 лет

2.4. Общие принципы допуска спортсменов к соревнованиям

2.4.1. Допуск к участию в соревнованиях регламентируется Положением о соревнованиях. В зависимости от требований Положения допуск спортсменов может быть ограничен возрастом, уровнем спортивной квалификации и т. д. К участию в соревнованиях спортсмены допускаются Решением мандатной комиссии. Её утверждает организация, проводящая соревнования. В комиссию входят: главный судья, главный секретарь, врач соревнований, представитель организации, проводящей соревнования. Ответственность за допуск участников несёт председатель комиссии.

Комиссия проверяет заявки и документы участников.

2.4.2. Основанием для допуска спортсмена к соревнованиям по медицинским заключениям является заявка на участие в соревнованиях с отметкой «Допущен» напротив каждой фамилии спортсмена, заверенная подписью врача

и его личной печатью. Заявка на участие в соревнованиях подписывается врачом с расшифровкой фамилии, имени, отчества (при наличии) и заверяется печатью медицинской организации, имеющей лицензию на осуществление медицинской деятельности, предусматривающей работы (услуги) по лечебной физкультуре и спортивной медицине.

2.5. Обязанности и права участников соревнований

Участники соревнований обязаны:

– знать и соблюдать Правила, регламент и положение о соревнованиях;

– быть дисциплинированными, корректными и вежливыми по отношению к другим участникам, судьям, тренерам, представителям, обслуживающему персоналу и зрителям;

– безоговорочно выполнять все распоряжения и указания судей;

– вести честную спортивную борьбу, не допускать умышленных действий, с целью помешать соперникам или получить преимущество;

– быть одетыми в опрятную спортивную форму;

– являться на парады открытия, закрытия соревнований и церемонию награждения;

– соблюдать требования безопасности во время участия в спортивных мероприятиях, тренировочных мероприятиях и при нахождении на объектах спорта.

Участники имеют право:

– на участие в спортивных соревнованиях в порядке, установленном настоящими Правилами и положениями (регламентами) о соревнованиях;

– обращаться к судьям по вопросам проведения соревнований.

Раздел III. ОБОРУДОВАНИЕ МЕСТА ДЛЯ СОРЕВНОВАНИЙ

3.1. Площадка для проведения соревнований

3.1.1. Площадка для соревнований представляет собой прямоугольник или квадрат установленных размеров для каждой спортивной дисциплины, имеющий ровную твёрдую поверхность (травяное или искусственное покрытие), свободную от каких-либо предметов.

3.1.2. Организаторы соревнований, исходя из местных условий и руководствуясь Положением о соревновании, определяют размеры площадки.

3.1.3. Игровая площадка размечается хорошо видимыми линиями. Ширина линий разметки – 5–8 см. Линии, расположенные по длинным сторонам площадки, называются боковыми линиями, линии вдоль коротких сторон – лицевыми.

3.1.4. Размеры измеряют по внутреннему краю линий, ограничивающих площадку.

3.1.5. Площадка должна быть окружена свободной зоной: за лицевой линией – не менее 4 м, за боковыми линиями – не менее 2 м. На лицевой линии с места начала выполнения упражнения и на месте, разделяющем участников, проводится контрольная линия.

3.2. Требования к оборудованию места проведения соревнований, спортивного и судейского инвентаря

Площадка для соревнований должна соответствовать следующим требованиям и оборудована необходимым для проведения соревнований инвентарём:

– судейский стол и 2 стула напротив контрольной линии – на расстоянии не менее 2 м от боковой линии;

– скамейки для участников соревнований и представителей команд;

– комната для работы главной судейской коллегии с необходимым техническим обеспечением;

– радиомикрофон (или мегафон) для судьи-информатора;

– 2 флага для судей на площадке красного и белого цветов, размер: длина древка – 40 см, полотнища – 20 х 30 см;

– спортивный инвентарь для проведения соревнований по спортивным дисциплинам, кроме инвентаря индивидуального пользования.

3.3. Изменения оборудования, размеров площадки

В зависимости от возраста участников, целей и задач соревнований, условий проведения могут быть изменены размеры площадок, длина дистанций, вес и размеры снарядов и оборудования. Все отступления от Правил должны быть указаны в регламентах соревнований и согласованы с организаторами соревнований и главным судьёй.

Раздел IV. СУДЕЙСКАЯ КОЛЛЕГИЯ

4.1. Судейская коллегия

4.1.1. Судейская коллегия назначается организацией, проводящей соревнования. В состав судейской коллегии входят: главный судья, главный секретарь, старшие судьи, секретари, судьи-информаторы, судьи-хронометристы. В состав судейской коллегии могут вноситься изменения в зависимости от спортивной дисциплины.

Судьи должны быть квалифицированными, в полном объёме знать Правила, объективными и беспристрастными.

Судьи в составе бригады должны быть одеты в спортивную форму или хакасский национальный костюм.

4.2. Судьи и их обязанности

4.2.1. Главный судья

4.2.1.1. Главный судья обязан:

– следить за проведением соревнований в соответствии с настоящими Правилами и положением о соревнованиях, его распоряжения обязательны для участников, судей и тренеров;

– проверить до начала соревнований спортивные площадки, инвентарь, их пригодность и соответствие настоящим Правилами и составить приёмный акт;

– выносить решения по заявлениям и протестам, поступившим от участников и тренеров команд;

– проводить заседания судейской коллегии перед началом соревнований и по их окончании для подведения итогов

и утверждения результатов, а также во время проведения соревнований в тех случаях, когда это требуется;

– после окончания соревнований сдать отчёт и протоколы за своей подписью и подписью главного секретаря в организацию, проводящую соревнование.

4.2.1.2. Главный судья имеет право:

– отменить соревнование, если к началу его проведения место соревнований, оборудование и инвентарь окажутся непригодными;

– прекратить дальнейшее проведение соревнований или устроить временный перерыв (неблагоприятная погода или какие-либо другие причины чрезвычайного характера);

– произвести изменения в программе и расписании соревнований, если в этом возникла крайняя необходимость;

– комплектовать судейские бригады по каждой спортивной дисциплине;

– отстранить от работы судей, совершивших грубые ошибки или не справляющихся с исполнением возложенных на них обязанностей;

– не допускать к соревнованиям участников, которые по своему возрасту, спортивной классификации и спортивной форме не отвечают требованиям Правил или положению о соревнованиях;

– снять с соревнований участников и тренеров, допустивших грубости или иные проступки, несовместимые с требованиями, предъявляемыми участникам соревнований.

Примечание: главный судья не имеет права отменять установленные положением условия проведения соревнований и изменять настоящие Правила.

4.2.2. Главный секретарь

Главный секретарь обязан:

– рассматривать документы команд на мандатной комиссии;

– проводить жеребьёвку и составлять расписание соревнований;

– подготавливать протоколы соревнований, раздавать их секретарям и вывешивать копии протоколов для ознакомления участникам и представителям;

– контролировать работу секретарей;

– производить обработку протоколов игр, вести счёт очков и выводить результаты командных соревнований;

– составлять общий технический отчёт по результатам соревнований;

– подтверждать своей подписью результаты, показанные спортсменами и занесённые в квалификационные книжки, или выдавать справки (по установленной форме) о показанных результатах;

– сдавать все материалы соревнований (технический отчёт, таблицы командных результатов, утверждённые главным судьёй, подлинники протоколов, заявки и др.) в организацию, проводившую соревнования.

4.2.3. Старший судья по спортивной дисциплине:

– принимает решение о пригодности игровой площадки к соревнованиям;

– руководит проведением соревнований, ему подчиняются все судьи бригады и участники соревнований;

– принимает решения по всем вопросам, возникшим в ходе соревнований;

– организует выход участников на площадку;

– проводит жребий между участниками соревнований для определения очерёдности выполнения упражнений;

– проверяет на соответствие Правилам форму спортсменов и инвентарь;

– даёт свисток на начало соревнований и их окончание;

– делает замечания, предупреждения или удаляет с площадки участников за допущенные нарушения, используя для этого жёлтую или красную карточки;

– принимает решение в спорных ситуациях;

– имеет право принимать решения по всем вопросам, не оговорённым настоящими Правилами.

4.2.4. Секретарь:

– ведёт протокол соревнований;

– по окончании соревнований оформляет протокол, обязывая подписать его тренерам, капитанам команд и старшему судье.

4.2.5. Судья-информатор:

– знакомит зрителей с основными положениями и Правилами, с участниками, командами, тренерами и судьями;

– информирует зрителей и участников о ходе соревнований с помощью радиовещания, демонстрационных щитов, табло и т. д., согласовывая свои действия со старшим судьёй и секретарём.

4.2.6. Судья-хронометрист:

– фиксирует время, показанное участниками соревнований, продолжительность соревнований.

4.2.7. Другие судьи по спортивным дисциплинам, включая стартёров, счётчиков кругов, судей на трассе и т. д. – по необходимости (см. Правила спортивных дисциплин).

Раздел V. ПРАВИЛА СПОРТИВНЫХ ДИСЦИПЛИН

5.1. «Ағаснаң тартызары» – перетягивание палкой

1. Площадка и её размеры

Площадка представляет собой прямоугольник размером 8 м в длину и 5 м в ширину. Посередине площадки перпендикулярно её боковой линии проводится контрольная линия. Слева и справа от контрольной линии располагается по 1 мату размером 1 х 2 м или резиновая дорожка размером 1 х 4 м с контрольной линией посередине.

2. Инвентарь

2.1. Доска – должна быть цельнодеревянной, длиной 2000 мм, высотой 250 мм, шириной 50 мм. По краям доска закреплена поперечно расположенной опорной доской трапециевидной формы размером: нижнее основание – 320 мм, верхнее основание – 220 мм, высотой 150 мм, шириной 50 мм. Посередине верхнего основания трапеции вырезано углубление шириной 50 мм, глубиной 50 мм.

Доска располагается параллельно контрольной линии.



2.2. Палка – должна быть цельнодеревянной, без дополнительной обмотки, длиной 600 мм, диаметром 20–40 мм.

3. Жеребьёвка

3.1. Жеребьёвка проводится для получения номера, начиная с первого и кончая последним, по числу участников. По специальной таблице в соответствии с системой проведения соревнований определяется, какие номера встречаются друг с другом.

3.2. Перед поединком проводится жеребьёвка для выбора хвата палки. Выигравший жеребьёвку выбирает хват. Дополнительная жеребьёвка проводится перед третьим поединком.

4. Хват

Хват – способ держания за палку. У обоих спортсменов должен быть *разный* хват – одна рука в хвате сверху, другая в хвате снизу. Вместе с тем у первого спортсмена обе кисти располагаются рядом (свободно) посередине палки, у второго спортсмена – снаружи кистей первого спортсмена по разным сторонам.

5. Исходное положение

Соперники садятся лицом друг к другу, ноги врозь, согнув колени с опорой стопами в доску, руки вперёд хватом за палку. Палка располагается над доской параллельно ей.



6. Правила

6.1. Соревнования проводятся из 3-х поединков.

6.2. По команде судьи спортсмены начинают тянуть палку к себе, стараясь перетянуть соперника на свою сторону площадки через доску.

6.3. Разрешается в процессе поединка передвижение ногами вдоль доски.

6.4. Запрещается:

– выкручивание рук более 90 градусов;

– опора палкой на доску.

7. Результат поединка

7.1. Победа в поединке присуждается спортсмену:

7.1.1. Перетянувшему соперника на свою сторону площадки через доску до полного пересечения контрольной линии.

7.1.2. Если соперник отпустил захват палки.

8. Победа в личной встрече



Победа в личной встрече присуждается спортсмену, выигравшему два поединка.

5.2. «Хурнаң тартызары» – перетягивание ремнём на шее

1. Площадка и её размеры

Площадка представляет собой прямоугольник размером 8 м в длину и 5 м в ширину. Посередине площадки перпендикулярно её боковой линии проводится контрольная линия. Слева и справа от контрольной линии располагается по 1 мату размером 1 х 2 м или резиновая дорожка размером 1 х 4 м с контрольной линией посередине. По обеим сторонам от контрольной линии на расстоянии 60 см проводятся стартовые линии.

2. Инвентарь

Лента с соединёнными концами из прочного материала окружностью 250–260 см, высотой 4–5 см.

3. Жеребьёвка

Жеребьёвка проводится для получения номера, начиная с первого и кончая последним, по числу участников.



По специальной таблице в соответствии с системой проведения соревнований определяется, какие номера встречаются друг с другом.

4. Исходное положение

Соперники находятся в упоре на коленях лицом друг к другу, откинув голову назад. Кисти рук ставятся перед стартовой линией. Лента надевается в натянутом положении на затылок обоих спортсменов. Спортсмены должны принять неподвижное стартовое положение.

5. Правила

5.1. Соревнования проводятся из 3-х поединков.

5.2. Поединок начинается по команде судьи «Внимание! Начали!» и заканчивается по команде «Стоп!».

5.3. По команде судьи каждый участник, отступая назад, должен перетянуть соперника за контрольную линию на свою сторону площадки.

6. Результат поединка

6.1. Победа в поединке присуждается спортсмену, перетянувшего соперника на свою сторону площадки до касания соперником любой частью кисти стартовой линии.

6.2. Поражение засчитывается спортсмену, с чьей головы снялась лента.

7. Победа в личной встрече

Победа в личной встрече присуждается спортсмену, выигравшему два поединка.

5.3. «Хол пазыс» – рукоборье на земле

1. Площадка и её размеры

Площадка представляет собой прямоугольник размером 8 м в длину и 5 м в ширину. Посередине площадки параллельно её боковой линии проводится контрольная линия. Соревнования проводятся на резиновой дорожке размером 1 х 4 м, с контрольной линией посередине, параллельно её боковой линии.

2. Допуск участников к соревнованиям

Руки участников должны быть чистыми, без признаков кожных заболеваний, ногти подстрижены. Ногтевая пластина не должна выходить за пределы пальца. Запрещается пользоваться любыми предохраняющими бинтами и повязками на запястьях и локтях, а также иметь любые кольца и перстни на пальцах. Во рту не должно быть жевательной резинки. Длинные волосы должны быть убраны, допускаются повязки.

3. Жеребьёвка

Жеребьёвка проводится для получения номера, начиная с первого и кончая последним, по числу участников. По специальной таблице в соответствии с системой проведения соревнований определяется, какие номера встречаются друг с другом.



4. Исходное положение

4.1. В исходном положении спортсмены, лёжа на животе, должны образовать захват над контрольной линией. Сначала спортсмены ставят локти на площадку, а уже потом берут захват. Локти устанавливаются на контрольную линию согнутыми в суставе, тыльная сторона кисти и предплечья составляет прямую линию. Плечи участников поединка должны быть параллельны лицевой линии.

4.2. Свободную руку спортсмен должен держать за спиной.

4.3. Не разрешается сильное давление на кисть соперника или её чрезмерное натяжение, т. е. действия, мешающие выставлению захвата.

4.4. Судья имеет право касаться рук спортсменов в ходе установления исходного положения, но при этом не должен применять силу.

5. «Захват»

Спортсмены раскрывают кисть, ладони соприкасаются, затем закрывают большие пальцы и другие пальцы. Когда соперники закроют полностью пальцы, закрывается «Захват».

6. Команды судьи при «Захвате»:

«Спортсмены, на исходное положение», «Поставить локти на площадку», «Раскрыть кисть», «Выровнять плечи», «Выровнять кисть», «Закрыть большие пальцы», «Закрыть захват», «Не двигаться».

7. Правила

7.1. Соревнования проводятся из одного поединка правой рукой. Финальные соревнования проводятся из 3-х поединков (определяется Положением).

7.2. Поединок начинается по команде судьи «Внимание! Начали!» и заканчивается по команде «Стоп!».

7.3. По команде судьи спортсмены должны прижать предплечье и кисть соперника тыльной стороной к площадке.

8. Порядок определения победителя

8.1. Победа присуждается спортсмену:

– при любом соприкосновении тыльной стороной кисти соперника площадки;

– если соперник получил второе предупреждение;

– если соперник получил травму.

8.2. Нарушения правил, за которые спортсмену объявляется замечание:

– невыполнение команд судьи;

– преждевременный старт (фальстарт);

– если один из участников становится причиной отсрочки захвата.

8.3. Два замечания приравниваются к предупреждению.

8.4. Предупреждение объявляется спортсмену за:

– отрыв локтя от площадки;

– перемещение локтя из исходного положения.

5.4. «Тас тастааны» – бросок камня на дальность

1. Площадка

Площадка представляет собой прямоугольник размером 20 м в длину и 10 м в ширину. На лицевой линии площадки проводится контрольная линия (планка). По обе стороны контрольной линии устанавливаются флажки красного цвета. Бросок камня производится в коридор, ограниченный лицевыми и боковыми линиями, шириной 10 м.

2. Инвентарь

Для проведения соревнований используются камни весом 8–10 кг. В случае, если во время разминки большинство участников выполняют броски камня более 12–15 м, вес камня может быть увеличен.

3. Жеребьёвка

Жеребьёвка проводится для определения очерёдности выступления спортсменов.

4. Исходное положение

Спортсмен стоит спиной к направлению метания, не касаясь стопой контрольной линии, руки вниз, держа камень двумя руками.

5. Правила

5.1. В соревнованиях спортсмену предоставляется три попытки. В финальных соревнованиях (в соответствии с Положением) предоставляются дополнительные три попытки.

5.2. Бросок камня производится с места, через себя. Спортсмен должен начать выполнение попытки из зафиксированной позиции.

5.3. Если в ходе выполнения броска правила не были нарушены, спортсмен может прервать уже начатую попытку, положить камень на площадку или уйти с площадки, а затем вернуться и снова начать попытку.



5.4. После броска спортсмен должен занять устойчивое положение и не уходить с места броска без команды старшего судьи «Есть» и поднятия белого флажка.

5.5. Нарушения при выполнении броска оцениваются старшим судьёй поднятием красного флажка и командой «Нет».

5.6. После выполнения попытки камень нужно принести обратно к контрольной линии, но нельзя бросать его обратно.

5.7. Бросок не засчитывается, если:

– спортсмен, после того как вошёл в сектор и начал выполнять попытку, касается любой частью тела контрольной линии или площадки за ней;

– неправильно выпускает камень;

– камень приземляется за пределами коридора;

– спортсмен выходит за пределы площадки до того, как камень коснулся земли.

6. Измерение результатов

6.1. Измерение каждого результата производится немедленно после выполнения броска.

6.2. Результат броска определяется путём измерения кратчайшего расстояния от колышка, отмечающего след падения камня на площадке, до ближайшего края контрольной линии.

6.3. Нулевая отметка рулетки должна находиться на площадке у колышка.



6.4. Результат определяется с точностью до 1 см с округлением в сторону уменьшения.

7. Определение победителя

7.1. Победителем соревнования является спортсмен, показавший лучший результат из всех попыток.

7.2. В случае одинакового результата у двух или нескольких участников соревнования места между ними распределяются по лучшему второму, третьему и т.д. результату из остальных попыток.

5.5. «Арғамҷы тастааны» – метание верёвки (аркана)

1. Площадка и её размеры

Площадка представляет собой прямоугольник размером 15 м в длину и 6 м в ширину. От лицевой линии площадки на расстоянии 3 м проводится контрольная линия. На расстоянии 7 м от контрольной линии проводится линия «кона». По обеим сторонам от контрольной линии через 1 м проводится первая дополнительная контрольная линия, ещё через 1 м – вторая дополнительная контрольная линия.

Посередине линии «кона» устанавливается макет головы лошади на шесте.

2. Инвентарь

2.1. «Арғамҷы» – верёвка (аркан) из различных материалов длиной 10–12 м (7–9 маховых саженей «хулас», варьируется в зависимости от длины рук), с петлёй на конце.



2.2. Каждый участник может пользоваться своим арканом. При отсутствии собственного аркана участник использует судейский аркан.

2.3. Макет головы лошади с шеей на шесте (далее – Макет). Высота шеста – 1,7–1,8 м, диаметр – 3–5 см.

2.4. Для закрепления шеста используется подставка – труба диаметром 5–7 см, высотой до 1 м, внизу тренога.

3. Жеребьёвка

Жеребьёвка проводится для определения очередности выполнения участниками метания аркана.

4. Исходное положение

Метание может производиться как с места, так и с разбега из-за контрольной линии. При метании с места участник становится лицом или боком по направлению метания, держит собранный аркан (петли) в одной руке, а свободный его конец – в другой.

Существуют разные варианты складывания аркана перед броском. Наиболее рациональным представляется следующий способ.

1. Сама петля, набрасываемая на шею животного, набирается в 2 кольца. Для этого петля зажимается пальцами левой руки, а правой рукой из петли вытягивается веревка начиная с другого конца. Такой способ позволяет набрать ровные кольца без дополнительных узлов и перехлестов.



2. Первое кольцо аркана набирается большим, в *диаметре* на расстояние разведенных в стороны рук (сажень, хулас)».

3. Первое кольцо фиксируется правой рукой, по ладони левой руки скользит веревка при наборе очередного кольца.

4. Второе кольцо набирают по

прямой линии на длину разведенных в стороны рук и по завершении набора в верхней части первого (большого) кольца окажется две веревки, а на нижней – одна. При складывании второе кольцо получится примерно в 2 раза меньше первого.

5. Затем правую руку с зажатыми кольцами подводим к левой руке и поворотом ладони вовнутрь (влево) складываем оба кольца вместе перехватывая их правой рукой. Левой рукой придерживаем петлю аркана.

6. Далее весь аркан набирается ровными кольцами в метающей (бросковой) руке по длине разведенных в стороны рук. Кольца аркана должны быть ровными во избежание спутывания во время броска. Конец веревки держат другой рукой.

7. Бросок выполняется плавно, но быстро, с поворотом туловища и упором на ногу, разноименную бросающей руке.



5. Правила

5.1. Метание аркана на Макет выполняется из трёх попыток с каждой дистанции.

5.2. На выполнение метания участник вызывается судьёй по команде «На старт!» и начинает метать по команде судьи «Можно!».

5.3. Каждому участнику для выполнения метания даётся 2 мин. Собирать аркан участник должен самостоятельно. При метании разрешается не более 1–2 предварительных замахов.

5.4. Результат метания аркана засчитывается, если участник без нарушения правил произвёл метание, шест оказался накрытым арканом (внутри петли) и другой конец аркана остался в руке.

5.5. Когда петля обхватывает Макет, надо затянуть петлю, потянув верёвку на себя, при этом петля не должна соскочить с заарканенного Макета.

5.6. Результат метания аркана не засчитывается, если:

– участник при броске наступил на контрольную линию или площадки за ней;

– выпустил из рук конец аркана;

– петля аркана упала мимо Макета;

– петля соскочила с заарканенного Макета.

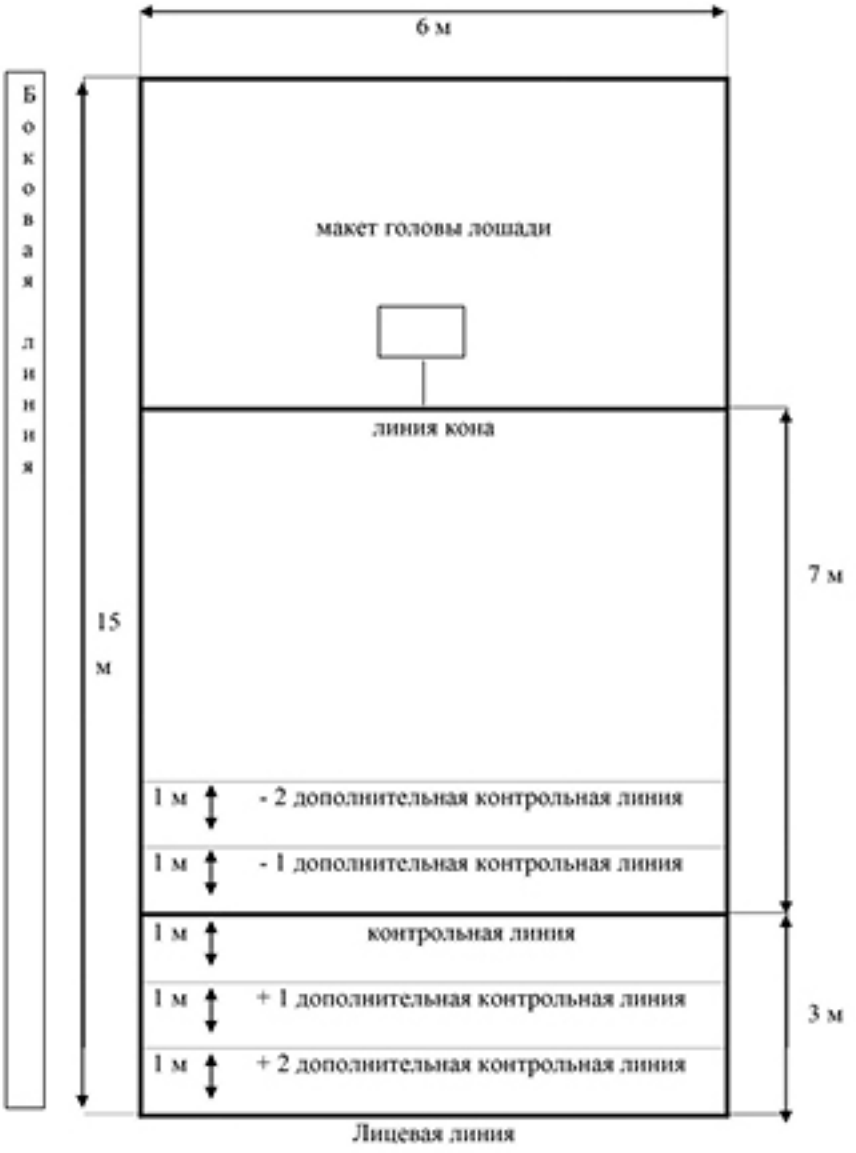
6. Определение результатов соревнований

6.1. Победителем соревнований признаётся спортсмен, попавший в цель с первой попытки. Второе место занимает спортсмен, попавший в цель со второй попытки. Третье место занимает спортсмен, попавший в цель с третьей попытки.

6.2. При попадании в цель с первой попытки вторая и третья попытки не выполняются. При попадании в цель со второй попытки третья попытка не выполняется.

6.3. Если несколько спортсменов попадают в цель с первой попытки, то для определения победителя и призёров им предоставляются дополнительные 3 попытки со следующей дистанции 8 м, с первой дополнительной контрольной линии.

Площадка для метания аркана



6.4. В случае, если с дистанции 8 м опять несколько спортсменов попадают в цель с первой попытки, то для определения победителя и призёров им предоставляются дополнительные 3 попытки со следующей дистанции 9 м, со второй дополнительной контрольной линии.

6.5. При необходимости соревнования продолжаются с дистанции 10 м.

6.6. Такая же система определения занятых мест применяется по отношению к спортсменам, попавшим в цель с контрольной линии (7 м) со второй попытки. Они занимают последующие места после спортсменов, попавших в цель с первой попытки.

6.7. Такая же система определения занятых мест применяется по отношению к спортсменам, попавшим в цель с контрольной линии (7 м) с третьей попытки. Они занимают последующие места после спортсменов, попавших в цель со второй попытки.

6.8. В случае, если ни один спортсмен не попал в цель с контрольной линии (7 м), то им предоставляются дополнительные 3 попытки с дистанции 6 м.

При необходимости соревнования продолжаются с дистанции 5 м.

6.9. Призовые места никому не присуждаются, если с дистанции 5 м ни один спортсмен не попадает в цель.

5.6. «Сырғайлығ чарыс» – бег с шестом с преодолением препятствий

Справка. **Сыргай** – **шест** скотоводы использовали для отбивки от стада или табуна нужных животных, с его помощью преодолевали изгороди, канавы. Охотники использовали шест как опору, когда переходили реки, перепрыгивали ручьи, валежины.



На фото: Охотник с шестом, Матвей Иванович Иридеков (1870–1985), житель аала Верх-Киндырла (Киндірліг) Бейского района. Охотился на волков до 90 лет. Во время Великой Отечественной войны в аале остались только женщины, старики и дети. Иридеков М. И. обеспечивал мясом диких животных весь аал. В связи с тем, что во время войны у него не было патронов, он преследовал зимой на лыжах по глубокому снегу лосей, оленей до тех пор, пока они не падали от усталости.

1. Инвентарь

«Сырғай» – шест (палка) длиной 1,5–1,7 м, диаметр – 2–3 см. Шест должен быть свой у каждого участника. Используется для преодоления естественных или искусственных препятствий. Хват за шест произвольный. Шестом можно отталкиваться как двумя, так и одной рукой.

2. Место проведения

«Сырғайлық чарыс» – бег с шестом с преодолением препятствий (далее – бег с шестом) проводится по пересечённой местности на открытой или лесистой местности с естественными препятствиями. Если нет таких условий, то устраиваются искусственные препятствия (брёвна вдоль и поперёк трассы, «болото» с кочками (из кирпичей, камней, деревянных брусков), полоса из автомобильных покрышек и т. д.).

Дистанция для бега с шестом должна включать в себя подъёмы и спуски.

3. Оформление трассы

3.1. Трасса должна быть построена в виде петли размером от 1000 м до 1500 м. Если необходимо, может быть добавлена маленькая петля, для того чтобы приспособить дистанцию к требуемым общим дистанциям различных соревнований, и в этом случае начальная стадия соревнований будут проходить по маленькой петле.

3.2. По возможности должны быть использованы существующие естественные препятствия. Однако нужно избегать очень тяжёлых препятствий, таких как глубокие овраги, канавы, опасные подъёмы и спуски, густая растительность и вообще любых препятствий, которые создают сложности, не предусмотренные целью соревнований.

3.3. Искусственные препятствия должны быть сделаны как естественные препятствия, встречающиеся на открытом пространстве.

3.4. Дистанция кросса должна размечаться цветными флажками, лентами, кусками цветной бумаги. На дистанции устанавливаются указатели оставшегося расстояния до финиша: 300, 150 м.

3.5. Контрольные пункты на дистанции устанавливаются:

– в местах, где участники могут сбиться с пути или сократить дистанцию;

– на сложных участках дистанции и в местах, оборудованных искусственными препятствиями, для наблюдения за выполнением Правил соревнований участниками, поддержанием порядка, исправностью оборудования.

3.6. Места старта и финиша должны располагаться на одном уровне не далее 100 м друг от друга. Длина стартовой и финишной прямых должна быть не менее 50 м.

3.7. Старт и финиш оборудуются:

– плакатами или пирамидами с надписями «Старт» и «Финиш»;

– коридорами с ограждениями по обе стороны из верёвок с флажками и гирляндами длиной не менее 20 м от линии старта и линии финиша;

– предстартовой трёхметровой зоной.

3.8. В районе старта должны быть вывешены схема и профиль дистанции.

3.9. На соревнованиях осмотр дистанции проводится всеми участниками одновременно.

3.10. Время осмотра дистанции устанавливает старший судья по бегу с шестом. Время должно быть таким, чтобы

обеспечить окончание осмотра не позднее чем за 20 мин. до первого старта.

4. Судейская бригада

Судейской бригадой руководит старший судья по кроссу. В состав судейской бригады входят:

– старший судья по бегу с шестом;

– старший судья на старте, судья-стартёр, судья на старте;

– старший судья на финише, 2 судьи на финише;

– старший судья-хронометрист, судьи-хронометристы;

– судьи-контролёры (количество в зависимости от сложности трассы);

– судья-секретарь;

– судья-информатор.

5. Спортивная форма участников



5.1. Костюм участника должен состоять из майки, спортивных трусов и спортивной обуви (кеды, кроссовки, шиповки). По решению судейской коллегии в зависимости от погоды разрешается изменять форму одежды.

5.2. Каждый участник должен иметь личный номер (с чёткими цифрами высотой не менее 200 мм), который аккуратно прикрепляется к майке на груди и на спине.

6. Старт

6.1. По решению судейской коллегии участники могут стартовать с раздельного старта с интервалом 30 сек. или 1 мин.

6.2. По команде судьи-стартёра «На старт!» участник занимает место на старте, не касаясь руками или ногами стартовой линии или дорожки за ней, и прекращает всякое движение. После принятия неподвижного стартового положения участником судья даёт сигнал к началу бега «Марш!» (выстрел, свисток или голосом).

6.3. Если участник возьмёт старт преждевременно (фальстарт), то участник возвращается и стартовая процедура повторяется. Участнику, допустившему фальстарт, выносится предупреждение.

7. Прохождение дистанции



7.1. Во время бега каждый участник должен двигаться так, чтобы не мешать другим участникам. Обходить соперника нужно только справа от него, за исключением случаев, когда участник бежит по центру или по правой стороне дорожки, предоставив для обгона свободную зону слева от себя.

7.2. Участник, обгоняющий идущего впереди, не должен толкать его, наваливаться на него туловищем или пересекать ему путь (т.е. занимать место перед

ним, не обогнав его на расстояние, исключающее помеху). Обгоняемый участник не должен толкать обгоняющего или каким-либо путём задерживать его продвижение.

7.3. Если нарушение правил п. 7.2 повлияло на результат пострадавшего участника, то ему, по согласованию, предоставляется другая попытка. В этом случае засчитывается лучший результат.

8. Снятие участника с соревнований

Участник снимается с соревнований за:

– второй фальстарт;

– прохождение любого отрезка дистанции, ведущего к его сокращению;

– непрохождение оборудованного на дистанции естественного или искусственного препятствия;

– потерю участником шеста;

– нарушение пункта 7.2;

– лидирование участника по дистанции лицом, не принимающим участие в забеге (лидирование – сопровождение участника впереди или сбоку).

9. Финиш

9.1. Участник забега считается финишировавшим, когда он полностью пересекает линию финиша.

9.2. Если участник после касания какой-либо частью тела плоскости финиша упадёт на линию, то время и порядок прихода сохраняются, если он затем самостоятельно пересечёт линию финиша.

10. Определение результатов

Результат каждого участника определяется по времени прохождения дистанции от подачи команды «Марш!» до момента пересечения линии финиша.

5.7. «Хазых» – игра в кости

Определение

«Хазых» – таранная кость коленного сустава овец.

1. Площадка и её размеры

Игра проводится на полу или на любой ровной поверхности.

Площадка представляет собой квадрат размером 1,5 х 1,5 м. Для проведения соревнований на открытой площадке могут быть использованы переносные щиты.

2. Инвентарь

2.1. Хазыхи в количестве от 15 до 31 штуки. Количество хазыхов должно быть нечётным.

2.2. Хазыхи могут принять на площадке четыре положения: алчы, нюке, сына, таха:

1 – левым ребром (боком) с вогнутой внутрь (с ямкой) поверхностью – *сына (Фото 1а);*

2 – правым ребром (боком) с ровной поверхностью – *таха (Фото 1б);*

3 – основанием вниз с вогнутой внутрь (с ямкой) поверхностью – *нюке (Фото 1в);*

4 – основанием вниз с выпуклой поверхностью – *алчы (Фото 1г).*

2.3. «Хазых-битка» – хазых, которым производится щелчок пальцами.

2.4. «Хазых-мишень» – другие хазыхи на площадке, находящиеся в одинаковом положении с «хазых-биткой».

3. Жеребьёвка

3.1. Жеребьёвка проводится для получения номера, начиная с первого и кончая последним, по числу участников. По специальной таблице в соответствии с системой проведения соревнований определяется, какие номера встречаются друг с другом.

3.2. Непосредственно перед поединком в парах проводится дополнительная жеребьёвка с целью определения права на рассыпание хазыхов.

Процедура жеребьёвки:

1) участники должны заранее предсказать, в какое положение упадёт хазых:

– основанием с вогнутой внутрь (с ямкой) поверхностью;

– основанием с выпуклой поверхностью.

2) судья подбрасывает хазых вверх над площадкой и ждёт, когда хазых упадёт на площадку и примет неподвижное положение;

3) участник, угадавший положение хазыха, получает право на рассыпание.

4. Исходное положение.

Участники сидят на полу в свободной позе неподвижно на противоположных сторонах игровой площадки за её пределами, друг против друга. Во время игры они не могут перемещаться на другое место.

5. Правила

5.1. Рассыпание.

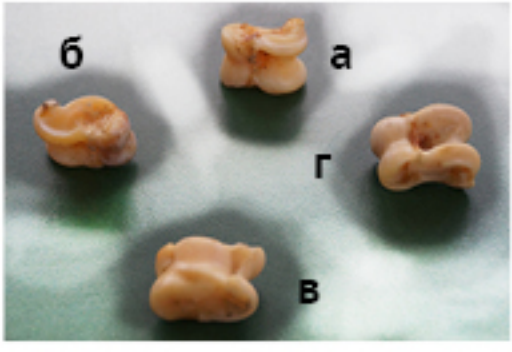


Фото 1



Чухес

5.1.1. Участник, выигравший жеребьёвку, начинает игру с рассыпания хазыхов.

5.1.2. Процедура рассыпания – игрок берёт двумя ладонями все хазыхи, поднимает ладони над площадкой и рассыпает хазыхи на площадку любым способом.

5.2. Игру начинает участник, проводивший рассыпание. Игрок определяет расположение хазыхов на площадке и оценивает их положение. После этого он щелчком пальцев посылает хазых-битку так, чтобы она задела хазых-мишень, имеющую такое же положение, например, нюке к нюке и т. д.

Щелчок выполняется из неподвижного положения.

5.3. При попадании в цель игрок забирает любой из 2-х хазыхов (хазых-битку или хазых-мишень). Он же продолжает игру, если на площадке остаются одинаково лежащие хазыхи.

5.4. Если между одинаково лежащими хазыхами находятся другие, то щелчок выполняется с тыльной



поверхности кисти (кулака), на которую ставят хазых-битку в том же положении, что и хазых-мишень. Кисть при этом находится на том же месте, где до этого лежала хазых-битка. Кисть можно поднимать над поверхностью площадки.

5.5. Если в ходе игры кость изменила положение, например, с сына на алчы, игра продолжается с последнего положения кости.

5.6. В игре не участвуют хазыхи:

– лежащие друг на друге (чюкес);

– два и более хазыхов касаются друг друга.

6. Переход игры

6.1. Игра переходит к следующему игроку, если:

а) совершён промах;

б) при щелчке любым из хазыхов задета третья кость;

в) игрок, забирая выигранный хазых, задевает другую кость. В данном случае хазых ставится на площадку;

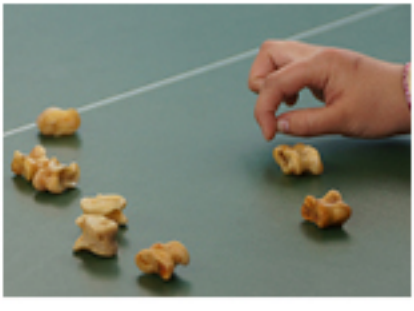
г) не осталось одинаково лежащих хазыхов;

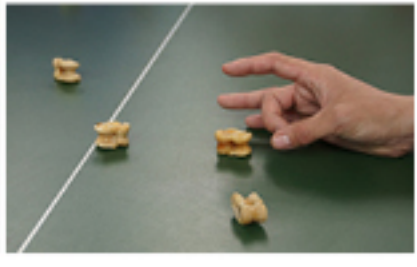
д) при щелчке игрок не попал пальцами в хазых-битку.

6.2. Каждый участник, начиная игру, делает новое рассыпание из оставшихся на площадке хазыхов.

7. Пыласпах-захват

Пыласпах-захват проводится:





7.1. Если в конце игры после рассыпания все оставшиеся на площадке хазыхи (3 и более) приняли одинаковое положение. При этом каждый игрок старается схватить эти кости раньше соперника.

7.2. В случае, если соперник проводит неправильный захват (не все хазыхи находятся в одинаковом положении), ему объявляется предупреждение. Игрок, проводивший рассыпание, повторяет рассыпание.

7.3. После второго предупреждения нарушитель отдаёт ранее выигранную кость сопернику.

7.4. После третьего предупреждения нарушителю объявляется поражение.

7.5. Если неправильный захват проводит игрок, проводивший рассыпание, то игра переходит к сопернику.

8. Определение победителя поединка

Побеждает в поединке игрок, забравший более половины хазыхов.



п. 5.4. Правил

5.8. «Пакпа» – игра в бабки

1. Площадка и её размеры

1.1. Площадка

Площадка представляет собой прямоугольник размером 10 м в длину и 4 м в ширину. На лицевой линии площадки проводится контрольная линия (меет), на противоположной стороне, на расстоянии 5–8 м, – линия «кона». Расстояние между контрольной линией и линией кона определяется Положением.

Перед линией кона проводится штрафная линия.

1.2. Штрафная линия – линия, расположенная параллельно линии кона на расстоянии 20 см от неё и соединяющая две боковые линии.

2. Инвентарь

«**Пакпа**» (бабка) – таранная кость надкопытного сустава коров, выстраиваемая на линии кона.

«**Сачох**» (битка) – таранная кость коленного сустава коров, которой выполняются броски по бабкам.

Для игры используются 10–15 пакп-бабок, 5 сачох-биток.

Каждый игрок может использовать свою сачох-битку.

3. Жеребьёвка

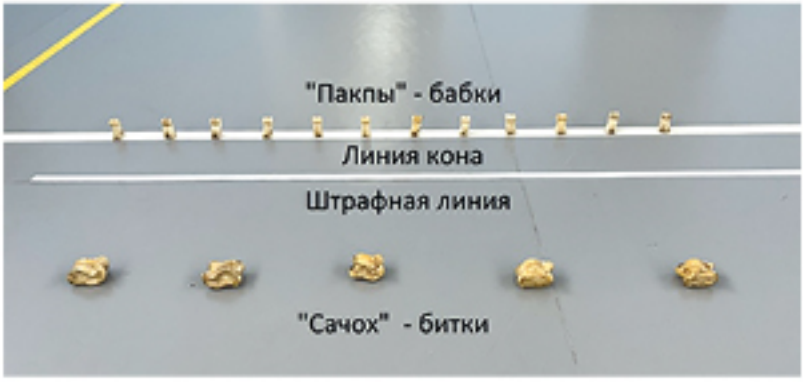
Жеребьёвка проводится для определения очерёдности выполнения участниками бросков сачох-биткой.

4. Исходное положение.

На линии кона выстраиваются в один ряд вертикально 10–15 пакп. Расстояние между пакпами – 10–12 см («чарым харыс» (половина пяди) – расстояние между концами разведённых до упора большим пальцем и согнутым в суставе указательным пальцем или ширина кисти взрослого человека).

Участники располагаются за контрольной линией.

5. Правила



5.1. Игра

Игра – выполнение участниками с контрольной линии последовательно 5 бросков сачохом-биткой с целью сбить пакпу-бабку. После выполнения бросков первым участником другие участники выполняют броски поочерёдно в соответствии с жеребьёвкой. Игра состоит из 3-х серий. После первой серии проводится вторая серия, затем третья.

5.2. Выбитая и невыбитая пакпа

5.2.1. Пакпа считается выбитой, если игрок собьёт (повалит) своим сачохом-биткой пакпу на кону.

5.2.2. Если сачох-битка сбивает несколько пакп, то все они считаются выбитыми.

5.2.3. Если пакпы в результате сотрясения площадки или из-за ветра сдвинутся с места раньше, чем их коснётся сачох или пролетит мимо, то пакпы устанавливают в прежнем положении и бросок выполняется повторно.

5.2.4. Если пакпы сдвинутся после того, как сачох пройдёт, не задев их, то положение пакп восстанавливают, но попытку не возвращают.

5.3. Промах:

– нерезультативный бросок, при котором не задета ни одна пакпа;

– пакпа на кону задета сачохом-биткой, но не упала;

– сачох-битка коснулась площадки перед штрафной линией и затем задела пакпу;

– игрок в период от начала замаха до достижения устойчивого равновесия после выполнения броска наступил на контрольную линию (меет) или коснулся любой частью тела поверхности площадки за контрольной линией.

6. Определение результатов соревнований

6.1. В соревнованиях места участников определяются по наибольшему количеству выбитых пакп-бабок.

6.2. При равном количестве выбитых пакп-бабок у нескольких участников назначается дополнительная серия.

6.3. При равенстве выбитых папк после дополнительной серии игра продолжается до первого выбивания пакпы. Участник, выбивший первым пакпу, получает более высокое место.



ГЛАВА III. СИСТЕМЫ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

1. СИСТЕМЫ ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Для проведения личных и командных соревнований используются следующие системы проведения соревнований:

1) круговая;

2) олимпийская (олимпийская усовершенствованная);

3) смешанная.

Круговая система – турнир, в котором для определения всех мест, занятых каждым участником (игроком, командой), проводятся матчи между всеми участниками, участвующими в турнире. Места, занятые участниками, определяются по количеству набранных очков. За победу в матче, ничью, поражение участнику начисляются очки в соответствии с Положением. Победителем соревнований считается участник, набравший наибольшее количество очков. При равенстве очков у двух участников преимущество получает победитель матча между ними. При равенстве очков у трёх или более участников преимущество получает участник по следующим последовательно применяемым показателям: 1) по количеству набранных очков; 2) по лучшей разности выигранных и проигранных поединков в матчах между этими участниками. При равенстве показателей между этими участниками учитываются показатели во всех матчах.

Олимпийская система – турнир на выбывание, где при первом же поражении участник (игрок, команда) заканчивает участие в турнире, а победителем становится участник, победивший во всех своих матчах.

Олимпийская усовершенствованная система – турнир с розыгрышем всех мест, в котором после поражения в основном

турнире, а также после каждого следующего поражения участник (игрок, команда) не выбывает из турнира, а только лишь из борьбы за определённое, более высокое место. В результате победителем, как и в турнире, проводимом по олимпийской системе, оказывается участник, не проигравший ни одного матча, а последнее место занимает участник, не одержавший ни одной победы. Все остальные места участников распределяются в зависимости от последовательности побед и поражений каждого участника.

Смешанная система – турнир с комбинацией систем, например, круговой и олимпийской (олимпийской усовершенствованной) систем либо круговой системы и стыковых матчей и т. п. Круговая система, как правило, применяется на предварительном этапе турнира, где участники (игроки, команды) играют в группах. На втором (финальном) этапе в зависимости от количества групп на предварительном этапе может применяться олимпийская, усовершенствованная олимпийская или круговая система, а также стыковые матчи между участниками, занявшими одинаковые места в группах (если групп две). На финальном этапе итоговые места в турнире разыгрывают участники, занявшие одинаковые места в группах на предварительном этапе, если иное не предусмотрено положением о соревнованиях.

Круговая система. При проведении соревнований по круговому способу каждая команда (участник) встречается поочерёдно один или несколько раз со всеми остальными командами, участвующими в данном соревновании, и по результатам всех проведённых встреч по большему количеству очков определяются места, занятые участниками. При этом способе элемент случайности почти полностью исключён и побеждает, как правило, сильнейший. Но у кругового способа есть недостаток: при большом количестве команд требуется много времени для проведения соревнований и нередко приходится команды делить на подгруппы по жребию, а это уже вносит элемент случайности в определение лучших команд.

При круговом способе каждая команда получает по жребию номер, начиная с первого и кончая последним, по числу участвующих команд. По специальной, приведённой ниже таблице определяют, какие номера встречаются друг с другом в каждом туре соревнований.

ТАБЛИЦА МАТЧЕЙ ПО ТУРАМ

ТУРЫ								
1	2	3	4	5	6	7	8	9
Для 3–4 участников								
1-(4)	(4)-3	2-(4)	–	–	–	–	–	–
2-3	1-2	3-1	–	–	–	–	–	–
Для 5–6 участников								
1-(6)	(6)-4	2-(6)	(6)-5	3-(6)	–	–	–	–
2-5	5-3	3-1	1-4	4-2	–	–	–	–
3-4	1-2	4-5	2-3	5-1	–	–	–	–
Для 7–8 участников								
1-(8)	(8)-5	2-(8)	(8)-6	3-(8)	(8)-7	4-(8)	–	–
2-7	6-4	3-1	7-5	4-2	1-6	5-3	–	–
3-6	7-3	4-7	1-4	5-1	2-5	6-2	–	–
4-5	1-2	5-6	2-3	6-7	3-4	7-1	–	–
Для 9–10 участников								
1-(10)	(10)-6	2-(10)	(10)-7	3-(10)	(10)-8	4-(10)	(10)-9	5-(10)
2-9	7-5	3-1	8-6	4-2	9-7	5-3	1-8	6-4
3-8	8-4	4-9	9-5	5-1	1-6	6-2	2-7	7-3
4-7	9-3	5-8	1-4	6-9	2-5	7-1	3-6	8-2
5-6	1-2	6-7	2-3	7-8	3-4	8-9	4-5	9-1

Примечание: при чётном числе участников в таблице учитываются номера, стоящие в скобках. При нечётном числе номер, расположенный на одной строке против номера, стоящего в скобках, в соответствующем туре свободен от матча.

Общее количество матчей (командных матчей) в турнире, проводимом по круговой системе, равно

$$\frac{n(n-1)}{2},$$

где n – число участников, участвующих в турнире.

Матчи по круговой системе в зависимости от числа участников могут проводиться как в одной, так и в нескольких группах. Если групп несколько, то они формируются жеребьёвкой.

Результаты встреч между командами вписывают в таблицу игр. Таблицу составляют так. Каждая команда и в горизонтальной строчке, и в вертикальной колонке имеет свой порядковый номер. Пересечения вертикальных и горизонтальных линий делят таблицу на квадраты, в которые записывают результаты встреч между командами. Заштрихованный квадрат получается при пересечении вертикальной и горизонтальной строк своей команды (1 и 2, 2 и т. д., т. е. команда сама с собой играть не может); в горизонтальной строке отражается весь ход соревнований одной команды, в вертикальном столбике вверх и вниз от заштрихованного квадрата отражается результат игр соперников, с которыми встречалась команда.

ПРИМЕР ТАБЛИЦЫ НА 5 КОМАНД

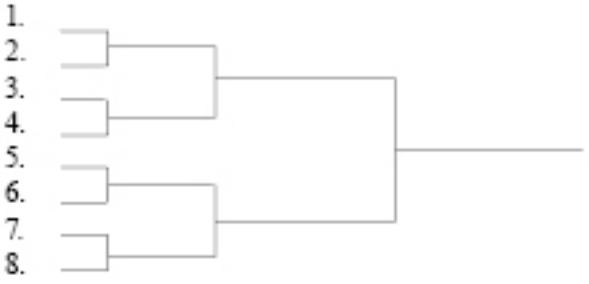
№ п/п	Команды	1	2	3	4	5	Очки	Место
1	V «А» класс		2 4:1	2 3:1	2 2:1	2 2:0	8	1
2	V «Б» класс	0 1:4		1 2:2	2 3:0	2 2:0	5	2
3	V «В» класс	0 1:3	1 2:2		1 1:1	2 1:0	4	3
4	V «Г» класс	0 1:2	0 0:3	1 1:1		2 2:1	3	4
5	V «Д» класс	0 0:2	0 0:2	0 0:1	0 1:2		0	5

Олимпийская система позволяет проводить соревнования многих команд и участников в короткие сроки. Недостатком этого способа является большой элемент случайности, т. к. уже в первом круге жребий может свести две сильнейшие команды и одной из них придётся сразу выбыть из дальнейших соревнований.

При проведении соревнований по способу с выбыванием расписание и таблицу игр составляют так. По жеребьёвке определяется порядковый номер каждой команды. Если число команд равно степени числа 2 (4, 8, 16, 32 и т. д.), то команды располагаются в таблице сверху вниз в порядке, определённом жребием. Первый номер играет со вторым, третий с четвёртым и т. д. В игру сразу вступают все команды в первом круге.

Победители первого круга играют между собой также попарно сверху вниз и т. д. Две оставшиеся команды встречаются между собой в финале, и команда, выигравшая встречу в финальном круге, является победительницей соревнований.

Для примера приведём таблицу игр на 8 команд:

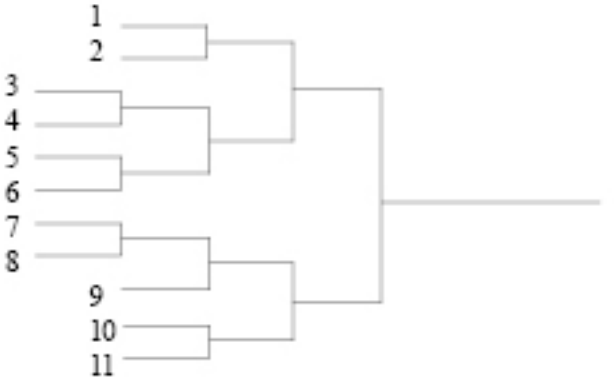


Если число участвующих команд не представляет степени числа 2, то часть команд или игроков, в зависимости от полученных ими по жеребьёвке номеров, вступают в игру со второго круга, причём разное количество команд в верхней и нижней половине таблицы. Это можно определить по специальной таблице.

ТАБЛИЦА
для составления расписания игр по олимпийской системе

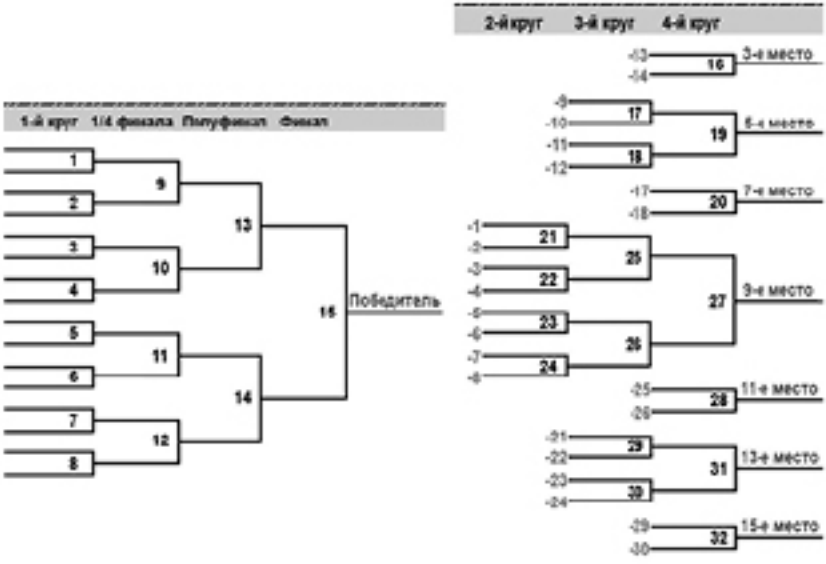
Общее число участвующих команд	Число команд, играющих в первом круге	Число команд, выступающих со второго круга		
		всего	сверху	снизу
4	4	–	–	–
5	2	3	1	2
6	4	2	1	1
7	6	1	–	1
8	8	–	–	–
9	2	7	3	4
10	4	6	3	3
11	6	5	2	3
12	8	4	2	2
13	10	3	1	2
14	12	2	1	1
15	14	1	–	1
16	16	–	–	–
17	2	15	7	8
18	4	14	7	7
19	6	13	6	7
20	8	12	6	6
21	10	11	5	6
22	12	10	5	5
23	14	9	4	5
24	16	8	4	4

Приведём таблицу игр на 11 команд:



Усовершенствованная олимпийская система

Турнир делится на несколько турнирных сеток – основную (сетка для победителей) и дополнительные (сетки для проигравших), которые называют «утешительными сетками». Все участники начинают турнир в основной сетке. Принцип составления основной сетки такой же, как и при олимпийской системе. В дополнительные сетки фамилии участников попадают из основной после первого же поражения игрока в зависимости от того, в каком круге он проиграл. В каждом круге, начиная со второго, встречаются участники, имеющие одинаковые последовательности побед и поражений в предыдущих кругах соревнования. В качестве примера приведена основная и дополнительные сетки на 16 участников.



Пояснение. В сетке каждой паре в 1-м круге и в последующих кругах присвоен свой номер (нумерация условная и в применяемых на соревновании сетках отсутствует). Игроку, проигравшему матч в паре, присваивается номер, соответствующий этой паре со знаком «-» и обозначенный красным цветом. Из проигравших участников формируется утешительная сетка, соответствующая определённому разыгрываемому месту. По аналогии с сеткой на 16 участников несложно сформировать турнирные сетки и для 24, 32, 64 участников.

ТАБЛИЦА ДЛЯ 5 КОМАНД

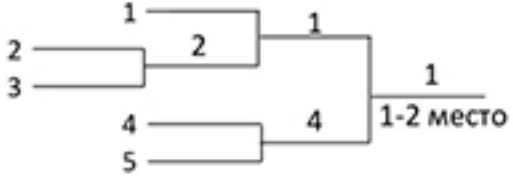
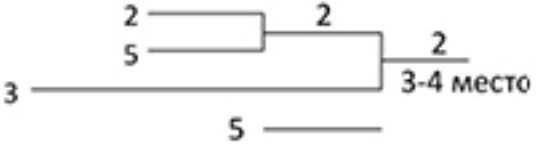
	Команды	1 круг	2 круг	3 круг	4 круг	Места	Команды
Основная сетка						1 место 2 место 3 место 4 место 5 место	1 команда 4 команда 2 команда 3 команда 5 команда
Дополнительная сетка (для проигравших)							

ТАБЛИЦА ДЛЯ 6 КОМАНД

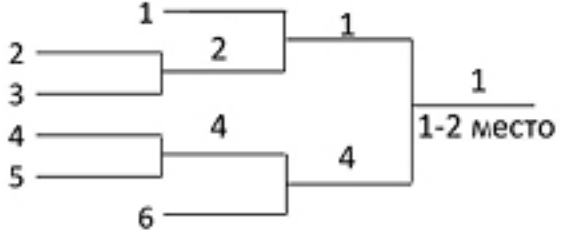
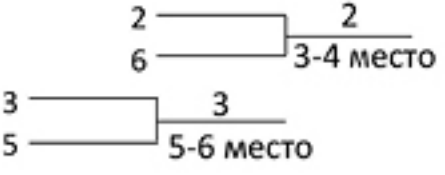
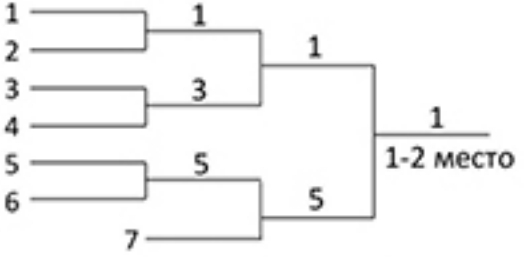
	Команды	1 круг	2 круг	3 круг	4 круг	Места	Команды
Основная сетка						1 место	1 команда
						2 место	4 команда
						3 место	2 команда
						4 место	6 команда
						5 место	3 команда
						6 место	5 команда
Дополнительная сетка (для проигравших)							

ТАБЛИЦА ДЛЯ 7 КОМАНД

	Команды	1 круг	2 круг	3 круг	4 круг	Места	Команды
Основная сетка						1 место	1 команда
						2 место	5 команда
						3 место	3 команда
						4 место	7 команда
						5 место	2 команда
						6 место	6 команда
						7 место	4 команда
Дополнительная сетка (для проигравших)							



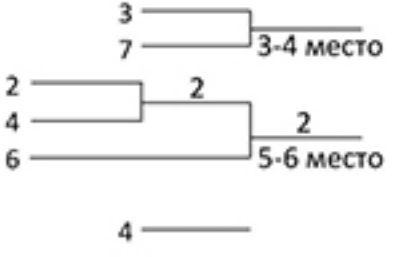


ТАБЛИЦА ДЛЯ 8 КОМАНД

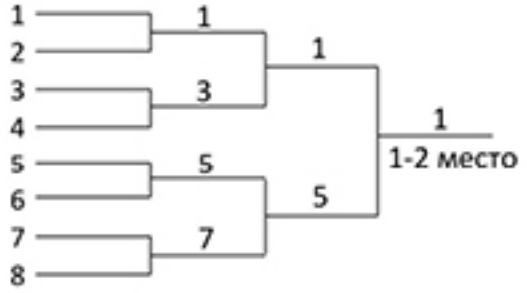
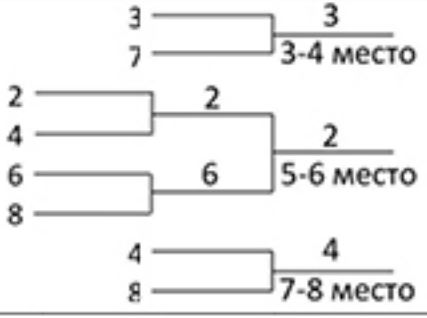
	Команды	1 круг	2 круг	3 круг	4 круг	Места	Команды
Основная сетка						1 место	1 команда
						2 место	5 команда
						3 место	3 команда
						4 место	7 команда
						5 место	2 команда
						6 место	6 команда
						7 место	4 команда
						8 место	8 команда
Дополнительная сетка (для проигравших)							

ТАБЛИЦА ДЛЯ 9 КОМАНД

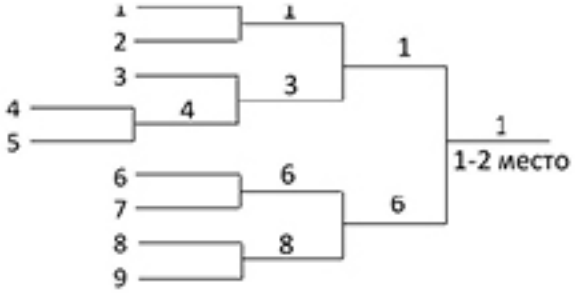
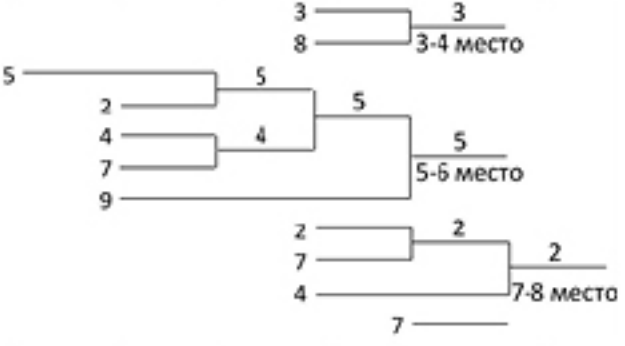
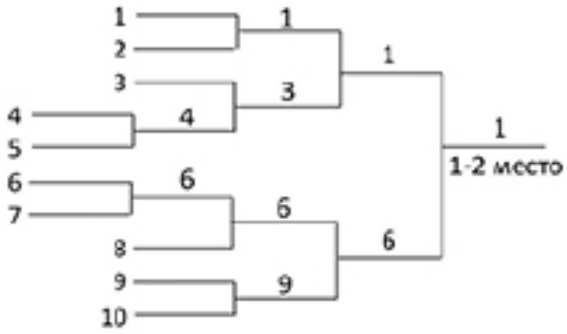
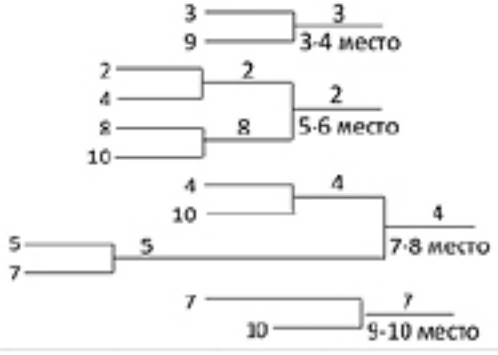
	Команды	1 круг	2 круг	3 круг	4 круг	5 круг	Места	Команды
Основная сетка							1 место	1 команда
							2 место	6 команда
							3 место	3 команда
							4 место	8 команда
							5 место	5 команда
							6 место	9 команда
							7 место	2 команда
							8 место	4 команда
							9 место	7 команда
Дополнительная сетка (для проигравших)								

ТАБЛИЦА ДЛЯ 10 КОМАНД

	Команды	1 круг	2 круг	3 круг	4 круг	5 круг	Места	Команды
Основная сетка							1 место	1 команда
							2 место	6 команда
							3 место	3 команда
							4 место	9 команда
							5 место	2 команда
							6 место	8 команда
							7 место	4 команда
							8 место	5 команда
							9 место	7 команда
							10 место	10 команда
Дополнительная сетка (для проигравших)								

Литература

1. *Кыпанакова О. Н.* Хакасские народные игры. – Абакан, 1993.
2. *Кустова Ю. Г.* Традиционные детские спортивные игры хакасов: сборник. Народная педагогика, воспитание подростков, детей, молодёжи. – Екатеринбург, 1993.
3. *Бутанаев В. Я., Верник А. А.* Детские игры и спортивные состязания народов Хакасии. – Абакан, 1995.
4. *Кильчичаков А. Г., Челтыгмашев А. И.* и др. Хакасские народные игры и состязания: пособие для учителя. – Абакан, 1996.
5. *Кустова Ю. Г.* Ребёнок и детство в традиционной культуре хакасов. – С.-Пб, 2000.
6. *Сагалаков Н. У.* Национально-региональный компонент физического воспитания учащихся: учебно-методическое пособие для учителя. – Абакан, 2007.
7. *Сагалаков Н. У., Кильчичаков А. Г.* Хакасские народные игры и состязания. – Абакан, 2007.
8. *Сагалаков Н. У., Ерёмин Л. В.* Хакасский детский праздник Тун пайрам: пособие для учителя. – Абакан, 2011.
9. *Кильчичаков А. Г., Сагалаков Н. У.* Хакас чонының арға-мӧрій ойынныры. Хакасские народные игры и состязания. – Абакан, 2015.
10. *Физическая культуры. Образовательный модуль «Хакасские национальные виды спорта».* Реализация требований ФГОС начального общего, основного общего, среднего общего образвоания: методическое пособие для учителя. – Абакан: Хакасское книжное издательство имени В.М. Торосва, 2023. – С. 192.
11. Интернет-ресурсы.

СОДЕРЖАНИЕ

От составителя 3

Глава I. Национальные виды спорта Республики Хакасия

Хакасская национальная борьба «Курес» 13

Правила хакасского национального вида спорта «Тобит» 30

Правила хакасского национального вида спорта «Тас хапханы» (поднятие камня) 42

Стрельба из хакасского национального лука «Охчаадан атыс» 49

Хакасский национальный вид спорта «Конные скачки» (Аттар чарызы) 55

Глава II. Правила хакасских состязаний

Раздел I. Общие положения 61

Раздел II. Участники соревнований 64

Раздел III. Оборудование места для соревнований 67

Раздел IV. Судейская коллегия 69

Раздел V. Правила спортивных дисциплин

5.1. «Ағаснаң тартызары» – перетягивание палкой 73

5.2. «Хурнаң тартызары» – перетягивание ремнём на шее 76

5.3. «Хол пазыс» – рукоборье на земле 78

5.4. «Тас тастааны» – бросок камня на дальность 80

5.5. «Арғамчы тастааны» – метание верёвки (аркана) ... 83

5.6. «Сырғайлығ чарыс» – бег с шестом с преодолением препятствий 89

5.7. «Хазых» – игра в кости 95

5.8. «Пакпа» – игра в бабки 100

Глава III. Системы проведения соревнований 103

Автор-составитель:
Сагалаков Николай Устинович

НАЦИОНАЛЬНЫЕ ВИДЫ СПОРТА
Республики Хакасия

Редактор *Е. В. Чезыбаев*
Технический редактор *О. П. Субракова*
Компьютерная вёрстка *С. И. Тюкпиековой*
Дизайн обложки: *В. Г. Кимтеев*

Подписано в печать 25.05.2026. Формат 60x84 1/16.
Усл. печ. л. 7,5. Тираж 100 экз. Заказ № 382.

ГБУ РХ «Хакасское книжное издательство имени В. М. Торосова».
655017, г. Абакан, ул. Щетинкина, 75-18н.

Отпечатано в типографии
ГБУ РХ «Хакасское книжное издательство имени В. М. Торосова».
655017, г. Абакан, ул. Советская, 173.