

ПРАВИЛОЗНАНИЕ В ЛЕКАТА АТЛЕТИКА

Технически дисциплини ВЕРТИКАЛНИ СКОКОВЕ

Лектор: проф. Апостол Славчев
Катедра “Лека атлетика” при НСА “В. Левски”
Председател на Съдийската комисия при БФЛА

РЕКОРДИ В ЛЕКОАТЛЕТИЧЕСКИ СКОКОВЕ:

Скок на височина

209 см



245 см



1993, Сотомайор (Куба)

1987, Костадинова (Бълг)

Овчарски скок

5,06 м



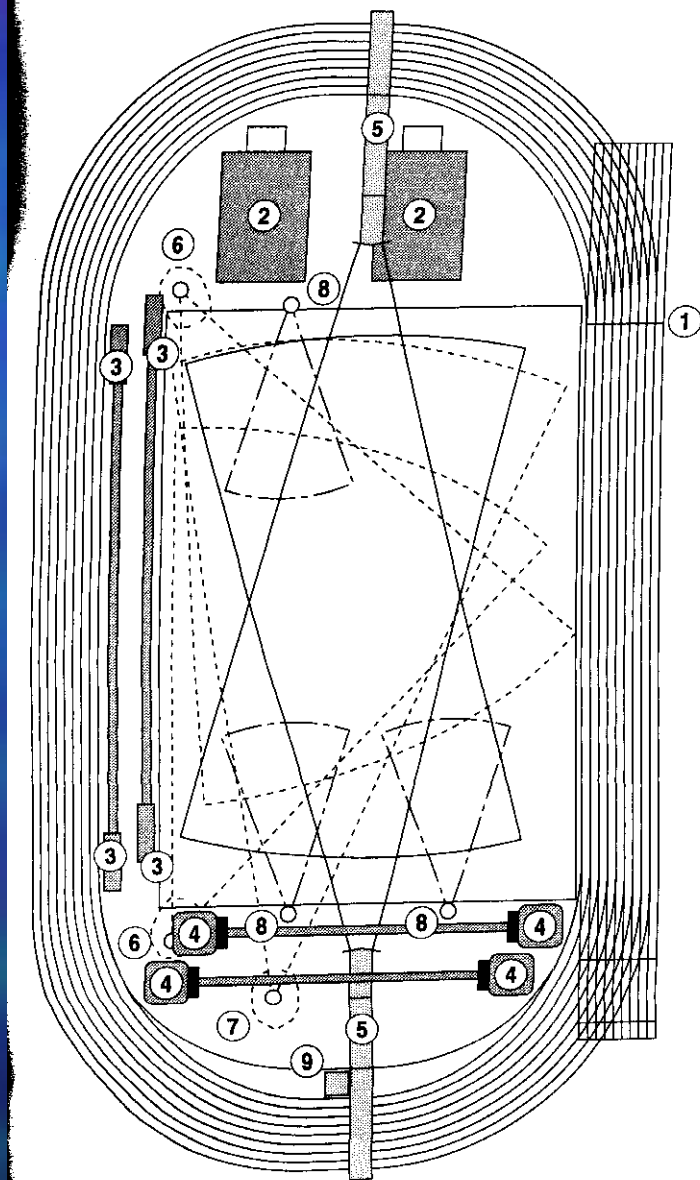
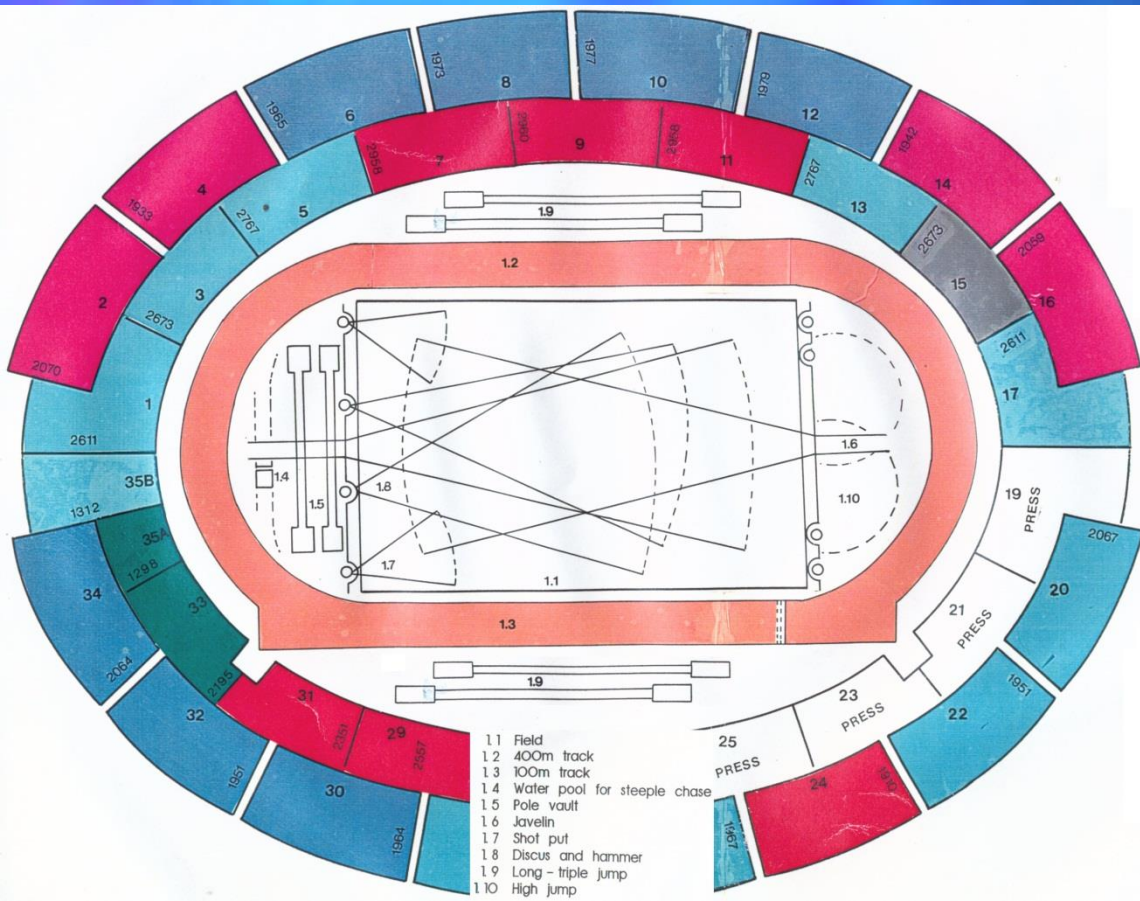
2009, Исинбаева (Рус)

6,14 м / 6,15 м



1994, Бубка (Укр)

Разположение на секторите за скокове в стадиона



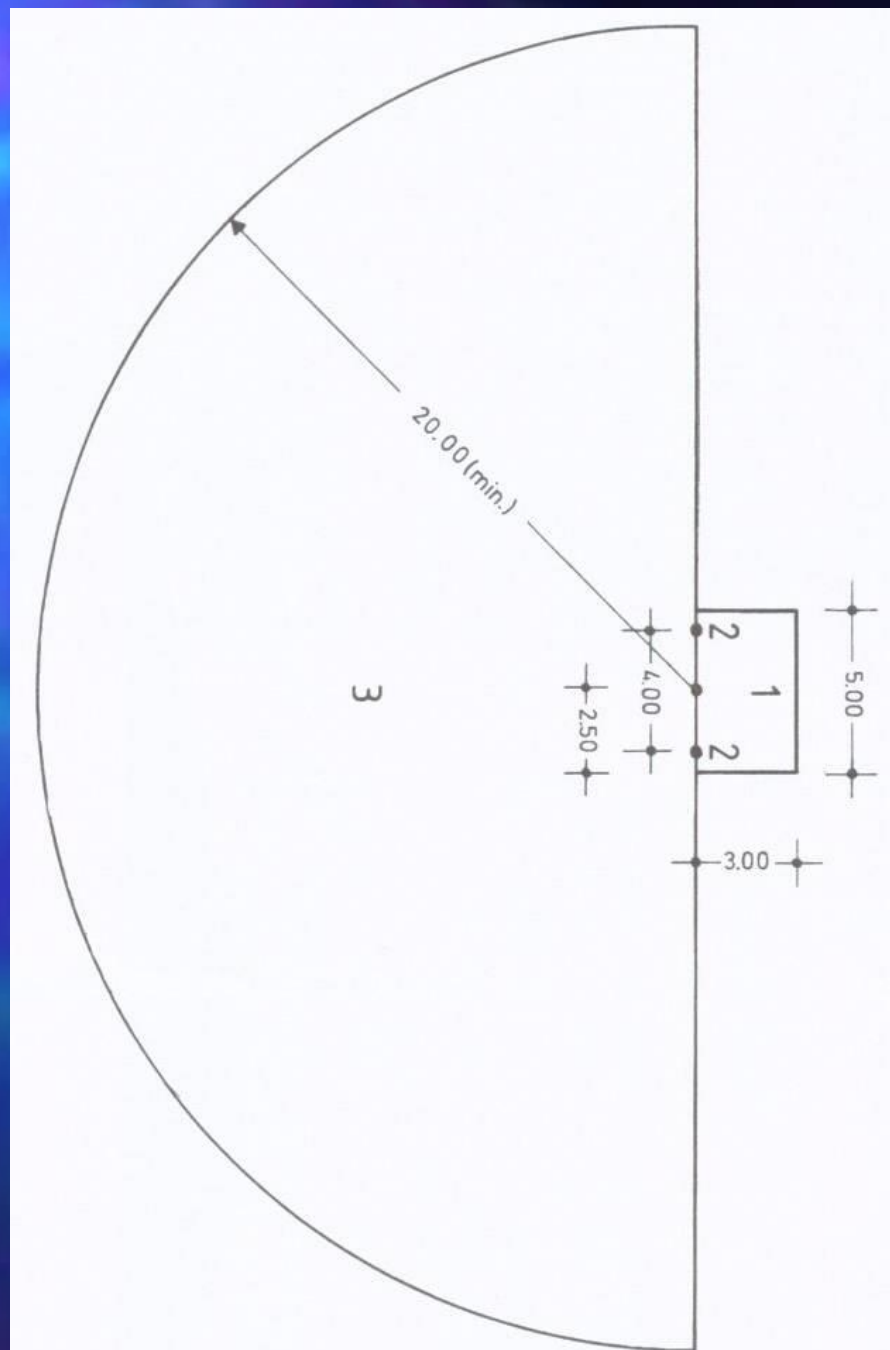
СЕКТОР ЗА СКОК НА ВИСОЧИНА

Сектор за засилване
минимална ширина—16 м
минимална дължина—15 м
(за межд.състезания - 25 м.)

Площ за отскачане
хоризонтална.

В зала — хоризонтални
последни 15 метра

Площ да приземяване
Ширина — мин 5 (6) м
Дължина — мин 3 (4) м
Височина — 0,7 м



СЕКТОР ЗА СКОК НА ВИСОЧИНА

Площ да приземяване
Ширина – мин 5 (6) м
Дължина – мин 3 (4) м
Височина – 0,7 м



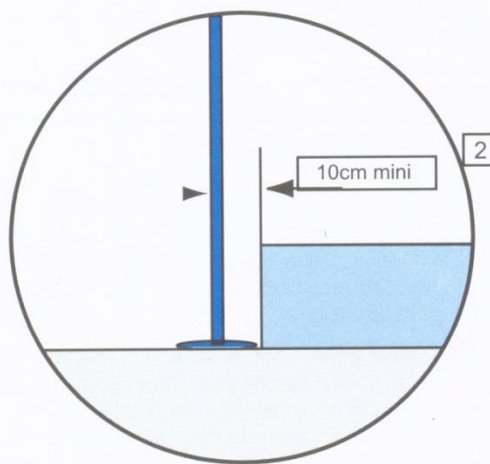
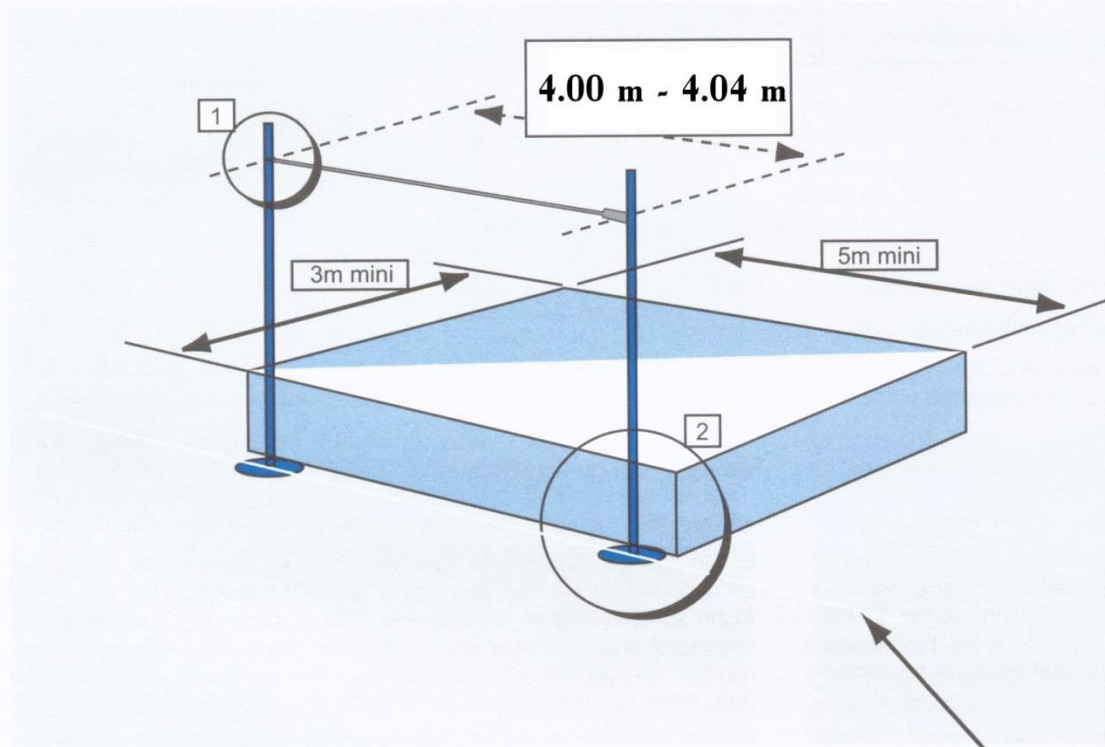
СТОЙКИ ЗА СКОК НА ВИСОЧИНА

Разстояние
между стойките —
от 4,00 до 4,04 м.

Височина над
повдигнатата летва -
мин. 10 см.

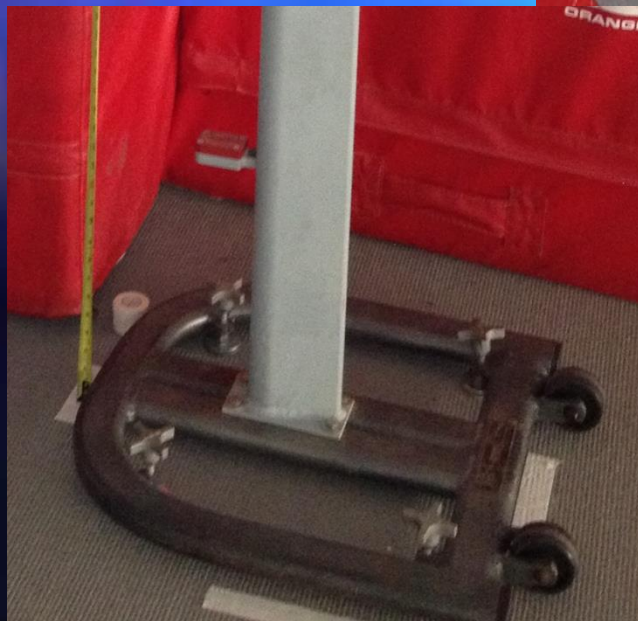
Позициониране

Отстояние от дюшека
— мин 10 см



СТОЙКИ ЗА СКОК НА ВИСОЧИНА

Маркиране
Вертикализиране

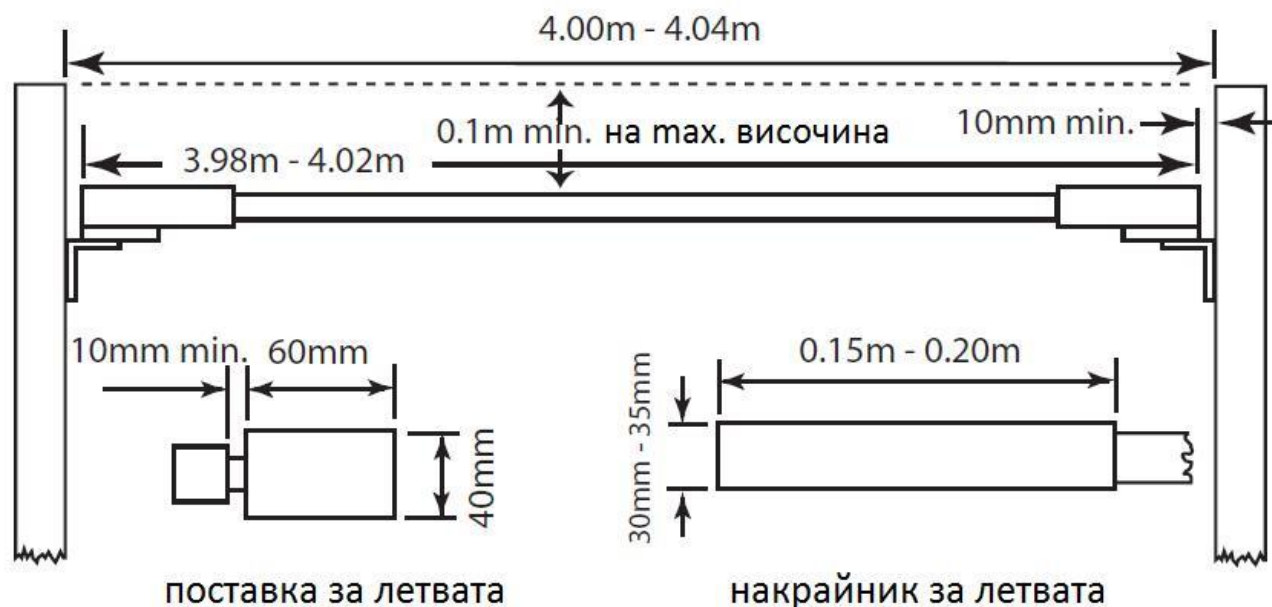


Калибриране на показалеца за височината



Линия на вертикалната равнина

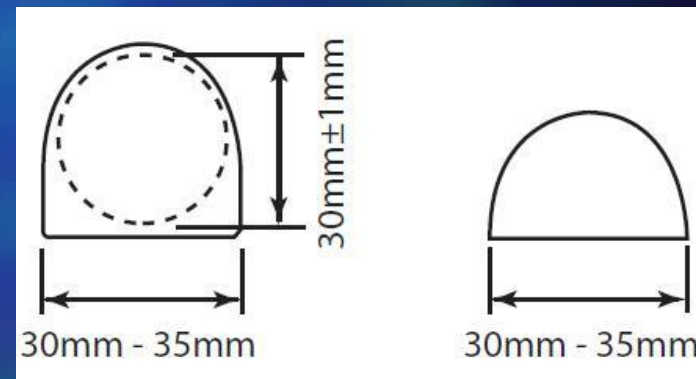




Мин 10 мм
м/у края на
летвата и
стойките
за СВ

**Поставките за летвата
сочат една към друга.
Имат площ с размери
широчина 4 см и
дължина 6 см**

**Накрайниците на летвата са твърди, гладки с напречно
сечение кръг/полукръг, с една единствена плоска площ за
поставяне с размери: Широчина 30-35 мм
и дължина 15 -20 см.**



ЛЕТВА за СВ и ОС

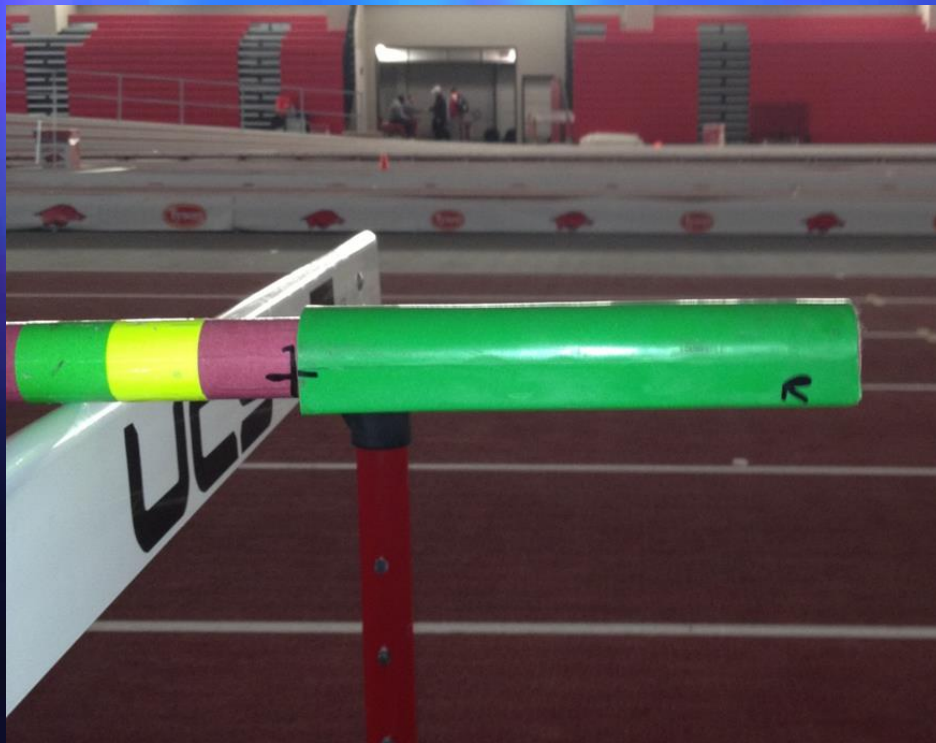
*Напречно сечение - кръг
с диаметър от 29 до 31 мм.*



Маркиране на крайниците на летвата



Укрепване на крайниците на летвата



ЛЕТВА за СВ и ОС

ЛЕТВА за СВ

Дължина от 3,98 м до 4,02

Тегло 2 кг

ЛЕТВА за ОС

Дължина от 4,48 до 4,52 м

Тегло 2,25 -2,5 кг



ЛЕТВА за СВ и ОС

ПРОВИСВАНЕ на ЛЕТВАТА



СВ-Провисване— макс. 2 см

ОС-Провисване — макс. 3 см

Провисване с 3 кг тежест - макс. 7 см (СВ) / 11 см (ОС)

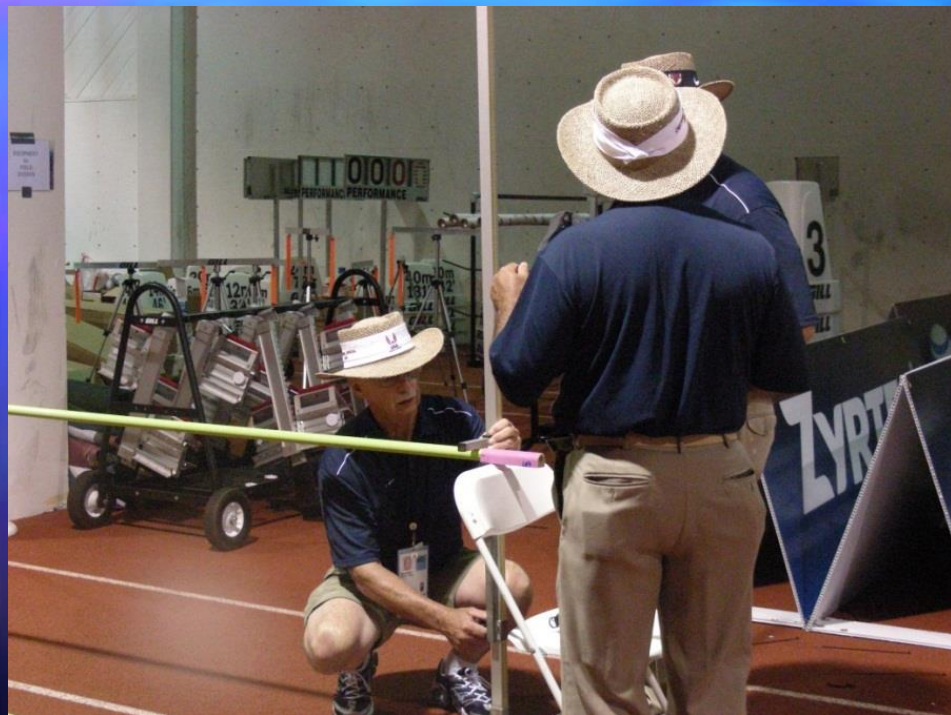
ЛЕТВА за СВ и ОС

ПРОВИСВАНЕ - ИЗМЕРВАНЕ



ЛЕТВА за СВ и ОС

ПРОВИСВАНЕ - ИЗМЕРВАНЕ



Измерване на височината на летвата

- При нова височина
- При рекордна височина
- Ако при опит на рекордната височина летвата е била докосната

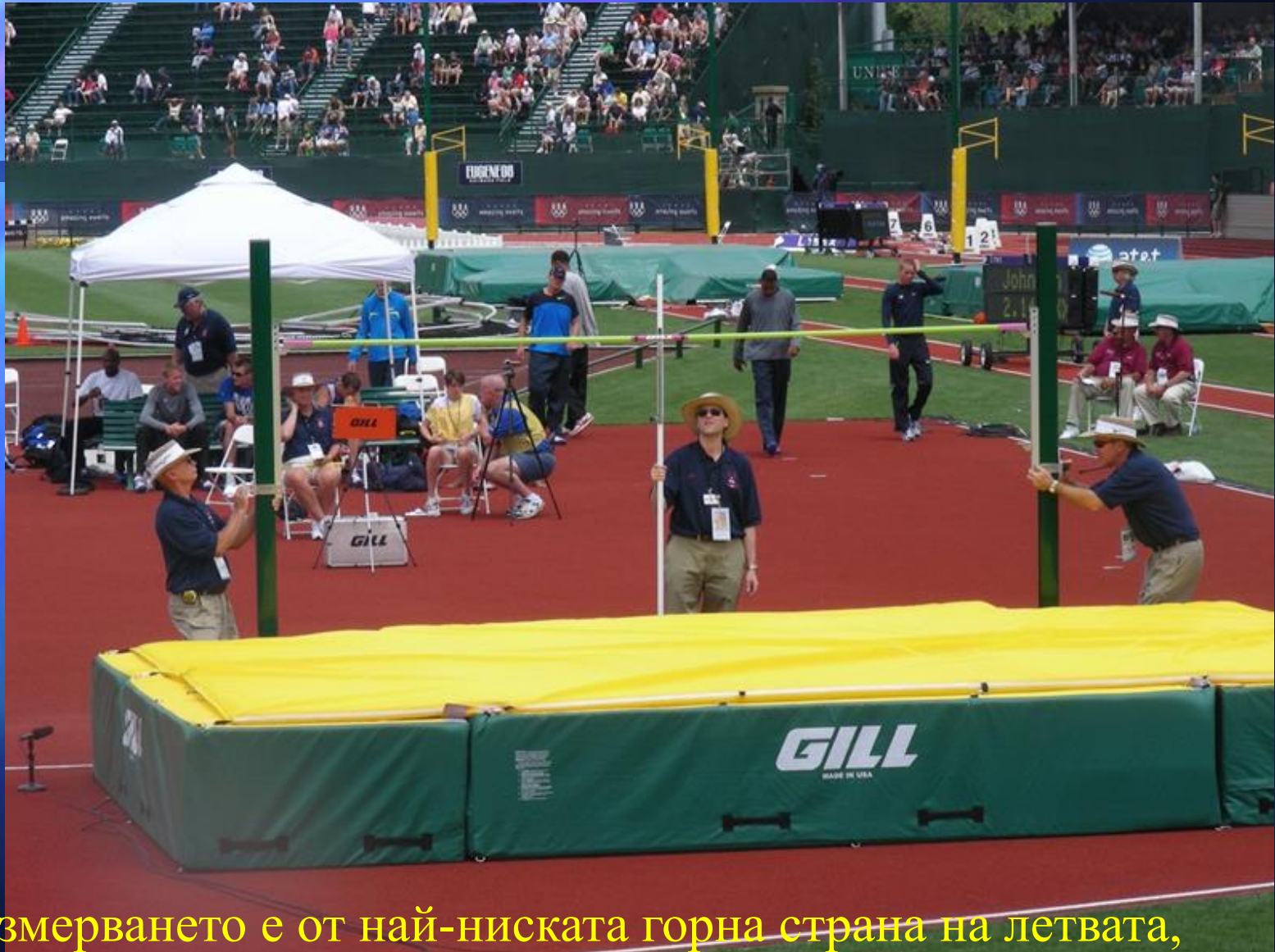


Измерване на височината на летвата

- Измерването е от най-ниската горна страна на летвата, перпендикулярно на земята



Измерване височината на летвата



- Измерването е от най-ниската горна страна на летвата, перпендикулярно на земята

Измерване височината на летвата

Измерването е

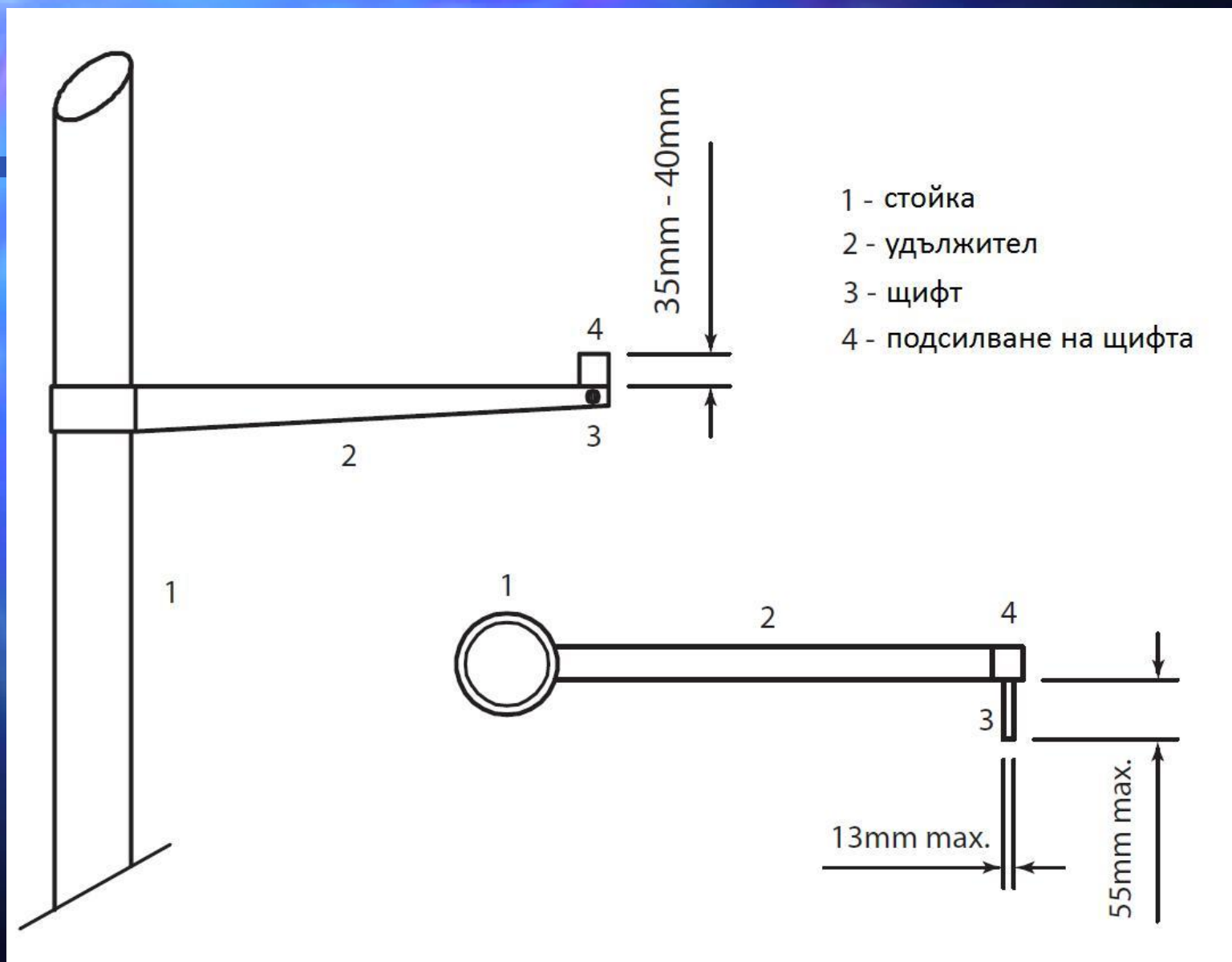
- от най-ниската
горна страна на летвата,
- перпендикулярно на земята



Измерване на височината на летвата



СТОЙКИ ЗА ОВЧАРСКИ СКОК



СТОЙКИ ЗА ОВЧАРСКИ СКОК

Щифтове за поставяне на летвата –
дължина до 55 мм и диаметър до 13 мм,



Летвата да не може да се задържи върху вертикалните
планки за подсилване на щифтовете

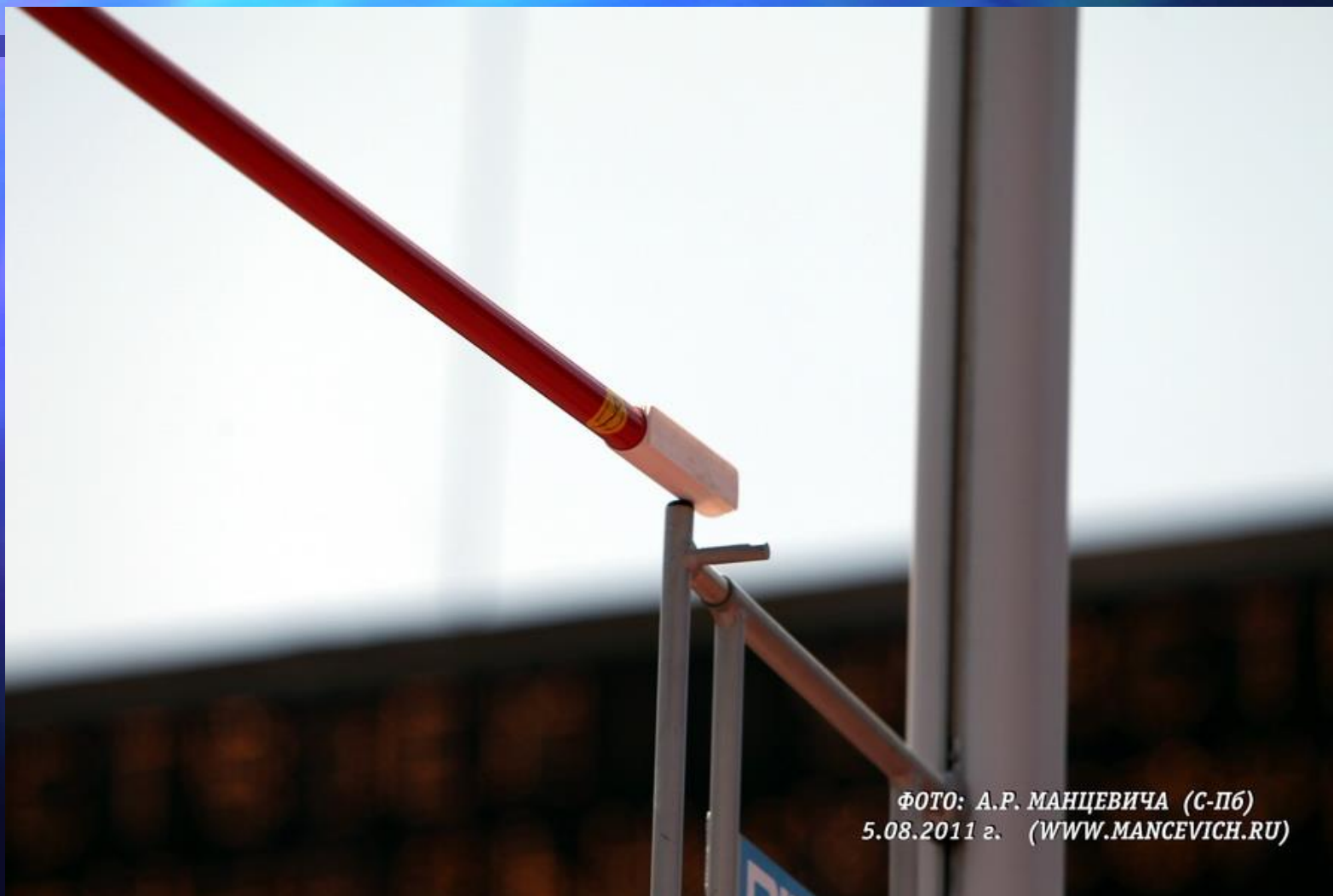


ФОТО: А.Р. МАНЦЕВИЧА (С-Пб)
5.08.2011 г. (WWW.MANCEVICH.RU)

СТОЙКИ ЗА ОВЧАРСКИ СКОК

Разстояние между щифтовете за
поставяне на летвата е 4,30 до 4,37 м.



ПЪТЕКА ЗА ЗАСИЛВАНЕ

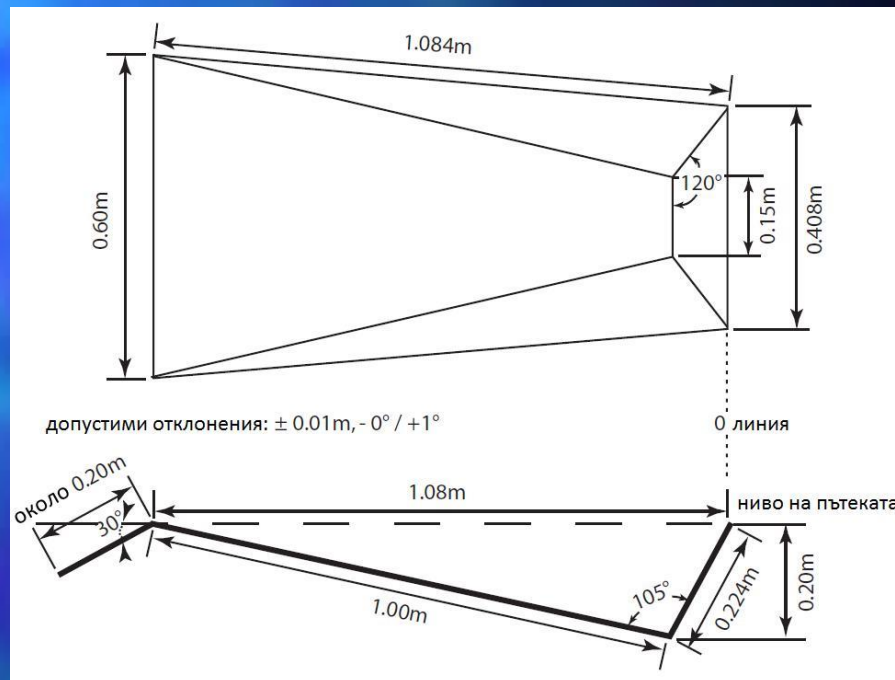
Мин. дължина - 40м (45) Широчина - 1,22м +/-0,01м

СЕКТОР ЗА ОВЧАРСКИ СКОК



ОПОРНО САНДЪЧЕ

Трапецовидно дъно с дължина 1,00 м
Широчината в преден край - 60 см
В далечния край: дълбочина 20 см,
ширина 15 см, горен ръб - 40 см.



ПЪТЕКА ЗА ЗАСИЛВАНЕ

Мин. дължина - 40м (45)

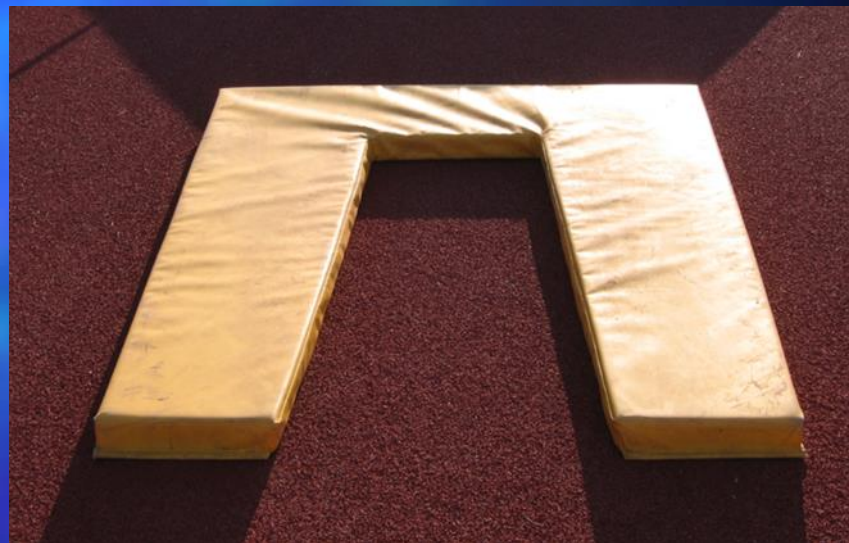
Широчина - 1,22м $\pm 0,01\text{м}$

СЕКТОР ЗА ОВЧАРСКИ СКОК



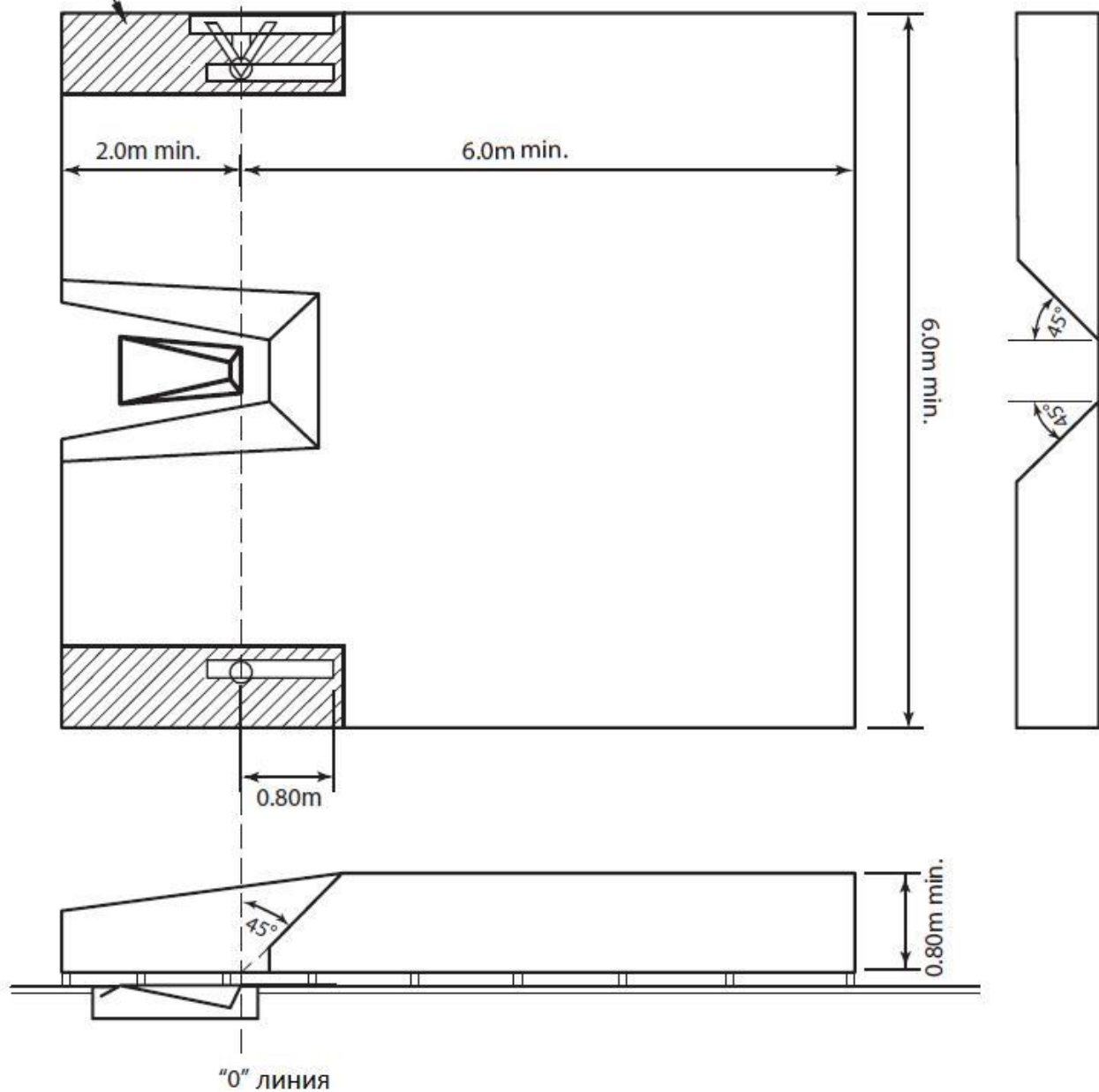
ОПОРНО САНДЪЧЕ

Трапецовидно дъно с дължина 1,00 м
Широчината в преден край - 60 см
В далечния край: дълбочина 20 см,
ширина 15 см, горен ръб - 40 см.



предпазна
постелка

"0" линия



**ПЛОЩ ЗА
ПРИЗЕМЯВАНЕ
В ОВЧАРСКИ
СКОК**

СТОЙКИ ЗА ОВЧАРСКИ СКОК

Стойките могат да бъдат придвижвани от линията на задния край на опорното сандъче до 80 см в посока на дюшека



Какво измерват съдиите на снимката?



ПРАВИЛА НА СЪСТЕЗАНИЕТО

1. Пробни опити в неограничен брой, до започване на състезанието
2. Белези за определяне на засилването – 1 или 2
(за ОС извън пътеките за засилване)
3. Участниците се състезават до три последователни несполучливи опита.
4. Участник пропуснал опит не може да продължи да скача на същата височина.

	<u>1.90</u>	<u>1.93</u>	<u>1.96</u>	<u>1.99</u>
A	0	X X –	X	
B	–	–	X –	X X
C	0	0	– 0 !!!	X X X

ПРАВИЛА НА СЪСТЕЗАНИЕТО

5. Време (в мин.) за започване на изпълнение на опит:	Дисциплина			
	СД	ТС	СВ	ОС
- при нормален брой състезатели	1:00	1:00	1:00	1:00
- при останали 2 - 3 състезатели	1:00	1:00	1:30	2:00
- при последователни опити на един състезател	2:00	2:00	2:00	3:00
- при останал един единствен състезател	-	-	3:00	5:00

ПРАВИЛА НА СЪСТЕЗАНИЕТО

6.Ред на участие – чрез жребий

7.Разрешен контакт между спортистите и треньори

8.Наказания при нерегламентирана помощ

9.Квалификации до преодоляване на квалификационната норма

10.Летвата не може да се повдига с по-малко от 2 см при СВ и 5 см при ОС

11.Отскокът при скок на височина трябва да е от един крак.

12. В ОС е разрешено при засилването излизане извън очертанията на пътеката

ПРАВИЛА НА СЪСТЕЗАНИЕТО

Прът за овчарски скок

12. В ОС е разрешено да ползват собствени прътове, да ги сменят, а също и да участват с прът на друг състезател, ако той е съгласен.

-Допуска се прътът да има намотка от лента на мястото за хващане (с цел защита на ръката) и също от лента и/или друг подходящ материал на долния край (с цел защита на пръта).

-Всякакъв вид намотка използвана на мястото за хващане, с изключение на местата, където лентата се застъпва, трябва да бъде с равномерна дебелина и да няма рязка промяна в диаметъра, като например оформянето на "пръстени" от лента върху оригиналния модел на пръта.

13. В ОС е **разрешено да се ползват ръкавици и вещества** за по-добър хват.

ПРАВИЛА НА СЪСТЕЗАНИЕТО

Прът за овчарски скок

- Всякакъв вид намотка използвана на мястото за хващане, с изключение на местата, където лентата се застъпва, трябва да бъде с равномерна дебелина и да няма рязка промяна в диаметъра, като например оформянето на "пръстени" от лента върху оригиналния модел на пръта.



ПРАВИЛА НА СЪСТЕЗАНИЕТО

Прът за овчарски скок

– Всякакъв вид намотка използвана на мястото за хващане, с изключение на местата, където лентата се застъпва, трябва да бъде с равномерна дебелина и да няма рязка промяна в диаметъра, като например оформянето на "пръстени" от лента върху оригиналния модел на пръта.



ПРАВИЛА НА СЪСТЕЗАНИЕТО

14. Несполучлив опит при СВ

- когато след скока летвата не остане върху поставките на стойките;
- когато преди преодоляването на височината на летвата, с която и да е част на тялото си докосне терена, включително площта за приземяване, зад вертикалната проекция, очертана по близката страна на летвата, между или извън стойките.

ПРАВИЛА НА СЪСТЕЗАНИЕТО

15. Несполучлив опит при ОС

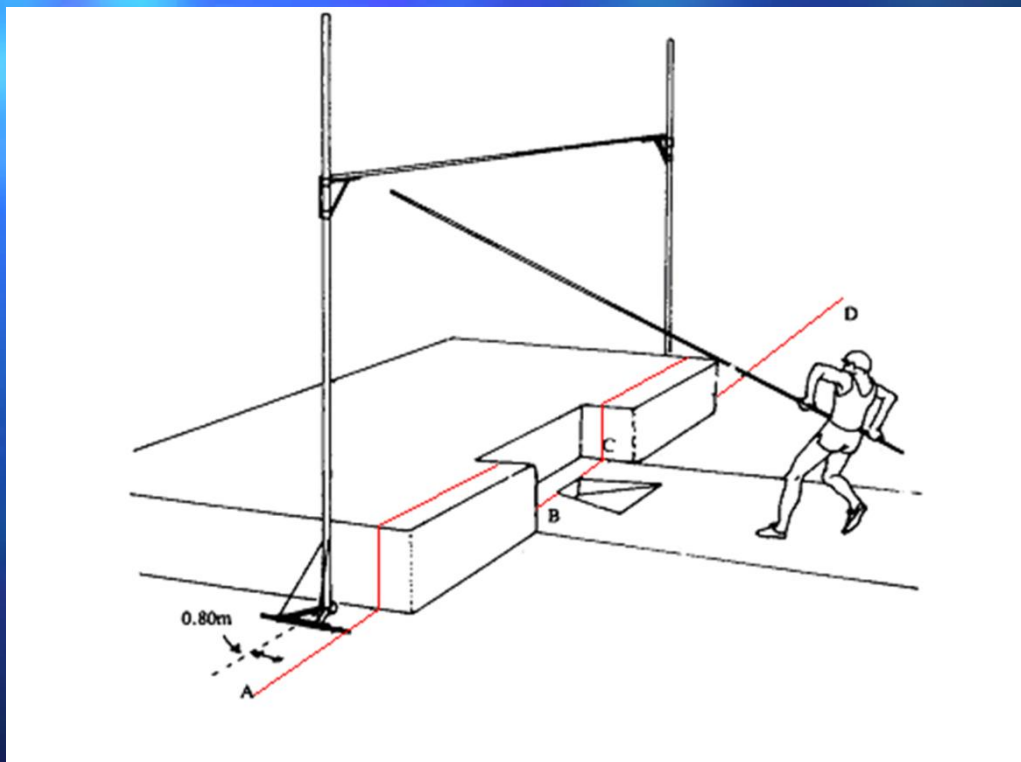
-когато след скока
летвата не остане
върху двата щифта



ПРАВИЛА НА СЪСТЕЗАНИЕТО

15. Несполучлив опит при ОС

-когато преди преодоляването на летвата, състезателят, с която и да е част на тялото или с пръта докосне терена, включително площта за приземяване зад мислената вертикална равнина, определена от вътрешния горен ръб на опорното сандъче



ПРАВИЛА НА СЪСТЕЗАНИЕТО

15.Несполучлив опит при ОС

-когато след отскока премести по пръта една от ръцете си

-когато по време на скока състезателя придържа или мести летвата умишлено с ръка или ръце

-когато е хванат падащ прът, който по мнение на Рефера, би съборил летвата.

ПРАВИЛА НА СЪСТЕЗАНИЕТО

16. Ако на състезател е попречено да изпълни опит, то Реферът може да разреши той да бъде изпълнен отново.



17. Ако по време на опит прътът се счупи – състезателя трябва да получи право да повтори опита си.

ПРАВИЛА НА СЪСТЕЗАНИЕТО

18.Еднакви постижения на СВ и ОС

а)Най-малко грешки на височината на която е равенството

б)Най-малко неуспешни опити в цялото състезание.

в)В случаите на равенство по (а) и (б) съответните

състезатели се класират на едно и също място.

г)Равенството за 1-во място е възможно само:

-след изрично условие в Наредбата за състезанието или

-след решение на Техническия делегат (или Рефера) , взето преди началото на дисциплината, или

-след споразумение на спорещите състезатели, да не скачат повече, в който и да е момент от състезанието, дори и по време на допълнителните опити при т.нар. "надскачане“.

ПРАВИЛА НА СЪСТЕЗАНИЕТО

19. НАДСКАЧАНЕ при еднакви постижения на СВ и ОС

- а) изпълнение на още по един опит на непреодоляната височина
- б) при еднакъв успех или неуспех следва съответно вдигане или сваляне на летвата (при СВ с 2 см, а при ОС с 5 см), докато спорът бъде решен.

ПРАВИЛА НА СЪСТЕЗАНИЕТО

17.Протокол на състезание с надскачане

Скок на височина – пример

Височини, обявени от старши съдията в началото на състезанието:

1,75m, 1,80m, 1,84m, 1,88m, 1,91m, 1,94m, 1,97m, 1,99m

Участник	Височини (cm)							Неуспешни опити	Надскачане			Място
	1,75 m	1,80 m	1,84 m	1,88 m	1,91 m	1,94 m	1,97 m		1,91 m	1,89 m	1,91 m	
A	O	XO	O	XO	X-	XX		2	X	O	X	2
B	-	XO	-	XO	-	-	XXX	2	X	O	O	1
C	-	O	XO	XO	-	XXX		2	X	X		3
D	-	XO	XO	XO	XXX			3				4

O = успешен опит; X = неуспешен опит; — = пропуснат опит

2.00

2.05

A

0

XXX

B

0

XXX

РАВЕHCTBO

2.00

2.05

A

X0

XXX

B

X0

XXX

РАВЕHCTBO

2.00

2.05

A

XX0

XXX

B

XX0

XXX

РАВЕHCTBO

2.00

2.05

A

0

XXX

B

X0

XXX

НЯМА РАВЕНСТВО

2.00

2.05

A

X0

XXX

B

XX0

XXX

НЯМА РАВЕНСТВО

	<u>1.85</u>	<u>1.90</u>	<u>1.95</u>	<u>2.00</u>	
A	0	0	X0	XXX	2
B	X0	XX0	0	XXX	1
C	-	-	XX0	XXX	3

	<u>1.85</u>	<u>1.90</u>	<u>1.95</u>	<u>2.00</u>		
A	XX0	0	0	2	XXX	2.
B	0	0	X0		XXX	3.
C	0	X0	0	1	XXX	1.

	<u>1.80</u>	<u>1.85</u>	<u>1.90</u>	<u>1.95</u>	<u>2.00</u>		
A	0	0	XX0	X0	3	XXX	1.
B	XX0	X0	X0	X0	5	XXX	3.
C	0	XX0	X0	X0	4	XXX	2.

	<u>1.80</u>	<u>1.85</u>	<u>1.90</u>	<u>1.95</u>	<u>2.00</u>
A	0	0	0	X0	XXX
B	-	0	-	X0	XXX
C	-	-	-	X0	XXX

		2.20	2.25	2.29	2.33	2.36	2.38	2.40
1	Ivan Ukhov	O	O	XO	O	O	O	X
2	Erik Kynard	O	XO	O	O	X-	X-	X
3	Derek Drouin	O	O	O	XXX			
3	Robert Grabarz	-	O	O	XXX			
3	Mutaz Essa Barshim	O	O	O	XXX			
6	Jamie Nieto	O	O	XO	XX-	X		
7	Bohdan Bondarenko	XO	O	XO	XXX			
8	Michael Mason	O	O	XXO	XXX			
9	Wanner Miller	O	O	XXX				
9	Andriy Protsenko	O	O	XXX				
9	Jesse Williams	O	O	XXX				
12	Andrey Silnov	O	XO	XXX				
13	Kyriakos Ioannou	O	XXX					
14	Mickael Hanany	XO	XXX					

	<u>1.85</u>	<u>1.90</u>	<u>1.95</u>	<u>2.00</u>	
A	X0	0	X0 2	XXX	1.
B	X0	X0	X0 3	XXX	2.=
C	0	XX0	X0 3	XXX	2.=

	<u>1.85</u>	<u>1.90</u>	<u>1.95</u>	<u>2.00</u>	
A	X0	0	XX0 3	XXX	5.=
B	X0	X0	X0 3	XXX	2.=
C	XX0	XX0	0	XXX	1.
D	XX0	0	X0 3	XXX	2.=
E	0	X0	XX0 3	XXX	5.=
F	XX0	XX0	X0 5	XXX	4.

	1,20	1,30	1,35	1,38	1,40	1,42	Резул- тат	Опит	Греш- ки	Кла- сиране
A	o	o	xxo	xxo	xo	xxx	1,40	2	5	3
B	—	xo	o	xxo	o	xxx	1,40	1	3	1
C	xo	xxo	xx—	o	xxx		1,38	1	5	4
D	o	xxo	xxx				1,30	3	2	6
E	o	xo	xo	xo	xo	xxx	1,40	2	4	2
F	o	xo	xo	xo	xxx		1,38	2	3	5

1.90

1.95

2.00

2.00

A 0 X0 XXX X : 1.95

B 0 X0 XXX 0 : 2.00

	<u>1.90</u>	<u>1.95</u>	<u>2.00</u>		<u>2.05</u>
A	X0	X0	X0	3	XXX
B	0	XX0	X0	3	XXX

	<u>2.05</u>	<u>2.03</u>	<u>2.05</u>		<u>2.07</u>
A	X	0	0	0	: 2.07
B	X	0	0	X	: 2.05

**Благодаря Ви за
вниманието!**