



ЗАТВЕРДЖЕНО

**Спортивним комітетом ВГО
«Українська федерація карате»
(Протокол №26 від 03.12.2016)**

**Суддівським комітетом ВГО
«Українська федерація карате»
(Протокол №13 від 03.12.2016)**

Правила фантом 2.0.

«Фантом» - стаціонарний манекен, з м'якою поверхнею (окремо для верхньої та нижньої частини тіла), з обтяженою основою без жорсткого кріплення. Циліндри у конструкції манекену можна пересувати вертикально для розташування на необхідну висоту.



Вага фантома – 15-20 кг.

Висота фантома – 1500 мм.

Верхня частина (циліндр): висота – 350 мм, діаметр – 240 мм.

Нижня частина (циліндр): висота – 500 мм, діаметр – 350 мм.

Підставка (основа): діаметр – 350 мм

Вертикальне кріплення (пластикова труба): діаметр – 100 м.

Організація поєдинків, екіпіровка спортсменів та форма одягу суддів – у відповідності до правил змагань з карате WKF.

- **Обов'язково – карате-гі, рукавички на руки. Колір рукавичок та поясу у відповідності з позицією спортсмена (АКА або АО).**
- **По бажанню – протектори на гомілку та стопу, капа.**
- **Склад суддівської бригади на майданчику - п'ять чоловік. Чотири бокових судді на кутах татамі та рефері у центрі. Під час поєдинку рефері знаходиться ближче до межі татамі.**
-
- **Тривалість поєдинку 45 сек. Після 30 сек. подається звуковий сигнал (Атосі Бараку).**

- **Червоний (АКА) та синій (АО) манекени розташовані в центрі змагального майданчика, на підставці без жорсткого кріплення. На манекенах на відповідні висоті має бути розмітка, що визначає межі уявної висоти стегна спортсмена.**

1. Дозволені технічні дії:

- 1.1. Прямі удари руками (цукі). Колові удари руками (уракен-учі). Удари руками виконуються вище лінії стегна (на рівень поясу та вище).
- 1.2. Удари ногами – вище лінії стегна (на рівень поясу та вище): **маваші-гері, має-гері, йоко-гері, сокуто-гері**. Спортсмен виконує тільки перераховану техніку.
- 1.3. Виконання техніки захисту: блоки, підставки та ухили.
- 1.4. Для атакуючих дій руками та ногами контакт з манекеном на середньому рівні дозволений. При виконанні атакуючих дій ногами дозволяється дотик до манекену на рівні голови.

2. Заборонені технічні дії:

- 2.1. Удари відкритою долонею – прямі та колові.
- 2.2. Удари нижче лінії стегна (згідно рівня відповідної розмітки).
- 2.3. Спроби виконати кидкову техніку, підсічки та ведення поєдинку у клінчі, захват манекену.
- 2.4. Атаки головою, колінами та ліктями.
- 2.5. Удари з обертом на 360 градусів.
- 2.6. Удари ногами: **ура-маваші-гері, уширо-гері, уширо-ура-маваші-гері а також виконання підсічок**.
- 2.7. Дотик до манекена на рівні голови під час виконання ударів руками.
- 2.8. Техніка з перевищенням контакту під час виконання атак у заліковій зоні (падіння манекену).

3. Критерії оцінки змагальної діяльності спортсменів (для суддів):

- 3.1. Стійка та техніка пересувань на татамі.
- 3.2. Коректна дистанція під час виконання атакуючих дій. Виконання контрольованої техніки.
- 3.3. Техніка. Хороша форма. Баланс, швидкість, концентрація сили (Кіме). Точність попадання у залікові зони.
- 3.4. Увага, погляд (ЧАКУГАН). Правильна техніка дихання та виконання «Кіаі».
- 3.5. Заншін (готовність до подальшого ведення поєдинку). Бойовий дух.

- 3.6. Тактика. Складність та результативність виконання спортсменом тактико-технічних дій. Кількість тактико-технічних дій. Для зручності суддів критерії оцінок зведені до шести пунктів. Усі пункти рівні між собою за значенням.

4. Пояснення до критеріїв оцінок атакуючих дій.

4.1 Стійка та техніка пересувань на татамі.

- Правильна бойова стійка з відповідним положенням рук (Камае). Слід звертати увагу на вертикальне положення тулуба, та правильне розподілення ваги тіла спортсменом. Пересування із значним відривом ніг від татамі оцінюється як недолік. Скользіння та постійний контакт стоп з татамі – позитивний критерій. Втрата рівноваги та падіння спортсмена – значний мінус для визначення оцінки (як у змаганнях з ката).

4.2 Коректна дистанція під час виконання атакуючих дій. Виконання контрольованої техніки.

- Дистанція. Спортсмен повинен знаходитись на середній дистанції при виконанні ЗАНШИН. Манекен – це центр, навколо якого по дузі виконуються пересування спортсменом. Перебування спортсмена на постійній дистанції – позитивний критерій. Правильна дистанція для атаки поодиноким ударом – ближня. Виконання двох ударної атаки – середня дистанція.

- Виконання контрольованої техніки за 5-10 см. від цілі, а також дотик, в момент атаки, в зону тулуба – позитивний критерій.

4.3 Техніка. Хороша форма. Баланс, швидкість, концентрація сили (Кіме). Точність попадання.

- Будь який технічний прийом повинен бути виконаний правильно з точки зору концепції традиційного карате: від стегна, з вертикальним положенням тулуба, а також правильним розподіленням ваги тіла відносно виконуваної техніки. Втрата рівноваги під час пересування в бойовій стійці, а тим більше під час виконання технічного прийому – негативний критерій.
- Із врахуванням вікових фізіологічних характеристик дітей – динамічні (швидкість та концентрація сили) показники виконання технічних прийомів зараховуються в залежності від фізичних параметрів спортсмена.

- Точність попадання – важливий компонент оцінки атакуючих прийомів. Техніка ударів повинна бути виконана з прикладенням вектора сили під кутом 90 грд. до поверхні манекена.

4.4 Увага – погляд (ЧАКУГАН). Дихання.

- Спортсмен під час виконання будь-якої техніки, на протязі 40 сек. поєдинку повинен концентрувати свій погляд на манекені. Будь-які оберти головою, опускання голови при яких присутня втрата уваги (Чакуган) спортсменом – негативний критерій оцінки.
- При виконанні технічних прийомів спортсмен повинен показати коректне та відповідне виконання дихання. А також при виконання Кінсей.

4.5 Готовність до подальшого ведення поєдинку (Заншін). Боевий дух.

- В процесі змагальної діяльності суддя повинен звертати увагу на психічний стан та емоції на фоні яких виступає спортсмен. Техніка удару в карате – не художня або театральна вистава, а прояв потенціалу сили та потужності. Бойовий дух – психічний стан, який має проявити спортсмен в процесі свого виступу.
- Заншін. Послідовність виконуваної техніки, а саме атакуючих та захисних прийомів, повинні супроводжуватись правильною позицією та положенням тіла відносно манекену, після виконання атакуючих дій. Готовність до продовження поєдинку (Заншін) – позитивний та важливий критерій оцінки.

4.6 Тактика. Складність виконуваних комбінацій та їх кількість.

- Необхідно враховувати якість тактико-технічних дій під час виконання ударів по манекену. Постійне положення на одному місці, відсутність зміни лінії атаки – негативний критерій. Виконання підготовчих дій перед атакою, атаки під різними кутами до манекену, виконання ударів із зміною рівня атаки, а також вміння комбінувати удари руками та ногами – позитивний критерій. Після виконання атакуючих прийомів, на виході виконання захисних дій в бойовій стійці – позитивний критерій.
- Суддями також має враховуватись складність тактико-технічних комбінацій та кількість атакуючих та захисних дій.

5. Порушення правил:

Під час виконання технічних прийомів:

5.1 Перевищення контакту, дотик під час атаки рукою до манекену в районі голови.

5.2 Падіння манекену або розхитування манекену з великою амплітудою від виконання технічних прийомів

5.3 Використання заборонених технічних дій.

Спортсмен карається по 1 лінії у відповідності з шкалою покарань: Чукоку, Кейкоку, Хансоку Чуй, Хансоку.

Під час виконання спортсменом:

1. Неконтрольованої техніки (виконання техніки за лінію поверхні манекена).
2. Розмови під час поєдинку.
3. Вихід спортсмена за межі татамі (Дзьогай).
4. Пасивна поведінка (відсутність від спортсмена виконання технічних дій тривалий відрізок часу).

Спортсмен карається по 2 ліній покарань у відповідності з шкалою покарань: Чукоку, Кейкоку, Хансоку Чуй, Хансоку.

6. Суддівська бригада:

- 6.1. Під час поєдинку, якщо спортсмен виконує оцінювану техніку, поєдинок не зупиняється. Судді оцінюють спортсменів порівнюючи їх технічні, тактичні та психо-емоційні показники що перераховані у п.4.
- 6.2. Під час поєдинку, у випадку порушень правил, як мінімум два та більше бокових суддів сигналізують прапорцем (одного кольору) про порушення правил спортсменом. В цьому випадку рефері повинен зупинити поєдинок та винести попередження або покарання по 1 або 2 лінії. Якщо рефері помітив порушення він може зупинити поєдинок самостійно та запропонувати суддям винести попередження або покарання по 1 або 2 лінії, у випадку підтримки мінімум двох суддів виноситься рішення.
- 6.3. У випадку невідповідності форми одягу, що встановлена правилами, або якщо є необхідність замінити спортсменом елемент екіпіровки під час поєдинку, рефері повинен зупинити поєдинок та надати 1 хв. для заміни.
- 6.4. Якщо спортсмен не вкладається у відведений час, рефері або бокові судді пропонують покарання Кікен. У випадку підтримки двох та більше суддів, спортсмену виноситься Кікен (поразка).
- 6.5. Якщо спортсмен протягом 1 хв. після повторного виклику на татамі, не займає вихідну позицію на татамі, він також отримує Кікен.
- 6.6. По закінченню часу поєдинку, судді одночасно із звуковим сигналом рефері, виносять рішення (Хантей) в сторону переможця.

При цьому враховуються критерії оцінок технічних дій та попередження про порушення правил, які спортсмен отримав під час ведення поєдинку.

7. Представник спортсмена/тренер:

- 7.1. Під час ведення поєдинку, від його початку до його завершення, представник спортсмена (тренер) знаходиться на стільці, на протилежній від рефері лінії татамі, у відповідності з правилами WKF.
- 7.2. У випадку порушення правил поведінки представником команди судді можуть попередити та покарати його по 2 лінії, або дати Шікаку.

Поєдинок може бути зупинений з винесенням рішень тільки у чотирьох випадках:

1. Закінчення часу поєдинку.
2. Хансоку по 1 або 2 лінії.
3. Винесення рішення Кікен.
4. Шікаку – за неспортивну поведінку спортсмена, тренера, представника або інших членів команди.