

**Andrius Brusokas, Jūratė Martinonytė**



# **INTEGRUOTO KREPŠINIO IR FUTBOLO TAISYKLĖS**

Mokomoji knyga



VERSLO FAKULTETAS  
TURIZMO IR LAISVALAIKIO VADYBOS KATEDRA

**Andrius Brusokas, Jūratė Martinonytė**

# **INTEGRUOTO KREPŠINIO IR FUTBOLO TAISYKLĖS**

Mokomoji knyga

Kaunas, 2020

Recenzavo:

Doc. dr. Rimantas Mikalauskas, Lietuvos sporto universitetas

Redagavo Renata Buinickienė

Korektorė Neringa Butkienė

Maketuotojas Gytis Baltrušaitis

Viršelyje panaudotos iliustracijos iš Freepik.com

*Informacija parengta remiantis:*

Baskin rules (2013). Italy.

European day of integrated sport (2015). Regulations for integrated sports. Roma: CSEN

FIBA. Official basketball rules (2018). Switzerland.

Integrated Football Laws and Game (2016). Roma: CSEN

IWBF. Official wheelchair basketball rules (2017). Switzerland.

World Health Organization (2019). Statistiniai duomenys.

WHO (2011). World report on disability. Malta.

ISBN 978-9955-27-572-5

© Kauno kolegija, 2020

© Andrius Brusokas, 2020

© Jūratė Martinonytė, 2020



Mieli skaitytojai,

ši knyga pasirodo Lietuvai švenčiant Nepriklausomybės atkūrimo 30-metį. Per šį laikotarpį mūsų visuomenė išgyveno milžinišką ne tik politinę, ekonominę, socialinę santvarkos, bet ir vertybinį virsmą.

Padarėme didžiulę pažangą vaduodamiesi iš stereotipų kaustomos pasaulėžiūros, ir tokios europietiškos vertybės kaip laisvė, lygybė, teisingumas, žmogaus orumas, tolerancija vis labiau tampa neatsiejama mūsų gyvenimo dalimi.

Didėja supratimas, kad kiekvienas žmogus yra mūsų visuomenės turtas, ir tik nuo jų abiejų sąveikos priklauso, koks dvasinis ir materialus indėlis bus įneštas į bendrą gerį.

Integruoto sporto idėjos Lietuvoje pradininkai priėmė nepaprastai drąsų iššūkį ir per trumpą laiką jau spėjo įrodyti šios

naujos, socialiai įtraukios, visiems vienodas galimybes teikiančios sportinės veiklos reikalingumą ir perspektyvas.

Tai puiki galimybė neįgaliesiems pajusti, kad jie gali, įgyti daugiau pasitikėjimo savimi ir sukurti savo sėkmės istoriją ne tik sportinėje veikloje, bet ir asmeniniame bei profesiniame gyvenime. Tai puiki galimybė ir sveikiesiems geriau pažinti uždaresnę, mažiau matomą bendruomenės dalį ir jos stipriąją pusę.

Tikiu, kad integruotas sportas gali tapti visų kūno ir sielos sveikata besirūpinančiųjų gyvenimo būdo dalimi ir ne tik fizinės veiklos, bet ir asmeninio tobulėjimo bei bendravimo erdve.

Linkiu, kad ši metodinė knyga ir ja paremti mokymai puikiai atliktų savo darbą pristatant ir populiarinant integruotą sportą mūsų šalyje. Lai ji išaugina ambicingus pedagogus, uždegančius trenerius, darbščius sportininkus, aistringus sirgalius, o svarbiausia – stiprias asmenybes.

Sveikinu ir kviečiu toliau tęsti reikšmingus ir labai reikalingus darbus, drąsiai imtis bendruomenę suburiančių bei įkvepiančių sumanymų.

Algirdas Butkevičius

Lietuvos Respublikos Seimo narys

Lietuvos integruoto sporto asociacijos globėjas

# TURINYS

Neįgaliųjų integracija per sportą .....	11
Integruoto sporto idėja ir vertybės.....	14
<b>INTEGRUOTAS KREPŠINIS.....</b>	<b>16</b>
Pagrindinės integruoto krepšinio taisyklės.....	16
1 taisyklė. Aikštelė .....	16
2 taisyklė. Žaidimo laikas.....	18
3 taisyklė. Kamuolys .....	18
4 taisyklė. Teisėjai.....	19
5 taisyklė. Žaidėjai .....	20
Žaidėjai neįgaliojo vežimėliuose.....	21
Savarankiškai judantys žaidėjai.....	23
6 taisyklė. Taškai.....	23
7 taisyklė. Pražangos .....	23
8 taisyklė. Rungtinių pradžia.....	25
9 taisyklė. Žaidimo taisyklės .....	25
<b>BASKINO ŽAIDIMAS.....</b>	<b>27</b>
1 taisyklė. Aikštelė .....	27
2 taisyklė. Žaidimas į 2 krepšius vienu metu .....	29
3 taisyklė. Žaidimo laikas.....	29
4 taisyklė. Kamuolys .....	30
5 taisyklė. Žaidėjų skaičius komandoje.....	30
6 taisyklė. Žaidėjų vaidmenys .....	31
5 vaidmens žaidėjo funkcijos .....	31
4 vaidmens žaidėjo funkcijos .....	31
3 vaidmens žaidėjo funkcijos .....	32

2 vaidmens žaidėjo funkcijos.....	32
1 vaidmens žaidėjo funkcijos.....	32
7 taisyklė. Keitimai.....	33
8 taisyklė. Žaidimo taisyklės .....	33
Baskino žaidėjų funkcinis įvertinimas.....	36
<b>INTEGRUOTAS FUTBOLAS.....</b>	<b>40</b>
Integruoto futbolo taisyklės .....	40
1 taisyklė. Aikštelė .....	40
2 taisyklė. Žaidimas į 2 vartus vienu metu .....	44
3 taisyklė. Kamuolys .....	44
4 taisyklė. Žaidėjų skaičius komandoje .....	45
5 taisyklė. Žaidėjų vaidmenys .....	45
6 taisyklė. Integruoto futbolo žaidėjų vaidmenų funkcijos.....	46
5 vaidmens žaidėjo funkcijos.....	46
4 vaidmens žaidėjo funkcijos.....	46
3 vaidmens žaidėjo funkcijos.....	47
2 vaidmens žaidėjo funkcijos.....	48
1 vaidmens žaidėjo funkcijos.....	49
7 taisyklė. Aikštės žaidėjų sudėtis .....	49
8 taisyklė. Keitimai.....	49
9 taisyklė. Žaidėjų apranga.....	51
10 taisyklė. Teisėjavimas.....	52
11 taisyklė. Laiko teisėjo pareigos.....	62
12 taisyklė. Žaidimo laikas .....	63
13 taisyklė. Žaidžiamas ir nežaidžiamas kamuolys .....	64
14 taisyklė. Varžybų rezultato skaičiavimas .....	65
15 taisyklė. Nusižengimai.....	65

16 taisyklė. Laisvas smūgis .....	66
17 taisyklė. Baudinys .....	67
18 taisyklė. Įžaidimas nuo šoninės linijos .....	68
19 taisyklė. Žaidimas nuo vartų .....	70
20 taisyklė. Kampinis .....	70
21 taisyklė. Baudiniai po varžybų nugalėtoji nustatyti.....	71
Integruoto futbolo žaidėjų funkcinis įvertinimas .....	73
Metodinės rekomendacijos.....	81





Lietuvos integruoto sporto asociacija įkurta 2017 m., jos tikslas – skatinti lygias galimybes, socialinę įtrauktį, nepriklausomai nuo žmogaus lyties, fizinių, socialinių, ekonominių ar kultūrinių skirtumų, sudarant visiems vienodas galimybes būti fiziškai aktyviems. Pagrindinės asociacijos veiklos yra šios: integruoto sporto populiarinimas Lietuvoje; integruoto sporto renginių ir varžybų planavimas, organizavimas ir koordinavimas; konferencijų, seminarų, mokymų organizavimas, analizuojant integruoto sporto ir laisvalaikio užimtumo formas sveikiems ir neįgaliesiems asmenims; integruoto sporto teisėjų bei trenerių rengimas.

Organizuodami integruoto sporto mokymus dažnai sulaukdavome klausimo, ar yra parengtos integruoto sporto taisyklės lietuvių kalba. Deja, iki šiol Lietuvoje jų nebuvo. Kaip tik tai paskatino mus parengti integruoto krepšinio ir futbolo taisykles bei metodines rekomendacijas.

Šioje knygoje pateikiamos integruoto krepšinio bei integruoto futbolo taisyklės, siekiant paaiškinti įvairias situacijas. Taip pat siūlomos metodinės rekomendacijos, paremtos tarptautinių mokymų, integruoto sporto projektų, organizuotų integruoto sporto renginių, praktikų patirtimi.

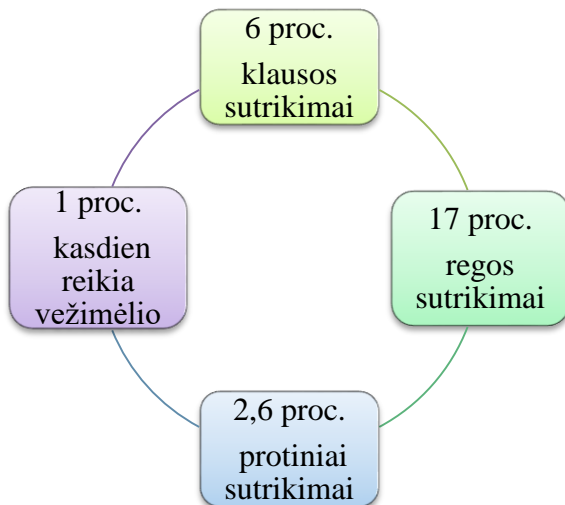
Autoriai dėkingi:

- Kauno kolegijos bendruomenei už sudarytas galimybes dalyvauti tarptautinių projektų veikloje, kuri lėmė Lietuvos integruoto sporto asociacijos įkūrimą;
- recenzentui doc. dr. Rimantui Mikalauskui (Lietuvos sporto universitetas) už pastabas ir pasiūlymus;
- Lietuvos neįgaliųjų sporto federacijos prezidentui Anatolijui Čupkovui už palaikymą ir prisidėjimą populiarinant integruoto sporto veiklas Lietuvoje;
- Tarptautinės kategorijos vežimėlių krepšinio teisėjui Linui Radykui už pateiktas rekomendacijas;
- Lietuvos futbolo teisėjų asociacijos nariui Vitalijui Kazlauskui už konsultacijas ir įžvalgas.



## Neįgaliųjų integracija per sportą

Remiantis Pasaulio sveikatos organizacijos (PSO) duomenimis, 2019 metais pasaulyje apie 37 proc. žmonių turėjo įvairias negalias. Pabrėžiama, kad neįgalus žmogus yra tas, kuris turi kūno funkcijų ar struktūros problemų, kurio veikla yra ribota, kuriam sunku atlikti veiksmus ar užduotis. Remiantis statistikos duomenimis, galima teigti, kad 20 proc. neįgalių asmenų pasaulyje kasdien susiduria su dideliais funkciniais sunkumais. Negalios skirstomos ne tik lygmenimis, bet ir pagal pobūdį (1 pav.). Akcentuojama, kad dažnu atveju neįgalus asmuo turi ne vieną negalią, bet iškart kelias. Taip pat pateikiama ir tokia sąvoka kaip „nematoma negalia“ – kai sutikę žmogų iš pažiūros negalime suprasti, kad jis neįgalus.



1 pav. Neįgalumo rodiklių pasaulyje duomenys remiantis PSO, 2019

Neįgalių žmonių kasmet daugėja, todėl vis dažniau diskutuojama klausimais, susijusiais su neįgaliųjų gyvenimo kokybės gerinimu bei įtraukimu į įvairias veiklas. Sportas gali būti ta sritis, kuri padeda integruoti neįgalius žmones į visuomenę. Šis klausimas keliamas ne tik teoriškai, bet įvairiose šalyse imamasi ir praktiškai jį įgyvendinti.

Požiūris į neįgaliuosius yra analizuojamas įvairiais aspektais: siekiant atskleisti neįgalių asmenų integraciją į darbo rinką, nagrinėjant socialinius, kultūrinius, istorinius, psichologinius aspektus, tačiau mažai analizuojama neįgaliųjų integracija per sportą. Kalbant apie neįgalius asmenis ir sportą, dažniausiai įsivaizduojama, kad neįgalieji ir sveikieji sportuoja atskirai. Vis dėlto užsienio valstybėse jau daug metų praktikuojamas integruotas sportas, kai kur vadinamas inkluziniu sportu, kai sveikieji ir neįgalieji sportuoja kartu ir siekia bendrų rezultatų.

Siekiant neįgaliųjų integracijos per fizinės veiklos ir sporto užsiėmimus vykdomi įvairūs projektai, tačiau jie labiau skirti tik neįgaliesiems. Šių projektų finansavimo tikslas – skatinti savivaldybes organizuoti neįgaliųjų fizinę ir sporto veiklą kaip neįgaliųjų socialinės integracijos priemonę, tačiau retas toks projektas įtraukia ir sveikus, ir neįgalius asmenis. Išanalizavus užsienio šalių autorių tyrimų rezultatus pastebėta, kad sveikiems ir neįgaliems žmonėms sportuojant kartu pastarieji labiau susitelkia ties pačia veikla, ugdo įvairius socialinius gebėjimus.

Pagrindinis integruoto sporto tikslas – sujungti skirtingus gebėjimus turinčius asmenis siekiant bendro tikslo. Labiausiai analizuojama, kaip keičiasi sveikų asmenų požiūris į neįgalius žmones, kai jie kartu įsitraukia į bendrą sportinę veiklą.

Akcentuojama, kad neįgaliesiems turi būti sudarytos vienodos sąlygos būti fiziškai aktyviems ir įsitraukti į sportines veiklas, nes tai gali padėti neįgaliam žmogui atskleisti savo gebėjimus. Labai svarbu, kad integruotame sporte didžiausias dėmesys yra skiriamas procesui, o ne rezultatui.

2018 metų pavasarį atlikome tyrimą ir nustatėme, kad Kauno kolegijos studentai į neįgaliuosius žiūri pozityviai ir neatsisakytų bendrauti su neįgaliumi asmeniu. Studentai neturi pakankamai informacijos apie integruotą sportą ir nėra sportavę kartu su neįgaliais žmonėmis, tačiau tokiuose renginiuose sutiktų dalyvauti. Studentai mano, kad sportas yra tinkama sritis socialiai integruoti neįgaliuosius. Nustatyta, kad jaunuoliai būtų linkę sportuoti kartu su neįgaliaisiais, nors teigė, kad jiems tokia veikla būtų neįprasta.

Praktinėje veikloje pastebėta, kad dažniausiai patys sveikieji pamatę neįgalųjį susikuria barjerus. Dėl žinių stokos nemoka bendrauti su kitokiu žmogumi, o tai nepatinka turintiesiems neįgalumą. Per įvairias veiklas įsitikinta, kad integruotas sportas gali būti ne tik užimtumo forma, kartu tai skatina būti fiziškai aktyvius ne tik neįgalius asmenis, bet ir jų šeimų narius, draugus. Bendras tikslas skatina bendrauti ir bendradarbiauti, siekti norimų rezultatų dėmesį sutelkiant ne į pergales, o į pačią veiklą.

## **Integruoto sporto idėja ir vertybės**

Kiekvienam žmogui turi būti sudarytos galimybės išreikšti save, todėl sportinė veikla gali padėti užtikrinti žmogaus asmeninį ir socialinį tobulėjimą. Sportas gali pakeisti įsitikinimus apie neįgalius žmones, moko bendrauti ir bendradarbiauti bei gerbti vienas kitą. Sportinė veikla gali padėti žmonėms sustiprėti ne tik fiziškai, bet ir psichiškai, įtvirtinti tam tikras vertybes ir užkirsti kelią tokioms situacijoms kaip nepagarba konkurentui, piktnaudžiavimas varžovų atžvilgiu, taisyklių laužymas ir sėkmės siekimas bet kokiomis priemonėmis. Integruoto sporto atstovai tokį požiūrį ir elgesį vertina neigiamai. Kaip tik skatinama ugdyti ir formuoti asmenines savybes, kaip antai, pagarba varžovui ir sąžiningas žaidimas.

Neįgaliesiems ne visuomet yra sudaromos galimybės sportuoti ir būti fiziškai aktyviems kartu su sveikais asmenimis. Dažniausiai neįgalūs žmonės sportuoja su neįgaliaisiais, o sveiki – su sveikaisiais. Sportas žmonėms, turintiems negalią, padeda ugdyti pasitikėjimą savimi, užtikrintumo ir sąmoningumo jausmą. Integruoti žaidimai neįgaliesiems padeda suprasti, kad negalia nėra kliūtis siekiant būti fiziškai aktyviems. Šie žaidimai tampa savirealizacijos priemone įvairiems žmonėms. Integruotas sportas padeda žmonėms suprasti turinčiuosius negalią ir pažvelgti į tai iš kitos perspektyvos.

Integruotas sportas yra žaidimai, pratimai ar judėjimo veiklos, kartu praktikuojamos tiek sveikų, tiek įvairias negalias turinčių žmonių, siekiant varžybų keliamų iššūkių laisvalaikio metu ir profesionaliai sportuojant. Kiekvienas žaidėjas, fiziškai stengdamasis, tobulina savo potencialias galimybes. Ši integruota fizinė veikla grindžiama lygiomis galimybėmis ir aktyviu

dalyvavimu, pasitelkiant lanksčias taisykles, kurios leidžia atsiskleisti individualioms kiekvieno žmogaus charakteristikoms.

Integruotas sportas padeda ne tik neįgaliems asmenims, bet ir sveikiems – šie ne tik įgyja bendravimo su kitokių gebėjimų žmonėmis patirties, bet ir tokiu būdu skatinamas jų kūrybiškumas. Sukurtas socialinis klimatas, palankus emociniams santykiams, solidarumas padeda kartu siekti bendrų rezultatų, parodant savo gebėjimus sporte.

Tradicinėse sporto šakose rungtyniauti visiems kartu nėra galimybės, todėl integruotu sportu, ypač norint skirtingų lyčių integracijos, siekiama, kad būtų sudarytos mišrios komandos.

Integruoto sporto išskirtinumas tas, kad kiekvienas žaidėjas pagal fizinį pajėgumą, gebėjimus, kuriuos padeda įvertinti sukurti testai, gauna tam tikrą vaidmenį. Testai atskleidžia, kokius vaidmenis sportininkas pajėgus atlikti.

Integruotas sportas nėra prastesnis už įprastą, veikiau tai atskira sporto šaka, kurioje visi žaidėjai turi progą parodyti savo gebėjimus ir galimybes siekti sportinio rezultato. Šiuo požiūriu integruotas sportas paremtas ne tik rezultato siekimu, nes sportas akcentuojamas pirmiausia kaip užimtumo forma, o ne tikslas. Tai užtikrinti įmanoma skatinant integruoto sporto plėtrą ir populiarinimą.



# INTEGRUOTAS KREPŠINIS

Egzistuoja du integruoto krepšinio žaidimo modeliai. Pirmasis modelis: žaidžiama tradicinių matmenų krepšinio aikštelėje (28×15 m), naudojami 2 krepšiai 3,05 m aukštyje (integruotas krepšinis). Antrasis modelis: žaidžiama tradicinių matmenų krepšinio aikštelėje, naudojami 4 krepšiai (baskinas). Du krepšiai ties galinėmis linijomis yra 3,05 m aukštyje, o krepšiai aikštelės šonuose ties centrine linija – 2,40 m aukštyje.

**Integruotas krepšinis.** Integruoto krepšinio tikslas – skatinti bendradarbiavimą tarp sveikų ir neįgalių žmonių. Žaidimo taisyklės numato, kad komandoje galėtų rungtyniauti įvairūs žaidėjai: tiek vyrai, tiek moterys, tiek gerai žaidžiantys krepšinį, tiek neįgalūs, tiek patys galintys judėti, tiek besivaržantys neįgaliųjų vežimėliuose.

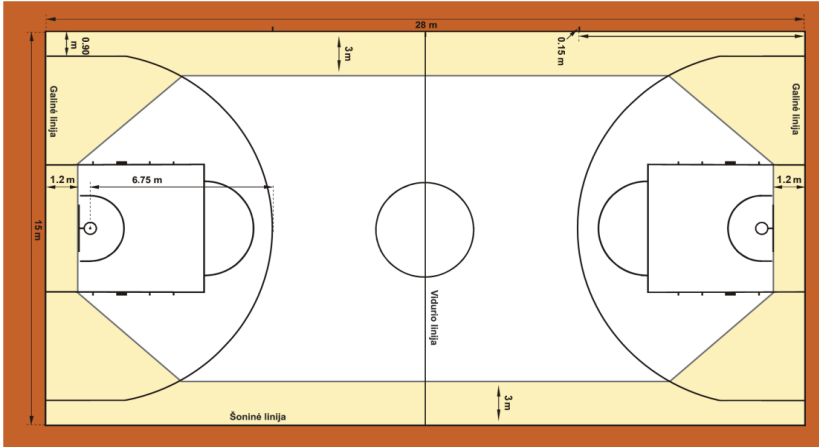
## Pagrindinės integruoto krepšinio taisyklės

### 1 taisyklė. Aikštelė

Krepšinio aikštelė turi būti kieto, lygaus paviršiaus ir be jokių kliūčių. Žaidžiama tradicinių matmenų krepšinio aikštelėje (28×15 m) su pažymėtomis papildomomis linijomis naudojant 2 krepšius 3,05 m aukštyje. Papildomos linijos žymimos naudojantis standartinio dydžio tinklinio aikštelės ribomis. Nuo galinės linijos iki pažymėtosios turi būti 1,2 m atstumas. Aikštė suskirstoma zonomis, nupiešiant rombą ir pažymint aikštės teritorijas.

Aikštelėje papildomomis linijomis pažymima centrinė zona, kurioje gali žaisti tik vežimėliuose rungtyniaujantys

krepšininkai. Geltonoje zonoje rungtyniauja žaidėjai, gebantys patys judėti, baltoje zonoje – neįgaliųjų vežimėliuose (2 pav.).

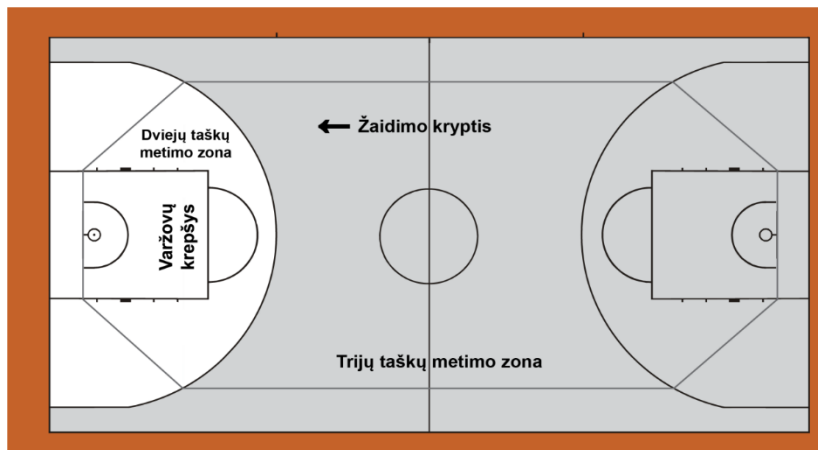


2 pav. Integruoto krepšinio aikštelė

**Komandos gynybos zona.** Komandos gynybos zoną sudaro savas krepšys, lentos priekis ir jos visi kraštai bei krepšinio aikštės dalis, ribojama galinės linijos, esančios už savo krepšio, šoninių linijų ir vidurio linijos.

**Komandos puolimo zona.** Komandos puolimo zoną sudaro varžovo krepšys, lentos priekis ir jos visi kraštai bei krepšinio aikštės dalis, ribojama galinės linijos, esančios už varžovo krepšio, šoninių linijų ir artimesnio varžovo krepšiui vidurio linijos vidinio krašto (3 pav.).

**Linijos.** Visos linijos turi būti 5 cm pločio ir labai gerai matomos.



3 pav. Dviejų / trijų taškų metimo zonos

## 2 taisyklė. Žaidimo laikas

Žaidžiami 4 kėliniai po 8 minutes. Tarp pirmo ir antro, tarp trečio ir ketvirto kėlinių, taip pat prieš kiekvieną pratęsimą turi būti daroma dviejų minučių pertrauka. Sužaidus pusę rungtynių laiko, turi būti penkiolikos minučių pertrauka. Po kiekvieno teisėjo švilpuko laikas yra stabdomas. Po įmestų taškų laikas nestabdomas, išskyrus 4 kėlinio paskutines 2 minutes. Jeigu pasibaigus ketvirtam kėliniui rezultatas lygus, rungtynės pratęsimos dar 4 minutes tiek kartų, kad viena iš komandų persvertų rezultata.

## 3 taisyklė. Kamuolys

Pagrindiniam žaidimui naudojamas standartinis 7 dydžio krepšinio kamuolys. Tačiau gali būti žaidžiama ir mažesniu kamuoliu, jei taip susitaria rungtyniaujančios komandos. Prieš rungtynes pasirinktą kamuolį turi patikrinti rungtynių teisėjas.

## 4 taisyklė. Teisėjai

Rekomenduojama, kad rungtynėms teisėjautų 2 teisėjai, vienas iš jų turi išmanyti vėžimėlių krepšinio taisykles. Taisyklių pažeidimai fiksuojami aikštės teisėjų (4, 5 pav.).



4 pav. Teisėjų gestai rungtynių metu



Abipusė  
pražanga



Techninė  
pražanga



Nesportinė  
pražanga



Diskvalifikacinė  
pražanga



Grindų  
palietimas  
pėdomis



Vežimėlio  
judėjimo  
imitavimas



Pasikėlimo  
rankomis  
imitavimas

5 pav. Teisėjų gestai rungtynių metu

## 5 taisyklė. Žaidėjai

Kiekvieną komandą sudaro:

- ne daugiau kaip 10 komandos narių, turinčių teisę žaisti, įskaitant kapitoną;
- treneris ir, jei komanda pageidauja, trenerio asistentas;
- ne daugiau kaip 7 komandos palydovai, galintys sėdėti ant komandos suolo ir turintys ypatingas užduotis (vadybininkas, gydytojas, masažuotojas, statistas, vertėjas ir kt.).

Aikštelėje žaidžia po 5 žaidėjus iš kiekvienos komandos – mažiausiai 2 rungtyniaujantys vėžimėliuose ir 3 savarankiškai judantys. Aikštelėje turi žaisti ne mažiau kaip 4 vienos komandos žaidėjai. Jeigu aikštelėje lieka žaisti mažiau nei 3 vienos

komandos žaidėjai, pergalė skiriama priešininkų komandai. Keisti žaidėjus galima tik vadovaujantis krepšinio taisyklėmis.

*Atsarginis žaidėjas* tampa žaidėju ir žaidėjas tampa atsarginiu, kai:

- teisėjas gestu jam leidžia įeiti į aikštę;
- per minutės pertraukėlę arba rungtynių pertrauką atsarginis žaidėjas kreipiasi į rungtynių sekretorių dėl keitimo.

**Kapitonas: pareigos ir teisės.** Kapitonas (KAP) yra komandos trenerio paskirtas žaidėjas, atstovaujantis komandai krepšinio aikštėje. Iškilus svarbiam reikalui jis gali mandagiai kreiptis į teisėją. Tai galima daryti tada, kai kamuolys nežaidžiamas ir rungtynių laikas sustabdytas.

**Žaidėjai neįgaliojo vežimėliuose.** Tai gali būti tiek vyrai, tiek moterys, galintys savarankiškai judėti neįgaliojo vežimėliu. Žaidėjai privalo naudotis sportiniu neįgaliojo vežimėliu bei visais įtaisais, kurie leidžiami pagal vežimėlių krepšinio taisyklės. Esant poreikiui, žaidėjai gali naudotis ne tik sportiniais vežimėliais, bet ir elektriniais sportiniais vežimėliais. Fiksuojant pražangas ar taisyklių pažeidimus vadovaujamosi vežimėlių krepšinio taisyklėmis.

Remiantis ilgalaike patirtimi yra priimtos oficialios vežimėlių krepšinio taisyklės, patvirtintos Tarptautinės vežimėlių krepšinio federacijos (IWBF). Ši federacija yra numaciusi papildymus ir pakeitimus, kurie svarbūs neįgaliejiems žmonėms.

Siekiant sėkmingai žaisti vežimėlių krepšinį yra svarbūs tokie technikos veiksmai bei įgūdžiai kaip važiavimas vežimėliu į priekį ir atbulomis, vežimėlio stabdymas, sukimasis vietoje, kamuolio varymas, kai jis pasidedamas ant kelių, kamuolio

varymasis ir judėjimas vežimėliu, metimai, perdavimai, kamuolio gaudymas ir apgaulingi judesiai važiuojant neįgaliojo vežimėliu.

Kamuolys gali būti varomas dviem būdais – mušant kamuolį į grindis arba vežant jį pasidėjus ant kelių. Vežimėlių krepšinio taisyklės mažai skiriasi nuo įprasto krepšinio taisyklių, vis dėlto yra keletas esminių skirtumų:

- Negali būti blokuojamas žaidėjo vežimėlis kito žaidėjo, tačiau čia svarbus važiavimo greitis blokavimo metu ir atsitrengimo kampas. Atkreiptinas dėmesys, kad prie šios taisyklės sunkiausia priprasti ir užtrunka laiko ją suprasti.
- Kontaktas su priešininku neleistinas; jei kontakto metu krepšininkas neturi kamuolio, toks elgesys laikomas nesportiniu.
- Pražanga neskiriama, jei besiginantis žaidėjas nestipriai blokuoja puolančio žaidėjo vežimėlį, per pusę didžiojo rato aplenkdamas priekinį puolančiojo žaidėjo ratuką.
- Neįgalus žaidėjas važiuoti vežimėliu gali neribotai, tačiau jei kamuolys pasidedamas ant kelių, tuomet pasistumti gali tik 2 stūmimus, kol kamuolį meta į krepšį arba perduoda kitam žaidėjui. Atstumas, kurį įveikia žaidėjas pasistumdamas, neribojamas.
- Kamuolys ant kelių turi gulėti laisvai, jo negalima prispausti jokia kūno dalimi.
- Jei žaidėjas, pasistūmęs 2 kartus rankomis, nesumuša kamuolio į grindis, fiksuojami „žingsniai“.
- Vežimėlių krepšinyje nėra dvigubo varymosi taisyklės.
- Kai žaidėjas vežimėlyje turi kamuolį, jam neleidžiama paliesti grindų bet kuria kūno dalimi.
- Žaidėjas turi tvirtai sėdėti vežimėlyje ir negali naudoti kojų valdydamas vežimėlį ar siekdamas įgyti pranašumą.

- Jei žaidėjas vežimėlyje nukrenta, žaidimas tęsiamas, nebent teisėjui atrodo, kad reikia sustabdyti žaidimą.
- Jei žaidėjas iškrenta iš vežimėlio tam, kad perimtų kamuolį, tuomet kamuolys atiduodamas priešininčių komandai.
- Metant iš trijų taškų zonos, tritaškis įskaitomas, kai didieji vežimėlio ratai nėra kirtę linijos. Ši taisyklė galioja ir atliekant baudos metimus – liniją galima kirsti tik priekiniais vežimėlio ratais.
- Jei žaidėjas ar kuri nors jo vežimėlio dalis paliečia aikštės ribos liniją, fiksuojamas užribis.

**Savarankiškai judantys žaidėjai.** Gali būti tiek vyrai, tiek moterys. Žaidimo metu savarankiškai judantys žaidėjai negali įbėgti į baltą aikštelės zoną. Norėdami perbėgti į kitą aikštės pusę, savarankiškai judantys žaidėjai turi apibėgti baltą aikštelės zoną pagal galinę aikštės liniją. *Galioja didžioji dalis oficialių FIBA patvirtintų krepšinio taisyklių.*

## **6 taisyklė. Taškai**

Taškai skaičiuojami taip pat, kaip žaidžiant įprastą krepšinį. Įmetus baudos metimą – 1 taškas, 2 taškai skiriami įmetus arčiau 3 taškų linijos ir 3 taškai pataikius metimą nuo 3 taškų linijos.

## **7 taisyklė. Pražangos**

Pražanga yra taisyklių pažeidimas, kai įvyksta neleistinas asmeninis kontaktas su varžovu ar / ir elgiamasi nesportiškai. Pražangų, skiriamų vienai arba kitai komandai, skaičius neribojamas. Kiekviena pražanga turi būti įrašyta į rungtynių protokolą pažeidėjui. Žaidėjas gali gauti 5 asmenines pražangas.



**Abipusė pražanga** skiriama tuo atveju, kai du priešingų komandų žaidėjai tuo pačiu metu prasižengia vienas kito atžvilgiu.

**Nesportinė pražanga** – tai žaidėjo kontaktinė pražanga, kuri, teisėjo nuomone, buvo padaryta, ketinant neteisėtai užvaldyti kamuolį, pasinaudojant taisyklių ir tikslo neatitinkančiais veiksmais.

**Diskvalifikacinė pražanga** skiriama už bet kokį ypač šiurkštų, nesportinį žaidėjo, atsarginio žaidėjo, trenerio, trenerio asistento ar komandos palydovo elgesį.

Žaidėjo **techninė pražanga** yra bekontaktė pražanga, kai pažeidžiamos elgesio normos:

- nepaisoma teisėjų įspėjimų;
- nepagarbiai liečiami teisėjai, rungtynių komisaras, sekretoriato teisėjai ar komandos palydovai;
- nepagarbiai kreipiamasi į teisėjus, rungtynių komisarą, sekretoriato teisėjus ar varžovus;
- žodžiais ar gestais provokuojami žiūrovai;
- imituojamas pasikėlimas iš neįgaliojo vežimėlio;
- varžovas erzinamas ar trukdoma jam matyti, mojuojant rankomis prieš pat jo akis;
- pavojingai mosuojama alkūnėmis;
- žaidimas vilkinamas tyčia liečiant kamuolį, praskrodusį krepšį, ar trukdant greitai įmesti kamuolį iš užribio;
- griūvama imituojant varžovo pražangą;

- kyboma užsikabinus už lanko, nulenkus jį savo svoriu, nebent, teisėjo nuomone, tai daroma dedant kamuolį į krepšį ir siekiant apsaugoti nuo sužeidimo save ar kitą žaidėją;
- kamuolys liečiamas (besiginančios komandos žaidėjo) paskutinio arba vienintelio baudos metimo metu, kol kamuolys nelietė lanko ar buvo aišku, kad jo nepalies. Tokiu atveju 1 taškas turi būti įskaitytas atakuojančiai komandai ir skiriama techninė pražanga pažeidėjui.

## **8 taisyklė. Rungtynių pradžia**

Kiekvienas kėlinys pradedamas ginčo kamuolio išmetimu baltoje zonoje, vidurio apskritime, kovojant žaidėjams neįgaliųjų vežimėliuose.

## **9 taisyklė. Žaidimo taisyklės**

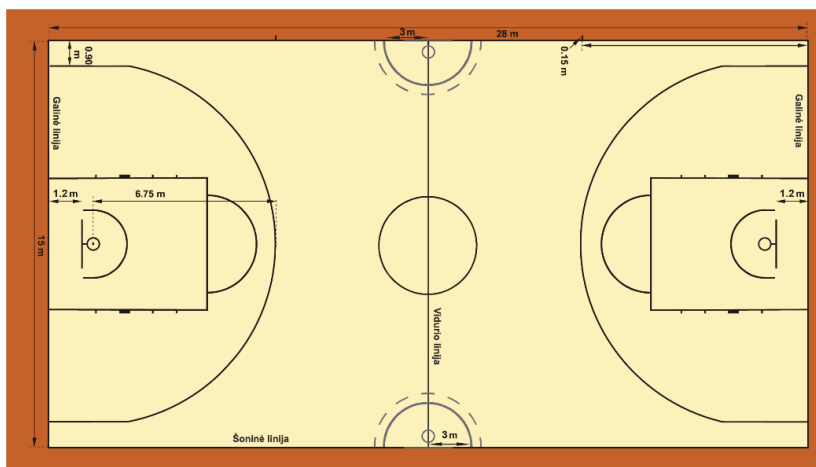
1. Sveiki ar judėjimo negalia turintys, bet galintys savarankiškai judėti žaidėjai kamuolį gali varytis ir atakuoti tik išorinėje zonoje standartinės krepšinio aikštelės ribose.
2. Kamuolį galima perduoti savo komandos žaidėjui toje pačioje zonoje arba į kitą zoną. Kitaip tariant, sveikas krepšininkas gali perduoti kamuolį ir kitam sveikajam, ir judėjimo negalia turinčiam žaidėjui bei atvirksčiai.
3. Žaidimo metu įžengus ar ratu kirtus pažymėtas spalvų zonas fiksuojamas taisyklių pažeidimas, tačiau jei dėl žaidėjo veiksmų kiti krepšininkai kerta zoną, bet tai neturi įtakos žaidimo eigai, pažeidimas nėra fiksuojamas.
4. Kamuolio negalima perduoti iš vieno krašto į kitą – permetant centrinę zoną. Norint perduoti kamuolį, iš pradžių perdavimas atliekamas krepšininkui, kuris žaidžia centrinėje zonoje.

5. Siekiant žaidėjus labiau įtraukti į žaidimą visi varžyboms registruoti krepšininkai privalo sužaisti mažiausiai 1 rungtynių kėlinį.
6. Savarankiškai judantys žaidėjai negali padėti judėti ar stabdyti žaidėjo neįgaliojo vežimėlyje ir atvirkščiai.
7. Jei žaidėjas neįgaliojo vežimėliu negali savarankiškai judėti, jis gali turėti pagalbininką, kuris žaidimo metu tik padeda stumti vežimėlį, tačiau daugiau jokių veiksmų neatlieka.
8. Atsižvelgiant į žaidėjų gebėjimus ir siekiant didesnės integracijos, taisyklės gali būti koreguojamos iš anksto abiem komandoms susitariant.
9. Susitarus dėl tam tikrų taisyklių, prieš varžybas tokius pakeitimus reikia pažymėti žaidimo protokole ir pasirašyti komandų treneriams bei teisėjams.

# BASKINO ŽAIDIMAS

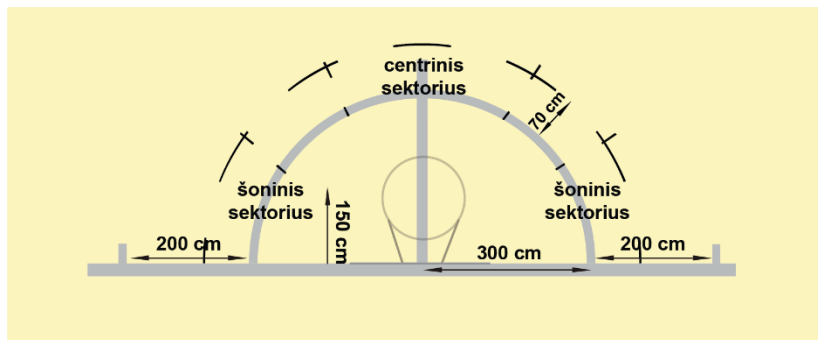
## 1 taisyklė. Aikštelė

Žaidžiama standartinių matmenų krepšinio aikštelėje su dviem tradiciniais krepšiais 3,05 m aukštyje ir dar 2 papildomais krepšiais, kurie yra pastatyti aikštelės vidurio linijos galuose 2,40 m aukštyje. Į juos meta žaidėjas, sėdintis neįgaliojo vežimėlyje arba turintis sunkią judėjimo negalią – negalintis bėgioti. Aplink šiuos krepšius nuo centrinės linijos 3 m spinduliu nubrėžiamas pusapskritimis (6 pav.), kuriame pažymėtos 5 metimo zonos.



6 pav. Baskino žaidimo aikštelė

Dar vienu 3,7 m spindulio pusapskritimiu žymima riba, kurioje užfiksuota pražanga puolančiai komandai suteikia galimybę mesti baudos metimą (7 pav.).



7 pav. Šoninio pusapskritimo parametrai

Esant galimybei, prie šoninių krepšių 1,10 m aukštyje pritvirtinami dar ir papildomi lankai, skirti sunkią negalią turintiems žaidėjams (8 pav.).



8 pav. Baskino šoninis krepšys

Žaidėjas pats nusprendžia, į kokiame aukštyje esantį krepšį mesti.



9 pav. Baskino aikštelė iš viršaus (nuotr. aut. A. Fioklinas)

## **2 taisyklė. Žaidimas į 2 krepšius vienu metu**

Viena komanda žaidžia į 2 krepšius – pagrindinį ir dešinėje žaidėjo puolimo krypties pusėje esantį šoninį krepšį. Žaidėjai turi priskirtus vaidmenis, kurie lemia jų veiksmus per rungtynes. Į pagrindinį krepšį mesti gali 3, 4 ir 5 vaidmenų žaidėjai (žr. 6 taisyklę). Į šoninį krepšį meta 3 vaidmens žaidėjai. 2 ar 1 vaidmens žaidėjai stovi prie priešininkų komandos šoninių krepšių, laukdami galimybės mesti. 4 ir 5 vaidmens žaidėjai, įsivarę kamuolį ir sustoję šoninio krepšio pusapskritimyje, suteikia galimybę mesti 1 ar 2 vaidmens žaidėjams.

## **3 taisyklė. Žaidimo laikas**

Žaidžiami 4 kėliniai po 6 minutes, po kiekvieno teisėjo švilpuko laikas yra stabdomas. Metant į šoninius krepšius žaidimo laikas turi būti sustabdytas, po įmestų taškų į pagrindinius krepšius laikas nėra stabdomas, išskyrus 4 kėlinio

paskutines 2 minutes. Jeigu pasibaigus 4 kėliniui rezultatas lygus, rungtynės turi būti pratęsimos dar 3 minutes tiek kartų, kol viena iš komandų persveria rezultata.

#### **4 taisyklė. Kamuolys**

Pagrindiniam žaidimui naudojamas mažesnis, 6 dydžio, krepšinio kamuolys. Kiti kamuoliai, kurie naudojami mesti į šoninius krepšius, pasirenkami individualiai 1 ir 2 vaidmens žaidėjų (jie gali būti 5, 3 ar 1 dydžio). Prieš rungtynes pasirinktus kamuolius turi patikrinti rungtynių teisėjas.

#### **5 taisyklė. Žaidėjų skaičius komandoje**

Komandoje gali būti ne daugiau kaip 14 žaidėjų. Aikštelėje rungtyniauja 6 žaidėjai. Atsižvelgiant į traumas ir pražangų limitą, kad būtų tęsiamos rungtynės, turi žaisti mažiausiai 4 vienos komandos nariai. Likus mažiau nei 4 žaidėjams komandoje pergalė skiriama varžovams.

Kiekvienas žaidėjas atitinka vaidmenis nuo 1 iki 5. Žaidėjai ant marškinėlių turi 2 numerius (10 pav.). Pirmasis skaitmuo ant marškinėlių rodo žaidėjo vaidmenį (5, 4, 3, 2, 1) – tai labai svarbu integruotame krepšinyje, o kitas yra tiesiog žaidėjo numeris. Žaidėjo vaidmenį rodantys numeriai yra sumuojami, vienu metu 6 žaidėjų aikštelėje vaidmenų suma negali būti didesnė nei 23. Ant marškinėlių esantys numeriai turi būti aiškiai matomi tiek priekyje, tiek nugaroje.



10 pav. Integruoto krepšinio marškinėlių pavyzdys

## 6 taisyklė. Žaidėjų vaidmenys

Žaidėjų vaidmenys paskirstomi atsižvelgiant į jų galimybes, tai yra kaip žaidėjai gali judėti, vaikščioti ar bėgioti, išlaikyti pusiausvyrą, valdyti rankas ir panašiai.

**5 vaidmens žaidėjo funkcijos.** Šis žaidėjas gali atlikti visus pagrindinius krepšinio technikos veiksmus. Jis yra tarsi aikštelėje žaidžiantis treneris. Per vieną kėlinį 5 vaidmens žaidėjas į pagrindinį krepšį gali mesti daugiausia 3 kartus. Jei atliekamas 4 taiklus metimas, žaidimas yra stabdomas, o taškai įskaitomi priešininkų komandai. *5 vaidmens žaidėjas negali mesti į papildomą (šoninį) krepšį, jis gali tik išiveržti į papildomo krepšio pusapskritimį, tokiu būdu suteikdamas galimybę mesti 1 ar 2 vaidmens žaidėjui.* Jis negali pažeisti žingsnių ir dvigubo varymo taisyklių. Dengti žaidėjas gali tik to paties vaidmens žaidėją, tačiau pats gali būti dengiamas visų kitų žemesnius vaidmenis turinčių žaidėjų.

**4 vaidmens žaidėjo funkcijos.** Žaidėjas, kuris yra sveikas arba naudoja rankos ar kojos protezus. 4 vaidmens žaidėjai gali mesti



į pagrindinį krepšį neribotą skaičių metimų. Šio vaidmens žaidėjas negali mesti į papildomą krepšį, jis gali tik įsiveržti į papildomo krepšio pusapskritimą, tokiu būdu suteikdamas galimybę mesti 2 ar 1 vaidmens žaidėjui. Per rungtynes 4 vaidmens žaidėjas gali gintis prieš to paties arba 5 vaidmens žaidėją. Jį / ją gali dengti 4 ar 3 vaidmens žaidėjai. 4 vaidmens žaidėjas negali pažeisti žingsnių ir dvigubo varymo taisyklių.

**3 vaidmens žaidėjo funkcijos.** Žaidėjas, turintis judėjimo negalios sutrikimą, bet galintis vaikščioti, gebantis varyti kamuolį ir atlikti perdavimą. 3 vaidmens žaidėjas gali mesti į pagrindinį ir papildomą krepšį. *Po taiklaus metimo į pagrindinį krepšį įskaitomi 3 arba 4 taškai (priklausomai dvitaškis ar tritaškis), įmetus į papildomą krepšį skiriami 2 taškai.* Šis žaidėjas gali pažeisti dvigubo varymo ir žingsnių taisyklę (traktuojama individualiai, bet bėgioti su kamuoliu negalima). Dengti jį gali tik 3 vaidmens žaidėjas. Jis pats gali dengti 3, 4 ir 5 vaidmens žaidėjus.

**2 vaidmens žaidėjo funkcijos.** Žaidėjas, sėdintis neįgaliojo vežimėlyje arba turintis sunkią judėjimo negalią – negalintis bėgti. Šio vaidmens žaidėjas aikštelėje nebėgioja, jis laukia prie papildomo priešininkų krepšio, kada komandos draugas (5 ar 4 vaidmens) įsiverš į pusapskritimą ir taip suteiks jam galimybę mesti į papildomą krepšį pasirenkant vieną metimo zoną iš 5 galimų. *Taikliai įmetus į papildomą krepšį skiriami 2 taškai.*

**1 vaidmens žaidėjo funkcijos.** Žaidėjas, sėdintis neįgaliojo vežimėlyje, galintis mesti tik iš labai arti į papildomą žemesnį krepšį. Šis žaidėjas gali mesti mažesnį ir lengvesnį kamuolį. *Taikliai įmetus į papildomą krepšį skiriami 2 taškai.*

Į papildomą krepšį gali būti metamas lengvesnis kamuolys. Kai 2 ar 1 vaidmens žaidėjas meta į krepšį, kiti žaidėjai turi stovėti atsitraukę, kad neblaškytų ar netrukdytų. Metimui skiriama 10 sekundžių. 2 ir 1 vaidmens žaidėjams atliekant metimą laikas yra sustabdomas.

### *Apibendrinimas*

<b>Vaidmuo</b>	<b>Veiksmai</b>
<b>1</b>	Gali mesti tik iš arti į žemesnį krepšį
<b>2</b>	Ribotas judėjimas, gali mesti lengvesnį, mažesnį kamuolį
<b>3</b>	Lėtas, tačiau gali vaikščioti, bėgti, geba varyti kamuolį
<b>4</b>	Gali varyti kamuolį, nėra labai greitas, tačiau atlieka visus krepšinininko veiksmus
<b>5</b>	Atlieka visus krepšinininko veiksmus: puola, ginasi, meta ir pan., yra greitas

### **7 taisyklė. Keitimai**

Keitimai nėra ribojami, svarbu neviršyti vaidmenis žyminčių skaičių sumos, kuri gali būti ne didesnė nei 23. Žaidėjai gali keistis bet koku žaidimo momentu, laikantis tradicinių krepšinio taisyklių. Vienintelė išimtis, kad keitimas galimas ir po taiklaus metimo į papildomą krepšį. Jei po keitimo nėra žaidėjų, galinčių ginti tokio pat vaidmens žaidėją, taisyklės vis tiek nesikeičia – galima ginti tik to paties arba aukštesnio vaidmens žaidėją, bet ne atvirkščiai.

### **8 taisyklė. Žaidimo taisyklės**

Žaidimas pradamas ginču dėl kamuolio tarp 5 vaidmens žaidėjų centriniame aikštės apskritime. Šoninis krepšys, kurį reikia atakuoti, yra kovojančio dėl ginčo dešinėje.

1 ar 2 vaidmens žaidėjui metus į krepšį ir jei metimas netaiklus, kiti žaidėjai gali pagauti atšokusį kamuolį nekirsdami pusapskritimo linijos. Palietus atšokusį kamuolį žaidimo laikas skaičiuojamas toliau. Jei 1 ar 2 vaidmens žaidėjui metant į krepšį kas nors iš priešininkų komandos anksčiau peržengia pusapskritimo liniją, metimas yra kartojamas ir jam atlikti skiriamos 5 sekundės. Tos pačios komandos žaidėjui anksčiau peržengus pusapskritimo liniją metimas neįskaitomas ir kamuolys atitenka priešininkų komandai.

Jei po netaiklaus 1 ar 2 vaidmens žaidėjo metimo kamuolį pagauna savos komandos žaidėjas, jis negali iškart mesti į krepšį. Tokiu atveju kamuolys turi būti perduotas dar vienam komandos žaidėjui.

Žaidėjai gali dengti tik to paties arba aukštesnio vaidmens žaidėjus, pvz., 3 gali gintis prieš 4 ir 5 vaidmens žaidėjus. Aukštesnio vaidmens žaidėjai negali perimti kamuolio iš žemesnio vaidmens žaidėjų. Kovoiant dėl atšokusio nuo krepšio kamuolio ši taisyklė negalioja.

Varžybų metu aikštelėje turi žaisti mažiausiai vienas 3 vaidmens ir du 5 vaidmens žaidėjai. Taip pat turi rungtyniauti mažiausiai viena 4 ar 5 vaidmens žaidėja moteris. Jei aikštelėje yra trys 5 vaidmens žaidėjai, viena iš jų turi būti moteris. Žaidėjas vyras negali trukdyti atlikti metimą ar gintis prieš 4 vaidmens žaidėją moterį. Jei ši taisyklė pažeidžiama, priešininkų komanda meta baudos metimus. 5 vaidmens žaidėją moterį gali dengti 5 vaidmens žaidėjas vyras. Jei komandoje nėra 3, 4 ar 5 vaidmens žaidėjų moterų, tokia komanda turi rungtyniauti su mažiau žaidėjų. Jei aikštelėje žaisti lieka 3 komandos žaidėjai, rungtynės nutraukiamos ir pergale įskaitoma priešininkų komandai.

Jei komandos žaidėjų vaidmenų skaičiaus suma aikštelėje viršija 23, varžovų komanda atlieka 2 baudos metimus.

Žaidėjai be kamuolio bėgdami gali kirsti pusapskritimio ribas. Jei fiksuojama pražanga žaidėjams rungiantis pusapskritimio zonoje, teisėjas turi skirti baudos metimus.

Kiekvienai komandos atakai skiriama 30 sekundžių.

Kiekvienas žaidėjas žaidimo metu gali prasižengti 5 kartus. Už kiekvieną 5 vaidmens žaidėjo pražangą, kuri fiksuojama likus 2 ketvirto kėlinio minutėms, yra skiriami 2 baudos metimai, nesvarbu, ar žaidėjas prasižengė metimo metu, ar ne. Aukštesnio vaidmens žaidėjas negali ginti žemesnio vaidmens žaidėjo būdamas arčiau kaip 1 metro atstumu.

To paties vaidmens žaidėjai gali padėti vienas kitam gintis. Jei aukštesnio vaidmens žaidėjas gina žemesnio vaidmens žaidėją, jam skiriama pražanga, kuri protokole pažymima raide L ir yra įskaičiuojama į bendrą žaidėjo pražangų skaičių, o už ją skiriami baudos metimai varžovų komandai. Jei ši taisyklė pažeidžiama prieš 3 vaidmens žaidėją, jis gali pasirinkti, kur atliks baudos metimus – ar į pagrindinį, ar į šoninį krepšį. Jei pražanga fiksuojama kovojant dėl kamuolio po netaiklaus metimo, ši taisyklė netaikoma.

Galimos įvairios žaidimo taisyklių korekcijos. Jei komandos dėl tam tikrų taisyklių išimčių susitaria prieš rungtynes, teisėjai turi sutikti. Kiekvienas susitarimas dėl taisyklių pakeitimų turi būti užfiksuotas protokole ir pasirašytas abiejų komandų trenerių bei teisėjų. Jau prasidėjus rungtynėms keisti susitarimų ar taisyklių negalima.

## **Baskino žaidėjų funkcinis įvertinimas**

Siekiant teisingesnio baskino žaidėjų vaidmenų paskirstymo yra sukurtas žaidėjų vertinimo testas. Norima kiek įmanoma objektyviau įvertinti ir paskirstyti žaidėjų vaidmenis. Kiekvienas žaidėjas pasižymi individualiais gebėjimais, todėl pasikliauti vien testo rezultatais nereikėtų, nes jie gali būti tik rekomendacinio pobūdžio.

Stebint žaidėjų gebėjimus per rungtynes užpildomas vertinimo protokolas ir priskiriami 3, 4 ir 5 vaidmenys. Stebėti vieną žaidimą nepakanka, reikėtų žaidėjus stebėti keletą kartų ir tik tada pateikti apibendrintą vertinimą. 1 ir 2 vaidmens žaidėjai nėra vertinami, jiems vaidmenys priskiriami pagal gebėjimus atlikti metimus – iš labai arti, iš toliau.

Šis testas padeda įvertinti žaidėjo gebėjimus iš 5 skirtingų perspektyvų: gynybos veiksmai, metimas, galimybė žaisti į 2 krepšius, įtraukti kitus žaidėjus į žaidimą, judėjimas be kamuolio.

Žaidėjų vertinimas pagrįstas taškų sistema (1 lentelė):

- 3 vaidmuo – nuo 5 iki 10 taškų;
- 4 vaidmuo – nuo 11 iki 20 taškų;
- 5 vaidmuo – nuo 21 iki 25 taškų.

### **A. Gynybos veiksmų vertinimas:**

- 1 – žaidėjas sunkiai geba gintis, pamiršta gynybos veiksmus;
- 2 – sugeba gintis, tačiau yra išsiblaškęs, pamiršta gintis, kai priešininkas neturi kamuolio;

- 3 – žaidėjas geba gintis, kai priešininkas turi kamuolį ir kai varžovas žaidžia be kamuolio, kartais bando kliudyti ir perimti kamuolį;
- 4 – sugeba gintis ir neleisti varžovui įgyti pranašumo, taip pat geba kliudyti ir perimti kamuolį;
- 5 – gerai ginasi, geba numatyti varžovo sprendimus, atlieka visus gynybos veiksmus.

#### **B. Metimo vertinimas:**

- 1 – atlieka metimus negalvodamas, neįvertindamas metimo stiprumo ir laiko;
- 2 – sunkiai vertina metimo atlikimo laiką ir metimo stiprumą;
- 3 – žaidėjas retai meta kamuolį negalvodamas, paprastai gali įvertinti, kada ir kaip atlikti metimą;
- 4 – žaidėjas atlieka metimus tinkamai įvertindamas žaidimo situacijas, dažnai ieško, kam perduoti kamuolį, laiku priima sprendimus;
- 5 – žaidėjas kruopščiai renkasi metimo atlikimo laiką, susikurdamas palankias situacijas žaidimo metu.

#### **C. Gebėjimas naudotis abiem krepšiais:**

- 1 – žaidėjas dažniausiai žaidžia tik į vieną krepšį, keičia kryptį tik kitų žaidėjų ar trenerių paskatintas;
- 2 – žaidėjas paprastai žaidžia tik į vieną krepšį, tačiau jei kyla sunkumų, tik kitų žaidėjų ar trenerių paskatintas gali pats pakeisti kryptį;
- 3 – žaidėjas geba laiku priimti sprendimus, kai susiduria su priešininkų gynyba;
- 4 – žaidėjas įvertina, kokie sprendimai reikalingi, ir atsižvelgdamas į žaidimo situacijas jų imasi;

5 – žaidėjas sukuria situacijas, kad žaidimas vyktų tiek į pagrindinį, tiek į šoninį krepšį.

#### **D. Kitų žaidėjų įtraukimas į žaidimą:**

1 – žaidėjas dažniausiai žaidžia individualiai, kitų paskatintas kartais perduoda kamuolį savo komandos nariams;

2 – žaidėjas dažniausiai žaidžia individualiai, kitų paskatintas geba keletą kartų perduoti kamuolį savo komandos nariams;

3 – dažniausiai žaidėjas žaidžia individualiai, tačiau gali perduoti kamuolį kitiems komandos nariams, kai to reikalauja žaidimo situacija;

4 – žaidėjas dažnai perduoda kamuolį savo komandos nariams, tačiau kartais ir pats organizuoja žaidimo situacijas;

5 – žaidėjas nuolat ieško palankių situacijų, kad galėtų perduoti kamuolį savo komandos draugams, įtraukia kitus žaidėjus į puolimą.

#### **E. Judėjimas be kamuolio:**

1 – paprastai žaidėjas bėga ten, kur liepia kiti komandos nariai ar treneris; jei žaidėjas turi pats nuspręsti, jis niekada neužsiima palankios pozicijos;

2 – žaidėjas dažnai bėga ten, kur liepiama; jeigu jis pats turi nuspręsti, pasirinkta pozicija retai būna palanki;

3 – žaidėjas dažnai bėga ten, kur liepiama, tačiau kartais ir pats siekia užsiimti patogią žaidimo poziciją;

4 – žaidėjas beveik visada gali rasti patogią žaidimo poziciją, kartais numato kitų žaidėjų veiksmus;

5 – žaidėjas visada ieško geros žaidimo pozicijos, geba pasirinkti tą aikštelės vietą, kur galėtų būti naudingas savo komandai.

1 lentelė. Žaidėjų vertinimo protokolo pavyzdys

<b>Gebėjimai</b>	<b>Taškai</b>				
Gynybos veiksmų vertinimas	1	2	3	4	5
Metimų vertinimas	1	2	3	4	5
Gebėjimas naudotis abiem krepšiais	1	2	3	4	5
Kitų žaidėjų įtraukimas į žaidimą	1	2	3	4	5
Judėjimas be kamuolio	1	2	3	4	5
<b>Iš viso taškų</b>					

Neužtenka žaidėjų įvertinti tik kartą, nes yra pastebėta, kad žaidėjų vaidmenys gali keistis. Žaidėjas, kuriam pradžioje priskiriamas 3 vaidmuo, dažnai rungtyniaudamas patobulėja ir po kurio laiko gali atlikti 4 vaidmens žaidėjo veiksmus.



# INTEGRUOTAS FUTBOLAS

Šis futbolas integruotu vadinamas todėl, kad jį žaidžia komandos, sudarytos iš sveikų ir neįgalių žmonių. Žaidimas buvo sukurtas siekiant užtikrinti galimybę visiems kartu rungtyniauti vienoje komandoje. O taisyklės tokios, kad visi žaidėjai įtraukiami į dinamišką žaidimą. Taigi integruotas futbolas sudaro sąlygas kartu aktyviai rungtyniauti tiek moterims, tiek vyrams, turintiems įvairių gabumų ar negalią (fizinių ar psichikos sutrikimų).

Integruoto futbolo taisyklės grindžiamos 4 pagrindiniais aspektais:

1. **Vaidmenys.** Kiekvienas žaidėjas gauna vaidmenį pagal savo gebėjimus, judėjimo įgūdžius. Vaidmenys suskirstyti nuo 1 iki 5 ir kiekvienas žaidėjas turi savo funkcijas.
2. **Aikštelė.** Žaidžiama aikštelėje su 4 vartais – 2 pagrindiniai ir 2 šoniniai.
3. **Kamuolys.** Kamuolys gali būti įvairaus dydžio, taip pat galima kamuolį keisti lengvesniu, mažesniu ir panašiai.
4. **Paskirtos užduotys.** Sveiki komandos žaidėjai gali padėti kitiems žaidėjams atlikti veiksmus.

## Integruoto futbolo taisyklės

### 1 taisyklė. Aikštelė

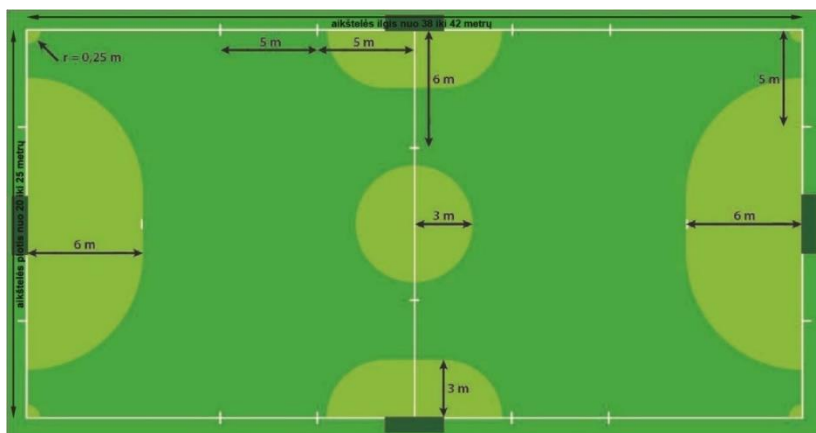
Žaidimas turėtų vykti aikštelėje lygiu paviršiumi, kurioje negali grėsti jokių pavojų. Asfalto ar betono danga yra griežtai draudžiama. Aikštelės matmenys:

- 38–42 metrų ilgio;
- 20–25 metrų pločio.

Aikštelės gali būti skirtingos, tačiau ne didesnės kaip 20 proc. nurodytų matmenų.

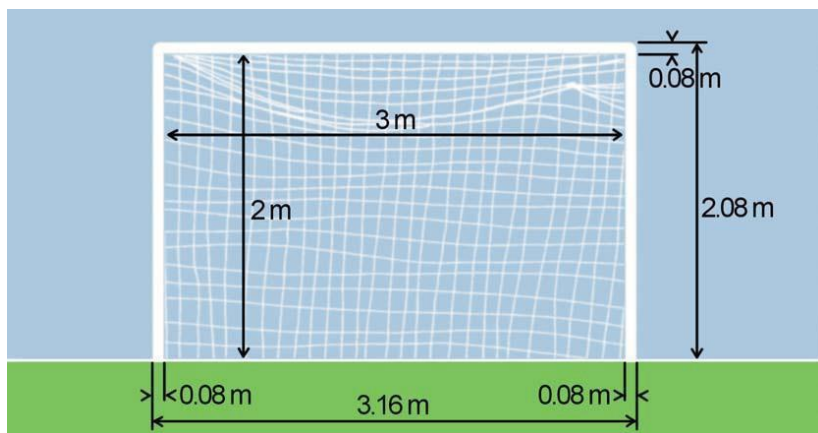
Dvi ilgesnės yra vadinamos krašto linijomis. Dvi trumpesnės – galinės linijomis. Būtina sąlyga: krašto linijos visada ilgesnės nei galinės linijos.

Linijos turi būti gerai matomos, apie 8 cm pločio. Pagrindinių vartų baudos aikštelė yra 6 metrų ilgio, o šoninių vartų – 3 metrų (11 pav.).



11 pav. Integruoto futbolo aikštė

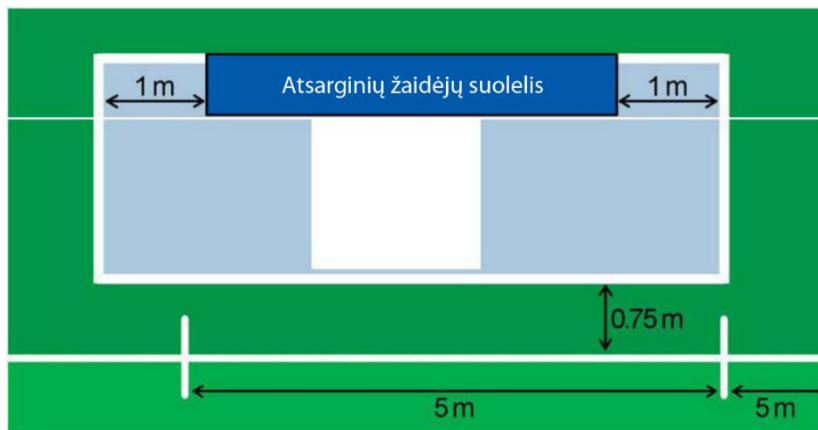
**Vartai.** Šoniniai vartai gali būti pagaminti iš metalo, medžio ar kitokios medžiagos. Jie gali būti kvadrato, stačiakampio, elipsės formos, svarbu užtikrinti žaidėjų saugumą. Šoninių vartų atstumas tarp stulpų 3 m, aukštis – 2 m, prie vartų turi būti pritvirtintas tinklas. Vartai turi būti kitokios spalvos nei aikštė. Gali būti nešiojami vartai, tačiau žaidimo metu labai svarbu užtikrinti jų stabilumą ir saugumą (12 pav.).



12 pav. Vartų matmenys

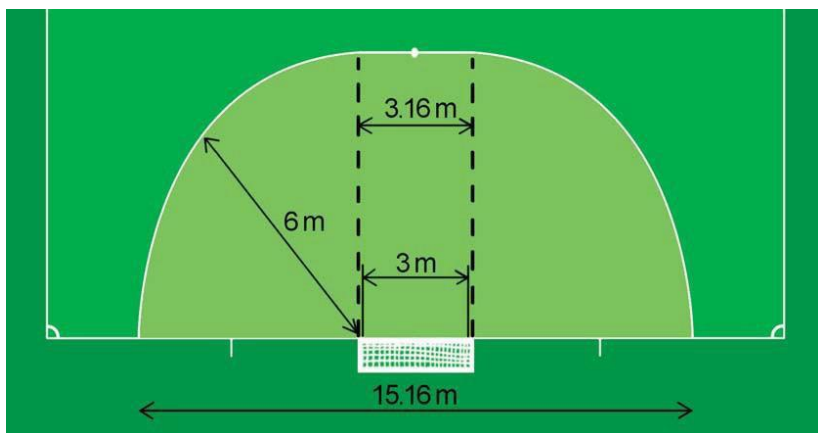
Prie šoninių vartų 3 m spinduliu turi būti nubrėžtas pusapskritimis. Vartininkas šioje zonoje kamuolį gali liesti rankomis. Jei šoninių vartų vartininkas neleistinai nustumia atakuojantį žaidėją, skiriamas baudinys priešininkų naudai, kurį atlieka 2 vaidmens žaidėjas.

**Keitimo zonos.** Keitimo zonos yra priešais komandos atsarginių žaidėjų suolus, tai yra 5 metrų ilgio zona. Keitimo zona turi būti pažymėta linijomis – 40 cm už aikštės ribų statmenai šoninei linijai ir 40 cm aikštės ribose (13 pav.).



13 pav. Keitimo zona

**Baudos smūgio aikštelė.** Baudos smūgis atliekamas nuo 6 metrų žymos, kuri pažymima 20–30 cm linija prieš kiekvienus šoninius vartus (14 pav.). 2 vaidmens žaidėjui atliekant baudos smūgį joks kitas žaidėjas negali jam trukdyti ir būti baudos smūgio zonoje.



14 pav. Baudos smūgio aikštelė

## **2 taisyklė. Žaidimas į 2 vartus vienu metu**

Viena komanda žaidžia į 2 vartus – pagrindinius ir šoninius, esančius dešinėje puolančios komandos pusėje. Žaidėjai turi priskirtus vaidmenis, kurie ir lemia jų veiksmus aikštelėje. Pagrindinius vartus gali pulti 3, 4 ir 5 vaidmens žaidėjai (žr. 6 taisyklė). Šoninius vartus puola tik 3 vaidmens žaidėjai. 2 vaidmens žaidėjai stovi prie šoninių priešininkų komandos vartų, laukdami galimybės atlikti baudos smūgius. 4 ir 5 vaidmens žaidėjai, įsivarę kamuolį ir sustoję šoninių vartų pusapskritimyje, suteikia galimybę baudos smūgį atlikti 2 vaidmens žaidėjui.

## **3 taisyklė. Kamuolys**

Kamuolys turi būti:

- apvalus, pagamintas iš odos ar kitos patvirtintos medžiagos;
- 4 dydžio;
- kamuolio apimtis negali būti didesnė nei 64 cm ir mažesnė nei 62 cm;
- didžiausias leidžiamas svoris yra 440 g, mažiausias – 400 g;
- metamas iš 2 m aukščio kamuolys negali atsokti mažiau nei 50 cm ir ne daugiau kaip 65 cm nuo žemės.

Tinkamo kamuolio parinkimas yra teisėjų atsakomybė ir jie privalo jį patikrinti prieš kiekvienas varžybas. Kitoks kamuolys gali būti naudojamas tik tokiu atveju, jeigu 2 vaidmens žaidėjas turi mušti baudinį ir įprastas kamuolys yra jam per didelis ar per sunkus. Taip pat, jeigu baudinį meta žaidėjas iš vežimėlio.

Pagrindinis kamuolys per rungtynes negali būti pakeičiamas nepatvirtinus teisėjui. Kamuolys gali būti

keičiamas tik tuo atveju, jei naudotas susprogo ar dėl kokių nors kitų priežasčių nebegalima juo žaisti.

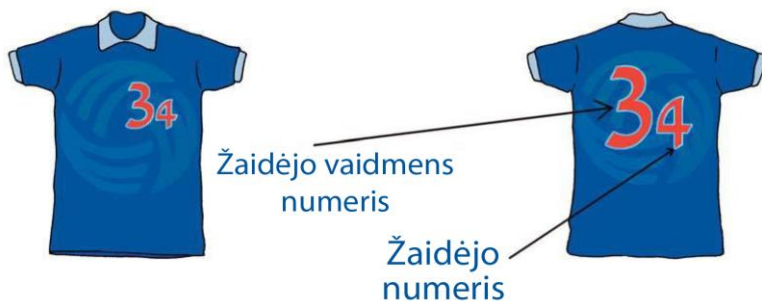
#### **4 taisyklė. Žaidėjų skaičius komandoje**

Varžybose žaidžia dvi komandos, kiekvienoje – po 8 žaidėjus aikštelėje. Komandoje turi būti abiejų lyčių, neįgalių ir sveikų žaidėjų. Po 2 žaidėjus užima vartininkų vietas ir vienas 2 vaidmens (baudinių mušėjas) žaidėjas.

Varžybos negali prasidėti, jeigu vieną iš komandų sudaro mažiau nei 6 žaidėjai, jeigu komanda neturi dviejų 3 vaidmens žaidėjų, 5 vaidmens žaidėjo, taip pat, jeigu į komandos sudėtį nėra įtraukta 4 arba 5 vaidmens žaidėja moteris. Neįvykdžius šių reikalavimų, kitai komandai yra skiriama techninė pergalė. Jei varžybų metu lieka mažiau nei 6 žaidėjai, rungtynės yra nutraukiamos.

#### **5 taisyklė. Žaidėjų vaidmenys**

Žaidėjų vaidmenys yra skirstomi pagal atliktą fizinių, psichinių gebėjimų testą (žr. Integruoto futbolo žaidėjų funkcinis įvertinimas). Žaidėjų vaidmenys paskirstomi atsižvelgiant į jų sugebėjimus atlikti tikslinius veiksmus, tai yra pusiausvyrą, ėjimą, bėgimą, kojų darbą. Iš viso yra 5 vaidmenys, o komandoje didžiausia galima šių vaidmenų suma yra 20 (išskyrus 2 vartininkus ir 2 vaidmens žaidėją). Žaidėjų vaidmenų ir asmeniniai numeriai turi būti aiškiai matomi ant marškinėlių tiek priekyje, tiek nugaroje (15 pav.).



15 pav. Integruoto futbolo marškinėlių pavyzdys

## 6 taisyklė. Integruoto futbolo žaidėjų vaidmenų funkcijos

**5 vaidmens žaidėjo funkcijos.** Žaidėjas, turintis negalią arba sveikas. Šis žaidėjas gali atlikti visus pagrindinius futbolo veiksmus. 5 vaidmens žaidėjas gali smūgiuoti tik į pagrindinius vartus ir tą daryti daugiausia 3 kartus per kėlinį. 5 vaidmens žaidėjas gali gintis tik prieš to paties vaidmens žaidėją, tačiau pats gali būti dengiamas visų žaidėjų. Jeigu 5 vaidmens žaidėjas smūgiuoja į vartus daugiau nei 3 kartus per kėlinį, teisėjas sustabdo žaidimą. Tokiu atveju kamuolys atiduodamas varžovų komandai ir 4 ar 3 vaidmens žaidėjas atlieka laisvą smūgį.

*Apribojimai.* Jeigu 5 vaidmens žaidėjas atlieka neleistiną veiksmą arba tiesiog dengia žemesnio vaidmens žaidėją, tada teisėjas stabdo žaidimą ir skiria baudinį į jo komandos vartus. Baudinį atlieka tas žaidėjas, prieš kurį buvo atliktas neleistinas veiksmas. Jeigu tai 3 vaidmens žaidėjas, jis gali pasirinkti smūgiuoti į pagrindinius ar šoninius vartus.

**4 vaidmens žaidėjo funkcijos.** Šio vaidmens žaidėjai vidutiniu greičiu gali atlikti visus pagrindinius futbolui žaisti reikalingus

veiksmus. Žaidėjas, kurio marškinėliai pažymėti 4 vaidmens žaidėjo numeriu, gali smūgiuoti į pagrindinius vartus kiek tik nori, spyrių limitas nėra nustatytas. 4 vaidmens žaidėjas gali gintis prieš to paties arba 5 vaidmens žaidėją. Jį arba ją gali dengti 4 ir 3 vaidmens žaidėjai. Perduodamą kamuolį gali perimti kiekvienas žaidėjas.

Jeigu 4 vaidmens žaidėjas dengia 3 vaidmens varžovą, teisėjas stabdo žaidimą ir skiria baudinį, jį smūgiuoja žaidėjas, prieš kurį buvo atliktas neleistinas veiksmas.

*Apribojimai.* Jeigu 4 vaidmens žaidėjas atlieka neleistiną veiksmą arba tiesiog dengia 3 vaidmens žaidėją, tada teisėjas stabdo žaidimą ir skiria baudinį į 4 vaidmens žaidėjo komandos vartus. 3 vaidmens žaidėjas gali pasirinkti smūgiuoti į pagrindinius ar šoninius vartus.

**3 vaidmens žaidėjo funkcijos.** Kiekvienas 3 vaidmens žaidėjas privalo sužaisti vieną kėlinį kaip šoninių vartų vartininkas ir vieną kėlinį kaip žaidėjas.

3 vaidmens žaidėjas kaip vartininkas baudos aikštelėje gali kamuolį imti rankomis, tačiau jis negali trukdyti žaidėjui, kuris baudos aikštelėje bando uždirbti baudinį 2 vaidmens komandos nariui. Jeigu yra sunkumų nusivaryti kamuolį iki varžovų pagrindinių vartų, galima integruoti 2 vaidmens žaidėją uždirbant jam baudinį sustabdžius kamuolį šoninių vartų baudos aikštelėje. Kai mušamas baudinys, vartininkas privalo stovėti ant vartų linijos ir negali būti pakeistas, kol žaidimas nėra sustabdytas.

3 vaidmens žaidėjas, dalyvaujantis žaidime ne kaip vartininkas, gali daryti viską, išskyrus mušti įvartį į šoninius vartus iš arčiau nei baudos aikštelės linija. Jeigu 3 vaidmens žaidėjas įmuša įvartį į pagrindinius vartus, jis komandai uždirba



2 taškus. Šis žaidėjas gali dengti visus žaidėjus, o jį gali dengti tik to paties vaidmens žaidėjas.

**2 vaidmens žaidėjo funkcijos.** 2 vaidmens žaidėjas gali į šoninius vartus tik smūgiuoti baudinius, kuriuos uždirba komandos draugai. Į baudinio atlikimo vietą jis gali būti atlydimas komandos draugų ar trenerio. Jeigu žaidėjas sėdi vežimėlyje, jis gali mesti kamuolį rankomis. 2 vaidmens žaidėjas stovi arba sėdi vežimėlyje netoli šoninių vartų.

Baudinio atstumas iki šoninių vartų yra 6 metrai, tačiau atsižvelgiant į žaidėjo galimybes, atstumas gali būti keičiamas į trumpesnį. Taip pat kamuolys gali būti keičiamas į lengvesnį ar mažesnį pagal 2 vaidmens žaidėjo galimybes. Kai atliekamas baudinys, kiti žaidėjai turi stovėti atsitraukę per 5 metrus, kad neblaškytų ir netrukdytų.

Jeigu šoninių vartų vartininkas atremia smūgį ir kamuolys nuo jo lieka žaidime, 2 vaidmens žaidėjas gali pakartoti smūgį, bet jei kamuolys atšoka puolančiajam asmeniui, žaidimas turi būti sustabdytas, kad baudinį atlikęs žaidėjas galėtų palikti aikštelę.

Teisėjai, atsižvelgdami į 2 vaidmens žaidėjo gebėjimus, gali nuspręsti, iš kokio atstumo šis atliks baudinį. 2 vaidmens žaidėjui gali būti sudaryta galimybė smūgiuoti ar mesti mažesnį, minkštesnį kamuolį. 2 vaidmens žaidėjo smūgis ar metimas laikomas atliktas, kai jis yra sustabdomas vartininko arba kito žaidėjo. Atlikus smūgį ar metimą žaidimas stabdomas, iki 2 vaidmens žaidėjas palieka aikštę. Po netaiklaus 2 vaidmens žaidėjo smūgio žaidimas pradedamas nuo šoninių vartų. Pelnius įvartį žaidimas tęsiamas iš aikštės vidurio.

*Metodinė rekomendacija.* Jei 2 vaidmens žaidėjas yra aklas, jam smūgiavimo kryptį gali nurodyti treneris, kuris

stovėdamas už šoninių vartų ploja tam, kad žaidėjas žinotų, į kurią pusę spirti ar mesti kamuolį.

**1 vaidmens žaidėjo funkcijos.** Tai yra pagrindinių vartų vartininkas. Jis gali vilkėti marškinėlius, kurie pažymėti 1 arba 12 numeriu. 1 vaidmens žaidėjas negali palikti savo baudos aikštelės. Jeigu taip atsitinka, kamuolys atiduodamas kitai komandai ir yra skiriamas laisvas smūgis nuo tos vietos, kur vartininkas peržengė liniją. Vartininkas negali atlikti gynybos veiksmų prieš 3 vaidmens žaidėją.

## **7 taisyklė. Aikštės žaidėjų sudėtis**

Rungtyniaujant kiekvienoje komandoje turi būti pagrindinių vartų vartininkas (1 vaidmuo), šoninių vartų vartininkas (3 vaidmuo), 2 vaidmens žaidėjas prie šoninių vartų, 5 vaidmens žaidėjas, du 3 vaidmens žaidėjai. Kiti žaidėjai gali būti parenkami trenerio nuožiūra. Būtina, kad tarp 4 ar 5 vaidmens žaidėjų būtų abiejų lyčių atstovų.

## **8 taisyklė. Keitimai**

Komanda gali turėti 7 atsarginius žaidėjus. Keitimai nėra ribojami ir jie gali būti daromi bet kuriuo momentu, nesvarbu, kamuolys žaidime ar ne. Keičiant žaidėjus, privaloma informuoti teisėją, pildantį protokolą ir prižiūrintį laiką. Keičiantis svarbu laikytis tvarkos:

- keičiamas žaidėjas išeina iš aikštės per savo komandos keitimo zoną;
- keičiantis žaidėjas įeina į aikštę, tik kai keičiamas žaidėjas palieka aikštės zoną;

- pakeistas žaidėjas negali grįžti į žaidimą, kol nėra sužaistas laiko tarpas.

Jei žaidimas pratęsimas, kad būtų atliktas baudos smūgis, tuo metu gali būti pakeistas tik besiginančios komandos vartininkas. Jei po atliktų pakeitimų komandose nėra atitinkamų vaidmenų žaidėjų, tuomet galioja taisyklė, kad galima dengti aukštesnio vaidmens žaidėjus, bet ne atvirkščiai.

1 vaidmens žaidėjo (vartininko) keitimai vykdomi įspėjus žaidėjus ir sulaukus, kol bus sustabdytas laikas. Kiekvienas aikštelėje esantis 4 arba 5 vaidmens žaidėjas gali apsikeisti vietomis su vartininku.

Jeigu žaidėjas įžengė į aikštelę dar kitam žaidėjui neišėjus iš jos, teisėjas sustabdo žaidimą (tačiau tai gali padaryti ir ne iš karto) ir įspėja žaidėjus. Tokiu atveju kamuolys atiduodamas priešininkų komandai laisvu smūgiu nuo tos vietos, kur žaidimas buvo sustabdytas.

Komandos aikštėje gali žaisti turėdamos skirtingą skaičių žaidėjų, tačiau galioja tokios taisyklės:

- Jei aikštėje žaidžia komandos 8 prieš 7 ir komanda, kurioje yra daugiau žaidėjų, įmušą įvartį, priešininkai savo komandą gali padidinti aštuntu žaidėju.
- Jei komandos žaidžia su 6 ir 7 žaidėjais ir įmušamas įvartis, komandose žaidėjų skaičius nesikeičia.
- Jei žaidžia 8 žaidėjai prieš 6 ir komanda, kurioje yra daugiau žaidėjų, įmuša įvartį, tuomet varžovai savo gretas gali papildyti tik vienu žaidėju.
- Jei komanda, turinti mažiau žaidėjų, įmuša įvartį, tuomet žaidimas tęsimas nekeičiant žaidėjų skaičiaus.

## 9 taisyklė. Žaidėjų apranga

Žaidėjams draudžiama vilkėti ką nors pavojingo kitiems žaidėjams ar jiems patiems. Kalbant apie avalynę, batai gali būti ir su guminėmis smeigėmis, jei žaidžiama ant žolės. Žaidžiant salėje gali būti dėvimi įvairūs sportiniai bateliai guminiu padu. Žaidžiant ant dirbtinės dangos rekomenduojami tam pritaikyti sportiniai bateliai. Nėra būtina, bet labai rekomenduotina apsirūpinti blauzdų apsaugomis. Jos turėtų būti patvirtintos medžiagos ir uždengtos kojineis.

Žaidėjų marškinėliai privalo būti sužymėti, o varžovų komandų apranga turi būti skirtingos spalvos. Kiekvienas komandos žaidėjas privalo turėti individualų numerį. Vartininkas privalo vilkėti kitokios spalvos marškinėlius nei komandos nariai, varžovų vartininkas ir teisėjai. Taip pat vartininkams leidžiama mėvėti ilgas kelnes.

Visi papuošalai ar aksesuarai griežtai draudžiami. Naudoti raištį papuošalui uždengti irgi draudžiama. Teisėjai taip pat turi būti be papuošalų, išskyrus teisėją, kuris atsakingas už laiką, jis gali segėti laikrodį ar turėti kitą panašų daiktą, kuriuo galėtų skaičiuoti laiką.

Teisėjas, pamatęs, kad rungtynių metu žaidėjas turi papuošalą, paprašo jį palikti aikštelę ir nusiimti aksesuarus. Tam žaidimas nėra stabdomas ir žaidėjas, nusiėmęs papuošalus, į aikštelę gali grįžti tik su teisėjo leidimu nevykstant žaidimui, bet kurioje aikštės vietoje. Jeigu žaidėjas įžengia į aikštelę neįspėjęs teisėjo, jam yra parodoma geltona kortelė.

## 10 taisyklė. Teisėjavimas

Kiekvienoms varžyboms teisėjauja po 2 aikštės teisėjus ir 1 laiko teisėjas. Išsiskyrus teisėjų nuomonei, galutinį sprendimą priima pirmasis, tai yra pagrindinis varžybų teisėjas. Varžybų teisėjo funkcijos:

- vadovautis integruoto futbolo žaidimo taisyklėmis;
- kontroliuoti varžybų eigą ir bendrauti su varžybų laiko teisėju (jei toks yra);
- įsitikinti, kad varžybose naudojamas tinkamas kamuolys;
- įsitikinti, kad žaidėjų apranga yra tinkama varžyboms;
- patvirtinti prieš varžybas susitarimus tarp rungtyniaujančių komandų;
- fiksuoti aikštėje vykstančius įvykius;
- gali stabdyti arba nutraukti varžybas esant taisyklių pažeidimams;
- sustabdyti rungtynes, kai žaidėjas patiria traumą;
- susižeidusiam žaidėjui leisti grįžti rungtyniauti įsitikinus, kad jis nebekraujuoja;
- imtis drausminių priemonių, jei žaidėjai ar treneriai pažeidžia taisykles;
- pateikti ataskaitas, jei varžybose buvo incidentų.

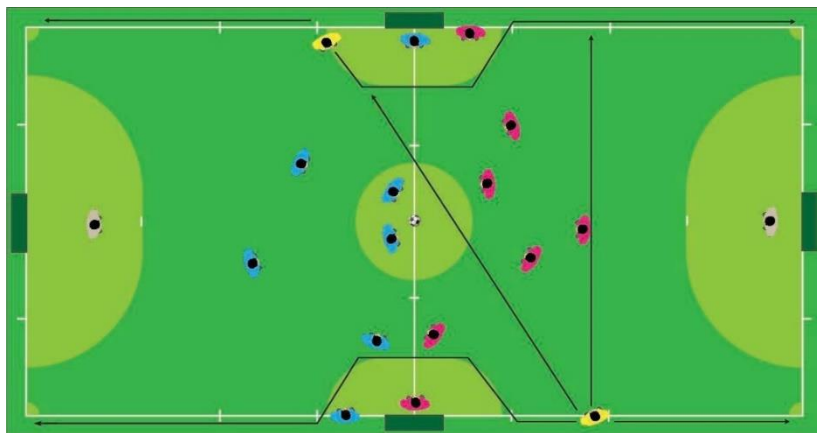
*Teisėjų sprendimai.* Teisėjų sprendimai, susiję su žaidimo taisyklėmis, paskirtais baudiniais, įskaitytais įvarčiais, yra galutiniai ir neskundžiami. Teisėjai gali pakeisti savo sprendimus, supratę, kad jie buvo netinkami, o žaidimas nebuvo atnaujintas.

Teisėjai neatsako už žaidėjų, trenerių ir komandos personalo ir žiūrovų padarytą turtinę žalą ar už veiksmus už aikštės ribų.

Teisėjas gali:

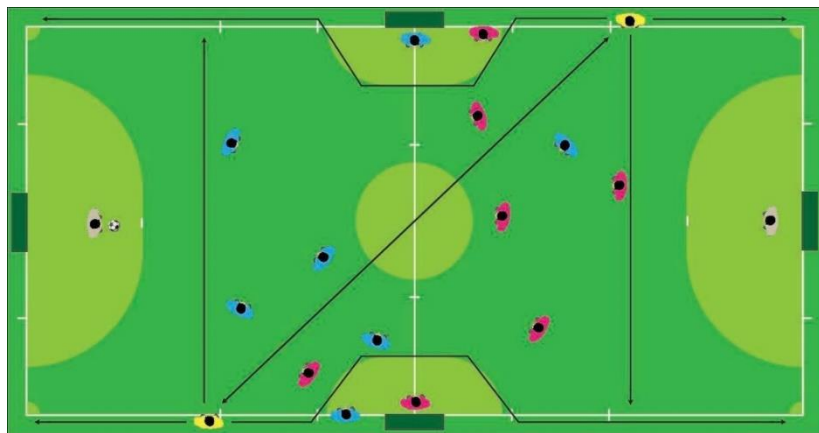
- nutraukti varžybas dėl netinkamų oro sąlygų;
- nutraukti varžybas dėl kamuolio, įrangos, aikštės netinkamumo ir sąlygų;
- leisti ar neleisti komandos vadovams ir kitam komandos personalui būti šalia žaidimo aikštės;
- priimti bet kokius sprendimus, susijusius su integruoto futbolo žaidimo taisyklių laikymusi.

Teisėjų išsidėstymas aikštėje prieš žaidimą (16 pav.). Prieš rungtynių pradžią pirmasis teisėjas stovi ties keitimo zonos linija. Antrasis teisėjas stovi kitoje aikštės pusėje ties paskutiniu komandos žaidėju.



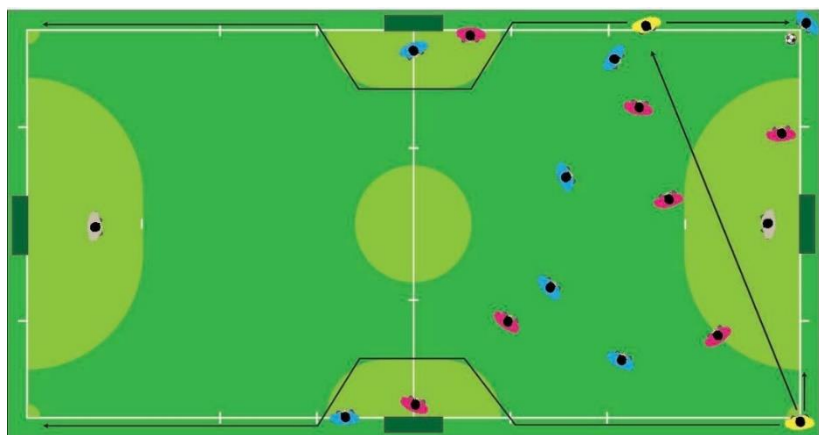
16 pav. Privaloma teisėjų pozicija prieš rungtynių pradžią

Kamuolio padavimas nuo vartų (17 pav.). Vienas iš teisėjų turi patikrinti, ar kamuolys yra baudos aikštėje. Teisėjas turi užimti tokią poziciją, kad gerai matytų, kaip atliekamas smūgis. Kitas teisėjas turi užimti tokias pozicijas aikštėje, kad galėtų tinkamai stebėti žaidimo eigą.

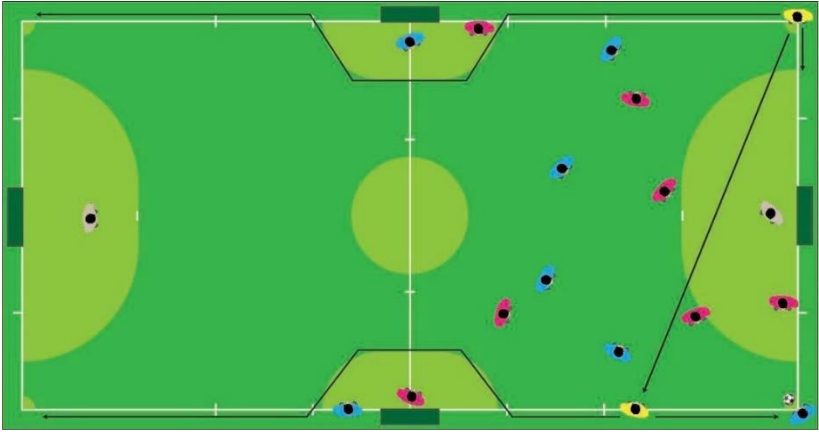


17 pav. Teisēju pozīcija padurodant kamuoliņu nuo vartu

Teisēju padētis atliekant kampiņi smūgi (18, 19 pav.). Vienas teisējas turi stovēti per 5 m nuo kampo, kuriame stovi žaidējas su kamuoliu. Teisējas turi stebēti, ar kamuolys tinkamai padētas ant žemēs ir ar gynējai atsitraukē 5 m atstumu. Kitas teisējas turi stovēti kitame aikštēs kampe, kad galētū stebēti vartū liniā ir kitū žaidējū elgesj.

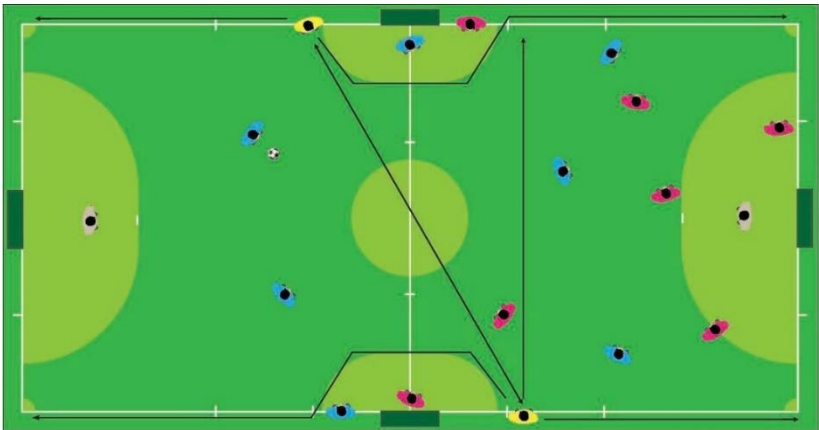


18 pav. Teisēju padētis padurodant kamuoliņu iš kampo



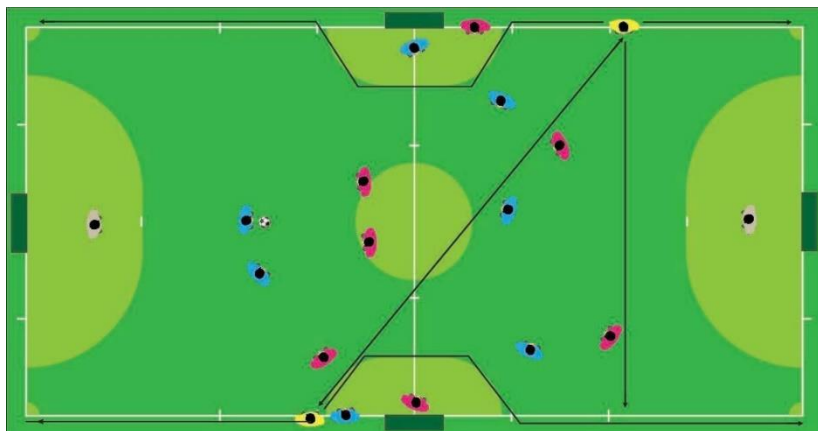
19 pav. Teisėjų padėtis atliekant kampinį smūgį

Teisėjų pozicija laisvo smūgio metu (20, 21, 22, 23 pav.). Laisvo smūgio metu teisėjas turi užimti poziciją, kad gerai matytų, ar tinkamai ant žemės padėtas kamuolys ir ar kiti žaidėjai netrukdo atlikti laisvą smūgį. Abu teisėjai turi būti pasirengę sekti kamuolio trajektoriją ir bėgti kamuolio padavimo kryptimi pagal šoninę liniją.

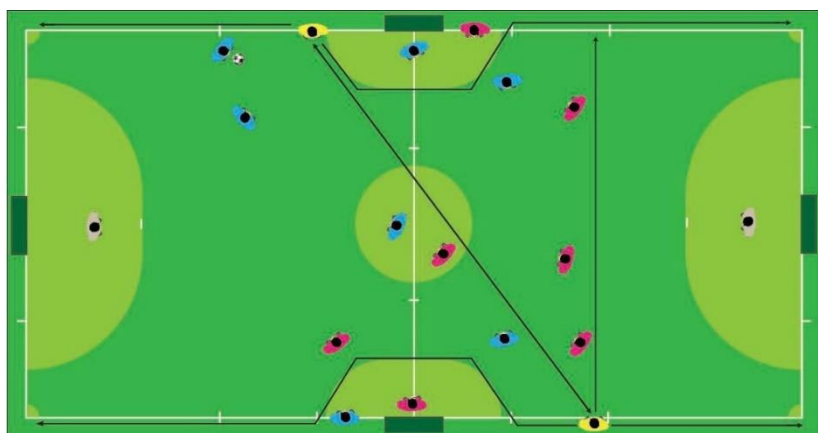


20 pav. Teisėjų pozicija laisvo smūgio metu

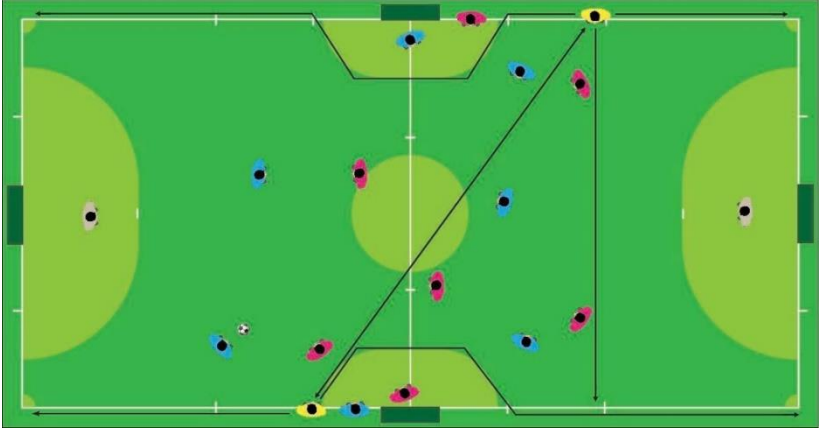




21 pav. Teisėjų pozicija laisvo smūgio metu



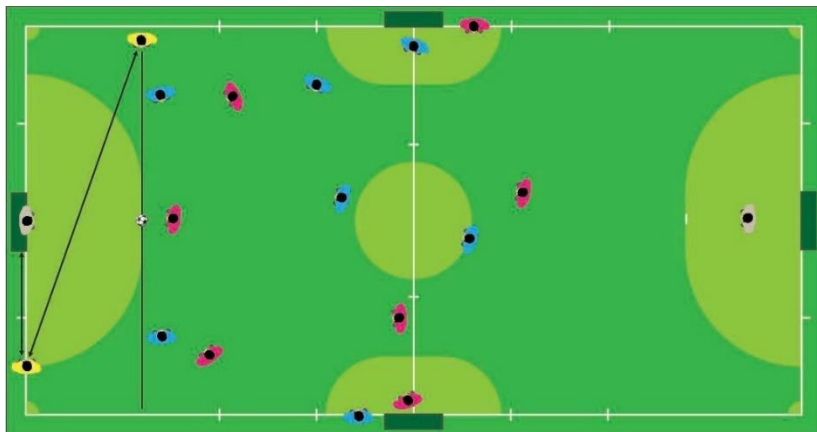
22 pav. Teisėjų pozicija laisvo smūgio metu



23 pav. Teisėjų pozicija laisvo smūgio metu

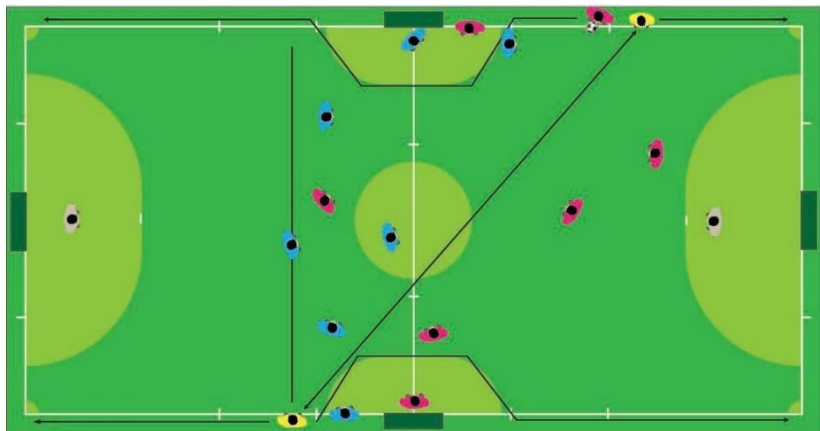
Teisėjų padėtis baudinio metu (24 pav.). Vienas teisėjas turi stovėti ties vartų linija, kad galėtų stebėti vartininko veiksmus ir fiksuoti, ar kamuolys kirto vartų liniją. Jei vartininkas pajudėjo nuo vartų linijos prieš smūgiuojant kamuolį, o įvartis nebuvo įmuštas, baudinys kartojamas.

Kitas teisėjas turi stovėti ties baudinio linija. Šis teisėjas privalo patikrinti, ar tinkamai padėtas kamuolys, ir stebėti žaidėjus, kad jie nebūtų arčiau baudos smūgio linijos. Jis neleidžia atlikti baudos smūgio, kol įsitikina, kad visų žaidėjų padėtis aikštelėje atitinka reikalavimus.

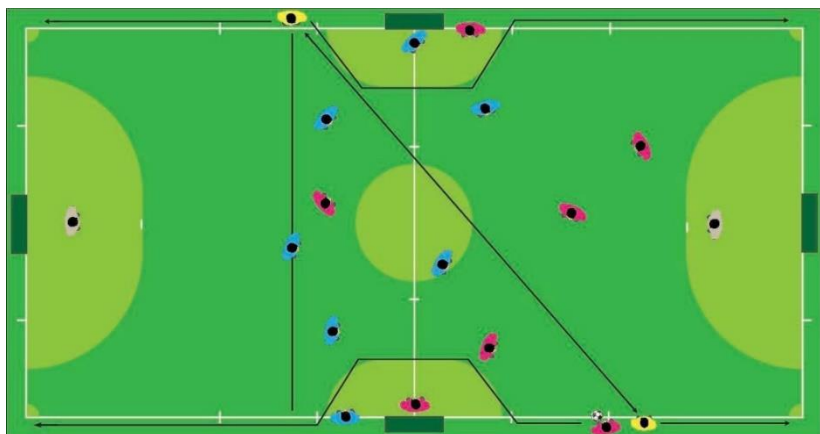


24 pav. Teisėjų padėtis baudinio metu

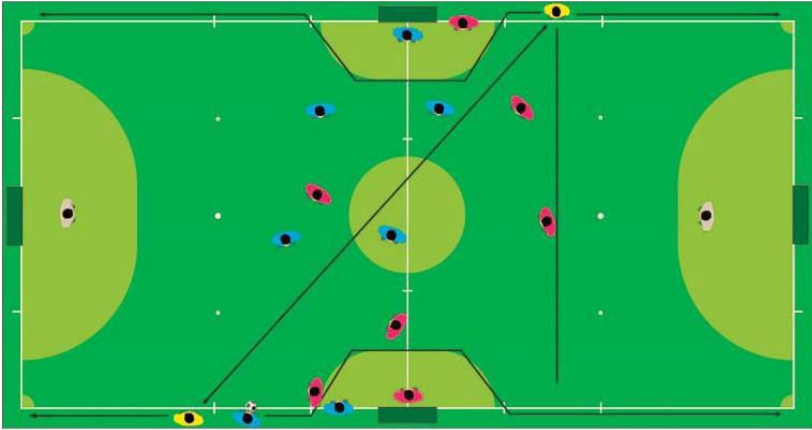
Teisėjo padėtis įžaidžiant kamuolį nuo šoninės linijos (25, 26, 27, 28, 29 pav.). Kai paduodamas kamuolys nuo šoninės linijos arti kampinio lauko puolančios komandos naudai, arčiau esantis teisėjas turi būti maždaug 5 m atstumu nuo žaidėjo su kamuoliu. Iš šios pozicijos teisėjas stebi, ar kamuolys padėtas tinkamai ir ar kiti žaidėjai atsitraukė 5 m atstumu nuo žaidėjo su kamuoliu. Kitas teisėjas privalo stebėti kamuolį ir kitų žaidėjų veiksmus.



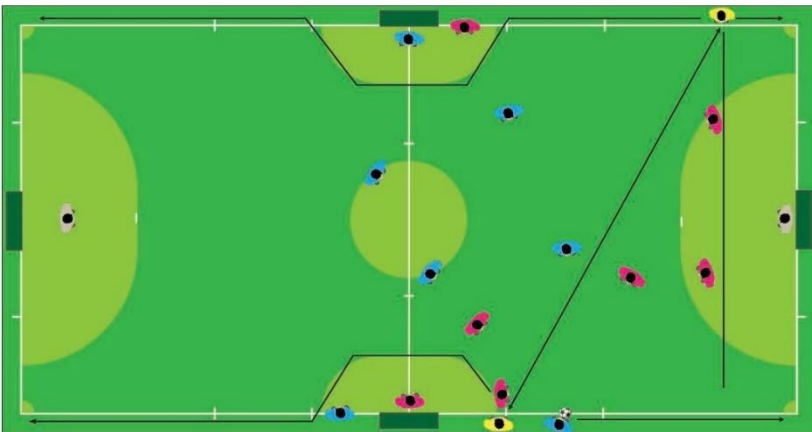
25 pav. Teisėjo padėtis įžaidžiant kamuolį nuo šoninės linijos



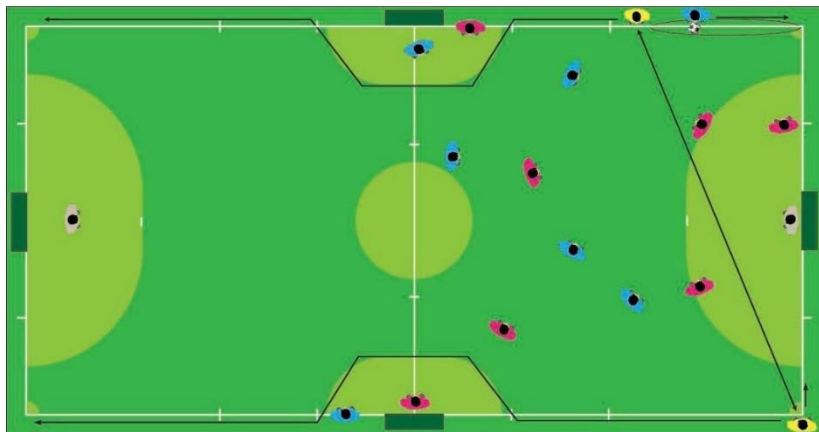
26 pav. Teisėjo padėtis įžaidžiant kamuolį nuo šoninės linijos



27 pav. Teisėjo padėtis įžaidžiant kamuolį nuo šoninės linijos



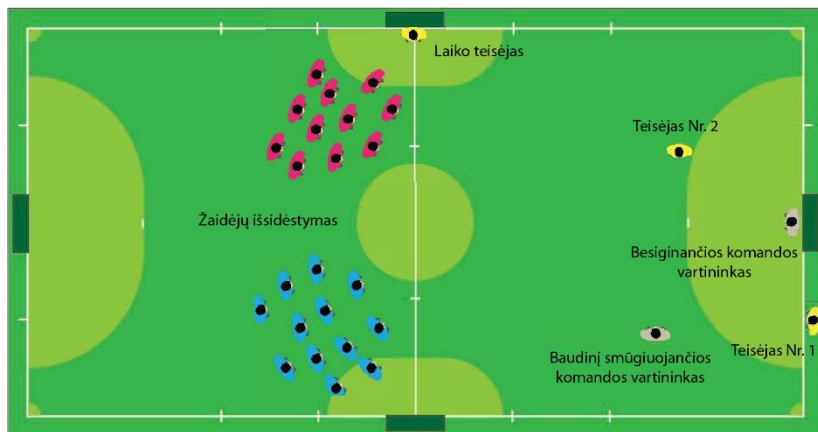
28 pav. Teisėjo padėtis įžaidžiant kamuolį nuo šoninės linijos



29 pav. Teisėjo padėtis įžaidžiant kamuolį nuo šoninės linijos

Teisėjų padėtis baudinių po varžybų nugalėtojiui nustatyti metu (30 pav.). Vienas teisėjas turi stovėti prie vartų linijos maždaug 2 m atstumu nuo vartų. Jis privalo stebėti, ar kamuolys kerta vartų liniją bei vartininko veiksmus. Kai kamuolys kerta vartų liniją, teisėjas turi reaguoti į kitą teisėją ir įsitikinti, kad smūgis buvo atliktas tinkamai, ar nebuvo pažeistos taisyklės.

Kitas teisėjas turi būti apytiksliai 3 m atstumu nuo smūgį atliekančio žaidėjo ir įsitikinti, kad kamuolys padėtas tinkamai, vartininkas pasirėngęs. Laiko teisėjas turi stebėti, ar kiti žaidėjai elgiasi pagal taisyklės.



30 pav. Teisėjų padėtis baudinių po varžybų nugalėtojui nustatyti metu

## 11 taisyklė. Laiko teisėjo pareigos

Be pagrindinių teisėjų, aikštėje turėtų būti laiko teisėjas. Jo pareigos – stebėti, kad būtų laikomasi integruoto futbolo taisyklių. Šis teisėjas privalo turėti tinkamą laikrodį (chronometrą), kuriuo galima kontroliuoti varžybų laiką – jį paleisti ir sustabdyti. Jei yra galimybė, turėtų būti pastatytas stalas, kad būtų patogiau varžybų protokole fiksuoti įvykius aikštėje.

Laiko teisėjas:

- užtikrina, kad būtų žaidžiama tiek laiko, kiek sutarta prieš varžybas;
- sustabdo ir paleidžia varžybų laikmatį pagal taisykles;
- fiksuoja įvykius rungtynių protokole;
- teikia bet kokią kitą su žaidimo eiga susijusią informaciją;
- tinkamai užpildo protokolą ir kitus su rungtynėmis susijusius dokumentus;
- bendradarbiaudamas su aikštės teisėjais organizuoja žaidėjų keitimus.

## 12 taisyklė. Žaidimo laikas

Žaidžiami 4 kėliniai po 8 minutes. Jeigu vyksta turnyras ir jame dalyvauja daug komandų, galima kėlinius sutrumpinti, tačiau vis tiek jų turi būti žaidžiama 4.

Po kiekvieno kėlinio daroma trumpa pertrauka, bet ne ilgesnė nei 5 minučių. Pertraukėlės trukmė gali būti keičiama tik teisėjų sprendimu.

Kai rungtynės baigiasi lygiosiomis, laimėtoji nustatyti yra mušami baudiniai (atsarginiai žaidėjai irgi muša). Jei viena komanda turi daugiau žaidėjų nei kita, teisėjai nusprendžia, kiek žaidėjų muš baudinius. 4 ir 5 vaidmens žaidėjai muša į pagrindinius vartus, o 2 ir 3 vaidmens žaidėjai – į šoninius. Laimi komanda, kuri po visų žaidėjų bandymų įmušė daugiausia įvarčių. Jeigu po baudinių serijos laimėtojas vis tiek neaiškus, mušami baudiniai toliau, iki viena komanda ims pirmauti.

Yra leidžiamos 1 minutės pertraukėlės. Komanda turi po vieną tokią pertraukėlę kiekviename kėlinyje.

Varžybų pradžioje yra metamas burtas. Laimėjusi burtus komanda pasirenka, į kuriuos vartus puls 1 ir 2 varžybų kėlinius. Po 2 kėlinių komandos apsikeičia pusėmis. Teisėjas varžybas pradeda duodamas signalą – sušvilpdamas (31 pav.).

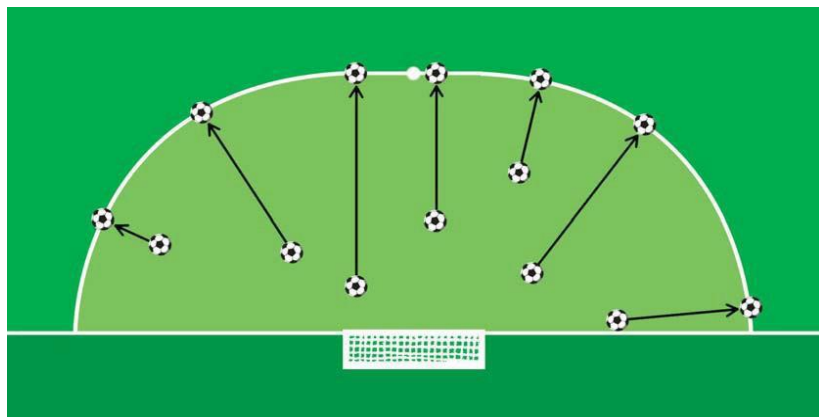


31 pav. Teisėjo pozicija varžybų pradžioje



Varžybų pradžioje pirmuoju smūgiu negalima mušti tiesiai į vartus. Visi komandos žaidėjai turi būti savo aikštės pusėje. Priešininkų komanda turi būti ne arčiau kaip 3 m nuo kamuolio. Kamuolys laikomas žaidžiamu, kai jis yra paliečiamas žaidėjo ir aiškiai pajuda iš vietos. Žaidėjas turi perduoti kamuolį kitam savo komandos nariui ir tik gavęs atgal gali pulti. Neperdavus kamuolio kitam žaidėjui fiksuojamas pažeidimas. Po pelnyto įvarčio žaidimas pradedamas iš aikštės vidurio, nesvarbu, ar įvartis buvo įmuštas į pagrindinius, ar į šoninius vartus.

Nuo vartų kamuolį galima išmesti į visas aikštės puses (32 pav.).



32 pav. Kamuolio išmetimas nuo vartų

### 13 taisyklė. Žaidžiamas ir nežaidžiamas kamuolys

Kamuolys laikomas žaidžiamu nuo varžybų pradžios iki pabaigos, kai:

- jis išmetamas / išmušamas nuo vartų ir lieka aikštės ribose;
- jis liečia vieną iš teisėjų ir lieka aikštės ribose.

Kamuolys nežaidžiamas, kai:

- jis nuskrieja už aikštės ribų;
- jis atsitrenkia į lubas;
- teisėjai yra sustabdę žaidimą.

### **14 taisyklė. Varžybų rezultato skaičiavimas**

Varžybas laimi komanda, įmušusi daugiau įvarčių. 3 vaidmens žaidėjui įmušus į pagrindinius vartus skiriami 2 taškai. Jei komandos neįmuša įvarčių arba rezultatas lygus, toks jis ir paliekamas kaip galutinis. Jei būtina išaiškinti varžybų komandą nugalėtoją, pasibaigus varžybų laikui skiriami baudiniai.

### **15 taisyklė. Nusizengimai**

Pražangos – tai netinkamas elgesys rungtynių metu, už kurį skiriamas laisvas smūgis, baudinys, baudos smūgis.

Taisyklių pažeidimai, po kurių yra skiriamas laisvas kamuolio žaidimas / smūgis:

- įspyrimas varžovui;
- kojos pakišimas;
- užšokimas ant varžovo;
- smūgis varžovui arba mėginimas smūgiuoti;
- varžovo pastūmimas;
- varžovo pargriovimas;
- varžovo laikymas.

Pažeidimai, po kurių yra skiriami baudiniai:

- kai didesnio vaidmens žaidėjas atlieka neleistiną veiksmą prieš žemesnio vaidmens žaidėją;
- kai komandos žaidėjų vaidmenų suma viršija 20;
- po neleistino veiksmo baudos aikštelėje.

Už netinkamą elgesį aikštėje žaidėjams gali būti skiriamos geltonos ir raudonos kortelės. Geltona kortelė yra naudojama norint įspėti žaidėją ir ji gali būti rodoma tik prasidėjus varžyboms. Teisėjai turi galimybę imtis drausminių priemonių nuo komandų atvykimo į varžybų vietą iki žaidėjai palieka rungtynių vietą. Teisėjui parodžius raudoną kortelę, žaidėjas privalo palikti aikštę, komandos techninę zoną ir sugrįžti į tas rungtynes jau nebegali.

## 16 taisyklė. Laisvas smūgis

Laisvas smūgis yra užfiksuojamas vieno iš teisėjų horizontaliai ištiesta ranka ir nurodymu, kur buvo nusižengta taisyklėms.

Jeigu laisvo smūgio metu smūgiuojama tiesiai į priešininkų vartus, įvartis įskaitomas. Jeigu laisvo smūgio metu kamuolys patenka į savos komandos vartus, įvartis nėra įskaitomas ir priešininkų komandai skiriama atlikti kampinį. Laisvo smūgio metu visi varžovai turi būti atsitraukę nuo kamuolio bent 5 m atstumu.

Teisėjas leidžia atlikti laisvą smūgį, iškeldamas vieną ranką virš galvos. Ranka laikoma iškelta, kol kamuolys paliečia kitą žaidėją ar tampa žaidžiamas (33 pav.).



33 pav. Teisėjo pozicija atliekant laisvą smūgį

Atliekant laisvą smūgį, kamuolys turi nejudėti. Jei atliekant laisvą smūgį priešininkas yra arčiau kamuolio, nei reikalauja taisyklės, smūgis pakartojamas, o priešininkas išpėjamas.

Žaidėjas, atlikęs laisvą smūgį, negali daugiau liesti kamuolio, kol jo nepalietė kitas futbolininkas. Žaidėjas, kuris atlieka laisvą smūgį, negali atsitraukti su kamuoliu, net jei kiti žaidėjai nesilaiko numatyto 5 m atstumo.

## **17 taisyklė. Baudinys**

Baudinys į pagrindinius vartus. Visi žaidėjai, išskyrus tą, kuris muša baudinį, ir vartininką, privalo būti atsitraukę per 5 metrus nuo baudinio žymos. Vartininkas privalo stovėti ant vartų linijos.

Baudinys į šoninius vartus yra mušamas iš 6 metrų. Taip pat kaip ir į pagrindinius vartus, išskyrus mušantįjį ir vartininką, visi turi būti atsitraukę per 5 metrus, o vartininkas stovėti ant linijos. Kai yra skirtas baudinys, šoninių vartų vartininkas negali būti pakeistas kitu žaidėju.

Jeigu 2 vaidmens žaidėjas, kuris muša baudinį, yra nepakankamai stiprus naudotis įprastu kamuoliu, jis gali pasirinkti mažesnę arba lengvesnę kamuolį, kuris buvo patvirtintas prieš varžybas. Baudinį gali atlikti ir žmogus vežimėlyje, kamuolį mesdamas, o ne spirdamas. 2 vaidmens žaidėjas baudinį gali atlikti iš arčiau, nes privalu atsizvelgti į tokio žaidėjo galimybes.

Laisvo ir baudos smūgio metu teisėjas viena ranka rodo kryptį, kitą laiko nuleidęs (34, 35 pav.).



34 pav. Teisėjo pozicija laisvo smūgio ir baudinio metu



35 pav. Teisėjo pozicija laisvo smūgio ir baudinio metu

## **18 taisyklė. Įžaidimas nuo šoninės linijos**

Kai kamuolys visiškai palieka aikštę už šoninės linijos, yra skiriamas smūgis nuo šoninės linijos – kamuolio įžaidimas. Kamuolys nuo šoninės linijos turi būti įžaidžiamas tiksliai toje vietoje, kur jis paliko aikštelę. Nuo šoninės linijos įmuštas ar įmestas įvartis nėra įskaitomas.

Jeigu įžaidimas nuo šoninės linijos atliekamas ne pagal taisykles, teisėjų sprendimu kamuolys atiduodamas įžaisti priešininkų komandai.

Jeigu įžaidžiamo kamuolio niekas nelietė, tik pats įžaidžiantysis, skiriamas laisvas smūgis varžovų komandai nuo tos vietos, kur buvo pažeistos taisyklės. Įžaidžiant kamuolį visi priešininkų komandos žaidėjai privalo būti atsitraukę per 5 metrus nuo šoninės linijos. Vartininkas negali atlikti įžaidimo nuo šoninės linijos.

Įžaidimo nuo šoninės linijos metu teisėjas viena ranka rodo kryptį, o kitą laiko nuleidęs (36, 37 pav.).



36 pav. Teisėjo pozicija įžaidimo iš šono metu



37 pav. Teisėjo pozicija įžaidimo iš šono metu

## **19 taisyklė. Žaidimas nuo vartų**

Žaidimas nuo vartų yra skiriamas, kai kamuolys kerta galinę liniją. Įvarčio nuo vartų pelnyti negalima.

Priešininkų komandos nariai privalo būti už baudos aikštelės, kol kamuolys jos nepaliko.

Vartininkas kamuolį privalo įžaisti rankomis iš bet kurios baudos aikštelės vietos. Jeigu metimas atliekamas netinkamai, vartininkui leidžiama pakartoti. Jeigu varžovų komandos narys trukdo vartininkui, jis yra įspėjimas, o vartininkas įžaidžia kamuolį iš naujo.

## **20 taisyklė. Kampinis**

Kampinis yra skiriamas, kai kamuolys kerta galinę liniją nuo besiginančios komandos žaidėjo.

Keliant kampinį, mažiausias varžovo atstumas iki keliančiojo – 5 metrai. Jeigu šios taisyklės nesilaikoma, kampinis keliamas iš naujo, o taisyklę pažeidęs žaidėjas yra įspėjamas. Jeigu priešininkų komandos žaidėjas bando kaip nors išblaškyti ar pakenkti žaidėjui, jam skiriama geltona kortelė.

Jei atlikdamas kampinį žaidėjas du kartus paliečia kamuolį, šis atiduodamas varžovų komandai.

Kampinio smūgio metu teisėjas turi stovėti tokioje pozicijoje, kaip nurodyta 38 ir 39 paveikslėliuose.



38 pav. Teisėjo pozicija kampinio smūgio metu



39 pav. Teisėjo pozicija kampinio smūgio metu

## **21 taisyklė. Baudiniai po varžybų nugalėtojai nustatyti**

Baudiniai po varžybų mušami tam, kad būtų nustatytas nugalėtojas, jeigu rungtynės pasibaigė lygiosiomis.

- Teisėjai nusprendžia, į kuriuos vartus bus mušami baudiniai.
- Teisėjai meta burtą ir laimėjęs komandos kapitonas nusprendžia, kas smūgiuos pirmi.
- Kiekviena komanda smūgiuos tiek kartų, kiek aikštelėje turi žaidėjų, išskyrus vartininkus. Jeigu komandose futbolininkų skaičius skirtingas, teisėjai nusprendžia, kiek žaidėjų muš



baudinius. Komandos, kurioje yra vienu žaidėju daugiau, treneriai nuspręs, kuris futbolininkas nesmūgiuos.

- Baudinius atlieka nuo 5 iki 2 vaidmens žaidėjai ir jie smūgiuoja į jiems privalomus vartus.
- Jeigu po visų registruotų žaidėjų baudinių serijos rezultatas vis dar lygus, žaidėjai smūgiuoja toliau po vieną, iki išaiškės nugalėtojas.
- Jeigu po atsarginių žaidėjų baudinių rezultatas taip pat lygus, baudiniai mušami iš naujo.
- Žaidėjas, rungtynių metu išvartas iš aikštės, baudinio mušti negali.

Visi žaidėjai, dalyvaujantys mušant baudinius, turi likti aikštės ribose, bet ne baudos aikštelėje, kur atliekami baudiniai.

## **Integruoto futbolo žaidėjų funkcinis įvertinimas**

Funkcinis žaidėjų įvertinimas reikalingas, siekiant visiems žmonėms, turintiems negalią ar sveikiems, nepriklausomai nuo lyties ar amžiaus, sudaryti galimybes žaisti integruotą futbolą. Funkcinių galimybių testas padeda įvertinti kiekvieno žaidėjo gebėjimus, judėjimo galimybes. Testo rezultatai padeda priskirti atitinkamus vaidmenis kiekvienam žaidėjui ir užtikrinti integruoto futbolo tikslus.

Paskirstyti vaidmenys skatina žaidimo intensyvumą bei sąžiningesnę konkurenciją. Vaidmenų skaičių aikštelėje suma negali viršyti 20 – tai sugalvota siekiant komandų balanso.

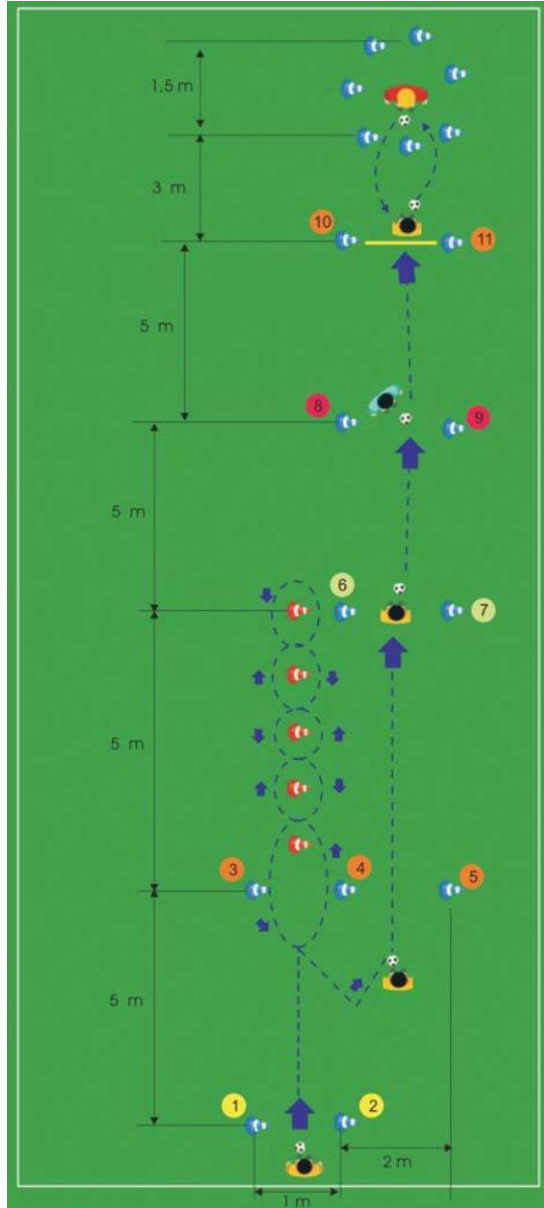
Yra 5 būdai, kaip parinkti komandos sudėtį, kad nebūtų viršyta nustatyta 20 taškų suma. Kiekvienoje komandoje yra po 5 žaidėjus, tačiau jie skirtingai paskirstyti. 1 vaidmuo (pagrindinių vartų vartininkas), 2 vaidmuo (įvarčių mušėjas), 3 vaidmuo (šoninių vartų vartininkas) nėra įtraukiami skaičiuojant žaidėjų sumą.

Komandoje privalo būti mažiausiai du 3 vaidmens žaidėjai, šiuo atveju A komanda turi keturis 3 vaidmens ir vieną 5 vaidmens žaidėją, o tai sudaro 17 vaidmenų sumą. Optimaliausia D komandos taškų suma: du 3 vaidmens žaidėjai, vienas 4 vaidmens ir du 5 vaidmens (2 lentelė).

2 lentelė. Galimi komandų žaidėjų sudėties variantai

<b>Komanda</b>	<b>3 vaidmuo</b>	<b>4 vaidmuo</b>	<b>5 vaidmuo</b>	<b>Suma</b>	<b>Žaidėjų skaičius</b>
<b>A</b>	4	0	1	17	5
<b>B</b>	3	0	2	19	5
<b>C</b>	3	1	1	18	5
<b>D</b>	2	1	2	20	5
<b>E</b>	2	2	1	19	5

Atlikdamas vertinimo testą vertintojas gali nustatyti kiekvieno žaidėjo galimybes. Pagrindinis vertinimo kriterijus yra žaidėjo gebėjimas valdyti ir kontroliuoti kamuolį (40 pav.). Kiekvienas žaidėjas vertinamas taškais, tačiau reikia atsižvelgti į žaidėjų tobulėjimą ir testą reguliariai kartoti, nes kai kurių žaidėjų gebėjimai pasikeičia. Reikia atsižvelgti ir į žaidėjo galimybes aikštelėje, nes kai kurie žaidėjai, nors testo rezultatai to neatspindi, aikštelėje demonstruoja geresnius gebėjimus.



40 pav. Funkcinių gebėjimų testas vaidmenims nustatyti

1. Testas pradamas ties 1 ir 2 stoveliu, varant kamuolį viena koja iki 3 ir 4 stovelio.
2. Gyvatėle apsivaromi 5 išdėlioti stoveliai ir grįžtama atgal.
3. Kamuolys nusivaromas iki 6 ir 7 stovelio, sustojama ir kamuolys perduodamas žaidėjui, stovinčiam prie 8 ir 9 stovelių, kur jis sustabdo kamuolį ir jį palieka.
4. Pribėgus prie kamuolio, stovinčio tarp 8 ir 9 stovelio, kamuolys spiriamas – atliekamas smūgis.
5. Nubėgus prie 10 ir 11 stovelio reikia atlikti smūgį galva, siekiant pataikyti į stoveliais pažymėtą ratą. Galimi 3 bandymai.
6. Atlikus testą laikas sustabdomas ir suskaičiuojamas pasiektas rezultatas.

*Metodinė rekomendacija.* Jei reikia, atliekant testą sportininką galima lydėti ir visas užduotis individualiai paaiškinti. Leisti visiems norintiems atlikti testą, net jei žaidėjo vaidmuo yra aiškus.

## **Funkciniai žaidėjų vaidmenų profiliai**

**1 vaidmuo.** Funkcinis įvertinimas neatliekamas. Šis žaidėjas gali būti tiek neįgalus, tiek sveikas, bet kokio amžiaus ar lyties bei gebėti atlikti vartininko veiksmus.

**2 vaidmuo.** Funkcinis įvertinimas neatliekamas, nes vien jo nepakanka (testas reikalingas įvertinti 3, 4 ir 5 vaidmens žaidėjus). 2 vaidmens žaidėjai gali turėti įvairių negalių. Žmogus gali būti aklas, sėdėti neįgaliojo vežimėlyje, ribotai judėti savarankiškai, turėti psichikos sutrikimų. 2 vaidmens žaidėjas baudinius gali atlikti iš arčiau nei 6 m, kaip numatyta taisyklėse. Gali naudoti lengvesnį, minkštesnį, mažesnį kamuolį.

Norint žaidėjui priskirti 3, 4 ir 5 vaidmenis, atliekamas funkcinių gebėjimų testas, tačiau taip pat svarbus vertinimas, atsižvelgiant į žmogaus galimybes žaidimo metu.

**3 vaidmuo.** Žaidėjas, kuris surinko daugiau kaip 40 testo taškų. Jis nėra judrus, bėga lėtai, pasižymi prasta koordinacija ir pusiausvyra, menkai geba kontroliuoti kamuolį, netinkamai atlieka veiksmus su kamuoliu, negeba pakeisti kojos, kai to reikalaujama (arba tai daro netiksliai).

**4 vaidmuo.** Testo rezultatas – nuo 28 iki 39 taškų. Žaidėjas geba atlikti tikslinius, suderintus veiksmus (vaikščiojimas, judrus bėgimas). Bėgdamas geba reguliariai kontroliuoti kamuolį. Gana gerai vidutiniu greičiu atlieka pagrindines futbolo žaidimo technikas.

**5 vaidmuo.** Žaidėjas, turintis negalią ar sveikas, kurio testo rezultatas – ne daugiau nei 27 taškai. Jis geba atlikti visus judesius. Moka visas pagrindines futbolo technikas, demonstruoja gerus žaidimo įgūdžius.

**Testo atlikimas.** Testas yra suskirstytas į 5 pagrindines zonas. Kiekvienoje zonoje sportininko gebėjimai vertinami balais:

- užduotis neatlikta – 2 balai;
- užduotis iš dalies atlikta (kamuolio kontroliavimas ir kontrolės praradimas ne didesniu nei 1 m atstumu; stovelio praleidimas, nepataikymas į vartus, tačiau kamuolys praskrieja šalia) – 1 balas;
- užduotis tinkamai atlikta – 0 balų.

Skaičiuojamas laikas (sekundėmis), per kurį atliekamas testas, prie laiko pridedami surinkti taškai. Bendra suma ir yra sportininko testo rezultatas. Vaidmenys priskiriami naudojant vertinimo lentelę (3 lentelė). Jei žaidėjo rezultatas patenka į intervalus, treneris nusprendžia, kurį vaidmenį suteikti konkrečiam žaidėjui.

3 lentelė. Vaidmenys pagal testo rezultatus

Vaidmuo	R3	Intervalas	R4	Intervalas	R3
Rezultatas	<25	26–27	28–37	38–39	>40

Testo rezultatai fiksuojami protokole (4 lentelē).

4 lentelē. Testo protokolas

Vardas ir pavardē	Kamuolio kontrolē			Kamuolio varymas gyvatēle			Kamuolio perdavimas			Smūgiavimas			Padavimas galva			Iš viso	Laikas	Vaidmu
	0	1	2	0	1	2	0	1	2	0	1	2	0	1	2			



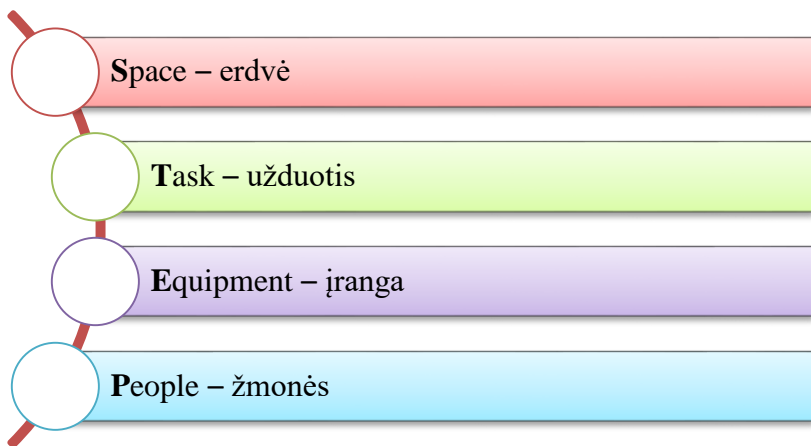
Testas padeda įvertinti žmogaus judėjimo galimybes, tačiau negali išmatuoti intelekto lygio. Testas sukurtas siekiant orientacinės vertės ir tik pradėdant žaisti integruotą futbolą bei komplektuojant komandą. Vaidmenį gali priskirti treneris, atsižvelgdamas į žaidėjo galimybes, tačiau teisėjas, prieš varžybas pastebėjęs, kad žaidėjo galimybės neatitinka vaidmens, gali jį pakeisti ir žaidėjui priskirti kitą vaidmenį.

## Metodinės rekomendacijos

Šios rekomendacijos paremtos įgyta patirtimi organizuojant integruoto sporto veiklas. Pastebėjome, kad per pastaruosius keletą dešimtmečių UNESCO siekė kuo plačiau visame pasaulyje įgyvendinti pagrindinį švietimo sistemų visais lygmenimis įtraukimo principą. Ir šiame kontekste sportas išskiriamas kaip labai svarbus aspektas.

Organizuodamas integruoto sporto veiklas treneris turi pažinti visus žaidėjus ir puikiai suprasti, kaip įtraukti kiekvieną į žaidimą. Labai svarbu, kad treneris žaidėjams būtų geriausias draugas, kuriuo jie pasitiki.

Integruotame sporte neįgalius asmenis pirmiausia reikia pradėti mokyti technikos, o tik paskui žaidimo. Labai svarbus kontekstas, kuriame vykdomas mokymo procesas, nes sukurta netinkama aplinka gali būti kliūtis siekiant visaverčio įtraukimo. Rekomenduojama naudotis STEP modeliu (41 pav.), kuris padeda į sportinę veiklą įtraukti skirtingų gebėjimų žmones.



41 pav. STEP modelis

Tinkamai parinkta erdvė, skiriamos užduotys, įranga ir žmonės skatina dalyvius įsitraukti į veiklas. Mokant žmones integruoto sporto taisyklių būtina atsižvelgti į jų amžių, lytį, neįgalumą ir panašius dalykus. Mokymui čia įtakos turi ir sportininko pajėgumas, tačiau visiems žmonėms turi būti sudarytos galimybės siekti rezultato, nes visi komandos nariai yra vienodai svarbūs. Svarbiausia – ne rezultatas, o pats žaidimas!

Integruoto sporto mokymas turi 2 esmines savybes:

1. Grupės įvairiapusiškumas – skirtingų gebėjimų sportininkai vienoje grupėje / komandoje.
2. Skirtingos sportininkų charakteristikos – sveiki ir neįgalūs žmonės, vyrai ir moterys, ir panašiai.

Treneris turi gebėti į žaidimą įtraukti visus ir atsižvelgti į svarbius aspektus:

- kiekviena treniruotė apgalvota;
- tikslai pagrįsti, bet nepastovūs;
- mokymų planas;
- mokymų planas orientuotas į konkrečių įgūdžių ugdymą;
- lankstumas įgyvendinant planą;
- biomechanika;
- įvairovė;
- „sunku – lengva“ kaitaliojimas;
- nepasiruošti geriau nei persistengti treniruotėje;
- tinkama mityba;
- sportuojantis žmogus turi ne tik sporto, bet ir kitų interesų;
- poilsis yra esminis integruoto sporto elementas.

Integruoto sporto veiklose atliekant pratimus būtina atsižvelgti į kiekvieno sportininko individualias savybes. Didesnis dėmesys turi būti skiriamas pačiai veiklai ir sportininkų poreikiams patenkinti. Rekomenduojama siekti skirtingų sportininkų bendradarbiavimo. Užduotis bei pratimus būtina pateikti taip, kad skatintų bendradarbiauti žaidėjus, pvz., sveiki ir neįgalieji, vyrai ir moterys kartu atlieka tokias pat užduotis.

*10 patarimų, kaip efektyviau įtraukti į veiklą skirtingų gebėjimų sportininkus:*

1. Pagalvokite, ką iš tikrųjų reiškia negalia. Dažniausiai pati visuomenė sukuria kliūtis, kurios trukdo neįgaliesiems būti tos pačios komandos dalimi.
2. Būkite atsargūs, prašydami įvardyti neįgalumą. Pasitaiko, kad patys neįgalieji nelaiko savęs tokiais ir toks prašymas gali sukelti neigiamą reakciją. Ar turite kokių nors specialių arba papildomų poreikių?
3. Prieš pirmą susitikimą surinkite kiek įmanoma daugiau informacijos. Gali būti, kad reikės laiko tiek jums, tiek sportuojančiajam suprasti, kaip geriau integruoti bei integruotis.
4. Pasistenkite gauti išsamią informaciją apie asmens medicininius poreikius.
5. Nebijokite pripažinti, kad ir jūs nuolat mokotės ir ne viską žinote apie neįgalumą.
6. Veiksmai geriau nei žodžiai. Reikia rasti pusiausvyrą, kad kiekvienas sportininkas jaustųsi reikalingas komandai.
7. Neįgaliesiems asmenims netaikykite žemesnių standartų.
8. Pasitikrinkite, ar turimos žinios pritaikomos praktikoje ir nebijokite interpretuoti.

9. Pasitikrinkite finansavimo galimybes. Kurį laiką sportuojantys neįgalūs asmenys dažnai pajunta priklausomybę savo grupei, tampa ne tokie vieniši ir aktyviau bendrauja su draugais, todėl labai svarbu užtikrinti tęstinę integraciją.
10. Komandinis darbas ir sąveika žaidžiant komandoje taip pat padeda stiprinti draugystę.

Integruoto sporto taisyklės leidžia įvairias interpretacijas. Taigi pastebėjus, kad kai kuriems žaidėjams reikėtų pakeisti taisykles, patartume į tai atsižvelgti, tik siūlome atkreipti dėmesį į šiuos dalykus:

- pokyčiai neturi vykti nuolat, kai kurias taisykles galima keisti pamažu, atsižvelgiant į žaidėjų tobulėjimą;
- kiek įmanoma įtraukti visus grupės narius;
- keisti vaidmenis, kad žaidėjai jaustųsi svarbūs komandoje;
- vadovautis sveiku protu, ne vien taisyklėmis;
- nesukurti žaidimo, kuris labai skirtųsi nuo žaisto iš pat pradžių.

Sportuokite su malonumu!



Andrius Brusokas, Jūratė Martinonytė

# **INTEGRUOTO KREPŠINIO IR FUTBOLO TAISYKLĖS**

*Mokomoji knyga*

Tiražas 200. Užsakymas I-2308.

Leido ir spausdino Kauno kolegijos Reklamos ir medijų centras

Pramonės pr. 20, LT-50468 Kaunas