



Горнолыжный спорт



**Специальная
Олимпиада
России**

СОДЕРЖАНИЕ

ГОРНОЛЫЖНЫЙ СПОРТ

1. ОСНОВОПОЛАГАЮЩИЕ ПРАВИЛА	3
2. ОФИЦИАЛЬНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ	3
2.1 Виды соревнований призваны обеспечить возможности участия атлетам всех категорий способностей.	3
3. ОБОРУДОВАНИЕ МЕСТА СОРЕВНОВАНИЙ	3
3.1 Склоны	3
3.2 Подъёмники	3
3.3 Зона финиша	4
3.4 Места обогрева	4
3.5 Схема зоны финиша	4
3.6 Вспомогательные сооружения	5
4. СНАРЯЖЕНИЕ	5
4.1 Шлемы	5
4.2 Лыжи	5
4.3 Снаряжение для ухода за склоном	5
4.4 Ворота и шесты	5
4.5 Разметка и обстановка трасс	6
4.6 Система информирования публики	7
4.7 Информационные табло	7
4.8 Инструменты для ремонта лыж	7
4.9 Коммуникационное оборудование	7
5. ПЕРСОНАЛ	7
6. ПРАВИЛА СОРЕВНОВАНИЙ	8
6.1 Общие правила и модификации	8
6.2 Дивизионирование	8
6.3 Обстановка трассы	8
6.4 Стартовые зоны	8
6.5 Правила следования по трассе	9
6.6 Команда на старт	9
6.7 Линия ворот	9
6.8 Правильное прохождение	9
6.9 Модификации соревнований	9
7. УРОВНИ СОРЕВНОВАНИЙ	10
7.1 Соревнования для начинающих	10
7.2 Ходьба 10 метров	10
7.3 Порядок выполнения упражнения	10
7.4 Скольжение	11
7.5 Порядок выполнения упражнения	11
7.6 Супер скольжение	11
7.7 Race Procedures	12
7.8 Соревнования начального уровня	12
7.9 Соревнования среднего уровня	12
7.10 Соревнования продвинутого уровня	13
8. ПРИЛОЖЕНИЕ	13
8.1 ДИАГРАММА ПЕРЕПАДА ВЫСОТ	13

1. ОСНОВОПОЛАГАЮЩИЕ ПРАВИЛА

Все соревнования проводятся согласно Официальным спортивным правилам Специальной Олимпиады, разработанным на основе правил Международной федерации лыжного спорта (FIS) <http://www.fis-ski.com>.

Статья 1 Правил, <http://media.specialolympics.org/resources/sports-essentials/general/Sports-Rules-Article-1.pdf>, содержит информацию относительно Кодекса поведения, стандартов тренировок, требований медицинского обеспечения и безопасности, дивизионирования, награждений, критериев перехода к более высоким уровням соревнований и Юнифайд спорта.

2. ОФИЦИАЛЬНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ

2.1. Виды соревнований призваны обеспечить возможности участия атлетам всех категорий способностей.

Национальные программы могут сами выбирать подходящие для них виды соревнований и, при необходимости, определять правила их проведения. Тренеры обязаны подбирать режимы тренировок и виды соревнований, соответствующие умению и интересам каждого атлета.

Официальные соревнования в Специальной Олимпиаде:

- 2.1.1. Ходьба 10 метров
- 2.1.2. Скольжение
- 2.1.3. Супер скольжение
- 2.1.4. Super-G для начинающих
- 2.1.5. Слалом гигант для начинающих
- 2.1.6. Слалом для начинающих
- 2.1.7. Super-G для среднего уровня
- 2.1.8. Слалом гигант для среднего уровня
- 2.1.9. Слалом для среднего уровня
- 2.1.10. Super-G для продвинутого уровня
- 2.1.11. Слалом гигант для продвинутого уровня
- 2.1.12. Слалом для продвинутого уровня

3. ОБОРУДОВАНИЕ МЕСТА СОРЕВНОВАНИЙ

3.1. Склоны

- 3.1.1. Склоны по длине, ширине и сложности должны соответствовать способностям атлетов. Разминочные и соревновательные склоны должны быть безопасными.

3.2. Подъёмники

- 3.2.1. Везде, где возможно, подъёмники должны быть в непосредственной близости от тренировочных или соревновательных трасс. .

3.3. Зона финиша

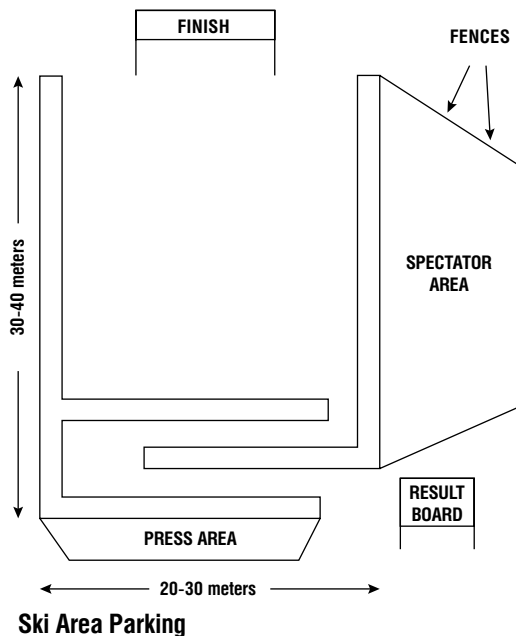
- 3.3.1. Зона финиша для всех соревнований должна быть достаточно полой, чтобы лыжник мог безопасно остановиться.
- 3.3.2. По возможности зона финиша должна быть огорожена, чтобы зрители не проникали туда. (См. схему в разделе 3.6) ALPINE SKIING SPORT RULES
- 3.3.3. In the case of medical volunteer participation, the ski area must be informed
- 3.3.4. Зона катания должна быть доступна для патрулей, которые будут отслеживать случаи нужды в медицинской помощи, а также всё, происходящее на трассах.
- 3.3.5. Если участвуют волонтеры-медики, информация об этом должна поступить заранее, чтобы скоординировать медицинские процедуры. Обычно это обязанность организаторов соревнований.

3.4. Места обогрева

- 3.4.1. Оборудованные места обогрева должны быть доступны от склонов и парковок.
- 3.4.2. Их объём должен быть достаточным, чтобы в случае неблагоприятной погоды вместить всех участников Специальной Олимпиады.
- 3.4.3. Регистрация волонтеров должна производиться в помещении.
- 3.4.4. Церемонии награждения проводятся в помещениях для обогрева только в случае плохой погоды.

3.5. Схема зоны финиша

- 3.5.1. Автостоянка должна обеспечить парковку для волонтеров, официаль-



ных лиц Специальной Олимпиады, тренеров и соревнующихся. Свободны допуск для автомобилей экстренных служб обязательны.

3.6. Вспомогательные сооружения

1. Помещение для хранения лыж
2. Комната для подготовки лыж
3. Помещение для хранения снаряжения Специальной Олимпиады
4. Прокат лыж
5. Помещение для собраний тренеров
6. Крытые помещения
7. Сопещения судей
8. Фиксация времени и подсчеты
9. Стартовый домик

4. СНАРЯЖЕНИЕ

4.1. Шлемы

- 4.1.1. Все соревнующиеся и прокладывающие трассы должны носить защитные шлемы, отвечающие стандартам FIS. Мягкая защита для ушей разрешается только в слаломе. Все шлемы должны иметь официальную маркировку, без которой их использование не допускается.

4.2. Лыжи

- 4.2.1. Новички и атлеты начального уровня могут пользоваться лыжами длиной 100 см и больше.
- 4.2.2. Горнолыжники могут частично пользоваться лыжами короче 130 см, чтобы компенсировать физические недостатки, например, как ауриггеры А
- 4.2.3. Жюри оставляет за собой право давать дополнительное разрешение на применение укороченных лыж.
- 4.2.4. Лыжи с сидением: лыжники на би-лыжах со стационарным ауриггером должны быть привязаны. Они будут дисквалифицированы, если крепление удерживает сиденье дальше первых и последних ворот. Все остальные должны соревноваться по правилам Паралимпиады для сидящих, атлетов с проблемами зрения и стоящих <http://www.ipc-alpineskiing.org>. Дивизионирование проводится по правилам Специальной Олимпиады.

4.3. Снаряжение для ухода за склоном

- 4.3.1. На склоне должны быть все условия для ухода за состоянием снега и подготовки трасс.
- 4.3.2. На случай ухудшения состояния снега следует иметь все необходимые устройства, инструменты и химические средства.

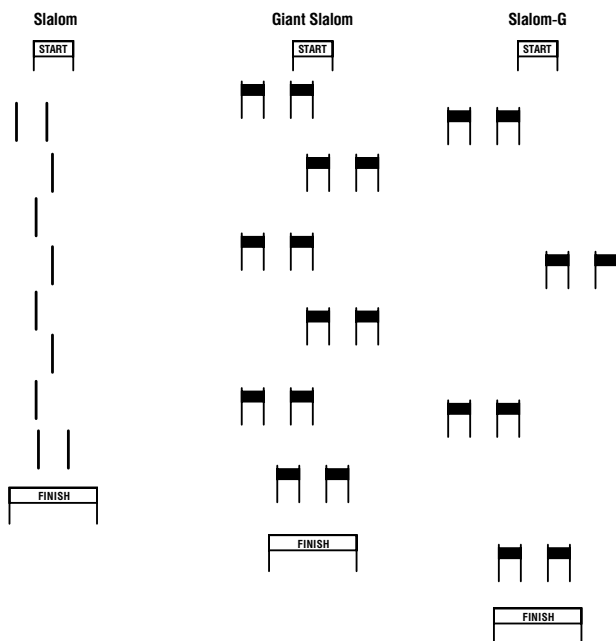
4.4. Ворота и шесты

- 4.4.1. Один слаломный шест, поворотный шест должны применяться для обозначения слаломных ворот (См. Правило FIS # 804/804.1/804.2/804.3)

- 4.4.2. Слалом Одного Шеста не имеет внешнего шеста кроме первых и последних ворот.
- 4.4.3. В Слаломе гиганте и Super-G ворота состоят из двух комплектов из двух шестов и полотнищем между ними.
- 4.4.4. Для Слалома гиганта расстояние поперёк склона от поворотного шеста до внешнего шеста должно быть от 4 до 8 метров. Для Super-G – не менее 8 метров.
- 4.4.5. Для Слалома гиганта и полотнища обязательны.
- 4.4.6. Первые ворота (комплект ворот) после старта должны быть красными.

4.5. Разметка и обстановка трасс

- 4.5.1. Схема обустройства трассы (в Приложении есть подробная иллюстрация)



- 4.5.2. Для установки шестов должен быть предоставлен коловорот или лом.
- 4.5.3. На старте и финише должны быть устроены защитные устройства (заборы/ограды).
- 4.5.4. Везде, где возможно, следует огородить зону спуска от публики оградами, снежными валами, защитными матами/мешками.
- 4.5.5. Разметка должна помочь обеспечить безопасность.
- 4.5.6. Старт и финиш должны быть обозначены баннерами.
- 4.5.7. Если возможно, следует обеспечить электронный учёт времени, если нет, время замеряется вручную. Судьи у ворот должны замерять двухминутные отрезки времени для соблюдения Правила двух минут.

4.6. Система информирования публики

- 4.6.1. Такая система должна обеспечивать:
1. Информацию о ходе соревнований и результаты;
 2. Комментарии по ходу соревнований.

4.7. Информационные табло

- 4.7.1. Табло с порядком стартов располагается на старте и показывает очередность стартов, номера атлетов и другую необходимую информацию.
- 4.7.2. Табло результатов располагается за пределами зоны финиша и показывает результаты, фамилии атлетов и их номера, очередность стартов.
- 4.7.3. Табло общей информации располагается вблизи трасс, зоны награждения, зон отдыха и даёт общую информацию и различные объявления.

4.8. Инструменты для ремонта лыж

- 4.8.1. Инструментами для ремонта лыж должны работать сертифицированные специалисты.

4.9. Коммуникационное оборудование

- 4.9.1. Коммуникационное оборудование, связывающее трассы, медиков, волонтеров и судей, должно быть в рабочем состоянии. Трассы могут иметь дополнительное оборудование.

5. ПЕРСОНАЛ

Персонал соревнований включает:

1. Жюри
2. Судья
3. Руководитель гонки
4. Руководитель трассы
5. Судья на старте
6. Судья на финише
7. Помощник судьи
8. Судьи (не являющиеся членами жюри)
9. Главный судья ворот
10. Главный секундометрист и счётчик
11. Секретарь гонки
12. Глава бригады медиков
13. Руководитель информационной службы
14. Главный по оборудованию трассы
15. Организатор трассы
16. Помощник организатора трассы
17. Волонтеры на трассе
18. Судьи у ворот
19. Прокладывающие трассу

20. Маршалы (стюарды) трассы
21. Команда учёта времени и расчётов
22. Медики и члены лыжного патруля
23. Помощники судей на старте и финише
24. Дикторы

6. ПРАВИЛА СОРЕВНОВАНИЙ

6.1. Общие правила и модификации

- 6.1.1. Следует помнить, что Правила FIS разработаны только для тех спортсменов, которые освоили довольно высокий уровень горнолыжной техники. В Специальной Олимпиаде таких атлетов сравнительно немного, поэтому для них необходимо подбирать склоны, соответствующие их способностям. Предусмотренные Правилами FIS характеристики трасс (количество ворот и их размещение, перепад высот, длина трасс) слишком круты и длинны для атлетов пониженных уровней способностей. Поэтому правила Специальной Олимпиады модифицированы. Правила, касающиеся обустройства трасс (ширина ворот, расстояние между шестами, зоны старта и финиша), практически неизменны. Специфические модификации указаны в Официальных правилах зимнего спорта Специальной Олимпиады.
- 6.1.2. Лыжники, не освоившие приёмы, необходимые для соревнований на начальном уровне, должны соревноваться в ходьбе на 10 метров, скольжении и супер скольжении.

6.2. Дивизионирование

- 6.2.1. Напоминаем тренерам о необходимости обратиться к Статье 1 Официальных Правил зимнего спорта Специальной Олимпиады в части дивизионирования и разделения атлетов на возрастные группы.
- 6.2.2. Начинающие лыжники должны проходить дивизионирование в ходе тех соревнований, на которые они заявлены.
- 6.2.3. Лыжники начального, среднего и продвинутого уровней должны совершить два спуска на модифицированных трассах Слалома гиганта, соответствующих уровню их способностей, и дивизионирование будет проводиться по лучшему времени. Если позволяет время, дивизионирование можно проводить для каждого вида соревнований. В первом раунде каждого соревнования первым стартует тот, кто показал лучшее время, последним – самый медленный.

6.3. Обстановка трассы

- 6.3.1. В соревнованиях низшего уровня (ходьба 10 метров и скольжение) ворота на трассах могут быть одинакового цвета.
- 6.3.2. Для Супер скольжения ворота должны быть поочередно красными и синими.

6.4. Стартовые зоны

- 6.4.1. Все стартовые зоны должны быть плоскими, чтобы дать возможность

атлетам стоять на старте в расслабленном состоянии или в положении готовности.

- 6.4.2. Следует обеспечить свободный доступ к стартовым зонам при одновременном исключении проникновения туда катающейся публики.

6.5. Правила следования по трассе

- 6.5.1. Если во время соревнований лыжник окажется за пределами трассы (падение, проход мимо ворот, потеря лыжи и т.п.), для возврата на трассу ему даётся ограниченное время.
- 6.5.2. Лыжник, не уложившийся в отведённое ему время или получивший какую бы то ни было помощь, дисквалифицируется. Предельное время для начального уровня 2 минуты, для среднего и продвинутого 1 минута. Дисквалификация определяется судьёй у ворот, ближайших к месту нарушения. Судья у ворот следит и за временем на возврат.

6.6. Команда на старт

- 6.6.1. На всех горнолыжных соревнованиях Специальной Олимпиады команда на старт даётся следующим образом: «Пять, четыре, три, два, один, пошёл!»
- 6.6.2. Отсчёт времени начинается, когда атлет пересечёт линию старта, или когда сработает электронный шлагбаум

6.7. Линия ворот

- 6.7.1. Линия ворот в скоростном спуске и слаломе гиганте, где ворота состоят из двух пар шестов с полотнищем между ними, линия ворот – это воображаемая кратчайшая линия между двумя внутренними шестами на уровне снега
- 6.7.2. Линия ворот в слаломе – это воображаемая кратчайшая линия между поворотным и внешним шестами на уровне снега.

6.8. Правильное прохождение

- 6.8.1. Ворота пройдены правильно, если оба носка лыж и обе ноги лыжника пересекли линию ворот.
- 6.8.2. Несли лыжник потеряет лыжу, не совершая нарушения (не из-за зацепа за шест), носок другой лыжи и обе ноги должны пересечь линию ворот.
- 6.8.3. Линии старта и финиша такие же, как и линии ворот.
- 6.8.4. Если лыжник вырвет шест из его вертикального положения прежде, чем носки лыж и обе ноги пересекут линию ворот, носки лыж и ноги должны пересечь линию ворот согласно отметкам на снегу.

6.9. Модификации соревнований

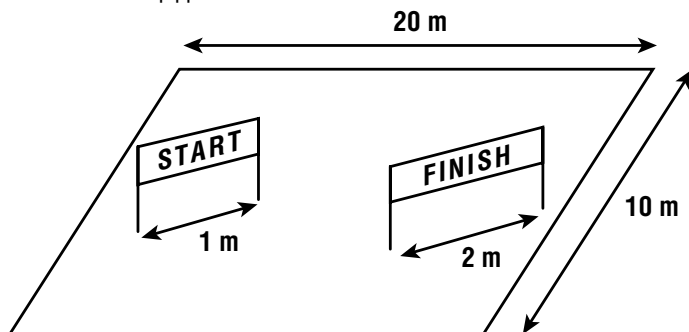
- 6.9.1. Слалом/слалом гигант
- 6.9.1.1. Соревнования в слаломе и слаломе гиганте состоят из двух попыток. Результат, определяющий место атлета – сумма времени двух попыток.
- 6.9.1.2. Необходимость повторной подготовки трассы между попытками определяет жюри.

- 6.9.1.3. В соревнованиях по слалому и слалому гиганту время первой попытки определяет очерёдность второго старта. Первым стартует самый медленный лыжник, последним – самый быстрый. Дисквалифицированный лыжник может стартовать во второй попытке, но только последним в своём дивизионе. Super-G
- 6.9.1.4. Организаторы соревнований могут варьировать сложность трассы в зависимости от уровня способностей атлетов.
- 6.9.1.5. Все атлеты должны совершить одну пробную попытку на той же трассе, где будут проходить соревнования.
- 6.9.1.6. Организаторы соревнований могут засекают время прохождения трассы в пробной попытке, но это не повлияет на очерёдность старта.
- 6.9.1.7. Соревнования в Super-G состоят из одной попытки.

7. УРОВНИ СОРЕВНОВАНИЙ

7.1. Соревнования для начинающих

7.1.1. Схема площадки:



7.2. Ходьба 10 метров

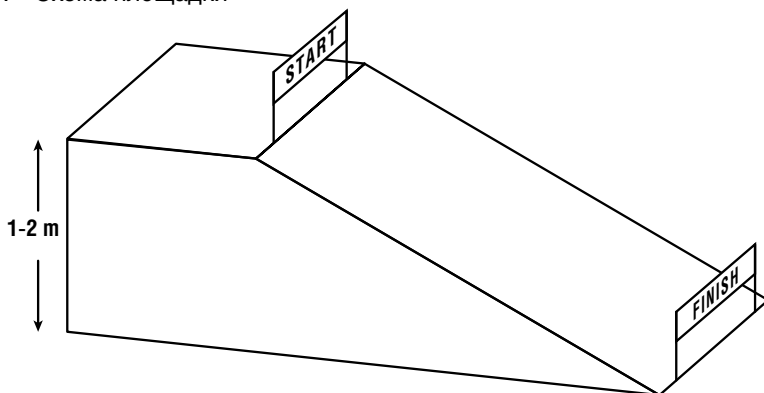
- 7.2.1. Выберите плоский участок 20 на 10 метров, лучше вблизи зоны отдыха или зоны регистрации
- 7.2.2. Два шеста на расстоянии 1 метра друг от друга ограничат линию старта, отмеченную на снегу краской.
- 7.2.3. В десяти метрах от линии старта обозначьте краской линию финиша и поставьте два шеста на расстоянии 2 метра друг от друга.

7.3. Порядок выполнения упражнения

- 7.3.1. Лыжник стоит так, чтобы носки обоих ботинок были точно на линии старта. Использование палок – по желанию лыжника. Получив команду «5-4-3-2-1-Пошёл!» лыжник начинает движение. Если ему трудно сдвинуться с места, судья на старте может подтолкнуть его. Отсчёт времени начинается с момента пересечения линии старта носками обоих ботинок и заканчивается с пересечением линии финиша носками обоих ботинок.

7.4. Скольжение

7.4.1. Схема площадки



Перепад высот должен быть 1-2 метра.

7.4.2. Длина склона 10-15 метров.

7.4.3. Склон равномерный с плоской зоной финиша.

7.4.4. Сделайте плоскую зону старта со стартовой линией там, где начинается уклон.

7.4.5. Расположите стартовые ворота шириной 1 метр на линии старта.

7.4.6. Поставьте финишные ворота шириной 4 метра и линией финиша между двумя шестью. По возможности используйте баннер.

7.5. Порядок выполнения упражнения

7.5.1. Лыжник стоит на старте, носки ботинок точно над линией старта. Использование палок – по желанию.

7.5.2. По команде «5-4-3-2-1-Пошёл!» лыжник начинает движение. В случае затруднения судья может подтолкнуть его.

7.5.3. Отсчёт времени начинается с момента пересечения носками обоих ботинок линии старта. Лыжник скользит от старта до финиша.

7.5.4. Время засекается по моменту пересечения линии финиша носками обоих ботинок.

7.6. Супер скольжение

7.6.1. Схема площадки

7.6.2. Создайте подходящую площадку вблизи базы.

7.6.3. Перепад высот от 5-и до 20-и метров.

7.6.4. Ширина трассы не менее 25 метров.

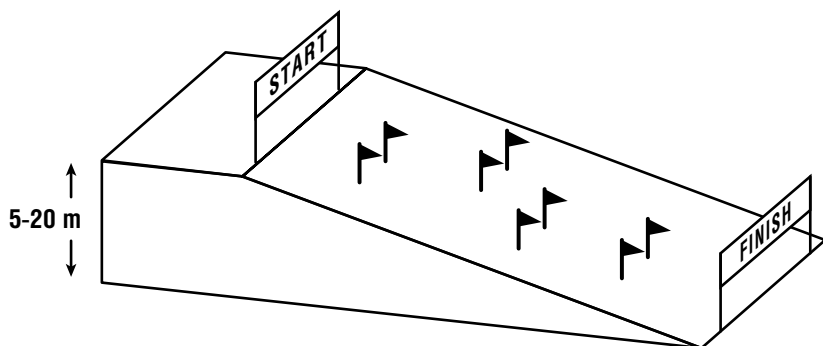
7.6.5. Длина трассы 5-100 метров.

7.6.6. Линия спуска должна быть с постоянным уклоном без ям и бугров.

7.6.7. Равномерно разместите 4-6 ворот, чтобы обеспечить плавные повороты плугом по всей длине трассы.

7.6.8. Зона старта плоская, линия старта и начала отсчёта времени там, где начинается уклон. Ширина линии старта менее одного метра.

7.6.9. Зона финиша не менее 4-х метров шириной с переходом на плоскую площадку.



7.7. Race Procedures

- 7.7.1. Лыжник стартует по команде «5-4-3-2-1-Пошёл!»
- 7.7.2. Отсчёт времени начинается после пересечения линии старта ботинком или включением стартового шлагбаума.
- 7.7.3. Время засекается по моменту пересечения линии финиша передним ботинком.

7.8. Соревнования начального уровня

Характеристики трасс начального уровня

	Вид	Число ворот	Перепад высот	Ширина трассы	Класс склона
7.8.1	Слалом	5 - 15	15 - 50 м	30 м	Начальный
7.8.2	Слалом гигант	5 - 15	20 - 70 м	30 м	Начальный
7.8.3	Super-G	5 - 12	25 - 70 м	30 м	Начальный

7.9. Соревнования среднего уровня

Характеристики трасс среднего уровня

	Вид	Число ворот	Перепад высот	Ширина трассы	Класс склона
7.9.1	Слалом	15-30	30-100 м	30 м	Начальный/Средний
7.9.2	Слалом гигант	15-30	50-150 м	30 м	Начальный/Средний
7.9.3	Super-G	10-20	50-200 м	30 м	Начальный/Средний

7.10. Соревнования продвинутого уровня

Характеристика трасс продвинутого уровня

	Вид	Число ворот	Перепад высот	Ширина трассы	Класс склона
7.4.1	Слалом	20 - 45	60 - 200 m	30 m	Средний
7.4.2	Слалом гигант	20 - 40	100 - 300m	30 m	Средний
7.4.3	Super-G	15 - 35	150 - 350m	30 m	Средний

8. ПРИЛОЖЕНИЕ

8.1. ДИАГРАММА ПЕРЕПАДА ВЫСОТ

