

ЗАТВЕРДЖУЮ

Заступник Міністра молоді
та спорту України

_____ Олексій НІКІТЕНКО

ПРАВИЛА
СПОРТИВНИХ ЗМАГАНЬ
З ПАНКРАТІОНУ



СЕД Megapolis.DocNet
Міністерство молоді та спорту України
№5/3.2/26 від 15.01.2026
КЕП: Нікітенко О. В. 15.01.2026 17:40
3FAA9288358EC0030400000015FD3800115AD300

ПЕРЕДМОВА

Сучасна практика панкратіону глибоко вкорінена у його давній олімпійській спадщині. Це бойове мистецтво, яке безперервно веде родовід від Стародавніх Олімпійських ігор, де панкратіон займав почесне місце з 648 року до н.е. до 393 року н.е.

Міжнародна федерація «Об'єднаний світ боротьби» (UWW) прагне зберегти, популяризувати та відродити панкратіон як олімпійську дисципліну, відновлюючи зв'язок цього історичного бойового мистецтва з його оригінальним олімпійським корінням. UWW приділяє особливу увагу розвитку молоді, забезпечуючи формування базових навичок ведення бою, спортивних цінностей і духу олімпізму.

У відповідності до міжнародних стандартів чесної гри, всі спортсмени, що беруть участь у спортивних змаганнях за Міжнародними правилами панкратіону UWW, зобов'язані дотримуватись найвищих норм чесності, поваги та справедливості. Умисне завдання шкоди супернику суперечить цим основним цінностям і є неприпустимим.

Ці правила, що постійно вдосконалюються, мають бути зрозумілими й дотримуваними всіма спортсменами, тренерами, суддями та офіційними особами. Вони спрямовані на створення умов для безпечного, доступного та гідного змагального середовища, зберігаючи історичну автентичність і цілісність панкратіону для майбутніх поколінь.

І. Загальні положення

1. Панкратіон – вид єдиноборства (синтез боротьби та кулачного бою), який в 648 р. до н.е. був включений до програми Олімпійських ігор, відроджений на сучасній основі та спрямований на зміцнення здоров'я, розвиток фізичних, морально-вольових та інтелектуальних здібностей людини з метою гармонійного формування її особистості шляхом фізичних вправ, технічної підготовки та змагальної діяльності.

2. Правила спортивних змагань з панкратіону (далі – Правила) визначають основні засади організації та проведення спортивних змагань з панкратіону, що проводяться на території України.

3. Правила розроблено та складено з урахуванням вимог Правил Міжнародної Федерації об'єднаний світ боротьби (UWW) і міжнародної федерації панкратіону (IFPA) та є головним документом для організацій, що проводять спортивні змагання з панкратіону на території України.

4. Правила включають п'ять видів програми:

- вільна програма (полідамас) – виконання прийомів та технічних комплексів у четвірках;
- вільна програма (палезмата) – виконання прийомів та технічних комплексів у парах;
- поєдинки з обмеженим повним контактом (традішн);

- поєдинки з повним контактом (аматор ММА);
- поєдинки з легким контактом (кемпо).

5. Антидопінгові заходи під час спортивних змагань з панкратіону організовуються і проводяться відповідно до Закону України «Про антидопінгову діяльність у спорті», Положення про Національний антидопінговий центр, затвердженого постановою Кабінету Міністрів України від 25.07.2002 № 1063 (зі змінами), Антидопінгових правил Національного антидопінгового центру України (далі – НАДЦ), затверджених наказом НАДЦ від 22.12.2023 № 204-ОС, Всесвітнього антидопінгового кодексу та відповідних Міжнародних стандартів ВАДА.

6. Відбір допінг-проб може проводитись під час усіх офіційних спортивних змагань та поширюється на всіх спортсменів, які беруть участь у спортивних змаганнях.

7. Організатори спортивних змагань:

1) здійснюють заходи щодо запобігання участі відсторонених або тимчасово відсторонених від спортивної діяльності у зв'язку з порушенням Антидопінгових правил осіб. Зокрема, організатори під час прийому заявок, реєстрації учасників спортивних змагань, затвердження суддівського складу тощо здійснюють перевірку кожного з учасників на відсутність його у списках відсторонених чи тимчасово відсторонених на сайтах НАДЦ, відповідної міжнародної спортивної федерації та Міжнародного агентства з тестування. У випадку наявності інформації щодо відсторонення такі особи (спортсмени, тренери, лікарі, допоміжний персонал спортсмена) не допускаються до участі у спортивних змаганнях;

1) реєструють спортсменів до участі у спортивних змаганнях в разі умови проходження ними сертифікованих курсів антидопінгової освіти на освітній платформі Всесвітнього антидопінгового агентства ADEL, організованих за участі відповідної міжнародної спортивної федерації чи Національного антидопінгового центру;

2) забезпечують належні та сприятливі умови для проведення тестувань спортсменів, зокрема облаштовують пункт допінг-контролю, який відповідає вимогам Міжнародного стандарту з тестувань і розслідувань ВАДА;

3) забезпечують безперешкодний доступ офіцерів допінг-контролю та іншого персоналу з відбору допінг проб до пункту допінг-контролю, всіх приміщень та місць проведення спортивних змагань, де можуть перебувати спортсмени, їх допоміжний персонал, судді, представники організаторів;

4) забезпечують недопущення перешкоджання чи втручання в роботу офіцерів допінг-контролю, іншого персоналу з відбору допінг проб під час процедури тестування спортсменів (зокрема, під час повідомлення спортсменів щодо обрання їх для тестування, супроводження спортсменів до пункту допінг-контролю, здійснення процедур під час здачі спортсменом допінг проби, документального оформлення процедури допінг-контролю тощо);

5) за можливістю у найкоротший термін інформують НАДЦ щодо всіх виявлених випадків можливих порушень Антидопінгових правил використання,

зберігання, призначення, розповсюдження заборонених речовин, втручання в процедури допінг-контролю тощо).

8. Вважати такими, що втратили чинність, Правила спортивних змагань з панкратіону, затверджені Міністерством молоді та спорту України від 05.12.2024 № 50/3.2/24.

II. Організація та проведення спортивних змагань

1. Види проведення спортивних змагань

1. За видами спортивні змагання поділяються на:

- особисті;
- особисто-командні;
- командні;
- кваліфікаційні.

2. В особистих спортивних змаганнях визначаються лише особисті результати й місця учасників.

3. В командних спортивних змаганнях визначаються результати й місця команд.

Кількісний склад команди та вагові категорії визначаються регламентом спортивних змагань.

До участі у командних спортивних змаганнях допускаються лише учасники (основні та запасні), які подані у заявці.

У випадку нічії, проводиться додаткове жеребкування для визначення вагової категорії, в якій буде проведений додатковий поєдинок. Представник команди може обрати одного спортсмена зі своєї команди для поєдинку зі спортсменом, якого обрали з команди суперників з метою визначення переможців командної першості.

Заборонено проводити заміну учасників після оголошення порядку виступу спортсменів для визначеного кола спортивних змагань, відповідно до заявки на участь кожної команди.

4. В особисто-командних спортивних змаганнях визначаються як особисті, так і командні результати.

5. Вид проведення спортивних змагань у кожному окремому випадку визначається регламентом спортивних змагань.

2. Системи проведення спортивних змагань

1. Спортивні змагання можуть проводитися за наступними системами:

- за системою кола;
- з вибуванням після поразки (першої, двох) і з додатковими зустрічами за треті місця;
- змішаною.

2. Система кола – спосіб проведення спортивних змагань, коли кожен учасник (команда) зустрічається з кожним учасником (командою) у визначеній ваговій категорії.

Якщо у спортивних змаганнях бере участь велика кількість спортсменів (команд), дозволяється розподіляти учасників (команди) на підгрупи (Додаток 1).

3. За системою з вибуванням учасник (команда) вибуває зі спортивних змагань після того, як одержав встановлену регламентом кількість поразок або після поразки з додатковими поєдинками за треті місця (Додатки 2, 3, 4).

4. За змішаною системою зустрічі першого кола спортивних змагань проводяться з вибуванням після першої поразки, а надалі – з вибуванням після двох поразок чи за колом або навпаки.

5. Система проведення спортивних змагань у кожному окремому випадку визначається регламентом спортивних змагань.

3. Організація спортивних змагань

1. Спортивні змагання з панкратіону мають проводитися у відповідності до Правил та регламенту спортивних змагань.

2. Організація, що проводить спортивні змагання, зобов'язана:

- розробити та затвердити Регламент про спортивні змагання (далі – Регламент);
- створити організаційний комітет з підготовки та проведення спортивних змагань;
- сформувати й затвердити головну суддівську колегію;
- вирішити питання матеріально-технічного та медичного забезпечення;
- організувати розміщення та харчування учасників, представників, суддів, а також роботу транспорту та обслуговуючого персоналу;
- підготувати місця проведення спортивних змагань.

4. Регламент спортивних змагань

1. Регламент є основним документом, яким керуються суддівська колегія та учасники спортивних змагань.

2. Регламент не може суперечити даним Правилам. У протилежному випадку суддівська колегія має керуватися даними Правилами.

3. Регламент має бути розісланий:

- для районних і міських спортивних змагань – не пізніше ніж за один місяць до їх початку;
- для зональних, національних спортивних змагань – не пізніше ніж за два місяці до їх початку.

4. Регламент містить розділи:

- мета і завдання;
- час і місце проведення;
- керівництво спортивними змаганнями;
- організації, які беруть участь у спортивних змаганнях, та учасники, їх спортивна кваліфікація, вік, склад команди;
- програма;
- порядок та умови проведення особистої та командної першості (система підрахунку результатів);
- нагородження;
- умови прийому учасників і суддів;
- порядок і строки подання заявок.

5. Пункти Регламенту мають бути точними і не припускати різного їх тлумачення.

6. Зміни і доповнення до Регламенту має право вносити лише організація, яка затвердила його, і не пізніше ніж до початку жеребкування на даних спортивних змаганнях.

5. Паспорт спортсмена федерації

1. Будь-який учасник спортивних змагань (діти, юнаки, юніори, молодь, дорослі чи ветерани) має паспорт спортсмена.

2. Спортсмен подає паспорт спортсмена на перевірку до мандатної комісії перед кожними спортивними змаганнями.

6. Заявки на участь у спортивних змаганнях

1. Іменна заявка на участь у спортивних змаганнях подається в організацію, яка їх проводить, і приймається мандатною комісією або секретаріатом (Додаток 5).

2. Заявка має бути підписана керівництвом організації, яка відряджає команду на спортивні змагання, і завірена печаткою.

3. Заявка має бути завірена лікарем, печатками медичного закладу, навпроти прізвища кожного спортсмена має бути віза лікаря «допущений».

4. Заява щодо зміни заявки (перезаявка) подається головному секретареві не пізніше часу проведення жеребкування.

7. Жеребкування

1. Черговість виступів учасників (команд) у спортивних змаганнях визначається жеребкуванням. Жеребкування проводить головний секретар спортивних змагань.

2. Жеребкування особистої та особисто-командної першості проводиться у кожній ваговій категорії окремо.

3. У командних спортивних змаганнях порядок виступу учасників визначає представник (капітан) команди.

8. Протест

1. У разі незгоди з рішенням окремих суддів, дозволяється звертатися до суддівської колегії з заявою або протестом через представника команди.

2. До розгляду приймаються протести, які стосуються технічних дій, присудження залікових балів. Протести на зауваження за пасивність і грубу поведінку не приймаються.

3. Протест здійснюється безпосередньо у ході поєдинку способом, вказаним у Правилах протягом 10 секунд після проведення технічної дії. Протести, які подані пізніше 10 секунд або після закінчення поєдинку (оголошення переможця), до розгляду не приймаються.

4. Представник команди подає протест шляхом викидання м'якої речі (губка) на килим та піднімає вгору руку, залишаючись на місці.

Заступник головного судді (арбітр) зупиняє поєдинок одразу, як це стає

можливим (технічні дії, які почалися під час подання протесту, мають бути завершені).

Якщо учасник після запитання рефері не згоден з поданим протестом, поєдинок продовжується далі.

5. Рішення головної суддівської колегії щодо протестів є остаточним і перегляду не підлягає.

6. В ході розгляду протесту дозволяється використання якісного професійного відеозапису конкретного змагального поєдинку.

7. Кожен представник має право подавати один протест. У разі задоволення протесту представник зберігає право подавати протест. У разі незадоволення протесту, представник втрачає право подавати протест, супернику присуджуються три бали.

Примітка: Подача протесту допускається лише за умови суддівства з використанням прапорців. Якщо ж оцінювання проводиться за допомогою суддівських записок, протест розглядається тільки у випадку грубої помилки судді на майданчику, у рингу/октагоні – рефері.

III. Учасники спортивних змагань

1. Вікові групи учасників

1. Спортивні змагання з панкратіону проводяться за віковими групами:

- діти – хлопчики та дівчата до 9 (8-9) років (U 9);
- молодший вік – хлопчики та дівчатка до 11 (10-11) років (U 11);
- середній вік – юнаки та дівчата до 13 (12-13) років (U 13);
- юнаки (школярі) – юнаки та дівчата до 15 (14-15) років (U 15);
- старші юнаки (кадети) – юнаки та дівчата до 17 (16-17) років (U 17);
- юніори – юніори та юніорки до 20 (18-20) років (U 20);
- дорослі – чоловіки та жінки до 23 (18-23) років (U 23);
- дорослі – чоловіки та жінки від 20 років і старші;
- ветерани – чоловіки та жінки 35 років і старші.

2. Вік учасника визначається роком народження.

3. Учасник спортивних змагань зобов'язаний мати при собі паспорт спортсмена і оригінал документу, що посвідчує особу, а спортсмен, який не досяг 14-річного віку - свідоцтво про народження.

4. Умови допуску учасників до спортивних змагань визначаються Регламентом.

5. Спортсмени віком 8-9, 10-11, 12-13, 14-15 років беруть участь у розділах вільної програми, поєдинках традишн та кемпо. Спортсмени віком 16 років і старші – у всіх розділах спортивних змагань з панкратіону (якщо це визначено Регламентом).

6. Кожний спортсмен, який бере участь з особистої волі і під свою відповідальність, допускається до спортивних змагань тільки в одній ваговій категорії, що відповідає його вазі в момент офіційного зважування.

2. Вагові категорії

1. Учасники спортивних змагань розподіляються на вагові категорії:

до 9 (8-9) років (U9):

хлопчики: до 20 кг, до 25 кг, до 30 кг, до 35 кг, до 40 кг, до 45 кг, до 50 кг, + 50 кг;

дівчата: до 20 кг, до 25 кг, до 30 кг, до 35 кг, до 40 кг, до 45 кг, до 50 кг, + 50 кг;

до 11 (10-11) років (U11):

хлопчики: до 25 кг, до 30 кг, до 35 кг, до 40 кг, до 45 кг, до 50 кг, до 53 кг, до 57 кг, до 62 кг, + 62 кг;

дівчата: до 25 кг, до 30 кг, до 35 кг, до 40 кг, до 45 кг, до 50 кг, до 53 кг, до 57 кг, до 62 кг, + 62 кг.

до 13 (12-13) років (U13):

хлопчики: до 30 кг, до 35 кг, до 40 кг, до 45 кг, до 50 кг, до 53 кг, до 57 кг, до 62 кг, до 66 кг, до 71 кг, + 71 кг;

дівчата: до 30 кг, до 35 кг, до 40 кг, до 45 кг, до 50 кг, до 53 кг, до 57 кг, до 62 кг, до 66 кг, + 66 кг.

до 15 (14-15) років (U15):

юнаки: до 40 кг, до 45 кг, до 50 кг, до 53 кг, до 57 кг, до 62 кг, до 66 кг, до 71 кг, до 77 кг, до 84 кг, + 84 кг;

дівчата: до 40 кг, до 45 кг, до 50 кг, до 53 кг, до 57 кг, до 62 кг, до 66 кг, до 71 кг, + 71 кг.

до 17 (16-17) років (U17):

юнаки: до 45 кг, до 50 кг, до 53 кг, до 57 кг, до 62 кг, до 66 кг, до 71 кг, до 77 кг, до 84 кг, до 93 кг, до 100 кг, до 120 кг, + 120 кг;

дівчата: до 40 кг, до 45 кг, до 50 кг, до 53 кг, до 57 кг, до 62 кг, до 66 кг, до 71 кг, до 77 кг, + 77 кг.

до 20 (18-20) років (U20):

юнаки: до 57 кг, до 62 кг, до 66 кг, до 71 кг, до 77 кг, до 84 кг, до 93 кг, до 100 кг, до 130 кг;

дівчата: до 50 кг, до 53 кг, до 57 кг, до 61 кг, до 65 кг, до 70 кг, до 75 кг, до 80 кг, до 90 кг.

до 23 (19-23) років (U23):

чоловіки: до 57 кг, до 62 кг, до 66 кг, до 71 кг, до 77 кг, до 84 кг, до 93 кг, до 100 кг, до 130 кг;

жінки: до 50 кг, до 53 кг, до 57 кг, до 61 кг, до 65 кг, до 70 кг, до 75 кг, до 80 кг, до 90 кг.

20 років і старше:

чоловіки: до 57 кг, до 62 кг, до 66 кг, до 71 кг, до 77 кг, до 84 кг, до 93 кг, до 100 кг, до 130 кг;

жінки: до 50 кг, до 53 кг, до 57 кг, до 61 кг, до 65 кг, до 70 кг, до 75 кг, до 80 кг, до 90 кг.

ветерани: 35-60 років:

чоловіки: до 57 кг, до 62 кг, до 66 кг, до 71 кг, до 77 кг, до 84 кг, до 93 кг, до 100 кг, до 130 кг;

жінки: до 50 кг, до 53 кг, до 57 кг, до 61 кг, до 65 кг, до 70 кг, до 75 кг, до 80 кг, до 90 кг.

2. Перелік вагових категорій визначається кожним Регламентом.

3. Юнаки та дівчата віком 18-19 років мають право брати участь у спортивних змаганнях з дорослими віком 20 років і старші, якщо це визначено Регламентом.

4. В абсолютній ваговій категорії виступають спортсмени віком 20 років і старші, які заявлені у одній з чотирьох найважчих вагових категоріях.

5. У категорії дорослі (20 років і старші) учасники можуть брати участь у спортивних змаганнях на одну вагову категорію вище, ніж їх вага за винятком важкої вагової категорії.

3. Зважування учасників

1. Зважування учасників усіх вагових категорій проводяться напередодні або у день спортивних змагань, починається не раніше ніж за дві години до їх початку і триває не більше двох годин. Якщо регламент передбачає, що учасники однієї вагової категорії змагатимуться протягом двох днів, такі спортсмени повинні пройти зважування в день початку їхніх поєдинків (перший змагальний день цієї категорії).

Для зважування дозволяється використовувати декілька ваг, при цьому учасники однієї вагової категорії мають зважуватися на одних вагах. Протягом однієї години до початку зважування учаснику надається право попереднього зважування на вагах, на яких буде проводитися офіційне зважування.

2. Учасник, який спізнився або не прибув на зважування, вибуває зі спортивних змагань.

3. В процесі зважування учасник зобов'язаний пред'явити документ, що посвідчує його особу.

4. Учасники зважуються: чоловіки – у плавках, жінки – у купальниках.

5. Зважування проводить бригада суддів, яку призначає головний суддя, до якої входять: заступник головного судді, секретар, два-три судді та лікар.

Результати зважування заносяться до протоколу (Додаток 6).

6. У особистих та особисто-командних спортивних змаганнях учасник має виступати у ваговій категорії, встановленій в ході зважування.

7. У командних спортивних змаганнях учасник може виступати на одну вагову категорію вище.

4. Обов'язки та права учасників

1. Учасники спортивних змагань зобов'язані:

– знати Правила та Регламент і неухильно їх дотримуватися;

– своєчасно прибувати на спортивні змагання у визначений час.

Учасник викликається тричі з інтервалом 30 секунд. Якщо учасник не з'являється після третього виклику, йому зараховується поразка. Панкратіаста на новий поєдинок можуть викликати тільки через 90 хвилин після завершення попередньої сутички;

Примітка: Якщо Правила або Регламент передбачають проведення тільки

одного раунду, спортсмен на новий поєдинок викликається не раніше ніж через 20 хвилин після завершення попереднього;

- під час проведення спортивних змагань перебувати у відведених для них місцях, дотримуватись тиші й порядку;
- пройти мандатну комісію;
- виконувати вимоги суддів;
- бути тактовним у ставленні до учасників, суддів, осіб, які проводять і обслуговують спортивні змагання, а також до глядачів;
- виступати в охайному костюмі єдиного зразка для команди. Уніформа повинна бути чистою і загалом сухою та не мати неприємних запахів;
- негайно виходити на майданчик за викликом суддівської колегії;
- привітати суддів і суперника перед початком та після завершення поєдинку;
- через неможливість з якихось причин продовжувати спортивні змагання негайно через представника або секунданта повідомити суддівську колегію.

2. Учасник має право:

- за одну годину до початку зважування проводити контроль ваги тіла на вагах офіційного зважування;
- через представника отримувати необхідну інформацію щодо ходу спортивних змагань, склад пар чергового кола, зміни у програмі спортивних змагань;
- використовувати в ході поєдинку не більше чотирьох хвилин за весь поєдинок на отримання медичної допомоги (хронометраж починається щойно лікар робить крок на килим) та не більше однієї хвилини на упорядкування форми кожен раз, якщо виникає потреба. Після закінчення часу учаснику, який не вклався у цей регламент зараховується поразка, а супернику присуджується чиста перемога;
- у спортивних змаганнях з повним контактом мати двох секундантів.

5. Костюм та індивідуальні засоби захисту

1. У розділах ПОЛІДАМАС, ПАЛЕЗМАТА, ТРАДІШН, АМАТОР ММА та КЕМПО учасник виступає у спортивних шортах та у футболці для боротьби – рашгارد.

2. Захисне спорядження у розділах ПОЛІДАМАС, ПАЛЕЗМАТА, ТРАДІШН, АМАТОР ММА та КЕМПО має бути одного кольору – червоного або синього. Учасник, викликаний першим, виступає у червоному, другий – у синьому.

3. Футболка для боротьби червоного або синього кольору з короткими або довгими рукавами має щільно облягати тіло, містити не менш 70% відповідного кольору. Змішування червоного або синього кольорів заборонено.

4. Шорти повинні бути переважно чорного кольору або відповідати кольору кута та мають містити не менш 70% відповідного кольору не занадто широкі, без кишень, шнурків, замків, гудзиків. Змішування червоного або

синього кольорів заборонено. Шорти повинні покривати не менше двох третин стегна, не опускаючись нижче верхньої частини коліна. Краї шортів можуть бути обшиті стрічкою з орнаментом, ширина стрічки 4 см (за бажанням). Легінси (лосини) можуть бути одягнені під шорти.

5. Учаснику забороняється змагатися в екіпіровці з будь-якими написами крім логотипів, затверджених Федерацією панкратіону України.

6. Учасники зобов'язані мати захисне спорядження:

У розділі традишн та кемпо:

- захисний шолом (за бажанням);
- рукавички з відкритими пальцями – вагою не менше 4 унцій;
- захисну раковину для чоловіків, спеціальний бандаж для жінок;
- протектор на груди для жінок під рашгардом (за бажанням);
- захисні накладки на гомілку та стопу (у формі панчохи);
- захисну капу (капа червоного кольору заборонена).

У розділі аматор ММА:

- захисний шолом – для старших юнаків (кадетів), юніорів та ветеранів обов'язково, для дорослих – за бажанням;
- рукавички з відкритими пальцями – вагою не менше 7 унцій;
- захисну раковину для чоловіків, спеціальний бандаж для жінок;
- протектор на груди для жінок під рашгардом (за бажанням);
- захисні накладки на гомілку та стопу (у формі панчохи);
- захисну капу (капа червоного кольору заборонена).

Захисне спорядження не може мати металевих або інших частин, які сприятимуть травмуванню або будь-якому іншому пошкодженню.

7. Нанесення вазеліну. Вазелін або подібні речовини може наносити лише призначений суддя.

Дозволені зони нанесення (один тонкий шар):

- брови;
- під очима;
- перенісся.

Повторне нанесення між раундами дозволено лише призначеним суддею.

Вазелін не може бути нанесений на вуха, лінію волосся або інші частини тіла.

Використання заборонених речовин (наприклад кремів, мазей) призводить до негайної дискваліфікації.

8. Учасники зобов'язані мати коротко підстрижені нігті на руках і ногах без гострих кутів. Довге волосся чи коси мають бути зібрані вище рівня плечей та надійно закріплені перед поєдинком.

Учасникам забороняється: одягати взуття під час поєдинків, бинтувати зап'ястя, руки чи щиколотки за винятком випадків травмування чи на вимогу лікаря, носити будь-які предмети, які могли б спричинити травму суперника, такі як намиста, браслети, кільця, будь-який пірсинг, протези тощо.

9. В разі проведення командних спортивних змагань учасники команди

мають виступати у єдиній спортивній формі. Допускається емблема клубу, товариства, міста на лівому рукаві футболки, на правому – позначки майстерності згідно з міжнародною класифікацією. За необхідністю учаснику може видаватися номер встановленого зразка, що прикріплюється на спині.

10. Якщо костюм та індивідуальні засоби захисту не відповідають вимогам Правил, рефері надає учаснику дві хвилини для усунення недоліків. Після закінчення часу учаснику, який не вклався у Регламент зараховується поразка, а супернику присуджується чиста перемога.

6. Представники (капітани) команд, їх обов'язки і права

1. Команда, яка бере участь у спортивних змаганнях, має свого представника, який є керівником команди і несе відповідальність за організованість, поведінку і дисципліну учасників. За відсутністю представника його обов'язки виконує капітан команди.

2. Представник (капітан) команди зобов'язаний:

- знати Правила та Регламент;
- своєчасно подати заявку та інші документи на участь у спортивних змаганнях;
- бути присутнім на спільних засіданнях суддівської колегії з представниками команд;
- інформувати учасників команди щодо рішень суддівської колегії;
- забезпечувати своєчасну явку учасників на спортивні змагання;
- перебувати на місці проведення спортивних змагань до закінчення участі у них членів команди і залишати його тільки з дозволу головного судді спортивних змагань.

3. Представник (капітан) команди має право:

- бути присутнім на процедурі жеребкування;
- одержувати довідки з усіх питань проведення і результатів спортивних змагань у членів головної суддівської колегії і секретаріаті;
- подавати перезаявки;
- подавати обґрунтовані протести з посиланням на пункти Правил.

4. Представнику (капітану) команди забороняється втручатися в роботу суддів та організаторів спортивних змагань.

5. Представник (капітан) не може бути водночас суддею даного спортивного змагання.

6. Представник (капітан) не має права перебувати біля суддівського столу.

7. Секундант

1. Секундант зобов'язаний знаходитись не ближче двох метрів від краю килима під час сутички у спортивному одязі та взутті, не залишати свого місця. Секунданту суворо заборонено наступати на килим, крім випадків, коли лікар спортивних змагань дозволяє йому надавати допомогу в лікуванні травми свого спортсмена чи у випадку перерви. Це може слугувати приводом для рефері застосувати до секунданта штрафні санкції.

2. Секундант зобов'язаний надати необхідну допомогу спортсмену під час проведення поєдинку на майданчику за вказівкою рефері.

3. Тільки один секундант має право наближатися до місця проведення сутички разом зі спортсменом. Секундант має право давати воду своєму спортсмену тільки під час перерви. Надання секундантом іншої рідини, крім води, заборонено.

4. Секундант, від імені учасника, має право відмовитися від поєдинку в будь-який час поєдинку.

5. Секунданту суворо заборонено впливати на рішення чи ображати суддівську колегію. Він може розмовляти тільки зі спортсменом. За порушення даного пункту Правил секунданту може бути зроблено зауваження шляхом показу жовтої картки, в разі повторного порушення йому показується червона картка і він відсторонюється від своїх обов'язків.

6. Секундант, відсторонений від майданчика (рингу), не допускається до виконання обов'язків протягом змагального дня. Якщо секундант відсторонюється від майданчика (рингу) повторно, він дискваліфікується на період спортивних змагань.

Примітка: Тренер/секундант не може виконувати обов'язки судді.

Адаптація ветеранів війни, осіб з інвалідністю, осіб з обмеженнями повсякденного функціонування до повноцінного життя суспільства

1. Реалізація фізичних, психологічних, соціальних можливостей ветеранів війни, осіб з інвалідністю, осіб з обмеженнями повсякденного функціонування, систематизація заходів, спрямованих на відновлення та компенсацію функціональних можливостей організму для поліпшення фізичного та психологічного стану людини в процесі діяльності Федерації з подальшого розвитку виду спорту як суб'єкта сфери фізичної культури і спорту в сучасних умовах відбуватиметься з урахуванням спрямування зусиль на залучення визначених категорій населення до занять фізичною культурою та спортом.

2. Федерація в ході адаптації виду спорту до потреб ветеранів війни, осіб з інвалідністю відповідної нозології, осіб з обмеженнями повсякденного функціонування ставить за мету сприяння інклюзії та інтеграції до повноцінного життя суспільства, фізичній, психологічній реабілітації, розвиток можливостей до ведення самостійного способу життя, залученості до місцевої спільноти.

З цією метою забезпечуються належні та сприятливі умови для зміцнення громадського здоров'я шляхом використання оздоровчої рухової активності, розв'язання спеціалізованих завдань та практичних проблем з комплексністю та невизначеністю умов, обґрунтовуються вибір та реалізація відповідних заходів для визначених категорій населення.

3. Спортивні заходи проводяться серед ветеранів війни, осіб з інвалідністю, осіб з обмеженнями повсякденного функціонування.

Допуск до участі у спортивних заходах учасників визначених категорій населення відбувається за умови допуску лікаря до занять фізичною культурою та спортом з урахуванням обмежень до виконання фізичних вправ та наявності страхового полісу, дійсного на термін проведення заходу (умови договору страхування мають передбачати участь у спортивних заходах).

Допуск до спортивних заходів відбувається без урахування спортивних розрядів та звань.

4. Федерації беруть участь у створенні безперешкодного доступу учасників спортивних заходів до місць їх проведення, використання спортивних споруд, обладнання та інвентарю, що сприятиме фізкультурно-спортивній реабілітації осіб різного віку та статі.

5. Федерація, створюючи та забезпечуючи умови для адаптації ветеранів війни, осіб з інвалідністю, осіб з обмеженнями повсякденного функціонування, співпрацює з місцевими органами виконавчої влади, органами місцевого самоврядування, іншими громадськими об'єднаннями фізкультурно-спортивної спрямованості.

6. За результатами участі в спортивних заходах серед ветеранів війни, осіб з інвалідністю, осіб з обмеженнями повсякденного функціонування спортивні розряди та звання не присвоюються.

IV. Суддівська колегія

1. Склад суддівської колегії

1. Склад головної суддівської колегії спортивних змагань (головний суддя, його заступники, головний секретар) затверджується організацією, яка проводить спортивні змагання, не пізніше ніж за 20 днів до початку спортивних змагань.

2. До складу суддівської колегії входять: головний суддя, заступник головного судді (на одного більше, ніж кількість майданчиків), головний секретар, суддівські бригади у розділах вільної програми та двобою усіх розділів, суддя інформатор, суддя при учасниках, лікар.

3. До складу суддівської бригади виконання вільної програми входять: заступник головного судді, три бокових судді, технічний секретар та суддя при учасниках.

4. До складу суддівської бригади у розділах кемпо, традишн та аматор ММА входять: суддя на майданчику (у рингу/октагоні) – рефері, два бокових судді, один арбітр, технічний секретар, суддя секундометрист, два судді при учасниках.

Якщо спортивні змагання продовжуються понад дві години поспіль, на кожному майданчику необхідно мати подвійний склад суддів.

5. Головний суддя, його заступники, головний секретар та комендант спортивних змагань мають завчасно підготувати необхідну документацію, перевірити необхідне обладнання, стан місць спортивних змагань і провести семінар або практичний інструктаж суддів.

6. Головний суддя, комендант і лікар спортивних змагань мають скласти акт прийому місця спортивних змагань.

7. Суддя має примірник Правил та знає їх.

2. Форма суддів

1. Суддя зобов'язаний мати суддівську форму: чорні штани (з чорним ременем), чорну футболку поло з короткими рукавами, м'яке спортивне взуття темного кольору, чорні шкарпетки.

Суддя зобов'язаний мати суддівський свисток, червону стрічку на лівому та синю на правому зап'ястях.

Суддям заборонено використовувати мобільні пристрої під час поєдинків.

Заборонені предмети: Рефері зобов'язані уникати носіння великих пряжок на поясі, годинників або будь-яких ювелірних виробів під час виконання обов'язків.

3. Головний суддя

1. Головний суддя зобов'язаний:

- перевірити готовність місця проведення спортивних змагань, обладнання, інвентар, їх відповідність вимогам даних Правил;
- призначити бригади суддів на зважування;
- розподілити суддів за бригадами відповідно до розділів спортивних змагань;
- вжити заходи щодо недопущення помилок суддями, в разі необхідності своєчасно виправити їх помилки;
- проводити засідання суддівської колегії за участю представників команд перед початком спортивних змагань (для оголошення програми і порядку роботи суддівської колегії) і щоденно після їх закінчення (для обговорення ходу спортивних змагань і затвердження результатів змагального дня);
- дати оцінку суддівства кожного члена суддівської колегії;
- винести рішення згідно з поданим протестом;
- здати звіт в організацію, яка проводила спортивні змагання, у встановлений термін (Додаток 17).

2. Головний суддя має право:

- відкласти спортивні змагання, якщо до їх початку місця проведення, обладнання або інвентар не відповідатимуть Правилам;
- зупинити спортивні змагання, влаштувати перерву або припинити спортивні змагання у випадку несприятливих умов, що заважають якісному їх проведенню;
- змінити обов'язки суддів під час спортивних змагань;

- відсторонити суддів, які допустили грубі помилки або які не справляються з виконанням покладених на них обов'язків;
- зняти з поєдинку або відсторонити учасника від спортивних змагань за грубе порушення Правил;
- робити зауваження, попередження представникам (капітанам) команд, відсторонити їх від виконання обов'язків, якщо вони вступають в суперечку із суддями;
- затримати оголошення результату для додаткового обговорення з суддівською бригадою результатів, якщо головний суддя не згоден з рішенням суддів, а також, якщо думки суддів в оцінці технічних дій учасників розходяться. Головний суддя після обговорення й аналізу ситуації приймає остаточне рішення;
- змінити черговість розділів, якщо у цьому виникла необхідність;
- виносити шляхом пред'явлення жовтої або червоної картки відповідно до попередження або дискваліфікацію секунданту або представнику у випадку некоректної поведінки або інших дій, які перешкоджають проведенню спортивних змагань.

3. Головний суддя не має права змінити Регламент, відсторонити або замінити суддів під час виконання вправ, під час поєдинку.

4. Виконання розпорядження головного судді обов'язкове для учасників, суддів, секундантів, представників (капітанів) команд.

4. Заступники головного судді

1. Заступники головного судді разом із головним суддею, здійснюють безпосереднє керівництво в ході спортивних змагань і несуть відповідальність за їх проведення.

2. Якщо спортивні змагання проводяться на двох і більше майданчиках, обов'язки головного судді на кожному майданчику виконує його заступник.

3. Безпосередньо надає допомогу суддям та контролює їх роботу.

4. Стежить за тим, щоб зовнішній вигляд учасників і суддів відповідав Правилам.

5. Контролює явку суддів на спортивні змагання та оцінює їх роботу наприкінці кожного дня спортивних змагань (за п'ятибальною системою).

6. Після закінчення спортивних змагань доповідає головному судді щодо їх результатів.

7. Робить зауваження, попередження представникам (капітанам) команд, відстороняє їх від виконання обов'язків, якщо вони вступають в суперечку із суддями, шляхом показу порушнику жовтої (попередження) або червоної (дискваліфікація) карточки.

5. Головний секретар і секретарі

1. Головний секретар працює під керівництвом головного судді спортивних змагань. Він відповідає за підготовку та оформлення документації для проведення спортивних змагань, приймає і перевіряє заявки, проводить жеребкування учасників (команд), веде протокол засідання головної

суддівської колегії, оформляє розпорядження головного судді, контролює правильність ведення протоколів спортивних змагань, підводить підсумки і готує статистичні дані для звіту про спортивні змагання.

2. Секретарі працюють під керівництвом головного секретаря.

3. Секретарі у суддівських бригадах підводять підсумки виступу учасників і здають головному секретареві оформлені матеріали.

4. Головний секретар оцінює роботу секретарів за п'ятибальною системою.

6. Арбітр

1. Арбітр слідкує за місцем проведення спортивних змагань та навколишньою територією.

2. Підтверджує рішення суддівської бригади.

3. Підтверджує дії або висловлює власне рішення рефері.

4. Тримає центрального рефері в курсі будь-якого нарахування балів, порушень, удушливих чи больових прийомів.

5. У разі, якщо рефері порушує Правила, арбітр має право зупинити поєдинок, піднявши руку або використовуючи свисток.

6. Фіксує всі відповідні бали в оціночному листі (суддівській записці).

7. Оголошує екстрараунд у разі нічийного результату (вікова група (U17 та старше).

8. Після закінчення спортивних змагань арбітр дає оцінку роботи рефері та бокових суддів.

9. Оголошує переможця.

7. Суддя на майданчику, у рингу/октагоні – рефері

1. Перед початком поєдинку рефері займає позицію обличчям до столу суддівської колегії, перевіряє костюм та екіпіровку учасників. У разі потреби, надає дві хвилини на усунення виявлених недоліків. Потискає руку учасникам перед початком і в кінці поєдинку.

2. Рефері використовує затверджені жести для оголошення початку та кінця поєдинку, користується командами, керує поєдинком, а також стежить, щоб поєдинок проходив у суворій відповідності до Правил.

3. У розділах кемпо, традишн, аматор ММА:

1) рефері оголошує:

– початок і закінчення поєдинку;

– щодо порушень Правил – зауваження, попередження та інші дисциплінарні заходи, включно до зняття з поєдинку;

– штрафні бали у разі порушення Правил;

– залікові бали нараховуються, якщо регламентом передбачено суддівство з використанням прапорців. Якщо ж оцінювання проводиться за допомогою суддівських записок, рефері веде поєдинок без нарахування балів;

– рішення за результатами поєдинку.

2) рефері зупиняє поєдинок у випадках:

– коли закінчується час поєдинку;

– у разі одержання одним із учасників чистої перемоги;

- якщо учасник (у стійці), учасники (лежачи) знаходяться за межами майданчику;
- якщо один із учасників знаходиться у нокауті;
- порушення Правил;
- для надання за потреби учасникам необхідної медичної допомоги не більше ніж на чотири хвилини за весь поєдинок;
- якщо учасник подає сигнал зупинки поєдинку;
- якщо секундант подає сигнал відмови продовжувати поєдинок;
- на вимогу арбітра;
- для упорядкування форми не більше одної хвилини кожний раз, якщо виникає потреба. Після закінчення часу учаснику, який не вклався у цей регламент, зараховується поразка, а супернику присуджується чиста перемога;
- у інших випадках для запобігання травмувань, якщо визначить, що учасник не в змозі чинити опір ударам, больовим чи задушливим прийомам навіть, якщо спортсмен не сигналізує щодо здачі, але йому загрожує серйозна травма;
- у разі якщо секундант починає кричати, нецензурно лається, намагається будь-яким чином вплинути на прийняття суддями рішення щодо оцінки дій або результату поєдинку – рефері має зупинити поєдинок і оголосити попередження спортсмену згідно з Правилами.

8. Бокові судді

1. У розділі спортивних змагань вільної програми бокові судді розташовуються за колом майданчика під кутом 120 градусів. За сигналом арбітра бокові судді одночасно показують оцінку.
2. Під час поєдинків кемпо, традишн або аматор ММА бокові судді розташовуються праворуч та ліворуч від суддівського столу, пересуваються уздовж своєї сторони килима і оцінюють дії учасників підняттям прапорця (руки). Якщо регламентом передбачено оцінювання за допомогою суддівських записок (додаток 12), вони фіксують у них бали за технічні дії та попередження.
3. Боковий суддя жестом або сигналом свистка може вимагати зупинку поєдинку від рефері, якщо було порушення Правил.

9. Суддя секундометрист

1. Суддя секундометрист перебуває за столом поряд з арбітром. Ударом у гонг або іншим звуковим сигналом подає сигнал початку та закінчення раунду.
2. Суддя секундометрист фіксує за секундоміром:
 - початок і закінчення раунду;
 - спізнення на майданчик після першого виклику і оголошує час;
 - звернення через травму учасника до лікаря або усунення недоліків у його костюмі та оголошує час, який використав учасник після кожної хвилини.

3. Під час перерви у поєдинку суддя секундометрист за вказівкою арбітра або рефері зупиняє секундомір і пускає його знову, ведучи відлік часу поєдинку.

10. Суддя при учасниках

1. Організує вихід учасників до місця спортивних змагань і нагородження, шикує спортсменів для параду, своєчасно попереджує щодо часу виходу на майданчик, перевіряє прізвища учасників за протоколом і відповідність форми одягу та захисного спорядження вимогам даних Правил, повідомляє головному секретареві щодо неявки та відмови учасників від спортивних змагань.

2. У разі потреби наносить вазелін або інші подібні речовини.

11. Суддя біля табло

1. Фіксує на табло технічні дії, результати раунду та матчу в цілому, занесені до протоколу поєдинку.

2. Результати на табло знімаються виключно за вказівкою заступника головного судді.

12. Суддя-інформатор

1. Суддя-інформатор відповідає за організацію інформації для учасників, представників та глядачів щодо ходу проведення та попередні результати спортивних змагань.

2. Суддя-інформатор зобов'язаний:

- добре знати Правила та Регламент, командні та особисті спортивні досягнення команд і учасників;
- вести інформацію під час спортивного змагання, своєчасно сповіщати кращі результати в ході спортивної боротьби;
- оголошувати розпорядження та вказівки суддівської колегії у ході спортивних змагань.

3. Суддя-інформатор зобов'язаний подавати підсумкові (офіційні) результати спортивних змагань виключно з дозволу головного судді.

13. Комендант спортивних змагань

1. Комендант зобов'язаний:

- підготувати та обладнати місця проведення спортивних змагань у відповідності до Правил;
- підтримувати необхідний порядок в місцях проведення спортивних змагань;
- за вказівкою головного судді організовувати телефонний або радіозв'язок у місцях проведення спортивних змагань.

2. У розпорядження коменданта виділяється необхідна кількість обслуговуючого персоналу та транспорту.

14. Лікар

1. Лікар входить до складу суддівської колегії на правах заступника головного судді з медичної частини та бере участь у її роботі.
2. Лікар спортивних змагань:
 - перевіряє наявність у заявках візи лікаря щодо допуску учасників до спортивних змагань і правильність їх оформлення;
 - слідкує за виконанням санітарно-гігієнічних вимог у місцях проведення спортивних змагань, проживання та харчування учасників;
 - надає, в разі необхідності, медичну допомогу учасникам спортивних змагань;
 - надає дозвіл учасникам накладати пов'язки або одягати гомілкостопи;
 - після закінчення спортивних змагань надає звіт головному судді щодо медичного забезпечення та травми під час спортивних змагань.
3. Медичні працівники та місце їх перебування мають явні ознаки.
4. Медичний працівник бере участь у проведенні допінг-контролю відповідно до вимог ВАДА.

15. Інспектор спортивних змагань

1. Інспектор спортивних змагань є офіційним представником організації, яка проводить спортивні змагання, персонально призначається із числа її членів і працює під її керівництвом.
2. Інспектор здійснює нагляд за роботою суддівської колегії, членами організаційного комітету і дає їм оцінку у звіті організації, яка проводить спортивні змагання.
3. Інспектор спортивних змагань зобов'язаний:
 - контролювати виконання суддівською колегією Правил та умов проведення спортивних змагань, установлених Регламентом, не допускати їх порушення;
 - брати участь у засіданні головної суддівської колегії;
 - контролювати виконання обов'язків членами організаційного комітету і учасниками спортивних змагань.
4. Інспектор не має права відмінювати рішення головного судді, прийняті у відповідності з Правилами.

V. Правила суддівства

1. Умови та порядок проведення спортивних змагань

у розділах вільної програми (ПОЛІДАМАС та ПАЛЕЗМАТА)

1. Історія: спортивні змагання з POLYDAMAS виникли у давній Греції 408 року до н.е.

В той час відомий панкратіаст Полідамас з Фесалії бився з трьома кращими бійцями царя Персії Дарія. Незважаючи на те, що Полідамас був один та без зброї, а воїни царя Дарія були навпаки озброєні, Полідамас переміг їх одного за другим.

В сучасному панкратіоні проводяться спортивні змагання на честь давньогрецького воїна Полідамаса, де один беззброєний атлет (дефендер)

змагається проти трьох озброєних атлетів (атакер).

2. В сучасному панкратіоні проводяться спортивні змагання з Палезмати, де один обеззброєний атлет (дефендер) змагається проти іншого озброєного атлета (атакер).

3. Спортивні змагання у розділах вільної програми – полідамас та палезмата – учасники демонструють техніку, яка представляє собою комбінації прийомів, що виконуються один за одним без зупинки проти озброєних атакуючих спортсменів.

4. Спортивні змагання з полідамасу та палезмати проводяться згідно з Регламентом. Команди формуються незалежно від статі.

5. Всі виступи полідамас та палезмата мають проходити без зупинки в оформленому порядку, в якому виконання прийомів має бути ефективним та видовищним, з бойовим духом; прийоми виконуються швидко та чітко, демонструючи перевагу над атакуючим.

6. У виконанні прийомів учасники мають продемонструвати удари руками і ногами, захвати, больові та задушливі прийоми, кидки, варіанти добивання та сковування.

7. В разі виконання комплексу проти нападників, учасник не може виконувати однакові прийоми.

8. Уся техніка контролюється, зі страхуванням та самострахуванням. Удари контролюються до легкого контакту, ступінь зусилля в захватах, больових та задушливих прийомах контролюється, до першої ознаки ефективності або сигналу асистента.

9. Тривалість виступу не може бути менше однієї хвилини та не перевищувати двох хвилин.

10. Учасник має продемонструвати не менше шести комбінацій самозахисту у кожному турі спортивних змагань.

11. Кожній команді дозволяється скласти та хореографічно оформити особистий порядок комбінацій атаки та захисту. Виконуючий захист відбиває напад кожного атакуючого, одного за іншим та, не зупиняючись переходить до другого порядку, де він/вона захищається від трьох нападників ще раз, він/вона обеззброює нападників, переводить у партер кожного суперника і робить їх небоєздатними.

12. У першому порядку атак захисник виконує виключно прийоми самозахисту без зброї, у другому порядку атак захиснику дозволяється обеззброїти нападників та використати зброю одного з суперників, щоб захистити себе від наступних нападників.

13. Для виконання нападу атакуючим дозволяється використовувати макет будь-якої зброї, що застосовується у спортивних змаганнях з видів єдиноборств.

14. Спортивні змагання з полідамасу та палезмати проводяться у три тури: відбірковий, напівфінальний та фінальний.

15. У першому турі беруть участь всі команди. До півфіналу допускаються максимум вісім команд, які набрали найбільшу суму балів. У фіналі виступають максимум чотири команди, які набрали найбільшу суму

балів у півфіналі.

16. Виступ команди оцінюють три судді за 10-тибальною системою.

17. Сума балів, отримана командами, заноситься до протоколу за кожний тур спортивних змагань.

18. Критерії виконання прийомів:

- динаміка використання сили;
- вірний розрахунок часу проведення технічних дій;
- належна дистанція для виконання прийомів;
- послідовність у виконанні прийомів нападу та захисту без зупинок;
- різноманітність та складність використаної техніки.

2. Визначення переможців спортивних змагань у розділі вільної програми

1. Особисті місця визначаються за більшістю набраних балів учасником у трьох турах спортивних змагань.

2. Командні місця визначаються за особистими результатами учасників.

3. Вимоги щодо виконання ударів

1. Ефективні удари у поєдинках, які дозволені Правилами, є точні, контрольовані удари з повним контактом ногами, руками, нанесені у залікові зони тіла суперника, виконані з дистанції без клінчу та захвату.

2. Критерієм ефективних атакуючих дій є:

- чітке, потужне виконання;
- точність, правильний вибір часу та дистанції;
- бойовий дух і необхідний рівень психологічної мобілізації.

3. Критерієм чіткості атакуючих дій є:

- правильне виконання техніки удару;
- стійке положення.

4. Заліковими зонами тіла для атакуючих дій є:

- голова (крім потилиці);
- передня і бокова поверхні грудної клітини;
- живіт;
- зовнішня поверхня стегна.

Кінцева траєкторія має бути перпендикулярною цілі.

5. Критерієм правильного вибору часу проведення атакуючих дій є:

- точний вибір моменту проведення атаки;
- відсутність реакції захисту у суперника.

6. Критерієм правильного вибору дистанції вході проведення атакуючих дій є:

- контроль дистанції – проведення удару з дистанції, яка в умовах реального бою дозволяє нанести чіткий удар;
- проведення ефективного удару у повному контакті.

4. Умови виконання кидків

1. Кидком вважається прийом, у результаті якого суперник

позбавляється опори і, падаючи, торкається майданчика будь-якою частиною тіла, крім ступень.

2. Кидки виконуються без падіння і з падінням учасника, який виконує прийом.

3. Кидок може бути наслідком відповідної дії на спробу суперника провести технічні дії.

4. В разі проведення кидка виконуючий має здійснювати страхування суперника.

5. В ході оцінювання кидка у першу чергу враховується ефективність та амплітуда його виконання незалежно виконується він з падінням чи без падіння виконуючого.

6. ТЕЙКДАУН:

– кидок на два бали – проведення будь-якого дозволеного даними Правилами кидка за умови, якщо у суперника відірвуться від килима обидві ноги;

– кидок на один бал – перевід зі стійки у партер з відривом від килима однієї ноги, або без відриву від килима ніг суперника (звалювання).

5. Умови виконання больових, задушливих прийомів та утримання

1. Больовим прийомом вважається захват руки або ноги суперника в боротьбі, який дозволяє провести дії: перегинання (важіль), обертання у суглобі (вузол), защемлення сухожилків чи м'язів, що змушує суперника здатися.

2. Больові прийоми проводяться плавно, без ривків.

3. Задушливими прийомами вважаються дії здавлювання сонної артерії суперника, у результаті чого суперник подає сигнал здачі або втрачає свідомість.

4. Для того, щоб не одержати травму, учасник, змушений здатися, має поплескати не менше двох разів рукою або ногою майданчик чи тіло суперника, вигукнути «СТОП» або «ЗДАЧА».

Будь-який вигук учасника, якого атакують у боротьбі є сигналом здачі, якщо в ході виконання прийому Правила не порушуються.

5. Больовий або задушливий прийоми дозволяється виконувати як у стійці так і у партері.

6. «ПАРТЕР» – визначається, коли будь-яка частина тіла спортсмена, крім нижньої частини ступні (підшви), торкається килима.

7. В разі проведення поєдинків серед спортсменів у вікових групах до 15 років рефері зараховує больовий чи задушливий прийоми, якщо один з учасників в ході проведення захвату руки, ноги або шиї дозволеним засобом, подає сигнал «здача» або рефері вважає, що захват зроблений вірно, звільнитися від захвату неможливо і проведення прийому стає неминучим.

8. Проведення утримання у домінантних позиціях:

– бек маунт – учасник контролює суперника зі спини, знаходячись своїми грудьми на спині суперника, зачепивши з внутрішньої сторони обидві п'ятки між обома стегнами суперника без схрещення ніг чи стоп. Бек маунт також зараховується в положенні стійки;

– фул маунт – в разі утримання контролю зверху, сидячи на тулубі суперника, який лежить на спині, обличчям до його голови та у положенні, де обидва коліна торкаються килима з обох боків суперника (аж до захвату однієї руки під коліном, яка не виходить за лінію пахви суперника);

– сайд маунт – проведення утримання зверху, повернутий грудною клітиною до суперника чи торкаючись нею тіла суперника, знаходячись поза контролем ніг суперника під час його захисту (гард), в той час утримуючи суперника спиною на килимі (спина має кут менший ніж 45 градусів до килима) (бокове утримання включає положення «північ-південь» та в позиції коліном на животі).

9. Залікові бали за утримання у домінантних позиціях нараховуються за виконання будь-якої домінантної позиції під час атакуючої чи контратакуючої дії в партері один раз, наступне нарахування балів за домінантні позиції спортсмену можливе лише після повернення у нейтральне положення в стійці і утрималися в ній не менше трьох секунд.

10. Залікові бали в домінантних позиціях зараховується, якщо утримання здійснено не менше трьох секунд.

6. Медична заборона

1. Спортсмену, який отримав нокаут або технічний нокаут або нокдаун, який мав такі самі наслідки (під час спортивних змагань або тренувань) заборонено змагатися протягом 60 днів.

2. Спортсмену, який втратив свідомість в ході проведення суперником задушливого прийому, заборонено змагатися протягом спортивних змагань у даному розділі, а у іншому розділі, який проводиться у інший день спортивних змагань, лише за дозволом лікаря спортивних змагань і письмової згоди представника.

3. У паспорті спортсмена ФПУ заступник головного судді, на килимі якого відбулась технічна дія (нокаут або задушливий прийом), робить відповідний запис у розділі облік нокаутів.

7. Умови проведення спортивних змагань у розділах ТРАДІШН, АМАТОР ММА та КЕМПО

1. Поєдинки проводяться на майданчику зі спеціальним покриттям.

2. Суддівство змагань проводиться одним із двох способів:

Спосіб 1: рефері та бокові судді оцінюють технічні дії учасників підняттям прапорця (руки).

Спосіб 2: бокові судді оцінюють технічні дії за допомогою суддівських записок (додаток 12).

Вибір способу визначається регламентом.

3. У розділах традишн та кемпо дозволяється нанесення ударів з повним контактом, виконання кидків, больових, задушливих прийомів та утримання:

- кулаком у тулуб;
- підйомом стопи у голову – захищеною частиною ноги;
- стопою, підйомом стопи, гомілкою, коліном у тулуб (стійка);

- гомілкою, підйомом стопи у внутрішню та зовнішню частину стегна;
- виконання кидків, больових та задушливих прийомів.

4. У розділі аматор ММА дозволяється нанесення ударів з повним контактом, виконання кидків, больових, задушливих прийомів та утримання:

- кулаком у голову і тулуб;
- підйомом стопи у голову – захищеною частиною ноги;
- стопою, підйомом стопи, гомілкою, коліном у тулуб (стійка);
- гомілкою, підйомом стопи у внутрішню та зовнішню частину стегна;
- виконання кидків, больових та задушливих прийомів.

Технічні дії, які почалися на килимі, а закінчилися за його межами, оцінюються відповідно до Правил.

Технічні дії, проведені під час гонгу (свистка), оцінюються відповідно до Правил.

5. Поєдинок починається на майданчику за командою (свистком) рефері «БІЙ» і закінчується сигналом гонгу та командою (свистком) рефері «СТОП».

6. Тривалість поєдинків:

5.1. У розділах традишн та кемпо для всіх вікових груп встановлено 1 раунд. Тривалість раунду становить: для учасників змагань до 15 років (U9, U11, U13 та U15) – 2 хвилини; для вікової групи 16-17 років (U17) – 3 хвилини; для вікових груп 18-20 років (U20), 19-23 років (U23) та понад 20 років – 4 хвилини.

5.2. У розділі аматор ММА:

Змагання можуть проводитися за раундовою системою або в один раунд, що визначається регламентом змагань.

Тривалість поєдинків в один раунд становить: для вікової групи 16-17 років (U17) – 3 хвилини; для вікових груп 18-20 років (U20), 19-23 років (U23) та понад 20 років – 4 хвилини.

Попередні та втішні сутички, за раундовою системою, у віковій групі 16-17 років (U17) проводяться у 2 раунди тривалістю по 2 хвилини кожен, а у віковій групі 18-20 років (U20) та старше – у 2 раунди тривалістю по 3 хвилини кожен. У разі нічиєї після двох раундів проводиться один додатковий раунд (екстрараунд).

Перерва між раундами 1 хвилина.

Сигнали та Таймінг

Суддя секундометрист має дотримуватись наступних сигналів:

- За 10 секунд до кінця кожного раунду використовується клаксон або подібний звуковий сигнал, який сповіщає спортсменів і суддів.
- За 10 секунд до кінця кожної перерви – свисток, який сигналізує про наближення початку наступного раунду.
- Кінець кожного раунду чітко позначається дзвінком або свистком.

Тривалість фінальних поєдинків встановлюється залежно від вікової групи: для учасників 16-17 років (U17) – 3 раунди по 2 хвилини, а для учасників 18-20 років (U20) та старших – 3 раунди по 3 хвилини.

За погодженням керівництва Федерації, тривалість поєдинків визначається Регламентом змагань.

7. Нічия в раунді.

Якщо протягом раунду не визначається переможець, він визначається наступним чином: учасник, який отримав останній заліковий бал, стає переможцем раунду. У разі якщо не було отримано жодного балу, переможець визначається за думкою бокових суддів та рефері шляхом підняття руки із напульсником відповідного кольору або прапорця.

8. Екстрараунд оголошується у разі нічийного результату поєдинку у вікових групах 16-17 років (U17) та старше.

9. Кожен раунд у поєдинку проводиться без зупинки часу для присудження оцінок за технічні дії.

10. Поєдинок закінчується достроково у разі: чистої перемоги одного із учасників, дискваліфікації одного або двох учасників за порушення Правил або за травмою учасника тощо.

11. Перед початком поєдинку судді займають позиції, позначені на майданчику.

Після команди рефері учасники займають вихідне положення. Учасник у рашгарді синього кольору стає праворуч від рефері, учасник у рашгарді червоного кольору стає ліворуч від рефері.

12. Зупинка поєдинку.

- якщо поєдинок був призупинений з вказаних в даних Правилах причин, учасники мають сісти у центрі килима обличчям до суддівського столу, очікуючи рішення рефері;

- у разі порушення екіпіровки під час поєдинку у партері, рефері торкається спортсменів і дає команду «стоп, не рухатись». Учасники зупиняються і залишаються в положенні поки рефері не дасть команду «бій»;

- у разі, якщо захисний шолом знявся під час проведення больового або задушливого прийому, рефері дає можливість продовжити дію, але одразу після закінчення дії подає команду «стоп»;

- у разі, якщо поєдинок в положенні лежачі проходить пасивно з обох сторін, рефері командує «ДІЯ» і відкриває рахунок до п'ятнадцяти, якщо активні дії не почались, рефері зупиняє поєдинок і продовжує його зі стійки, з нейтрального положення;

- у випадку травми або кровотечі спортсмена рефері зупиняє поєдинок, а медичний персонал негайно втручається. Лікар спортивних змагань визначає ефективність зупинення кровотечі і можливість спортсмена продовжувати поєдинок. Поєдинок відновлюється тільки після того, як усі матеріали використані для очищення слідів крові, будуть правильно утилізовані, а закривавлений одяг спортсмена/спортсменів замінений. У панкратіаста має бути запасний комплект уніформи;

- після будь-якої зупинки поєдинок продовжується з нейтрального положення (учасники знаходяться у центрі майданчика один проти одного).

13. Присудження оцінок за технічні дії.

У розділі ТРАДІШН:

Чиста перемога “ЧП” за:

- нокаут;

- проведення больового або задушливого прийому;
- якщо учасник навмисно виходить з больового або задушливого прийому за межі майданчика або використовує заборонені дії, йому/їй зараховується поразка - «КЕЧ»;

- неявку, дискваліфікацію, зняття суперника лікарем;
- відмову від поєдинку.

Три бали “3” за:

- проведення удару ногою (підйомом стопи) в голову (стійка);
- проведення кидка з великою амплітудою (будь-яка частина тіла того, кого атакують проходить вище лінії талії атакуючого).

Два бали “2” за:

- проведення удару ногою (стопною, гомілкою, коліном) у тулуб (стійка);
- проведення будь-якого дозволеного даними Правилами кидка з відривом двох ніг;

- виконання будь-якої домінантної позиції під час атакуючою чи контратакуючою дії в партері.

Приклад: учасник в синьому виконав високоамплітудний кидок та зайняв позицію «Фул маунт» і зафіксував цю позицію не менше трьох секунд, він отримує 3 бали за кидок та 2 бали за утримання. Та якщо спортсмен перейшов далі на утримання «Сайд маунт» чи «Бек маунт» – бали не нараховуються. Учасник в червоному виконав контратакуючу дію та забрав контроль зі спини «Бек маунт» – панкратіаст отримує 2 бали. Ця система оновлюється, якщо бійці вийшли в нейтральне положення у стійці і утрималися в ній не менше трьох секунд.

Один бал “1” за:

- проведення удару рукою у тулуб (у стійці);
- проведення удару ногою (гомілкою, підйомом стопи) у зовнішню частину стегна;

- «ТЕЙКДАУН» – перевід зі стійки у партер (звалювання);
- проведення удару рукою у тулуб в партері в одній позиції.

У розділі АМАТОР ММА:

Чиста перемога “ЧП” за:

- нокаут;
- проведення больового або задушливого прийому;
- якщо учасник навмисно виходить з больового або задушливого прийому за межі майданчика або використовує заборонені дії, йому/їй зараховується поразка - «КЕЧ»;

- технічний нокаут (якщо учасник отримує три акцентовано проведених удари у голову, нехтуючи власною безпекою);

- неявку, дискваліфікацію, зняття суперника лікарем;
- відмову від поєдинку.

Три бали “3” за:

- проведення удару ногою (підйомом стопи) у голову(стійка);
- проведення кидка з великою амплітудою (будь-яка частина тіла того,

кого атакують проходить вище лінії талії атакуючого).

Два бали “2” за:

- проведення удару ногою (стопою, гомілкою, коліном) у тулуб (стійка);
- проведення будь-якого дозволеного даними Правилами кидка з відривом двох ніг;
- виконання будь-якої домінантної позиції під час атакуючою чи контратакуючою дії в партері.

Приклад: учасник в синьому виконав високоамплітудний кидок та зайняв позицію «Фул маунт» і зафіксував цю позицію не менше трьох секунд, він отримує 3 бали за кидок та 2 бали за утримання. Та якщо спортсмен перейшов далі на утримання «Сайд маунт» чи «Бек маунт» – бали не нараховуються. Учасник в червоному виконав контратакуючу дію та забрав контроль зі спини «Бек маунт» – панкратіаст отримує 2 бали. Ця система оновлюється, якщо бійці вийшли в нейтральне положення у стійці і утрималися в ній не менше трьох секунд.

Один бал “1” за:

- проведення удару рукою у голову, тулуб (стійка);
- проведення удару ногою (гомілкою, підйомом стопи) у зовнішню частину стегна;
- «ТЕЙКДАУН» – перевід зі стійки у партер (звалювання);
- проведення удару рукою у партері в одній позиції.

У розділі КЕМПО:

Чиста перемога “ЧП” за:

- нокаут або два нокдауни;
- один нокдаун у вікових категоріях до 16 років;
- проведення больового або задушливого прийому;
- якщо учасник навмисно виходить з больового або задушливого прийому за межі майданчика або використовує заборонені дії, йому/їй зараховується поразка - «КЕЧ»;

- досягнення різниці у 12 балів (технічна перевага);
- неявку, дискваліфікацію, зняття суперника лікарем;
- відмову від поєдинку.

Чотири бали “4” за:

- нокдаун;
- бек маунт;

Три бали “3” за:

- фул маунт;
- проведення удару ногою (підйомом стопи) у голову (стійка);
- проведення кидка з великою амплітудою (будь-яка частина тіла того, кого атакують проходить вище лінії талії атакуючого).

Два бали “2” за:

- проведення удару ногою (стопою, гомілкою, коліном) у тулуб (стійка);
- проведення будь-якого дозволеного даними Правилами кидка;
- сайд маунт;

– ТЕЙКДАУН – кидок з відривом двох ніг.

Один бал “1” за:

- проведення удару рукою (кулаком) у тулуб (у стійці);
 - проведення удару ногою (гомількою, підйомом стопи) у зовнішню частину стегна;
- «ТЕЙКДАУН» – перевід зі стійки у партер (звалювання);
 - проведення удару рукою (кулаком) або коліном у партері в одній позиції.

Залікові бали за утримання у домінантних позиціях нараховуються за прогресивною системою.

Приклад: учасник отримав 3 бали за «Фул маунт», якщо він перейшов на «Сайд маунт» – 2 бали не зараховуються, учасник може отримати тільки 4 бали за «Бек маунт». Позиція має бути покращена. Ця система оновлюється, якщо учасник вийшов з незручного положення в нейтральне положення лежачи або у стійці і утримався не менше трьох секунд.

Примітка: тільки клоуз гард визнається нейтральною позицією в положенні лежачи.

14. В разі проведення поєдинків у розділі традишн забороняється виконувати дії:

- удари в шию, горло, потилицю, суглоби, пах;
- удари руками в голову;
- прямі удари ногами в голову;
- удари у коліна і нижче;
- удари ліктем;
- удари у хребет та нирки;
- неконтрольовані удари;
- удари п'ятою в ключицю і голову;
- удари пальцями та відкритою долонею;
- удари коліном у голову;
- удари коліном у спину;
- удари головою;
- навмисне нанесення травми (не дає можливості супернику здатися в ході проведення больового або задушливого прийомів);
- спайкс (кидки, що є небезпечними для здоров'я та життя суперника і можуть призвести до травм та пошкодження);
- бити суперника об килим, у спробі запобігти больовому або задушливому прийому;
- впиратися в обличчя;
- задушливі та больові прийоми під час проведення кидка Виняток: задушливий типу гільйотина спереду, якщо спортсмен контролювано опускає суперника на землю або переходить у гард;
- захвати статевих органів;
- захвати за шкіру та волосся;
- викручувати пальці рук та ніг;

- захват п'яти зі скручуванням у колінному суглобі;
- падати на суперника;
- щипатися і кусатися;
- захоплювати голову двома руками, що може привести до скручування шийних хребців;
- кен опен – стиснення шийного відділу хребта із упором двома ліктями у груди і захоплення голови кистями;
- фул нельсон;
- захоплювати менш ніж 4 пальця;
- проводити задушливі прийоми за допомогою пальців;
- захвачувати одяг та екіпіровку учасника;
- больові прийоми на кисті рук двома руками;
- больові прийоми на хребет та шию;
- вести пасивний поєдинок;
- некоректно поводитись відносно суддів, суперників, глядачів;
- ухилятися від поєдинку;
- нехтувати власною безпекою;
- сперечатися із суддями;
- вести будь-які розмови;
- вживати будь-яку рідину під час поєдинку;
- наносити удари ногами, якщо один із учасників знаходиться в партері.

У вікових категоріях до 14 років забороняється:

- проведення задушливого прийому на діафрагму;
- проведення задушливого прийому спереду (гілйотина) – стійка;
- проведення задушливого прийому спереду без захвату руки суперника (гілйотина) – партер ;
- проведення больових прийомів на ноги;
- проведення задушливого прийому двома ногами за голову.

У вікових категоріях до 16 років забороняється:

- проведення больових прийомів на ноги;
- кидок «Ножиці».

У вікових категоріях до 18 років забороняється:

- проведення больових прийомів на ноги (окрім «ахілеса»);
- проведення задушливого прийому спереду без захвату руки суперника.

15. В разі проведення поєдинків у розділі АМАТОР ММА забороняється виконувати дії:

- удари в шию, горло, потилицю, суглоби, пах;
- удари п'ятою в ключицю і голову;
- прямі удари ногами в голову;
- удари у коліна і нижче;
- удари коліном у голову;
- удари коліном у спину;
- удари у хребет та нирки;

- удари ліктем;
 - неконтрольовані удари;
 - удари пальцями та відкритою долонею;
 - удари головою;
 - навмисне нанесення травми (не дає можливості супернику здатися в ході проведення больового або задушливого прийомів);
 - спайкс (кидки, що є небезпечними для здоров'я та життя суперника і можуть призвести до травм та пошкодження);
 - ударяти суперника об килим, у спробі запобігти больовому або задушливому прийому;
 - вбиратися в обличчя;
 - задушливі та больові прийоми під час проведення кидка Виняток: задушливий типу гільйотина спереду, якщо спортсмен контролювано опускає суперника на землю або переходить у гард;
 - захвати статевих органів;
 - захвати за шкіру та волосся;
 - викручування пальців рук та ніг;
 - захват п'яти зі скручуванням у колінному суглобі;
 - падати на суперника;
 - щипатися і кусатися;
 - захоплювати голову двома руками, що може привести до скручування шийних хребців;
 - кен опен – стиснення шийного відділу хребта із упором двома ліктями у груди і захоплення голови кистями;
 - фул нельсон;
 - захоплювати менше чотирьох пальців;
 - проведення задушливих прийомів за допомогою пальців;
 - захват одягу та екіпіровки учасника;
 - больові прийоми на кисті рук двома руками;
 - больові прийоми на хребет та шию;
 - ведення пасивного поєдинку;
 - некоректна поведінка відносно суддів, суперників, глядачів;
 - ухиляння від поєдинку;
 - нехтування власною безпекою;
 - сперечання із суддями;
 - ведення будь-яких розмов;
 - вживання будь-якої рідини під час поєдинку;
 - нанесення ударів ногами, якщо один із учасників знаходиться в партері.
- У вікових категоріях до 18 років забороняється:
- проведення больових прийомів на ноги (окрім «ахілеса»);
 - проведення задушливого прийому спереду (гільйотина) без захвату руки суперника;

- удар рукою в голову в партері.
16. В разі проведення поєдинків у розділі кемпо забороняється виконувати дії:
- удари в шию, горло, потилицю, суглоби, пах;
 - удари руками в голову;
 - прямі удари ногами в голову;
 - удари у коліна і нижче;
 - удари ліктем зверху;
 - удари у хребет та нирки;
 - неконтрольовані удари;
 - удари п'ятою в ключицю і голову;
 - удари пальцями та відкритою долонею;
 - удари ногами (обидва учасника), якщо один з суперників знаходиться в положенні лежачи;
 - удари коліном, ліктем у голову;
 - удари коліном у спину;
 - удари головою;
 - удари основою кулака (молот);
 - навмисне нанесення травми (не дає можливості супернику здатися в ході проведення больового або задушливого прийомів);
 - спайкс (кидки, що є небезпечними для здоров'я та життя суперника і можуть призвести до травм та пошкодження);
 - бити суперника о килим, у спробі запобігти больовому або задушливому прийому;
 - впіратися в обличчя;
 - задушливі та больові прийоми під час проведення кидка;
 - захвати статевих органів;
 - захвати за шкіру та волосся;
 - викручувати пальці рук та ніг;
 - захват п'яти зі скручуванням у колінному суглобі;
 - падати на суперника;
 - щипатися і кусатися;
 - захоплювати голову двома руками, що може привести до скручування шийних хребців;
 - кен опен – стиснення шийного відділу хребта із упором двома ліктями у груди і захоплення голови кистями;
 - фул нельсон;
 - захоплювати менше чотирьох пальців;
 - проводити задушливі прийоми за допомогою пальців;
 - захвачувати одяг та екіпіровку учасника;
 - больові прийоми на кисті рук двома руками;
 - больові прийоми на хребет та шию;
 - вести пасивний поєдинок;

- некоректно поводитись відносно суддів, суперників, глядачів;
- ухилятися від поєдинку;
- нехтувати власною безпекою;
- сперечатися із суддями;
- вести будь-які розмови;
- вживати будь-яку рідину під час поєдинку;
- наносити удари ногами, якщо один із учасників знаходиться в партері.

У вікових категоріях до 14 років забороняється:

- проведення задушливого прийому у діафрагму;
- проведення задушливого прийому з переду без захвату руки суперника;
- проведення больового прийому на стопу, що може привести до скручування у колінному суглобі, вузол стопи «риб'ячий хвіст» (крім «ахілеса»);

- проведення задушливого прийому двома ногами за голову.

У вікових категоріях до 16 років забороняється:

- удари коліном в положенні лежачи.

У вікових категоріях до 18 років забороняється:

- проведення задушливого прийому спереду без захвату руки суперника.

17. Результати поєдинку:

Учаснику, який отримав чисту перемогу, нараховується “5” балів, а тому хто програв – “0” балів.

Учаснику, який отримав перемогу за балами нараховується “4” бали, програв – “1” бал. Перемога за балами присуджується учаснику, який набрав найбільшу суму балів.

Учаснику, який отримав незначну перемогу нараховується “3” бали, програв – “2” бали. Перемога з незначною перевагою віддається учаснику, який переміг за балами у екстрараунді або за рішенням суддів.

8. Попередження і дискваліфікація за порушення Правил

1. Виходи за межі майданчика:

- виходом за межі майданчика вважається положення одного із учасників поєдинку, коли його обидві ступні (у стійці) перетинають зовнішню лінію;
- у положенні лежачи, коли тіла обох учасників знаходяться за межами майданчика;
- технічна дія, у результаті яких учасник або обидва учасника одночасно вийшли за межі майданчика не розцінюється як вихід;
- вихід за межі майданчика після команди «СТОП» не розцінюється як вихід;
- ефективні атакуючі дії, проведені за межами майданчика, не оцінюються.

2. **Порушення Правил:**
 - здійснення заборонених дій;
 - небезпечна техніка;
 - спізнення з виходом на майданчик більше 1 хвилини після першого виклику;
 - перехід у захисне положення зі стійки у партер без проведення технічних дій, без контакту.
3. **До дій, що завдають шкоди престижу панкратіону належать:**
 - симуляція одержання травми, будь-яким способом, спроби перебільшити ступінь тяжкості травми з метою одержати переваги над суперником;
 - навмисне нанесення або спроби нанесення травми супернику;
 - груба, неетична і недисциплінована поведінка.
4. **Пасивність – ухилення від проведення поєдинку, прикметами якого є:**
 - постійний відступ, що не дає змоги супернику провести атакуючі дії;
 - відсутність проведення атакуючих, контратакуючих дій;
 - надмірне зволікання часу до початку поєдинку, проведення атаки;
 - навмисне введення в оману рефері (симуляція);
 - припинення бою без команди рефері;
 - розмови на майданчику.
5. **Відсутність власної безпеки:**
 - учасник виконує атаку без захисних дій;
 - розвертається спиною до суперника;
 - виконує обхвати суперника, нехтує особистою безпекою;
 - відсутня власна страховка під час падіння.
6. **Порушення Правил та порядок покарань.**

Порушення Правил	Порядок покарань
Пасивність	Зауваження
- небезпечна техніка - неспортивна поведінка - відсутність власної безпеки - навмисний вихід за межі майданчика	- 1-ше порушення – 1-ше попередження – супернику 1 бал - 2-ге порушення – 2-ге попередження – супернику 1 бал - 3-тє порушення – 3-тє попередження – 1 бал супернику - 4-те порушення – дискваліфікація на поєдинок – супернику чиста перемога
- навмисний вихід з больового або задушливого прийому за межі майданчика	Кеч (дискваліфікація на поєдинок)
- неповага до усіх учасників змагань	Дискваліфікація на змагання

За пасивність учаснику оголошується зауваження без зупинки поєдинку. Якщо пасивність настає в другий раз або після порушення Правил, вона розглядається як наступне порушення.

За перше порушення Правил учаснику оголошується перше попередження, супернику – один бал.

За друге порушення Правил учаснику оголошується друге попередження, супернику – один бал.

За третє порушення Правил учаснику оголошується третє попередження, супернику – 1 бал.

За четверте порушення Правил учаснику оголошується четверте попередження і дискваліфікація на поєдинок, супернику – чиста перемога.

За грубі порушення Правил учаснику може бути відразу оголошено друге попередження або дискваліфікація (в залежності від ступеня спричиненої небезпеки супернику або собі):

- здійснення заборонених дій, за які учасник уже одержав перше попередження;
- здійснення заборонених дій, у результаті яких сам учасник або його суперник одержали травму середньої тяжкості;
- здійснення заборонених дій, у результаті яких потенційна можливість суперника виграти сутичку звелась до нуля.

Пасивність включає:

- затримання дій, розмовляючи з тренером/секундантом;
- покидання килима без дозволу;
- використання забагато часу для повернення в центр килима;
- нераціональне використання часу (зловживання);
- вибігання за килим (навмисний вихід за килим обома стопами з метою втечі від тейкдауна чи іншої дії, постійне перебування біля краю робочої зони килима у спробі використати вихід для уникнення зарахування балів супернику тощо);
- завчасний початок поєдинку (тобто, початок боротьби до свистка рефері).

7. Учаснику оголошується попередження, якщо він:

- або його тренер (представник, секундант), члени команди намагаються будь-яким способом вплинути на прийняття суддями рішення щодо оцінки дій або результату поєдинку;
- припиняє поєдинок або залишає майданчик без дозволу судді на майданчику;
- свідомо порушує дані Правила.

Учасник може бути дискваліфікований, якщо він:

- або його тренер (представник, секундант), члени його команди вступають у суперечку із суддями, погрожують їм, висловлюють нецензурні слова;

– або його тренер (представник, секундант), члени його команди ображають власною поведінкою суддів, учасників та інших.

8. У залежності від серйозності порушення учаснику може бути оголошено відразу перше, друге або дискваліфікація на поєдинок чи на весь період спортивних змагань.

9. За грубу поведінку головний суддя або його заступник можуть дискваліфікувати учасника зі спортивних змагань.

10. Дискваліфікованому учаснику на весь період спортивних змагань місце не визначається.

11. Факт дискваліфікації учасника на весь період спортивних змагань заноситься із зазначенням причини до протоколу спортивних змагань і звіту головного судді спортивних змагань. Рішення щодо застосування дисциплінарних заходів стосовно дискваліфікованого учасника приймає суддівська колегія спортивних змагань (у рамках повноважень). Щодо цього повідомляється у дисциплінарну комісію організації, яка проводить спортивні змагання, і в організацію, яка направила учасника на спортивні змагання і яка, у свою чергу, може накласти додаткові дисциплінарні санкції на учасника (представника, тренера, секунданта). На організацію, що направляє учасника на спортивні змагання, також може накладатись дисциплінарні або штрафні санкції Федерацією панкратіону України.

12. За грубу поведінку головний суддя або його заступник можуть покарати тренера (представника, секунданта). Перше порушення – Попередження – показується жовта картка. Друге порушення – Дискваліфікація – червона картка. Дискваліфікація поширюється в залежності від ступеню проступку: на день спортивних змагань, на спортивні змагання в цілому. Розмір картки 10X15 см.

9. Визначення переможців двобою

1. В особисто-командних спортивні змаганнях особисті місця визначаються в кожній ваговій категорії, згідно з розділом спортивних змагань.

2. В особисто-командних спортивних змаганнях командні місця визначаються від особистих результатів учасників, які входять до складу команди. Склад команди, вагові категорії і кількість залікових учасників визначається Регламентом.

3. Командні місця в особисто-командних спортивних змаганнях визначаються за найбільшою сумою очок, набраних учасниками, які посіли з першого по 10 місце, за принципом – краще місце – більше балів. За кожну отриману жовту картку знімається один бал, за кожну червону картку два бали з команди.

Місце	Очки
1	10
2	9
3	8
4	7
5	6

6	5
7	4
8	3
9	2
10	1

4. У разі рівності балів у двох, трьох і більше команд перевага віддається команді, яка має більше перших, других, третіх тощо місць.

5. Якщо у ваговій категорії зважився один учасник, першість у цій ваговій категорії не розігрується, але у командному заліку учасник приносить бали, відповідно до першого місця.

6. Командні спортивні змагання проводяться за одним із визначених способів для проведення особистої першості. Системи і способи проведення спортивних змагань, кількість учасників, вагові категорії, можливість зміни учасників у ході спортивних змагань визначаються Регламентом.

7. У командній зустрічі, за кожну перемогу учасника, команда отримує “1 бал”, за поразку – “0 балів”. У зустрічі перемогу отримує команда, яка набрала більше балів. У спортивних змаганнях місця поділяються за кількістю перемог командою. Якщо кількість перемог рівна, перевага віддається команді:

- за особистою зустріччю команд;
- більше перемог кожного учасника;
- більше перемог кожного учасника з рахунком 5:0;
- менше часу витраченого на ці поєдинки;
- більше перемог кожного учасника з рахунком 4:1;
- більше перемог кожного учасника з рахунком 3:2;
- менше поразок з рахунком 0:5;
- менше поразок з рахунком 1:4;
- менше поразок з рахунком 2:3;
- більше набраних балів за поєдинки кожного учасника команди;
- більше технічних дійна оцінку 4, 3, 2, 1 бали;
- менше попереджень.

VI. Обладнання місць спортивних змагань

1. Місце спортивних змагань

1. Місцем спортивних змагань є палестра, майданчик для боротьби самбо, дзюдо, спортивної боротьби, ринг або октагон.

2. Розмір майданчика: 12x12 м, вписане коло 10 м, або 10x10 м, вписане коло 8 м, 2 м – зона безпеки. Спеціально обладнаний ринг або октагон (для повного контакту).

2.1. Майданчик має рівне покриття, що унеможливило одержання травми під час спортивних змагань. На майданчик (ринг або октагон) укладаються мати.

2.2. Поруч, але не ближче 1,5 м від майданчика, встановлюється стіл для керівників спортивних змагань. На столі мають знаходитись гонг або прилад

для подачі звукового сигналу, два секундоміри. Під кутом 120 градусів навколо майданчика встановлюються стільці для бокових суддів – у разі користування електронною системою нарахування балів. Крім того, біля кожного майданчика обладнується місце для медичного персоналу.

2.3. Майданчик для проведення спортивних змагань з урахуванням міжнародних вимог відображено у Додатку 16.

3. Розмір октагону: зовнішній діаметр 38 футів (~ 11,5 м), внутрішня (бойова) зона 30 фт (~ 9,1 м) або зовнішній діаметр 33 фт (~ 10 м), внутрішня (бойова) зона 25 футів (~ 7,6 м); підлога (платформа) піднята на 4 фт (~ 1,2 м) від «землі»; огорожа (сітка рабиця з ПВХ покриттям) висота від полотна до верху 5 фт 9 дюймів (~ 1,8 м); входні ворота: 2 воріт навпроти, кожні 3 фт (~0,9 м) у ширину і 5 фт (~1,5 м) у висоту; ширина «прогулянкової» зони навколо бойової платформи 4 фути (~ 1,2 м); навколо октагону 2 м – зона безпеки.

3.1. Стіни / огорожа. Стовпи огорожі повинні бути з металу, їхній діаметр не більше 6 дюймів (~ 15,2 см). Стовпи повинні підніматися від підлоги будівлі не менше ніж на 58 дюймів (~ 1,47 м) над поверхнею майданчика. Огорожа має бути з матеріалу, який запобігає тому, щоб бійці впали назовні або проламали сітку (наприклад, ланцюгова сітка з покриттям). Усі металеві частини огорожі мають бути оббиті/мати захисні м'які накладки, щоб не були абразивними для спортсменів.

3.2. Поверхня майданчика ("canvas") має шар м'якої підкладки щонайменше 4-5 см щільної піноподібного або подібного матеріалу для амортизації. Підкладка має виступати за край майданчика.

4. Розмір рингу: платформа: 7-8 м, бойова зона – 5,5-6 м, висота платформи – 0,9-1,22 м над землею.

4.1. Канати: 4 канати. Висота над рингом: нижній: ~40 см, 2-й: ~70 см, 3-й: ~100 см, верхній: ~130 см. Відстань між канатами: 28–30 см.

4.2. Канати мають бути покриті м'яким матеріалом (оббиті).

4.3. Поверхня майданчика ("canvas") має шар м'якої підкладки щонайменше 4-5 см щільної піноподібного або подібного матеріалу для амортизації.

2. Звуковий сигнал (гонг), ваги, секундоміри, демонстраційне табло

1. Звуковий сигнал (гонг) має бути гучним та може бути будь-якої системи.

2. Ваги для зважування учасників мають бути полагоджені та точно вивірені. Кількість ваг визначається суддівською колегією.

3. Прилади для вимірювання часу мають бути оснащені відповідними функціями, які дозволяють зупиняти прилад та продовжувати його роботу з вимірювання часу без анулювання показників до закінчення поєдинку.

4. Для інформації глядачам і учасникам у ході поєдинку поруч зі столом суддівської колегії встановлюється демонстраційне табло, на якому демонструються оцінки, що отримують учасники.

3. Вимоги щодо місць спортивних змагань

1. Коефіцієнт природного освітлення зали має бути 1:5, 1:6, штучне освітлення – не менше 600 люксів. Майданчик має бути освітлений зверху світильниками відбитого або розсіяного світла із захисною сіткою.
2. В разі проведення спортивних змагань у приміщенні температура має бути від +15 С до +25 С, вологість повітря – не менше 60%. Вентиляція має забезпечувати трикратний обмін повітря на годину.
3. В разі проведення змагань на відкритому повітрі температура має бути до +25 С. Майданчик має бути захищений від прямих сонячних променів.
4. Глядачі мають перебувати не ближче 3 м від майданчика.

Директор департаменту
спорту вищих досягнень

Оксана АНАСТАСЬЄВА

ПОГОДЖЕНО

Президент Всеукраїнської Федерації

пінкратівського виду спорту України



Олександр МАНДРІК

2026

Спосіб проведення спортивних змагань за колом

1. Порядок проведення спортивних змагань.

1.1. Якщо у спортивних змаганнях однієї вагової категорії бере велика кількість учасників, дозволяється розділяти учасників на 2, 4, 8 та 16 підгруп (для розміщення більш сильніших учасників у різних підгрупах).

1.2. В разі розподілу учасників на дві підгрупи проводяться фінали. З кожної підгрупи у фінал виходять два учасники, які посіли 1-е та 2-е місце у підгрупі.

1.3. В разі розподілу учасників на чотири підгрупи між учасниками (командами), які посіли 1-е або 2-е місця у підгрупі, проводяться півфінальні спортивні змагання. З переможців першої та другої складається перша півфінальна група, а з переможців третьої та четвертої підгрупи – друга півфінальна група.

Учасники, які посіли 1-е та 2-е місця у півфінальних групах, виходять до фіналу. Цей порядок зберігається й при розподілі учасників (команд) на 8 та 16 підгруп.

1.4. У підгрупах учасники (команди), які увійшли у півфінал (фінал) однієї з підгруп, вважаються півфінальними (фінальними), а їх результати переносяться до протоколу півфінальних (фінальних) спортивних змагань.

1.5. Учасник, який посів 1-е місце у першій півфінальній групі, вписується до протоколу фінальних спортивних змагань під № 1; який посів 2-е місце – під № 4; який посів 1-е місце у другій півфінальній групі – під № 2; який посів 2-е місце – під № 3.

Такий порядок зберігається і в разі розподілу проміжків ступенів спортивних змагань при розподілі учасників на 4, 8, 16 підгруп.

1.6. Учасник, який не увійшов у фінальну або півфінальну групу, закінчує спортивні змагання.

1.7. Спортивні змагання у фіналі, півфіналі, або інші проміжки ступенів спортивних змагань, проводяться у два кола. Перше коло: 1-3, 2-4 та друге коло: 1-2 4-3. В разі проведення другого кола фіналу дозволяється спочатку проводити поєдинки за 3-є й 4-е місця і тільки тоді провести поєдинки за 1-е й 2-е місця.

1.8. Зазначений порядок повністю зберігається в разі проведення командних спортивних змагань способом “за колом”.

2. Порядок складання пар.

2.1. У підгрупах, на які розбиваються учасники (команди) з початку спортивних змагань, може бути не більше 6 осіб чи команд.

2.2. Пари складаються у наступному порядку (таблиця).

2.3 У кожному колі, в підгрупі з непарною кількістю учасників (команд) один учасник (команда) вільний.

Кількість учасників команд	КОЛА				
	I	II	III	IV	V
3	1-2	1-3	1-0		
	0-3	2-0	3-2		
4	1-2	1-3	1-4		
	4-3	2-4	3-2		
5	1-2	1-3	1-4	1-5	1-0
	0-3	2-4	3-5	4-0	5-2
	5-4	0-5	2-0	3-2	4-3
6	1-2	1-3	1-4	1-5	1-6
	6-3	2-4	3-5	4-6	5-2
	5-4	6-5	2-6	3-2	4-3

2. Визначення місць учасників.

3.1. В особистих спортивних змаганнях, учасник (команда), який отримав найбільшу суму балів у результаті всіх проведених ним поєдинків у підгрупі (фіналі, півфіналі), посідає перше місце. Подальші місця розподіляються за найбільшою сумою балів, отриманих учасниками.

3.2. В разі рівності балів у двох і більше учасників, місця між ними розподіляються за найбільшою кількістю перемог у взаємних зустрічах.

3.3. В разі однакової кількості балів і однакової кількості перемог кращі місця визначаються за:

- більше перемог учасника з рахунком 5:0;
- менше часу витраченого на ці поєдинки;
- більше перемог кожного учасника з рахунком 4:0;
- більше перемог кожного учасника з рахунком 3:2;
- менше поразок з рахунком 0:5;
- більше часу витраченого на ці поєдинки;
- менше поразок з рахунком 0:4;
- менше поразок з рахунком 2:3;
- більше технічних дій на оцінку 4, 3, 2, 1 бали;
- менше попереджень;
- більше набраних балів за поєдинки кожного учасника команди;
- менше зауважень.

Якщо учасник вибув зі спортивних змагань з причини травмування й провів не менше 50% поєдинків, йому зараховується місце, але за умови, що він у всіх пропущених поєдинках отримав чисту поразку, а його суперник чисту перемогу за часом 0 хвилин 00 секунд. Та навпаки, якщо учасник провів менше 50% поєдинків спортивних змагань, місце йому не визначається.

У випадку, коли під час жеребкування в одній підгрупі на одного учасника більше, учасник що посів останнє місце в цій підгрупі, отримає останнє місце у загальному заліку у даній ваговій категорії.

Додаток 2
до Правил спортивних
змагань з панкратіону

Система з вибуванням після першої поразки

1. Порядок проведення спортивних змагань.



Зустріч за 3-є місце

1.1. Учасники (команди) поділяються на дві підгрупи А та В, за парними та непарними номерами. Порядковий номер кожного учасника визначається жеребкуванням і залишається за ним протягом усього часу спортивних змагань.

1.2. Учасник (команда), який отримав поразку, припиняє участь у спортивних змаганнях.

2. Порядок складання пар.

2.1. Якщо кількість учасників в одній ваговій категорії більше 8 або 16 у такому разі проводиться коло “приведення” до 8 або 16 учасників.

3. Визначення переможців.

3.1. Переможці півфінальних пар розігрують 1-е й 2-е місця.

3.2. Спортсмени, які програли у півфінальних сутичках, розігрують 3-є та 4-е місця.

3.3. Подальші місця розподіляються:

- за більшістю набраних балів у спортивних змаганнях;
- в разі однакової кількості балів кращі місця визначаються за:
- більше перемог учасника з рахунком 5:0;
- менше часу витраченого на ці поєдинки;
- більше перемог учасника з рахунком 4:0;
- більше перемог учасника з рахунком 3:2;
- менше поразок з рахунком 0:5;
- більше часу витраченого на ці поєдинки;
- менше поразок з рахунком 0:4;
- менше поразок з рахунком 2:3;
- більше технічних дій на оцінку 4, 3, 2, 1 бали;
- менше попереджень;
- більше набраних балів за поєдинки кожного учасника команди;
- менше зауважень.

1. Порядок складання пар.



2. Порядок проведення спортивних змагань.

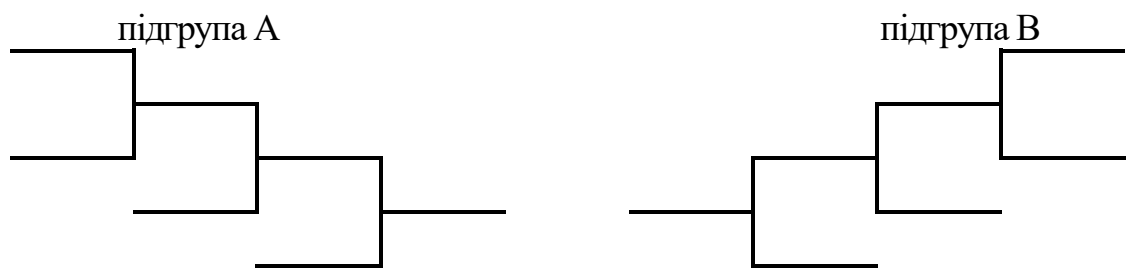
2.1. Учасники (команди) поділяються на дві підгрупи А та В, за парними та непарними номерами. Порядковий номер кожного учасника визначається жеребкуванням і залишається за ним протягом усього часу спортивних змагань.

2.2. Учасник, який отримав перемогу, виходить у наступне коло спортивних змагань.

2.3. Якщо кількість учасників в одній ваговій категорії більше 8 або 16 у такому разі проводиться коло “приведення” до 8 або 16 учасників.

2.4. Після того, як залишилося два сильніших учасника, проводяться додаткові поєдинки для визначення ще двох учасників, які посядуть 3-і місця. Додаткові поєдинки проводяться лише для тих учасників, які програли двом фіналістам. Учасник, який програв фіналісту у першому колі, зустрічається з учасником, який програв фіналісту у другому колі. Потім переможець цього поєдинку зустрічається з учасником, який програв фіналісту у третьому колі і так далі.

Додаткові поєдинки



2.5. Переможці додаткових поєдинків зустрічаються за 3-і місця, кожен у своїй підгрупі (А та В), а два фіналіста зустрічаються між собою за 1-е та 2-е місця.

3. Визначення переможців.

3.1. Переможець фінальної зустрічі посідає перше місце, а переможений друге.

3.2. Переможці додаткових поєдинків посідають 3-і місця. Спортсмени, які програли сутички за треті місця, посідають п'яті місця, сьомі місця посідають спортсмени, які програли передостанню втішну зустріч і т.д.

3.3. Далі місця поділяються:

3.3.1. серед учасників, які приймали участь у додаткових поєдинках:

- за колом вибування;
- за більшістю набраних балів;
- якщо кількість балів співпадає:
- за результатом взаємної зустрічі;
- більше перемог учасника з рахунком 5:0;
- менше часу витраченого на ці поєдинки;

- більше перемог учасника з рахунком 4:0;
- більше перемог учасника з рахунком 3:2;
- менше поразок з рахунком 0:5;
- більше часу витраченого на ці поєдинки;
- менше поразок з рахунком 0:4;
- менше поразок з рахунком 2:3;
- більше технічних дій на оцінку 4, 3, 2, 1 бали;
- менше попереджень;
- більше набраних балів за поєдинки кожного учасника команди;
- менше зауважень.

3.3.2. Далі місця розподіляються серед інших учасників:

- за колом вибування;
- за більшістю набраних балів;
- якщо кількість балів співпадає;
- за результатом взаємної зустрічі;
- більше перемог учасника з рахунком 5:0;
- менше часу витраченого на ці поєдинки;
- більше перемог учасника з рахунком 4:1;
- більше перемог учасника з рахунком 3:2;
- менше поразок з рахунком 0:5;
- більше часу витраченого на ці поєдинки;
- менше поразок з рахунком 1:4;
- менше поразок з рахунком 2:3;
- більше технічних дій на оцінку 4, 3, 2, 1 бали;
- менше попереджень;
- більше набраних балів за поєдинки кожного учасника команди;
- менше зауважень.

4. За результатами спортивних змагань, проведених за вищезазначеною системою, місця розподіляються наступним чином: перше, друге, два третіх і так далі до 10 місця відповідно.

Система з вибуванням після двох поразок

1. Учасники спортивних змагань.
 - 1.1. Порядковий номер кожного учасника визначається жеребкуванням і залишається за ним на весь час спортивних змагань.
 - 1.2. Усі учасники вагової категорії виступають в одній групі, яка розділена на дві підгрупи:

“А” – учасники з непарними номерами (1, 3, 5, 7...); “В” – учасники з парними номерами (2, 4, 6, 8...).

У підгрупі “А” може бути непарна кількість учасників. Сильніші учасники можуть “розсіюватися”.
 - 1.3. Учасник, який отримав дві поразки у попередній частині спортивних змагань у підгрупі, закінчує спортивні змагання.
- Спортивні змагання з вибуванням продовжуються доти, поки у кожній підгрупі не залишиться два учасника. Якщо учасники зустрічалися, останній поєдинок між ними не проводиться
2. Порядок складання пар.
 - 2.1. Пари першого кола складаються наступним чином: “А” 1-3, 5-7, 9-11 і так далі; “В” 2-4, 6-8, 10-12 і так далі. Пари наступних кіл складаються: менший з більшим, ближнім номером, з яким він не зустрічався.
 - 2.2. Якщо у підгрупі непарна кількість учасників, учасник з більшим номером визначається вільним і виходить у наступне коло. Скласти пари необхідно таким чином, щоб один і той же учасник не був вільним два і більш разів підряд.
 - 2.3. До наступного кола не допускаються учасники, які мають дві поразки, не допущені лікарем, були зняті зі спортивних змагань рішенням головного судді.
 - 2.4. Переможці підгруп створюють дві пари півфіналу. Переможець підгрупи “А” зустрічається з учасником, який посів друге місце у підгрупі “В”, а переможець підгрупи “В” зустрічається з учасником, який посів друге місце у підгрупі “А”. Переможці півфіналу зустрічаються за 1-е місце, а які програли – за 3-є місце.
3. Визначення місць учасників.
 - 3.1. Переможцем даної вагової категорії є учасник, який виграв фінальний поєдинок, учасник, який програв, посідає друге місце. Третє місце посідає учасник, який виграв поєдинок за 3-є місце, який програв – четверте місце.
 - 3.2. Далі місця поділяються:
 - за колом вибування;
 - за більшістю набраних балів;
 - якщо кількість балів співпадає:

- за результатом взаємної зустрічі;
- більше перемог учасника з рахунком 5:0;
- менше часу витраченого на ці поєдинки;
- більше перемог учасника з рахунком 4:0;
- більше перемог учасника з рахунком 3:2;
- менше поразок з рахунком 0:5;
- більше часу витраченого на ці поєдинки;
- менше поразок з рахунком 0:4;
- менше поразок з рахунком 2:3;
- більше технічних дій на оцінку 4, 3, 2, 1 бали;
- менше попереджень;
- більше набраних балів за поєдинки кожного учасника команди;
- менше зауважень.

Додаток 5
до Правил спортивних
змагань з панкратіону

ЗАТВЕРЖУЮ
Керівник (посада)

ЗАЯВКА

_____ (назва команди)

_____ (назва змагань)

_____ (місце проведення)

« ____ » _____ 20 ____ року

_____ ПІБ
(підпис)

« ____ » _____ 20 ____ року
М.П.

№ п/п	Прізвище, ім'я та по батькові учасника	Дата народжен ня	Звання/ розряд	Вагова категор ія	Вид програми: Традишн/ Аматор ММА	ФСТ	Назва організації, школа	Область	Тренер	Підпис та печатка лікаря
1.										
2.										
3.										
4.										
5.										
6.										

Представник команди: _____ (прізвище)

До змагань допущено _____ чол.

Лікар _____ (прізвище)

Додаток 5.1
до Правил спортивних
змагань з панкратіону

Назва організації, яка проводить змагання

Назва змагань

Головному судді _____
від команди _____

П Е Р Е З А Я В К А

Прошу допустити до участі у змаганнях

Прізвище, ім'я, по батькові	Вид програми	Замість:
1		
2		
3		
4		
5		
6		
7		
8		

Представник команди _____

“ ____ ” _____ 20__ року.

Додаток 6
до Правил спортивних
змагань з панкратіону

назва організації, яка проводить змагання

Назва змагань

ПРОТОКОЛ ЗВАЖУВАННЯ І ЖЕРЕБКУВАННЯ

Місце проведення _____ “___” _____ 20__ року

Розділ _____ Вага _____

№ з/п	№ за жеребкуванням	Прізвище, ім'я учасника	Вага	Команда	Розряд
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					
21					
22					
23					
24					

Головний суддя _____ Судді _____

Головний секретар _____

Додаток 7
до Правил спортивних
змагань з панкратіону

ПРОТОКОЛ
змагань з вільної програми

Вагова категорія _____кг

Місце _____

“ ____ ” _____ 20____р.

№ п/п	Прізвище, ім'я	Команда	1тур				Півфінал				фінал				Σ
			1	2	3	Σ	1	2	3	Σ	1	2	3	Σ	
1															
2															
3															
4															
5															
6															
7															

Головний суддя _____ Головний секретар _____ Секретар _____

Додаток 8
до Правил спортивних
змагань з панкратіону

Назва організації, яка проводить змагання

Назва змагань

ПРОТОКОЛ

результатів командної першості

“ _____ ” _____ 20 р.

м. _____

Місце	команда/ учасники	Бали за ваговими категоріями									Сума балів
		Вагові категорії									
1											
2											
3											

.....

...

.....

10											
11											
12											
13											

Головний суддя _____

Головний секретар _____

Додаток 9
до Правил спортивних
змагань з панкратіону

Назва організації, яка проводить змагання

Назва змагань

ПРОТОКОЛ

результатів командної зустрічі

“ ” 20 р.

м. _____

Команда _____

Команда _____

Вага	Прізвище, ім'я Бали		результат	Результат ч а с	результат	Прізвище, ім'я Бали	

Загальний рахунок зустрічі _____ на
користь команди _____

Заст. гол. судді _____ Головний суддя _____

Секретар _____ Головний секретар _____

Назва змагань

Вагова категорія _____ кг “ _____ ” _____ 20__ р. м. _____

[illegible]

11.			—	—	—	—	—	—	—			
12.			—	—	—	—	—	—	—			
13.			—	—	—	—	—	—	—			
14.			—	—	—	—	—	—	—			
15.			—	—	—	—	—	—	—			
16.			—	—	—	—	—	—	—			
17.			—	—	—	—	—	—	—			

Головний суддя_____ Головний секретар_____

Додаток 11
до Правил спортивних
змагань з панкратіону

Назва організації, яка проводить змагання

Назва змагань

ПРОТОКОЛ

Проведення змагань

Вагова категорія _____ кг“ _____ ” 20__ р.м. _____

Група1

№	П. І. Б.	Команда	1	2	3	4	5	6	Бали	Місця
1										
2										
3										
4										
5										
6										

Група2

№	П. І. Б.	Команда	1	2	3	4	5	6	Бали	Місця
1										
2										
3										
4										
5										
6										

Група3

№	П. І. Б.	Команда	1	2	3	4	5	6	Бали	Місця
1										
2										
3										
4										
5										
6										

Група4

№	П. І. Б.	Команда	1	2	3	4	5	6	Бали	Місця
1										
2										
3										
4										
5										
6										

Головний суддя _____ Головний секретар _____

Додаток 12
до Правил спортивних
змагань з панкратіону

Суддівська записка

Подія:		Дата:	
Записка судді:		Килим №:	
		Матч №	
РАУНД 1	ЧЕРВОНІЙ КУТ	СИНІЙ КУТ	
Удари руками/ногами			
Кидкова техніка			
Утримання, больові/задушливі			
Другорядні критерії оцінювання	В: ефективна агресивність ☐	В: ефективна агресивність ☐	
	С: контроль району бойових дій ☐	С: контроль району бойових дій ☐	
	Рахунок 1 раунду		
РАУНД 2	ЧЕРВОНІЙ КУТ	СИНІЙ КУТ	
Удари руками/ногами			
Кидкова техніка			
Утримання, больові/задушливі			
Другорядні критерії оцінювання	В: ефективна агресивність ☐	В: ефективна агресивність ☐	
	С: контроль району бойових дій ☐	С: контроль району бойових дій ☐	
	Рахунок 2 раунду		
РАУНД 3	ЧЕРВОНІЙ КУТ	СИНІЙ КУТ	
Удари руками/ногами			
Кидкова техніка			
Утримання, больові/задушливі			
Другорядні критерії оцінювання	В: ефективна агресивність ☐	В: ефективна агресивність ☐	
	С: контроль району бойових дій ☐	С: контроль району бойових дій ☐	
	Рахунок 3 раунду		
	Загальний рахунок		



5:0	Нокаут
5:0	Технічний нокаут
5:0	Больовий, задушливий
5:0	Відмова, немає можливості продовжити бій
5:0	Дискваліфікація
5:0	Неявка
4:1	Перемога за балами
3:2	Перемога за балами екстрараунді або за рішенням суддів

Додаток 13
до Правил спортивних
змагань з панкратіону

А К Т
прийому місця змагань з панкратіону

“ ____ ” _____ 20__ року

місто _____

Даний акт складений головним суддею, представником спортивних споруд та лікарем про те, що обладнання місць змагань відповідають (не відповідають) Правилам змагань з панкратіону.

Пояснення: _____

Адреса місця змагань: _____

Головний суддя: _____

Представник спортивних споруд: _____

Лікар: _____

Додаток 14
до Правил спортивних
змагань з панкратіону

Назва організації, яка проводить змагання

Назва змагань

З В І Т

Лікаря щодо травм, одержаних учасниками змагань

“ _____ ” _____ 20 ____ р .

місце _____

№ п/п	Прізвище, ім'я	Команда	Вагова категор.	№ майд	Опис травми	Яка надана медична допомога	Зняв з поєдинку -змагань	Підпис лікаря

Лікар змагань _____

Заст. головного судді _____

Про проведення змагань –
Організація, що проводила змагання –
Місце проведення –

1. Кількість організацій, що прийняли участь – _____
2. Кількість учасників _____ із них ЗМС _____ МСУМК _____, МСУ, КМС _____ розряд _____
3. Підготовка місць змагань – _____
4. Забезпечення інвентарем та його якості – _____
5. Забезпечення медично-санітарним обслуговування – _____ кількість травм: тяжкі _____, середні _____, легкі _____.
6. Кількість поданих апеляцій – _____, із них відмовлено _____
7. Кількість учасників, що виконали розряд: МСУМК _____, МСУ _____, КМС _____
8. Результати змагань: _____

[illegible]

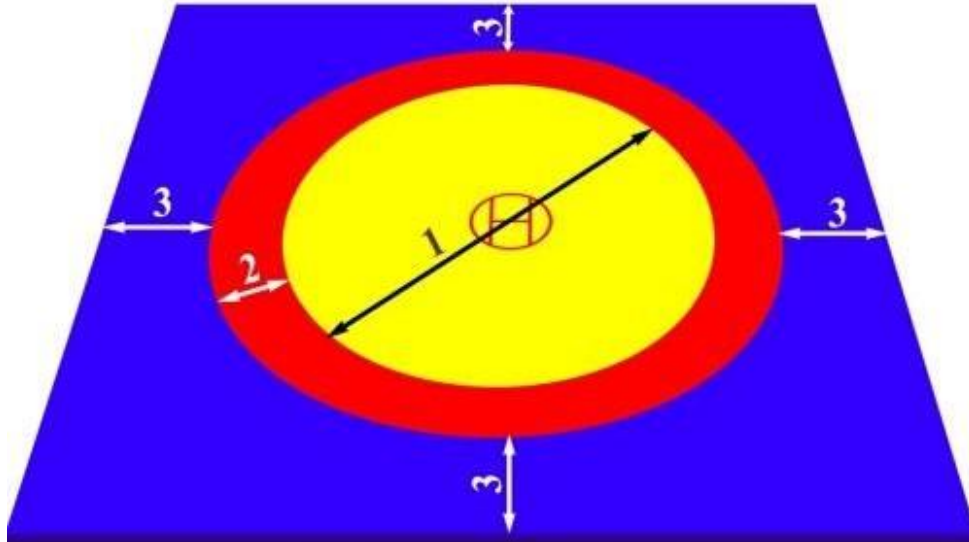
9. Склад суддівської колегії, що проводили змагання: всього –

[illegible]

10. Характеристика роботи суддівської колегії –

Головний секретар

Майданчик для проведення змагань з урахуванням міжнародних вимог



- 1 - Робоча зона (коло)**
- 2 - Зона безпеки**
- 3 - Зона захисту**

Октагон для проведення змагань



Ринг для проведення змагань

ПЕРЕДМОВА	2
<u>I.ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ</u>	2
<u>II.ОРГАНІЗАЦІЯ ТА ПРОВЕДЕННЯ СПОРТИВНИХ ЗМАГАНЬ</u>	4
1. Види проведення спортивних змагань	4
2. <u>Системи проведення спортивних змагань</u>	4
3. <u>Організація спортивних змагань</u>	5
4. <u>Регламент спортивних змагань</u>	5
5. <u>Паспорт спортсмена федерації</u>	6
6. <u>Заявки на участь у спортивних змаганнях</u>	6
7. <u>Жеребкування</u>	6
8. <u>Протест</u>	6
<u>III.УЧАСНИКИ СПОРТИВНИХ ЗМАГАНЬ</u>	7
1. <u>Вікові групи учасників</u>	7
2. <u>Вагові категорії</u>	8
3. <u>Зважування учасників</u>	9
4. <u>Обов'язки та права учасників</u>	9
5. <u>Костюм та індивідуальні засоби захисту</u>	10
6. <u>Представники (капітани) команд, їхні обов'язки і права</u>	12
7. <u>Секундант</u>	12
<u>IV.СУДДІВСЬКА КОЛЕГІЯ</u>	13
1. <u>Склад суддівської колегії</u>	13
2. <u>Форма суддів</u>	14
3. <u>Головний суддя</u>	14
4. <u>Заступники головного судді</u>	15
5. <u>Головний секретар і секретарі</u>	15
6. <u>Арбітр</u>	16
7. <u>Суддя на майданчику, у рингу – рефері</u>	16
8. <u>Бокові судді</u>	17
9. <u>Суддя секундометрист</u>	17
10. Судді при учасниках	18
11. <u>Суддя біля табло</u>	18
12. <u>Суддя-інформатор</u>	18
13. <u>Комендант змагань</u>	18
14. <u>Лікар</u>	18
15. <u>Інспектор змагань</u>	19
<u>V. ПРАВИЛАСУДДІВСТВА</u>	19
1. Умови та порядок проведення спортивних змагань у розділах вільної програми (полідамас та полезмата)	19
2. <u>Визначення переможців спортивних змагань у розділі вільної програми</u>	21
3. <u>Вимоги щодо виконання ударів</u>	21
4. <u>Умови виконання кидків</u>	21
5. Умови виконання больових та задушливих прийомів	22
6. <u>Медична заборона</u>	23
7. <u>Умови проведення спортивних змагань у розділах традишн, аматор ММА та кемпо</u>	23

8. Попередження і дискваліфікація за порушення правил змагань	32
9. Визначення переможців двобою	36
VI. ОБЛАДНАННЯ МІСЦЬ СПОРТИВНИХ ЗМАГАНЬ	37
1. Місце спортивних змагань	37
2. Звуковий сигнал (гонг), ваги, секундоміри, демонстраційне табло	38
3. Вимоги щодо місць змагань	38
VII. ДОДАТКИ	39