

**РЕГБИ  
— КРУТАЯ  
ИГРА!**



**Детская  
энциклопедия регби**

ЧУЗНАЙ,  
ЧТО ТАКОЕ  
РЕГБИ!

ВОДИ В КРУГ  
ИЗБЕРИШЬСЯ!

ОЦЕНИ  
СВОИ ШАНСЫ!

ВРУБИНЬСЬ  
В ТРАВУЩИЙ!

ИЩИ ДЛЯ  
СВОИХ РУЧЕЙ!



## **Дорогой читатель!**

Эта книга никогда не появилась бы на свет, если бы не огромные сила воли и желание человека, мечтой которого было не только сделать регби популярным видом спорта в России, но и вырастить российскую команду, которая могла бы стать достойным соперником самых сильных мировых команд.

Инициатор и учредитель Национального благотворительного фонда развития детского регби, под эгидой которого вышла в свет энциклопедия, которую вы держите сейчас в руках, Алексей Соколов начал играть в регби с детства еще в далеких 1960-х и оставался предан этому виду спорта всю свою жизнь.

Возглавив в конце XX века Банковскую группу ЗЕНИТ, Алексей Аркадьевич Соколов задумал и воплотил в жизнь программу развития детского регби в России, понимая, что это главная ступень к реализации его главной мечты. Для этого в 2010 году им был создан Национальный благотворительный фонд развития детского регби, призванный поддерживать всех ребят, полюбивших этот вид спорта.

За все прошедшие с момента создания Фонда годы тысячи мальчишек, да и девчонок по всей России, стали заниматься любимым видом спорта в секциях, регулярно участвовать в соревнованиях, повышать свое мастерство и приносить первые победы. Фонд не только поддерживает школы и регбийные секции, но и способствует профессиональному росту тренеров, закупает экипировку и спортивный инвентарь, помогает командам тренироваться и выезжать на соревнования.

Почему именно регби? Алексей Аркадьевич Соколов так отвечал на этот вопрос:  
**«Регби — идеальный вид спорта для мальчишки. Ты чувствуешь команду, это очень важно: в одиночку в регби ничего не добиться...».**

И еще, как известно, регби — это игра хулиганов, в которую играют джентльмены, именно таким был Алексей Соколов, и именно такими он хотел видеть лучших игроков регби России.

Сегодня этого замечательного человека уже нет с нами, но благодаря его мудрости и дальновидности Фонд продолжает начатое им дело, а энциклопедия задумана как очередная веха к достижению мечты Алексея Аркадьевича Соколова!

Регби — это братство, которое объединяет лучших из лучших!

Присоединяйтесь!







## О чём и для кого эта книга

Эта книга не просто энциклопедия. Захватывающие истории, интересные случаи, яркие люди — все это мир регби. Три миллиона человек по всему миру играют в регби. Почему? Что делает эту игру такой привлекательной? Энциклопедия расскажет тебе об удивительной игре, объединяющей самых разных людей, о ее правилах и истории, командах и чемпионатах. Знаешь, что особенно классно? Книга написана специально для тебя и твоих друзей, она не рассчитана на скучных и серьезных взрослых.

Читать ее легко: в книге всего семь разделов. Каждой теме посвящена отдельная страница, прочесть ее можно всего за пару минут.

Ты можешь читать книгу и по порядку, и с любого места. Выбери раздел в содержании или открой регби-книгу наугад. Неважно, как ты будешь читать — игра регби так увлекательна, что постигать ее можно любым способом. Хотя лучше всего делать это прямо на игровом поле. 😊





## **Содержание**

<b>Раздел 1: Первое знакомство.....</b>	5
Как появилось регби.....	7
В чем смысл игры?.....	9
Поле (площадка) и ворота.....	11
Мяч.....	13
Команда, функции игроков.....	15
Форма (экипировка).....	17
Кто здесь главный? (судьи).....	19
<b>Раздел 2: Кодекс регби.....</b>	21
Философия регби.....	23
Регби и безопасность. Регби и допинг.....	25
<b>Раздел 3: Игра началась!.....</b>	27
Начало игры. Способы ведения игры.....	29
Стандартные положения и комбинации в игре: схватка, рак, мол.....	33
Стандартные положения и комбинации в игре: аут, коридор, метка.....	35
Ключевые особенности игры.....	37
<b>Раздел 4: Мир регби.....</b>	39
Страны, группы и уровни.....	41
Международный совет регби (World Rugby).....	43
Кубок мира по регби - с 1987 года.....	45
Элита регби: Кубок 6 наций.....	47
Главные клубные турниры.....	49
Лучшие сборные мира. Новая Зеландия (All Blacks), Австралия.....	51
Лучшие сборные мира. ЮАР. Франция.....	53
Суперзвезды регби.....	55
Стадионы регби.....	59
Болельщики.....	63
Регби и здоровый образ жизни.....	65
Регби в мировой культуре.....	69

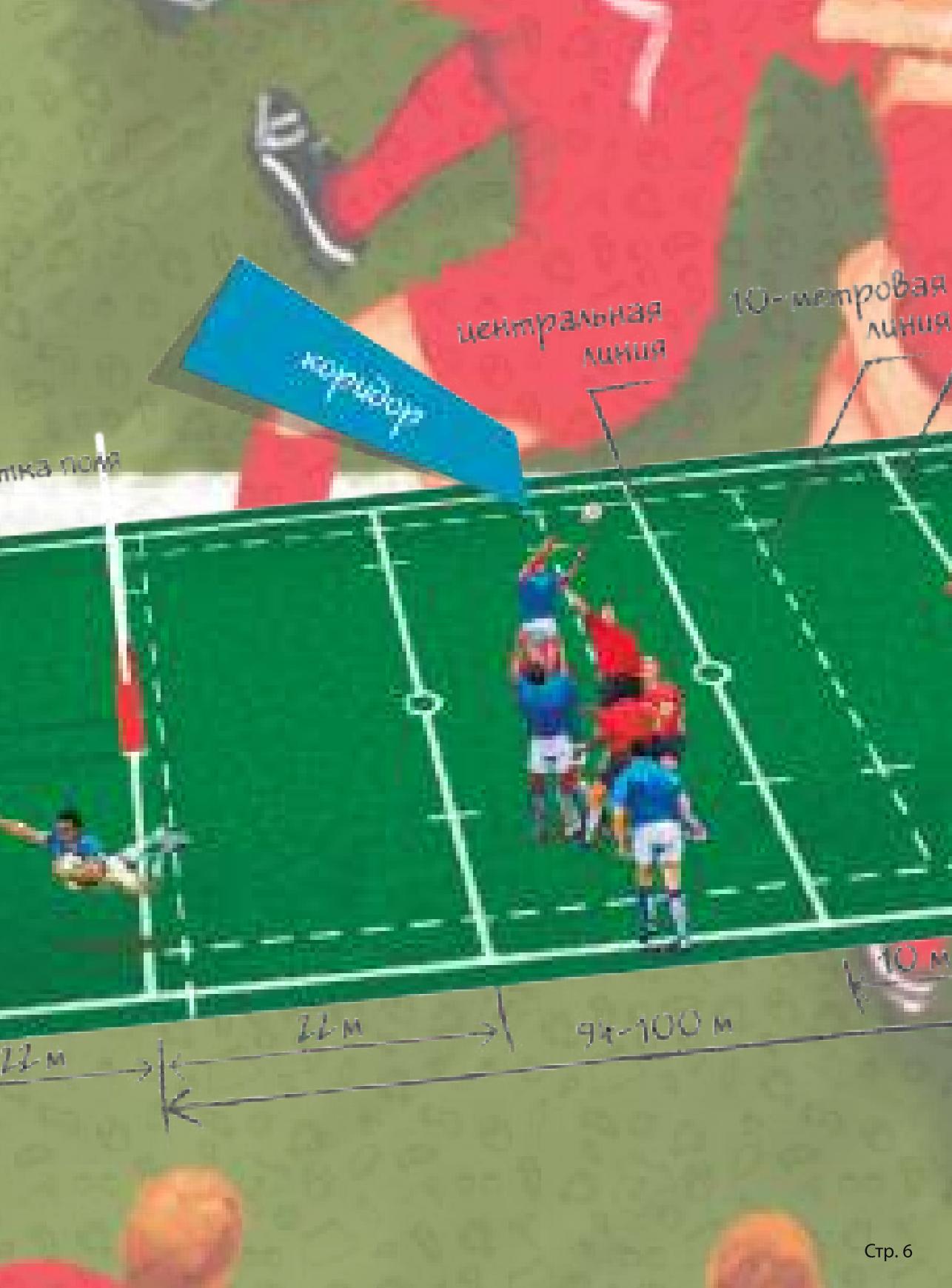
<b>Раздел 5: Пол и возраст в регби.....</b>	73
Женщины в регби.....	75
Мини-регби и регби для детей.....	79
Регби для подростков.....	83
Старость? Не для регби!.....	85
<b>Раздел 6: Регби в России.....</b>	87
Зарождение и история регби в России.....	89
Регби в России сейчас.....	93
Клубы.....	97
Турниры.....	99
<b>Раздел 7: Будущее регби.....</b>	101
Бывший олимпийский... Будущий олимпийский?.....	103
Будущее регби в России.....	105
Словарь регби.....	107



# РАЗДЕЛ 1: ПЕРВОЕ ЗНАКОМСТВО

Когда, где и как появилось регби? Какие игры являются его родственниками? Каковы особенности у регбийного поля, мяча, ворот, формы игроков? В этой главе ты найдешь ответы, а также узнаешь о том, как организованы команда регби и судейство на матче.





# КАК ПОЯВИЛОСЬ РЕГБИ

В отличие от многих игр, история появления которых уходит во тьму веков, у регби есть год рождения: 1823. Было это так.

Во время футбольного матча между учащимися школы города Регби (Rugby) — ученик Уильям Уэбб Эллис схватил мяч в руки и побежал к воротам соперника. Это было возмутительное нарушение правил, и Уильяма изгнали с поля!

*Публичная школа Регби в английском графстве Уорикшир была основана аж в XVI веке, в 1567 году!*

*В ней учились мальчишки, в будущем строгие джентльмены, а пока обычные шалопаи. Уильяму Уэббу Эллису, когда он «изобрел» регби, было чуть больше, чем тебе — всего 16 лет. Теперь он — настоящая легенда. Его именем названа самая престижная награда: Кубок Уэбба Эллиса вручается победителю Кубка мира по регби. Возле школы, где учился Уилл и где произошел судьбоносный матч, установлена статуя — юноша с овальным мячом в руках. На стене школы висит памятная доска, на которой написано:*



Теперь маленький городок Регби известен на весь мир, потому что его именем названа игра! Как видишь, нарушать правила иногда полезно. ☺



По другой версии, похожие на регби игры с мячом были еще в Древнем мире.

Римляне завезли игру гарпастум на Британские острова. Игра стала народной.



# В ЧЕМ СМЫСЛ ИГРЫ?

Регби — командная игра с мячом овальной формы на поле с воротами в виде буквы «Н».

Цель игры: передавая мяч друг другу руками или ногами, приземлить его в засчетном поле или забить в ворота соперника. За это команде начисляются очки. Побеждает та команда, которая к концу игры набрала больше очков.

По преданию, после судьбоносного матча, захвата мяча руками и удаления с поля, Уильям Уэбб Эллис спросил тренера: «Сэр, разве это был не гол?», на что тренер ответил: «Нет, но отличная попытка». Так появился важный в регби термин: «попытка» — мяч, занесенный в засчетное поле соперника и положенный там на землю.

За «попытку» и ее «реализацию», а также за некоторые другие действия команде начисляются очки.

Счет в регби определяется суммой очков, набранных каждой командой. Узнай подробнее, за что начисляются очки, на странице 31.





Итак, у регби есть свои праотцы.

Это футбол, а также английские народные игры с мячом. Хотя регби родилось из футбола, но это совсем другая игра. Регбисты не любят, когда их сравнивают с футболистами.

Есть у него и родственники: регби-13, американский футбол, австралийский футбол и другие.

Не путай регби с его братьями, дядями и племянниками!

Мы еще вернемся к отличительным особенностям регби. А сейчас познакомься с вещами, без которых играть в регби никак не получится. Это поле, ворота, мяч, игроки и судьи.

# ПОЛЕ (ПЛОЩАДКА) И ВОРОТА

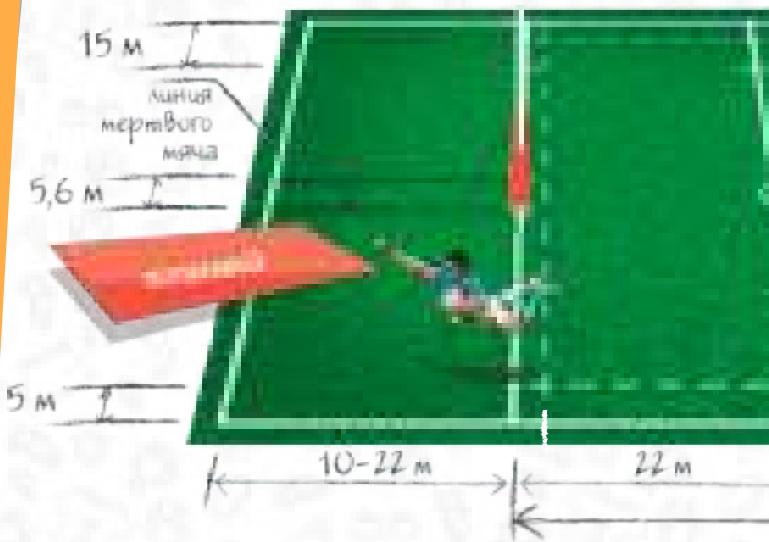
► Регби — игра на открытом воздухе, на стадионе.

- Поле для игры прямоугольное, длина его не должна превышать 100 м, а ширина — 70 м. Поле может быть и меньше, но ни в коем случае не больше. На поле есть разметка, все эти линии важны: зашел не за ту линию — и твоей команде назначают штрафной.
- Место, где происходит игра, состоит из игрового и зачетного поля. Игровое поле ограничено боковыми линиями и линиями ворот. Перед линией ворот проходит линия 22 метров, а за линией ворот находится зачетное поле. За зачетным полем следует зона мертвого мяча.

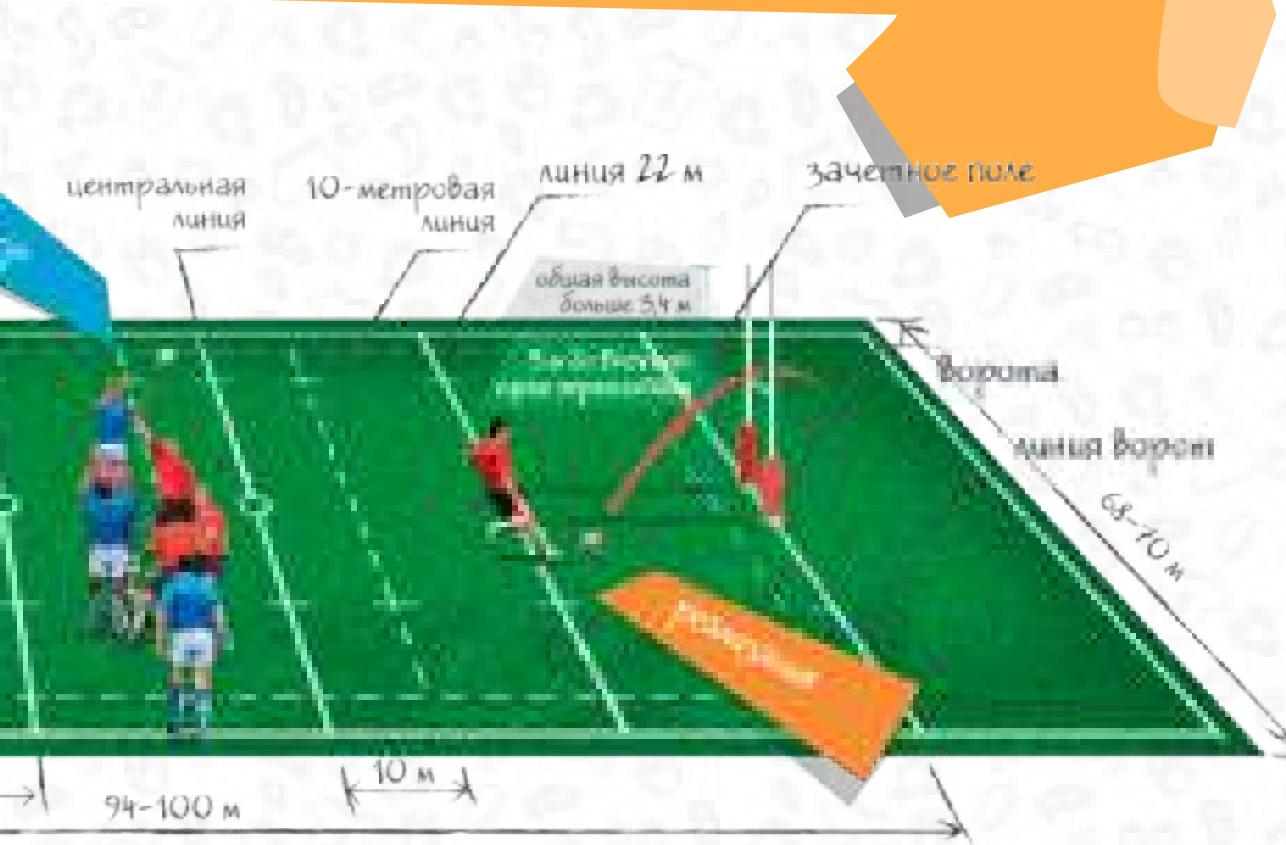
Площадка для регби обычно покрыта травой, реже — землей или песком. Для игры в регби подходит и футбольное поле, но с другой разметкой.

Самое главное: поверхность ни в коем случае не должна быть жесткой, на поле не должно быть острых предметов.

Разметка поля



- ▶ Поле разделено центральной (средней) линией, благодаря которой команды точно знают, где чья половина.
- ▶ Прерывистые линии наносятся в 10 м от центральной линии и в 5 м — от боковых.
- ▶ Прерывистыми линиями обозначаются 10-метровые расстояния от центральной линии поля и 5-метровые — от боковых линий.
- ▶ На обеих линиях ворот находятся сами ворота в форме буквы Н. Они очень необычные и скорее похожи на планку для прыжков с шестом.



# МЯЧ

Почему все-таки мяч овальный? Первые мячи были изготовлены... из мочевых пузырей свиней! По форме они больше напоминали сливу, а не дыню. Насосов тогда не было, и мяч надували как воздушный шар — ртом.

Первый мяч, похожий на современный, появился в 1835 году. Его придумал сапожник Уильям Гилберт. И сейчас фирма GILBERT — один из основных производителей регбийных мячей.

Регбийный мяч — не такой, как обычные мячи: он овальный и похож на дыню. Часто между собой игроки его так и называют: дыня!

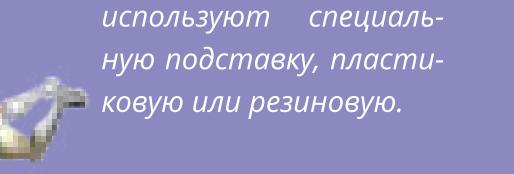
Раньше мячи делали из кожи, сейчас это чаще специальная рельефная резина с микровыпуклостями. До прихода новых технологий мячи, изготовленные из кожи, покрывались специальным водостойким составом, отталкивающим грязь. От этого руки меньше скользили, и мяч легче было удержать.

## ПАРАМЕТРЫ РЕГБИЙНОГО МЯЧА

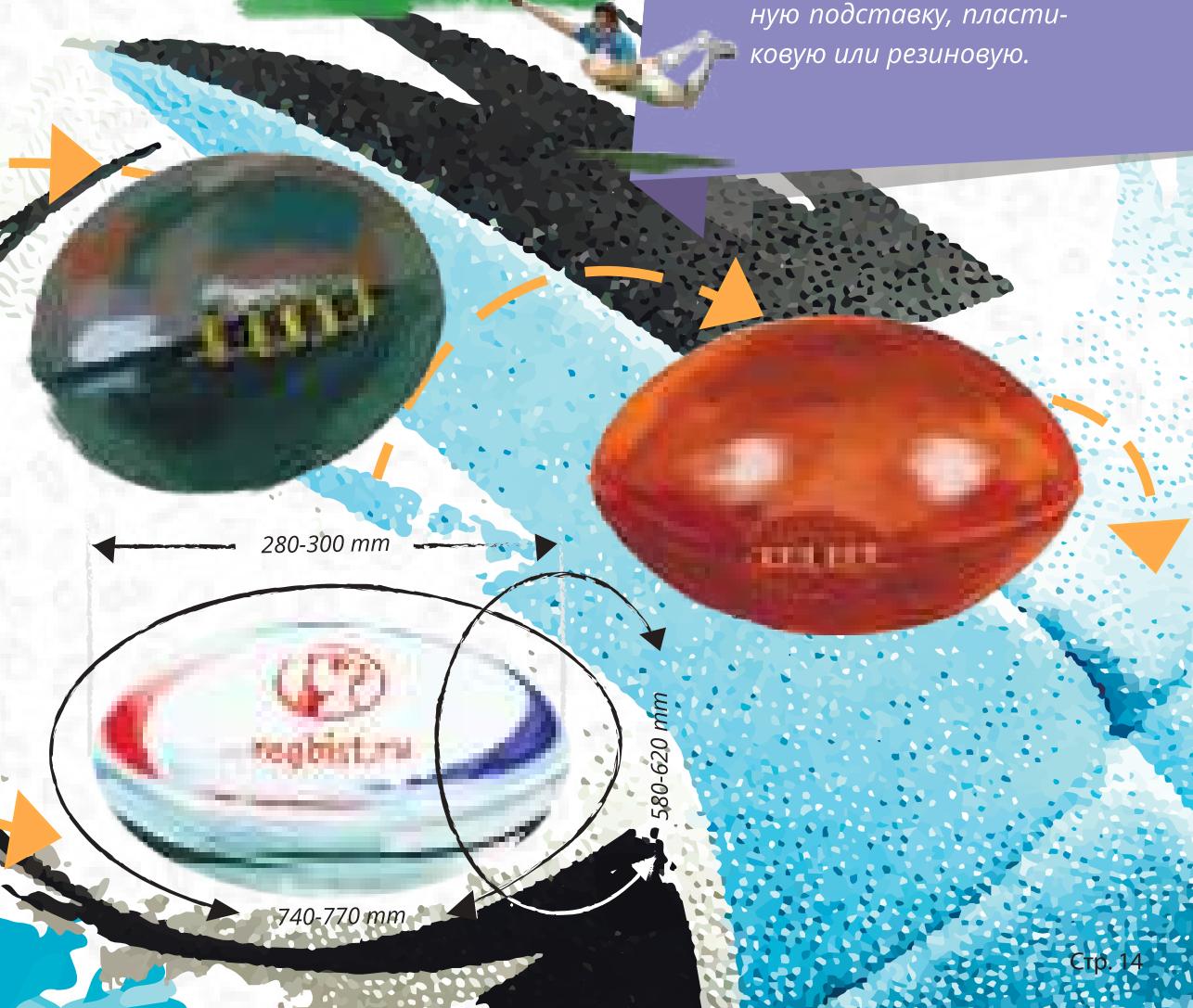
- ▶ Вес — 410–460 г
- ▶ Длина — 280–300 мм
- ▶ Продольная окружность — 740–770 мм
- ▶ Поперечная окружность — 580–620 мм
- ▶ Давление внутри мяча — 0,67–0,7 кг/см<sup>2</sup>.



— Когда пробивают реализацию или штрафной, то мяч стоит на поле почти вертикально. Почему он не падает? Он же овальный, неустойчивый!



— Для того чтобы мяч стоял вертикально во время ввода в игру, используют специальную подставку, пластиковую или резиновую.



# КОМАНДА, ФУНКЦИИ ИГРОКОВ

Команда регби состоит из 15 игроков — 8 нападающих и 7 защитников. Ты легко определишь, кто есть кто, по номеру на майке игрока: №1 - 8 — нападающие, №9 – 15 — защита.

## Игроки первой линии (№1 - 3)

— самые мощные: они чаще всего контактируют с соперниками, оказывают и принимают давление в схватке, раке и моле. Поэтому у них сильные руки и торс, отличная выносливость.

**№1, 3 (столбы)** поднимают игрока в коридоре, а **№2 хукер** стремится первым отыграть мяч в схватке и вбрасывает мяч в коридор из аута.

## Игроки второй линии (№4-5, замки)

— самые высокие. Это их поднимают вверх игроки своей команды, чтобы побороться за мяч, брошенный хукером из аута.

## Игроки третьей линии (№6-7, фланкеры)

— сочетают мощь и мобильность. Их цель — перехватить мяч с помощью захватов, они много играют руками.

## №8 так и называется: «восьмерка».

Он — связующее звено между нападением и защитой. Его задача — хорошо видеть все поле и быстро бегать.

## №9 — полузащитник схватки.

Важен и в защите, и в нападении. В идеале это самый шустрой игрок с глазами на затылке.



## №10 — Флайхав.

Это мозг команды, ее дирижер. Получив мяч от №9, он моментально анализирует игровую ситуацию и решает, как действовать дальше. Это не только быстрый и техничный игрок, но и аналитик!

- Схватка, рак, мол, коридор — что это такое? Ничего не понятно. 😐
- Это стандартные положения регби, которые возникают во время игры. Узнай об этом в Разделе 3 «ИГРА НАЧАЛАСЬ!»



У каждого игрока свои задачи на поле, поэтому игроки нападения и защиты так сильно отличаются друг от друга, и в регби находится место для самых разных людей — высоких и маленьких, крупных и худых.

### **№12-13 — Центральные трехчетвертные.**

Игроки одновременно сильные и быстрые. Работая в защите, они включают мощь, а в нападении — скорость.

### **№11, 14 — Крайние трехчетвертные.**

Самые быстрые ребята на поле. В нападении они убегают от соперника и стремятся положить попытку, а в защите — наоборот, догоняют противника, чтобы тот не положил попытку.

### **№15 — Фулбэк (Замыкающий, или оттянутый).**

Как помпон на шапке, болтается в конце, за всеми следит и регулирует всё, что зашло слишком далеко — будь то мяч или прорвавший защиту игрок соперника.

# ФОРМА (ЭКИПИРОВКА)

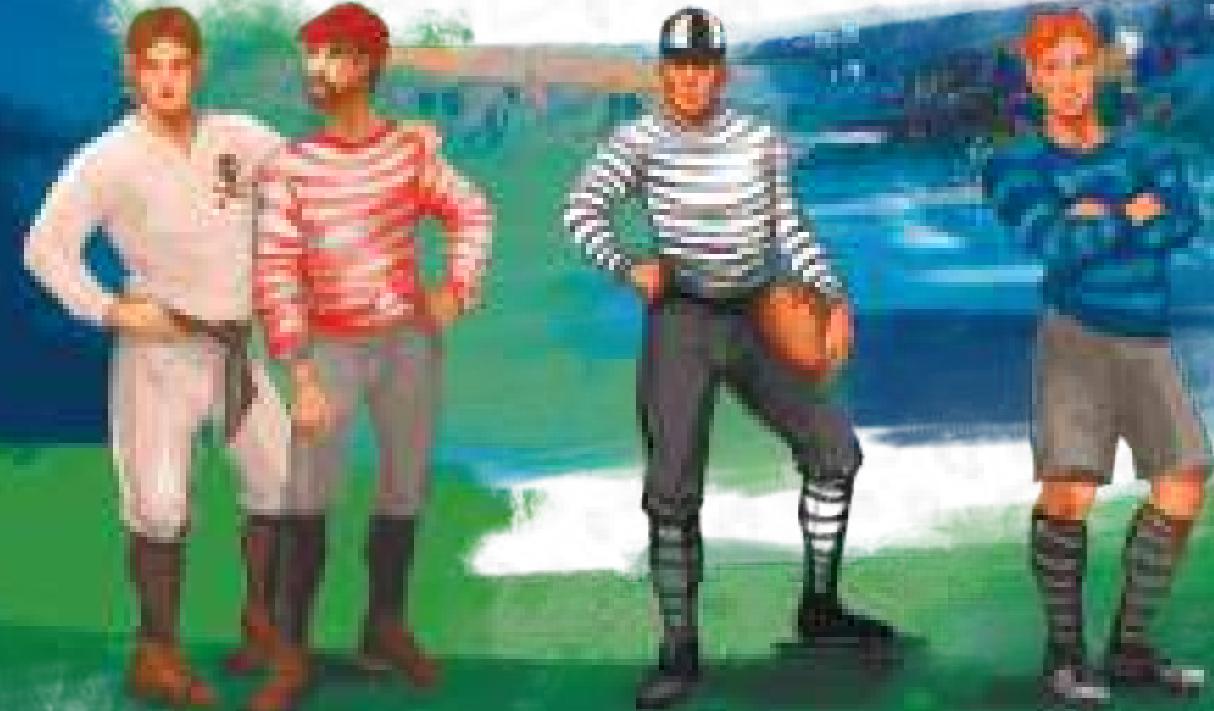
## Форма в первые годы регби

Впервые форма для регби появилась в 1839 году: тогда принадлежность к команде обозначалась одинаковыми головными уборами, а в остальном каждый одевался сам как ему удобно. Например, в середине XIX века на матче, который почтила своим присутствием королева Великобритании Аделаида, одна из команд вышла в темно-красных бархатных шапочках.

К концу XIX века форма для матчей была такой: темные брюки, полосатый черно-красный верх и длинные носки.

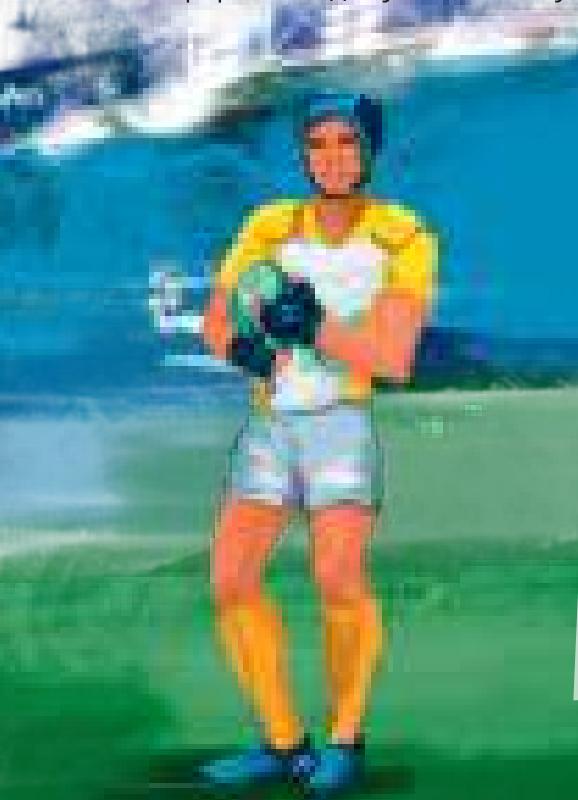
## Современная форма

Сейчас форма игроков строго определена: на всех частях экипировки должен стоять знак соответствия стандарту WR (Мировая федерация регби). Форма включает одежду и обувь — шорты, регбийку, гетры и бутсы.





Оригинальность в одежде не приветствуется: игрока, одетого не по форме, не допустят к матчу.



В 1872 году во время встречи сборных Англии и Шотландии в ожесточенной борьбе за мяч с одного из шотландских игроков сорвали форму. Шотландцы играли в своей национальной одежде: вместо брюк у них были килты (клетчатые юбки). Товарищи по команде тут же обступили обнаженного игрока, скрыв его от нескромных глаз. Кто-то быстренько принес плащ, и в нем игрок отправился в раздевалку.



Кроме того, у игроков может быть защитное снаряжение: наколенники, налокотники, щитки для голени, перчатки без пальцев, накладки для верхней части туловища (предплечья, плечи, грудь, диафрагма), капа (силиконовая защита для зубов) и шлем. Хотя защита не является обязательным требованием, игроки стараются ее носить. Безопасность — прежде всего! Именно поэтому правила запрещают все, что может нанести травму: жесткие и острые предметы, зажимы, кольца, застежки-молнии, винты, любые ювелирные украшения.

# КТО ЗДЕСЬ ГЛАВНЫЙ? (СУДЬИ)

Кто начисляет очки, удаляет нарушителей и в целом принимает решения во время матча? Конечно, судья! На каждом регбийном матче работают три судьи: главный судья, его еще называют судья в поле, и два его помощника — боковые судьи. Судей назначают организаторы матча.



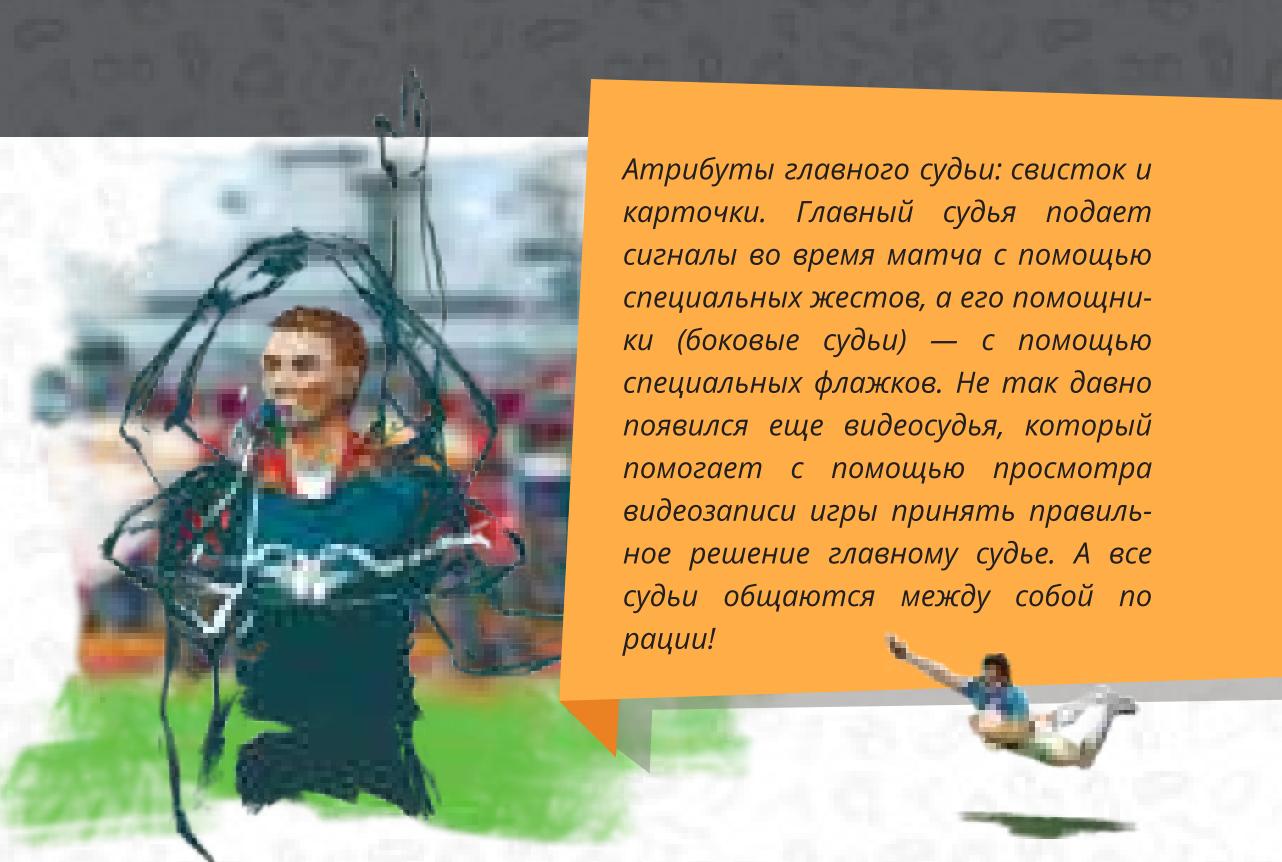
Главный судья во время игры перемещается по полю, боковые судьи двигаются вдоль боковых линий и наблюдают матч как бы со стороны. Главный судья — человек ответственный и компетентный. Он должен не только досконально знать все правила регби — ему необходимы быстрые ноги и острое зрение. Судья в поле следит за тем, чтобы все правила соблюдались, и карает нарушителей. Зачем же тогда нужны помощники судьи?

Зачем нужны боковые судьи?

Выбери один правильный вариант ответа:

1. Главный судья может устать и пойти отдохнуть, попить чаю. В это время боковые судьи выполняют его работу.
2. Главный судья может быть подкуплен. Боковые судьи — это мера против коррупции.
3. Боковые судьи нужны для объективности: им с двух разных точек видно то, что может не заметить судья в поле. Боковые судьи подают сигналы об ауте, успешном ударе по воротам и о грубой игре.

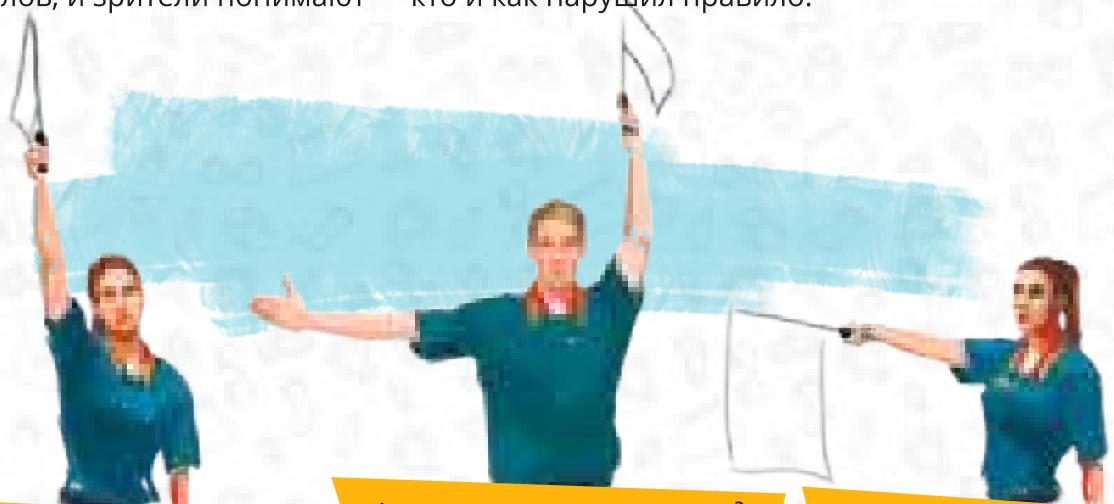




Атрибуты главного судьи: свисток и карточки. Главный судья подает сигналы во время матча с помощью специальных жестов, а его помощники (боковые судьи) — с помощью специальных флагов. Не так давно появился еще видеосудья, который помогает с помощью просмотра видеозаписи игры принять правильное решение главному судье. А все судьи общаются между собой по радио!



Главного судью можно было бы назвать мастером пантомимы: он использует 50 различных знаков руками и корпусом. Это для того, чтобы игра не теряла темп: так игроки на поле понимают судью мгновенно, без слов, и зрители понимают — кто и как нарушил правило.



Успешный удар по воротам

Аут и указание, какая команда будет вбрасывать мяч

Грубая игра

## РАЗДЕЛ 2: КОДЕКС РЕГБИ

Что объединяет игроков в регби, помимо самой игры? Узнай о принципах, которым следуют игроки. Именно эти принципы делают регбистов членами благородного клуба — лиги выдающихся джентльменов!

**ЧЕСТНАЯ  
И СПРАВЕДЛИВАЯ ИГРА**

**СТРАСТЬ**





**УВАЖЕНИЕ**

**ДИСЦИПЛИНА**

**СОЛИДАРНОСТЬ  
И ДРУЖБА  
НА ВСЮ ЖИЗНЬ**

# ФИЛОСОФИЯ РЕГБИ

Может быть, ты слышал такое высказывание: «Футбол — игра джентльменов, в которую играют хулиганы. Регби — это игра хулиганов, в которую играют джентльмены»? Откуда оно пошло?

Это высказывание пошло с тех пор, когда в регби играли только истинные джентльмены — представители высшего общества в Англии. Так происходит и сейчас, но теперь неважно, кто ты — аристократ или простой горожанин. Регбист — джентльмен не по крови, а по духу. Истинный джентльмен ведет себя достойно в любых ситуациях, он владеет своими эмоциями, благороден не только в поступках, но и в мыслях. В других видах спорта часто важна победа любой ценой. В регби это не так. Здесь гораздо важнее чувство локтя, красота и слаженность самой игры. За соблюдением кодекса чести регби следит серьезная мировая организация World Rugby (Международный союз регби).

## «ДА» РЕГБИ

**Ответственность и дисциплина:** честное и справедливое соблюдение правил лежит в основе каждой игры. Регбист уважает правила и с достоинством несет наказание за их нарушение.

**Уважение и достоинство:** что бы ни происходило на площадке и за ее пределами, регбист демонстрирует выдержку, мужество, волю. Регбист уважает тренера, товарищей по команде, соперников и, конечно, судей.

**Командный дух:** регбист играет не за себя, а за всю команду; он знает, что такое чувство локтя, и всегда находится в чуткой связке с товарищами по команде. Только так приходит победа!

**Верность:** регбистов объединяет настоящее братство, которое дает начало дружбе за пределами поля и на всю жизнь.

**Мировое братство:** если ты регбист, для тебя нет границ. Игроки регби — выше национальных, географических, политических и религиозных различий. Неважно, играешь ты на дворовой площадке или в финале Мирового кубка,



ты регбист, и этим все сказано! Этот уникальный дух регби сохраняется со временем его возникновения и до наших дней.

### «НЕТ» РЕГБИ

**Нет сильных и слабых.** Есть команда, где у каждого своя роль.

**Нет молодых и старых.** Есть компания друзей, объединенных любовью к Игре.

**Нет симуляций.** Игрок, лежащий на поле и театрально изображающий боль, — это не про регби.

**Нет злости.** Есть энергия и адреналин, и они направлены на волю к победе.

**Нет ругани.** Регбист не использует матерную брань, не оскорбляет соперников и никогда не спорит с судьей!

Простите, Вам, наверное, неудобно?



### Хочешь стать настоящим мужчиной — играй в регби!

Регби появилось в нужное время в нужном месте: с начала XIX века в Англии стали популярны идеи о здоровом образе жизни и пользе спорта как его части. В регби начали играть студенты престижных английских университетов и колледжей — Оксфорда, Кембриджа, Итона. Это сделало регби уважаемой игрой, укрепило ее репутацию. И до сих пор во многих странах мира регби считают не видом спорта, а способом воспитания мужчин. «Нет игры, которая более отвечала бы вкусу сильных и закаленных людей...» — сказал о регби автор детективов о Шерлоке Холмсе Артур Конан Дойл.



# РЕГБИ И БЕЗОПАСНОСТЬ. РЕГБИ И ДОПИНГ

## Самый честный командный вид спорта

В спорте есть понятие fair play, честная игра. Во многих командных играх проявление благородства зависит от отдельных игроков, но в регби fair play возведено в правило и даже культ. Fair play — фундамент, на котором построено регби. Только на первый взгляд кажется, что в игре, особенно в эпизодах схваток, раков и молов, царит хаос. Если бы так было на самом деле, игра стала бы невозможной и даже опасной, а безопасность — одно из главных правил регби. Да, в регби много жестких моментов. Но не путай жесткость и грубость!

## Тана Умага — пример регбийного благородства

Даже когда на кону драгоценные очки и победа в престижном матче, истинный регбист поставит fair play выше сиюминутного выигрыша. Вот как, например, поступил игрок сборной Новой Зеландии в матче со сборной Уэльса 21 июня 2003 года. Во время одной из атак новозеландцев капитан сборной

К грубой игре относятся: блокирование мяча, столкновение с другими игроками, не владеющими мячом, в свободной игре, причинение противнику физического вреда и многое другое. Намеренное нарушение правил — это тоже грубая игра!



Уэльса Колин Чарвис получил очень опасный удар, от которого закусил собственный язык и потерял сознание. В это время Тана Умага владел мячом, но он оценил ситуацию и, оставив мяч, бросился на помощь потерпевшему сопернику. Умага видел, что сейчас от его скорости, возможно, зависит жизнь капитана соперников, он действовал быстро и хладнокровно: подбежал к Чарвису и моментально оказал первую помощь: повернул голову и помогал проглотить язык.

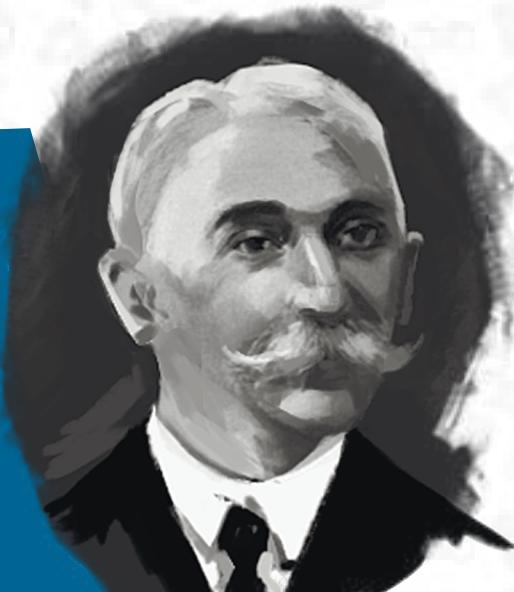


## Медаль Пьера де Кубертена

Барон Пьер де Кубертен — величайший человек в мире спорта. Именно ему мы обязаны тем, что в современном мире проводятся Олимпийские игры. Он восстановил традицию, провел первые со временем античного мира игры в 1896 году и долгое время был президентом Олимпийского комитета. Медаль, названная в честь Пьера де Кубертена, вручается не за победу, а за выдающиеся проявления спортивного духа. Многие считают ее высшей олимпийской наградой и ценят больше, чем золотую олимпийскую медаль.

Сейчас уже мало кто помнит, кто выиграл тот матч, но многие помнят поступок Тана.

За него Тана Умага получил самую престижную награду в мире спорта — медаль Пьера де Кубертена!

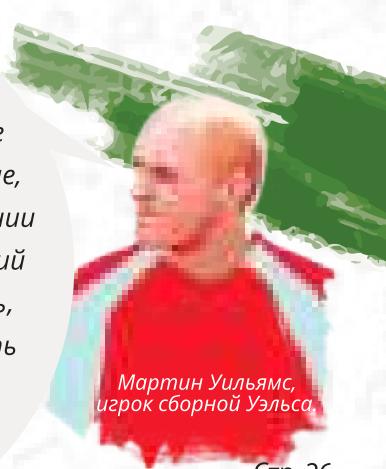


Международный союз регби и Всемирное антидопинговое агентство (World Anti-Doping Agency — WADA) строго следят за тем, чтобы игроки не употребляли допинги, и проводят антидопинговую кампанию «Держите регби в чистоте!» (Keep Rugby Clean).

— В жизни есть вещи важнее, чем игра, и многие из них могут ранить больше, чем поражение. При поражении ты проснешься на следующий день и продолжишь жить, а с Чарвисом все могло быть куда хуже. Мы восхищены поступком Тана!



Мартин Уильямс,  
игрок сборной Уэльса



# РАЗДЕЛ 3: ИГРА НАЧАЛАСЬ!

Итак, все готово к игре. Начинается самое интересное. В этом разделе ты узнаешь о том, что происходит на поле во время игры, о правилах и что бывает за их нарушение, о том, как начисляются очки. Готов? Поехали!





# НАЧАЛО ИГРЫ. СПОСОБЫ ВЕДЕНИЯ ИГРЫ

**Начальный удар:** игра начинается ударом по мячу с центра поля. После этого игроки команд устремляются вперед. Их цель — пробиться через защиту соперника, пася мяч или входя в контакт, догнать и захватить соперника, отобрать мяч и, конечно, занести попытку.

Важно: пас руками разрешен только назад и вбок, играть вперед, то есть передавать мяч игроку своей команды, который ближе тебя к зачетной зоне соперника, — нельзя. Если игрок случайно все-таки передал мяч вперед, судья назначает схватку.

А если судья заметил, что игрок сделал это специально — тогда назначается штрафной удар. О схватке читай на странице 33, о штрафном — на странице 31.

Что делают игроки, чтобы донести мяч в зачетную зону соперника? Они ловят мяч руками и бегут с ним, передают мяч другому игроку, бьют по мячу ногами, захватывают мяч и падают на него, атакуют и толкают соперника, владеющего мячом. Все действия одной команды направлены на то, чтобы пробиться в зачетное поле соперника, а от слаженности

— Как команды решают, кто начинает игру?

— Перед началом игры судья проводит жеребьевку. Команда гостей выбирает сторону монеты (орел или решка). Судья подбрасывает монету. Капитан выигравшей жребий команды выбирает право первого удара или сторону поля.

*Справедливо?*



взаимодействия игроков зависит успех в игре. И здесь очень важна командная работа. Все эти действия подробно регулируются правилами. Хочешь узнать все подробности?



Читай здесь: <http://laws.worldrugby.org/index.php?&language=RU>

## Самый долгий матч

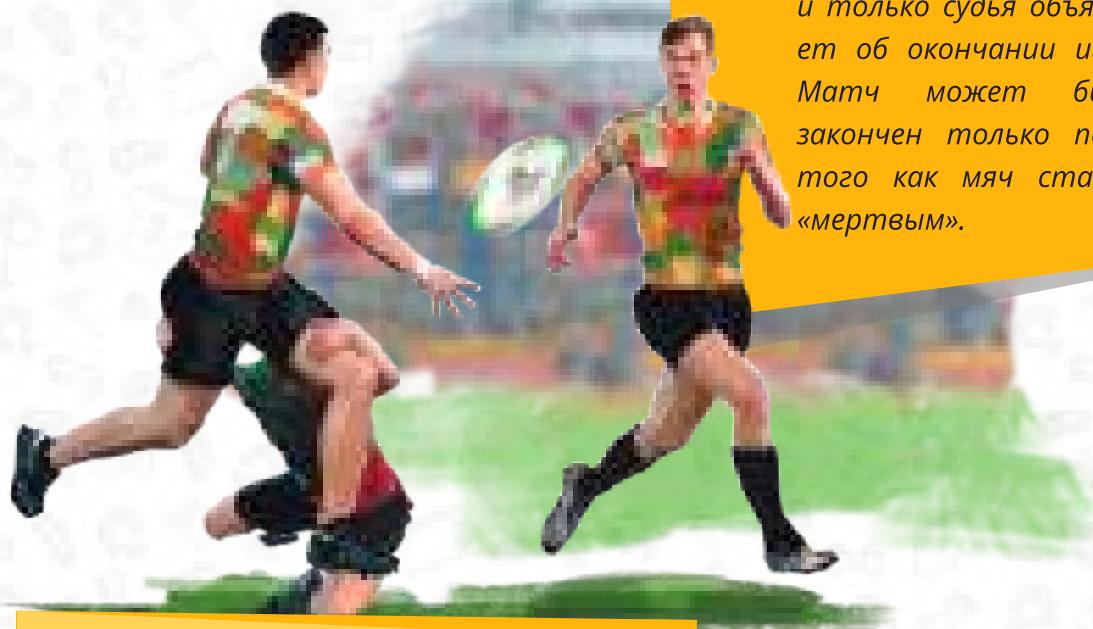
Самый долгий матч в истории регби состоялся 22–23 июля 2011 года в Англии.

Встреча команд «Мали Лайонс» и «Конглтон Беарс» продолжалась 24 часа 30 минут и 6 секунд. Игра завершилась победой «львов» 894 : 715.

В матче приняли участие 44 игрока.

## ВРЕМЯ ИГРЫ

Два тайма (по 40 минут каждый) с перерывом между ними, установленным организаторами матча, но не превышающим 15 минут. После перерыва команды меняются половинами поля. В конце матча судья может добавить время, и только судья объявляет об окончании игры. Матч может быть закончен только после того как мяч станет «мертвым».



## КАКОЕ ПРАВИЛО ЗДЕСЬ ЛИШНЕЕ?

- 1) Пасуй только назад или в сторону.  
*Вперед — нельзя!*
- 2) Если мяч по-другому не удержать — падай на него!
- 3) Бей соперника, пока судья не видит!

Главное правило регби:  
пас можно отдавать  
только назад или в сто-  
рону. *Вперед — нельзя!*

## Начисление очков

Команды получают очки не только за попадание мяча в ворота (мяч должен пролететь между штангами и над перекладиной), но и за другие действия на поле. Очki команде приносят: попытка (5 очков), реализация попытки (2 очка), гол со штрафного удара (3 очка), дроп-гол (3 очка). Посмотри, как это происходит.

### Попытка (Try)

Игрок заносит мяч в засчетное поле соперника и приземляет его там. Он может просто положить мяч на землю или упасть на мяч, то есть касается мячом земли или падает на мяч. Удачная попытка = 5 очков. Иногда положить попытку мешает грубая игра противника. Тогда судья назначает штрафную попытку по центру ворот, за это команда получает также 5 очков.

### Реализация попытки (Conversion)

Команда, сделавшая (положившая) попытку, получает право на удар по воротам. Он выполняется из точки напротив места приземления мяча. Бьющий игрок сам выбирает удобное расстояние от засчетной линии. Если после попытки игрок пробил и мяч пролетел над перекладиной между стойками ворот, попытка реализована. Реализация попытки = 2 очка.

### Штрафной удар (Penalty)

За некоторые нарушения правил по воротам проштрафившейся команды назначается штрафной удар. Он пробивается из точки нарушения по тем же правилам, что и реализация попытки. Результативный штрафной удар = 3 очка.



## Дроп-гол (Drop goal)

В любой момент матча любой игрок может выполнить удар по мячу, который отскочил от земли. В случае удачного удара — попадания мячом в ворота соперника, — команда заработает 3 очка! Это и называется дроп-гол.

По правилам регби, гол, забитый ударом с руки, не засчитывается: регбист должен обязательно ударить мяч о землю.



— Что такое мертвый мяч?

— Мертвый мяч в регби — это мяч вне игры. Мяч становится мертвым, если он попал в аут, если игрок с мячом нарушил правила. Мертвый мяч — это игровая ситуация, когда игру можно продолжить только после остановки — свистка судьи.



# СТАНДАРТНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ И КОМБИНАЦИИ В ИГРЕ: СХВАТКА, РАК, МОЛ

Стандартные положения и комбинации регби – это ситуации, которые возникают во время игры или же назначаются судьей. К ним относятся схватка, рак, мол, аут и коридор, чистая ловля (метка), захват, а также уже известные тебе свободный и штрафной удары.

## Схватка (scrum)

Схватка — стандартное положение, которое назначается судьей за нарушение правил (игра вперед, мяч стал «мертвым»). После того как правило было нарушено и игра остановлена, ее надо начать снова — возобновить. Судья подает специальный знак «Схватка», и игроки определенным образом выстраиваются на поле.

Неболее 8 игроков от каждой команды встают друг напротив друга. Игроки каждой команды создают три линии, обхватывают друг друга руками — а затем соперники смыкаются.

Получается довольно узкое пространство, в него вбрасывается мяч. Вот тут-то и начинается собственно схватка: игроки-соперники пытаются друг друга продавить, потеснить, перетолкать. Все для того, чтобы завладеть мячом, зацепить его ногой (руками в схватке играть нельзя) и вывести из тоннеля со своей стороны на поле. Со стороны кажется, что они толкаются и пихаются довольно жестко, но судья не дремлет! Как только мяч вышел из схватки — схватка окончена и игра продолжается в свободном режиме.

Преимущество получает та команда, которая по окончании схватки владеет мячом.



## **Рак (Ruck)**

В отличие от схватки, которая назначается судьей, рак возникает сам, в процессе игры. Чаще всего игрока с мячом захватили и повалили. Вокруг лежащего игрока собираются игроки обеих команд. Они, конечно, не ложатся рядом, а всеми силами пытаются заполучить мяч. Рак сформирован, над игроком с мячом есть игроки и своей команды, и команды соперника. Рак заканчивается, когда мяч выводится на поле.



*В схватке все участники стоят. Если игрок упал с мячом на землю в процессе игры — над ним формируется рак.*



## **Мол (Maul)**

Мол — оригинальный способ продвигать мяч в сторону зачетной зоны соперника. В этом случае игроки (один из них с мячом) сцепляются между собой примерно, как в раке, только игрок с мячом не лежит, а стоит, и мяч не касается земли. Сформированная группа движется к зачетной зоне соперника, а тот строит встречный мол, чтобы сдержать нападающих. Мол — очень яркий элемент игры! Представь себе группу игроков, которые, сцепившись, как гигантская колония муравьев, перемещается по полю!

# СТАНДАРТНЫЕ ПОЛОЖЕНИЯ И КОМБИНАЦИИ В ИГРЕ: АУТ, КОРИДОР, МЕТКА

## Аут (Out)

Боковые линии ограничивают игровое пространство. Любое положение, в котором мяч оказывается за боковой линией, называется аут. Мяч выходит в аут двумя способами: игрок с мячом может случайно заступить за боковую линию любой частью своего тела либо мяч вылетает за боковую от удара.

## Коридор (Line-out)

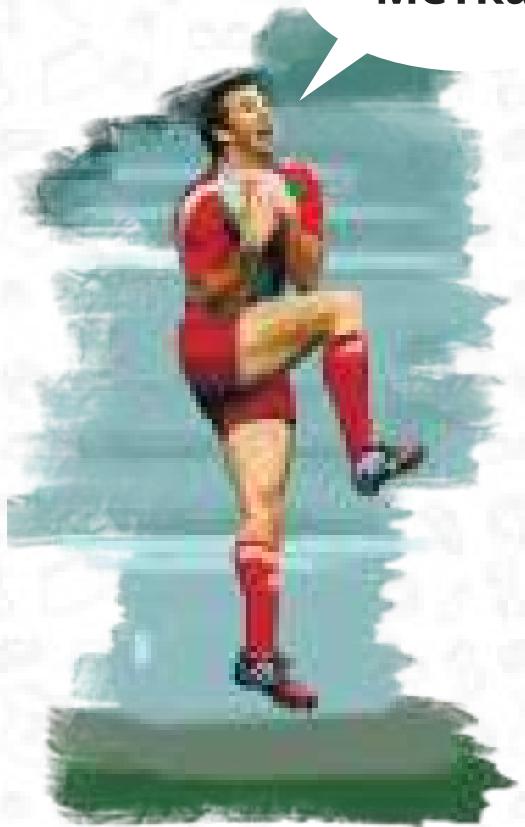
После выхода мяча в аут судья для возобновления игры назначает коридор. Равное количество человек от каждой команды (или меньшее со стороны противника) выстраиваются в ряд друг напротив друга. В образовавшийся коридор из-за боковой линии вбрасывается мяч. Команды делают все возможное, чтобы завладеть мячом: часто нападающие поднимают за бедра самых высоких игроков, чтобы они первыми схватили мяч в воздухе.

# Метка!

## Метка

Если вблизи своего зачетного поля (в зоне 22 метров от своей зачетной линии) игрок поймал мяч, летящий от противника, и не сделал с ним ни одного шага, он поднимает руку и объявляет: «Метка!» Отсюда он получает право разыграть свободный удар. Свободный удар позволяет игроку стратегически приблизить мяч к чужому зачетному полю и тем самым вывести команду в лидеры. За что такое поощрение? Попробуй поймать летящий на полной скорости мяч, когда одновременно на тебя несется толпа игроков-соперников, которые тоже желают заполучить этот мяч и занести попытку, — и не сдвинуться с места. Это очень трудно! К тому же игрок ловит мяч у своего зачетного поля, и если он один и помохи ждать неоткуда, то криком «Метка!» он себя защищает: противник не имеет права его трогать, и игра останавливается.

Один из главных приемов игры в регби — захват. Идеальный захват лишает игрока с мячом свободы действий. Хочешь быть хорошим регбистом — тренируй захват! 😊



По правилам регби можно захватывать игрока с мячом и даже сбивать его с ног. А вот касаться головы или шеи игрока — нельзя!



# КЛЮЧЕВЫЕ ОСОБЕННОСТИ ИГРЫ

Теперь ты знаешь, что регби многим отличается от других командных игр. Именно особые правила регби делают эту игру такой интересной и не похожей на другие. Напомним, что в регби:

- ▶ 1) игроки могут передавать мяч как руками, так и ногами; при пасе руками мяч передается партнеру руками назад или в сторону. Игра вперед — нарушение правил;
- ▶ 2) очки начисляются не только за пробивание мяча выше штанги (реализацию попытки, штрафной удар, дроп-гол), но и за приземление мяча в засчетной зоне соперника — попытку;
- ▶ 3) любой штрафной удар может принести непровинившейся команде три очка! Но нужно точно попасть мячом по воротам. Если бьющий не может этого сделать, то мяч со штрафного можно выбить в аут поближе к засчетке соперника. Мяч, выбитый в аут рядом с засчетной зоной противника, автоматически превращается для его команды в опасный момент: ведь удачно разыгранный коридор может привести к тому, что команда положит попытку и заработает очки;
- ▶ 4) самое интересное на поле начинается сразу после того, как атакующая команда перешла центральную линию. Любое нарушение может привести к штрафному удару, который опытный игрок превратит в результативный удар. В других играх не так: там опасные моменты происходят уже у самых ворот;
- ▶ 5) схватка, рак, мол, коридор — особые способы

*В одном из матчей сборных Австралии и Новой Зеландии игрок сборной Австралии пробил штрафной и поразил ворота соперника с расстояния 78 метров. Владелец стадиона в Сиднее установил на этом месте гранитный обелиск. Каждый может попробовать повторить чудо-рекорд, но пока еще это никому не удалось.*

ведения игры и обретения преимущества;

- ▶ 6) овальная форма мяча делает его отскок непредсказуемым, и это добавляет игре элемент неожиданности.

Что такое правило мгновенной смерти? Только один ответ правильный. Какой?

— Немедленное удаление за грубое нарушение правил.

— Игра идет пока счет не изменится и станет неравным.

— Если игрок не следует кодексу чести регби, его выгоняют из команды.

— Если я маленький и худой, я не гожусь для регби?

— В регби может играть каждый! Если ты думаешь, что для регби подходят только огромные силачи, то ошибаешься. Каждое амплуа в регби уникально и требует игрока с определенными физическими данными. Самые тяжелые игроки — нападающие первой линии (столбы). Нападающие второй линии (замки) должны быть высокими, а форварды третьей линии — мощными, выносливыми и быстрыми. Что же касается защиты, здесь уровень игрока вообще определяют вовсе не габариты и сила: полузащитники могут быть среднего роста и комплекции, а для защитников главное — скорость, поэтому, как правило, они самые худые в команде. Оцени свой рост и вес и найди себе место в команде регби! 😊

## РАЗДЕЛ 4: МИР РЕГБИ

В регби играет весь мир, и это не преувеличение. В этом разделе ты узнаешь о главных турнирах, самых сильных командах, именитых игроках, о стадионах и болельщиках, и о том, какие известные люди играют в регби.





# СТРАНЫ, ГРУППЫ И УРОВНИ

## Британия — сердце регби

Сначала мир регби был очень маленьким, он умещался на одном европейском острове. Наверное, ты уже догадался, что речь идет о Британии.

Сначала в регби играли в Англии и Шотландии. Не прошло и полутора с момента появления регби (1823), как в игру включились ближайшие соседи — Ирландия и Уэльс. Так игра распространилась на всей территории Британских островов.

Долгое время регби был любительским видом спорта, и во многом остается таким сейчас. Сотни тысяч людей во всем мире играют в регби не за деньги, а просто потому, что им это нравится. Сейчас в регби играют более чем в 100 странах, общее число игроков составляет несколько миллионов человек. Конечно, не во всех странах одинаково сильные команды: в регби, как и в других видах спорта, есть высшая лига, а также второй и третий эшелоны. 20 сильнейших сборных играют в главном регбийном турнире — Кубке мира. О кубке смотри страницу 45.

## Все по правилам

Первая официальная попытка оформить правила игры относится к 1845 году. Предприняли ее ученики все той же школы города Регби, где Уильям Уэбб Эллис изобрел игру. Дальше начался многолетний период распри и расколов. Знаешь, как трудно иногда бывает разным людям договориться об общих правилах? В результате к концу XIX века регби поделилось на две части: коммерческую, где за матчи платили деньги, и любительскую.

На коммерческой части настаивали бедняки: из-за участия в матчах они пропускали работу и нуждались в компенсации, так что это была не жадность, а необходимость. За сохранение статуса любительской игры выступали те, для кого деньги не были проблемой.

В результате появилось несколько видов регби. Тот, о котором написана эта книга, называется регби-15. Это самый распространенный вид, поэтому его обычно и называют просто регби...

Однако, если рассказывать историю регби подробно, не хватит и десяти книг. Важно, что сначала игра распространилась в тех странах, где говорят на английском языке (в основном это бывшие колонии Великобритании), и в странах-соседях, то есть в Западной Европе. К концу XIX века в регби играли не только на Европейском континенте, но и в Южном полушарии, а в начале XX века сильнейшие команды Австралии, Новой Зеландии и Южной Африки отправились покорять Америку.

— Когда состоялся первый серьезный матч по регби?

— Первый матч, официально признаваемый всеми международными организациями, прошел 27 марта 1871 года: в Эдинбурге встретились сборные команды Шотландии и Англии.

Существуют рейтинги лучших регбийных команд, сборных, игроков. Для их составления используют различные системы.

Например, система Points Exchange основана на базе данных международных матчей начиная с 1871 года.

На разработку этой системы ушло несколько лет.



# МЕЖДУНАРОДНЫЙ СОВЕТ РЕГБИ (World Rugby)

У каждой игры есть организация, которая регулирует все правила и нормы, следит за их выполнением, организует турниры. У регби это Международный совет регби, или WR (World Rugby). Совет был организован в конце XIX века, в 1886 году. Сначала в его состав вошли всего три регбийных союза — Ирландии, Уэльса и Шотландии. Сейчас в состав WR входят более 100 стран. Штаб-квартира Международного совета регби находится в ирландском городе Дублин.

Чем занимается совет?

## Организация соревнований

Прежде всего совет разрабатывает и внедряет правила игры. Только совет вправе решить, какие правила добавить, а какие убрать. Но деятельность WR гораздо шире. Например, совет организует главное соревнование в мире регби — Кубок мира по регби.

## Финансовая поддержка

Совет многое делает для того, чтобы регби развивалось, в том числе помогает деньгами. Зачем это нужно WR? Совет заинтересован в том, чтобы уровень игры в каждой стране, где играют в регби, был на высоте. Среди стран, которые в разное время получили финансовую помощь от WR, — Аргентина, Канада, Румыния, США, Япония и Россия.





## Создание новых турниров

Чем больше хороших и ярких турниров, тем больше поклонников у регби, тем выше репутация игры! Например, за последние 10 лет WR организовал новые международные турниры:

- ▶ Кубок тихоокеанских наций;
- ▶ Регбийный кубок Америк.

Дел у Совета регби по горло: он проводит программу антидопинг, составляет Мировой рейтинг мужских национальных сборных команд и делает все, чтобы поддерживать репутацию игры и ее популярность во всем мире.

— Откуда у Международного совета регби деньги?

— Основной источник финансирования WR — прибыль от проведения Кубка мира по регби. Это яркое, зрелищное действо привлекает тысячи болельщиков со всего мира и дает средства на дальнейшее развитие регби.



# КУБОК МИРА ПО РЕГБИ — С 1987 ГОДА

Идея чемпионата мира зрела с 50-х годов XX века. Понадобилось почти 40 лет, чтобы она реализовалась: первый мировой кубок регби состоялся в 1987 году. До этого момента страны играли в основном в своих региональных турнирах.

— Что такое сеянные и несеянные команды? Как можно посеять людей? 😊

— Команды сеют в турнирной таблице. Сеянными называют более сильные команды, несеянными — более слабые. Сеянными становятся команды, занявшие 1-3-е места в своей группе на прошлом кубке. Групп четыре, умножаем на три команды, получаем 12 сеянных команд. Их равномерно распределяют по новым группам от A до D, случайным образом. И добавляют к ним 8 несеянных, опять же случайным образом. Так в каждой группе получается 3 сильные команды и 2 слабые... Представь, что будет, если в одну группу попадут 5 слабых команд, а в другую — 5 сильных? Деление на сеянные и несеянные не дает произойти несправедливости, когда сильные команды выбивают друг друга, а слабые прорываются вперед.

## Что важно знать о кубке мира по регби

Он проводится каждые четыре года. В чемпионате принимают участие 20 команд со всего мира.

Сборные попадают на чемпионат двумя путями: 12 сильнейших сборных выбирают по итогам предыдущего чемпионата мира, и еще 8 с помощью квалификационного турнира.

Квалификационный турнир проводится по регионам: Европа, Америка, Африка, Азия и Океания. От Европы и Америки на турнир отправляются по две сборные, от Африки, Азии и Океании — по одной.

Команды сначала играют внутри групп, а затем команда-победитель каждой группы выходит в плей-офф, где проводится  $\frac{1}{4}$ ,  $\frac{1}{2}$  финала и финал.



Главный трофей турнира — Кубок Уильяма Уэбба Эллиса. Кубок Эллиса — серьезная вещь: чаша из серебра 38 сантиметров высотой, покрытая золотом. Команда-победитель владеет кубком 4 года, до следующего чемпионата, а затем передает новому победителю. Сделала кубок лондонская ювелирная фирма Garrard's.

За всю историю чемпионата мира по регби кубком владело всего четыре страны: три раза Новая Зеландия, по два раза Австралия и Южная Африка, один раз Англия.

Кубок мира по регби 2015 года, проходивший в Англии, посетили 2,25 миллиона человек, а трансляцию посмотрели 4,2 миллиарда. Среди зрителей немалую долю составили японцы. В последнее время в этой стране регби стремительно набирает популярность, и именно Япония принимает Кубок мира 2019 года.



RUGBY  
WORLD CUP<sup>TM</sup>  
JAPAN 2019

# ЭЛИТА РЕГБИ: КУБОК 6 НАЦИЙ

Кубок шести наций — первый турнир по регби. Долгое время он был единственным. Турнир проводится ежегодно с 1883 года. Сначала в нем принимали участие только страны Британских островов — Англия, Шотландия, Ирландия и Уэльс, поэтому соревнование некоторое время называлось Кубок домашних наций. В 1906 году к турниру допустили Францию, и с 1910 года соревнование стало называться Кубок пяти наций. Прошло целых 90 лет, прежде чем к соревнованиям присоединилась шестая команда: в 2000 году этой чести удостоилась Италия, и с тех пор турнир носит современное название. В Европе никогда не проводилось соревнований между национальными сборными, к которым бы допускались все желающие. Вот такой строгий отбор!

— Раз в регби играют по всему миру, почему в этом кубке принимают участие всего шесть команд? А остальные чем хуже?

— Хороший вопрос! Ты помнишь, в самом начале мы говорили о том, что регби — игра джентльменов, и игроки на поле должны демонстрировать высочайшие стандарты — не только уровня самой игры, но и благородства, самообладания, взаимоуважения? Соответствовать этим требованиям нелегко. Кубок шести наций стремится держать высокую планку и поэтому остается самым престижным чемпионатом Северного полушария, но и самым закрытым. Можно сказать, что в него играет элита регби.

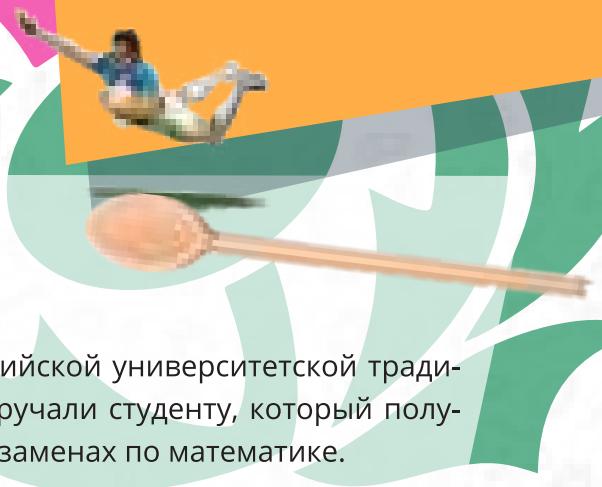


## **Награды в Кубке шести наций.**

Все награды в этом турнире — виртуальные, то есть команда получает не приз-предмет, а только звание. Команда, не просто победившая в турнире, а выигравшая все пять матчей, получает Большой шлем. Если одной из команд домашних наций, то есть Британских островов, удается обыграть три других, она заслуживает Тройную корону. За последнее место команде достается утешительная Деревянная ложка.

Последняя награда — дань старой английской университетской традиции: в Кембридже деревянную ложку вручали студенту, который получил самую низкую оценку на годовых экзаменах по математике.

*В 1930 году команду Франции отстранили от участия в турнире за грубую игру, но в 1939 году вновь допустили к соревнованиям.*



# ГЛАВНЫЕ КЛУБНЫЕ ТУРНИРЫ

Помимо чемпионатов, в которых принимают участие сборные команды стран, существуют клубные турниры: в них соревнуются команды клубов, в том числе и команды одной страны между собой. Самые престижные и яркие клубные турниры — Супер Регби, Топ-14 и Европейский Кубок Вызова (European Rugby Challenge Cup).

## Супер Регби (Super Rugby)

Супер Регби — крупнейший клубный регбийный чемпионат Южного полушария, проводится с 1996 года. Организует его SANZAR — структура, объединяющая представителей всех стран-участниц. Долгое время в турнире принимали участие клубы трех стран — Австралии, Новой Зеландии и ЮАР. В 2016 году Супер Регби пополнился двумя новичками. Теперь в нем принимают участие клубы Jaguares (Аргентина) и Sunwolves (Япония). С присоединением Японии Супер Регби вышел за пределы

Южного полушария.

Правила турнира: команды каждой страны объединены в конференции. Сначала клубы играют друг с другом внутри своей конференции, дважды — в гостях и на домашнем стадионе. Затем каждый клуб встречается с клубами других конференций. В финале играют шесть команд: три победителя конференций и еще три клуба, набравшие максимальное количество очков.



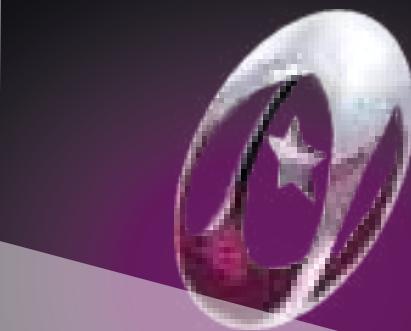
## **Европейский Кубок Вызова (European Rugby Challenge Cup)**

European Rugby Cup с 1996 года и на данный момент включает участников из 10 регбийных союзов: Англия, Ирландия, Испания, Италия, Португалия, Россия, Румыния, Уэльс, Франция, Шотландия.

В турнире принимают участие 20 команд. Как правило, в Кубке играют 8 французских, 6 английских и 4 итальянских клуба, Ирландия, Румыния и Уэльс представляют по 1 клубу. И еще одно место разыгрывают между собой Испания, Португалия и Россия.

— Если каждая страна — это конференция, значит, с присоединением Аргентины и Японии конференций стало 5?

— И Аргентина, и Япония представлены на чемпионате всего одним клубом, поэтому они пока не могут создать собственные конференции. В 2016 году 18 команд разделены на 4 конференции: Австралия (все 5 австралийских команд), Новая Зеландия (все 5 команд), Африка — 1 (3 команды из ЮАР + Япония), Африка 2 (3 команды из ЮАР + Аргентина).



## **Россия в Кубке вызова**

В сезоне 2015–2016 годов в Кубке вызова принял участие российский клуб Енисей-СТМ.

В 2016 году к Енисею присоединился Красный Яр, правда он участвует пока только в отборочном турнире.

## **Топ-14 (Top-14)**

Топ-14 — это чемпионат Франции по регби, в нем принимают участие только французские клубы. Регби в этой стране очень развито: первый Топ-14 состоялся еще в 1892 году. Чемпионат проходит каждый год, в нем принимают участие 14 команд высшей лиги — отсюда и название. В ходе турнира каждая команда играет более 20 матчей. По итогам чемпионата осуществляется ротация: клубы, занявшие тридцатое и четырнадцатое места, покидают высшую лигу, их места занимают лучшие команды низшей лиги. Организацией Топ-14 занимается Национальная лига регби (LNR).



# ЛУЧШИЕ СБОРНЫЕ МИРА. НОВАЯ ЗЕЛАНДИЯ All Blacks, АВСТРАЛИЯ

Эти две сборные команды — Новая Зеландия и Австралия — на топе регбийного рейтинга не только в Новом Свете, но и во всем мире.

## Новая Зеландия All Blacks

Регби в Новой Зеландии, без преувеличения, — национальный вид спорта, а сборная команда All Blacks — кумиры всего населения страны. В соответствии с названием (All Blacks переводится как «все черные») команда носит черную форму. Часто шутят, что выходя на поле, All Blacks надевают траур по своим соперникам. Эта шутка появилась почти 100 лет назад и до сих пор правдива. За 100 с лишним лет своего существования команда выиграла около 75% игр — это лучший результат в истории спорта!

О традиции All Blacks исполнять перед началом матча национальный танец Хака знают даже те, кто не знаком с регби. «Блэки» позаимствовали танец у своих предков, новозеландских воинов племени маори. Маори танцевали Хаку перед боем, чтобы показать сопернику свою мощь и свирепость, тем самым лишить врагов силы духа. Это поистине устрашающее зрелище! Не знаем, как это было у маори, а у All Blacks работает! 😊

Традиция существует в команде с 1888 года.



Именно команде Новой Зеландии принадлежит рекордное количество побед в Кубке мира: она становилась чемпионом мира трижды — в 1987, 2011 и 2015 годах.



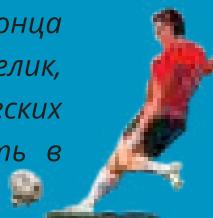
## Австралия

Регби появилось в Австралии в 1864 году: первую в стране организацию создали студенты Сиднейского университета. Первый турнир по регби, в котором приняли участие уже шесть команд, состоялся в 1865 году.

Современная сборная Австралии носит прозвище Wallabies — это животное в точности как кенгуру, но немного поменьше. Wallabies — одна из сильнейших команд на планете.

Главные соперники австралийцев — соседи по полушарию, равные им по силе команды Новой Зеландии и Южной Африки.

Страх перед силой удара Боба Скотта, игрока All Blacks конца 1960-х годов, был настолько велик, что в одном из товарищеских матчей его попросили играть в одной бутсе.



История состязаний австралийцев и новозеландцев началась в 1903 году, а с южноафриканцами — с конца 1940-х годов.

В ежегодном Кубке трех наций, где Wallabies встречается с командами Новой Зеландии и ЮАР, — австралийцы побеждали три раза. Wallabies принимали участие во всех Кубках мира по регби и дважды становились победителями — в 1991, 1999 годах. В 2011 году Австралия выиграла Кубок трех наций, и в том же году стала бронзовым призером чемпионата мира.

На заре своего существования, в 1907 году, сборная Австралии получила прозвище Rabbits (кролики). Но команда сочла такое название унизительным и вскоре поменяла его на Wallabies.



# ЛУЧШИЕ СБОРНЫЕ МИРА. ЮАР. ФРАНЦИЯ

## Сборная ЮАР

Регби получило распространение в Южной Африке в 1870-е годы.

За почти полуторавековую историю регби в стране достиг такого уровня, что сборная команда Springboks (антилопы) входит в тройку самых сильных регбийных команд мира! «Антилопы» два раза становились обладателями кубка мира — в 1995 году дома и в 2007-м во Франции. Три раза, в 1998, 2004 и 2009 годах, сборная выигрывала Кубок трех наций у своих титулованных соперников — сборных Австралии и Новой Зеландии.



Бывший игрок сборной ЮАР Джон Смит является одним из регбийных героев Книги (рекордов) Гиннесса. С 2003 по 2009 год, когда Смит был капитаном Springboks, сборная сыграла рекордное количество победных матчей — 67.

Один из самых ярких эпизодов в истории Springboks — Кубок мира по регби 1995 года. Турнир проходил на родине «Антилоп», в ЮАР.

Springboks вышли в финал, где их ждал самый страшный соперник — новозеландские All Blacks, считавшиеся на тот момент непобедимыми. Финал был поистине драматичен. Поддержать ребят пришел Президент страны Нельсон Мандела, и южноафриканские игроки в его присутствии чувствовали особую ответственность. Когда «Антилопы» победили «Блэков» со счетом 15 : 12, президент Мандела, одетый в зеленую регбийку национальной сборной, лично вручил капитану Springboks Франсуа Пиенару Кубок. Об этом снят фильм «Непокоренный».



Галльский петух является символом Франции очень давно, еще со времен Цезаря, когда римляне воевали с галлами (так тогда называли французов). Римляне заметили, что слова «петух» и «галл» звучат на латыни одинаково. Название прижилось и понравилось французам. С 1912 года изображение петуха красуется на форме французской национальной сборной по регби. В одном из матчей игрок сборной так призвал товарищей по команде собрать все силы, взвывая к чувству национальной гордости своих товарищей: «Эй! На груди у нас не курица, а петух! Так играйте!»

### Сборная Франции Coqs (петухи)

История сборной команды Франции началась в 1906 году: тогда французы сыграли против сборной Новой Зеландии. С 1910 года она начала участвовать в Кубке шести наций и неоднократно выигрывала на этом престижном турнире. На Кубке мира «Петухи» несколько раз выходили в финал и даже были вторыми, но завоевать чемпионский титул им пока не удалось. Зато в тот недолгий период, когда регби входил в программу Олимпиады, сборная Франции была олимпийским чемпионом (1900) и дважды серебряным призером. Сейчас команда играет с переменным успехом, но неизменно демонстрирует высококлассную игру в атакующем стиле.

КУ-КА-РЕ-КУ!  
ИГРАТЬ  
НЕ ОТСТУПАТЬ!

# СУПЕРЗВЕЗДЫ РЕГБИ

Хотя регби — командная игра, в ней многое зависит от конкретных игроков. Некоторые члены команды являются настоящими звездами: их выдающуюся игру знают и помнят даже после того, как они закончили регбийную карьеру. В Новой Зеландии с 1997 года открыт Международный зал славы регби: в нем запечатлены имена десятков регбистов, список постоянно пополняется. Есть еще и Зал славы совета (WR Hall of Fame). Неважно, в каком зале оказался игрок, главное, что он оставил в мире регби неизгладимый след.

## Джона Тали Лому, Новая Зеландия (1975)

Новозеландца Джона Лому нередко называют лучшим игроком всех времен и народов. Лому стал самым юным игроком All Blacks в тест-матчах. Дебют Джона состоялся в 1994 году, когда ему было 19 лет и 45 дней — и уже после двух игр за сборную Новой Зеландии он был включен в состав All Blacks на Кубок мира 1995 года в ЮАР.



Лому занес семь попыток в пяти матчах, в том числе четыре в полуфинале англичанам, ему же принадлежит рекорд попыток на Кубках мира — 15.

По словам новозеландского комментатора Кейт Куинна, стиль игры Лому — лихое разрушение линий защиты. Часто успешные атаки Лому объясняли его физической мощью — он атаковал всем корпусом, а весил он 120 килограмм! Этот его прием получил название «обход Маори». Кстати, при таком весе он пробегал 100-метровку за 10,89 секунды! Сможешь повторить его рекорд?

В 1997-м у Лому обнаружились проблемы с почкой, в 2001 году болезнь обострилась, в 2004-м пришлось делать пересадку почки. Донором выступил один из болельщиков All Blacks — Грант Кереама, ведущий новозеландской радиостанции The Hits. Лому продолжил играть и играл до самой смерти в 2015 году.



## **Джонатан Уилкинсон, Англия (1979)**

В Англии, где регби увлекается каждый второй, не так-то просто стать звездой.

Тем почетнее это звание: Джонатан Уилкинсон — один из самых известных английских регбистов за всю историю регби. Уже в 18 лет он провел свой первый матч в составе сборной против команды Ирландии. Джонатан участвовал в Кубках мира (1999, 2003, 2007, 2011). Уилкинсон — лучший бомбардир сборной Англии за всю историю и один из лучших бьющих. Он завершил карьеру в сборной Англии в 2011 году, а на клубном уровне — в 2014 году.

## **Брайан Гэри Хабана, ЮАР (1983)**

Брайан Хабана – южноафриканский регбист, играющий на клубных кубках в командах «Западная провинция» и «Стормерз», и за сборную ЮАР в международных турнирах.

Брайан Хабана является рекордсменом сборной ЮАР по количеству занесенных попыток. В 2007 году Хабана поработал над тем, чтобы принести команде титул «обладатель Кубка мира» чемпионов

На Кубке мира 2003 года в Австралии Джонатан Уилкинсон стал настоящим героем: в финальном матче с хозяевами турнира — сборной Австралии именно он забил решающий дроп-гол и принес Англии чемпионский титул. И сделал это на последней минуте дополнительного времени, представь себе накал страстей! За этот гол Уилкинсон получил звание «Игрок года-2003» и прозвище «Золотая нога».

мира: он занес 8 попыток и стал одной из звезд турнира. В итоге команда ЮАР победила в финальном матче, а Брайана признали «Игроком года-2007». В апреле 2007 года Брайан Хабана принял участие в показательной стометровой гонке... с гепардом. Такой необычный забег был организован для привлечения внимания к гепарду как вымирающему виду. Угадай, кто победил? Конечно, гепард! Он бежал со скоростью автомобиля: 70 миль в час (~112,65 км/ч). Но и Хабана не ударил в грязь лицом: достиг скорости 22 миль в час (~35,4 км/ч).

## **Себастьен Шабаль, Франция (1977)**

Себастьен Шабаль — профессиональный французский регбист, игрок клуба «Лион ОУ» и сборной Франции по регби. В отличие от многих других игроков, Шабаль начинал регбийную карьеру с самого низа — с любительских местных клубов. За пять лет (1993–1998) он прошел путь от никому не известного клуба четвертого дивизиона до национальной сборной. С 2004 по 2009 год играл по контракту в Англии, оттачивая на родине регби свое мастерство. За время игры в высшем дивизионе Шабаль стал чемпионом Англии, победителем Европейского кубка вызова, дважды обладателем Кубка шести наций, в том числе Большого шлема (2010). В сезоне 2013–2014 годов в составе «Лиона ОУ» вышел в высшую лигу Топ-14 и на этой мажорной ноте завершил карьеру.

## **Шабаломания**

Шабаль не похож на типичного спортсмена. Нестриженный, бородатый, свирепый с виду, он получил множество прозвищ: Животное, Аттила, Пещерный человек. После Чемпионата мира 2007 он стал во Франции настоящей иконой спорта, особенно среди женщин. Их покорила дикая брутальность регбиста, и началась повальная шабаломания: Шабаль стал нарасхват, каждый бренд хотел заключить с ним рекламный контракт. Он рекламировал одежду, парфюм, вино, автомобили и стал самым высокооплачиваемым французским регбистом за всю историю регби.

## **Фредерик Мишалак, Франция (1982)**

О Фредерике Мишалаке говорят, что он один из самых одаренных регбистов мира. Уже в 16 лет он дебютировал в клубе «Стад Тулузен», а спустя три года провел первую встречу за сборную Франции. Звездный час Мишала-ка настал в 2003 году. В первом матче против сборной Фиджи он принес своей сборной 26 очков.

Потом были Япония (24 очка), Шотландия (26 очков), Ирландия (23 очка). После этой игры один из французских журналов вышел с обложкой: «Мишалак — Суперзвезда». «Когда Бог создавал человека, он явно имел в виду Фредерика Мишалака», — любят шутить поклонницы и поклонники регбиста.

«— Я выбрал регби из-за схваток, захватов, физического противостояния команд. Тем не менее, я считаю главной целью регби не всю эту толкотню. Смысл в том, чтобы этого избежать. Только обойдя соперника, ты сможешь принести пользу своей команде.»



### **Сонни Билл Уильямс, Новая Зеландия (1985)**

Этот игрок ростом 194 сантиметров и весом 108 килограммов успевает все: он не только играет в регби, но и отлично боксирует. Уильямс — обладатель многочисленных командных и индивидуальных наград и званий, в том числе во многом благодаря ему команда All Blacks в третий раз завоевала Кубок мира в 2015 году. Когда команде Новой Зеландии вручали золотые медали за победу в Кубке мира-2015, на поле выбежал мальчик. Охранник сбил его с ног, и Сонни в утешение подарил парнишке свою золотую медаль! Чарли (так звали мальчика) буквально опешил от такого небывалого подарка, а Сонни сказал, что лучше уж пусть медаль достанется счастливому фанату, чем будет пылиться дома на стене.



# СТАДИОНЫ РЕГБИ

Регбийные матчи нередко проводятся на футбольных полях. Но есть и стадионы, построенные специально для регби, с учетом особенностей игры. Посмотрим на те и другие.

## СТАРЫЙ СВЕТ

### АНГЛИЯ: «ТВИКЕНХЕМ» (TWICKENHAM), Рич- монд-на-Темзе, предместье Лондона

Открытие: 1910 год

Вместимость: 82 000 человек

Старая-добрая Англия, колыбель регби, заботится о своем детище как никто другой: стадион «Твикенхем» был построен в 1910 году специально для регби. Это самая вместительная арена из предназначенных специально для регби. «Твикенхем» называют штаб-квартирой регби и считают одним из английских символов этой игры.

«Твикенхем» — прежде всего регбийный стадион, но иногда на нем проводятся концерты рок и поп-звезд. В разное время здесь выступали Iron Maiden, Bon Jovi, Genesis, U2, The Rolling Stones и Lady Gaga.

## УЭЛЬС: «Миллениум»

### (Millennium), Кардифф

Открытие: 1999 год

Вместимость: 75 500 человек

«Миллениум» — стадион в городе Кардифф (Уэльс).

Вместимость — более 74 500 зрителей. На стадионе «Миллениум», построенном, как видно из названия, на рубеже тысячелетий, проводят свои игры национальные сборные Уэльса по регби и футболу. Это самый вместительный в мире крытый стадион с естественным газоном и второй по вместительности в мире стадион с полностью выдвигающейся крышей. Первым крупным событием в год открытия «Миллениума» стал матч сборной Уэльса со сборной ЮАР. Уэльс в этой встрече победил: дома, как говорят, и стены помогают.



## **ФРАНЦИЯ: «Стад де Франс», Сен-Дени (северный пригород Парижа)**

Открытие: 1998 год

Вместимость: 81 000 человек

«Стад де Франс» играет значительную роль в жизни французского регби: здесь тренируется национальная сборная. Здесь же проходили основные события шестого Кубка мира по регби: на нем прошли матч открытия, две игры группового турнира, четвертьфинал, оба полуфинала и финал. Это один из самых крупных и современных европейских стадионов, принимающий матчи регби высшего эшелона.

В свое время в городе Лезиньян (Франция) был построен регбийный стадион на 7 122 зрителя.

По данным справочника, население городка в то время как раз составляло 7 122 жителя.

## **ИТАЛИЯ: «Сан-Сиро», Милан**

Открытие: 1926 год

Вместимость: 80 074 человек

Сначала «Сан-Сиро» был ориентирован только на болельщиков и вмещал всего 35 000 человек, затем его выкупили местные власти: к началу 1990-х на арене появились новые ярусы и крыша, в 2002-м стадион вновь реконструировали, и тогда сборная Италии по регби облюбовала именно его.



## НОВЫЙ СВЕТ

### Новая Зеландия: «Иден Парк» (Eden Park), Окленд

Открытие: 1900 год

Вместимость: 60 000 человек

«Иден Парк» находится в крупнейшем новозеландском городе Окленде. Хоть он построен на рубеже XIX и XX веков, многократные реконструкции помогают стадиону идти в ногу со временем. Стадион принимал Кубок мира по регби дважды: первый Кубок мира 1987 года официально проводился в Австралии, но часть матчей прошли в Новой Зеландии как раз на «Иден Парк»; на Кубке мира 2011 года, который официально проходил в Новой Зеландии, «Иден Парк» был главным стадионом турнира: здесь состоялся матч открытия, оба полуфинала, матч за 3-е место и финал.

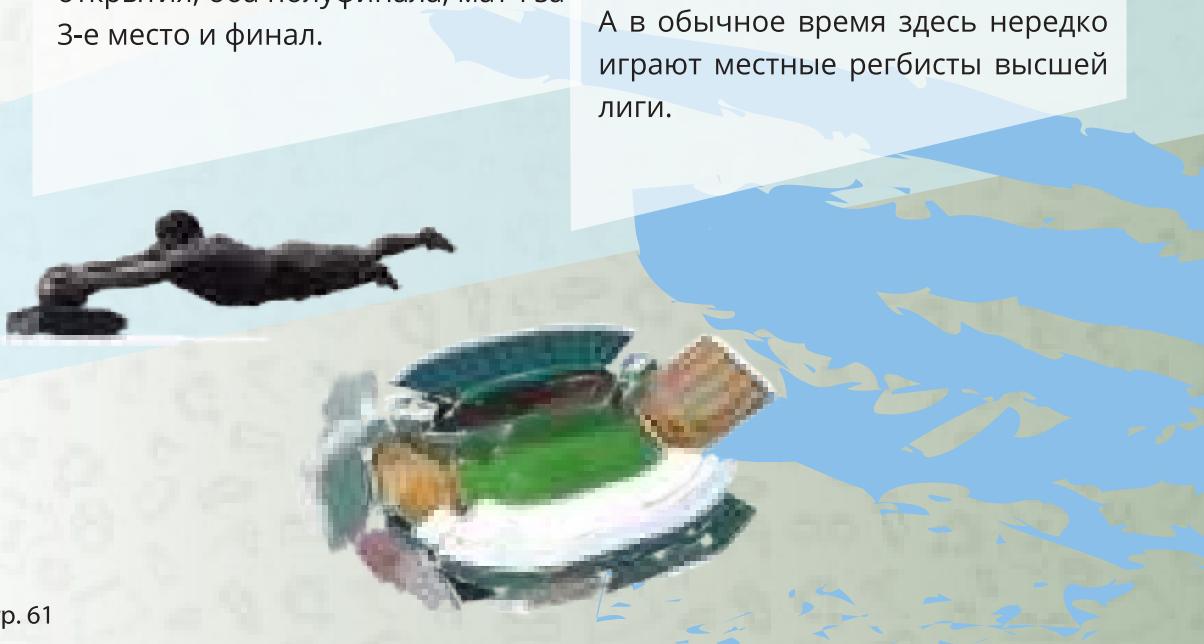


## АВСТРАЛИЯ: «Австралия», Сидней

Открытие: 1996 год

Вместимость: 83 500 человек

Стадион «Австралия», или ANZ Stadium, был построен специально для XXVII летних Олимпийских игр. В 2003 году на стадионе появилась раздвижная крыша: это уменьшило его вместительность, зато теперь даже в сильный ливень игроки и зрители не намокнут. Именно в 2003 году арена приняла финал Кубка мира по регби. А в обычное время здесь нередко играют местные регбисты высшей лиги.



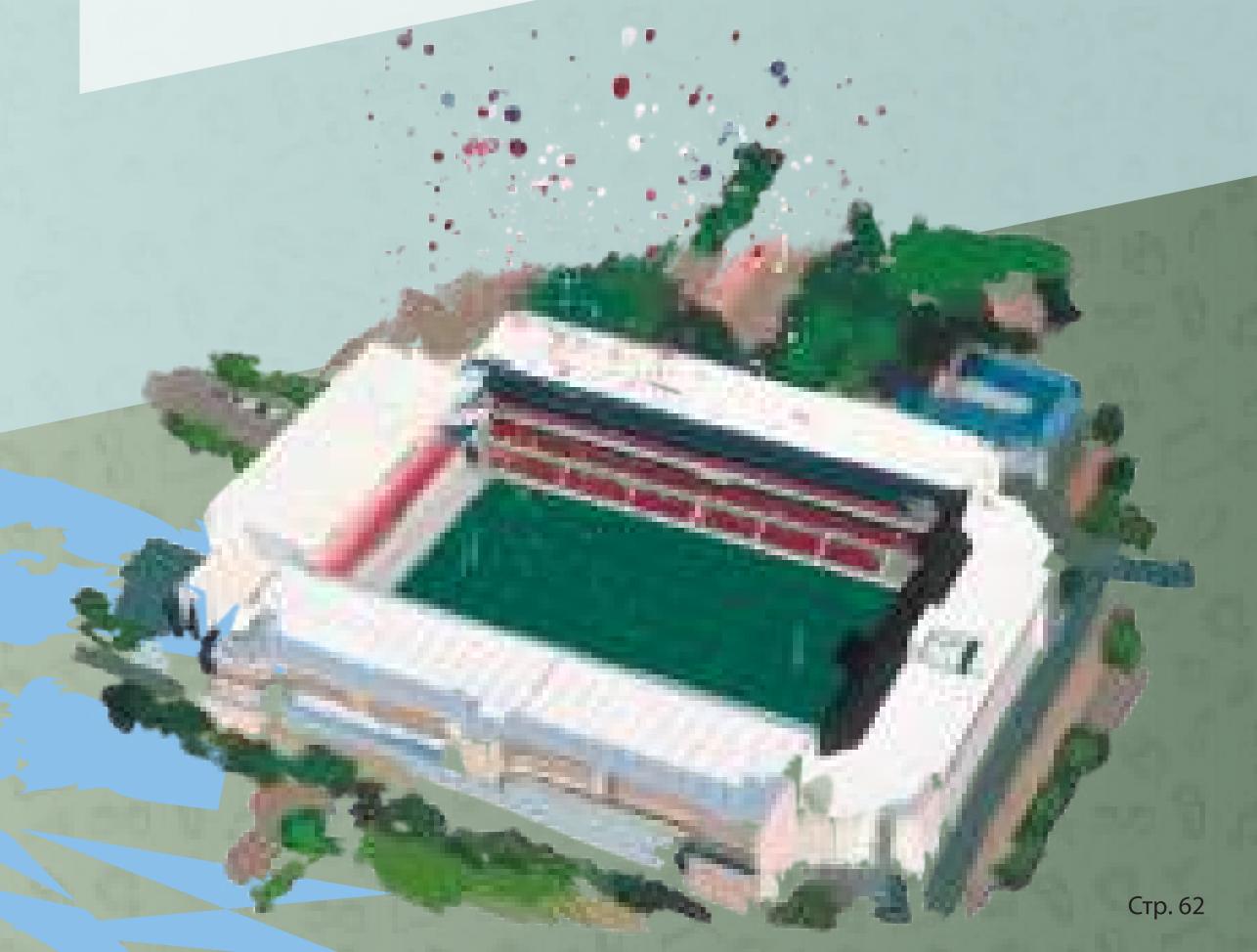
## **ЮАР: «Ньюленд» (Newlands), Кейптаун**

Открытие: 1890 год

Вместимость: 51 900 человек

Это не самый большой стадион в мире, по нынешним меркам так и во все средний, знаменит он другим. «Ньюленд» – один из самых старых регбийных стадионов в мире, точнее, второй после ирландского «Лэнсдон Роуд», открытого в 1872 году и закрытого в 2006-м на полную реконструкцию.

На «Ньюленд» традиционно базируется Западный союз регби. Здесь проходила часть матчей Кубка мира-1995. Возраст стадиона дает о себе знать: жесткие сиденья, узкие проходы... И тем не менее на матчах регби здесь яблоку негде упасть! В 2002 году стадион принял миллионного зрителя. Вот так вот.



# БОЛЕЛЬЩИКИ

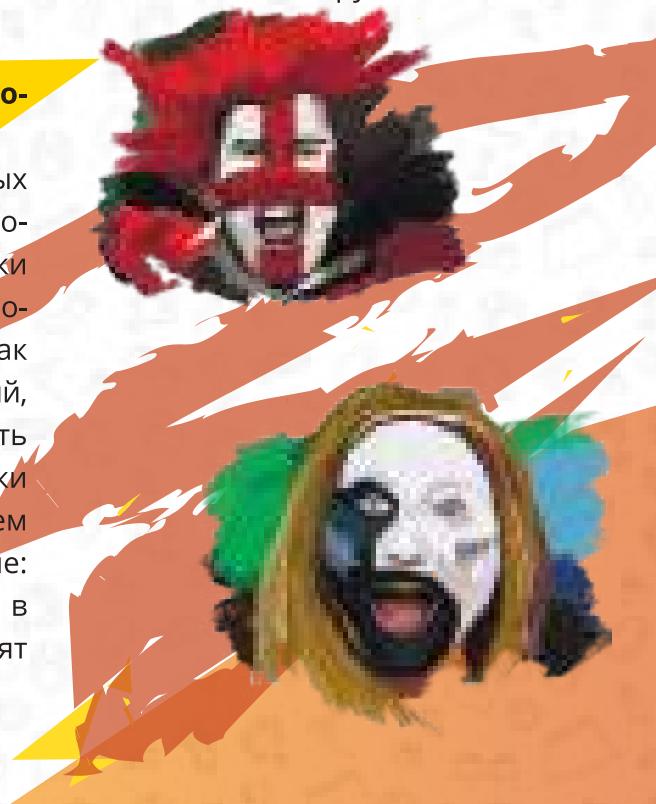
Конечно, игра не была бы такой популярной, если бы у нее не было болельщиков. Первое и самое важное: болельщики разделяют те же ценности, что и игроки, то есть соблюдают кодекс регби. Поэтому на регбийных матчах ты не увидишь, как фанаты команд-соперников мутузят друг друга на трибунах, словно пытаясь за пределами поля отыграть то, что не получается у их команды. Кстати, поэтому же на регбийных матчах нет специальных зон для болельщиков каждой команды и каждой страны: все сидят вперемешку, согласно купленным билетам, и какого бы накала ни достигали игры на поле и страсти на трибунах, они не переходят в потасовки и беспорядки.

## Регби — семейное дело.

На многих стадионах есть специальные семейные зоны. Так уж повелось, что регби — дело семейное. Если ты регбист и у тебя сегодня матч, будь уверен, вся твоя семья сидит на трибунах, а если ты играешь на выезде, не сомневайся: они прилипли носами к телевизору.

## Матч регби — простор для само-выражения?

На многолюдных престижных турнирах, когда сражаются национальные сборные, болельщики делают все возможное, чтобы продемонстрировать своей команде, как они ее любят. Но стадион огромный, да игрокам на поле и некогда глязеть на трибуны. Поэтому болельщики прибегают к приему под названием «гротеск», то есть преувеличение: надевают немыслимые костюмы в цветах любимой команды, приносят





с собой символику гигантского размера и национальные флаги, надевают выразительные маски и головные уборы, разрисовывают лица, а иногда и тела. Таких экстравагантных болельщиков часто называют фриками, намекая на то, что они слегка не в себе. Но поверь: завтра ты встретишь этого человека в строгом костюме и с галстуком и даже не поверишь, что вчерашний зеленый гоблин и этот джентльмен — один и тот же человек. Так что все с ним в порядке, а всплеск самовыражения во имя любимой команды никому не повредит. 😊

### Повод для размышления

Хорошая новость: у регбистов есть не только болельщики, но и болельщицы: девчонки любят крутых парней, особенно если они хорошо воспитаны. Как ты понимаешь, истинный регбист сочетает в себе эти качества. Почти у каждой уважающей себя команды есть группа поддержки — девушки, которые перед матчем или в перерыве исполняют зажигательный танец, чтобы вдохновить своих кумиров на победу. Как ты думаешь, симпатичные болельщицы — достаточный повод для того, чтобы заняться регби? 😊



«Раньше я встречалась с футболистом, но регбисты намного лучше. Сейчас дотанцую и пойду возьму автограф вон у того рыжего...»

Во Франции на регбийных стадионах есть специальные места для детей, а в ЮАР дети сидят прямо на кромке поля. Они приходят со своими регбийными мячами и по окончании взрослого матча выбегают играть на взрослое поле босиком. И никто их не прогоняет.

# РЕГБИ И ЗДОРОВЫЙ ОБРАЗ ЖИЗНИ

Режим дня, формат тренировок, рацион питания игрока регби.

Обычный день регбиста строится на балансе нагрузок и отдыха. Это очень важный момент: если тренироваться слишком много, мышцы и мозг не успевают восстанавливаться и вместо мощи и выносливости можно добиться лишь истощения. Поэтому первый принцип: умеренность и посильность нагрузок. Отдых после тренировки должен обеспечить полное восстановление организма. Если тренировка была вечером, после нее лучше избегать других нагрузок: не стоит много есть, планировать встречу с друзьями, компьютерные игры и т.п.

## Главное средство восстановления сил — сон!

Избегай всего, что может сделать твой сон беспокойным — поздних развлечений и обильной еды на ночь. Все это вредит сну!

## Матч — это стресс

Игра — большая нагрузка не только на мышцы, но и на нервную систему. Каким бы увлекательным не был матч и как бы он не закончился для тебя и твоей команды, победой или поражением — твои нервы истощены. После игры постарайся провести пару часов в полном покое — полежать в темной комнате, посидеть в кресле в одиночестве и тишине.

— Когда есть перед тренировкой и перед матчем?

— Это важный момент: поешь слишком рано — будешь голодным, и не хватит сил, поешь слишком поздно — будет тяжело бегать. Идеальное время приема пищи — за два-три часа до начала тренировки или матча. Пища как раз успеет усвоиться и превратиться в энергию, и ты израсходуешь ее во время тренировки или игры.



## Перед матчем

Не менять перед игрой устоявшиеся пищевые привычки. Организму резкое изменение пищи может не понравиться.

Полноценно позавтракай в свое обычное время — лучше за три часа до игры. Завтрак должен быть питательным и калорийным: каша на молоке, яичница/омлет, бутерброд с мясом/колбасой, чай.

Немного перекуси за 1,5 часа до начала игры. Это может быть яблоко или банан.

Избегай жирной пищи.

В перерыве между таймами игры есть не стоит. Лучше пей минеральную воду без газа.



## Восстановление сил после тренировки или матча

Каждая комбинация даст организму 50 граммов углеводов и 10 граммов протеина, ровно то, что тебе надо!

- ▶ 200–300 мл фруктового или молочного коктейля.
- ▶ 200 мл (1 стакан) питьевого йогурта + низкокалорийный энергетический батончик.
- ▶ Сэндвич с сыром, холодным нежирным мясом или курицей + 1 фрукт.
- ▶ Чашка сухих завтраков с обезжиренным молоком.
- ▶ Две маленькие упаковки крендельков или сушек + 250 мл низкокалорийного йогурта.



## Распорядок дня юных регбистов

### Если тебе 8-10 лет и ты только начинаешь заниматься регби

7.00 — подъем  
7.15 — зарядка  
7.30 — завтрак  
8.00 — дорога в школу  
8.30–15.00 — занятия в школе (обед в школе)  
15.30 — полдник  
16.30 — дорога на тренировку  
17.00 — тренировка (2 раза в неделю + игра в выходные)  
18.30 — дорога домой  
19.00 — ужин  
19.30–21.30 — подготовка домашних заданий  
22.00–7.00 —сон!

### Если тебе 11-12 лет и ты уже не первый год занимаешься регби

Ты уже многое умеешь, привык к регбийным нагрузкам, поэтому количество тренировок и их продолжительность увеличивается: 3–4 тренировки в неделю и игры в выходные, иногда выезды на турниры.



Питание регбиста должно быть полноценным и разнообразным, но без каких-либо излишеств. В основе рациона на день лежит обед: горячее мясо или рыба с гарниром, лучше овощным. Рыба и мясо содержат протеин, то есть белок — именно из него строятся твои мышцы! Регби — одна из самых энергозатратных игр, а энергию мы получаем из пищи. Самым доступным источником энергии являются углеводы, они должны составлять большую часть рациона регбиста.

### Быстрые углеводы

Сахар

Шоколад и шоколадные батончики

Варенье и мед

Любые кондитерские изделия (торты, кексы, пирожные, булочки, печенье, конфеты и т.д.)

Сладкие ягоды и фрукты (ананас, арбуз, банан, дыня, виноград, манго, финики, черешня, черника, изюм и т.д.)

Мороженое

Попкорн и чипсы

Сладкие напитки

Белый и коричневый рис

Белый хлеб

Картофель

Углеводы делятся на медленные и быстрые. Быстрые углеводы моментально утоляют чувство голода, но... через полчаса ты опять голодный. Медленные углеводы дольше усваиваются организмом, поэтому они дают долгое чувство насыщения и равномерный подъем энергии на несколько часов. Вывод: регбисту необходимы **медленные** углеводы!

### Медленные углеводы — ДА!

Бобовые и зерновые культуры (фасоль, чечевица, бобы, горох, нут и т.д.)

Крупы, каши (кроме рисовой и манной)

Макароны из цельнозерновой пшеницы

Хлеб из муки грубого помола

Фрукты с низким содержанием сахара (киви, персики, грейпфруты, груши, яблоки, апельсины)

Ягоды (слива, вишня)

Овощи и зелень (авокадо, томаты, все виды капусты, салат листовой, лук репчатый, кабачок, перец болгарский, фасоль стручковая, лук-порей, шпинат, стебель сельдерея

Грибы

# РЕГБИ В МИРОВОЙ КУЛЬТУРЕ

Регби, регбисты, их судьбы, традиции, образ жизни, стойкость духа, способность меняться, расти, преодолевать трудности, — все это будоражит воображение творческих людей, писателей, режиссеров, сценаристов.

Вот несколько фильмов о регби, которые помогут понять, что эта игра представляет собой не только в техническом, но и в человеческом плане.



**«Вызов» (The Challenge, Индия, 2004)**

Две студенческие регбийные команды соревнуются на стадионе колледжа, в котором учатся. Все идет хорошо, пока местная мафия не решает купить землю, на которой стоит колледж. Кто победит: регби или мафия? Спор будет решен на регбийном поле!



**«Неугасающий» (Forever Strong, США, 2008)**

О том, как регби делает из хулигана человека: сначала главный герой не в восторге, но постепенно он проникается ценностями регби и становится капитаном команды.



**Old Scores (Новая Зеландия, 1991)**

Через много лет две регбийные команды — сборная Уэльса и Новозеландские All Blacks собрались, чтобы заново сыграть классический матч 1966 года. Те же игроки, но сильно постаревшие, выходят на поле: кто окажется лучшим на этот раз?



### «Сын Джо» (Le fils à Jo, Франция, 2010)

Бывший известный игрок в регби воспитывает сына-подростка. Отец очень хочет, чтобы его сын тоже играл в регби, но сын предпочитает гольф. Удастся ли страстному регбисту увлечь игрой своего потомка?



### «Школьные войны: Герой» (Япония, 2004)

В основе фильма — реальная история Йошинару Ямагучи, игрока сборной Японии по регби. Окончив карьеру регбиста, Ямагучи устроился учителем в одну из самых отсталых гимназий Киото. Его ученики — отбросы общества, начинающие преступники. Поможет ли ему регбийный опыт? Сделает ли он из отпетых хулиганов достойных регбистов?



### The Kick (Новая Зеландия, 2014)

Документальный фильм, рассказывающий о карьере новозеландского регбиста Стивена Дональда, игравшего в 2008–2011 годах за национальную сборную.



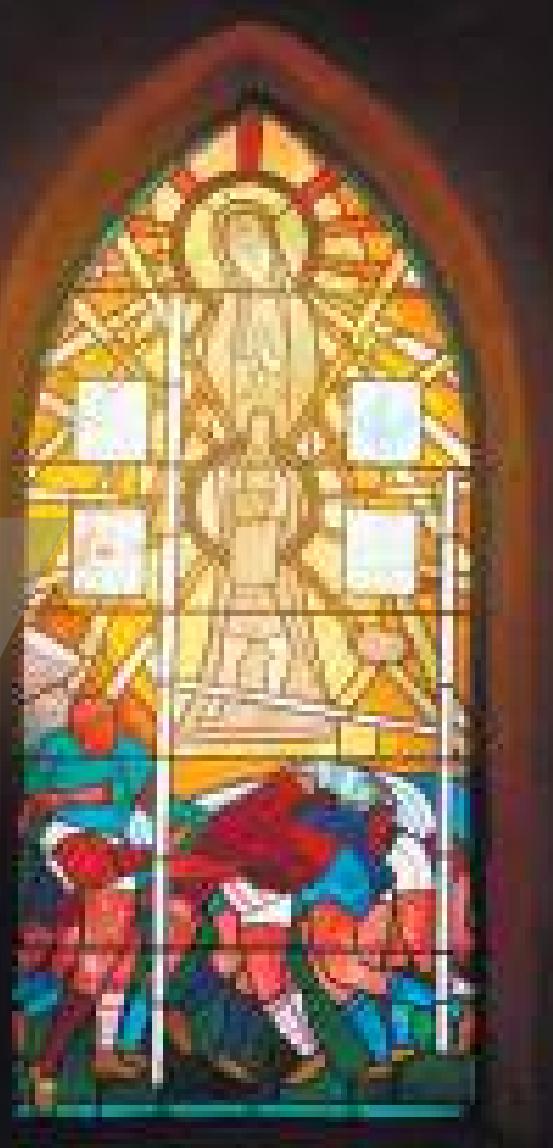
### «Непокоренный» (Invictus, США, 2009)

Фильм о национальной сборной ЮАР Springbooks, Президенте Нельсоне Манделе и переломном моменте в жизни сборной и всей страны. Заодно узнаешь кое-что про политику Южной Африки.

*Родной город Стивена Дональда — Уаику переименовал свою арену в «Бобер парк». Бобер — прозвище Стивена. Вот как его уважают на родине!*

Во французском городке Ларивье-Сен-Сави есть необычная церковь. Она называется Нотр Дам де регби и покровительствует регбистам. Иконами в церкви служит все то, что непосредственно относится к игре: мячи, бутсы, фотографии великих спортсменов, форма различных сборных и всевозможных клубов со всех уголков мира. Нотр Дам де регби была освящена в 1968 году.

Создал ее отец Мишель Девер, который в молодости и сам неплохо играл в регби. И уже почти 50 лет здесь проводится ежегодная месса. Нотр Дам де регби стала легендой среди любителей регби со всего мира. Ежегодно сюда приходят около 10 тысяч посетителей. Болельщики едут в церковь, чтобы помолиться за победу своих фаворитов. Хочешь сподобиться регбийной благодати? Приноси сюда свои бутсы! 😊



# ALL OUT!!

[オールアウト!!]

Shiori Amase

雨瀬シオリ

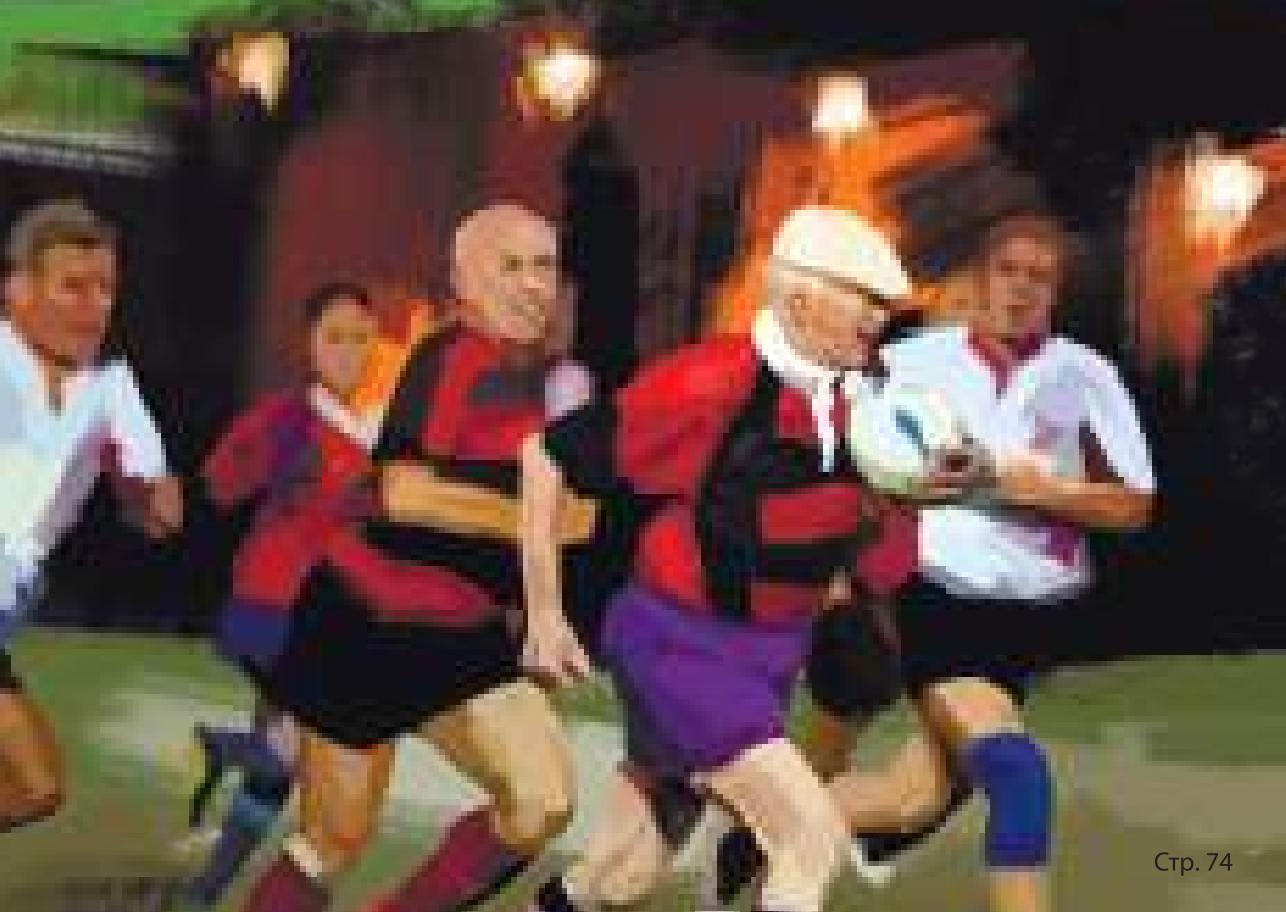
4



Ты фанат аниме? Хорошая новость для тебя: японский регби-аниме-сериал по манге **All Out!** Так Страна восходящего солнца готовится к приему Кубка мира-2019.

# РАЗДЕЛ 5: ПОЛ И ВОЗРАСТ В РЕГБИ





# ЖЕНЩИНЫ В РЕГБИ

Первые матчи регби с участием женщин проводились уже XIX веке. В 1887 году Эмили Валентайн собрала женскую команду учениц Порт-Роял Скул в Ирландии. Матчи проходили и во Франции, и в Новой Зеландии. Но первым официально признанным матчем считается игра 1917 года между командами «Кардифф Ледис» и «Ньюпорт Ледис» на стадионе «Кардифф Армс Парк». Первый международный матч между женскими регбийными сборными прошел в 1982 году в Утрехте (Нидерланды): хозяйки-голландки принимали француженок. В последние десятилетия женское регби набирает популярность: сейчас женские регбийные клубы существуют более чем в 100 странах.



Женские Кубки мира начали проводиться в 1991 году. Первый прошел в Уэльсе, выиграла его сборная США. С тех пор турниры проходят каждые четыре года. Кроме того, среди женщин очень популярна разновидность регби, которая называется регби-7. В каждой команде играют по семь игроков, а каждый из двух таймов игры длится семь минут.

В России женские команды появились не так давно — в 1989 году, но уже в 1991 году национальная сборная приняла участие в Кубке мира. С тех пор уровень женского регби в нашей стране многократно возрос, сейчас российская женская сборная демонстрирует яркую игру высокого уровня.



Женщины-регбистки не соревнуются с мужчинами, женские команды играют друг с другом, поэтому у них свои клубы и свои чемпионаты. Самый престижный турнир женского регби — Кубок мира по регби.



В 2014 и 2016 годах российские регбистки выигрывали Чемпионат Европы по регби-7. Мужская сборная по регби-7 в 2016 году догнала наших дам!

Ежегодно с 2010-го выпускается календарь с фотографиями девушки-регбисток — членов национальной сборной России.

Глядя на этих красавиц, трудно представить, что они являются звездами такого непростого вида спорта, как регби.

## ПРЕКРАСНАЯ ПОЛОВИНА МИРОВОГО РЕГБИ



**Сара Гросс, Новая Зеландия**

— одинаково сильна и в атаке, и защите, любит Кэмерон Диас и Бейонсе, отпуск предпочитает проводить в Испании.



**Шемси Уильямс, Австралия**

— капитан сборной, одна из самых физически сильных величин в мире женского регби.

Ее сила — главный козырь защиты австралиек.



**Хизер Фишер, Англия**

— чемпион мира 2014 года, возглавляла сборную Англии на Олимпиаде 2016 года в Рио-де-Жанейро.



**Джен Киш, Канада**

— сплошь покрытая татуировками, коротко стриженая, очаровательная капитан Джен сильна в захвате, она возглавила национальную сборную по регби -7 и получила бронзу на Олимпиаде 2016 года в Рио-де-Жанейро.



**Портия Вудман, Новая Зеландия**

— чемпионка мира, «Игрок года-2015»; когда ей было 7 лет, она победила в регби местных мальчишек.



**Патриция Гарсия, Испания**

— лидер и плеймейкер команды, славится ударом и вбрасыванием в коридорах. За пределами поля Гарсия — лицо испанского женского регби и посол Олимпийской заявки Мадрида 2020 года.

## РОССИЙСКИЕ ИГРОКИ ПРЕКРАСНОГО ПОЛА



### Надежда Кудинова

— лучший игрок российской сборной на Кубке мира-2013, капитан женской сборной по регби-7.



### Елена Гамова

— не только игрок сборной России, но и тренер клуба РГУТИС-Подмосковье. Одна из лучших «девятых» в Европе, однажды получила предложение от французского клуба.



### Байзат Хамидова

— вингер сборной России. Отличительные особенности: силовая контактная манера и отличный темп.



### Марина Думлер

— игрок сборных России и клуба «Буревестник» (Новокузнецк).

Она продолжала выходить на поле в возрасте почти 40 лет и оставалась там заметной фигурой.



### Анастасия Мухарьanova

— лучшая регбистка России 2007 года, чемпионка Европы 2013 и 2014 годов.



### Алёна Михальцова

— бронзовый призёр чемпионата Европы 2016 года по регби-15. Сыграла в трёх матчах и занесла шесть попыток.

Состав женской сборной России по регби-7 :

<http://www.rugby.ru/zhenskie-sbornye>

# МИНИ-РЕГБИ И РЕГБИ ДЛЯ ДЕТЕЙ

Регби все возрасты покорны, и чем раньше ты начнешь, — тем лучше. Дети во всем мире играют в регби: национальная сборная ЮАР не жалеет предоставлять юным преемникам свое поле сразу после игры мастих регбистов, и малышня играет на взрослом поле прямо босиком. И правильно: из них вырастет смена взрослым игрокам.

Играть сразу во взрослый регби (регби-15, о котором и рассказывает наша книга) — нелегко. Поэтому юные регбисты начинают с упрощенных разновидностей игры. По мере того как они взрослеют, усложняется и игра. Виды регби для детей: тэг-регби, тач-регби, регби  $8 \times 8$ , регби  $12 \times 12$ .

## ТЭГ-РЕГБИ

Возраст: любой. Играют совместно взрослые и дети, мальчики и девочки

Количество игроков: варьируется

Размер поля: варьируется

Время игры: 2 тайма по 7 минут, перерыв между таймами — 1 минута

## Особенности игры:

Тэг-регби — бесконтактная игра, то есть игроки не применяют контактные силовые приемы и вообще не должны касаться друг друга руками. В игре тэг-регби экипировка каждого регбиста дополнена поясом с двумя липучками-тэгами (иногда флагами).

Отрыв одного из них является аналогом захвата во взрослом регби. Еще одно важное отличие тэг-регби — нельзя бить по мячу ногами. Тэг-регби — простая игра, она помогает освоить основные элементы регби: пас, ловля мяча, финты. Поскольку игра бесконтактная, в ней бывают смешанные команды: мальчики и девочки играют вместе.

В 2016 году тэг-регби вошло в программу Всероссийских спортивных игр школьников «Президентские спортивные игры». Это очень круто!



Когда актеру из Новой Зеландии Расселу Кроу было 10 лет, он потерял передний зуб, играя в регби. А вставил его лишь через 16 лет, и только потому, что на этом настоял режиссер. Который, кстати, заплатил за зуб из своего кармана.



## ТАЧ-РЕГБИ

Возраст: 7–80 лет

Количество игроков: 6–7

Размер поля: варьируется

Время игры: варьируется

Особенности игры:

Главное: захваты здесь заменены прикосновениями, отсюда и название (от англ. touch — прикосновение). Поэтому тач-регби еще называют игрой с ограниченным контактом. В школах и институтах в тач-регби часто играют смешанные команды — мальчиков и девочек, юношей и девушек, мужчин и женщин, проводят даже турниры между командами, смешанными по полу и возрасту. Тач-регби очень распространено в англоязычном мире. Проводят даже Кубок Мира.



## РЕГБИ 8 × 8 (МИНИ-РЕГБИ)

Ребят, играющих в мини-регби, иногда называют поперечниками, так как они фактически играют поперек стандартного поля.

Возраст 9–12 лет (контактное регби)

Количество игроков: 8 от каждой команды

Размер поля: чуть меньше, чем  $\frac{1}{2}$  взрослого поля

Время игры: 2 тайма по 7 минут,

перерыв между таймами — 1 минута

Особенности игры:

В регби 8 × 8 на поле нет ворот.

Очки зарабатываются за счет заносов мяча (попыток) в зачетное поле. Младшие команды 9–10 лет играют без схваток и коридоров, а 11–12 лет — со схватками и коридорами, но без сопротивления. Прием ручка — запрещен!

*Ручка — самый распространенный прием отражения захвата противника. Выполняет игрок, владеющий мячом, когда мяч у него пытаются отобрать. Делается это так: когда противник собирается прыгнуть на захват, игрок с мячом толкает его в грудь, плечо, лоб или затылок. Любые толчки, удары, контакты выше плеч — нарушение, повторное нарушение наказывается удалением (опасная игра, высокий захват).*



# РЕГБИ ДЛЯ ПОДРОСТКОВ

Ты взрослеешь и меняешься, так же меняется игра и тренировочный процесс. Игра становится более быстрой, контакт более жестким, поэтому и тренироваться приходится гораздо больше чем раньше. Тренировки становятся интенсивнее и динамичнее, больше внимания уделяется силовой подготовке.

С 14 лет начинается взрослое регби.  
Ты уже готов к настоящей игре!

## РЕГБИ 12 × 12

Возраст: 12–13 лет

Количество игроков: 12 игроков от каждой команды

Размер поля: чуть меньше взрослого  
Время игры: 2 тайма по 15 минут,  
перерыв между таймами — 2–3  
минуты

Особенности игры: это уже настоящий контактный регби, со схватками, коридорами, лифтами и захватами. Игра 12 × 12 подготавливает игрока к большому регби.

Твоей регби-школы нет на нашей карте?  
Хочешь узнать, есть ли секция регби для детей и подростков в твоем городе, области, крае, республике? Пиши или звони нам, в Национальный благотворительный фонд развития детского регби!

Тел.: +7 499 703-16-95

e-mail: [fund@regbist.ru](mailto:fund@regbist.ru)

[www.regbist.ru](http://www.regbist.ru)

[www.vk.com/regbist\\_ru](http://www.vk.com/regbist_ru)

[www.facebook.com/FundRegbistRu](http://www.facebook.com/FundRegbistRu)

[www.youtube.com/user/FUNDREGBISTRU](http://www.youtube.com/user/FUNDREGBISTRU)

## На что способны юные регбисты

Два подростка-регбиста из города Новокузнецка (Кемеровская область) Влад Горбач и Дмитрий Долгов повели себя как реальные бэтмен и супермен! Во время прогулки со своим псом Влад задержал двух грабителей, которые выхватили у прохожего телефон.

Влада наградили, овчарка Грей тоже получила свой подарок — большой пакет с кормом. 😊

И что ты думаешь? На той же неделе Влад и Дима, выходя из магазина, услышали крики о помощи: у девушки вытащили кошелек. Ребята пустились в погоню за бандитом и одновременно вызвали полицию. Преступник выдохся, а друзьям помогла спортивная подготовка: догнали грабителя, а тут и полицейская машина подъехала. Дима считает, что помог спорт: не растерялись, не испугались, мгновенно приняли решение. Не пробуй повторять их подвиг, пока ты не вырос и не получил хорошую физическую подготовку!

УЗНАЙ  
ПОДРОБНОСТИ  
НА САЙТЕ!

ХОЧЕШЬ ИГРАТЬ В РЕГБИ, НО НЕ ЗНАЕШЬ, КУДА ПОЙТИ?

Найди секцию детского регби на нашей карте

[http://regbist.ru/ru/play\\_rugby](http://regbist.ru/ru/play_rugby)



# СТАРОСТЬ? НЕ ДЛЯ РЕГБИ!

В регби играют не только молодые. Одни игроки заканчивают карьеру в 30 лет, а другие в этом возрасте только ее начинают. Известны случаи, когда игрок завершил карьеру в тот момент, когда ее начал его сын. И правильно: пока ты не вырастил достойную смену, ты не можешь уйти с поля.

Конечно, в профессиональном регби не так уж много игроков старше 35 лет, но жизнь и игра не заканчиваются вместе с карьерой на международном поле.

Многие говорят, что регби — лучший антидепрессант. Игра бодрит, дает радостные эмоции и улучшает физическое состояние. И потом, ты помнишь, что регби выходит далеко за пределы поля. Дух товарищества и благородства, любовь к игре побуждают игроков искать способы продолжать игру, пока ноги бегут, а легкие дышат.

— Моему отцу 36 лет. Может ли он научиться играть в регби?

— Запросто! Именно столько было французу Клоду Ревалье, когда он попал в состав национальной сборной. Правда, Клод начал заниматься регби не в 36, а в 29 лет — но ведь твой папа наверняка не мечтает в национальную сборную? Кстати, Клод в том же год выиграл Большой шлем. Вот такой «старикашка».



Как говорят многие ветераны регби, причина, по которой они продолжают играть, проста: регби — это на всю жизнь!

## «Золотые старики регби» (Golden Oldies Rugby)

Раз в два года проходит международный фестиваль «Золотые старики регби», собирающий команды пожилых игроков со всего мира. Первый турнир состоялся в 1979 году в Окленде (Новая Зеландия). Девиз фестиваля — принцип трех F: Fun, Friendship, Fraternity (Веселье, Дружба, Братство). В 2016 году в 21-м фестивале в Кардиффе (Уэльс), на знаменитом стадионе «Миллениум» приняли участие около 100 команд из 25 стран, в том числе команда из России.

## Девять заповедей «Золотых старииков»

Я буду играть в регби ради самой игры.

Я не буду помнить счет до самого конца игры.

Если я добился успехов и славы в своей спортивной жизни, я не буду подчеркивать это, чтобы не смущать других.

Если я не добился успехов в своей спортивной жизни, я не буду пытаться использовать игры ветеранов «Золотые старики», чтобы добиться этого.

Я всегда буду в игре уважать более старших и физически слабых членов команды противника.

## Ветераны регби в России

В России есть несколько клубов регби, поддерживающих движение «Золотые старики в регби» и разделяющих их принцип «С регби на всю жизнь». Это «Буревестник», «Локомотив», «Старые лоси», Moscow Dragons RFC, «Спартак» и другие. Члены клубов — мужчины в возрасте от 45 до 75 лет, раньше игравшие в регби в различных командах Москвы, России и ближнего зарубежья.



Я буду следовать философии движения «Золотые старики» — философии веселья, получения удовольствия, отсутствия чинопочтания.

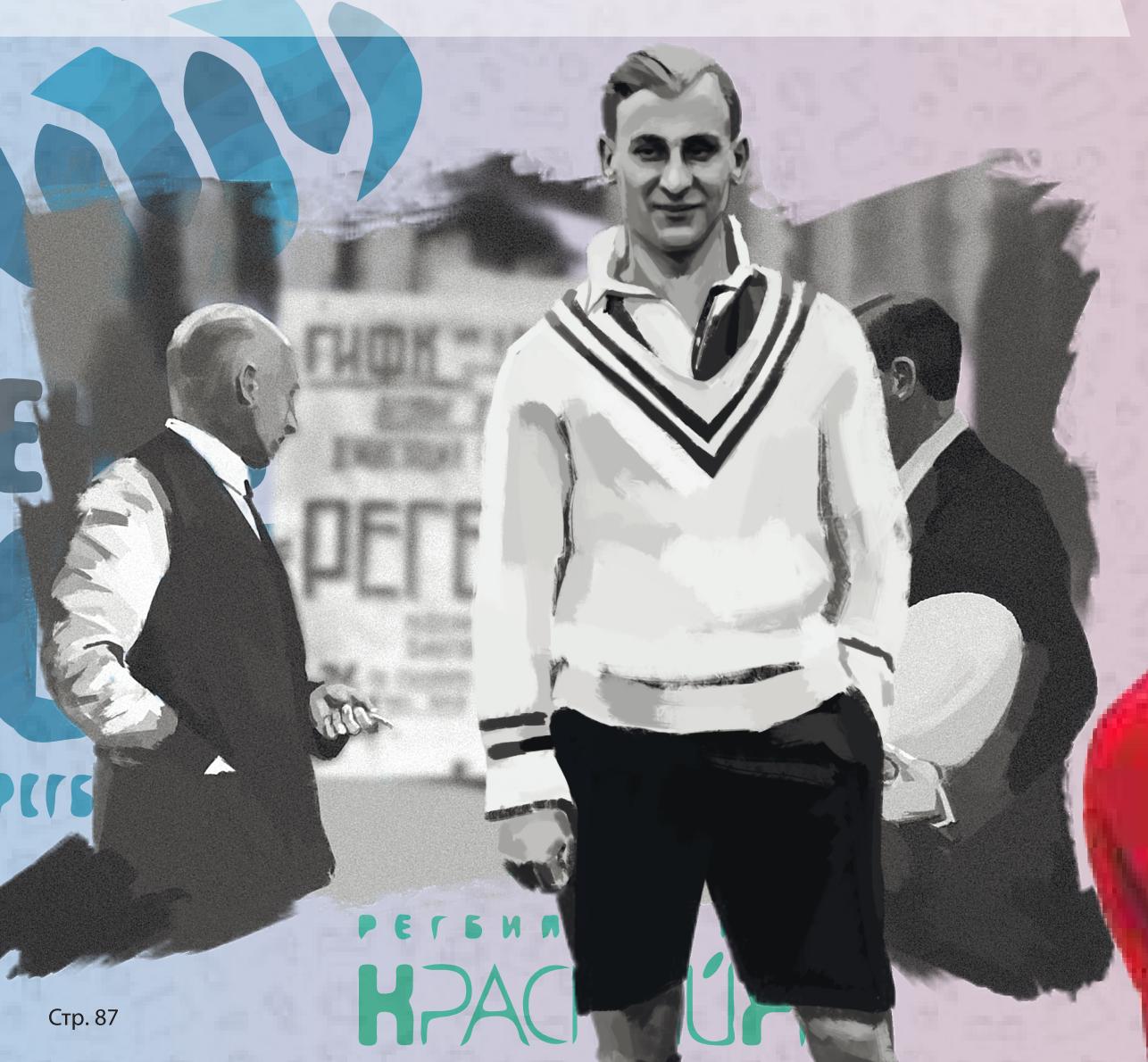
Я буду послом движения «Золотые старики» и всегда буду распространять о нем только доброе слово.

Я всегда буду следовать правилу заводить друзей и поддерживать старые знакомства в различных частях мира.

Я всегда буду помнить, что зачастую я гораздо больше рисую в обычной жизни, чем выходя на поле.

# РАЗДЕЛ 6: РЕГБИ В РОССИИ

Мир, мир — а как обстоят дела с регби в России? В этом разделе ты узнаешь, как давно появилось регби в нашей стране, какие у него легендарные игроки, команды и тренеры. А также о том, чем живет российское регби сегодня.





# ЗАРОЖДЕНИЕ И ИСТОРИЯ РЕГБИ В РОССИИ

Первый официальный матч регби в России состоялся в 1923 году на московском стадионе «Буревестник». Встретились команды Общества физического воспитания трудящихся и Московского речного яхт-клуба. Организовал матч первый тренер сборной СССР... по футболу Михаил Степанович Козлов. В 1934 году прошел первый чемпионат столицы по регби. К этому времени в Москве и других городах России было уже несколько команд. Тренерские кадры для команд подготовил француз Жан Но. Поначалу регби было чем-то новым и неведомым, в команды в основном шли спортсмены, опытные в других видах спорта. Например, Григорий Пыльнов был лучшим в довоенной России борцом, Степан Спандарьян мастером спорта и тренером по баскетболу, Алексей Соколов — известным футболистом и футбольным тренером.





Первые чемпионаты СССР по регби и по футболу прошли в одном году — 1936-м. Но затем в 1949 году регби объявили буржуазной игрой. На 8 лет регби попало под запрет.

Регби помиловали после Всемирного фестиваля молодежи и студентов в 1957 году: тогда в Москву на две недели приехали 34 000 человек из 131 страны мира. Жан Но так описывал регбийный матч того времени: «Утверждать, что трибуны небольшого стадиона в Лужниках, где проходило регби, были переполнены, значит сказать только половину правды. Все пространство вокруг поля было забито до отказа».

В 1956 году, когда регби было под запретом, в Воронежском лесотехническом институте студенты на свой страх и риск создали команду регби и даже сами сшили три первых мяча.

— А до революции в России регби не было?

— О регби в России до революции 1917 года известно мало. Вот что пишет генерал-лейтенант Николай Николаевич Биязи, военачальник, спортсмен и писатель, о «матче», состоявшемся в 1908 году: «В одесский порт приходило много иностранных пароходов. Однажды причалил корабль английской компании... Команда этого парохода вызвала одесситов на матч в регби. Для нас это была новая игра, но мы все же согласились, и встреча состоялась».





## ИСТОРИЯ РОССИЙСКОГО РЕГБИ

- 1923 — первый официальный матч  
1934 — первый чемпионат Москвы  
1936 — первый чемпионат СССР  
1948-1957 — регби под запретом  
1959 — первый послевоенный турнир, победитель: МВТУ имени Баумана  
1966 — первый послевоенный чемпионат СССР  
1967 — создание Федерации регби СССР  
1975 — Федерация регби СССР принята в состав Международной федерации регби  
1976 — первое участие сборной СССР в розыгрыше чемпионата Европы  
1979-1990 — сборная СССР является участником высшей лиги (группа «A») чемпионата Европы  
1978, 1981, 1983 — наша сборная выигрывает бронзу  
1985, 1986, 1987, 1989, 1990 — сборная СССР завоевывает серебро на чемпионате Европы  
1990 — Федерация регби СССР становится членом IRB World Rugby  
1992 — создается Союз регбистов России



Федерация регби  
**России**

## **Князь Оболенский: русский дво- рянин, английский регбист**

Александр Оболенский (1916–1940) — человек, которым гордятся две страны: Россия и Англия.

Семья князя эмигрировала во время революции, Александр учился в Оксфорде и блестяще играл в регби.

В 19 лет его пригласили играть за сборную Британии, а ведь он не являлся подданным британской короны (оставался гражданином России). В 1936 году в матче с новозеландскими All Blacks, на котором присутствовал принц Уэльский Эдуард, Оболенский сделал такой блестящий занос, что стал национальным героем Англии. После этой игры ему дали английское гражданство. ☺ Князь Александр Оболенский внесен в список 15 величайших английских регбистов. А доклад об актуальных проблемах регби, который ежегодно слушается в британском Парламенте, называется «Лекция Оболенского». Вот так чтят и помнят нашего великого земляка на родине регби!



# РЕГБИ В РОССИИ СЕЙЧАС

Новое тысячелетие — новое измерение. В 2000 году наша мужская сборная вошла в дивизион «А» чемпионата FIRA, а в 2011-м — дебютировала на Кубке мира в Новой Зеландии и стала первой командой-новичком чемпионата, которой удалось сделать 8 попыток. В 2023 году мы отметим 100-летие со дня проведения первого регбийного матча на территории России. Каков уровень нашего регби сейчас? По классификации WR на конец 2016 года мужская сборная России относилась к группе «Игра приемлемого уровня», включающей 6 стран, и занимала в рейтинге 19-е место. Конечно, это не топ, но, если учесть, что всего в рейтинге более 100 позиций, не так уж и плохо.

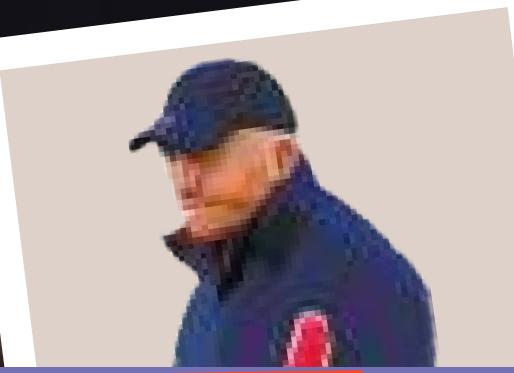
## ТРЕНЕРЫ

В последние 20 лет мужскую сборную России по регби тренировали: Владимир Грачев (1992–2000); Джеймс Штрафберг, ЮАР (2001–2002); Александр Первухин (2003–2004); Игорь Миронов (2004–2005); Бликкис Грёнвальд, ЮАР (2006); Клод Сорель, Франция (2007–2008); Николай Неруш (2008–2011), Кингсли Джонс, Уэльс (2011–2014); Рафаэль Сан-Андре, Франция (2014).

### Александр Первухин

С конца 2014 года со сборной работает Александр Юрьевич Первухин — сибиряк, в прошлом игрок и тренер красноярского «Енисей-СТМ». Ребята понимают его с полуслова.





### **Николай Неруш**

Главный тренер «ВВА-Подмосковье», в прошлом главный тренер сборной России. В 2016 году возглавил тренерский совет Федерации регби России (ФРР).



### **Евгений Антонов**

Стоял у истоков послевоенного регби, в 1960-х — игрок команды МВТУ имени Н.Э. Баумана, дважды чемпион СССР, бывший тренер «ВВА-Подмосковье» (Монино) и московской «Славы». Настоящий старейшина российского регби!



### **Виталий Сорокин**

В прошлом игрок сборной России по регби и регби-7, с 2011 по 2014 год — главный тренер юношеской сборной России. Виталий — связующее звено между детско-юношеским и взрослым регби.



У каждой национальной сборной есть прозвище. Как правило, это название какое-нибудь животного, ассоциирующегося со страной. Символом России можно смело назвать медведя, и команду нашу зовут «медведями». Медведь — доброе, сильное и мудрое животное.

## ИГРОКИ СБОРНОЙ РОССИИ



Имя: Александр Войтов  
(1981, Краснодар)

Рост/вес: 196 см/104 кг

Позиция: лок (замок)

Домашний клуб: «ВВА-Подмосковье»  
(Монино)

Играет с 16 лет. Капитан «ВВА-Подмосковье» и сборной России



Имя: Александр Янюшкин  
(1982, Пенза)

Рост/вес: 165 см/79 кг

Позиция: Скрам-хав, флай-хав

Домашний клуб: «ВВА-Подмосковье»  
(Монино)

Играет с детства. В 2011 году включен в Зал славы российского регби



Имя: Юрий Кушнарев  
(1985, Москва)

Рост/вес: 183 см/95 кг

Позиция: флай-хав

Домашний клуб: «Енисей-СТМ»  
(Красноярск)

Рекордсмен сборной по количеству набранных очков (626)

Имя: Владимир Остроушко  
(1986, Краснодар)  
Рост/вес: 184 см/94 кг  
Позиция: Винг (трехчетвертной)  
Домашний клуб: «Кубань»  
(Краснодар)  
В составе юношеской сборной  
участвовал в чемпионате мира  
2005 года. Трижды чемпион  
Европы по регби-7



Имя: Василий Артемьев  
(1987, Зеленоград)  
Рост/вес: 183 см/83 кг  
Позиция: Фулбэк  
Домашний клуб: «Красный Яр»  
(Красноярск)  
Занимается с 9 лет. Учился в Ирландии,  
окончил Блэкрок-колледж и  
Дублинский университет. Играли в  
зарубежных клубах премьер-лиги  
«Ленстер» (Ирландия) и «Нортгемптон Сайнтс» (Англия)



Имя: Владислав Коршунов  
(1983, Хабаровск)  
Рост/вес: 183 см/105 кг  
Позиция: Хукер  
Домашний клуб: «ВВА-Подмосковье»  
(Монино)  
Играет с 13 лет. Сезон 2011–2012  
годов провел в английском клубе  
«Лондон Уоспс». Был капитаном  
сборной на чемпионате мира 2011  
года



# КЛУБЫ

Где воспитываются игроки нашей национальной сборной? Конечно, в родных клубах. Сейчас в России несколько десятков клубных команд. Самые сильные из них были созданы еще в 60–70-е ХХ века.



## «Енисей-СТМ» (Красноярск)

Одна из сильнейших мужских российских команд создана в 1975 году. Александр Первухин, который сейчас тренирует сборную России, начинал играть именно здесь, и здесь же оттачивал свое тренерское мастерство. В 1990-х команда вышла в высшую лигу и с тех пор ее не покидает. «Енисей-СТМ» — семикратный чемпион России (1999, 2002, 2005, 2011, 2012, 2014, 2016), пятикратный обладатель Кубка России по регби (2000, 2001, 2008, 2014) и первый российский клуб, принявший участие в Европейских кубках вызова и выигравший в групповом турнире сезона 2015–2016 годов два матча из шести. Мужская сборная России на треть состоит из игроков «Енисея-СТМ».

«Енисей-СТМ» — настоящая кузница российских регбийных кадров!

Узнай больше о клубе:

<http://www.enisei-stm.ru/>

Противостояние двух красноярских команд — неотъемлемая часть регбийной истории нашей страны. И в то же время для красноярских регбистов это домашняя, а иногда и родственная история: два брата Симоновы принадлежат к разным клубам – Володя к «Красному Яру», Дима — к «Енисею-СТМ».

## «Красный Яр» (Красноярск)

Команда основана в 1969 году и, выйдя в середине 1980-х в премьер-лигу, еще в период СССР стала одной из сильнейших. В последние годы команду тренирует Игорь Николайчук, президент клуба — Сергей Чупров. «Красный Яр» — самый призовой клуб российского регби: 11 раз выигрывал чемпионаты СССР и России (1990–1992, 1994–1998, 2000, 2001, 2013, 2015) и 7 раз становился обладателем Кубка России по регби (1995, 1996, 1998, 2003, 2006, 2011, 2013). Многие игроки «Красного Яра» играют в национальной сборной.

Узнай больше о клубе:

<http://www.yar-rugby.ru/>





## «ВВА-Подмосковье» (Монино)

Подмосковное Монино по праву можно назвать регбийным городом: когда на стадионе играет любимая команда «ВВА-Подмосковье», город вымирает: все на стадионе. Клуб был основан в 1967 году, долгое время тренировал команду Евгений Антонов, затем его сменил Николай Неруш. «ВВА-Подмосковье» — пожалуй, самый титулованный регбийный клуб России. Еще во времена СССР он 9 раз выигрывал чемпионат страны и 9 раз — кубок; в современной России монинцы брали золото чемпионата страны 8 раз (1993, 2003, 2004, 2006, 2007, 2008, 2009, 2010) и 8 раз становились победителями Кубка страны (1992, 1993, 1997, 2002, 2004, 2005, 2007, 2010). В последнее время капитанами российской сборной на международных турнирах, как правило, бывают игроки из «ВВА-Подмосковье» (Александр Янюшкин, Александр Войтов).

2003 год стал переломным в истории «ВВА-Подмосковье»: при поддержке губернатора Московской области Бориса Громова в Монино создан Регбийный центр Московской области. Это качественно улучшило подготовку команды.

Узнай больше о клубе: <http://www.vva-rugby.ru/>

## «Слава-ЦСП» (Москва)

Создана в 1974 году Дмитрием Алексеевичем Парамоновым. Главным тренером команды является Андрей Черивичный. Команда два раза становилась чемпионом СССР (1979, 1982) и три раза обладателем Кубка СССР по регби (1981, 1985, 1989). Среди ярких достижений новейшего времени — победа в Кубке мэра Москвы по регби 2009 года. Сейчас команда уверенно входит в четверку лучших регбийных клубов России. Узнай больше о клубе:

<http://rugby-slava.ru/>



# ТУРНИРЫ

Самые престижные турниры страны проводятся Российской регбийной премьер-лигой при непосредственном участии Федерации регби России.



## Чемпионат России

В турнире встречаются клубы Российской регбийной премьер-лиги. По сути, чемпионат является преемником чемпионата СССР, но в усеченном составе: после распада СССР из состава чемпионата вышли пять клубов Высшей лиги: «СКА» (Алма-Ата), «Авиатор» (Киев), «Звезда» (Ташкент), «Аяя» (Кутаиси), «Локомотив» (Тбилиси). Первый чемпионат России состоялся в 1992 году. Турнир организуется ежегодно, игры проводятся с мая по сентябрь по круговой системе, участвуют 10 команд.

## Кубок России

Кубок России по регби – ежегодное соревнование для российских регбийных клубов, которое проводится Регбийной премьер-лигой с 1992 года. Важное отличие от чемпионата России: в Кубке могут участвовать не только профессио-

нальные, но и любительские регбийные клубы.

## Суперкубок России

Суперкубок России – новое соревнование, идея его проста. Суперкубок состоит из единственного матча, в котором встречаются два победителя – чемпионата России и Кубка России. Первый Суперкубок прошел 7 мая 2014 года в Симферополе, встречались давние противники-земляки – «Красный Яр» и «Енисей-СТМ». Со счетом 6 : 15 победил «Енисей-СТМ».

Второй Суперкубок России по регби состоялся 9 мая 2015 года в Махачкале. В матче встретились обладатель Кубка и чемпион России 2014 года красноярский «Енисей-СТМ» и финалист Кубка России 2014 года московская «Слава». Второй раз подряд титул завоевал «Енисей-СТМ».

— А если и чемпионат, и Кубок выиграла одна и та же команда, как быть с Суперкубком?

— В таком случае за Суперкубок сражаются те команды, которые играли в финале Кубка России.



## Чемпионат России по регби

Ежегодное соревнование, проводится с 1992 года.

### Призеры

Сезон	Чемпион	2-е место	3-е место
1992	Красный Яр	ВВА им. Ю. А. Гагарина	Луч-СМИ
1993	ВВА им. Ю. А. Гагарина	Красный Яр	Фили
1994	Красный Яр	ВВА им. Ю. А. Гагарина	Вест-Звезда
1995	Красный Яр	Вест-Звезда	ВВА им. Ю. А. Гагарина
1996	Красный Яр	Пенза	ВВА им. Ю. А. Гагарина
1997	Красный Яр	Пенза	Сибтяжмаш
1998	Красный Яр	ВВА им. Ю. А. Гагарина	Пенза
1999	Сибтяжмаш	Красный Яр	ВВА им. Ю. А. Гагарина
2000	Красный Яр	Енисей-СТМ	Пенза
2001	Красный Яр	Енисей-СТМ	Пенза[2][3]
2002	Енисей-СТМ	Красный Яр	ВВА им. Ю. А. Гагарина
2003	ВВА-Подмосковье	Енисей-СТМ	Красный Яр
2004	ВВА-Подмосковье	Енисей-СТМ	Красный Яр
2005	Енисей-СТМ	ВВА-Подмосковье	Красный Яр
2006	ВВА-Подмосковье	Красный Яр	Енисей-СТМ
2007	ВВА-Подмосковье	Енисей-СТМ	Слава
2008	ВВА-Подмосковье	Слава	Енисей-СТМ
2009	ВВА-Подмосковье	Енисей-СТМ	Красный Яр
2010	ВВА-Подмосковье	Енисей-СТМ	Красный Яр
2011	Енисей-СТМ	Красный Яр	ВВА-Подмосковье
2012	Енисей-СТМ	Красный Яр	ВВА-Подмосковье
2013	Красный Яр	Енисей-СТМ	ВВА-Подмосковье
2014	Енисей-СТМ	Красный Яр	ВВА-Подмосковье
2015	Красный Яр	Енисей-СТМ	ВВА-Подмосковье
2016	Енисей-СТМ	Красный Яр	ВВА-Подмосковье

Узнай больше о Российской регбийной премьер-лиге — <http://rrpl.ru/>

# РАЗДЕЛ 7: БУДУЩЕЕ РЕГБИ

Пройдет всего несколько лет, и мы отметим 200-летний юбилей регби.  
Что ждет игру в будущем и кто может на это будущее повлиять?



*regbist.ru*

# БЫВШИЙ ОЛИМПИЙСКИЙ... БУДУЩИЙ ОЛИМПИЙСКИЙ?

В свое время регби было олимпийской игрой. Соревнования по регби впервые были включены в программу летних Олимпийских игр 1900 года в Париже. Затем регби поучаствовало еще в трех летних олимпиадах.



## Финал олимпийской истории регби

В 1925 году регби исключили из программы Олимпийских игр. В течение второй половины XX века было несколько попыток вернуть регби олимпийский статус. Одну из заявок подал Советский Союз перед Олимпиадой 1980 года в Москве. Заявки отклонялись Олимпийским комитетом.

Матч за звание Олимпийского чемпиона 1924 года был нелегким для всех. Казалось, все было за французов: они играли у себя дома, при поддержке 50-тысячных трибун рьяных болельщиков. К тому же они были опытными игроками, а про их капитана, вингера Адольфа Жорагю (*Adolphe Jaureguy*) говорили, что это самый быстрый регбист, когда-либо живший на планете. А в сборной США играли в основном калифорнийские студенты, и некоторые из них совсем недавно познакомились с регбийным мячом. Но атлетические американцы победили хрупких французов со счетом 17 : 3. Гневу и негодование французских болельщиков не было предела.

В 1936 году на Олимпиаде в Берлине прошел показательный турнир по регби, который не имел официального статуса.

— Почему регби исключили из Олимпийских игр и не хотели вернуть?

— Главное препятствие на пути к Олимпиаде — обязательный семидневный перерыв между матчами (требование WR). Олимпиада длится всего 16 дней, и при таком требовании сборные команды не успевают сыграть все матчи турнирной таблицы.

## Движемся к Олимпиаде!

9 октября 2009 года — важная дата для регби. В этот день на конгрессе Международного олимпийского комитета в Копенгагене (Дания) регби-7 включили в программу Олимпийских игр 2016 года в Рио-де-Жанейро. В турнире приняли участие 12 мужских и 12 женских регбийных команд, сильнейших сборных мира! Мужская сборная Фиджи завоевала первую в истории страны золотую олимпийскую медаль. В финале женского турнира победила сборная Австралии.

На регби-7 не распространяется требование World Rugby об обязательном 7-дневном перерыве между играми.

Формат регби-7 — два тайма по 7 минут с 1-2 минутным перерывом, игроки не так устают, как в регби-15, поэтому значительно быстрее восстанавливаются. Значит, для включения регби-7 в программу Олимпийских игр нет препятствий.

## РЕГБИ-7: пусть маленький, но все же Олимпийский!

Новая эпоха для олимпийской истории регби началась в 1994 году. На конференции в Кардиффе прозвучали важные слова: «История регби имеет много общего с олимпийскими традициями и философией, значит, для регби должно найтись место в рамках олимпийского движения». Правда, теперь речь идет о короткой версии игры — регби-7. В 2002 году регби-7 стало одним из претендентов на включение в программу Игр.

Rio 2016

Кто получил путевку в Рио-де-Жанейро



# БУДУЩЕЕ РЕГБИ В РОССИИ

Если ты читал книгу подряд, то теперь ты многое знаешь о регби, его прошлом и настоящем, и наверняка задаешься вопросом: что же будет дальше с этой игрой? Но одно дело смотреть на увлекательное приключение регби со стороны, и совсем другое — быть его участником, а, возможно, и главным героем. Те мальчишки, которые сейчас только начинают заниматься регби, — это будущие игроки российских клубов и национальной сборной страны.

Может быть, когда ты вырастешь, станешь профессиональным регбистом, новым Джона Тали Лому. Возможно, ты предпочтешь другой путь. Но какую бы профессию ты не выбрал, с опытом регби ты пойдешь по жизни победителем.

**Хочешь стать регбистом? Найди клуб и начинай играть!**

**Может быть, будущее регби — это ТЫ?** 😊

## Национальный благотворительный фонд развития детского регби

Создан в 2010 году, цель — продвигать игру регби среди детей, поддерживать российские детские регбийные клубы и турниры и организовывать новые.

В целом сделать все, чтобы о регби узнало больше детей. Мы являемся благотворительной организацией, то есть привлекаем средства меценатов, заинтересованных в развитии регби в России. Наша главная финансовая опора — Банковская группа ЗЕНИТ. Ежегодно Фонд проводит турнир Кубок Банка ЗЕНИТ по регби для мальчиков-регбистов 10-12 лет. Это самый ожидаемый турнир осени, здесь мальчишки могут не только повысить свой игровой уровень, но и искупаться под теплым осенним

— Я хочу заниматься регби, но с чего мне начать?

— Спроси у нас! Мы — Национальный благотворительный фонд развития детского регби — знаем все о регби для детей и подростков в России.





осенним солнышком в Черном море или побывать в столице России.

Мы существуем всего 7 лет, но уже добились немалых успехов. У Фонда есть амбициозный и успешный проект — «Сборная Фонда», где молодым и талантливым регбистам до 18 лет дают возможность заявить о себе на турнирах и первенствах России в составе сборной команды «СОЮЗ-regbist.ru». В сезоне 2013 года наша команда заняла 3-е место в Первенстве Российской Федерации по регби среди юношей до 18 лет, в 2015 и 2016 году улучшила свои результаты: получила кубок за 2-е место. Благодаря программе «Регби в школе» около 20 тысяч российских школьников познакомились с элементами регби на уроках физкультуры, а детский вариант регби — тэг-регби включили в программу Президентских игр.

Мы работаем не только с детьми. В рамках программы «Практикум» проходит обучение регбийных тренеров.

Кроме того, Фонд организует детско-юношеские турниры, финансирует поездки команд на регбийные турниры, снабжает команды экипировкой и спортивным инвентарем. Благодаря нам в регби в России играет все больше детей, а профессиональный уровень регбийных школ и матчей растет.

И именно наш Фонд издал энциклопедию, которую ты сейчас держишь в руках. 😊

## **Национальный благотворительный фонд развития детского регби**

Читай: <http://www.regbist.ru>

Пиши: [fund@regbist.ru](mailto:fund@regbist.ru)

Звони: +7 499 703 16 95



**regbist.ru**

# СЛОВАРЬ РЕГБИ

**Аут** — часть поля за пределами игрового пространства.

**Боковая линия** — ограничивает игровое пространство поля по длинной стороне.

**Бир** — один из способов передачи мяча в игре, пас другому игроку своей команды.

**Вне игры** — положение, при котором один из игроков находится впереди игрока, владеющего мячом или в запрещенных зонах.

**Дроп-гол** — успешный удар по воротам в открытой игре посредством удара с отскока, то есть мяч сначала ударяется о землю, а потом отбивается после отскока. Присуждается 3 очка.

**Замок** — игрок второй линии.

**Замок схватки** — самый задний игрок в схватке, замыкающий в схватке, № 8.

**Занести попытку** — см. попытка.

**Захват** — технический прием, с помощью которого защитник может остановить атакующего игрока с мячом, обхватывая туловище или ноги игрока, сбивая его на землю.

**Зачетное поле** — площадь между линией ворот, линией мертвого мяча и боковыми линиями зачетного поля; сюда кладутся попытки.

**Игровое поле** — площадка, расположенная между боковыми линиями и зачетными полями.

**Игра вперед** — действие, в результате которого мяч отскакивает от игрока по направлению к полю противника. Наказывается назначаемой схваткой.

**Игроки, формирующие коридор** — игроки, которые выстраиваются на линиях, параллельных линии аута. Между ними вбрасывают мяч из аута.

**Коридор** — стандартное положение в игре после выхода мяча в аут; цель — возобновить игру безопасно и справедливо, вбрасывая мяч между двумя линиями игроков.

**Нападающий** — игрок, принимающий участие в схватке.

**Крыло, крыльевой** — игроки третьей линии в схватке: № 6 и 7; они же фланкеры.

**Линия вне игры** — линия, параллельная линиям ворот, проходящая через стоящую позади всех в раке стопу игрока своей команды. У каждой команды своя линия вне игры в защите. В нападении игрок с мячом и проходящая через него линия параллельна линии зачетного поля.

**Линия 15 м** — линия, параллельная боковой линии и проходящая на расстоянии 15 метров от нее, помогает определять длину построения коридора.

**Линия вбрасывания** — это воображаемая линия на игровом поле, проходящая под прямым углом к боковой линии через место, где мяч покинул поле и с которого мяч будет брошен в коридор.

**Линия мертвого мяча** — часть поля, где ведение игры невозможно; находится за линией ворот.

**Мертвый мяч** — мяч, находящийся в положении вне игры; нет возможности продолжить игру мячом.

**Мол** — стандартное положение в игре, когда несколько игроков от каждой команды, стоя на ногах, находясь в физическом контакте и двигаясь по направлению к линии ворот, группируются вокруг игрока, владеющего мячом.

**Мяч на земле** — ситуация, когда мяч лежит на земле, и игрок собирается подобрать его, исключая случаи нахождения мяча в схватке.

**Отражение захвата или ручка** — прием, с помощью которого игрок, владеющий мячом, защищается, отталкивая рукой защитника, готовящегося его захватить.

**Отыгрывание мяча** — действие, при помощи которого мяч, введенный в схватку, забирает одна из команд; отыграть мяч можно и в схватке, и в коридоре во время начального удара или 22-х метрового удара.

**Попытка** — приземление мяча в зачетном поле противника (зона за лицевой линией поля); за ее осуществление присуждается 5 очков и еще 2 очка за реализацию.

**Положить попытку** — см. попытка.

**Полузаштитник** — игрок, располагающийся между группой нападающих и группой защитников, в задачу которого входит связь этой группы с другими игроками команды; есть два вида полузащитников — полузащитник схватки и полузащитник (веера, трехчетвертных).

**Полузаштитник схватки (№ 9)** — игрок, располагающийся позади группы нападающих; в начале схватки вводит мяч в туннель; после выхода из схватки подбирает мяч и обеспечивает связь между игроками схватки и полузащитником линии трехчетвертных.

**Полузаштитник связи (веера, трехчетвертных) (№ 10)** — игрок, располагающийся между полузащитником схватки и линией трехчетвертных; быстро начинает атаку и определяет направление ее развития.

**Преимущество (Advantage)** — это период времени после нарушения правил, за которое у пострадавшей команды есть возможность продвинуться к зачетной зоне или заработать очки без остановки игры.

**Рак** — рак формируется, если мяч находится на земле и один или несколько игроков от каждой команды, стоя на ногах, группируются вокруг мяча в контакте друг с другом.

**Реализация попытки** — возможность пробить по воротам соперника; получает игрок после удачного заноса попытки; мяч во время удара должен пройти между штангами и выше перекладины; дает 2 очка; удар осуществляется со специальной подставки или с земли, или с отскока.

**Ручка** — прием отражения захвата, см. отражение захвата.

**Свободный удар** — наказание за нарушение, его еще называют «свободный».

**Средняя линия схватки** — воображаемая линия, проходящая по игровому полю непосредственно под линией, образованной плечами игроков первых линий обеих команд; по этой линии вводится мяч.

**Столбы** — игроки первой линии (№ 1 и № 3).

**Схватка** — стандартное положение игры. Назначается судьей для ввода мяча в игру после игры вперед или мертвого мяча. Игроки в схватке выстраиваются определенным образом для ведения силовой борьбы за овладение мячом до тех пор, пока мяч не выйдет из борьбы в коридор, образованный ногами игроков.

**Трехчетвертной (№ 11-14)** — игрок, расположенный позади полузащитника №10; его задача — донести мяч, отвоеванный схваткой или нападающими, до зачетного поля и положить попытку; либо догнать прорвавшего защиту соперника и остановить его; разворачивает или останавливает атаку; № 11, № 14 — крайние трехчетвертные; № 12-13 —

центральные трехчетвертные.

**Удержание** — игровой прием, при помощи которого игрок, владеющий мячом, блокируется одним или несколькими игроками противника, не касаясь земли, таким образом, что не может продолжать начатую атаку и вынужден отдать мяч. Игрок, стоящий на ногах может удерживать мяч, а вот игрок, захваченный и находящийся на земле, обязан тут же освободить мяч.

**Фланкер** — внешний игрок, связывающий вторую или третью линию № 6 и № 7.

**Хукер (№2)** — располагается в первой линии схватки между двумя столбами. Хукер — ключевая позиция в этом построении. Именно №2 определяет как команда будет работать в схватке и несет ответственность за отыгрыш мяча.

**Центральный** — см. трехчетвертной.

**№ 8** — игрок третьей линии, толкающий замков (замков и фланкеров).

**22 м** — пространство между линией ворот и линией 22 метра, включающее линию 22 метра и не включающее линию ворот.

Национальный благотворительный фонд развития детского регби  
ДЕТСКАЯ ЭНЦИКЛОПЕДИЯ РЕГБИ  
2017 год

Авторы:

А. Батырев

А. Борисова

Л. Боруздина

Н. Кирпичева

В. Сорокин

Корректор: Э. Имашева

Иллюстрации, дизайн, верстка: Ю. Жданова

<https://www.artstation.com/artist/juliazhdanova>

Книга создана и издана при финансовой поддержке:  
Комитета общественных связей города Москвы



КОМИТЕТ ОБЩЕСТВЕННЫХ  
СВЯЗЕЙ  
ГОРОДА МОСКВЫ

Специализированного фонда управления целевым капиталом  
«Национальный специализированный Фонд поддержки детско-  
юношеского спорта» и Банковской группы ЗЕНИТ



Одобрено Общероссийской общественной организацией  
«Спортивная федерация (союз) регби России»

Банковские реквизиты для перечисления пожертвований:  
Национальный благотворительный фонд развития детского регби  
ИНН 7729441493, КПП 772901001, ОГРН 1107799019349  
р/с 40703810800000014872 в ПАО Банк ЗЕНИТ  
БИК 044525272, к/с 30101810000000000272 в ГУ Банка России по  
ЦФО



КОМИТЕТ ОБЩЕСТВЕННЫХ  
СВЯЗЕЙ  
ГОРОДА МОСКВЫ



[regbist.ru](http://regbist.ru)

