

Tartumaa Noorte MV Ultimate Frisbee's 2015

Juhend

1. Toimumise aeg ja koht

Tartumaa koolidevahelised Ultimate'i Meistrivõistlused 2015 toimuvad **13. (põhikool) ja 20. (gümnaasium) novembril 2015**

Tegu on avatud meistrivõistlustega, kus võivad osaleda nii Tartu linna, Tartumaa kui ka muude Eesti Vabariigi koolide võistkonnad.

Võistluste planeeritud alguskellaajaks on **9.30**, võistluste lõpuaeg sõltub registreeruvate võistkondade arvust ja antakse teada koos täpse ajakavaga (hiljemalt 11.novembril põhikooli astmel ja 18.novembril gümnaasiumi astmel). Võistluste peamine toimumispaik on Turu spordihoone (**Tartu, Turu tn 8) IV saal**.

Võistlejad peaksid kohale tulema kell 9.00 kohaloleku kontrolliks ning võistlusreeglite üle kordamiseks.

2. Registreerimine ja võistlussüsteem

Võistlustele registreerimine toimub e-maili teel. Võistkonna registreerimiseks saadab võistkonna esindaja või õpetaja e-maili aadressile: tartu.ultimate@gmail.com. Ühest koolist võib võistlustele registreerida ennast mitu võistkonda ning neid võib registreerida ühe e-mailiga.

Registreerimistähtaeg on 6. november põhikoolile ja 13. november gümnaasiumile (kaasa arvatud). E-mail peab sisaldama kooli nime (soovi korral ka võistkonna nime) ning kontakti (vähemalt e-mail, soovitatavalt ka telefoninumber), kellega korraldajad hakkavad edaspidi suhtlema.

Võistlussüsteemi annavad korraldajad teada osalejatele hiljemalt 11. (põhikoolid) ja 18. (gümnaasiumid) novembril e-maili teel. Koos võistlussüsteemi infoga teavitatakse ka ühe mängu pikkus ajaliselt ja täpne võistluspäeva ajakava.

3. Võistkond

Taas on eesmärgiks pidada võistlus **kahe vanusekategorias**: 7-9. klass (ehk põhikool) ning 10-12. klass (ehk gümnaasium).

Võistkond tuleb moodustada kas 7-9. klassi või 10-12. klassi **ühe ja sama kooli õpilastest**. Ühest koolist võib võistlustele registreerida ennast mitu võistkonda, seda isegi samas vanusekategorias. Võistkonna suuruseks on 5-10 inimest, kusjuures vähemalt 2 neist peavad olema tüdrukud. Võistkond võib koosneda ka ainult tüdrukutest.

Soovi korral võib mõni noorem mängija kuuluda ka vanema vanusegrupi võistkonda, aga vastupidine ei ole lubatud. Üks inimene tohib võistluste jooksul esindada ainult ühte konkreetset võistkonda.

Väljakul on korraga **5** mängijat, kellest vähemalt **2** on tüdrukud.

4. Reeglite tundmine

Võistkondadel on soovitatav omada põhiteadmisi ultimate reeglitest. Vajadusel saab SK Tartu Ultimate esindajatega leppida kokku aja, et õpetada mängu kehalise kasvatuse tunnis. Võistlustel puuduvad kohtunikud, ent vajadusel täidavad korraldajad nõuandja ja õpetaja rolli.

Ultimate kokkuvõtvad reeglid eesti keeles:

Ultimate on kiire ja voolava loomuga võistkonnamäng, milles on segunenud paljude erinevate spordialade tunnused. Mängu põhiline idee on väga lihtne: mängu eesmärk on lendava taldriku (ehk ketta) toimetamine ühest väljaku otsast teisel pool asuvasse punktialasse ehk *end zone*'i (nagu Ameerika jalgpallis). Ketast käes hoides ei tohi tugijalalt liikuda, seega saab ketast liigutada vaid seda üksteisele söötes (nagu korvpallis). Punkt saadakse juhul, kui mängija püüab ketta vastaspool asuvas punktialas.

Punktide saamine:

Mängu alguses on meeskonnad joondunud vastamisi kummagi punktiala esijoonele. Mäng algab, kui üks (kaitsev) meeskond viskab lendava taldriku teisele poole platsi vastasmeeskonnale – seda nimetatakse *pull*'iks ehk lahtiviskeks. Lahti visatud ketta kätte saanud või üles korjanud, hakkab ründav meeskond omavahel ketast söötma nii, et lõpuks saaks keegi selle punktialas kinni püüda. Samal ajal üritab kaitsev meeskond ründajaid takistada ja ketast enda meeskonna kätte saada. Kui ketas kukub, see püütakse väljaspool platsi (*out*'is) või keegi kaitsvast meeskonnast selle enda kätte saab, muutub ründav meeskond kaitsemeeskonnaks ning ründama hakkab teine võistkond – seda nimetatakse *turnover*'iks. Pärast iga punkti toimub poolte vahetus. Võistkond, kes viimasena sai punkti, jääb sellesse alasse, kuhu nad just ründasid ja ketta kätte said, meeskonnad joonduvad punktiala esijoontele üles ning toimub uus lahtivise.

Olulised reeglid:

- Kui mängija hoiab taldrikut, ei tohi ta enam tugijalalt liikuda, ketast võib liigutada vaid söötes seda mängijate vahel. Kohe kui mängija saab ketta, peab ta seisma jääma (jooksu pealt püüdes mõne aeglustussammu jooksul) ning panema paika ühe tugijala. Ta võib tugijalal keerelda ja teha väljaasteid niikaua, kuni ta ei tõsta oma tugijalga.
- Mängijal, kellel on ketas, on 8 sekundit aega, et taldrik teisele mängijale visata. Üks kaitsemeeskonna mängija üritab teda „peale võtta“ ja raskendada ketta viskamist. Samal ajal peab kaitsemängija ka valjuhäälselt sekundeid lugema. Kui ründaja kaheksanda sekundi alguseks ketast ära ei viska, toimub kohe *turnover*: seni kaitsnud meeskond hakkab ründama. Üks kaitsja võib peale võtta lähedalt (mitte lähemalt kui ketta diameeter ründaja ja kaitsja vahel), sama ründajat tohivad teised kaitsjad peale võtta ainult kaugemalt (mitte lähemalt kui 3 meetrit).
- Füüsiline kontakt mängijate vahel on täiesti keelatud ja iga füüsiline kontakt võib olla viga. Sel juhul peab mängija, kelle vastu eksiti, hüüdma välja *foul*'i ehk vea ning siis käitumise vastavalt reeglitele ja olukorrale (üldjuhul tehakse uus sööt).
- *Turnover* toimub ka iga kord, kui taldrik puudutab maad, puudutab midagi väljaspool platsi piire või kui selle püüab vastasmeeskonna mängija. *Ultimate* 'is pole oluline, kes söödu vahelt võttis: isegi kui kaitsemängija lööb ketta maha, muutub see meeskond, kelle valduses oli enne ketas, automaatselt kaitsemeeskonnaks.
- Piiranguteta võib mängijaid vahetada iga punkti järel, kuid mitte punkti ajal. Kui mängija peab vigastuse tõttu platsilt lahkuma, pannakse mäng seisma ja vigastatud mängija vahetatakse välja. Sellisel juhul on ka vastasmeeskonnal õigus üks mängija välja vahetada.
- Mäng kestab kuni määratud punktide arvuni või kuni määratud mänguaeg saab täis.

„Spirit of the Game“:

Ultimate on unikaalne, kuna mängus puuduvad kohtunikud. Kõik mängijad järgivad kindlat käitumisjuhendit, mida nimetatakse (ausa) mängu vaimuks – „Spirit of the Game“. Nii peavad mängijad ise vastutama oma käitumise eest ja lahendama kõik veaolukorrad.

5. **Autasustamine**

Mõlema vanuseastme kolme parimat võistkonda autasustatakse mängude lõppedes.

6. **Korraldaja**

Võistlusi korraldab Spordiklubi Tartu Ultimate.

7. **Lisainfo**

E-mail: tartu.ultimate@gmail.com

Põhikoolide võistluse FB-lehekülg:

<https://www.facebook.com/events/1067165606650927/>

Gümnaasiumite võistluse FB-lehekülg:

<https://www.facebook.com/events/1067165606650927/>

Tartu Ultimate kodulehekülg: <http://tartu.frisbee.ee/>

Tartu Ultimate FB-leht: <https://www.facebook.com/TartuUltimate>

8. **Lisainfo spordiala Ultimate (Frisbee) kohta**

Spordiala tutvustus ETV saates Ringvaade (eetris 28. juulil 2014) :

<https://www.youtube.com/watch?v=FgwPwcf38o>

Kuidas spordiala päriselt välja näeb (2014.a. klubide MM'i finaali (Mixed division) näitel:

<https://www.youtube.com/watch?v=CcKzGaGdFuM>

Mängu üldine kirjeldus, rünnakutaktikad, kaitsetaktikad:

[http://en.wikipedia.org/wiki/Ultimate_\(sport\)](http://en.wikipedia.org/wiki/Ultimate_(sport))

Reeglid väga lühidalt:

<http://tartu.frisbee.ee/ultimate-reeglid/>

Lühireeglid veidi pikemalt (õues / suurel väljakul mängides) :

<http://www.frisbee.ee/fr1/how-to-play-2/>

Ametlik täis-reeglistik (õues / suurel väljakul mängimiseks) :

<http://rules.wfdf.org/rules/ultimate/>

http://www.wfdf.org/about/meeting-minutes/doc_download/20-rules-of-ultimate

Täis-reeglistiku kohandused sees mängimiseks:

<http://www.ukultimate.com/system/files/UKU%20Rules%20of%20Indoor%20Ultimate%202013.pdf>

Maailmas enim levinud professionaalne ketas Discraft Ultrastar, millega on võimalik stabiilselt visata:

<http://www.discraft.com/ultprod.html>

(saab tellida internetist või osta SK Tartu Ultimate käest.

Meilt ostes maksab 10.- EUR:

<http://tartu.frisbee.ee/ultimate-frisbee-kettad/>)

Erinevate visete õpetused, õpetab üks maailma kuulsamaid Ultimate'i entusiaste: Brodie Smith (esialgu piisab tagantkäe ja eestkäe (backhand, forehand) viske harjutamisest, hammer on ka väga hea vise) :

<https://www.youtube.com/playlist?list=PLFBB3F4C59E94D401>

Blogi ja erinevate harjutuste juhendid:

<http://www.ultimaterob.com/>

Väga põhjalik juhend ja palju harjutusi Ultimate Frisbee treenerile:

<http://bit.ly/UltimateTrainersManual> (pdf)

(<https://www.facebook.com/UltimateTrainersManual>)