[](https://naurok.com.ua/uploads/files/135961/261297/282947_images/1.jpg)

Фістбол



Фістбол (англ. Fistball, «кулачний м'яч») - популярний командний вид спорту, гра на розділеному навпіл сіткою або стрічкою трав'яному майданчику, в якій дві команди, що знаходяться по різні сторони сітки, перекидають через неї м'яч, як правило, руками, з метою приземлити його на чужій половині і не допустити більше одноразового торкання м'яча на своїй половині майданчика.



Історія виникнення фістболу. Аналог фістбола вперше був згаданий в одній з промов римсь-кого імператора Гордіана III в 240 році нашої ери, перші офіційні правила гри були опубліковані в Італії в 1555 у, і до цього часу гру іноді називають «італійськоїю гілкою».



Правила гри: У фістбол грають дві команди по п'ять гравців в кожній (плюс троє запасних) на майданчику 50х20 метрів – як в приміщенні, так і на відкритому повітрі. Гравці мають право допустити до 3 торкань м'яча руками і одного торкання м'яча землі, причому після кожного удару або пасу (в одному розіграші очка).



М'яч для гри зроблений з шкіри, максимальна довжина кола 68 сантиметрів, вага 380 грам, . Гра ведеться до перемоги в трьох сетах, кожен сет грається до 20 очок (аналогічно волейбольним правилами).



Змагання з фістболу, як правило, проводяться на відкритому повітрі, рідше у залах. Гра проходить на майданчику розміром 20 на 50 м, поділеній навпіл білою лінією шириною 6 сантиметрів, над якою на висоті 2 метрів натягнута стрічка або сітка. На відстані трьох метрів від сітки на полі проведені 2 лінії на кожній з половин поля.



Під час підготовки до подачі гравець повинен стояти за лінією обслуговування (3-метрова лінія). Після завершення подачі перший контакт гравця із землею повинен бути за лінією . Наприклад, якщо гравець стрибає під час подачі, першою ногою, яка торкнеться землі при приземленні, має бути позаду лінії. Потім друга стопа може приземлитися перед лінією. Це саме правило застосовується і до стоячих подач. Крім того, м’яч повинен видимо залишити руку до удару (тобто його потрібно кинути). Його не можна відштовхувати від руки, що тримає, оскільки це також буде зараховано як помилку.



Змагання. Головним міжнародним змаганням з фістболу, є Чемпіонат світу, що проводиться раз на 4 роки. Перший чемпіонат світу серед чоловіків було проведено в 1958 у в Австрії, першими чемпіонами світу стали спортсмени збірної Західної Німеччини. Перший Чемпіонат світу серед жінок був проведений в 1994 у в Аргентині, першими чемпіонками стали спортсменки Німеччини. Лідируючі позиції, як серед чоловічих, так і серед жіночих збірних, утримують Австрія, Бразилія та Німеччина.

