

**ОЙДЕНЕ**  
**СПОРТ ТҮРІ БОЙЫНША**  
**ЖАРЫС ЕРЕЖЕЛЕРІ**  
(Аралас жекпе-жек және күрес)

“Бекітілді”  
«Ойдене Федерациясы»  
РҚБ Президентінің  
12.03.2026 ж. №1-ө/ж бұйрығымен

\_\_\_\_\_ Рысбай С.К.

2026 жылғы 12 наурыз

Осы Ойдене бойынша жарыс Ережелері жарыстарды өткізу тәртібін, қатысушыларға қойылатын талаптарды, төрешілік ету тәртібін, бағалау жүйесін және келесі дисциплиналар бойынша қауіпсіздік талаптарын айқындайды:

- Ойдене аралас жекпе-жегі
- Ойдене күресі

Астана қ.

## МАЗМҰНЫ

### I БӨЛІМ. ЖАРЫСТАРДЫҢ ЖАЛПЫ ЕРЕЖЕЛЕРІ

1. Қолданылу мәртебесі мен саласы
  - 1.1 Жалпы ережелер
  - 1.2 Жарыстардың мақсаты
  - 1.3 Ережелердің мақсаты мен міндеті
  - 1.4 Ережелерді қолданудың міндеттілігі және басымдығы
  - 1.5 Терминдер мен анықтамалар
  - 1.6 Ережелерге өзгерістер енгізу тәртібі
2. Ойдене бойынша жарыс дисциплиналары
  - 2.1 Дисциплиналар тізімі
  - 2.2 Дисциплиналардың нормативтік анықтамасы
  - 2.3 Рұқсат етілген және тыйым салынған әрекеттердің жалпы логикасы
3. Жарыс түрлері және күнтізбе
  - 3.1 Жарыс түрлері
  - 3.2 Жарыстардың дәрежелері
  - 3.3 Жарыс күнтізбесі
  - 3.4 Жарысты өткізу жүйесі
  - 3.5 Қатысушыларды жеребе тарту
  - 3.6 Жарыстың ұзақтығы және өткізу режимі
  - 3.7 Жарысты үзу, ауыстыру және тоқтату
4. Жарыс туралы ереже
  - 4.1 Ереженің мәртебесі
  - 4.2 Ереженің міндетті бөлімдері
  - 4.3 Бағдарлама және кесте
  - 4.4 Ережемен белгіленетін параметрлер
5. Жарысты ұйымдастырушылар
  - 5.1 Ұйымдастырушының мәртебесі
  - 5.2 Ұйымдастыру комитеті
  - 5.3 Ұйымдастыру комитетінің міндеттері
  - 5.4 Құжаттама және ақпараттық сүйемелдеу
  - 5.5 Ұйымдастырушы өкілеттіктерінің шектеулері
  - 5.6 Қаржылық жауапкершілік
  - 5.7 Федерация алдындағы жауапкершілік
6. Медициналық қамтамасыз ету және қауіпсіздік
  - 6.1 Жарысқа медициналық рұқсат
  - 6.2 Жарыстарды медициналық қамтамасыз ету
  - 6.3 Медициналық көрсеткіштер бойынша жекпе-жекті тоқтату
  - 6.4 Нокауттан және жарақаттан кейінгі шектеулер
  - 6.5 Допингке қарсы ережелер
7. Төрешілер алқасы және ресми тұлғалар
  - 7.1 Жалпы ережелер
  - 7.2 Төрешілер алқасының құрамы
  - 7.3 Жекпе-жек төрешілер бригадасы
  - 7.4 Бас төреші
  - 7.5 Рефери

- 7.6 Бүйірлік төрешілер
- 7.7 Рефери мен бүйірлік төрешілердің өзара әрекеті
- 7.8 Аға төреші (арбитр)
- 7.9 Бас хатшы
- 7.10 Алаң хатшысы
- 7.11 Төреші-хронометрист
- 7.12 Қатысушылар жанындағы төреші
- 7.13 Төреші-информатор
- 7.14 Төрешілердің мінез-құлқы және бейтараптылығы
- 7.15 Төрешілердің киім үлгісі
- 8. Жарысқа қатысушылар және жіберу тәртібі
  - 8.1 Жас топтары
  - 8.2 Салмақ дәрежелері
  - 8.3 Спортшыларға қойылатын талаптар
  - 8.4 Мандаттық комиссия
  - 8.5 Салмақ өлшеу
  - 8.6 Жеребе тарту
  - 8.7 Спортшылардың құқықтары мен міндеттері
  - 8.8 Бапкерлер мен өкілдердің құқықтары мен міндеттері
- 9. Қолдаушылар және қолдау аймағы
  - 9.1 Қолдаушы
  - 9.2 Қолдау аймағы
  - 9.3 Қолдаушының мінез-құлқы
  - 9.4 Спортшыға көмек көрсету
  - 9.5 Жекпе-жекте жалғастырудан бас тарту
  - 9.6 Қолдаушының жауапкершілігі
- 10. Спортшылардың формасы
  - 10.1 Жалпы талаптар
  - 10.2 Спортшыларды түстер бойынша айыру
  - 10.3 Спорттық аяқ киім
  - 10.4 Эмблемалар мен жазуларды орналастыру
- 11. Жарыс алаңы
  - 11.1 Жалпы талаптар
  - 11.2 Алаңның өлшемі
  - 11.3 Қауіпсіздік аймағы
  - 11.4 Алаңды қоршау
  - 11.5 Жабдықтар мен бейнетүсірілімді орналастыру
  - 11.6 Бірнеше алаң
  - 11.7 Алаңды белгілеу
- 12. Спортшылардың шығу тәртібі және жекпе-жектің басталуы
  - 12.1 Спортшыларды шақыру
  - 12.2 Спортшының шықпауы
  - 12.3 Жабдықты тексеру
  - 12.4 Жекпе-жектің басталуы
  - 12.5 Жекпе-жектің аяқталуы

## II БӨЛІМ. ОЙДЕНЕ АРАЛАС ЖЕКПЕ-ЖЕГІ

14. ДИСЦИПЛИНАНЫҢ ЖАЛПЫ ЕРЕЖЕЛЕРІ
  - 14.1 Жекпе-жектің сипаты
  - 14.2 Жекпе-жектің негізгі қағидаттары
  - 14.3 Қауіпсіздік бойынша жалпы талаптар
15. СПОРТШЫЛАРДЫҢ ҚАЛЫПТАРЫ
  - 15.1 Тұрыс
  - 15.2 Тіземен тұру қалпы
  - 15.3 Партер
  - 15.4 Спортшылардың тең емес қалпы
  - 15.5 Төменгі позициядан соққылар
16. СОҚҚЫ ТЕХНИКАСЫ ЖӘНЕ КОНТАКТ ТҮРЛЕРІ
  - 16.1 Контакт түрлері
  - 16.2 Контактты қолдану
  - 16.3 Соққы жасауға рұқсат етілген аймақтар
  - 16.4 Жалпы шектеулер
  - 16.5 Тұрған спортшы мен партердегі спортшы
  - 16.6 Партердегі соққылар
17. ЖЕКПЕ-ЖЕКТИҢ ҰЗАҚТЫҒЫ
  - 17.1 Жекпе-жектің негізгі уақыты
  - 17.2 Жекпе-жек уақытының аяқталуы
  - 17.3 Қосымша уақыт
  - 17.4 Қосымша уақыттың ұзақтығы
18. ЖЕКПЕ-ЖЕКТИ ЖҮРГІЗУ
  - 18.1 Спортшылардың белсенділігі
  - 18.2 Партердегі жекпе-жек
  - 18.3 Жекпе-жекті тоқтату
19. ТЕХНИКАЛЫҚ ӘРЕКЕТТЕР ЖӘНЕ ОЛАРДЫ БАҒАЛАУ
  - 19.1 Бағалаудың жалпы қағидалары
  - 19.2 Соққыларды бағалау
  - 19.3 Тейкдаунды бағалау
  - 19.4 Ұстап тұруды бағалау
  - 19.5 Нокдаун
20. ТЕЙКДАУН
  - 20.1 Тейкдаун анықтамасы
  - 20.2 Тейкдаунды аяқтау
  - 20.3 Тейкдаунды есептеу шарттары
  - 20.4 Қарсы тейкдаун
  - 20.5 Тейкдаун есептелмейтін жағдайлар
  - 20.6 Қауіпсіздік шектеулері
21. ҰСТАП ТҰРУ
  - 21.1 Ұстап тұру анықтамасы
  - 21.2 Ұстап тұруды есептеу шарттары
  - 21.3 Ұстап тұруды бағалау
  - 21.4 Ұстап тұруды тоқтату
22. АУЫРТУ ЖӘНЕ ТҮНШЫҚТЫРУ ӘДІСТЕРІ
  - 22.1 Жалпы ережелер
  - 22.2 Әдіспен жеңіс

- 22.3 Жас топтарына арналған ерекшеліктер
- 22.4 Берілу сигналы
- 23. НОКДАУН
  - 23.1 Нокдаун анықтамасы
  - 23.2 Нокдаун кезіндегі реферидің әрекеттері
  - 23.3 Нокдаунды бағалау
- 24. ЖЕҢІСТІҢ НЕГІЗДЕРІ
  - 24.1 Ауырту немесе тұншықтыру әдісімен жеңіс
  - 24.2 Нокаутпен жеңіс
  - 24.3 Айқын басымдықпен жеңіс
  - 24.4 Ұпай бойынша жеңіс
  - 24.5 Қосымша уақыттағы жеңіс
  - 24.6 Жекпе-жекті жалғастыра алмауына байланысты жеңіс
  - 24.7 Қарсыласының келмеуіне байланысты жеңіс
  - 24.8 Қарсыласының дисквалификациясына байланысты жеңіс
- 25. Қорғаныс тоқтатуы және қауіпті позиция
- 26. ТҒЫЙЫМ САЛЫНҒАН ӘРЕКЕТТЕР
  - 26.1 Тыйым салынған соққылар
  - 26.2 Тыйым салынған техникалық әрекеттер
  - 26.3 Қауіпті әрекеттер

### III БӨЛІМ. ОЙДЕНЕ КҮРЕСІ

- 27. ДИСЦИПЛИНАНЫҢ ЖАЛПЫ ЕРЕЖЕЛЕРІ
  - 27.1 Дисциплинаның сипаты
  - 27.2 Рұқсат етілген техникалық әрекеттер
  - 27.3 Тыйым салынған әрекеттер
- 28. ЖЕКПЕ-ЖЕКТИҢ ҰЗАҚТЫҒЫ
- 29. ЖЕКПЕ-ЖЕКТИ ЖҮРГІЗУ
  - 29.1 Спортшылардың қалыптары
  - 29.2 Спортшылардың белсенділігі
  - 29.3 Жекпе-жекті тоқтату
- 30. ӘРЕКЕТТЕРДІ БАҒАЛАУ
  - 30.1 Бағалаудың жалпы қағидалары
  - 30.2 Тейкдаун
  - 30.3 Ұстап тұру
- 31. АУЫРТУ ЖӘНЕ ТҰНШЫҚТЫРУ ӘДІСТЕРІ
- 32. ЖЕҢІСТІҢ НЕГІЗДЕРІ

### IV БӨЛІМ. ПРОЦЕДУРАЛАР ЖӘНЕ РЕСМИ ШЕШІМДЕР

- 33. НАРАЗЫЛЫҚ
- 34. СТАНДАРТТЫ ЕМЕС ЖАҒДАЙЛАР
- 35. ЖАРЫСТАРДЫҢ РЕСМИ НӘТИЖЕЛЕРІ
- 36. ЕРЕЖЕЛЕРДІ ТҮСІНДІРУ ЖӘНЕ ӨЗГЕРТУ

### V БӨЛІМ. ҚОСЫМШАЛАР

- ҚОСЫМША 1. Реферидің ым-ишаралары
- ҚОСЫМША 2. Жарыс алаңының схемасы
- ҚОСЫМША 3. Жекпе-жек төреші жазбасы
- ҚОСЫМША 4. Өлшеу хаттамасы
- ҚОСЫМША 5. Қатысу өтінімінің нысаны
- ҚОСЫМША 6. Жарыс торы (олимпиадалық жүйе)
- ҚОСЫМША 7. Жарыс торы (айналмалы жүйе)
- ҚОСЫМША 8. Тәртіптік бұзушылық актісі
- ҚОСЫМША 9. Наразылық нысаны

# І БӨЛІМ. ОЙДЕНЕ ЖАРЫСТАРЫНЫҢ ЖАЛПЫ ЕРЕЖЕЛЕРІ

## 1. ЕРЕЖЕЛЕРДІҢ МӘРТЕБЕСІ МЕН ҚОЛДАНЫЛУ АЯСЫ

### 1.1 Жалпы ережелер

1.1.1. Осы Ойдене жарыстарының Ережелері (бұдан әрі — Ережелер) Ойдене бойынша жарыстарды ұйымдастыру мен өткізу тәртібін белгілейді.

1.1.2. Осы Ережелер Ойдене Федерациясының ресми жарыстарына, сондай-ақ Федерацияның келісімімен өткізілетін барлық жарыстарға қолданылады.

1.1.3. Ережелер жарыстарды ұйымдастырушылар, төрешілер, спортшылар, бапкерлер, команда өкілдері және жарыстарды өткізуге қатысатын барлық тұлғалар үшін міндетті болып табылады.

1.1.4. Осы Ережелер Ойдене бойынша жарыстарды өткізу кезінде бірыңғай талаптарды белгілеу, қауіпсіздікті қамтамасыз ету және әділ төрешілікті жүзеге асыру мақсатында әзірленген.

### 1.2 Ережелердің мақсаты мен міндеті

1.2.1. Осы Ережелердің мақсаты — Ойдене бойынша жарыстарды өткізудің бірыңғай қағидаларын белгілеу.

1.2.2. Ережелердің міндеттері:

- спортшылардың қауіпсіздігін қамтамасыз ету;
- төрешіліктің біркелкі қолданылуын қамтамасыз ету;
- жарыстарды өткізудің бірыңғай тәртібін белгілеу;
- спорттық қағидалардың сақталуын қамтамасыз ету.

### 1.3 Ережелердің міндеттілігі және басымдығы

1.3.1. Ойдене бойынша барлық жарыстар осы Ережелерге сәйкес өткізілуі тиіс.

1.3.2. Осы Ережелер Ойдене бойынша жарыстарды өткізуге қатысты өзге құжаттарға қатысты басымдыққа ие.

1.3.3. Егер жарыс туралы Ережеде (Положение) осы Ережелерге қайшы келетін нормалар болса, осы Ережелердің талаптары қолданылады.

### 1.4 Терминдер мен анықтамалар

1.4.1. Осы Ережелерде мынадай негізгі терминдер қолданылады:

**Ойдене** — соққы және күрес техникасының элементтерін біріктіретін жекпе-жек түрі.

**Жекпе-жек** — екі спортшы арасындағы қарсыласу.

**Жарыс** — спортшылардың белгіленген ережелер бойынша өтетін спорттық сайысы.

**Төреші** — жарысты төрешілеуді жүзеге асыратын ресми тұлға.

**Рефери** — жекпе-жекте алаңда басқаратын төреші.

**Бүйірлік төреші** — спортшылардың әрекеттерін бағалайтын және ұпайларды тіркейтін төреші.

**Қолдаушы** — жекпе-жек кезінде спортшыны арнайы бөлінген орында қолдайтын және кеңес беретін тұлға.

**Қолдау аймағы** — қолдаушыларға арналған арнайы белгіленген орын.

### 1.5 Ережелерге өзгерістер енгізу тәртібі

1.5.1. Осы Ережелерге өзгерістер мен толықтырулар Ойдене Федерациясының шешімімен енгізіледі.

1.5.2. Ережелердің жаңа редакциясы Федерация бекіткен күннен бастап күшіне енеді.

1.5.3. Ережелердің ресми нұсқасы Федерацияның ресми ресурстарында жарияланады.

## **2. ОЙДЕНЕ ЖАРЫСТАРЫНЫҢ ДИСЦИПЛИНАЛАРЫ**

### **2.1 Дисциплиналар тізбесі**

2.1.1. Ойдене бойынша жарыстар келесі дисциплиналар бойынша өткізіледі:

- Ойдене аралас жекпе-жегі;
- Ойдене күресі.

### **2.2 Дисциплиналардың нормативтік анықтамасы**

2.2.1. Ойдене аралас жекпе-жегі — соққы техникасы мен күрес техникасын қолдануға рұқсат етілетін спорттық жекпе-жек.

2.2.2. Ойдене күресі — соққы әрекеттерін қолдануға тыйым салынған, ал күрес техникасына рұқсат етілетін жекпе-жек.

2.2.3. Әрбір дисциплина бойынша рұқсат етілген және тыйым салынған әрекеттер, сондай-ақ ұпай беру және тәртіптік санкциялар тиісті бөлімдерде белгіленеді.

### **2.3 Рұқсат етілген және тыйым салынған әрекеттердің жалпы қағидалары**

2.3.1. Жекпе-жек барысында тек осы Ережелермен рұқсат етілген техникалық әрекеттерге ғана жол беріледі.

2.3.2. Спортшының қарсыластың денсаулығына қауіп төндіретін әрекеттеріне тыйым салынады.

2.3.3. Қауіпсіздік қағидаларын бұзу төреші тарапынан тоқтатылып, тәртіптік шаралар қолданылуы мүмкін.

2.3.4. Әрбір дисциплина бойынша нақты рұқсат етілген және тыйым салынған әрекеттер тиісті бөлімдерде белгіленеді.

## **3. ЖАРЫСТАРДЫҢ ТҮРЛЕРІ ЖӘНЕ ӨТКІЗУ ЖҮЙЕСІ**

### **3.1 Жарыстардың түрлері**

3.1.1. Ойдене бойынша жарыстар келесі түрлерде өткізілуі мүмкін:

- жеке жарыстар;
- командалық жарыстар;
- жеке-командалық жарыстар.

3.1.2. Жарыстың нақты түрі жарыс туралы Ережеде (Положение) көрсетіледі.

### **3.2 Жарыстарды өткізу жүйелері**

3.2.1. Жарыстар келесі жүйелер бойынша өткізілуі мүмкін:

- шығып қалу жүйесі;
- айналмалы жүйе;
- аралас жүйе.

3.2.2. Жарысты өткізу жүйесі қатысушылар санына және жарыстың деңгейіне байланысты анықталады.

3.2.3. Жарыс жүйесін жарыстың бас төрешісі жарысты ұйымдастырушымен келісіп белгілейді.

### **3.3 Жарыс кезеңдері**

3.3.1. Жарыстар келесі кезеңдерден тұруы мүмкін:

- іріктеу кезеңі;
- жартылай финал;
- финал.

3.3.2. Жарыстың құрылымы жарыс туралы Ережеде көрсетіледі.

### **3.4 Жарыстың ресми құжаттары**

3.4.1. Ойдене жарыстары келесі негізгі құжаттар негізінде өткізіледі:

- жарыс туралы Ереже (Положение);
- осы Ережелер;
- жарыс бағдарламасы.

3.4.2. Барлық ресми құжаттар жарыс басталғанға дейін қатысушыларға жариялануы тиіс.

## **4. ЖАРЫСТАРДЫ ҰЙЫМДАСТЫРУ**

### **4.1 Жалпы ережелер**

4.1.1. Ойдене бойынша жарыстарды ұйымдастыру және өткізу жарысты ұйымдастырушыға жүктеледі.

4.1.2. Жарысты ұйымдастырушы жарыстың осы Ережелерге және жарыс туралы Ережеге (Положение) сәйкес өткізілуін қамтамасыз етеді.

4.1.3. Жарысты ұйымдастырушы:

- жарысты өткізу орнын дайындауды;
- төрешілер алқасының жұмысын ұйымдастыруды;
- медициналық қамтамасыз етуді;
- қауіпсіздік талаптарының сақталуын қамтамасыз етеді.

4.1.4. Жарыс өткізу кезінде спортшылардың қауіпсіздігі бірінші кезектегі міндет болып табылады.

### **4.2 Жарыс туралы Ереже (Положение)**

4.2.1. Әрбір жарыс жарыс туралы Ережеге (Положение) сәйкес өткізіледі.

4.2.2. Жарыс туралы Ережеде мыналар көрсетіледі:

- жарыстың атауы;
- өткізу күні мен орны;
- жарыстың ұйымдастырушысы;
- жарыс бағдарламасы;
- қатысушылардың жас және салмақ санаттары;
- жарысты өткізу жүйесі;
- қатысу шарттары.

4.2.3. Жарыс туралы Ереже жарыс басталғанға дейін барлық қатысушыларға жеткізілуі тиіс.

### **4.3 Жарысты өткізу орны**

4.3.1. Жарыстар арнайы дайындалған спорт залдарында немесе спорт алаңдарында өткізіледі.

4.3.2. Жарысты өткізу орны:

- қауіпсіздік талаптарына сәйкес болуы;
- жеткілікті жарықтандырылуы;
- спортшылар мен төрешілер үшін қолайлы жағдай қамтамасыз етуі тиіс.

4.3.3. Жарысты өткізу орны көрермендер үшін де қауіпсіз болуы тиіс.

## **5. МЕДИЦИНАЛЫҚ ҚАМТАМАСЫЗ ЕТУ**

### **5.1 Жалпы талаптар**

5.1.1. Әрбір жарыс міндетті түрде медициналық қамтамасыз етумен өткізіледі.

5.1.2. Жарыс барысында медициналық қызметкердің болуы міндетті.

5.1.3. Медициналық қызметкер спортшылардың денсаулық жағдайын бақылауды жүзеге асырады.

## **5.2 Медициналық бақылау**

- 5.2.1. Жарысқа тек медициналық рұқсаты бар спортшылар ғана жіберіледі.
- 5.2.2. Медициналық қызметкер жекпе-жек барысында спортшылардың жағдайын бақылауға құқылы.
- 5.2.3. Егер спортшының денсаулығына қауіп төнсе, медициналық қызметкер жекпе-жекті тоқтатуды талап етуге құқылы.
- 5.3 Жарақат алған жағдайда әрекет ету
- 5.3.1. Егер жекпе-жек барысында спортшы жарақат алса, рефери жекпе-жекті тоқтатады.
- 5.3.2. Медициналық қызметкер спортшыға қажетті медициналық көмек көрсетеді.
- 5.3.3. Медициналық қызметкердің қорытындысы бойынша спортшының жекпе-жекті жалғастыруына немесе тоқтатуына шешім қабылданады.

## **6. ҚАУІПСІЗДІК ТАЛАПТАРЫ**

### **6.1 Жалпы қауіпсіздік талаптары**

- 6.1.1. Ойдене бойынша жарыстар спортшылардың қауіпсіздігін қамтамасыз ететін жағдайларда өткізілуі тиіс.
- 6.1.2. Жарысты ұйымдастырушы қауіпсіздік талаптарының сақталуын қамтамасыз етеді.
- 6.1.3. Қауіпсіздік талаптарының сақталуы үшін төрешілер алқасы, медициналық қызметкерлер және жарысты ұйымдастырушылар жауапты болады.

### **6.2 Қауіпті жағдайлардың алдын алу**

- 6.2.1. Жарыс алаңы қауіпсіз және жарақат алу қаупін туғызбайтын болуы тиіс.
- 6.2.2. Жарыс кезінде бөгде адамдардың жарыс алаңына кіруіне жол берілмейді.
- 6.2.3. Жарыс алаңы мен оның айналасында спортшыларға қауіп төндіретін заттардың болуына жол берілмейді.
- 6.2.4. Жарыс кезінде қауіпсіздік талаптарының бұзылуы анықталған жағдайда жекпе-жек уақытша тоқтатылуы мүмкін.

## **7. ТӨРЕШІЛЕР АЛҚАСЫ ЖӘНЕ РЕСМИ ТҮЛҒАЛАР**

### **7.1 Жалпы ережелер**

- 7.1.1. Ойдене бойынша жарыстарды төрешілеуді Ойдене Федерациясы аттестаттаған және белгіленген үлгідегі жарамды куәлігі бар төрешілер жүзеге асырады.
- 7.1.2. Төрешілер алқасын жарыстың бас төрешісі қалыптастырады және жарысты ұйымдастырушы бекітеді.
- 7.1.3. Төрешілер алқасының сандық құрамы жарыстың ауқымына байланысты анықталады.
- 7.1.4. Жекпе-жектерге төрешілерді тағайындау бейтараптық және әділдік қағидаларын қамтамасыз етуі тиіс.

### **7.2 Төрешілер алқасының құрамы**

- 7.2.1. Төрешілер алқасының құрамына мыналар кіреді:
  - бас төреші;
  - бас төрешінің орынбасары;
  - бас хатшы;
  - рефери;
  - бүйірлік төрешілер;
  - аға төреші (арбитр);
  - төреші-хронометрист;

- қатысушылар жанындағы төреші;
- төреші-ақпарат беруші;
- жарыс коменданты.

7.2.2. Медициналық персонал осы Ережелердің жарыстарды медициналық қамтамасыз етуге қатысты бөліміне сәйкес әрекет етеді.

### **7.3 Жекпе-жектің төрешілер бригадасы**

7.3.1. Әрбір жекпе-жек бас төреші тағайындайтын төрешілер бригадасымен төрешіленеді.

7.3.2. Төрешілер бригадасының құрамына мыналар кіреді:

- рефери;
- бүйірлік төрешілер;
- төреші-хронометрист;
- алаң хатшысы.

7.3.3. Жарыстың деңгейіне байланысты төрешілер бригадасының құрамы келесідей белгіленеді.

#### ***Клубтық жарыстар:***

- рефери;
- кемінде екі бүйірлік төреші;
- төреші-хронометрист.

(Хатшының функцияларын жарыстың жалпы хатшылығы орындауы мүмкін.)

#### ***Қалалық және өңірлік жарыстар:***

- рефери;
- кемінде екі бүйірлік төреші;
- төреші-хронометрист;
- алаң хатшысы.

#### ***Республикалық және халықаралық жарыстар:***

- рефери;
- кемінде үш бүйірлік төреші;
- аға төреші;
- төреші-хронометрист;
- алаң хатшысы.

7.3.4. Бүйірлік төрешілер белгіленген хаттамада ұпайлар мен ескертулерді тіркейді.

7.3.5. Алаң хатшысы төрешілер жазбалары негізінде жекпе-жек нәтижелерін қорытындылап, қорытынды хаттаманы рәсімдейді.

7.3.6. Аға төреші (тағайындалған жағдайда) бригаданың жұмысын үйлестіреді және жекпе-жектің нәтижесін растайды.

7.3.7. Рефери нәтижелер расталғаннан кейін жеңімпазды жариялайды.

7.3.8. Төрешілер бригадасының кез келген мүшесін ауыстыру тек бас төрешінің шешімімен жүзеге асырылады.

### **7.4 Бас төреші**

7.4.1. Бас төреші жарысты басқарады және оны осы Ережелер мен жарыс туралы Ережеге сәйкес өткізуді қамтамасыз етеді.

7.4.2. Бас төреші міндетті:

- төрешілер алқасының жұмысын ұйымдастыруға;
- жарыс өткізу орнының қауіпсіздік талаптарына сәйкестігін бақылауға;
- жеребе өткізуді ұйымдастыруға;
- мандаттық комиссияның жұмысын бақылауға;

- төрешілердің жұмысын талдауға;
- даулы және стандартты емес жағдайларда шешім қабылдауға.

#### 7.4.3. Бас төрешінің құқығы бар:

- жарысты тоқтатуға, кейінге қалдыруға немесе тоқтатуға;
- төрешілерді ауыстыруға;
- өрескел бұзушылықтар анықталған жағдайда шешімдерді жоюға;
- осы Ережелермен реттелмеген мәселелер бойынша шешім қабылдауға.

### 7.5 Рефери

7.5.1. Рефери жекпе-жекте алаңда төрешілейді.

7.5.2. Реферидің негізгі міндеті — спортшылардың қауіпсіздігін қамтамасыз ету және осы Ережелердің сақталуын бақылау.

7.5.3. Рефери міндетті:

- Ережелердің сақталуын бақылауға;
- «Тоқта» және «Бой» («Сайыс») командаларын жариялауға;
- бұзушылықтарды тіркеуге және жазалау шараларын жариялауға;
- берілуде, нокдаунда, айқын басымдық кезінде немесе денсаулыққа қауіп төнген жағдайда жекпе-жекте тоқтатуға;
- спортшылардың экипировкасын бақылауға;
- бүйірлік төрешілермен, аға төрешімен және хатшылықпен өзара әрекеттесуге.

7.5.4. Реферидің құқығы бар:

- ескерту, қатаң ескерту және дисквалификация жариялауға;
- қауіпсіздікке қауіп төнген жағдайда жекпе-жекте кез келген сәтте тоқтатуға;
- жарақат алған жағдайда дәрігерді шақыруға.

7.5.5. Рефери өз құзыреті шегінде дербес шешім қабылдайды.

### 7.6 Бүйірлік төрешілер

7.6.1. Бүйірлік төрешілер жекпе-жекте бақылап, спортшылардың әрекеттерін бағалайды және белгіленген хаттамада тіркейді:

- берілген ұпайларды;
- рефери жариялаған қатаң ескертулерді.

7.6.2. Бүйірлік төрешінің құқығы бар:

- Ережелердің бұзылғаны туралы белгі беруге;
- әрекеттерді бағалауда мүмкін қателік туралы белгі беруге;
- өрескел бұзушылық немесе қауіп жағдайында жекпе-жекте тоқтатуды талап етуге.

7.6.3. Бүйірлік төрешілер міндетті:

- бейтараптықты сақтауға;
- жекпе-жек барысында спортшылармен байланыс жасамауға;
- қатысушыларға нұсқау бермеуге;
- тек осы Ережелер шеңберінде әрекет етуге.

### 7.7 Рефери мен бүйірлік төрешілердің өзара әрекеті

7.7.1. Рефери алаңдағы жекпе-жекте басқаратын жалғыз тұлға болып табылады.

7.7.2. Егер рефери келесілерді байқамаса:

- Ереженің айқын бұзылуын;
  - нокдаунды;
  - спортшының берілуін;
  - денсаулыққа қауіп төндіретін жағдайды,
- бүйірлік төреші ысқырықпен жекпе-жекте тоқтату белгісін беруге міндетті.

- 7.7.3. Белгіні естігеннен кейін рефери жекпе-жекті дереу тоқтатып, себептерін анықтауы тиіс.
- 7.7.4. Аға төреші (тағайындалған жағдайда) Ережелердің өрескел бұзылуы немесе қауіп жағдайында жекпе-жекті тоқтатуды талап етуге құқылы.
- 7.7.5. Оқиға бойынша соңғы шешімді жағдайды анықтағаннан кейін рефери қабылдайды.
- 7.7.6. Тоқтату белгісін негізсіз қолдану бас төрешінің шешімімен төрешіні ауыстыруға негіз болуы мүмкін.

## **7.8 Жекпе-жекті түпкілікті басқару**

- 7.8.1. Алаңдағы жекпе-жекті басқаруды тек рефери жүзеге асырады.
- 7.8.2. Жекпе-жек барысында рефери берген барлық командалар спортшылар, төрешілер бригадасы және жарысқа қатысушылар үшін міндетті.
- 7.8.3. Реферидің жекпе-жек барысында өз құзыреті шегінде қабылдаған шешімдері түпкілікті болып табылады және орындалуы міндетті.

# **8. ЖАРЫСҚА ҚАТЫСУШЫЛАР ЖӘНЕ ЖІБЕРУ ТӘРТІБІ**

## **8.1 Қатысушылардың жас топтары**

- 8.1.1. Ойдене бойынша жарысқа қатысушылар келесі жас топтарына бөлінеді:
- 11–12 жас — балалар (ұлдар, қыздар);
  - 13–14 жас — жасөспірімдер А (ұлдар, қыздар);
  - 15–16 жас — жасөспірімдер В (ұлдар, қыздар);
  - 17–18 жас — юниорлар, юниоркалар;
  - 19–39 жас — ерлер, әйелдер;
  - 40 жас және одан жоғары — сениорлар (ерлер, әйелдер).
- 8.1.2. Спортшының жасы туған жылы бойынша анықталады.
- 8.1.3. Жас шектерін өзгерту тек Ойдене Федерациясының шешімімен немесе Федерациямен келісім бойынша рұқсат етіледі.
- 8.1.4. Жас топтарын біріктірген жағдайда жас айырмашылығы келесіден аспауы тиіс: — балалар, жасөспірімдер және юниорлар арасында 2 жылдан аспауы тиіс.
- 8.1.5. Спорттық разряды бірінші разрядтан төмен емес 18 жастағы юниорларға медициналық рұқсат болған жағдайда ерлер арасында қатысуға рұқсат етіледі.
- 8.1.6. Балалар мен жасөспірімдерге бір жарыс шеңберінде көршілес жас топтарында қатысуға тыйым салынады.

## **8.2 Салмақ санаттары**

- 8.2.1. Салмақ санаттары келесі дисциплиналар үшін бірдей болып табылады:
- «Ойдене аралас жекпе-жегі»
  - «Ойдене күресі».
- Салмақ санаттары келесідей белгіленеді.

### ***Ұлдар, қыздар (11–12 жас):***

28 кг дейін, 31, 34, 37, 40, 43, 46, 49 кг дейін.

### ***Жасөспірімдер А (13–14 жас):***

34 кг дейін, 37, 40, 43, 46, 49, 52, 55, 58 кг дейін.

### ***Жасөспірімдер В (15–16 жас):***

40 кг дейін, 44, 48, 52, 56, 60, 64, 68, 72, 76 кг дейін.

### ***Юниорлар, юниоркалар (17–18 жас):***

44 кг дейін, 48, 52, 56, 60, 64, 68, 72, 76, 80 кг дейін, 80 кг жоғары.

### ***Ерлер, әйелдер (19–39 жас):***

48 кг дейін, 52, 56, 60, 64, 68, 72, 76, 80, 84, 88 кг дейін, 88 кг жоғары.

### ***Сениорлар (40 жас және одан жоғары):***

48 кг дейін, 52, 56, 60, 64, 68, 72, 76, 80, 84, 88 кг дейін, 88 кг жоғары.

8.2.2. Салмақ санаттарының шектерін өзгерту ұйымдастырушының шешімімен және Ойдене Федерациясының бекітуімен рұқсат етіледі, бірақ диапазонның ұлғаюы келесіден аспауы тиіс:

- 3 кг — балалар мен жасөспірімдер А;
- 4 кг — жасөспірімдер В және юниорлар.

8.2.3. Ерлер жарыс барысында бастапқы санатына қайта оралу құқығынсыз ауыр салмақ санатында қатысуға құқылы.

8.2.4. Қатысушылар саны жеткіліксіз болған жағдайда көршілес салмақ санаттарын біріктіруге рұқсат етіледі, бірақ спортшылар арасындағы салмақ айырмашылығы келесіден аспауы тиіс:

- 3 кг — балалар, жасөспірімдер А;
- 4 кг — жасөспірімдер В, юниорлар, 70 кг дейінгі ерлер;
- 5 кг — 70 кг жоғары юниорлар мен ерлер.

## **8.3 Спортшыларға қойылатын талаптар**

8.3.1. Жарысқа ер және әйел жынысты, кемінде 6 ай дайындықтан өткен, бапкері тіркеген және жарамды медициналық рұқсаты бар тұлғалар жіберіледі.

8.3.2. Жарысқа Ойдене дайындық жүйесінің кемінде үшінші деңгейіне ие спортшылар жіберіледі.

8.3.3. Спортшының жарысқа дайындығы үшін бапкер жауап береді.

8.3.4. Жарысқа тіркелген спортшы:

- құлау кезінде өзін сақтандыру техникасын меңгеруі;
- жекпе-жек жүргізудің базалық техникалық-тактикалық дағдыларына ие болуы;
- оқу жекпе-жектеріне (спаррингтерге) қатысу тәжірибесіне ие болуы;
- жарыс жүктемесіне физикалық тұрғыдан дайын болуы;
- жарысқа психологиялық тұрғыдан дайын болуы тиіс.

## **8.4 Мандаттық комиссия**

8.4.1. Спортшыларды жарысқа жіберуді Мандаттық комиссия жүзеге асырады.

8.4.2. Мандаттық комиссияның құрамын жарысты ұйымдастырушы және бас төреші бекітеді.

8.4.3. Мандаттық комиссияға келесі құжаттар ұсынылады:

жарысқа қатысу өтінімі;

1. спортшының жеке басын куәландыратын құжат;
2. медициналық рұқсат;
3. спортшының жарысқа қатысу туралы өтініші (кәмелетке толмағандар үшін — заңды өкілінің өтініші).

8.4.4. Мандаттық комиссия келесілерді тексереді:

1. жас санатына сәйкестігін;
2. көрсетілген салмақ санатына сәйкестігін;
3. міндетті құжаттардың болуын;
4. жарыс туралы Ережеде көзделген басқа талаптарды.

8.4.5. Тексеру нәтижелері бойынша Мандаттық комиссия спортшыны жарысқа жіберу немесе жібермеу туралы қорытынды рәсімдейді.

8.4.6. Спортшыны жарысқа жіберу туралы соңғы шешімді Мандаттық комиссияның қорытындысы негізінде бас төреші қабылдайды.

8.4.7. Мандаттық комиссиядан өтпеген спортшы жарысқа жіберілмейді.

### **8.5 Салмақ өлшеу**

8.5.1. Салмақ өлшеу жарыс күні немесе жарыстың алдындағы күні жүргізіледі, егер бұл жарыс туралы Ережеде көзделсе.

8.5.2. Салмақ өлшеу жекпе-жектер басталғанға дейін кемінде 1 сағат бұрын аяқталуы тиіс.

8.5.3. Салмақ өлшеу кезінде спортшы фотосуреті бар жеке басын куәландыратын құжатты көрсетуі тиіс.

8.5.4. Спортшылар салмақ өлшеуге минималды спорттық киіммен немесе іш киіммен қатысады. Нәтижелер салмақ өлшеу хаттамасына енгізіледі.

8.5.5. Салмақ өлшеуге келмеген спортшы жарысқа жіберілмейді.

8.5.6. Егер спортшының салмағы белгіленген салмақ санатынан асып кетсе, ол осы санатта жарысқа қатыса алмайды. Ауыр салмақ санатына жіберу жарыс туралы Ережеге сәйкес жүзеге асырылады.

8.5.7. Салмақ өлшеуді бас төреші бекіткен комиссия жүргізеді.

8.5.8. Салмақ өлшеуге қатысты өзге мәселелер жарыс туралы Ережемен реттеледі.

### **8.6 Жеребе**

8.6.1. Жеребені бас төреші бас хатшымен бірге команда өкілдерінің қатысуымен өткізеді.

8.6.2. Жеребе мандаттық комиссия мен салмақ өлшеу аяқталғаннан кейін өткізіледі.

8.6.3. Жеке және жеке-командалық жарыстарда спорттық қағиданы сақтау мақсатында күшті спортшыларды және бір ұйымның спортшыларын әр түрлі бөліктерге бөлуге рұқсат етіледі.

### **8.7 Спортшылардың құқықтары мен міндеттері**

8.7.1. Ойдене бойынша жарысқа қатысатын спортшы осы Ережелерді сақтауға, қарсыласына, төрешілерге, ұйымдастырушыларға және көрермендерге құрмет көрсетуге, сондай-ақ спорттық тәртіпті ұстануға міндетті.

8.7.2. Спортшы міндетті:

1. осы Ережелерді білуге және орындауға;
2. жарысқа және жекпе-жекке белгіленген уақытта келуге;
3. жекпе-жекке белгіленген формада және қорғаныс жабдықтарымен шығуға (егер дисциплинада көзделсе);
4. қарсыласына және ресми тұлғаларға қатысты дұрыс мінез-құлық сақтауға;
5. реферидің «Сайыс / Бой», «Тоқта / Стоп» және басқа да командаларын орындауға;
6. қарсыласы ноқдаун алған кезде немесе жекпе-жек тоқтатылған кезде реферидің командасы бойынша көрсетілген позицияны қабылдауға және төрешілердің әрекеттеріне араласпауға;
7. төрешілер алқасының шақыруы бойынша жекпе-жекке дереу келуге;
8. реферидің рұқсатынсыз алаңды тастап кетпеуге;
9. жекпе-жекті өз бетінше тоқтатпауға, тек берілу белгісін берген немесе жекпе-жекті жалғастырудан бас тартқан жағдайларды қоспағанда;
10. жарысты жалғастыра алмайтын жағдайда төрешілер алқасына қатысушылар жанындағы төреші немесе команда басшысы арқылы дереу хабарлауға;
11. нәтижелер жарияланғаннан кейін ұстамды мінез-құлықты қоса алғанда, спорттық этика нормаларын сақтауға.

8.7.3. Спортшының құқығы бар:

- жарыстың регламенті туралы ақпарат алуға;
- белгіленген аймақта бапкерінің сүйемелдеуімен болуға;
- медициналық көмек алуға;
- үзіліс кезінде бапкеріне жүгінуге;
- рефериге белгіленген тәртіппен хабарлау арқылы жекпе-жекті жалғастырудан бас тартуға.

## **8.8 Бапкерлер мен команда өкілдерінің құқықтары мен міндеттері**

8.8.1. Жарысқа қатысатын командада команда жетекшісі (команда өкілі) болуы тиіс.

8.8.2. Команда жетекшісі болмаған жағдайда оның міндеттерін тағайындалған команда капитаны орындайды.

8.8.3. Команда жетекшісі өз командасының спортшыларының тәртібі мен мінез-құлқы үшін жауап береді.

8.8.4. Команда жетекшісі міндетті:

1. осы Ережелерді және жарыс туралы Ережені білуге және сақтауға;
2. өтінімдер мен қажетті құжаттарды уақытында тапсыруға;
3. төрешілер алқасының отырыстарына қатысуға;
4. төрешілер алқасының шешімдерін спортшыларға жеткізуге;
5. спортшылардың жекпе-жекке уақытында келуін қамтамасыз етуге;
6. спортшылардың формасы мен қорғаныс жабдықтарының белгіленген талаптарға сәйкестігін бақылауға;
7. жарыс аймағында белгіленген тәртіпті сақтауға.

8.8.5. Команда жетекшісінің құқығы бар:

1. салмақ өлшеу және жеребе кезінде қатысуға;
2. хатшылыққа және төрешілер алқасының мүшелеріне түсіндіру үшін жүгінуге;
3. мандаттық комиссия аяқталғанға дейін команда құрамына өзгерістер енгізуге;
4. осы Ережелерде белгіленген тәртіппен наразылықтар мен апелляциялар беруге;
5. медициналық немесе өзге де негізді себептер болған жағдайда өз спортшысын жекпе-жектен алып тастауға.

8.8.6. Команда жетекшісіне, бапкерге және команда өкілдеріне төрешілердің әрекеттеріне араласуға тыйым салынады.

8.8.7. Жекпе-жек кезінде бапкерге спортшыға тек белгіленген қолдау аймағынан нұсқаулар беруге рұқсат етіледі.

8.8.8. Команда жетекшісі осы жарыста бір мезгілде төреші функцияларын атқара алмайды.

## **9. ҚОЛДАУШЫЛАР ЖӘНЕ ҚОЛДАУ АЙМАҒЫ**

### **9.1 Қолдаушы**

9.1.1. Қолдаушы — жекпе-жек кезінде спортшыны сүйемелдейтін және оған белгіленген қолдау аймағында көмек көрсететін тұлға.

9.1.2. Қолдаушы ретінде бапкер немесе команда өкілі көрсеткен өзге тұлға болуы мүмкін.

9.1.3. Жекпе-жек кезінде спортшыны бір ғана қолдаушы сүйемелдеуі мүмкін.

### **9.2 Қолдау аймағы**

9.2.1. Қолдаушы үшін жарысты ұйымдастырушы алаңнан тыс қолдау аймағында арнайы орын белгілейді.

9.2.2. Жекпе-жек кезінде қолдаушы өз орнында қолдау аймағында болуы тиіс.

9.2.3. Қолдаушыға алаңға шығуға және жекпе-жек барысына араласуға тыйым салынады.

9.2.4. Қолдау аймағында белгіленген тәртіпті бұзу тәртіптік шаралар қолдануға әкелуі мүмкін.

### **9.3 Қолдаушының мінез-құлқы**

9.3.1. Қолдаушы жарыс ережелерін және спорттық этика нормаларын сақтауға міндетті.

9.3.2. Қолдаушыға жекпе-жек кезінде қолдау аймағынан спортшыға кеңес беруге рұқсат етіледі.

9.3.3. Қолдаушыға келесілерге жол беруге тыйым салынады:

— жекпе-жек өткізуге кедергі келтіретін шамадан тыс айқайға;

— қарсыласқа тіл тигізуге;

— төрешілерді қорлауға;

— төрешілер алқасының әрекеттеріне араласуға;

— арандатушылық әрекеттерге.

9.3.4. Бұзушылық болған жағдайда рефери ескерту жариялауға немесе қолдаушыны жарыс аймағынан шығаруға құқылы.

### **9.4 Спортшыға көмек көрсету**

9.4.1. Қолдаушы жекпе-жек басталғанға дейін және рефери жекпе-жекті тоқтатқаннан кейін спортшыға көмек көрсетуге құқылы.

### **9.5 Жекпе-жекті жалғастырудан бас тарту**

9.5.1. Қолдаушы спортшының жекпе-жекті жалғастырудан бас тартатыны туралы мәлімдей алады.

9.5.2. Ол үшін қолдаушы алаңға сүлгі лақтыруы немесе реферидің назарын басқа тәсілмен аударуы тиіс.

9.5.3. Бас тарту белгісі берілгеннен кейін жекпе-жек дереу тоқтатылады.

### **9.6 Қолдаушының жауапкершілігі**

9.6.1. Қолдаушы қолдау аймағындағы тәртіптің сақталуына жауап береді.

9.6.2. Осы Ережелерді өрескел бұзған жағдайда қолдаушы рефери немесе бас төрешінің шешімімен жарыс аймағынан шығарылуы мүмкін.

## **10. СПОРТШЫЛАРДЫҢ ФОРМАСЫ**

### **10.1 Жалпы талаптар**

10.1.1. Спортшы белгіленген спорттық формада өнер көрсетуі тиіс. Форма мыналардан тұрады:

куртка;

шалбар;

жекпе-жек жағындағы түсті білдіретін қызыл немесе көк белбеу;

арнайы спорттық аяқ киім.

10.1.2. Ойдене спортшысының белгіленген формасы Ойдене спорт түрінің екі дисциплинасы үшін де бірдей болып табылады.

10.1.3. Ойдене спортшысының стандартты формасы — қара түсті форма.

10.1.4. Ашық жарыстарда қауіпсіздік талаптарына сәйкес келетін және спортшылардың біріне артықшылық бермейтін жағдайда басқа жекпе-жек түрлерінің формасында қатысуға рұқсат етіледі.

10.1.5. Спортшының формасы таза, жарамды және жарақат қауіпін тудыратын элементтерсіз болуы тиіс.

10.1.6. Жарыс аймағында толық емес формада немесе жалаңаш денемен болуға тыйым салынады.

10.1.7. Қорғаныс жабдықтарына қойылатын талаптар Ойдененің тиісті дисциплинасының ережелерімен белгіленеді.

10.1.8. Осы Ережелерде көзделмеген қосымша қорғаныс құралдарын қолдануға тек жарыстың бас төрешісінің рұқсатымен жол беріледі.

## **10.2 Спортшыларды түстік сәйкестендіру**

10.2.1. Спортшыларды ажырату үшін екі түсті белбеулер қолданылады:

— қызыл;

— көк.

10.2.2. Бірінші болып жарияланған спортшы көк белбеумен шығады және реферидің оң жағындағы позицияны алады.

10.2.3. Екінші болып жарияланған спортшы қызыл белбеумен шығады және реферидің сол жағындағы позицияны алады.

10.2.4. Қызыл және көк белбеулерді жарысты ұйымдастырушы қамтамасыз етеді.

## **10.3 Спорттық аяқ киім**

10.3.1. Спорттық аяқ киім күреске арналған және жұмсақ табанды болуы тиіс.

10.3.2. Аяқ киімде жарақат келтіруі мүмкін қатты немесе резеңке элементтер болмауы тиіс.

10.3.3. Қатты немесе қалың резеңке табанды аяқ киімге тыйым салынады.

## **10.4 Эмблемалар мен жазуларды орналастыру**

10.4.1. Кеуденің сол жағында Ойдене Федерациясының эмблемасы орналастырылады.

10.4.2. Арқа бөлігінде «OIDENE» жазуы, оның астында спортшының тегі мен аты латын әріптерімен жазылады.

10.4.3. Келесілерді орналастыруға рұқсат етіледі:

1. ел туы — сол иықта;

2. клуб эмблемасы — оң иықта.

10.4.4. Спортшының формасында басқа жазулар мен эмблемаларға тыйым салынады.

# **11. ЖАРЫС АЛАҢЫ**

## **11.1 Жалпы талаптар**

11.1.1. Ойдене бойынша жекпе-жектер арнайы спорттық алаңда (бұдан әрі — жабын) өткізіледі.

11.1.2. Алаң жұмыс аймағы мен қауіпсіздік аймағы бар төртбұрышты жабын болып табылады. Жұмыс аймағы төртбұрышты немесе дөңгелек болуы мүмкін.

11.1.3. Алаңның беті тегіс, серпімді және спортшылар үшін қауіпсіз болуы тиіс.

11.1.4. Алаң жабындысының қалыңдығы кемінде 4 см болуы тиіс.

11.1.5. Лақтыру техникасын өткізуге арналмаған жабындарды (мысалы, таэквондо даянгтары) қолдануға тыйым салынады.

11.1.6. Алаңда спортшылардың жарақат алу қаупін тудыратын бөгде заттар болмауы тиіс.

## **11.2 Алаңның өлшемі**

11.2.1. Алаңның өлшемі жарыстың деңгейіне байланысты анықталады.

11.2.2. Клубтық жарыстарда кемінде 6 × 6 метр алаң қолдануға рұқсат етіледі.

11.2.3. Қалалық және өңірлік жарыстарда алаң өлшемі кемінде 8 × 8 метр болуы тиіс.

11.2.4. Республикалық және халықаралық жарыстарда алаң өлшемі кемінде 8 × 8 метр болуы тиіс.

11.2.5. Алаңның максималды өлшемі 10 × 10 метрден аспауы тиіс.

### **11.3 Қауіпсіздік аймағы**

11.3.1. Жекпе-жек аймағының айналасында қауіпсіздік аймағы қарастырылуы тиіс.

11.3.2. Қауіпсіздік аймағының ең аз ені кемінде 1 метр болуы тиіс.

11.3.3. Қауіпсіздік аймағында спортшылардың жарақат алу қаупін тудыратын заттарды орналастыруға тыйым салынады.

### **11.4 Алаңды қоршау**

11.4.1. Қауіпсіздікті қамтамасыз ету үшін жарыс алаңының айналасына қоршау орнату ұсынылады.

11.4.2. Қоршау көрермендер мен бөгде адамдардың жекпе-жек аймағына кіруін шектеуі тиіс.

### **11.5 Фото және бейнетүсірілім жабдықтарын орналастыру**

11.5.1. Фото және бейнетүсірілім жабдықтары қауіпсіздік аймағынан кемінде 1 метр қашықтықта орналастырылуы тиіс.

11.5.2. Жабдықтарды орналастыру спортшылар мен төрешілердің қозғалысына кедергі келтірмеуі тиіс.

### **11.6 Бірнеше алаң**

11.6.1. Бірнеше алаңда жарыс өткізілген жағдайда олардың арасындағы қашықтық кемінде 2 метр болуы тиіс.

### **11.7 Алаңды белгілеу**

11.7.1. Алаңда жекпе-жектің орталық аймағы белгіленеді.

11.7.2. Көк белбеулі спортшының орны көк түспен белгіленеді.

11.7.3. Қызыл белбеулі спортшының орны қызыл түспен белгіленеді.

11.7.4. Белгілеу түрлі түсті лента, жабын маркировкасы немесе жекпе-жекке кедергі келтірмейтін басқа тәсілдер арқылы жасалуы мүмкін.

## **12. СПОРТШЫЛАРДЫҢ ШЫҒУ ТӘРТІБІ ЖӘНЕ ЖЕКПЕ-ЖЕКТИҢ БАСТАЛУЫ**

### **12.1 Спортшыларды шақыру**

12.1.1. Спортшыларды төреші-ақпарат беруші жеребе тәртібіне сәйкес шақырады.

12.1.2. Бірінші жарияланған спортшы көк белбеу тағып, реферидің оң жағындағы позицияны алады.

12.1.3. Екінші жарияланған спортшы қызыл белбеу тағып, реферидің сол жағындағы позицияны алады.

### **12.2 Спортшының шықпауы**

12.2.1. Спортшы ресми шақырылғаннан кейін алаңға шықпаған жағдайда рефери хронометристке 2 минут уақыт белгілеуді бұйырады.

12.2.2. Егер 2 минут өткеннен кейін спортшы алаңға шықпаса, оған келмегені үшін жеңіліс жазылады, ал жеңіс қарсыласына беріледі.

### **12.3 Экипировка мен қорғаныс жабдықтарын тексеру**

12.3.4. Спортшы жекпе-жекке жарамды қорғаныс жабдықтарымен шығуға міндетті.

12.3.5. Жекпе-жек басталар алдында спортшы және оның бапкері (немесе команда өкілі) қорғаныс жабдықтарының дұрыстығын және сенімді бекітілуін тексеруі тиіс.

12.3.6. Егер жекпе-жек кезінде спортшының экипировкасында ақау анықталса (қолғаптардың босап кетуі, шлемнің зақымдануы және т.б.), рефери ақауды жою үшін жекпе-жекті тоқтатады.

12.3.7. Егер ақау спортшының кінәсінен немесе жабдықты дұрыс дайындамаудан туындаса, рефери спортшыға ескерту жариялауға құқылы.

12.3.8. Сол себеп бойынша жекпе-жекті қайта тоқтату қатаң ескертуге әкелуі мүмкін.

12.3.9. Егер экипировкадағы ақау 2 минут ішінде жойылмаса, спортшы жекпе-жекті жалғастыра алмайтын болып есептеледі және шешім осы Ережелерге сәйкес қабылданады.

12.3.10. Қолғаптарды қосымша бекіту үшін спорттық лентаны (тейп немесе скотч) қолдануға рұқсат етіледі.

12.3.11. Лента жарақат қауіпін тудырмайтындай және қарсыласқа артықшылық бермейтіндей етіп салынуы тиіс.

#### **12.4 Жекпе-жектің басталуы**

12.4.1. Алаңға шыққаннан кейін спортшылар жабынның ортасында орналасады.

12.4.2. Реферидің командасы бойынша спортшылар оң алақанын кеуденің сол жағына қойып дәстүрлі тағзым жасайды.

12.4.3. Тағзымнан кейін спортшылар қол алысады.

12.4.4. Тағзым жасаудан немесе қол алысудан бас тарту спорттық емес мінез-құлық болып саналады және ескертумен жазаланады. Қайталанған жағдайда қатаң ескерту жарияланады.

12.4.5. Реферидің «Сайыс» / «Бой» командасы бойынша жекпе-жек басталады.

12.4.6. Реферидің «Тоқта» / «Стоп» командасы бойынша спортшылар әрекеттерін дереу тоқтатуы тиіс.

#### **12.5 Жекпе-жектің аяқталуы**

12.5.1. Жекпе-жек уақыты аяқталғаннан кейін спортшылар алаңның ортасына оралып, нәтижені күтеді.

12.5.2. Қосымша уақыт тағайындалуы мүмкін болғандықтан, қорғаныс жабдықтары нәтиже жарияланғанға дейін шешілмейді.

12.5.3. Нәтиже жарияланғаннан кейін рефери жеңімпаздың қолын көтереді.

12.5.4. Спортшылар тағзым жасап, қол алысып, алаңды тастап шығады.

### **13. БҰЗУШЫЛЫҚТАР МЕН ЖАЗАЛАР**

#### **13.1 Жалпы ережелер**

13.1.1. Осы Ережелерге қайшы келетін спортшының, қолдаушының немесе жарысқа қатысушы өзге тұлғаның кез келген әрекеті бұзушылық болып саналады.

13.1.2. Бұзушылықтарды рефери тіркейді және тәртіптік шаралар қолданады.

13.1.3. Нақты бұзушылықтар мен жазалау шаралары Ойдене дисциплинасының тиісті ережелерімен белгіленеді.

13.1.4. Жаза шарасын анықтау кезінде мыналар ескеріледі:

- бұзушылықтың сипаты;
- әрекеттің қауіптілік дәрежесі;
- қарсыласқа келтірілген салдар;
- бұзушылықтың қайталануы.

#### **13.2 Тәртіптік шаралардың түрлері**

13.2.1. Осы Ережелерді бұзғаны үшін келесі тәртіптік шаралар қолданылуы мүмкін:

- ескерту;
- қатаң ескерту;
- дисквалификация.

### **13.3 Ескерту**

13.3.1. Ескерту Ережелердің алғаш рет жасалған болмашы бұзушылықтары үшін қолданылады.

13.3.2. Бұрын ескерту жарияланған бұзушылық қайталанса, қатаң ескерту жариялануы мүмкін.

### **13.4 Қатаң ескерту**

13.4.1. Қатаң ескерту келесі жағдайларда жарияланады:

- бұрын ескерту жарияланған бұзушылық қайталанған кезде;
- Ережелердің елеулі бұзылуы кезінде;
- қарсыластың қауіпсіздігіне қауіп төндіретін әрекеттер кезінде.

13.4.2. Егер бұзушылық елеулі болса немесе қарсыластың қауіпсіздігіне қауіп төндірсе, рефери алдын ала ескерту жарияламай-ақ қатаң ескерту жариялауға құқылы.

13.4.3. Бір жекпе-жек барысында спортшы үш қатаң ескерту алған жағдайда ол дисквалификацияланады.

### **13.5 Дисквалификация**

13.5.1. Дисквалификация келесі жағдайларда қолданылады:

- осы Ережелерді өрескел бұзу кезінде;
- бір жекпе-жек барысында үшінші қатаң ескерту алған кезде;
- қарсыласқа жарақат келтірген немесе оның денсаулығына нақты қауіп төндірген әрекеттер кезінде.

13.5.2. Қатаң ескертулер тек бір жекпе-жек шегінде есептеледі және келесі жекпе-жектерге ауыстырылмайды.

13.5.3. Егер бұзушылық қарсыласқа жарақат келтірсе немесе оның денсаулығына нақты қауіп төндірсе, рефери бұрын берілген ескертулер санына қарамастан спортшыны бірден дисквалификациялауға құқылы.

13.5.4. Қасақана және өрескел бұзушылық немесе айқын спорттық емес мінез-құлық жағдайында рефери алдын ала ескертулерсіз дисквалификация қолдануға құқылы.

13.5.5. Реферидің жекпе-жек барысында дисквалификация қолдану туралы шешімі дереу орындалуы тиіс және тек осы Ережелерде белгіленген наразылық беру тәртібімен қайта қаралуы мүмкін.

### **13.6 Жазаларды жариялау тәртібі**

#### ***Жекпе-жекті тоқтату***

13.6.1. Бұзушылық тіркелген кезде рефери «Тоқта» командасын беріп, жекпе-жекті тоқтатады.

13.6.2. Спортшылар әрекеттерін дереу тоқтатуы тиіс.

13.6.3. Реферидің командасын орындамау жеке бұзушылық болып саналады.

#### ***Жазаны жариялау***

13.6.4. Жекпе-жекті тоқтатқаннан кейін рефери бұзушылық жасаған спортшыны көрсетіп, бұзушылықтың сипатын және қолданылатын жазаны жариялайды.

13.6.5. Қатаң ескертулер мен дисквалификациялар бүйірлік төрешілердің бланкілерінде тіркеледі және жекпе-жектің ресми хаттамасына енгізіледі.

13.6.6. Ескертулер жекпе-жек хаттамасына енгізілмейді.

***Жекпе-жекті қайта бастау***

13.6.7. Жекпе-жек реферидің командасы бойынша қайта басталады.

13.6.8. Жекпе-жек:

— жабынның ортасында бейтарап тұрыстан;

— немесе бұзушылық спортшылардың позициясына әсер етпеген жағдайда партер жағдайынан жалғасуы мүмкін.

13.6.9. Егер бұрынғы позицияны қалпына келтіру мүмкін болмаса немесе қауіпті жағдай туындаса, жекпе-жек орталықта тұрыс жағдайынан қайта басталады.

***Жазаны кейін жариялау***

13.6.10. Егер нәтижелі шабуыл кезінде қарсылас қауіп төндірмейтін бұзушылық жасаса, рефери шабуылды аяқтауға мүмкіндік бере алады.

13.6.11. Әрекет аяқталғаннан кейін рефери жекпе-жекті тоқтатып, жазаны жариялайды.

## **БӨЛІМ ІІ. ОЙДЕНЕ АРАЛАС ЖЕКПЕ-ЖЕГІ**

### **14. ДИСЦИПЛИНАНЫҢ ЖАЛПЫ ЕРЕЖЕЛЕРІ**

#### **14.1 Жекпе-жектің сипаты**

14.1.1. Ойдене аралас жекпе-жегі — Ойдене спорт түрінің соққы және күрес техникасын қолдануға рұқсат етілетін дисциплинасы.

14.1.2. Жекпе-жек осы Ережелермен рұқсат етілген келесі әрекеттерді қолдана отырып өткізіледі:

- қолмен соққылар;
- аяқпен соққылар;
- тіземен соққылар;
- шынтақпен соққылар;
- тейкдаундар;
- ұстап тұрулар;
- ауырту әдістері;
- тұншықтыру әдістері.

14.1.3. Жекпе-жек спортшылардың әртүрлі қалыптарында өтуі мүмкін:

- тұрыс;
- тіземен тұру қалпы;
- партер.

14.1.4. Техникалық әрекеттерді қолдану және рұқсат етілетін жанасу қағидалары спортшылардың қалпына байланысты болады.

#### **14.2 Жекпе-жектің негізгі қағидалары**

14.2.1. Жекпе-жек белгіленген уақыт аяқталғанға дейін немесе жекпе-жекті мерзімінен бұрын аяқтау негізі туындағанға дейін үздіксіз жүргізіледі.

14.2.2. Спортшылар тұрыс, тіземен тұру қалпы және партер арасында еркін ауысуға құқылы.

14.2.3. Спортшы осы Ережелермен тікелей рұқсат етілген кез келген техникалық әрекеттерді қолдануға құқылы.

14.2.4. Техникалық әрекеттер осы Ережелерде белгіленген бағалау жүйесіне сәйкес бағаланады.

14.2.5. Жекпе-жектің бір эпизодында бірнеше нәтижелі әрекет бағалануы мүмкін.

#### **14.3 Жалпы қауіпсіздік талаптары**

14.3.1. Техникалық әрекеттерді орындау кезінде спортшылар қауіпсіздік талаптарын сақтауға және қарсыластың жарақат алу қаупін тудыратын әрекеттерден аулақ болуға міндетті.

14.3.2. Қарсыласты әдейі басына немесе мойнына бағыттай отырып техникалық әрекеттер орындауға тыйым салынады.

14.3.3. Егер қарсыластың басына немесе мойнына құлауы оның қорғаныс әрекеттерінің немесе тепе-теңдігін жоғалтуының салдарынан орын алса, бұзушылық тіркелмейді.

## **15. СПОРТШЫЛАРДЫҢ ҚАЛЫПТАРЫ**

### **15.1 Тұрыс**

15.1.1. Спортшының аяқтарына тіреліп тұрған және денесі алаң жабынына тимейтін қалпы тұрыс болып есептеледі.

15.1.2. Егер екі спортшы да тұрыста болса, осы Ережелерге сәйкес толық жанасуда соққылар қолдануға рұқсат етіледі.

15.1.3. Тұрыста спортшылар келесі әрекеттерді қолдануға құқылы:

- қолмен соққылар;
- аяқпен соққылар;
- тіземен соққылар;
- шынтақпен соққылар;
- тейкдаундар.

## **15.2 Тіземен тұру қалпы**

15.2.1. Спортшының бір немесе екі тізесі алаң жабынына тиіп, бірақ денесі жабынға тимейтін қалпы тіземен тұру қалпы болып есептеледі.

15.2.2. Егер екі спортшы да тіземен тұрса, аяқпен соққыларды қоспағанда, толық жанасуда соққылар қолдануға рұқсат етіледі.

15.2.3. Тіземен тұру қалпында спортшылар келесі әрекеттерді қолдануға құқылы:

- қолмен соққылар;
- шынтақпен соққылар;
- тіземен соққылар;
- ауырту және тұншықтыру әдістері.

15.2.4. Тіземен тұру қалпында аяқпен соққылар жасауға тыйым салынады.

## **15.3 Партер**

15.3.1. Спортшының денесі немесе жамбасы алаң жабынына тиіп тұрған қалпы партер болып есептеледі.

15.3.2. Партер қалпында осы Ережелерде белгіленген жанасу қағидаларына сәйкес қолмен және шынтақпен соққылар қолдануға рұқсат етіледі.

15.3.3. Партер қалпында аяқпен және тіземен соққылар жасауға тыйым салынады.

15.3.4. Партер қалпында спортшылар келесі әрекеттерді қолдануға құқылы:

- ауырту әдістері;
- тұншықтыру әдістері;
- ұстап тұрулар.

## **15.4 Спортшылардың тең емес қалпы**

15.4.1. Егер спортшылар тең емес қалыптарда болса (тұрыс — тізе, тұрыс — партер, тізе — партер), соққыларды тек лайт-контактта қолдануға рұқсат етіледі.

15.4.2. Толық жанасуға тек спортшылар тең қалыпта болғанда, яғни екі спортшы да бір деңгейде тұрған және олардың ешқайсысы жоғарыдан үстем позицияны иеленбеген кезде ғана рұқсат етіледі.

## **15.5 Төменгі позициядан соққылар**

15.5.1. Егер партер қалпында бір спортшы жоғарыда (отырып, мініп немесе қапталдан) болып, жоғарыдан төмен қарай соққы жасаса, мұндай соққыларға тек лайт-контактта рұқсат етіледі.

# **16. СОҚҚЫ ТЕХНИКАСЫ ЖӘНЕ ЖАНАСУ ТҮРЛЕРІ**

## **16.1 Жанасу түрлері**

16.1.1. Ойдене аралас жекпе-жегінде жанасудың екі түріне рұқсат етіледі:

- толық жанасу (фул-контакт);
- шектеулі жанасу (лайт-контакт).

16.1.2. Толық жанасу — соққыларды толық күшпен жасау.

16.1.3. Лайт-контакт — қарсыласқа жарақат келтіруге ұмтылмай, шектеулі күшпен соққы жасау.

16.1.4. Толық жанасуға тек спортшылар тең қалыпта болғанда ғана рұқсат етіледі:

— екі спортшы да тұрыста болса;

— екі спортшы да тіземен тұрса;

— екі спортшы да партер қалпында бір деңгейде болса.

Егер партер қалпында бір спортшы екіншісінен жоғары болса (мысалы, өзі жамбасымен отырып, қарсыласы шалқасынан жатса), соққыларға тек лайт-контактта рұқсат етіледі.

## **16.2 Жанасуды қолдану**

16.2.1. Спортшылар тең қалыпта болған жағдайда толық жанасуды қолдануға рұқсат етіледі.

16.2.2. Егер спортшылар әртүрлі деңгейде болса, жоғарыда тұрған спортшы соққыларды тек лайт-контактта жасауға құқылы.

16.2.3. Төменде тұрған спортшыға, егер осы Ережелерде өзгеше көзделмесе, қолмен және шынтақпен толық жанасуда соққылар жасауға рұқсат етіледі.

## **16.3 Соққы жасауға рұқсат етілген аймақтар**

16.3.1. Соққыларды келесі аймақтарға жасауға рұқсат етіледі:

— бас;

— дене;

— сан;

— жіліншік (осы Ережелерде көзделген жағдайларда).

16.3.2. Жіліншікке және табанға аяқпен соққылар тек қарсылас партер қалпында болып, шалқасынан жатқан жағдайларда, осы Ережелердің 15.5-тармағына сәйкес рұқсат етіледі.

16.3.3. Тізе буынына соққы жасауға тыйым салынады.

## **16.4 Жалпы шектеулер**

16.4.1. Аяқпен соққыларға тек тұрыста тұрған қарсыласқа ғана рұқсат етіледі, осы Ережелерде тікелей көзделген жағдайларды қоспағанда.

16.4.2. Тізерлеп тұрған қарсыласқа аяқпен соққылар жасауға, оның ішінде лайт-контактта да, тыйым салынады.

16.4.3. Партер қалпында аяқпен соққыларға, осы Ережелерде тікелей көзделген жағдайларды қоспағанда, тыйым салынады.

## **16.5 Тұрған спортшының партердегі спортшыға қарсы әрекеті**

16.5.1. Егер бір спортшы партер қалпында, ал екіншісі тұрыста болса, соққыларды қолданудың арнайы қағидалары қолданылады.

Тұрыстағы спортшының әрекеттері

16.5.2. Тұрыстағы спортшыға партер қалпында шалқасынан жатқан қарсыласының алға шығарылған аяқтарына аяқпен соққы жасауға құқығы бар:

— жіліншікке;

— табанға.

16.5.3. Мұндай соққыларға тек лайт-контактта рұқсат етіледі.

16.5.4. Партердегі спортшының санына және тізе буынына аяқпен соққылар жасауға тыйым салынады.

Партердегі спортшының әрекеттері

16.5.5. Партер қалпындағы спортшы тұрыста тұрған қарсыласына қолмен және аяқпен толық жанасуда соққылар жасауға құқылы.

16.5.6. Мұндай соққылар келесі аймақтарға жасалуы мүмкін:

— басқа;

- денеге;
- санға;
- жіліншікке.

16.5.7. Егер тұрыстағы спортшы тізесіне түссе, оған аяқпен соққы жасауға жол берілмейді.

16.5.8. Егер соққы қарсыластың белсенді жақындасу сәтінде жасалып, оның тізесінің жабынға тию сәтімен сәйкес келсе, бұзушылық тіркелмейді.

## **16.6 Партер қалпындағы соққылар**

16.6.1. Егер екі спортшы да партер қалпында болса, қолмен және шынтақпен соққылар қолдануға рұқсат етіледі.

16.6.2. Жоғарыда тұрған спортшы қолмен және шынтақпен соққыларды тек лайт-контактта жасауға құқылы.

16.6.3. Төменде тұрған спортшы қолмен және шынтақпен толық жанасуда соққылар жасауға құқылы.

16.6.4. Партер қалпында аяқпен соққылар жасауға тыйым салынады.

16.6.5. Егер бір спортшы шалқасынан жатып, екіншісі жамбасымен отырып тұрған жағдайда, қолмен және шынтақпен соққыларға тек лайт-контактта рұқсат етіледі.

## **17. ЖЕКПЕ-ЖЕКТИҢ ҰЗАҚТЫҒЫ**

### **17.1 Жекпе-жектің негізгі уақыты**

17.1.1. Жекпе-жектің ұзақтығы жас тобына байланысты белгіленеді:

- балалар — 1 минут 30 секунд;
- жасөспірімдер — 2 минут;
- юниорлар — 3 минут;
- ересектер — 3 минут;
- сениорлар — 2 минут.

17.1.2. Жекпе-жек таза уақытпен өткізіледі.

17.1.3. Уақытты тоқтату реферидің командасы бойынша жүзеге асырылады.

17.2 Жекпе-жек уақытының аяқталуы

#### **17.2.1. Уақыттың аяқталғаны туралы белгі дыбыстық сигналмен беріледі.**

17.2.2. Реферидің «Тоқта» командасына дейін немесе уақыттың аяқталу сигналына дейін басталған техникалық әрекет бағалануға жатады.

17.2.3. Егер спортшы техникалық әрекетті сигналға дейін бастап, оны сигналдан кейін аяқтаса, бұл әрекет есепке алынады.

### **17.3 Қосымша уақыт**

17.3.1. Егер негізгі уақыт аяқталғаннан кейін жекпе-жек есебі тең болса, жеңімпаз тәртіптік жазалардың болуына қарай анықталады.

17.3.2. Жеңіс ескерту саны аз спортшыға беріледі.

17.3.3. Егер ескертулер саны бірдей болса немесе мүлде болмаса, қосымша уақыт тағайындалады.

### **17.4 Қосымша уақыттың ұзақтығы**

17.4.1. Қосымша уақыттың ұзақтығы жас тобына байланысты белгіленеді:

- балалар — 30 секунд;
- жасөспірімдер — 30 секунд;
- юниорлар — 1 минут;

— ересектер — 1 минут;

— сениорлар — 1 минут.

17.4.2. Қосымша уақыт алғашқы нәтижелі әрекетке дейін немесе белгіленген уақыт аяқталғанға дейін өткізіледі.

17.4.3. Егер қосымша уақытта нәтижелі әрекеттер тіркелмесе, жеңімпаз бүйірлік төрешілердің шешімімен анықталады.

## **18. ЖЕКПЕ-ЖЕКТІ ЖҮРГІЗУ**

### **18.1 Спортшылардың белсенділігі**

18.1.1. Жекпе-жек спортшылардың нәтижелі техникалық әрекеттер жасауға бағытталған белсенді іс-қимылдары жағдайында өткізіледі.

18.1.2. Спортшылар баға алуға немесе жекпе-жекті мерзімінен бұрын аяқтауға бағытталған шабуыл әрекеттерін жасауға ұмтылуға міндетті.

18.1.3. Жекпе-жекті енжар жүргізуге жол берілмейді.

18.1.4. Рефери спортшылардың белсенділігін бақылайды және жекпе-жекті жалғастыру немесе тоқтату туралы шешім қабылдайды.

18.1.5. Егер бір спортшы белсенді түрде жекпе-жек жүргізіп, жүйелі түрде шабуылдаса, ал қарсыласы ұзақ уақыт бойы тек қорғаныс әрекеттерімен шектелсе, рефери енжар спортшыға ескерту жасауға және белсенді әрекет етуді талап етуге құқылы.

### **18.2 Партердегі жекпе-жек**

18.2.1. Партер қалпындағы жекпе-жек спортшылардың нәтижелі техникалық әрекет жасауға бағытталған белсенді қимылдары болған жағдайда жалғасады.

18.2.2. Егер партер қалпындағы спортшылардың әрекеттері енжар болса немесе нәтижеге жетуге бағытталмаса, рефери жекпе-жекті тоқтатып, спортшыларды тұрысқа қайтара алады.

18.2.3. Егер партер қалпында 5 секунд ішінде ұстап тұруды, ауырту немесе тұншықтыру әдісін орындауға, не нәтижелі соққы жасауға бағытталған белсенді әрекеттер болмаса, рефери жекпе-жекті тоқтатып, спортшыларды тұрысқа қайтарады.

18.2.4. Егер рефери спортшының ұстап тұру, ауырту немесе тұншықтыру әдісін жасауға бағытталған техникалық әрекет орындап жатқанын көрсе, жекпе-жек жалғасуы мүмкін.

### **18.3 Жекпе-жекті тоқтату**

18.3.1. Рефери жекпе-жекті келесі жағдайлар үшін тоқтатуға құқылы:

— ескерту немесе өзге тәртіптік жазаны жариялау үшін;

— нәтижелі техникалық әрекетті тіркеу үшін;

— спортшылардың қауіпсіздігін қамтамасыз ету үшін;

— спортшыларды тұрысқа қайтару үшін.

18.3.2. Жекпе-жек тоқтатылғаннан кейін рефери оны «Бой» командасы бойынша қайта бастайды.

18.3.3. Егер спортшылардың бірі қарсыласының қысымынсыз жұмыс аймағынан шығып кетсе, рефери жекпе-жекті тоқтатып, сол спортшыға бұзушылық жариялайды.

18.3.4. Егер жабын шегінен шығу қарсыластың белсенді әрекетінің (шабуыл, тейкдаун, қысым) салдарынан болса, бұзушылық тіркелмейді.

## **19. ТЕХНИКАЛЫҚ ӘРЕКЕТТЕР ЖӘНЕ ОЛАРДЫ БАҒАЛАУ**

### **19.1 Бағалаудың жалпы қағидалары**

19.1.1. Бағалауға тек анық, бақыланатын және аяқталған техникалық әрекеттер жатады.

19.1.2. Бұлыңғыр, жартылай орындалған немесе бақылауға жеткізілмеген әрекеттер бағаланбайды.

19.1.3. Әрбір нәтижелі әрекет жеке бағаланады.

19.1.4. Жекпе-жектің бір эпизодында дәйекті орындалған бірнеше нәтижелі әрекет бағалануы мүмкін.

19.1.5. Егер техникалық әрекет жекпе-жек уақыты аяқталу сигналына дейін басталып, сигналдан кейін аяқталса, ол бағалануға жатады.

## **19.2 Соққыларды бағалау**

### ***1 балл келесі үшін беріледі:***

19.2.1. Тұрыста тұрған қарсыластың басына қолмен жасалған дәл және қатты соққы;

19.2.2. Партер қалпындағы қарсыластың басына рұқсат етілген қалыптан жасалған шартты (лайт-контакт) соққы.

19.2.3. Тұрыстағы спортшының тізерлеп тұрған қарсыласына жасаған шартты (лайт-контакт) соққысы.

19.2.4. Тізерлеп тұрған спортшының партер қалпындағы қарсыласына жасаған шартты (лайт-контакт) соққысы.

19.2.5. Жамбасымен отырған спортшының партердегі қарсыласына жасаған шартты (лайт-контакт) соққысы.

### ***2 балл келесі үшін беріледі:***

19.2.6. Қарсылас тепе-теңдігін жоғалтқан немесе табанынан басқа дене мүшесімен жабынға тиген нәтижедегі басқа қолмен жасалған соққы.

19.2.7. Қарсыластың басына анық аяқпен соққы.

### ***3 балл келесі үшін беріледі:***

19.2.8. Қарсылас тепе-теңдігін жоғалтқан немесе табанынан басқа дене мүшесімен жабынға тиген нәтижедегі басқа аяқпен соққы.

## **19.3 Тейкдаунды бағалау**

1 балл келесі үшін беріледі:

19.3.1. Қарсылас айқын соққысыз жай жатқан қалыпқа ауыстырылған жұмсақ тейкдаун.

2 балл келесі үшін беріледі:

19.3.2. Қарсылас денесімен жабынға соғылған тейкдаун.

3 балл келесі үшін беріледі:

19.3.3. Қарсылас денесімен жабынға айқын соғылған әсерлі амплитудалы тейкдаун.

## **19.4 Ұстап тұруды бағалау**

19.4.1. Қарсыласты 5 секунд бойы ұстап тұру 1 баллмен бағаланады.

19.4.2. Ұстап тұру партер эпизоды үшін бір рет бағаланады.

19.4.3. Қайта ұстап тұру тек жекпе-жектің жаңа эпизоды басталғаннан кейін ғана бағалануы мүмкін.

## **19.5 Нокдаун**

19.5.1. Нокдаун — спортшының жіберіп алған соққыдан кейін тепе-теңдігін немесе қорғану қабілетін жоғалтып, 3 секундқа дейін қалпына келу уақытын қажет ететін күйі.

19.5.2. Нокдаун 6 баллмен бағаланады.

19.5.3. Нокдаунды тіркеу туралы шешімді рефери қабылдайды.

19.5.4. Нокдаун жарияланғаннан кейін рефери берілген баллдар туралы хабарлайды, ал бүйірлік төрешілер бағалауды төрешілік бланкілерде тіркейді.

19.5.5. Егер спортшының құлауы қарсыласының соққысының айқын әсерінсіз, тепе-теңдігін жоғалту салдарынан орын алса, нокдаун тіркелмейді.

## **20. ТЕЙКДАУН**

### **20.1 Тейкдаунның анықтамасы**

20.1.1. Тейкдаун — спортшының қарсыласын тұрыс қалпынан денесі жабынға тигенге дейін түсіретін техникалық әрекеті.

20.1.2. Дененің тиюі деп жабынға келесі бөліктердің тиюі есептеледі:

- арқа;
- іш;
- бүйір.

### **20.2 Тейкдаунды соңына дейін жеткізу**

20.2.1. Егер қарсылас жамбасына немесе тізесіне құласа, шабуылдаушы спортшы әрекетті жалғастырып, қарсыласын денесі жабынға тигенге дейін жеткізуге міндетті.

20.2.2. Егер 3 секунд ішінде қарсылас денесімен жабынға жеткізілмесе, тейкдаун есептелмейді.

### **20.3 Тейкдаунды есептеу шарттары**

20.3.1. Қарсылас денесімен жабынға құлағаннан кейін шабуылдаушы спортшы:

- аяғында қалса;
- не жоғарыдан үстем позицияны иеленсе;
- не қарсылас денесімен жабынға бірінші тиген бақыланатын тейкдаун орындаса, тейкдаун бағаланады.

20.3.2. Тейкдаун шабуылдаушы спортшы әрекетті орындағаннан кейін өзі партер қалпында қалған жағдайда да есептелуі мүмкін, егер қарсылас бақыланатын лақтыру нәтижесінде денесімен жабынға бірінші тиген болса.

### **20.4 Қарсы тейкдаун**

20.4.1. Қарсы тейкдаун — қарсыласы тейкдаун орындап жатқан сәтте спортшы қарсы әрекет жасап, соның нәтижесінде қарсыласы денесімен жабынға бірінші тиетін техникалық әрекет.

20.4.2. Қарсы тейкдаун тейкдаун ретінде бағаланады.

20.4.3. Қарсы тейкдаун шабуылдаушы спортшы тейкдаун орындау барысында тепе-теңдігін жоғалтып, ал қарсыласы оны басып, денесімен жабынға жеткізген жағдайда есептелуі мүмкін.

### **20.5 Тейкдаун есептелмейтін жағдайлар**

20.5.1. Егер спортшы қарсыласының әсерінсіз өзі құлап қалса, тейкдаун есептелмейді.

20.5.2. Егер шабуылдаушы спортшы әрекетті орындағаннан кейін қарсыласын бақылауды жүзеге асырмай, өзі құлап қалса, тейкдаун есептелмейді.

20.5.3. Егер қарсылас денесімен жабынға құлағаннан кейін дереу қарсы шабуыл жасап, соның нәтижесінде шабуылдаушы спортшы бақылауын жоғалтса, тейкдаун есептелмейді.

### **20.6 Қауіпсіздік шектеулері**

20.6.1. Қарсыласты әдейі басына немесе мойнына бағыттай отырып тейкдаун жасауға тыйым салынады.

20.6.2. Егер қарсыластың басына немесе мойнына құлауы оның қорғаныс әрекеттерінің немесе тепе-теңдігін жоғалтуының салдарынан орын алса, бұзушылық тіркелмейді.

## **21. ҰСТАП ТҰРУ**

## **21.1 Ұстап тұрудың анықтамасы**

21.1.1. Ұстап тұру — қарсыласы денесімен жабынға тиіп тұрған және шабуылдаушы спортшының үстем бақылауында болатын бақыланатын қалып.

## **21.2 Ұстап тұруды есептеу шарттары**

21.2.1. Ұстап тұру келесі жағдайларда есептеледі:

- шабуылдаушы спортшы қарсыласының денесін бақылайды;
- қарсылас денесімен жабынға тиіп тұрады;
- ұстап тұру қалпы үздіксіз кемінде 5 секунд сақталады.

21.2.2. Шабуылдаушы спортшыны аяқпен немесе қолмен қармап алу, егер ол үстем бақылауын жоғалтпаса, ұстап тұруды жоймайды.

## **21.3 Ұстап тұруды бағалау**

21.3.1. Ұстап тұру осы Ережелердің 18-бөліміне сәйкес бағаланады.

21.3.2. Күрестің бір эпизодында тек бір ұстап тұру ғана есептеледі.

21.3.3. Қайта ұстап тұру тек жекпе-жектің жаңа эпизоды басталғаннан кейін ғана бағалануы мүмкін.

## **21.4 Ұстап тұрудың тоқтатылуы**

21.4.1. Ұстап тұру келесі жағдайларда тоқтатылады:

- қарсылас бақылаудан шыққанда;
- спортшылардың қалпы өзгеріп, бақылау жоғалғанда;
- жекпе-жекті рефери тоқтатқанда.

# **22. АУЫРТУ ЖӘНЕ ТҰНШЫҚТЫРУ ӘДІСТЕРІ**

## **22.1 Жалпы ережелер**

22.1.1. Ойдене жекпе-жектерінде осы Ережелерге сәйкес ауырту және тұншықтыру әдістерін қолдануға рұқсат етіледі.

22.1.2. Ауырту және тұншықтыру әдістері тұрыста басталуы мүмкін, бірақ оларды аяқтауға тек партер қалпында рұқсат етіледі.

## **22.2 Әдіспен жеңіс**

22.2.1. Жеңіс келесі жағдайларда спортшыға беріледі:

- қарсыластың берілу белгісін бергені үшін;
- ауырту немесе тұншықтыру әдісі анық бекітіліп, жекпе-жекті одан әрі жалғастыру жарақат қаупін тудырған жағдайда.

## **22.3 Жас топтары үшін ерекшеліктер**

22.3.1. 11–12 жас санаты үшін ауырту немесе тұншықтыру әдісі тіркелген сәтте берілу белгісін күтпестен жекпе-жек дереу тоқтатылады.

22.3.2. 13 жастан жоғары жас топтары үшін жекпе-жек келесі жағдайларда тоқтатылады:

- қарсылас берілу белгісін бергенде;
- реферидің шешімі бойынша жарақат қаупі айқын болғанда.

## **22.4 Берілу белгісі**

22.4.1. Берілу белгісі болып мыналар есептеледі:

- қарсыласын немесе жабынды қолмен не аяқпен қағу;
- ауызша берілу туралы мәлімдеу.

22.4.2. Берілу белгісінен кейін рефери жекпе-жекті дереу тоқтатады.

## 23. НОКДАУН

### 23.1 Нокдаунның анықтамасы

23.1.1. Нокдаун — спортшының жіберіп алған соққыдан кейін тепе-теңдігін немесе қорғану қабілетін жоғалтып, қалпына келу үшін уақытты қажет ететін күйі.

23.1.2. Нокдаун келесі жағдайларда тіркеледі, егер спортшы жіберіп алған соққыдан кейін:

- тепе-теңдігін жоғалтып, жабынға тисе;
- жекпе-жекте бірден жалғастыра алмаса;
- 3 секундқа дейін қалпына келу уақытын қажет етсе.

### 23.2 Нокдаун кезіндегі реферидің әрекеті

23.2.1. Нокдаунды тіркеу туралы шешімді рефери қабылдайды.

23.2.2. Нокдаун кезінде рефери жекпе-жекте дереу тоқтатады.

23.2.3. Рефери спортшының жағдайын бағалап, жекпе-жекте жалғастыру мүмкіндігі туралы шешім қабылдайды.

### 23.3 Нокдаунды бағалау

23.3.1. Нокдаун 6 баллмен бағаланады.

23.3.2. Нокдаун жарияланғаннан кейін рефери берілген баллдар туралы хабарлайды, ал бүйірлік төрешілер бағалауды төрешілік бланкілерде тіркейді.

## 24. ЖЕҢІСТІҢ НЕГІЗДЕРІ

### 24.1 Ауырту немесе тұншықтыру әдісімен жеңіс

24.1.1. Жеңіс осы Ережелердің 22-бөлімінде көзделген жағдайларда ауырту немесе тұншықтыру әдісін орындаған спортшыға беріледі.

24.1.2. 11–12 жас тобы үшін осы Ережелердің 22-бөлімінде белгіленген жекпе-жекте тоқтатудың арнайы қағидалары қолданылады.

### 24.2 Нокаутпен жеңіс

24.2.1. Егер спортшы жіберіп алған соққының нәтижесінде жекпе-жекте жалғастыра алмаса, жеңіс нокаутпен беріледі.

24.2.2. Нокаут туралы шешімді рефери қабылдайды.

### 24.3 Айқын басымдықпен жеңіс

24.3.1. Айқын басымдықпен жеңіс келесі жағдайларда берілуі мүмкін:

- есеп айырмасы 8 балл немесе одан көп болғанда;
- бір спортшы жекпе-жекте толық бақылап, ал қарсыласы белсенді қарсылық көрсете алмаған біржақты үстемдік кезінде.

24.3.2. Жекпе-жекте мерзімінен бұрын тоқтату туралы шешімді рефери қабылдайды.

### 24.4 Ұпай бойынша жеңіс

24.4.1. Жекпе-жек уақыты аяқталғаннан кейін көп балл жинаған спортшыға ұпай бойынша жеңіс беріледі.

24.4.2. Ұпай тең болған жағдайда жеңіс ескерту саны аз спортшыға беріледі.

### 24.5 Қосымша уақытта жеңіс

24.5.1. Егер негізгі уақыт аяқталғаннан кейін жекпе-жек есебі мен ескертулер саны тең болса, қосымша уақыт тағайындалады.

24.5.2. Қосымша уақытта алғашқы нәтижелі әрекет жасаған спортшыға жеңіс беріледі.

24.5.3. Егер қосымша уақыт ішінде нәтижелі әрекеттер тіркелмесе, жеңімпаз бүйірлік төрешілердің шешімімен анықталады.

#### **24.6 Жекпе-жекті жалғастыру мүмкін болмағандықтан жеңіс**

24.6.1. Егер қарсыласы жарақат салдарынан немесе медициналық көрсеткіштер бойынша жекпе-жекті жалғастыра алмаса, жеңіс спортшыға беріледі.

#### **24.7 Қарсыласының келмеуіне байланысты жеңіс**

24.7.1. Егер қарсыласы белгіленген уақытта жекпе-жекке шықпаса, спортшыға келмеуіне байланысты жеңіс беріледі.

#### **24.8 Дисквалификацияға байланысты жеңіс**

24.8.1. Осы Ережелерді бұзғаны үшін қарсыласы дисквалификацияланған жағдайда жеңіс спортшыға беріледі.

## **25. ҚОРҒАНЫСТЫҚ ТОҚТАТУ ЖӘНЕ ҚАУІПТІ ҚАЛЫП**

### **25.1 Қауіпті қалып**

25.1.1. Спортшылардың мойнына, омыртқасына немесе буындарына табиғи емес немесе шамадан тыс күш түсірілетін және жарақат алу қаупі нақты болатын қалпы қауіпті қалып болып есептеледі.

25.1.2. Қауіпті қалыптарға, соның ішінде, мыналар жатады:

- спортшының басына немесе мойнына құлауы;
- қарсыластың омыртқасын шамадан тыс керу;
- қарсыластың басын артқа қарай күшпен тарту;
- қарсыластың мойнына бүкіл дене салмағымен қысым жасау;
- қарсыласты басымен төмен қаратып ұстап тұру;
- спортшының қолы табиғи емес қалыпта қайырылып немесе бекітіліп, жарақат қаупі туындаған жағдай;
- жарақат қаупін тудыратын өзге де қалыптар.

### **25.2 Қорғаныстық тоқтату**

25.2.1. Қауіпті қалып туындаған кезде рефери жекпе-жекті дереу тоқтатуға міндетті.

25.2.2. Жекпе-жек тоқтатылғаннан кейін рефери қауіпті қалыпты жойып, спортшылардың қауіпсіздігін қамтамасыз етуге міндетті.

### **25.3 Жекпе-жекті қайта бастау**

25.3.1. Егер қауіпті қалып ережені бұзусыз туындаса, жекпе-жек:

- тоқтатылған сәтке барынша жақын қауіпсіз қалыптан;
- немесе жабынның ортасындағы бейтарап тұрыстан қайта басталады.

25.3.2. Егер қауіпті қалып тыйым салынған әрекеттің салдарынан туындаса, рефери бұзушылықты жариялап, осы Ережелерге сәйкес тәртіптік жаза қолданады.

## **26. ТЫЙЫМ САЛЫНҒАН ӘРЕКЕТТЕР**

### **26.1 Тыйым салынған соққылар**

26.1.1. Келесі аймақтарға соққы жасауға тыйым салынады:

- шапқа;
- омыртқаға;
- желкеге;
- бастың үстіңгі бөлігіне;

— тамаққа;

— тізе буынына.

26.1.2. Көрсетілген аймақтарға жасалған соққылар, күшіне қарамастан, осы Ережелерді бұзу болып есептеледі.

26.1.3. Реферидің «Тоқта» командасынан кейін соққы жасауға немесе техникалық әрекет орындауға тыйым салынады.

26.1.4. Егер соққы «Тоқта» командасынан кейін жасалса, рефери жекпе-жектегі тоқтатып, тәртіптік жаза қолдануға міндетті.

## **26.2 Тыйым салынған техникалық әрекеттер**

26.2.1. Келесі техникалық әрекеттерді орындауға тыйым салынады:

— белбеуді қарсыластың мойнына орап, оны пайдаланып тұншықтыру әдісін жасау;

— омыртқаға ауырту әсерін жасау;

— қарсыластың басын немесе мойнын күрт бұрау;

— қарсыластың мойнына бүкіл дене салмағымен қысым жасау;

— қарсыласты әдейі басына немесе мойнына бағыттап тейкдаун жасау;

— қарсыластың жабынға соғу мақсатымен көтеріп лақтыру;

— қол саусақтарына ауырту әсерін жасау;

— қарсыласты басымен төмен қаратып ұстап тұру;

— жекпе-жек барысында қарсыластың күртесін әдейі тарту немесе шешіп алу.

## **26.3 Қауіпті әрекеттер**

26.3.1. Осы Ережелерде көзделмеген және қарсыластың жарақат алуына айқын қауіп төндіретін кез келген әрекеттер де тыйым салынған әрекеттерге жатады.

26.3.2. Мұндай әрекеттер анықталған жағдайда рефери жекпе-жектегі дереу тоқтатып, осы Ережелерге сәйкес тәртіптік жаза қолдануға міндетті.

## **26.4 Симуляция**

26.4.1. Жекпе-жектегі тоқтату мақсатында тыйым салынған соққы алдым деп әдейі көрсету немесе жанасудың салдарын асыра көрсету симуляция болып есептеледі.

26.4.2. Симуляция анықталған жағдайда рефери спортшыға қатаң ескерту жариялауға құқылы.

## **III БӨЛІМ. ОЙДЕНЕ КҮРЕСІ**

### **27. ДИСЦИПЛИНАНЫҢ ЖАЛПЫ ЕРЕЖЕЛЕРІ**

#### **27.1 Дисциплинаның сипаты**

27.1.1. Ойдене күресі — Ойдене спорт түрінің соққы техникасын қолданусыз, күрес техникалық әрекеттерін қолдануға негізделген дисциплинасы.

27.1.2. Жекпе-жек осы Ережелермен рұқсат етілген келесі әрекеттерді қолдана отырып өткізіледі:

- тейкдаундар;
- ұстап тұрулар;
- ауырту әдістері;
- тұншықтыру әдістері.

27.1.3. «Ойдене күресі» дисциплинасында соққы техникасына тыйым салынады.

#### **27.2 Рұқсат етілген техникалық әрекеттер**

27.2.1. «Ойдене күресі» дисциплинасында келесі техникалық әрекеттерге рұқсат етіледі:

- тейкдаундар;
- ұстап тұрулар;
- ауырту әдістері;
- тұншықтыру әдістері.

27.2.2. Тейкдаундарды, ұстап тұруларды, ауырту және тұншықтыру әдістерін анықтау мен орындау шарттары осы Ережелердің 20–22-бөлімдерінің ережелеріне сәйкес келеді.

#### **27.3 Тыйым салынған әрекеттер**

27.3.1. «Ойдене күресі» дисциплинасында кез келген соққылар жасауға тыйым салынады.

27.3.2. Өзге тыйым салынған әрекеттер, егер олар осы дисциплинаға қолданылатын болса, осы Ережелердің 26-бөлімімен айқындалады.

## **28. ЖЕКПЕ-ЖЕКТИҢ ҰЗАҚТЫҒЫ**

28.1. Жекпе-жектің ұзақтығы жас тобына байланысты белгіленеді:

- балалар — 1 минут 30 секунд;
- жасөспірімдер — 2 минут;
- юниорлар — 3 минут;
- ересектер — 3 минут;
- сениорлар — 2 минут.

28.2. Жекпе-жек таза уақытпен өткізіледі.

28.3. Уақытты тоқтату реферидің командасы бойынша жүзеге асырылады.

28.4. Егер негізгі уақыт аяқталғаннан кейін есеп тең болса, жеңімпазды анықтау тәртібі осы Ережелерге сәйкес қолданылады.

## **29. ЖЕКПЕ-ЖЕКТИ ЖҮРГІЗУ**

#### **29.1 Спортшылардың қалыптары**

29.1.1. «Ойдене күресі» дисциплинасындағы жекпе-жек келесі қалыптарда өтуі мүмкін:

- тұрыс;
- тіземен тұру қалпы;
- партер.

29.1.2. Жекпе-жек барысында қалыптар арасында ауысуға шектеусіз рұқсат етіледі.

## **29.2 Спортшылардың белсенділігі**

29.2.1. Жекпе-жек белсенді түрде жүргізілуі және нәтижелі техникалық әрекеттерді орындауға бағытталуы тиіс.

29.2.2. Жекпе-жекте енжар жүргізуге жол берілмейді.

29.2.3. Егер спортшы белсенді күрес жүргізуден жалтарса, рефери оған енжарлығы үшін ескерту жариялауға құқылы.

29.2.4. Қайталанған енжарлық үшін спортшыға қатаң ескерту жариялануы мүмкін.

## **29.3 Партердегі жекпе-жек**

29.3.1. Партер қалпындағы жекпе-жек спортшылардың белсенді әрекеттері болған жағдайда жалғасады.

29.3.2. Егер партер қалпындағы спортшылар ұстап тұру, ауырту немесе тұншықтыру әдісін жасауға бағытталған белсенді әрекеттер жасамаса, рефери жекпе-жекте тоқтатып, спортшыларды тұрысқа қайтаруға құқылы.

29.3.3. Егер 5 секунд ішінде белсенді әрекеттер болмаса, рефери жекпе-жекте тоқтатуға құқылы.

# **30. ӘРЕКЕТТЕРДІ БАҒАЛАУ**

## **30.1 Бағалаудың жалпы қағидалары**

30.1.1. Бағалауға тек анық орындалған және аяқталған техникалық әрекеттер жатады.

30.1.2. Бұлыңғыр немесе аяқталмаған әрекеттер бағаланбайды.

30.1.3. Әрбір нәтижелі әрекет жеке бағаланады.

## **30.2 Тейкдаун**

30.2.1. Тейкдаун — спортшының қарсыласын тұрыс қалпынан денесі жабынға тигенге дейін түсіретін техникалық әрекеті.

30.2.2. Тейкдаунды бағалау осы Ережелердің 20-бөліміне сәйкес жүргізіледі.

## **30.3 Ұстап тұру**

30.3.1. Қарсыласты 5 секунд бойы ұстап тұру 1 баллмен бағаланады.

30.3.2. Ұстап тұруды есептеу шарттары осы Ережелердің 21-бөліміне сәйкес келеді.

30.3.3. Күрестің бір эпизодында тек бір ұстап тұру ғана есептеледі.

# **31. АУЫРТУ ЖӘНЕ ТҰНШЫҚТЫРУ ӘДІСТЕРІ**

31.1. «Ойдене күресі» дисциплинасында ауырту және тұншықтыру әдістерін қолдануға рұқсат етіледі.

31.2. Ауырту және тұншықтыру әдістерін орындау шарттары осы Ережелердің 22-бөліміне сәйкес келеді.

31.3. Жекпе-жек келесі жағдайларда тоқтатылады:

— қарсыластың берілу белгісі болғанда;

— реферидің шешімі бойынша жарақат қаупі айқын болғанда.

# **32. ЖЕҢІСТІҢ НЕГІЗДЕРІ**

32.1. Жеңіс спортшыға келесі жағдайларда беріледі:

— ауырту немесе тұншықтыру әдісін орындағаны үшін;

— ұпай бойынша жеңіс;

— айқын басымдықпен жеңіс;

- қосымша уақыттағы жеңіс;
- қарсыласының жекпе-жектегі жалғастыра алмауына байланысты жеңіс;
- қарсыласының келмеуіне байланысты жеңіс;
- қарсыласының дисквалификациясына байланысты жеңіс.

### **33. ҚОСЫМША УАҚЫТ**

33.1. Егер негізгі уақыт аяқталғаннан кейін жекпе-жек есебі тең болса, жеңімпаз ескертулер саны бойынша анықталады.

33.2. Жеңіс ескерту саны аз спортшыға беріледі.

33.3. Егер ескертулер саны бірдей болса немесе мүлде болмаса, қосымша уақыт тағайындалады.

33.4. Қосымша уақыттың ұзақтығы:

— балалар — 30 секунд

— жасөспірімдер — 30 секунд

— юниорлар — 1 минут

— ересектер — 1 минут

— сениорлар — 1 минут

33.5. Қосымша уақытта алғашқы нәтижелі әрекет жасаған спортшыға жеңіс беріледі.

33.6. Егер нәтижелі әрекеттер тіркелмесе, жеңімпаз бүйірлік төрешілердің шешімімен анықталады.

## **IV БӨЛІМ. ПРОЦЕДУРАЛАР ЖӘНЕ РЕСМИ ШЕШІМДЕР**

### **33. НАРАЗЫЛЫҚ (ПРОТЕСТ)**

- 33.1. Наразылық команда жетекшісі (өкілі) немесе спортшының бапкері тарапынан келесі жағдайларда берілуі мүмкін:
- ұпайларды есептеуде қателік болған жағдайда;
  - жекпе-жек нәтижесін дұрыс анықтамаған жағдайда;
  - қолданылған тәртіптік жазаға келіспеген жағдайда.
- 33.2. Наразылық жазбаша түрде жарыстың бас төрешісіне беріледі.
- 33.3. Наразылық жекпе-жек аяқталғаннан кейін 15 минуттан кешіктірілмей берілуі тиіс.
- 33.4. Төрешілер шешімімен келіспеген жағдайда наразылыққа міндетті түрде жекпе-жектің бейнежазбасы қоса тіркелуі тиіс.
- 33.5. Бейнематериал жекпе-жектің басталуынан аяқталуына дейін толық болуы, тұтас (монтажсыз) болуы және спортшылардың әрекеттерін анық көруге мүмкіндік беруі тиіс.
- 33.6. Наразылық ақылы негізде беріледі. Төлем мөлшері жарыс туралы Ережеде белгіленеді.
- 33.7. Егер наразылық қанағаттандырылса, төлем қайтарылады. Егер наразылық қабылданбаса, төлем қайтарылмайды.
- 33.8. Наразылық келесі жағдайларда қабылданбайды:
- наразылық белгіленген мерзімді бұза отырып берілген жағдайда;
  - наразылық жазбаша түрде рәсімделмеген жағдайда;
  - техникалық әрекетті бағалауға байланысты наразылыққа бейнежазба қоса тіркелмеген жағдайда;
  - бейнежазба төрешілік қателіктің бар-жоғын объективті түрде анықтауға мүмкіндік бермеген жағдайда.
- 33.9. Наразылық бойынша шешімді жарыстың бас төрешісі қабылдайды.
- 33.10. Наразылықты қарау кезінде бас төреші:
- жекпе-жектің бейнежазбасын қарауға;
  - жекпе-жекті жүргізген рефериді тыңдауға;
  - төрешілер алқасының мүшелерімен кеңес өткізуге құқылы.
- 33.11. Егер наразылық негізді деп танылса, бас төреші:
- жекпе-жек нәтижесін түзетуге;
  - қойылған бағаларды өзгертуге;
  - әділ нәтижені қалпына келтіру үшін қажетті өзге шешімдер қабылдауға құқылы.
- 33.12. Төрешілік қателік расталған жағдайда бас төреші төрешіліктің сапасын жақсарту мақсатында шаралар қабылдауға құқылы, оның ішінде эпизодты төрешілер бригадасымен талдау немесе келесі жекпе-жектерде төрешіні ауыстыру.
- 33.13. Наразылық бойынша шешім хаттамамен рәсімделеді және команда өкіліне жарияланады.
- 33.14. Бас төрешінің шешімі осы жарыстар үшін түпкілікті болып табылады.
- 33.15. Наразылық беру жарыстың өткізілуін тоқтатпайды, егер жарыстың бас төрешісі басқа шешім қабылдмаса.

### **34. СТАНДАРТТЫ ЕМЕС ЖАҒДАЙЛАР**

- 34.1. Егер осы Ережелерде қарастырылмаған жағдай туындаса, шешімді жарыстың бас төрешісі қабылдайды.
- 34.2. Қажет болған жағдайда бас төреші төрешілер алқасының мүшелерімен және жарыстың бас дәрігерімен кеңес өткізуге құқылы.

34.3. Қабылданған шешім қауіпсіздік, әділдік және спорттық рух қағидаттарына сәйкес болуы тиіс.

34.4. Стандартты емес жағдайда бас төрешінің шешімі осы жарыстар үшін түпкілікті болып табылады.

### **35. ЖАРЫСТАРДЫҢ РЕСМИ НӘТИЖЕЛЕРІ**

35.1. Жекпе-жектердің нәтижелері жарыстың ресми хаттамаларында тіркеледі.

35.2. Жарыстың қорытынды нәтижелері жарыстың бас төрешісімен бекітіледі.

35.3. Жарыс нәтижелері ресми түрде жариялануға тиіс.

### **36. ЕРЕЖЕЛЕРДІ ТҮСІНДІРУ ЖӘНЕ ӨЗГЕРТУ**

36.1. Осы Ережелер Ойдене Федерациясымен бекітіледі.

36.2. Ережелердің ресми мәтіні — Ойдене Федерациясы жариялаған мәтін болып табылады.

36.3. Осы Ережелерді түсіндіруді Ойдене Федерациясы жүзеге асырады.

36.4. Осы Ережелерге өзгерістер мен толықтырулар Ойдене Федерациясының шешімімен енгізіледі.

36.5. Ережелердің жаңа редакциясы, егер Федерация шешімінде өзгеше көзделмесе, ресми бекітілген сәттен бастап күшіне енеді.

### **37. ЕРЕЖЕЛЕРДІҢ РЕСМИ ТІЛДЕРІ**

37.1. Осы Ережелер бірнеше тілде жариялануы мүмкін.

37.2. Ережелердің ресми тілдері Ойдене Федерациясымен бекітілген тілдер болып табылады.

37.3. Егер Ережелер мәтіндерінің әртүрлі тілдердегі нұсқалары арасында айырмашылықтар болса, Ойдене Федерациясы ресми түрде бекіткен нұсқа басымдыққа ие болады.

## V БӨЛІМ. ҚОСЫМШАЛАР

### ҚОСЫМША 1. РЕФЕРИДІҢ КОМАНДАЛАРЫ МЕН ЫМ-ИШАРАЛАРЫ

#### 1. Жалпы ережелер

1.1. Реферидің командалары реферидің таңдауы бойынша қазақ немесе орыс тілінде беріледі.

1.2. Реферидің ым-ишаралары спортшыларға, төрешілерге және көрермендерге анық әрі түсінікті болуы тиіс.

1.3. Рефери жекпе-жекті дауыс командалары мен белгіленген ым-ишаралар арқылы басқарады.

#### 1. Негізгі командалар

Спортшыларды алаңға шақыру

Рефери қолдарын спортшыларға қарай бағыттап, кейін олардың алаңдағы орындарын көрсетеді.

Команда: «Көк! Қызыл!» / «Синий! Красный!»

#### *Сәлемдесу*

Спортшылар өз орындарын алған кезде рефери тағзым жасайды.

Команда: «Құрмет!» / «Поклон!»

Тағзымнан кейін спортшылар қол алысады.

#### *Жекпе-жектің басталуы*

Рефери спортшылардың арасындағы қолын көтеріп, төмен қарай түсіреді.

Команда: «Сайыс!» / «Бой!»

#### *Жекпе-жекті тоқтату*

Рефери алақанын спортшылардың арасына шығарады.

Команда: «Токта!» / «Стоп!»

#### *Уақытты тоқтату*

Рефери алақандарымен «Т» белгісін жасап, хронометристке қарайды.

Команда: «Уақытты тоқтат!» / «Остановить время!»

#### *Спортшыларды бастапқы орынға қайтару*

Рефери алаңның ортасын көрсетеді.

Команда: «Ортаға!» / «На исходную позицию!»

#### 3. Нокдаун

Рефери жекпе-жекті тоқтатып, нокдаун жасаған спортшы жағына қолымен көрсетеді, оған ұпай берілгенін білдіреді.

Команда: «Алты ұпай!» / «Шесть баллов!»

#### 4. Ұстап тұру

##### *Ұстап тұруды есептеуді бастау*

Рефери ұстап тұру жағдайындағы спортшыларға алақанымен көрсетеді.

Команда: «Ұстау!» / «Удержание!»

##### *Ұстап тұру есептелді*

Рефери қолын жоғары көтереді.

Команда: «Ұстағаны үшін балл!» / «Балл за удержание!»

##### *Ұстап тұру есептелмеді*

Рефери қолдарын екі жаққа жаяды.

(команда берілмейді)

## **5. Тәртіптік санкциялар**

### ***Ескерту***

Рефери тәртіп бұзған спортшыны көрсетеді.

Команда: «Ауызша ескерту!» / «Замечание!»

### ***Бірінші қатаң ескерту***

Рефери бір саусағын көтереді.

Команда: «Бірінші ескерту!» / «Первое предупреждение!»

### ***Екінші қатаң ескерту***

Рефери екі саусағын көтереді.

Команда: «Екінші ескерту!» / «Второе предупреждение!»

### ***Үшінші ескерту — дисквалификация***

Рефери алаңнан шығу бағытын көрсетеді.

Команда: «Үшінші ескерту — дисквалификация!»

## **6. Бапкерге (қолдаушыға) қатысты санкциялар**

### ***Бапкерге ескерту***

Рефери бапкерге бұрылып, ашық алақанымен оны көрсетеді.

Команда: «Бапкерге ескерту!»

### ***Бапкерді шығару***

Рефери жарыс аймағынан шығу бағытын көрсетеді.

Команда: «Бапкер жарыс аймағынан кетсін!»

## **7. Жекпе-жектің аяқталуы**

### ***Жеңімпазды жариялау***

Рефери жеңімпаз спортшының қолын көтереді.

### ***Форманы түзету***

Рефери қолдарын айқастырып төмен түсіреді.

Команда: «Киімді түзет!» / «Привести форму в порядок!»

## **БӨЛІМ 2. ЖАРЫС АЛАҢЫНЫҢ СХЕМАСЫ**

### **1. Жалпы ережелер**

1.1. Ойдене бойынша жекпе-жектер арнайы спорттық алаңда (кілемде) өткізіледі.

1.2. Алаң шаршы немесе дөңгелек пішінде болуы мүмкін.

1.3. Алаң келесі бөліктерден тұрады:

— жекпе-жек аймағы;

— қауіпсіздік аймағы.

1.4. Алаңның беті тегіс, серпімді және қауіпсіз болуы, лақтыру техникасын орындауға жарамды болуы тиіс.

1.5. Жабынның қалыңдығы құлау мен лақтыруларды қауіпсіз орындауды қамтамасыз етуі тиіс.

### **2. Алаңның өлшемдері**

2.1. Алаңның жалпы өлшемі 8–10 метр аралығында болады.

2.2. Жекпе-жектің орталық аймағы 6–8 метр аралығында болады.

2.3. Жекпе-жек аймағының айналасында спортшылардың аймақтан шығып кеткен кезде жарақат алмауын қамтамасыз ету үшін қауіпсіздік аймағы орналасады.

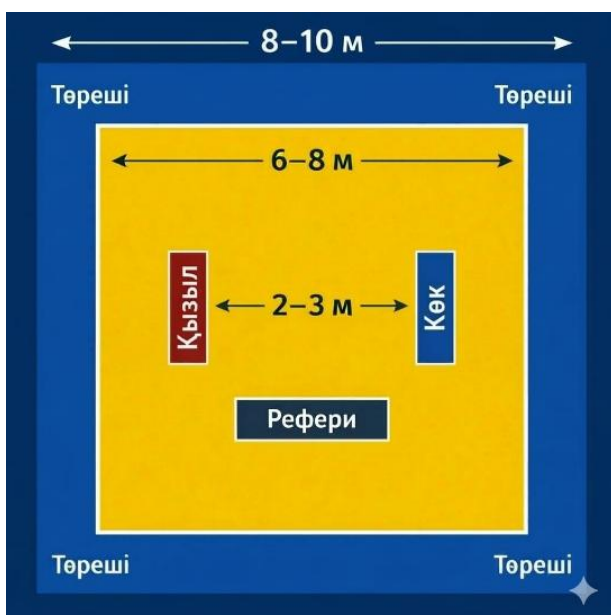
2.4. Қауіпсіздік аймағының ені лақтырудан кейін спортшылар қозғалысының қауіпсіз жалғасуын қамтамасыз етуі тиіс.

### 3. Алаңды белгілеу

- 3.1. Алаңда жекпе-жектің орталық аймағы белгіленеді.
- 3.2. Орталықта реферидің орны белгіленеді.
- 3.3. Орталықтың сол жағында Қызыл спортшының орны белгіленеді.
- 3.4. Орталықтың оң жағында Көк спортшының орны белгіленеді.
- 3.5. Белгілеу спортшылар мен төрешілер үшін анық және жақсы көрінетін болуы тиіс.
- 3.6. Спортшылардың орындары келесі тәсілдермен белгіленуі мүмкін:
  - түрлі түсті лента;
  - жабынның боялған элементтері;
  - кілемнің арнайы белгісі.
- 3.7. Белгілеу жекпе-жекті өткізуге кедергі келтірмеуі тиіс.

### 4. Алаңның схемасы

Төменде аймақтар мен қатысушылар орындарының орналасу схемасы келтіріледі.



## **ҚОСЫМША 3. ТӨРЕШІ ЖАЗБАСЫ**

### **1. Төреші жазбасының мақсаты**

- 1.1. Төреші жазбасы бүйірлік төрешілердің жекпе-жек нәтижелерін тіркеуге арналған.
- 1.2. Төреші жазбасында келесі мәліметтер көрсетіледі:
  - спортшыларға берілген ұпайлар;
  - жарияланған ескертулер;
  - жекпе-жектің қорытынды нәтижесі.
- 1.3. Төреші жазбасын әрбір бүйірлік төреші жеке толтырады.

### **2. Төреші жазбасын толтыру**

- 2.1. Бүйірлік төрешілер жекпе-жек барысында төреші жазбасында келесілерді белгілейді:
  - спортшыларға берілген ұпайлар;
  - жарияланған ескертулер.
- 2.2. Жекпе-жек аяқталғаннан кейін бүйірлік төрешілер төреші жазбасының қорытынды бөлігін толтырады.
- 2.3. Толтырылған төреші жазбасы рефериге беріледі.

### **3. Төреші жазбаларын тексеру**

- 3.1. Рефери төреші жазбаларын жедел тексеруге міндетті.
- 3.2. Қателер немесе дәлсіздіктер анықталған жағдайда рефери тиісті бүйірлік төрешіден дереу нақтылайды.
- 3.3. Тексерілгеннен кейін рефери төреші жазбаларын алаң хатшысына береді.

### **4. Жекпе-жек нәтижесін шығару**

- 4.1. Алаң хатшысы төреші жазбаларын қабылдап, олардың дұрыс толтырылуын тексереді.
- 4.2. Төреші жазбалары негізінде хатшы:
  - спортшылардың қорытынды ұпайларын есептейді;
  - жекпе-жектің қорытынды нәтижесін анықтайды.
- 4.3. Есептелгеннен кейін хатшы жарыс таблосына қорытынды есепті шығарады.

### **5. Төреші жазбаларының айырмашылығы**

- 5.1. Егер төреші жазбалары әртүрлі болса, нәтиже төрешілер шешімдерінің көпшілігімен анықталады.
- 5.2. Егер бүйірлік төрешілердің көпшілігі бір спортшыны жеңімпаз деп анықтаса, сол спортшы жеңімпаз болып танылады.
- 5.3. Егер барлық төрешілер бірдей нәтиже көрсетсе, жеңімпаз бірауыздан қабылданған шешіммен анықталады.

## 6. Төреші жазбасы

### ТӨРЕШІ ЖАЗБАСЫ

Тегі аты
Ұпайлар
Ескертулер
Нәтиже

Жекп-жек № \_\_\_\_\_

Тегі аты
Ұпайлар
Ескертулер
Нәтиже

Төреші \_\_\_\_\_

## ҚОСЫМША 4. ӨЛШЕУ ХАТТАМАСЫ

### 1. Өлшеу хаттамасының мақсаты

- 1.1. Өлшеу хаттамасы Ойдене жарыстарына қатысатын спортшылардың салмақ өлшеу нәтижелерін тіркеуге арналған.
- 1.2. Хаттаманы жарыстың бас төрешісі тағайындаған өлшеу комиссиясы жасайды.
- 1.3. Өлшеу нәтижелері спортшыларды жарысқа жіберудің және оларды салмақ дәрежелері бойынша бөлуінің негізі болып табылады.

### 2. Хаттаманы рәсімдеу тәртібі

- 2.1. Өлшеу хаттамасына келесі мәліметтер енгізіледі:
  - жарыстың атауы;
  - өлшеу күні мен орны;
  - жас тобы;
  - салмақ дәрежесі;
  - спортшының тегі мен аты;
  - командасы (клуб, өңір);
  - спортшының нақты салмағы;
  - рұқсат белгісі.
- 2.2. Өлшеу өлшеу комиссиясының мүшелері қатысуымен жүргізіледі.
- 2.3. Өлшеу аяқталғаннан кейін хаттамаға:
  - өлшеу комиссиясының төрағасы;
  - комиссия мүшелері қол қояды.
- 2.4. Хаттама жеребе жасау үшін жарыстың бас хатшысына беріледі.

### 3. Өлешеу хаттамасының формасы

\_\_\_\_\_ 20\_\_ г. Жас тобы \_\_\_\_\_ Салмақ дәрежесі \_\_\_\_\_

№	Тегі, аты	Туған жыл	Команда	Таза салмағы	Рұқсат

Дәрігер \_\_\_\_\_

Өлшеу төрешісі \_\_\_\_\_

## БӨЛІМ 5. ЖАРЫСҚА ҚАТЫСУ ӨТІНІМІ

### 1. Өтінімнің мақсаты

1.1. Қатысу өтінімі — Ойдене жарыстарына спортшылардың қатысуын растайтын ресми құжат.

1.2. Өтінімді ұйым, клуб немесе команда өкілі береді.

1.3. Өтінім мыналарды растайды:

- спортшының командаға тиесілігін;
- жас және салмақ дәрежесіне сәйкестігін;
- медициналық рұқсаттың болуын.

1.4. Спортшы белгіленген тәртіпте рәсімделген өтінім болған жағдайда ғана жарысқа жіберіледі.

### 2. Өтінімді беру тәртібі

2.1. Өтінім жарыс басталғанға дейін мандаттық комиссияға беріледі.

2.2. Өтінімге:

- команда жетекшісі;
- спортшыларды жарысқа жіберген дәрігер қол қоюы тиіс.

2.3. Өтінімде спортшылар туралы келесі мәліметтер көрсетіледі:

- тегі мен аты;
- туған жылы;
- салмақ дәрежесі;
- дисциплина;
- спорттық ұйым (клуб, өңір).

2.4. Дәрігер өтінімде спортшылардың жарысқа қатысуына медициналық рұқсатты растайды.

### 3. Өтінім формасы

(жарыстың атауы) \_\_\_\_\_ қатысу үшін  
\_\_\_\_\_ командадан өтінім

№	Тегі, аты	Туған жылы	Салмақ дәрежесі	Уровень (пояс)	Дәрігер рұқсаты	Дәрігер қолы
---	-----------	------------	-----------------	----------------	-----------------	--------------

Осы өтініммен біз төмендегілерді растаймыз:

- спортшылар туралы ұсынылған мәліметтердің дұрыстығын;
- барлық тіркелген спортшылардың контактты спорт түрлері бойынша жарыстарға қатысуға жарамды қолданыстағы медициналық рұқсатының бар екенін;
- спортшылардың, бапкерлердің және команда өкілдерінің Ойдене жарыстарының Ережелерімен танысқанын;
- жарыс барысында спортшылардың осы Ережелер талаптары мен тәртіпті сақтауына жауапкершілік қабылданатынын;
- жарысқа қатысу кезінде спортшылардың өмірі мен денсаулығына команда жетекшісінің жауапты екенін.

Команда жетекшісі: \_\_\_\_\_ Қолы \_\_\_\_\_

Дәрігер: \_\_\_\_\_ Қолы \_\_\_\_\_

Күні \_\_\_\_\_

## БӨЛІМ 6. НАРАЗЫЛЫҚ НЫСАНЫ

### 1. Нысанның мақсаты

- 1.1. Осы нысан жекпе-жек нәтижесіне немесе төрешілер бригадасының әрекеттеріне наразылық беру үшін қолданылады.
- 1.2. Наразылықты команда жетекшісі немесе спортшының бапкері береді.
- 1.3. Наразылық осы Ережелерде белгіленген мерзімде жазбаша түрде беріледі.

### 2. Наразылық мазмұны

Наразылықта келесі мәліметтер көрсетіледі:

- жарыстың атауы;
- жекпе-жек күні мен нөмірі;
- салмақ дәрежесі;
- спортшылардың тегі;
- келіспейтін жекпе-жек эпизодының сипаттамасы;
- наразылықтың негіздемесі;
- бейнежазбаға сілтеме (бар болса).

### 3. Жарыстың атауы

Жарыстың атауы	
Күні	
Жас тобы	
Салмақ дәрежесі	

Жекпе-жек №	
Көк спортшының тегі, аты	
Қызыл спортшының тегі, аты	
Даулы эпизодтың сипаттамасы	
Наразылық беру негізі	
Бейнежазбаның болуы	<input type="checkbox"/> Иә <input type="checkbox"/> Жоқ

Команда жетекшісі/ Бапкер: \_\_\_\_\_

Қолы \_\_\_\_\_

## **БӨЛІМ 7. ЖАРЫСТЫҢ БАС ТӨРЕШІСІНІҢ ЕСЕБІ**

### **1. Есептің мақсаты**

1.1. Бас төрешінің есебі — Ойдене жарыстарының өткізілу нәтижелерін көрсететін ресми құжат.

1.2. Есеп жарыс аяқталғаннан кейін бас төреші тарапынан жасалады.

1.3. Есеп Ойдене Федерациясына немесе жарыс ұйымдастырушысына жіберіледі.

### **2. Есептің мазмұны**

Есепте келесі мәліметтер көрсетіледі:

- жарыстың атауы;
- жарыстың өткізілген орны мен күні;
- жарыс дисциплиналары;
- қатысқан командалар саны;
- спортшылар саны;
- төрешілер алқасының құрамы;
- өткізілген жекпе-жектер саны;
- спортшылар жарақаттары туралы мәліметтер (болған жағдайда);
- берілген наразылықтар және қабылданған шешімдер туралы мәліметтер;
- тәртіптік санкциялар туралы мәліметтер (болған жағдайда);
- жарысты ұйымдастыруға жалпы баға.