

УТВЕРЖДЕНЫ
приказом Министерства спорта
Российской Федерации
от «7» февраля 2025 г. № 94

**ПРАВИЛА ВИДА СПОРТА «ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА»,
разработанные Международной Ассоциацией клубов художественной
гимнастики «Небесная Грация», по которым проводятся отдельные
официальные спортивные соревнования, указанные в части 6 статьи 25
Федерального закона от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ
«О физической культуре и спорте в Российской Федерации»**

ГЛАВА I. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Настоящие правила вида спорта «художественная гимнастика» (далее Правила) разработаны Международной Ассоциацией клубов художественной гимнастики «Небесная Грация» (SGIAC Sky Grace International Association of Clubs) (далее Ассоциация).

Отдельные официальные спортивные соревнования, указанные в части 6 статьи 25 Федерального закона от 4 декабря 2007 года № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации» (далее – Федеральный закон) по виду спорта «художественная гимнастика» (далее – соревнования, спортивные соревнования) проводятся в соответствии с Правилами и являются обязательными при проведении всех соревнований, проводимых на территории Российской Федерации.

Все лица (представители команд, тренеры, спортсмены, организаторы соревнований и судьи), принимающие непосредственное участие в соревнованиях Ассоциации, обязаны в своих действиях руководствоваться Правилами.

1. ТЕРМИНЫ И ИХ СОКРАЩЕНИЯ

Следующие сокращения и определения используются в данных Правилах:

Ассоциация	Международная ассоциация клубов художественной гимнастики «Небесная Грация»;
ЕКП	Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных, физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий;

ЕВСК	Единая всероссийская спортивная классификация;
ВРВС	Всероссийский реестр видов спорта;
ВКС	Всероссийская коллегия судей;
ВС	Всероссийские соревнования;
МСС	Международные спортивные соревнования;
ГСК	Главная судейская коллегия;
МС	Программа по спортивному званию «мастер спорта России»;
КМС	Программа по спортивному разряду «кандидат в мастера спорта»;
Группа	Групповые упражнения;
Гимнастка	Спортсмен;
Сеньорки	Наименование возрастной группы 16 лет и старше в протоколах соревнований;
Юниорки	Наименование возрастной группы 13-15 лет в протоколах соревнований;
Пред-юниорки	Наименование возрастной группы 10-12 лет в протоколах соревнований.

2. СПОРТИВНЫЕ ДИСЦИПЛИНЫ

Соревнования Ассоциации проводятся по спортивным дисциплинам, включенным в ВРВС:

многоборье;

скакалка;

обруч;

мяч;

булавы;

лента;

групповое упражнение многоборье;

групповое упражнение один предмет;

групповое упражнение два предмета;

многоборье командные соревнования;

командные соревнования (многоборье командные соревнования и групповое упражнение многоборье).

3. ХАРАКТЕР ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

3.1 Характер соревнований определяется положением о спортивных соревнованиях (далее Положение).

3.2 По характеру подведения итогов соревнования делятся на:

3.2.1 Личные, когда победители и призеры определяются по результатам и местам отдельных участников спортивных соревнований.

3.2.2 Командные, когда результаты отдельных спортсменов засчитываются командам.

3.2.3 Лично-командные, когда результат засчитывается и отдельным спортсменам и командам.

3.3 Условия подведения итогов конкретизируются в Положениях и регламентах спортивных соревнований.

4. СИСТЕМА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

Соревнования проводятся в индивидуальной программе, групповом упражнении и командных соревнованиях.

Программа спортивных соревнований может включать в себя три фазы: квалификация, финал многоборья и финал в отдельных дисциплинах.

Положение разрабатывается и утверждается Ассоциацией, в строгом соответствии с Правилами.

Положение должно содержать (если иные требования не установлены законодательством Российской Федерации):

- 1) характер;
- 2) цели и задачи соревнований;
- 3) место и сроки проведения;
- 4) требования к участникам соревнований и порядок их допуска;
- 5) программу соревнований;
- 6) условия подведения итогов, порядок награждения победителей;
- 7) условия финансирования;
- 8) организационные вопросы.

5. ПРОГРАММА ДЛЯ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ И ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ

5.1 ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ:

5.1.1 Программа для Сеньорок, выступающих по программе «мастер спорта России» (далее программа МС), включает в себя:

квалификационное упражнение со скакалкой (не является обязательным);

многоборье (4 предмета: обруч, мяч, булавы, лента).

Квалификационное упражнение со скакалкой не является обязательным в Соревнованиях №1. Может выполняться для квалификации к Соревнованиям №3 в упражнении со скакалкой. По итогам выступления в Соревнованиях №1 могут определяться победители и призеры данного вида программы, в соответствии с Положением (регламентом соревнований).

Многоборье включает в себя:

упражнение с обручем;

упражнение с мячом;

упражнение с булавами;

упражнение с лентой.

В командный зачет в индивидуальной программе входит сумма результатов каждого участника команды, полученная в многоборье в Соревнованиях № 1 (4 предмета: обруч, мяч, булавы, лента).

К Соревнованиям № 2 (финал многоборья), если такие предусмотрены Положением (регламентом соревнования), допускаются гимнастки, показавшие наивысшие результаты в многоборье в Соревнованиях № 1. Количество гимнасток для Соревнований № 2 определяется Положением (регламентом соревнования).

Соревнования № 2 включают в себя:

упражнение с обручем;

упражнение с мячом;

упражнение с булавами;

упражнение с лентой.

К Соревнованиям № 3 допускаются гимнастки, показавшие наивысшие результаты в Соревнованиях № 1 в отдельных видах программы. Количество гимнасток для Соревнований № 3 определяется Положением (регламентом соревнования).

Соревнования № 3 включают в себя:

упражнение с обручем;

упражнение с мячом;

упражнение с булавами;

упражнение с лентой;

упражнение со скакалкой

5.1.2 Программа для Юниорок, выступающих по программе «кандидат в мастера спорта» (далее программа КМС), включает в себя:

квалификационное упражнение со скакалкой (не является обязательным);

многоборье (4 предмета: обруч, мяч, булавы, лента).

Квалификационное упражнение со скакалкой не является обязательным в Соревнованиях №1. Может выполняться для квалификации к Соревнованиям №3 в упражнении со скакалкой. По итогам выступления в Соревнованиях № 1 могут определяться победители и призеры данного вида программы, в соответствии с Положением (регламентом соревнования).

Многоборье включает в себя следующие упражнения:

упражнение с обручем;

упражнение с мячом;

упражнение с булавами;

упражнение с лентой.

В командный зачет в индивидуальной программе входит сумма результатов каждого участника команды, полученных в многоборье в Соревнованиях № 1 (4 предмета: обруч, мяч, булавы, лента).

К Соревнованиям № 2, если такие предусмотрены Положением (регламентом соревнования), допускаются гимнастки, показавшие наивысшие результаты в многоборье в Соревнованиях № 1. Количество гимнасток определяется Положением (регламентом соревнования).

Соревнования № 2 включают в себя:

- упражнение с обручем;
- упражнение с мячом;
- упражнение с булавами;
- упражнение с лентой.

К Соревнованиям № 3 допускаются гимнастки, показавшие наивысшие результаты в Соревнованиях № 1 в отдельных видах. Количество гимнасток определяется Положением (регламентом соревнования).

Соревнования № 3 включают в себя:

- упражнение с обручем;
- упражнение с мячом;
- упражнение с булавами;
- упражнение с лентой;
- упражнение со скакалкой.

Программа соревнований, требования к участникам и условия их допуска определяются Положением (регламентом соревнования).

5.1.3 Программа I спортивного разряда включает в себя:

- квалификационное упражнение со скакалкой (не является обязательным);
- многоборье (4 предмета: обруч, мяч, булавы, лента).

По итогам выступления в Соревнованиях № 1 могут определяться победители и призеры данного вида программы, в соответствии с Положением (регламентом соревнования).

Квалификационное упражнение со скакалкой не является обязательным в Соревнованиях №1. Может выполняться для квалификации к Соревнованиям №3 в упражнении со скакалкой.

Многоборье включает в себя следующие упражнения:

- упражнение с обручем;
- упражнение с мячом;
- упражнение с булавами;
- упражнение с лентой.

В командный зачет в индивидуальной программе входит сумма результатов каждого участника команды, полученных в многоборье в Соревнованиях № 1 (4 предмета: обруч, мяч, булавы, лента).

К Соревнованиям № 2 (финал многоборья), если такие предусмотрены Положением (регламентом соревнования), допускаются гимнастки, показавшие наивысшие результаты в многоборье в Соревнованиях № 1. Количество гимнасток определяется Положением (регламентом соревнования).

Соревнования № 2 включают в себя:

- упражнение с обручем;
- упражнение с мячом;
- упражнение с булавами;
- упражнение с лентой.

К Соревнованиям № 3, если такие предусмотрены Положением (регламентом соревнования), допускаются гимнастки, показавшие наивысшие результаты в Соревнованиях № 1 в отдельных видах программы

- упражнение с обручем;
- упражнение с мячом;
- упражнение с булавами;
- упражнение с лентой;
- упражнение со скакалкой.

Программа соревнований, требования к участникам и условия их допуска определяются Положением (регламентом соревнования).

5.1.4 Программа II спортивного разряда включает в себя:

Многоборье включает в себя 4 упражнения:

- упражнение без предмета;
- 3 упражнения с предметами на выбор (скакалка, обруч, мяч, булавы, лента).

Упражнения с предметами, не входящие в состав многоборья, могут выполняться в соответствии с Положением (регламентом соревнования).

Программа соревнований, требования к участникам и условия их допуска – в соответствии с Положением (регламентом соревнования).

Примечание: для спортсменок, выступающих по II спортивному разряду, допускается лента длиной 4 метров.

5.1.5 Программа III спортивного разряда включает в себя:

Многоборье включает в себя 3 упражнения:

- упражнение без предмета;
- 2 упражнения с предметом на выбор (скакалка, обруч, мяч, булавы, лента).

Упражнения с предметами, не входящие в состав многоборья, могут выполняться в соответствии с Положением (регламентом соревнования). Программа соревнований, требования к участникам и условия их допуска – в соответствии с Положением (регламентом соревнования).

Примечание: для спортсменок, выступающих по III спортивному разряду, допускается лента длиной 4 м.

5.1.6 Программа I юношеского спортивного разряда включает в себя:

Многоборье включает в себя 2 упражнения:

упражнение без предмета;

1 упражнение с предметом на выбор: (скакалка, обруч, мяч, булавы, лента).

Программа соревнований, требования к участникам и условия их допуска в соответствии с Положением (регламентом соревнования).

Примечание: для спортсменок, выступающих по I юношескому разряду, допускается лента длиной 4 м.

5.1.7 Программа II юношеского спортивного разряда включает в себя упражнение без предмета.

4.1.8 Программа III юношеского спортивного разряда включает в себя упражнение без предмета.

5.1.9 Продолжительность каждого индивидуального упражнения составляет от 1'15" до 1'30".

5.2. ПРОГРАММА ДЛЯ ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ:

Квалификационные соревнования в многоборье Соревнования №1;

Финалы в отдельных видах Соревнования № 3.

5.2.1 Программа для групповых упражнений среди женщин, выступающих по программе МС, состоит из 2 упражнений. Предметы определяются с учетом программы предметов Ассоциации на текущий год для Групп Сеньорок (Приложение № 5):

упражнение с одним типом предметов (5);

упражнение с двумя типами предметов (3+2).

По итогам выступления в Соревнованиях № 1 могут определяться победители и призеры данного вида программы, в соответствии с Положением (регламентом соревнования).

К Соревнованиям № 3, если такие предусмотрены Положением (регламентом соревнований), допускаются команды, показавшие наивысшие результаты в Соревнованиях № 1 в отдельных видах программы.

5.2.2 Программа для групповых упражнений среди Юниорок, выступающих по программе КМС, обычно состоит из 2 упражнений, каждое с одним одинаковым типом предметов. Предметы определяются с учетом

программы предметов Ассоциации на текущий год для Групп Юниорок (Приложение № 5):

упражнение с одним типом предметов (5);

упражнение с одним типом предметов (5).

По итогам выступления в Соревнованиях № 1 могут определяться победители и призеры данного вида программы, в соответствии с Положением (регламентом соревнований).

К Соревнованиям № 3, если такие предусмотрены Положением (регламентом соревнований), допускаются команды, показавшие наивысшие результаты в Соревнованиях № 1 в отдельных видах программы.

5.2.3 Программа для групповых упражнений для I спортивного разряда состоит из 2 упражнений, каждое с одним одинаковым типом предметов. Предметы определяются с учетом программы предметов Ассоциации на текущий год для Групп Юниорок (Приложение № 5):

упражнение с одним типом предметов (5);

упражнение с одним типом предметов (5).

5.2.4 Программа для групповых упражнений для II, III спортивного разрядов, состоит из 2 упражнений:

упражнение с одним типом предметов на выбор (5);

упражнение без предмета.

Программа соревнований, требования к участникам и условия их допуска в соответствии с Положением (регламентом соревнований).

5.2.5 Программа для групповых упражнений для I, II, III юношеских спортивных разрядов, состоит из 1 упражнения: упражнение без предмета.

Программа соревнований, требования к участникам и условия их допуска в соответствии с Положением (регламентом соревнований).

5.2.6 Продолжительность составляет от 2'15" до 2'30". каждого группового упражнения.

5.2.7 Количество гимнасток в групповом упражнении.

Каждая команда группового упражнения, выступающая по программе МС, КМС и I, II, III спортивного разряда, может быть представлена 5 или 6 гимнастками.

Каждая команда группового упражнения, выступающая по программе I, II, III юношеского спортивного разряда (упражнение без предмета), может быть представлена 5 или 6 гимнастками.

5.2.8 Особые положения для Групп, выступающих по программе МС, КМС и I, II, III спортивного разряда: В случае, если представлено 6 гимнасток, все 6 гимнасток должны принять участие по крайней мере в одном упражнении.

В случае 6 гимнасток, групповой состав должен быть представлен для обоих упражнений во время именной регистрации. Личность каждой гимнастки в каждом из упражнений будет проверена перед входом в зал соревнований. Тренер будет проинформирован, если состав группы не соответствует представленному. Тренеру будет предоставлена возможность изменить состав Группы в соответствии с заявленным. Если тренер допустит, чтобы Группа выступала другим составом, то это приведет к аннулированию результата Группы.

Изменения группового состава могут быть приняты на месте только при наличии медицинской справки.

Каждое групповое упражнение должно выполняться 5 гимнастками. Группа, состоящая из другого количества гимнасток, не допускается к соревнованиям.

5.2.9. Особое положение для Групп, выступающих по программе юношеских спортивных разрядов.

Групповое упражнение без предмета по программе юношеских спортивных разрядов может выполняться одновременно 5, 6, 7 или 8 гимнастками. Количественный состав группы определяется Положением (регламентом соревнований).

5.2.10. В рамках одних спортивных соревнований гимнастка может выступать в индивидуальной программе и в групповых упражнениях на соревнованиях любого статуса в соответствии с Положением (регламентом соревнований).

5.3 КОМАНДНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ

Командный результат определяется по сумме лучших оценок спортсменок индивидуальных упражнений и/или лучших оценок в групповых упражнениях, в соответствии с Положением (регламентом соревнований).

6. СПОРТИВНЫЕ САНКЦИИ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ К СПОРТСМЕНАМ, СПОРТИВНЫМ СУДЬЯМ, ТРЕНЕРАМ, РУКОВОДИТЕЛЯМ СПОРТИВНЫХ КОМАНД И ДРУГИМ УЧАСТНИКАМ СОРЕВНОВАНИЙ ЗА ПРОТИВОПРАВНОЕ ВЛИЯНИЕ НА РЕЗУЛЬТАТЫ ТАКИХ СОРЕВНОВАНИЙ

6.1 Всем организаторам, участникам и зрителям запрещено оказывать противоправное влияние на результаты соревнований.

Запрещено участвовать в азартных играх в букмекерских конторах и тотализаторах путем заключения пари на официальные спортивные соревнования в соответствии с требованиями, установленными пунктом 3

части 4 статьи 26.2 Федерального закона от 4 декабря 2007 г. № 329-ФЗ «О физической культуре и спорте в Российской Федерации».

6.2 Дисквалификация спортсменов производится главным судьей соревнований в следующих случаях:

в случае некорректного поведения (в том числе тренеров, представителей команд, болельщиков);

при несанкционированном вмешательстве в работу судейской коллегии, в том числе со стороны тренеров, представителей команд, болельщиков, руководителей организаций, заявивших спортсменов на соревнования;

за невыполнение требований главного судьи.

7. ОБЕСПЕЧЕНИЕ БЕЗОПАСНОСТИ УЧАСТНИКОВ И ЗРИТЕЛЕЙ ПРИ ПРОВЕДЕНИИ СОРЕВНОВАНИЙ

7.1 Проведение соревнований осуществляется согласно требованиям Правил обеспечения безопасности при проведении официальных спортивных соревнований, утвержденных постановлением Правительства Российской Федерации от 18 апреля 2014 года № 353.

7.2 Спортивные соревнования проводятся на объектах спорта, включенных во Всероссийский реестр объектов спорта, в соответствии с Федеральным законом и наличии актов готовности спортивного сооружения к проведению мероприятий, утвержденных в установленном порядке.

8. МЕДИЦИНСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ

8.1 Медицинское обеспечение спортивных соревнований и медицинская помощь осуществляется в соответствии с приказом Министерства здравоохранения Российской Федерации от 23 октября 2020 года № 1144н «Об утверждении порядка организации оказания медицинской помощи лицам, занимающимся физической культурой и спортом (в том числе при подготовке и проведении физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий), включая порядок медицинского осмотра лиц, желающих пройти спортивную подготовку, заниматься физической культурой и спортом в организациях и (или) выполнить нормативы испытаний (тестов) Всероссийского физкультурно-спортивного комплекса «Готов к труду и обороне» и форм медицинских заключений о допуске к участию физкультурных и спортивных мероприятиях» (далее Приказ № 1144н).

8.2 Организатором спортивного соревнования при необходимости определяется ответственный медицинский работник (главный врач). До начала проведения спортивного соревнования ответственным медицинским

работником (главным врачом) предоставляется информация главному судье, представителям спортивных команд о возникновении условий, препятствующих проведению мероприятия (невозможность организовать медицинскую эвакуацию, невозможность оказания медицинской помощи в медицинском пункте (кабинете) объекта спорта) и рекомендации об отмене или переносе спортивного соревнования.

8.3 Во всех случаях оказания медицинской помощи, травм или недомоганий информация доводится до ответственного медицинского работника (главного врача) и/или главного судьи, о случаях госпитализации информация сообщается немедленно.

8.4 Ответственным медицинским работником (главным врачом) составляется отчет, который направляется главному судье, второй направляется в организацию по спортивной медицине субъекта Российской Федерации, на территории которого проводится спортивное соревнование, уполномоченную на проведение организации методической работы.

8.5 Ответственный медицинский работник (главный врач) соревнований обязан:

- участвовать в оформлении заключения о возможности продолжения соревнований участниками в случае заболевания или травмы;
- следить за соблюдением санитарно-гигиенических требований при проведении соревнований;
- содействовать оказанию медицинской помощи при повреждениях и заболеваниях;
- по окончании соревнований предоставить в организацию, проводившую соревнования, отчет о медико-санитарном обеспечении соревнований;
- выполнять иные функции согласно Приложению № 5 к Приказу №1144н.

9. АНТИДОПИНГОВОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ СОРЕВНОВАНИЙ

9.1 Антидопинговое обеспечение спортивных мероприятий в Российской Федерации осуществляется в соответствии с общероссийскими антидопинговыми правилами. На основании общероссийских антидопинговых правил ни один спортсмен или иное лицо, в отношении которых была применена дисквалификация или временное отстранение, не имеют права во время срока дисквалификации или временного отстранения участвовать в каком-либо качестве в спортивных соревнованиях.

9.2 Все лица (спортсмены, тренеры, руководители команд, врачи и др.), участвующие в соревнованиях, проводимых под эгидой Ассоциации, должны

быть полностью осведомлены об антидопинговых правилах, в том числе о правилах допинг-контроля.

9.3 Каждый участник спортивных соревнований по художественной гимнастике обязан иметь действующий сертификат общероссийской антидопинговой организации или иной документ о прохождении антидопингового обучения.

10. ТРЕБОВАНИЯ К УЧАСТНИКАМ СОРЕВНОВАНИЙ

10.1 Условия допуска участников к соревнованиям, а также перечень предоставляемых организатору документов устанавливаются Положением. В зависимости от требований Положения допуск спортсменов может быть ограничен возрастом, уровнем спортивной квалификации и т.д.

10.2 Допуск спортсменов осуществляется Комиссией по допуску к соревнованиям.

Комиссия по допуску формируется главным судьей соревнований из членов ГСК, при обязательном участии главного секретаря.

В состав Комиссии также могут входить представители (представитель) организатора соревнования и/или проводящей организации, врач соревнований.

Члены Комиссии проверяют заявки и документы участников.

10.3 Ответственность за допуск участников несут председатель Комиссии и/или главный секретарь соревнований и врач спортивной организации, проводящей соревнования.

10.4 ФУНКЦИИ КОМИССИИ:

прием заявок от официальных представителей команд на участие в соревнованиях и регистрацию участников соревнований и официальных лиц;

проверка документов, подтверждающих право участников и официальных лиц на участие в соревнованиях;

аккредитация официальных лиц;

оформление протоколов регистрации участников, тренеров и судей.

10.5 По окончании работы Комиссии по допуску спортсменов до начала соревнований в соответствии с Положением должно быть проведено собрание представителей команд и судей, на котором все заинтересованные стороны получают подробную информацию о соревнованиях.

10.6 МЕЖДУНАРОДНЫЕ СПОРТИВНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ (МСС)

Соревнования проводятся в индивидуальной программе, групповых упражнениях и командных соревнованиях, в следующих возрастных группах:

Женщины (Сеньорки) 16 лет и старше;

Юниорки 14–15 лет;

Пред-юниорки 12–13 лет.

Для участия в Соревнованиях спортсмен должен достичь установленного возраста в календарный год проведения спортивных соревнований.

10.7 ВСЕРОССИЙСКИЕ СОРЕВНОВАНИЯ (ВС) И МЕЖРЕГИОНАЛЬНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ

Соревнования проводятся в индивидуальной программе, групповых упражнения и командных соревнованиях, в следующих возрастных группах:

Женщины 16 лет и старше;

Юниорки (14–15 лет);

Девочки (12–13 лет);

Девочки (10–11 лет);

Девочки (8–9 лет);

Девочки (6–7 лет).

Для участия в Соревнованиях спортсмен должен достичь установленного возраста в календарный год проведения спортивных соревнований.

Возрастные группы спортсменов, необходимое спортивное звание, спортивный разряд для допуска спортсмена к квалификационной программе (Таблица №1).

Таблица № 1

Возрастная группа	Спортивное звание, спортивный разряд, в возрастной группе для допуска к квалификационной программе	Квалификационная программа
Женщины (16 лет и старше)	МС КМС	МС
Юниорки (14-15 лет)	КМС Первый спортивный разряд Без спортивного разряда*	КМС
Девочки (12-13 лет)	Первый спортивный разряд Второй спортивный разряд Без спортивного разряда*	Первого спортивного разряда
Девочки (10-11 лет)	Второй спортивный разряд Третий спортивный разряд Без спортивного разряда*	Второго спортивного разряда

Девочки (8-9 лет)	Третий спортивный разряд Первый юношеский спортивный разряд Без спортивного разряда*	Третьего спортивного разряда
Девочки (6-7 лет)	Первый юношеский спортивный разряд Второй юношеский спортивный разряд Третий юношеский спортивный разряд Без спортивного разряда	Первого юношеского спортивного разряда Второго юношеского спортивного разряда Третьего юношеского спортивного разряда

* Спортсмен без спортивного разряда или разряда ниже допустимого в возрастной группе может быть допущен к спортивным соревнованиям, статус которых не выше уровня межрегиональных соревнований.

11. ЗАЯВКИ НА УЧАСТИЕ В СОРЕВНОВАНИЯХ И ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ СОРЕВНОВАНИЙ

11.1 Спортсмены должны быть официально заявлены для участия в соревновании на основании заявок в соответствии с Положением.

11.2 Организации, участвующие в соревнованиях, подают предварительную численную и окончательную именную заявки.

11.3 Заявки подаются по форме Ассоциации и в сроки, определенные Положением. Заявка может быть подана посредством электронной системы, одобренной Ассоциацией (Приложение 1).

11.4 Если спортсмен травмировался или заболел в период между окончательной именной заявкой и днем начала соревнований, то он может быть заменен на другого спортсмена. Изменения в составе команды могут производиться не позднее, чем за 24 часа до начала выступления заменяемых участников в соревнованиях. Изменения в составе команды менее чем за 24 часа и не позже, чем за 1 час до начала соревнований в одной и той же дисциплине допускаются только при наличии письменного подтверждения от врача о том, что спортсмен не допущен к соревнованиям по медицинскому предписанию.

11.5 Гимнастка, прервавшая выступление по болезни, может выступать в соревнованиях вновь с разрешения ответственного медицинского работника (главного врача) соревнований и главного судьи соревнований.

11.6 К заявке прилагаются следующие документы на каждого спортсмена:

паспорт гражданина РФ, для спортсменов моложе 14 лет свидетельство о рождении;

медицинская справка о допуске к соревнованиям;
полис страхования жизни и здоровья от несчастных случаев (оригинал);
полис обязательного медицинского страхования (копия);
согласие родителей или законных представителей на участие в соревнованиях спортсменов, не достигших совершеннолетнего возраста;
согласие на обработку персональных данных и изображений, разрешенных субъектом персональных данных для распространения, а для спортсменов моложе 14 лет согласие родителя (иного законного представителя) на обработку персональных данных и изображений, разрешенных субъектом персональных данных для распространения, лица, не достигшего возраста 14 лет;
согласие на обработку персональных данных, а для спортсменов моложе 14 лет согласие родителя (иного законного представителя) на обработку персональных данных лица, не достигшего возраста 14 лет;
действующий сертификат общероссийской антидопинговой организации или иной документ о прохождении антидопингового обучения;
музыкальная форма (приложение № 4).

11.7 ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ СОРЕВНОВАНИЙ

Соревнования среди Сеньорок должны заканчиваться не позже 22 часов, а остальные – не позже 21 часа.

Соревнования включают в себя:

- 1 день – день приезда, официальные тренировки согласно графику, совещание представителей и тренеров, общее совещание судей;
- 2–4 дни – соревнования в соответствии с расписанием и тренировки согласно графику;
- 5 день – день отъезда.

В отдельных случаях по решению организаторов соревнований, в зависимости от количества заявленных участников, срок проведения соревнований может быть сокращен или увеличен.

12. ПОДВЕДЕНИЕ ИТОГОВ СПОРТИВНЫХ СОРЕВНОВАНИЙ. ОПРЕДЕЛЕНИЕ ПОБЕДИТЕЛЕЙ

Правила определения окончательной оценки одинаковы для всех видов соревнований: индивидуальные квалификации, многоборье и финалы в отдельных видах; многоборье в групповых упражнениях и финалы в групповых упражнениях. Окончательная оценка в упражнении определяется путем сложения судейских оценок бригад: Difficulty (далее D), Artistic (далее

А) и Execution (далее Е). Сбавки (если есть) вычитаются из окончательной оценки.

12.1 ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПРОГРАММА

Победители в спортивной дисциплине «многоборье» определяются по наибольшей сумме баллов, полученной за виды программы, согласно возрастной группе.

Победители в финалах в отдельных видах программы определяются по наибольшей оценке, полученной за выполнение упражнения в финале.

12.2 ГРУППОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ

Победители в спортивной дисциплине «групповое упражнение – многоборье» определяются по наибольшей сумме баллов, полученной командой за выполнение упражнений/упражнения, согласно возрастной группе.

Победители в финальных соревнованиях в отдельных видах многоборья группового упражнения определяются по наибольшей оценке, полученной командой за выполнение упражнения в финале.

12.3 КОМАНДНЫЕ СОРЕВНОВАНИЯ

Результаты в командных соревнованиях определяются по сумме результатов спортсменов, чьи результаты идут в зачет по каждому виду программы. Состав команды и число спортсменов, идущих в зачет, определяется Положением.

Перезачёт результатов, показанных спортсменами на других спортивных соревнованиях, не допускается.

12.4 РАВЕНСТВО РЕЗУЛЬТАТОВ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ

Квалификация в финал многоборья: в случае равенства баллов на любом месте в многоборье к финалу многоборья, место будет определяться по следующим критериям:

1. Наивысшая сумма 2 самых высоких оценок в предметах, полученных в многоборье.

2. Наивысшая сумма оценок Е в 3 лучших предметах, а если равенство сохраняется, то наивысшая сумма оценок Е в 2 лучших предметах.

3. Наивысшая сумма оценок D в 3 лучших предметах, а если равенство сохраняется, то наивысшая сумма оценок в 2 лучших предметах. Если равенство после этого сохраняется, то победитель не будет определен – обе гимнастки занимают одно место соответствующей ступени.

Индивидуальный финал многоборья: в случае равенства баллов занятое место будет определяться по следующим критериям:

1. Наивысшая сумма оценок Е в 4 предметах;

2. Наивысшая сумма оценок А в 4 предметах;
3. Наивысшая сумма оценок D в 4 предметах.

Если равенство после этого сохраняется, то победитель не будет определен – обе гимнастки занимают одно место соответствующей ступени.

Квалификация к финалам в отдельных видах: в случае равенства баллов место будет определяться по следующим критериям:

1. Наивысшая оценка E;
2. Наивысшая оценка А;
3. Наивысшая оценка D.

Если равенство после этого сохраняется, то победитель не будет определен – обе гимнастки занимают одно место соответствующей ступени.

Финалы в отдельных видах: в случае равенства баллов место будет определяться по следующим критериям:

1. Наивысшая оценка E;
2. Наивысшая оценка А;
3. Наивысшая оценка D.

Если равенство после этого сохраняется, то победитель не будет определен – обе гимнастки занимают одно место соответствующей ступени.

12.5 РАВЕНСТВО РЕЗУЛЬТАТОВ В ГРУППОВОМ УПРАЖНЕНИИ

Многоборье: в случае равенства баллов на любом месте многоборья/квалификаций место команды будет определяться по следующим критериям:

1. Наибольшая сумма оценок E в 2 упражнениях;
2. Наибольшая сумма оценок А в 2 упражнениях;
3. Наибольшая сумма оценок D в 2 упражнениях.

Если равенство после этого сохраняется, то победитель не будет определен – обе команды занимают одно место соответствующей ступени.

Квалификация к финалам в отдельных видах: в случае равенства баллов на любом месте при квалификации для финалов в отдельных видах (для упражнений с одним и двумя типами предметов), место команды будет определяться по следующим критериям:

1. Наивысшая оценка E;
2. Наивысшая оценка А;
3. Наивысшая оценка D.

Если равенство после этого сохраняется, то победитель не будет определен – обе команды занимают одно место соответствующей ступени.

Финалы в отдельных видах: в случае равенства баллов на любом месте в финале (для упражнений с одним и двумя типами предметов) место команды будет определяться по следующим критериям:

1. Наивысшая оценка E;
2. Наивысшая оценка A;
3. Наивысшая оценка D.

Если равенство после этого сохраняется, то победитель не будет определен – обе команды занимают одно место соответствующей ступени.

12.6 ПРОТЕСТЫ ПО ОЦЕНКАМ

Протесты подаются в ГСК.

Протесты принимаются на оценки по Трудности (только по Трудности тела DB, только по Трудности предмета DA, или на обе части оценки Трудности DB и DA), при условии, что устный протест был подан судьбе, отвечающему за протесты, немедленно после показа на табло/объявления оценки и не позже окончания выполнения упражнения следующей гимнастики или Группы.

По оценкам, состоящим из 2 частей, подается 2 разных протеста на соответствующем бланке, отдельно на каждую часть (две подгруппы – DB и DA).

Для последней гимнастики этот лимит времени составляет 1 минуту после показа на табло/объявления оценки.

Судья, отвечающий за протесты и имеющий право получать устные протесты, должен записать время получения протеста и это считается началом процедуры рассмотрения протеста.

Представитель команды или тренер выступающей гимнастики/Группы, находящийся в непосредственной близости от соревновательной зоны, имеет право подавать протесты. Должно быть обозначено место рядом с помостом, где могут находиться тренеры, наблюдающие за выступлением своих гимнасток.

Представитель команды или тренер имеет право единоразово (один раз за соревнования), подать протест на оценку DB и/или DA другой гимнастики/Группы.

Устные протесты, поданные с опозданием, не принимаются.

Протесты должны быть подтверждены тренером письменно как можно быстрее, но не позже 4 минут после устного протеста, с финансовым взносом:

За гимнастку тренера или представителя:

5.000 рублей за первый протест (одна часть оценки: например, DB);

7.000 рублей за второй протест (две части общей оценки: DB и DA).

За другую гимнастку:

10.000 рублей за первый протест (одна часть оценки: например, DB);

15.000 рублей за второй протест (две части общей оценки: DB и DA).

При удовлетворении протеста на оценку гимнастки тренера или представителя (если оценка будет выше), финансовый взнос возвращается.

Если оценка останется неизменной или будет снижена, финансовый взнос подлежит оплате организацией, заявившей гимнастку/Группу на соревнование, на котором подан протест, путем перечисления денежных средств на расчетный счет организатора указанного соревнования, не позднее 7 дней со дня его окончания.

При удовлетворении протеста на оценку другой гимнастки (если оценка будет снижена), финансовый взнос возвращается.

Если оценка останется неизменной или будет повышена, финансовый взнос подлежит оплате организацией, подавшей протест, путем перечисления денежных средств на расчетный счет организатора указанного соревнования, не позднее 7 дней со дня его окончания.

Средства будут направлены на уставные цели.

Протест, не подтвержденный в письменной форме в течение 4 минут, не рассматривается.

Каждый протест рассматривается ГСК и окончательное решение (без обжалования) должно быть принято не позднее чем:

до окончания выступления гимнасток соответствующего потока или группы в квалификационном соревновании, многоборье и командных соревнованиях (финал);

до объявления оценки следующей гимнастки или Группы во время финалов.

Сразу после окончания соревнований общий анализ по видеозаписи может быть проведен ГСК/Независимым Жюри. В случае ошибок со стороны судей, к виновным судьям будут применены санкции.

13. ОРГАНИЗАЦИОННО-ТЕХНИЧЕСКИЕ ПОЛОЖЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

13.1 Организация, проводящая соревнование, обязана до начала соревнований:

разработать, утвердить, разместить на сайте Положение;

вести подготовку к соревнованиям в соответствии с требованиями Правил;

утвердить ГСК;

подготовить предварительную программу соревнований;

подготовить соревновательную площадку и техническое оборудование;

обеспечить безопасность спортсменов, наличие службы охраны общественного порядка;

организовать врачебно-медицинское обслуживание и санитарно-гигиенический контроль в местах проведения соревнований, размещения и питания спортсменов.

13.2 Организация, проводящая соревнования, может создавать организационный комитет, прежде всего для турниров всероссийского уровня, состоящий из отдельных физических лиц и представителей юридических организаций, для более полного и эффективного решения общих вопросов организации соревнований.

13.3 ТРЕБОВАНИЯ К ОРГАНИЗАТОРАМ СОРЕВНОВАНИЙ

Заявки на организацию и проведение всероссийских и межрегиональных соревнований для включения в Единый календарный план межрегиональных, всероссийских и международных, физкультурных мероприятий и спортивных мероприятий на следующий год необходимо направить в Ассоциацию в письменной форме. Решение о месте проведения соревнований утверждается Президентом Ассоциации.

13.4 ОРГАНИЗАТОРАМ СОРЕВНОВАНИЙ НЕОБХОДИМО ОБЕСПЕЧИТЬ:

тренировочные площадки для подготовки спортсменов к соревнованиям (зона соревнований);

комнату для проведения комиссии по допуску участников к соревнованиям, с необходимым техническим оборудованием (принтер, компьютер);

конференц-зал для проведения совещания представителей команд, тренеров, а также инструктажа спортивных судей, и жеребьевки;

комнату для работы секретариата соревнований;

комнату для главного судьи;

комнату для судей;

основную площадку для проведения соревнований;

место для разминки спортсменов;

зону отдыха спортсменов;

специально отведенное место для оказания первой медицинской помощи;

пресс-центр;

выделенные места для размещения официальных лиц соревнований и почетных гостей;

тренировочные площадки или тренировочный зал (разминочная зона) / доступна организация места в другом спортивном сооружении;

оборудование для проведения соревнований.

13.5 На соревнованиях разрешается проводить видео и телевизионную съемку, фотографировать и брать интервью только аккредитованным СМИ, и в строго отведенных для этой цели местах. Видеосъемка совещания судей и представителей, жеребьевки, а также работы судейских бригад может производиться только с согласования Президента Ассоциации.

13.6 ТРЕБОВАНИЯ К СОРЕВНОВАТЕЛЬНОМУ ЗАЛУ

Зона соревнований должна быть четко определена и огорожена от зрителей.

Зал соревнований должен иметь высоту потолка минимум 10 м, рекомендуемая высота потолка от 12 м – 14 м.

Площадь соревновательной зоны ковра 13 x 13 м (внешняя сторона линии).

Соревновательная площадка (Подиум) - зона для выступления – соревновательная площадка имеет квадратную форму.

Поверхность должна быть горизонтальная, ровная, без пробелов между стыками ковра.

Граница: горизонтальная, ровная, на той же высоте, что и соревновательный ковер.

Направление ковровых швов: если поверхность состоит из нескольких параллельных ковровых рулонов, швы должны быть перпендикулярны судейским столам.

Зона для выступления – соревновательная площадка может состоять из амортизирующей подконструкции (помоста) и верхнего коврового слоя, лежащего на ней, или только из ковра, без амортизирующей подконструкции.

13.7 РАЗМЕРЫ

Площадь соревновательной зоны ковра – 13 x 13 м (внешняя сторона линии);

Пограничные области – (25 + 25 см) с тем же покрытием, шириной 50 см по периметру всей рабочей зоны;

Зона безопасности – 250 см от внешней линии площадки;

Зона безопасности вокруг помоста должна быть свободна от любых посторонних предметов и располагаться вокруг основной площади ковра, она должна быть горизонтальной и без неровностей и зазоров.

Варианты пограничной области:

Горизонтальный участок шириной 25 см;

Наклонный участок – максимум 20 %, ширина 25 см;

Ширина разделительной полосы между зоной соревнований и пограничной областью должна быть 5 см +/- 0.50 см;

Разделительная полоса является частью зоны соревнований.

Соревновательная зона и границы:

Соревновательная зона и границы должны иметь равную эластичность и упругость поверхности;

Во время выполнения упражнения ковер не должен сдвигаться;

Эластичность и упругость должны быть сбалансированы таким образом, чтобы гарантировать стабильность выступления гимнасток и свободу. Поверхность ковра должна обеспечивать сбалансированные противоскольжение и проскальзывание, она не должна вызывать ожоги кожи;

Соревновательная зона (помост) не должны создавать излишний/отвлекающий звук во время выполнения упражнения.

13.8 ЦВЕТ КОВРА

Цвет ковра – однотонный ковер, предпочтительно – светлого цвета, на усмотрение организатора;

Разграничительные линии должны иметь четкий контраст с ковром.

Количество помостов в зале соревнований определяет оргкомитет и ГСК.

Перед началом соревнований участникам должно быть предоставлено место для разминки/тренировки в зависимости от количества участников.

13.9 ТРЕБОВАНИЯ К ТЕХНИЧЕСКИМ ХАРАКТЕРИСТИКАМ СПОРТИВНОГО И СУДЕЙСКОГО ОБОРУДОВАНИЯ, ИНВЕНТАРЯ

Условия обеспечения работы судей:

рядом с главным судьей должны быть предусмотрены рабочие места для всех лиц, принимающих участие в судействе.

рекомендуется помост со ступенями для судей; он должен быть такой высоты, чтобы все судьи могли хорошо видеть маркировочную линию на соревновательной зоне.

На основной площадке устанавливается помост для судей и ГСК:

первый подиум – высота 50 см;

второй подиум – высота 80 см;

третий подиум – высота 1 м.

Длина подиумов от 12 до 16 м по количеству сидящих за столами судей.

В Судейской зоне во время проведения соревнований могут находиться: судьи, участвующие в судействе (в том числе судьи в поле, судьи-ассистенты, судьи на линии, судьи-хронометристы, ГСК, главный секретарь, заместитель главного секретаря), Технический Делегат, Независимое жюри, Президент Ассоциации. Присутствие в судейской зоне

иных лиц или расположение служб, участвующих в обеспечении соревнований, допускается только по согласованию с Президентом Ассоциации.

13.10 ВИДЕОСИСТЕМА

Организаторам рекомендуется предоставить необходимую видео аппаратуру для видеозаписи упражнений каждой гимнастки/Группы. Видеосистема должна быть доступна в случае необходимости для немедленного видеоповтора и просмотра упражнения ГСК.

13.11 ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБОРУДОВАНИЕ ДЛЯ ВОСПРОИЗВЕДЕНИЯ МУЗЫКИ.

Организаторам рекомендуется предоставить качественную музыкальную систему с динамиками.

Магнитофоны, приборы для контроля за громкостью музыкального сопровождения и т.д. должны быть правильно установлены, так же, как и другое необходимое оборудование.

13.12 НЕОБХОДИМОЕ ТЕХНИЧЕСКОЕ ОБОРУДОВАНИЕ ДОЛЖНО БЫТЬ ПРЕДОСТАВЛЕНО ДЛЯ ВЫПОЛНЕНИЯ СЛЕДУЮЩИХ ЗАДАЧ:

регистрация оценок, выставленных каждым судьей, и передача их ГСК; обеспечение устойчивой связи между ГСК и судейскими бригадами.

13.13 ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ.

Табло (при наличии) должно отображать следующую информацию:

оценку каждой судейской бригады за каждое упражнение, бригады Трудности (общую оценку Трудности D, оценку за Трудность Тела DB, оценку за Трудность предмета DA), бригады А, бригады Е, сбавки, окончательную оценку за упражнение, место во всех дисциплинах.

По окончании соревнований каждому представителю команды выдаются результаты соревнований.

14. ПРАВИЛА ПРОВЕДЕНИЯ СОРЕВНОВАНИЙ

14.1 ПОРЯДОК ВЫСТУПЛЕНИЯ КОМАНД И УЧАСТНИЦ СОРЕВНОВАНИЙ

Порядок выхода гимнасток в индивидуальной программе, групповом упражнении или команды для участия в соревнованиях определяется жеребьевкой.

Жеребьевка проводится после прохождения комиссии по допуску к соревнованиям.

В командных соревнованиях, для участия в финале многоборья, определяются 24 спортсменки, показавшие наибольший результат.

В командных соревнованиях, для участия в финале в отдельных видах многоборья, определяются по 8 лучших спортсменок в индивидуальной программе и по 8 команд группового упражнения, показавшие наибольшую оценку в каждом виде программы.

Количество участвующих спортсменок/команд в финале многоборья и финалах в отдельных видах может изменяться в соответствии с Положением.

Резервные гимнастки для финалов в индивидуальной программе и группового упражнения.

В финалах определяются 3 резервных спортсмена/команды по результатам квалификации. В случае травмы или болезни спортсменов проводится замена спортсмена/команды в соответствии с результатами в квалификации. Резервные спортсмены/команды должны присутствовать в разминочном зале и быть готовы к выступлению на соревнованиях.

14.2 ЖЕРЕБЬЕВКА ДЛЯ ФИНАЛОВ

Для обеспечения безопасности и сохранения здоровья гимнасток, выступающие в нескольких финалах, должны иметь 10 минут между выступлениями.

Жеребьевка должна проводиться с учетом выше указанного интервала.

Этот интервал приравнивается к продолжительности выполнения 4 упражнений, включая времени выведения оценки. Например: если гимнастка/Группа выступает 7-й в одном потоке, а в следующем потоке по жеребьевке должна выступать 1–3, то в этом случае она будет выступать 4-й. Если гимнастка/Группа выступает последней в одном потоке, а в следующем потоке по жеребьевке должна быть 1–4, то в этом случае она будет выступать 5-й.

Данные правила необходимо учитывать при формировании стартовых протоколов для финалов.

Примеры (принципы):

Жеребьевка Разрешенные изменения

1 – A1 – A1 – A

2 – B2 – B2 – B

3 – C3 – C3 – C

4 – D4 – G4 – D

5 – E5 – D5 – H

6 – F6 – E6 – E

7 – G7 – F7 – F

8 – H8 – H8 – G

14.3 ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ СПОРТСМЕНА

Спортсмен имеет право:

заблаговременно получить информацию о соревнованиях;
перед началом соревнований имеет право на официальную тренировку, если это предусмотрено Положением;
быть проинформированными тренером и представителем команды о расписании тренировок и соревнований и их изменениях;
использовать все имеющееся на соревнованиях спортивное оборудование и инвентарь;
получать медицинскую помощь при необходимости.

Спортсмен обязан:

знать и соблюдать Правила, Положение, нормативные документы Ассоциации, принципы честной спортивной борьбы;
быть вежливым и выдержанным по отношению к судьям, участникам соревнований и зрителям;
использовать в ходе общения с официальными лицами соревнования, соперниками официальный язык соревнований;
предоставлять необходимые данные и сведения по запросу официальных лиц соревнований;
бережно обращаться со спортивным оборудованием и инвентарем, предоставленным участникам на время проведения соревнований;
участвовать в соревнованиях до их официального завершения;
присутствовать на церемонии награждения вовремя, в соревновательной форме или спортивном костюме своей команды.

14.4 ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ ТРЕНЕРА

Тренер имеет право:

заблаговременно получить информацию о соревнованиях;
быть информированным относительно порядка выступления участников как определено жеребьевкой;
получать расписание тренировок, соревнований и изменений в них;
получать как окончательные, так и текущие результаты, документацию;
обращаться через представителя команды или в случае его отсутствия лично – в ГСК по вопросам проведения соревнований.

Тренер обязан:

знать и соблюдать Правила, Положение, нормативные документы Ассоциации, принципы честной спортивной борьбы;
обеспечивать безопасность своих спортсменов, участвующих на соревнованиях;

обеспечивать своевременную явку спортсменов на соревнования.

За несоблюдение обязанностей, предусмотренных Правилами, к тренеру может быть применено предупреждение.

Тренеру запрещается вмешиваться в решения судей и лиц, проводящих соревнования, а также осуществлять действия, оскорбляющие участников соревнований и судей.

14.5 ПРАВА И ОБЯЗАННОСТИ СПОРТИВНОГО СУДЬИ

Спортивный судья имеет право:

вести работу по популяризации вида спорта и судейства;

подтверждать квалификационную категорию спортивного судьи в соответствии с квалификационными требованиями;

проводить теоретические занятия, семинары по Правилам (за исключением спортивных судей, имеющих квалификационные категории «юный спортивный судья» и третью судейскую категорию) по согласованию с Ассоциацией;

ходатайствовать о повышении квалификационной категории в соответствии с квалификационными требованиями;

осуществлять судейство соревнований в соответствии со своей квалификационной категорией.

Спортивный судья обязан:

исполнять должностные обязанности спортивного судьи;

владеть навыками судейства на различных должностях;

выполнять квалификационные требования;

осуществлять судейство квалифицированно и беспристрастно в соответствии с Правилами, предотвращать ситуации, которые могут повлечь искажение результатов соревнований;

принимать меры по предотвращению противоправного влияния на результаты соревнований и борьбе с ним;

участвовать в судействе в судейской форме, установленной Правилами.

14.6 СУДЬИ И ОФИЦИАЛЬНЫЕ ДОЛЖНОСТНЫЕ ЛИЦА ОБЯЗАНЫ:

знать и соблюдать Правила, Положения, нормативные документы Ассоциации, принципы честной спортивной борьбы;

соблюдать абсолютную справедливость, беспристрастность и последовательность во всех ситуациях судейства;

выполнять все порученные функции и обязанности с профессионализмом, компетентностью и вежливостью;

работать в духе сотрудничества и уважения с другими официальными лицами и организаторами мероприятий;

предоставлять информацию и обратную связь в конструктивной форме, по запросу, в соответствующее время и в соответствующем месте.

14.7 Распределение прав и обязанностей между организаторами соревнований устанавливаются Положениями.

15. ПРЕДМЕТЫ. НОРМЫ И КОНТРОЛЬ

15.1 Все предметы, используемые гимнастками на соревнованиях на территории Российской Федерации, должны соответствовать следующим нормам (Таблица №2).

Таблица № 2

Предмет	Нормы и характеристики
Скакалка	<p>Материал: пенька, синтетический материал.</p> <p>Длина: выборочно по росту, для Сеньорок и Юниорок.</p> <p>Толщина: одинаковая по всей длине или усиленная в центре.</p> <p>Оба конца: без узлов или с узлами на концах; без деревянных ручек.</p> <p>Можно иметь обмотку шириной с ладонь на концах скакалки против выскользывания предмета.</p> <p>Цвет: любой, предпочтительно яркий.</p>
Обруч	<p>Материал: дерево, пластик.</p> <p>Внутренний диаметр: 800–900 мм для Сеньорок, 700–900 мм для Юниорок.</p> <p>Вес: для Сеньорок 300 г минимум, для Юниорок 260 г; вес определяется без обмотки.</p> <p>Может использоваться с обмоткой. Цвет: любой, предпочтительно яркий.</p>
Мяч	<p>Материал: резина, мягкий пластик, антистатический.</p> <p>Диаметр: 180–200 мм для Сеньорок и юниорок.</p> <p>Вес: 400 г минимум.</p> <p>Цвет: любой, предпочтительно яркий.</p>
Булавы	<p>Материал: дерево, пластик.</p> <p>Длина: 400–500 мм для Сеньорок и юниорок.</p> <p>Вес 150 г минимум, без обмотки.</p> <p>Форма: форма бутылочная.</p> <p>Диаметр маленькой головки: 30 мм максимум. Головка булавы</p>

	<p>должна жестко фиксироваться на теле/шейке булавы (без проворачиваний).</p> <p>Булавы могут быть с обмоткой.</p> <p>Цвет: любой, предпочтительно яркий.</p>
Лента	<p>Материал: сатин/атлас или аналогичный.</p> <p>Длина:</p> <p>для Сеньорок общая длина минимум 6 м, (длина сдвоенной части ленты, где лента крепится к палочке, 1 м ± 100 мм), одним куском ткани.</p> <p>для Юниорок общая длина 5 м, (длина сдвоенной части ленты, где лента крепится к палочке 1 м ± 100 мм), одним куском ткани.</p> <p>Вес: мин. 35 г, мин. 30 г для Юниорок. Ширина: 40–60 мм.</p> <p>Цвет: любой, предпочтительно яркий.</p>
Палочка ленты	<p>Материал: дерево, бамбук, стекловолокно или синтетика, алюминий.</p> <p>Длина: 500–600 мм.</p> <p>Диаметр: максимум 10 мм в утолщении. Форма: цилиндрическая или коническая.</p> <p>Ручка может быть обмотана или обернута в материал или изоленту против выскользывания, или иметь резиновый наконечник, длина обмотки или наконечника 100 мм максимум.</p> <p>Цвет: любой.</p>
Крепление палочки	<p>Материал: шнур, нейлоновая нить или аналогичный материал или подвижное поворотное кольцо, соответственно прикрепленное к палочке.</p> <p>Длина крепления: 70 мм максимум</p> <p>Цвет: любой</p>

15.2 Нормы для предметов в индивидуальной программе и в групповых упражнениях для девочек 9 лет и моложе описываются в Положении в разделе «Особые условия».

Предметы, используемые в групповом упражнении, должны быть одинаковыми (вес, размер и форма), они могут различаться только цветом.

Комплекты одинаковых предметов, которые используются на соревнованиях в качестве запасных и размещаются организаторами соревнований вдоль официальной площадки, должны соответствовать нормам, должны быть заранее проверены и находиться в рабочем состоянии.

15.3 КОНТРОЛЬ ПРЕДМЕТОВ

Контроль предметов на всероссийских официальных спортивных соревнованиях должен проводиться согласно Правилам. По требованию ГСК все предметы должны быть проверены до входа гимнастки/команды в зал соревнований, либо контроль может быть произведен после окончания упражнения, и/или проводится выборочная проверка предметов согласно жеребьевке.

Спортсменам должна быть предоставлена возможность во время тренировки проверить свои предметы, чтобы убедиться, что они соответствуют нормам.

Предмет, который не соответствует нормам, не должен использоваться. Если гимнастка выступает с неразрешенным предметом, упражнение не оценивается (0.00).

15.3.1 Оборудование для проверки предметов:

измерительный стол или платформа, которая может быть положена на стол, со специальными лотками и мерами длины для контроля параметров предметов во время соревнований, весы +/-1г;
измерительные борозды на столе или специальной платформе должны быть четко обозначены и помечены стикерами с размерами;
ширина борозды минимум 15 мм;
обручи не должны сгибаться при измерении;
взвешивать предметы нужно весами на весу;
на проверенный предмет, который соответствует нормам, наклеивается наклейка.

15.4 РАЗМЕРЫ И МАССА ПРЕДМЕТОВ

Внутренний диаметр обруча для Сеньорок 800–900 мм.

Внутренний диаметр обруча для Юниорок 700–800 мм.

Диаметр мяча 180-200 мм.

Диаметр маленькой головки булавы максимум 30 мм.

Диаметр палочки ленты, утолщенная часть максимум 10 мм.

Длина булавы максимум 400-500 мм.

Длина ленты для Сеньорок минимум 6 м.

Длина ленты для Юниорок минимум 5 м.

Длина сдвоенной части ленты 1 м +/- 100 мм.

Длина палочки 500-600 мм.

Длина обмотанной части палочки для удержания рукой (опция) максимум 100 мм.

Длина крепления максимум 70 мм.

Ширина ленты 40 – 60 мм.

Масса обруча минимум 300 г для Сеньорок.

Масса обруча минимум 260 г для Юниорок.

Масса мяча 400 гр.

Масса булавы минимум 150 гр.

Масса ленты без палочки минимум 35 гр для Сеньорок.

Масса ленты без палочки минимум 30 гр для Юниорок.

16. ТРЕБОВАНИЯ К ФОРМИРОВАНИЮ СУДЕЙСКОЙ КОЛЛЕГИИ

Количественный состав судейской коллегии соревнований, квалификационные категории спортивных судей определяется квалификационными требованиями к спортивным судьям по виду спорта «художественная гимнастика» на основании Правил.

Во время соревнований может видеосъемка работы судейских бригад, в целях исключения контакта и разговоров между судьями.

16.1 ТЕХНИЧЕСКИЙ ДЕЛЕГАТ

На другие официальные всероссийские и межрегиональные спортивные соревнования Ассоциации Технический Делегат может назначаться по решению Ассоциации или по запросу проводящей организации.

16.1.1 В обязанности Технического Делегата входит:

присутствовать на протяжении всех соревнований, на жеребьевке судей и на всех совещаниях и инструктаже судей;

следить за ходом соревнований, вмешиваться при нарушениях дисциплины, принимать необходимые меры при возникновении каких-либо обстоятельств, мешающих хорошему проведению соревнований;

применять судейские правила контроля справедливости, последовательности и полного соответствия действующим правилам и критериям;

принимать необходимые меры при грубой ошибке в судействе со стороны одного или нескольких судей, в том числе оставлять за собой право пересмотра оценки, на основании видеозаписи упражнения, после выведения на табло окончательного результата. После церемонии награждения пересмотр оценок невозможен;

принимать участие в решении вопроса об отстранении и замене судьи, который, несмотря на полученные предупреждения не исправляет свое судейство;

принимать участие при рассмотрении спорных вопросов.

16.2 СОСТАВ ГСК, с указанием наименований должностей спортивных судей и ее полномочия.

В ГСК входят:

главный судья,

заместители главного судьи,

главный секретарь,

заместитель главного секретаря,

директор спортивных соревнований.

На Соревнованиях может быть утверждено Независимое Жюри, которое участвует в судействе соревнований.

16.2.1 Главный судья возглавляет судейскую коллегию соревнований, осуществляет руководство ее работой, обеспечивает проведение спортивного соревнования (спортивная часть) в соответствии с Правилами и Положением, контролирует работу своих заместителей, секретариата и судей.

16.2.2 Заместители главного судьи работают по указаниям главного судьи. В отсутствие главного судьи один из заместителей исполняет обязанности Главного судьи, пользуясь его правами. Число заместителей Главного судьи зависит от статуса соревнований и числа участников.

16.2.3 Судьи (D), (A) и (E) в индивидуальной программе и групповом упражнении отбираются путем жеребьевки и/или назначаются Ассоциацией в соответствии с Положением, квалификационными требованиями к спортивным судьям и Правилами судейства.

16.2.4 Главный секретарь назначаются Ассоциацией в соответствии с Положением, квалификационным требованиям к спортивным судьям. Подчиняется главному судье соревнования и отвечает за организацию работы секретариата.

Секретариат состоит из главного секретаря, его заместителя, технических секретарей.

Заместитель главного секретаря назначается Ассоциацией в соответствии с Положением, квалификационным требованиям к спортивным судьям. Подчиняется главному секретарю соревнований.

16.2.5 Технический Директор спортивных соревнований назначается Ассоциацией и обязан:

представить техническое задание по проведению соревнований в соответствии с Регламентом соревнований в дирекцию спортсооружения, в котором проводятся соревнования;

подготовить место проведения соревнований (укладка ковров, подготовка помоста для ГСК и судейских бригад, оформление зала, рекламные щиты, обеспечение канцелярскими принадлежностями).

Технический Директор соревнований не имеет права:

находиться в зоне для судейства;

оказывать давление на судей;

оказывать противоправное влияние на ход и результаты соревнований.

16.2.6 Независимое Жюри распределяется для каждой группы судей (D, A, E), назначается Ассоциацией.

16.2.7 Судьи-хронометристы и судьи на линии отбираются путем жеребьевки из судей соответствующей квалификационной категории, или назначаются Ассоциацией.

16.3 ПРАВА И ФУНКЦИОНАЛЬНЫЕ ОБЯЗАННОСТИ СПОРТИВНЫХ СУДЕЙ ПО ПОДГОТОВКЕ, ПРОВЕДЕНИЮ И ЗАВЕРШЕНИЮ СОРЕВНОВАНИЙ, В ЗАВИСИМОСТИ ОТ СТАТУСА СПОРТИВНОГО СУДЬИ:

16.3.1 Функциональные обязанности главного судьи:

проверить подготовку мест, оборудования и спортивного инвентаря;

определить порядок работы обслуживающего персонала, дать разрешение фотографам и репортерам проводить работу в местах проведения соревнований;

обеспечить информацией участников, судей, зрителей, руководителей команд, представителей прессы, радио и телевидения;

провести жеребьевку порядка выступления команд, участников и судей;

провести инструктаж судей перед началом соревнований;

руководить судейской коллегией соревнований и контролировать их проведение;

контролировать работу ГСК и вмешаться в случае необходимости;

принимать решение об окончательной оценке;

во время соревнований имеет право принять участие в судействе любой из бригад, при наличии расхождений между оценкой главного судьи и оценками, выставленными бригадой; заместителями главного судьи или независимого жюри, назначить видеоповтор упражнения и оценить упражнение совместно с ГСК и Членами Независимого Жюри.

в исключительных случаях, при явной ошибке судейской бригады, отстранить судей, совершивших ошибку, рассмотреть этот вопрос на совещании судей и передать его на обсуждение в Ассоциацию;

проводить анализ судейства, ежедневно доводить до сведения судей результаты их работы, в конце соревнований сообщить результаты оценки работы судейства;

задержать или прекратить проведение соревнований, если что-либо мешает их проведению в соответствии с требованиями Правил;

изменить порядок прохождения соревнований отдельными командами и участниками, если в этом возникла крайняя необходимость;

разрешить гимнастке/команде возобновить попытку в соответствии с Правилами;

провести совещание судейской коллегии, оценить работу спортивных судей, при запросе от судьи занести запись о его участии в соревнованиях в книжку спортивного судьи;

по окончании соревнований сдать отчет (Приложение №6) в организацию, проводящую соревнования, с детальным анализом работы судей, в том числе предложения о награждении лучших судей и санкции против судей, которые имели предупреждения или были отстранены.

16.3.2 Заместители главного судьи

На соревнованиях может быть до 6 заместителей главного судьи.

Шесть заместителей главного судьи осуществляют свои функции следующим образом:

2 заместителя главного судьи по Трудности Тела (DB);

2 заместителя главного судьи по Трудности Предмета (DA);

1 заместитель главного судьи по Артистизму (A);

1 заместитель главного судьи по Исполнению (E).

Если две судейские бригады (А и В) работают одновременно по вертушке:

1 заместитель (член ГСК) дает контрольный балл в Трудности тела (DB) бригады А;

1 заместитель (член ГСК) дает контрольный балл в Трудности предмета (DA) бригады А;

1 заместитель (член ГСК) дает контрольный балл в Трудности тела (DB) бригады В;

1 заместитель (член ГСК) дает контрольный балл по Трудности предмета (DA) бригады В;

1 заместитель (член ГСК) дает контрольный балл в Артистизме (A1, A2, A3, A4) в бригадах А и В;

1 заместитель (член ГСК) дает контрольный балл в Исполнении (E1, E2, E3, E4) в бригадах А и В.

Если соревнования проводятся не по вертушке (только 1 бригада, например, финал в отдельных видах многоборья):

2 заместителя (члены ГСК) дают контрольный балл по Трудности тела (DB);

2 заместителя (члены ГСК) дают контрольный балл по Трудности предмета (DA);

1 заместитель (член ГСК) дает контрольный балл в Артистизме (A1, A2, A3, A4);

1 заместитель (член ГСК) дает контрольный балл в Исполнении (E1, E2, E3, E4).

На соревнованиях, где присутствует 5 заместителей главного судьи, функциональные обязанности каждого заместителя по оценке Трудности (DB и DA) распределяет главный судья соревнований.

16.3.3.1 Заместитель главного судьи по оценке Трудности Тела DB обязан:

оценивать Трудность (Трудность Тела) упражнения каждой гимнастики/команды;

выставлять оценку, по которой будет проводиться анализ судейства;

вести контроль за подгруппой судей бригады D, оценивающих Трудность Тела DB в упражнении;

в случае расхождений в оценке, во время соревнований в подгруппе судей D, оценивающих Трудность Тела DB, принимать участие в обсуждении оценки;

решать конфликтные вопросы путем анализа видеозаписи соревнования вместе с главным судьей.

16.3.3.2 Заместитель главного судьи по оценке Трудности Предмета DA обязан:

оценивать Трудность (Трудность Предмета) упражнений каждой гимнастики/команды;

выставлять оценку, по которой будет проводиться анализ судейства;

вести контроль за подгруппой судей бригады D, оценивающих Трудность Предмета DA в упражнении;

в случае расхождений в оценке, во время соревнований в подгруппе судей D, оценивающих Трудность предмета DA, принимать участие в обсуждении оценки;

решать конфликтные вопросы путем анализа видеозаписи соревнования вместе с главным судьей.

16.3.3.3 Заместитель главного судьи по оценке Артистизма (А) упражнения (эксперт) обязан:

оценивать артистическую ценность упражнения каждой гимнастки/команды;

выставлять оценку, по которой будет проводиться анализ судейства;

вести контроль за бригадой судей, оценивающих артистическую ценность упражнения;

решать вопросы, возникающие во время соревнований в судейской бригаде Артистизма (А);

решать конфликтные вопросы путем анализа видеозаписи соревнования вместе с главным судьей.

16.3.3.4 Заместитель главного судьи по оценке Исполнения (Е) упражнения обязан:

оценивать техническое исполнение упражнения каждой гимнастки/команды;

выставлять оценку, по которой будет проводиться анализ судейства;

вести контроль за бригадой судей, оценивающих техническое исполнение упражнения;

решать вопросы, возникающие во время соревнований в судейской бригаде Исполнения (Е);

решать конфликтные вопросы путем анализа видеозаписи соревнования вместе с главным судьей.

16.3.4 Член Независимого Жюри обязан:

оценивать упражнение каждой гимнастки/команды в соответствующей подгруппе судей (D; A; E);

выставлять оценку, по которой будет проводиться анализ судейства;

вести контроль за подгруппой судей бригады, а также за заместителем главного судьи в соответствующей подгруппе;

в случае расхождений в оценке, во время соревнований в подгруппе судей, принимать участие в обсуждении оценки;

решать конфликтные вопросы путем анализа видеозаписи соревнования вместе с главным судьей.

16.3.5 Главный секретарь обязан:

организовать всю работу секретариата;

проверить предварительные и окончательные заявки на участие в соревнованиях вместе с официальным врачом соревнований;

провести комиссию по допуску;

подготовить отчет комиссии по допуску;

обеспечить представителей, тренеров, участников, судей необходимой технической документацией на совещании;
участвовать в проведении технического совещания;
проводить жеребьевку участников;
участвовать в проведении жеребьевки судей;
в конце соревнований подготовить полный отчет соревнований;
раздать результаты соревнований всем представителям.

16.3.6 Заместитель главного секретаря обязан:

в отсутствие главного секретаря выполнять обязанности главного секретаря, пользуясь всеми его правами;
обеспечивать материалами всю судейскую коллегию;
вывешивать документацию о ходе соревнований на информационную доску;
обеспечивать информацией о соревнованиях спортсменов, тренеров, представителей;
подготавливать наградную атрибутику для церемонии награждения.

16.3.7 Судья в поле обязан:

оценивать выполнение упражнений в соответствии с Правилами;
в процессе соревнований не должен объяснять оценку участникам, тренерам или представителям.

16.3.8 Судьи - хронометристы (судья времени 1 и судья времени 2) обязаны:

следить за продолжительностью упражнения;
применять сбавку за превышение времени согласно Правилам, передать эту сбавку судье-ассистенту.

16.3.9 Судьи на линии обязаны:

применять сбавки за выход гимнастки и предмета за пределы площадки;
поднимать флаг красного цвета при пересечении линии площадки телом и/или предметом, если они выходят за пределы площадки;
поднимать флаг красного цвета, если индивидуальная гимнастка или гимнастка Группы меняет официальную площадку или выходит за пределы площадки во время упражнения;
подать сбавку судье-ассистенту.

16.3.10 Судья при участниках обязан:

руководить передвижением команд, участниц в зале для разминки и в зале соревнований;
следить за порядком и дисциплиной;
обеспечивать порядок во время разминки;

выстраивать участниц - победительниц и призеров соревнований для награждения.

16.3.11 Судья – информатор обязан:

приглашать спортсмена/команды на соревновательную площадку согласно стартовому протоколу;

во время соревнований сообщать о порядке и ходе соревнований, о текущих и итоговых результатах, объявляет оценки за упражнение;

осуществлять связь между судьями, участниками и зрителями;

представлять ГСК и судейские бригады;

получить сведения о командах, отдельных спортсменах, их регалиях;

иметь информацию по Положению, условиях зачета, определения победителей;

получить у организаторов информацию о тех, кто принимает участие в церемонии награждения;

составить дикторские тексты.

16.3.12 Технический секретарь обязан:

выполнять работу по указанию главного секретаря;

раскладывать всю документацию на судейские столы;

сбирать оценки судей и передавать их судье-ассистенту;

готовить наградную атрибутику к церемонии награждения.

16.3.13 Судья по музыке обязан:

Обеспечивать воспроизведение музыкального сопровождения выступлений гимнасток/команд в строгом соответствии со стартовым протоколом выхода гимнасток/команд.

16.3.14 Видеооператор обязан:

осуществлять видеозапись всех соревнований согласно стартовому протоколу выхода гимнасток/Групп;

воспроизводить повтор видеозаписи упражнений спортсменов/ команд для рассмотрения спорных вопросов;

осуществлять всю техническую информацию по передаче оценок спортсменов/команд или команд на электронное табло (при наличии);

после окончания соревнований предоставить видеозапись в Ассоциацию.

16.3.15 Судья-ассистент обязан:

вести судейскую работу по корректировке процесса работы судей в поле;

провести контроль предметов на их соответствие нормам.

17. ИНСТРУКТАЖ И СОВЕЩАНИЯ СУДЕЙ

17.1 Перед каждым спортивным соревнованием главный судья должен провести совещание, с целью информирования участвующих судей об организации судейства.

17.2 Все судьи обязаны присутствовать на совещаниях и инструктажах на протяжении всех дней соревнований, а также на церемониях награждения по окончании каждого соревнования.

17.3 ТРЕБУЕМЫЕ ЗНАНИЯ И ПОВЕДЕНИЕ СУДЕЙ

Судьи должны знать и иметь при себе Правила, информационные письма Ассоциации по изменениям и дополнениям в Правила и соответствующие инструкции по данным соревнованиям.

Судьи должны быть одеты в судейскую форму (темно синий или черный костюм – юбка или брюки и белая блузка). Для международных соревнований может быть предусмотрена особая судейская форма, утвержденная Ассоциацией.

Судьи должны занимать определенные места в соответствии с жеребьевкой, исполнять правила поведения и другие организационные и дисциплинарные предписания Правил. В случае невыполнения данных требований и/или некомпетентности судьи, ГСК имеет право отстранить судью от участия в судействе данных и последующих соревнований.

18. СОСТАВ СУДЕЙСКИХ БРИГАД

18.1 СУДЕЙСКИЕ БРИГАДЫ ДЛЯ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ И ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ

Бригада судей, оценивающих Трудность (D), 4 судьи делятся на 2 подгруппы:

первая подгруппа (D) – 2 судьи DB1 и DB2, работают независимо, выставляют свои индивидуальные оценки для анализа судейства и затем выставляют общую оценку DB.

вторая подгруппа (D) – 2 судьи DA1 и DA2, работают независимо, выставляют свои индивидуальные оценки для анализа судейства и затем выставляют общую оценку DA.

бригада судей в Артистизме (A): 4 судьи (A1, A2, A3, A4).

бригада судей в Исполнении (E): 4 судьи (E1, E2, E3, E4).

18.1.1 Функции судей Бригады D в индивидуальной программе

Первая подгруппа (DB) записывает содержание упражнения символами, оценивает количество и техническую ценность Трудностей тела (DB), количество и техническую ценность Динамических элементов с Вращением (R). Эти судьи оценивают все упражнение целиком

независимо, без консультаций с другими судьями, выставляют свою индивидуальную оценку и затем выставляют общую оценку DB.

В соревнованиях Ассоциации, где требуются карточки упражнений участниц соревнований (Приложение №3), судьи оценивают упражнение по карточкам, предоставленных спортсменками. В карточках записано содержание упражнения символами в порядке выполнения: техническая ценность Трудностей тела (DB) с технической работой предмета, техническая ценность Динамических элементов с Вращением (R).

Вторая подгруппа (DA) записывает содержание упражнения символами, оценивает количество и техническую ценность Трудностей предмета (DA) и декорации (DEC). Эти судьи оценивают все упражнение целиком независимо, без консультаций с другими судьями, выставляют свою индивидуальную оценку и затем выставляют общую оценку DA.

Записи судей: по окончании потока/соревнований главный судья соревнований и/или технический делегат соревнований может затребовать судейские записи содержания упражнений символами с указанием позиции и номера судьи, фамилий гимнасток, их клубов или Национальных Федераций и предметов.

Окончательная оценка D получается путем сложения двух оценок: DB и DA.

18.1.1.1 Карточки трудности для судей бригады DB в индивидуальной программе

Карточки трудности (Приложение №3) для судей бригады DB предоставляются каждой гимнасткой на соревнования согласно Положению. Отборочные этапы соревнований могут проводиться без предоставления карточек.

В карточку Трудности Тела вносятся допустимое количество трудностей тела DB наивысшей стоимости у каждой возрастной группы, в соединении с техническими элементами предметов, и динамические элементы с вращением R в порядке их выполнения.

В карточку вносится базовая стоимость DB и общая стоимость каждого R. Если гимнастка выполнит DB или R по стоимости больше или меньше, чем заявлено в карточке, то будет оценена по факту.

Каждая гимнастка должна предоставить организаторам соревнований заполненную карточку Трудности Тела на каждую композицию не позднее чем за 1 день до начала соревнований для предварительной проверки заполнения и устранения замечаний.

Сбавки за неверное заполнение карточек нет.

18.1.2 Функции судей Бригады D в групповых упражнениях

Первая подгруппа судей D (DB): оценивают количество и техническую ценность Трудностей без Обмена (DB), Трудностей с Обменом (DE), количество и техническую ценность Динамических элементов с Вращением (R). Судьи записывают все элементы с помощью символов. Эти судьи оценивают все упражнение целиком независимо, без консультаций с другими судьями, выставляют свою индивидуальную оценку и затем выставляют общую оценку DB.

Вторая подгруппа судей D (DA): оценивают количество и техническую ценность Трудностей с Сотрудничествами (DC), требуемый минимум типов Сотрудничеств. Судьи записывают все элементы с помощью символов. Эти судьи оценивают все упражнение целиком независимо, без консультаций с другими судьями, выставляют свою индивидуальную оценку и затем выставляют общую оценку DA.

Записи судей: по окончании потока/соревнований главный судья соревнований и/или технический делегат соревнований может затребовать судейские записи содержания упражнений символами с указанием позиции и номера судьи, фамилий гимнасток, их клубов или Национальных Федераций и предметов.

Окончательная оценка D получается путем сложения двух оценок: DB и DA.

18.1.3 Функции судей Бригады A в индивидуальной программе и групповых упражнениях

4 судьи A1, A2, A3, A4 – оценивают Артистические ошибки с помощью сбавок, определяя общую сбавку независимо и без консультаций с другими судьями.

Когда Артистизм оценивают 4 судьи, наивысшая и самая низкая сбавки отбрасываются, и окончательная сбавка A определяется как среднее арифметическое из 2 средних сбавок.

Когда Артистизм оценивают 2–3 судьи, окончательная сбавка A определяется как среднее арифметическое из всех сбавок.

Окончательная оценка A представляет собой сумму Артистических сбавок, которую вычитают из 10.00 баллов.

18.1.4 Функции судей Бригады E в индивидуальной программе и групповых упражнениях

4 судьи E1, E2, E3, E4 – оценивают Технические ошибки с помощью сбавок и определяют общую сбавку независимо и без консультации с другими судьями.

Когда Исполнение оценивают 4 судей, наивысшая и самая низкая сбавки отбрасываются, и окончательная сбавка E определяется как среднее арифметическое из 2 средних сбавок.

Когда Исполнение оценивают 2–3 судей, окончательная сбавка E определяется как среднее арифметическое из всех сбавок.

Окончательная оценка E представляет собой сумму Технических сбавок, которую вычитают из 10.00 баллов.

18.2 Судьи-хронометристы (судья времени 1 и/или судья времени 2) в индивидуальной программе и групповых упражнениях:

запускают секундомер, когда гимнастка/Группа начинает готовиться к исходному положению, и контролируют общую задержку;

контролируют продолжительность упражнения;

подают главному судье подписанные протоколы о нарушениях и сбавках;

фиксируют размер нарушения по хронометражу (в большую и меньшую стороны), при отсутствии компьютерного тайминга.

Если гимнастка теряет предмет в конце упражнения и не возвращается в обозначенные пределы площадки из-за окончания музыки, то судья-хронометрист фиксирует момент возврата предмета в качестве последнего движения упражнения.

18.2.1 Хронометраж:

Хронометр включают с началом движения индивидуальной гимнастки/первой гимнастки Группы и выключают, как только индивидуальная гимнастка/последняя гимнастка Группы полностью прекращает движение.

Разрешается короткое музыкальное вступление не более 4 секунд без движений гимнастки и/или предметов.

Во всех упражнениях хронометраж (начало упражнения, его продолжительность) ведется интервалами по 1 секунде.

Сбавка судьи-хронометриста в индивидуальной программе: 0.05 балла за каждую лишнюю или недостающую секунду (считаются полные секунды).

Пример: 1'30.72 = нет сбавки; 1'31 = сбавка 0.05.

Сбавка судьи-хронометриста в Групповом упражнении:

Пример: 2'30.72 = нет сбавки; 2'31 = сбавка 0.05.

На соревнованиях должна присутствовать система оповещения времени выступления гимнастки или команды. После звукового сигнала, определяющего допустимое время (индивидуальная программа 1:30, групповые упражнения 2:30) упражнение не может быть засчитано.

Засчитывается только та часть упражнения, которая выполнена в соответствии с хронометражем, применяется сбавка за лишнее время.

Если гимнастка теряет предмет в конце упражнения и не принимает окончательное положение или не возвращается в обозначенные пределы площадки из-за окончания музыки, то судья-хронометрист фиксирует момент возврата гимнасткой предмета или покидания зоны вокруг площадки в качестве последнего движения упражнения.

18.3 Судьи на линии в индивидуальной программе и групповых упражнениях

фиксируют пересечение линии площадки одной или двумя ногами, любой частью тела или предметом, а также выход предмета за пределы официальной площадки;

поднимают флаг при пересечении линии площадки телом и/или предметом, если они выходят за пределы площадки;

поднимают флаг, если индивидуальная гимнастка или гимнастка Группы меняет официальную площадку или выходит за пределы площадки во время упражнения;

подают главному судье правильные подписанные протоколы о нарушениях и сбавках.

Если тренер имеет сомнение относительно сбавки/сбавок, примененных судьей-хронометристом и/или судьей на линии, он может обратиться в ГСК или к Техническому Делегату, для проверки примененной сбавки.

18.3.1 Позиции судей на линии

Пример 1: Судьи на линии располагаются на противоположных углах ковра, отвечают за две линии и угол по правой стороне от них (Рисунок №1).

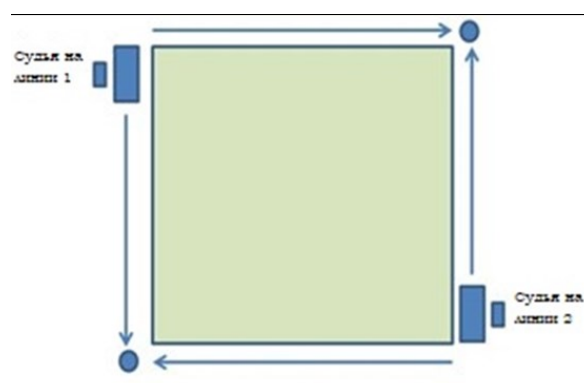


Рисунок №1

Пример 2: Судьи на линии располагаются за судьейским столом и наблюдают за линиями по монитору, с использованием специальной видеокамеры (Рисунок №2).

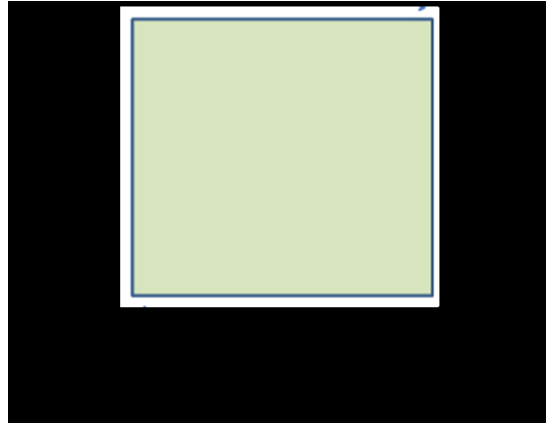


Рисунок №2

18.4 Функции ответственного судьи в индивидуальной программе и групповых упражнениях

Все сбавки ответственного судьи, включенные в Таблицу № 4 (Индивидуальная программа) и № 5 (Групповые упражнения) вносятся в официальную форму и передаются судьей DA-1 в ГСК и подтверждаются главным судьей.

18.4.1 Площадка. Индивидуальная программа.

Обязательно наличие ковра размером 13 x 13 (внешняя сторона линии).

Выход за пределы установленной регламентом площадки любой части тела или предмета с касанием ковра вне площадки наказываются сбавкой.

Сбавка судьи на линии: 0.30 балла каждый раз за гимнастку или за предмет.

Выход за пределы установленной регламентом площадки гимнастки или предмета наказываются сбавкой.

Сбавка судьи на линии: 0.30 балла для гимнастки при выходе за пределы площадки.

Сбавка судьи на линии: 0.30 балла для предмета при выходе за пределы площадки.

Нет ни сбавки судьи на линии, ни сбавок Исполнения, если гимнастка сама выносит вторую булаву за пределы площадки для использования запасных булав в качестве пары.

Потеря предмета с его выходом за пределы официальной площадки:

Последовательный выход обеих булав за обозначенные пределы площадки:

Сбавка судьи на линии: 0.30 балла за одну Булаву + 0.30 балла за другую Булаву (Рисунок №3).

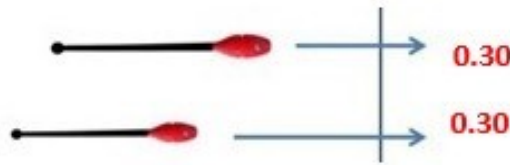


Рисунок №3

Одновременная потеря двух предметов с одновременным выходом за пределы официальной площадки за одну и ту же линию: 2 Булавы потеряны вместе, одновременно, и вышли за одну и ту же линию/ 2 Булавы соединены между собой и вышли за пределы официальной площадки одновременно (Рисунок №4).

Сбавка судьи на линии: 0.30 балла один раз, как за один предмет.



Рисунок №4

Одновременная потеря двух предметов с одновременным выходом за пределы официальной площадки за две разные линии: 2 Булавы потеряны вместе, одновременно, и вышли за две разные линии:

Сбавка судьи на линии: 0.30 + 0.30 балла.

В Индивидуальных упражнениях нет сбавки в следующих случаях:

если предмет и/или гимнастка касаются линии;

если предмет выходит за пределы официальной площадки без касания пола;

непригодный предмет удаляется за пределы официальной площадки;

сломанный предмет удаляется за пределы официальной площадки;

предмет застрял в потолке (конструкциях, прожекторах, табло и т. п.).

Все упражнения должны полностью выполняться в пределах обозначенной поверхности ковра.

Любая Трудность, которая начата вне пределов официальной площадки, не будет оцениваться (во время выполнения упражнения или в конце упражнения).

Если Трудность начата в пределах официальной площадки и завершена вне пределов официальной площадки, то такая Трудность будет оценена.

18.4.2 Площадка. Групповое упражнение

Обязательно наличие ковра размером 13x13 (внешняя сторона линии).

Выход за пределы установленной регламентом площадки любой части тела или предмета с касанием ковра вне официальной площадки наказываются сбавкой:

Сбавка судьи на линии: 0.30 балла каждый раз для каждой гимнастки Группы за ошибку или предмет каждый раз.

Выход за пределы установленной регламентом площадки гимнастки или предмета наказываются сбавкой:

Сбавка судьи на линии: 0.30 балла для гимнастки при выходе за пределы площадки.

Сбавка судьи на линии: 0.30 балла для предмета при выходе за пределы площадки.

Нет ни сбавки судьи на линии, ни сбавок Исполнения, если гимнастка группы сама выносит вторую булаву за пределы площадки для использования запасных булав в качестве пары.

Потеря предмета с его выходом за пределы площадки:

Последовательный выход обеих булав за обозначенные пределы площадки (Рисунок №5).

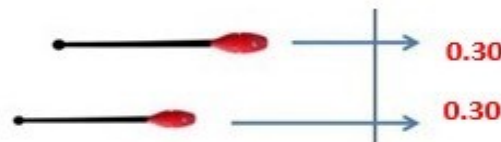


Рисунок №5

Сбавка судьи на линии: 0.30 балла за одну Булаву + 0.30 балла за другую Булаву.

Одновременная потеря двух или более предметов с одновременным выходом за пределы площадки за одну и ту же линию: 2 Булавы потеряны вместе, одновременно, и вышли за одну и ту же линию (Рисунок №6).



Рисунок №6

Сбавка судьи на линии: 0.30 балла один раз, как за один предмет.

Одновременная потеря двух или более предметов с одновременным выходом за пределы площадки за две разные линии – 2 Булавы потеряны вместе, одновременно, и вышли за две разные линии:

Сбавка судьи на линии: $0.30 + 0.30$ балла.

Одновременная потеря двух или более скрепленных между собой предметов (предметы одного типа или разных типов) с выходом предметов за пределы площадки (Рисунок №7).



Рисунок №7

Сбавка судьи на линии: 0.30 балла.

Одновременная потеря двух или более предметов (предметы одного типа или разных типов) с выходом предметов за пределы официальной площадки (Рисунок №8):



Рисунок №8

Сбавка судьи на линии за каждый потерянный предмет= $0.30+0.30$.

В Групповом упражнении нет Сбавки в следующих случаях:

если предмет и/или гимнастка касаются линии;

если предмет выходит за пределы площадки без касания пола;

непригодный предмет удаляется за пределы площадки;

сломанный предмет удаляется за пределы площадки;

вторая булава намеренно удалена из пределов площадки, чтобы взять пару запасных булавы;

предмет, самопроизвольно вернувшийся в пределы площадки, удален за пределы площадки;

предмет застрял в потолке (конструкциях, прожекторах, табло и т. п.).

Судья на линии должен отслеживать и применять сбавки за любое пересечение линии до последнего движения последней гимнастки в Группе: после последнего движения сбавка за пересечение линии не применяется, даже если музыка все еще играет. В остальных случаях сбавки применяются.

Все упражнения должны полностью выполняться в пределах обозначенной поверхности ковра:

Любая Трудность или компонент Артистизма, которая начата вне пределов площадки, не будет оцениваться (во время выполнения упражнения или в конце упражнения).

Если Трудность начата в пределах площадки и завершена вне пределов площадки, то такая Трудность будет оценена.

Сбавки в Исполнении и Артистизме применяются на протяжении всего упражнения, включая все движения вне пределов площадки.

19. ЗАПАСНЫЕ ПРЕДМЕТЫ. РАЗМЕЩЕНИЕ ПРЕДМЕТОВ ВОКРУГ ПЛОЩАДКИ ДЛЯ ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПРОГРАММЫ И ГРУППОВОГО УПРАЖНЕНИЯ

19.1 Разрешается размещение вокруг площадки запасных предметов (в соответствии с Программой предметов на каждый год).

19.2 Оргкомитет должен разместить комплект одинаковых предметов (полный комплект предметов, необходимых гимнасткам в соревнованиях) вдоль двух из четырех сторон ковра для использования любой гимнасткой/любой Группой.

19.3 Свободной от предметов остаются линия непосредственно перед судьями и линия входа и выхода на ковер. Предметы размещаются отдельно (Рисунок №9).

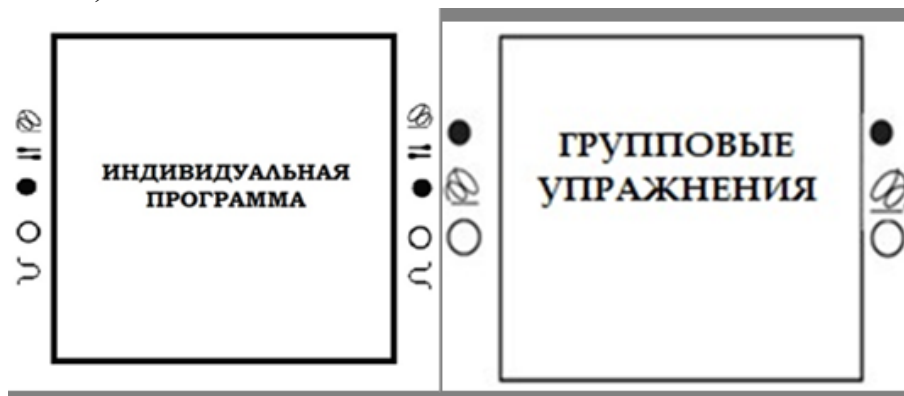


Рисунок № 9

Если во время упражнения предмет потерян и вышел за пределы официальной площадки, гимнастка может использовать запасной предмет:

Сбавка судьи на линии: 0.30 балла за выход предмета за пределы площадки.

Гимнастка/гимнастка Группы может использовать только тот запасной предмет, который был размещен за пределами официальной площадки до начала упражнения, Группа может также снова взять свой предмет после использования запасного предмета.

Сбавка: 0.50 балла за использование запасного предмета, не размещенного заранее за линией площадки.

Гимнастка/Группа может использовать максимальное количество запасных предметов, размещенных оргкомитетом за линией официальной площадки.

Например: Два Обруча размещены организационным комитетом, как показано на рисунке выше. Гимнастка/Группа может использовать оба, если необходимо, в одном упражнении:

Сбавка: 0.50 балла, если гимнастка снова использует свой собственный предмет после использования запасного предмета, взятого из-за пределов площадки.

Если предмет падает во время упражнения, но не выходит за пределы официальной площадки, то использование запасного предмета не разрешается, гимнастка/гимнастка Группы должна взять свой собственный предмет в пределах официальной площадки. Если гимнастка/гимнастка Группы берет запасной предмет тогда, когда собственный предмет не вышел за пределы площадки:

Сбавка: 0.50 балла за неправомерное использование запасного предмета.

Сбавка: 0.30 балла, если гимнастка/гимнастка Группы, воспользовавшись запасным предметом, не убирает свой собственный предмет с официальной площадки до конца упражнения.

Нет сбавок судьи на линии или сбавок Исполнения, если гимнастка/гимнастка группы сама выносит предмет за пределы площадки.

Если при потере предмет падает и выходит за пределы площадки, а затем сам возвращается на площадку, то:

Сбавка судьи на линии: 0.30 балла за выход предмета за пределы площадки.

Если предмет, покинувший пределы площадки, затем сам возвращается в пределы официальной площадки, гимнастка/гимнастка Группы должна удалить неиспользуемый потерянный предмет за пределы площадки до конца упражнения, если взят запасной предмет (нет сбавки судьи на линии). В противном случае:

Сбавка: 0.30 балла за то, что гимнастка/гимнастка Группы, взяв запасной предмет, не удалила за пределы площадки свой прежний предмет, вернувшийся к ней сам.

Нет сбавок судьи на линии или Исполнения, если гимнастка/гимнастка Группы сама выносит предмет за пределы площадки.

Если предмет падает и выходит за пределы официальной площадки, а затем тренер или любое другое лицо возвращает этот предмет гимнастке/Группе, то применяется сбавка за неправомерный возврат предмета:

Сбавка: 0.50 балла за неправомерный возврат предмета.

Пояснения к применению сбавок при выходе за пределы площадки (Таблица №3).

Таблица №3

Пояснения / Примеры	
Ситуация	Оценивание
<ul style="list-style-type: none"> • Гимнастка теряет свой предмет, и он выходит за пределы площадки. • Гимнастка берет запасной предмет. • Потерянный предмет возвращается обратно на площадку. • Гимнастка не убирает вернувшийся предмет с площадки. 	<ul style="list-style-type: none"> • Судья Исполнения: 1.00 одновременно за потерю предмета. • Судья на линии: 0.30 за потерянный предмет, покинувший площадку. • Ответственный судья: 0.30 за неубранный предмет, который вернулся на площадку.
<ul style="list-style-type: none"> • Гимнастка теряет свой предмет, и он выкатывается за пределы площадки. • Гимнастка берет запасной предмет. • Потерянный предмет откатывается обратно на площадку. • Гимнастка убирает вернувшийся предмет с площадки и продолжает работу с новым предметом. 	<ul style="list-style-type: none"> • Судья Исполнения: 1.00 одновременно за потерю предмета. • Судья на линии: 0.30 за потерянный предмет, покинувший площадку. • Ответственный судья: нет сбавки.
<ul style="list-style-type: none"> • Гимнастка теряет свой предмет, и он выкатывается за пределы площадки. • Гимнастка берет запасной предмет. • Потерянный предмет откатывается обратно на площадку. 	<ul style="list-style-type: none"> • Судья Исполнения: 1.00 одновременно за потерю предмета. • Судья на линии: 0.30 за потерянный предмет, покинувший площадку. • Ответственный судья: нет сбавки.

<ul style="list-style-type: none"> • Гимнастка забирает свой собственный предмет обратно и убирает с площадки запасной предмет. 	
<ul style="list-style-type: none"> • Гимнастка теряет свой предмет, и он выкатывается за пределы площадки. • Потерянный предмет сам возвращается на ковер • Гимнастка берет запасной предмет. • Гимнастка удаляет вернувшийся предмет с площадки и продолжает упражнение с взятым предметом 	<ul style="list-style-type: none"> • Судья Исполнения: 1.00 одновременно за потерю предмета. • Судья на линии: 0.30 за потерянный предмет, покинувший площадку. • Ответственный судья: нет сбавки.

20. НЕПРИГОДНЫЙ ПРЕДМЕТ (ПРИМЕР: УЗЕЛ НА ЛЕНТЕ) В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ И ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЯХ

Если до начала упражнения гимнастка решит, что ее предмет непригоден (например, имеется узел на Ленте), то она может без задержки соревнований по времени взять запасной предмет, который будет учитываться как один из запасных предметов, возможных для использования:

Нет Сбавки за использование запасного предмета.

Если до начала упражнения гимнастка решает, что ее предмет непригоден (например, имеется узел на Ленте), и пытается распутать узел или взять запасной предмет с задержкой соревнований по времени, то:

Судья-хронометрист запускает секундомер, когда гимнастка/Группа готовится принять исходное положение, для контроля задержки по времени.

Если гимнастка/Группа задерживает соревнования более чем на 30 сек., (например, пытается распутать узел на Ленте) перед тем, как взять запасной предмет, то:

Сбавка: 0.50 балла за задержку соревнований при слишком долгой подготовке к упражнению.

Нет Сбавок за использование запасного предмета и вынос непригодного предмета за пределы площадки.

Если во время упражнения предмет становится непригоден, то гимнастка может взять запасной предмет:

Нет Сбавки за использование запасного предмета.

Нет сбавок судей на линии или сбавок Исполнения, если гимнастка сама выносит предмет за пределы площадки.

Если запасной предмет ломается во время упражнения, то индивидуальная гимнастка/Группа должна прекратить упражнение. Упражнение может быть повторено в конце потока либо в соответствии с решением главного судьи.

21. ПРЕДМЕТ ЛОМАЕТСЯ ИЛИ ЗАЦЕПЛЯЕТСЯ ЗА КОНСТРУКЦИЮ ПОТОЛКА В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ И ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЯХ

Если во время упражнения предмет ломается гимнастка/Группа не будет наказана за это сбавками; сбавки могут быть применены только лишь за последствия возможных технических ошибок.

Если во время упражнения предмет ломается, то гимнастке/Группе не разрешается повтор упражнения.

В этом случае гимнастка/Группа может:

прекратить выполнение упражнения;

продолжить упражнение, взяв запасной предмет и удалив сломанный предмет за пределы официальной площадки (Нет Сбавки).

Если предмет застрял в потолке, то гимнастка/Группа не будет наказана за это сбавками; сбавки могут быть применены только лишь за последствия технических ошибок.

Если предмет застрял в потолке во время упражнения, то гимнастке/Группе не разрешается начать упражнение снова:

В этом случае гимнастка может:

прекратить выполнение упражнения;

взять запасной предмет и продолжить упражнение (Нет Сбавки).

Если гимнастка/Группа прекращает упражнение из-за сломанного предмета или предмета, застрявшего в потолке, то упражнение будет оцениваться следующим образом:

Индивидуальная программа:

Трудности, уже выполненные правильным способом, будут засчитаны;

Оценка за Артистизм = 0.00;

Оценка за Техническое Исполнение = 0.00.

Групповое упражнение:

Если гимнастка Группы прекращает упражнение, и Группа не продолжает его из-за сломанного предмета или предмета, застрявшего в потолке, то упражнение будет оцениваться следующим образом:

Трудности, уже выполненные правильным способом, будут засчитаны;

Сбавки будут применены за любые пропущенные обязательные элементы Трудности, которые не были выполнены вообще;

Оценка за Артистизм = 0.00;

Оценка за Техническое Исполнение = 0.00.

Если гимнастка/гимнастка Группы прекращает упражнение из-за сломанного предмета или предмета, застрявшего в потолке в конце упражнения (последнее движение), то упражнение будет оценено следующим образом:

Трудности, уже выполненные правильным способом, будут засчитаны.

Будут применены сбавки в Артистизме.

В Исполнении будут применены все сбавки за время упражнения, включая «потерю предмета (нет контакта) в конце упражнения».

Если запасной предмет сломался в течение упражнения, то гимнастка/Группа должна взять второй запасной предмет и продолжить упражнение до конца. Если главный судья подтвердит проблему, гимнастка/Группа, возможно, будет повторно вызвана на ковер и выполнит упражнение еще раз в конце вертушки либо в назначенное время (или, при необходимости, в соответствии с решением главного судьи). Если главный судья не подтвердит это, упражнение будет оцениваться так, как оно было выполнено.

22. СПОРТИВНАЯ ОДЕЖДА ГИМНАСТОК В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ И ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЯХ

22.1 ТРЕБОВАНИЯ К КУПАЛЬНИКУ. ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПРОГРАММА.

22.1.1 Покрой и ткань

Корректный гимнастический купальник должен быть из непрозрачного материала от зоны туловища до груди. Поэтому под кружевными прозрачными вставками должна быть подкладка (зона туловища до груди).

Все части купальника должны быть облегающими, чтобы дать возможность судьям оценивать правильное положение разных частей тела.

Линия выреза на шее спереди и сзади купальника должен быть не ниже половины грудины и нижней линии лопаток.

Вырез купальника в верхней части ног не должен быть выше паховой складки и не должен быть ниже уровня промежности.

Область таза/промежности и ягодицы, впереди вплоть до верхней линии тазобедренных костей (для справки: передняя верхняя подвздошная ость), должны быть покрыты непрозрачным материалом, не телесного цвета.

Допускается наличие по бокам небольшой прозрачной/телесного цвета области для соединения/декорирования, если соблюдается следующее: требуется сплошное цветное соединение между передней и задней частями купальника.

Соединение может быть выполнено из ткани или аппликаций, но должно создавать впечатление цельного материала (а не отдельных кусков).

Соединение должно быть на уровне тазобедренных костей или ниже.

Технический Комитет рекомендует, чтобы вся область таза/промежности была покрыта непрозрачным материалом, не телесного цвета.

22.1.2 Рукава

Купальник может быть как с рукавами любой длины, так и без рукавов. Также допускаются узкие бретельки. Рукава могут быть изготовлены из прозрачного материала. Все части рукавов должны быть плотно подогнаны и прилегать.

22.1.3 Ноги

Разрешается надевать колготки в полный рост поверх купальников, колготки в полный рост под купальники, полностью комбинированные купальники в полный рост (комбинезоны) или выступать с голыми ногами.

Шорты, колготки средней длины и тому подобное не допускаются. Цвета ткани, покрывающей штанины, и длина основного цвета(ов) должны быть одинаковыми на обеих ногах. Отличаться может только стиль (детали покроя или украшения).

22.1.4 Юбка

Поверх купальников, колготок или комбинезона допускается юбка, которая не опускается ниже области таза.

Фасон юбки (покрой или украшения) свободный, но внешний вид балетной «пачки» запрещен.

Юбка должна быть прочно прикреплена к талии купальника (не может быть отдельной деталью).

22.1.5 Дизайн

Дизайн, содержащий слова или символы, разрешен, если он соответствует Правилам рекламы на одежде для соревнований и Правилам судейства, п. 10. Допускаются декоративные аппликации или детали на одежде для соревнований:

декоративные детали не должны ставить под угрозу безопасность гимнастики;

запрещается украшать изделие светодиодами (LED);

любые аппликации должны прилегать к основе (ложиться ровно на ткань), когда одежда неподвижна; они не должны чрезмерно выступать.

22.1.6 Аксессуары

Нижнее белье, надетое под купальник, не должно быть видно за швами самого купальника.

За исключением (возможно) колготок, купальники должны быть цельными. Не допускаются купальники и отдельные дополнительные «носки», «перчатки», «декоративные гетры», пояс и т.д.

22.1.7 Контроль одежды для соревнований

Все купальники будут проверены перед входом гимнастки в зал соревнований.

Дополнительно, произвольный контроль может быть проведен.

Сбавка: 0.30, если одежда для соревнований гимнастки не соответствует требованиям.

22.1.8 Гимнастки могут выполнять упражнение босиком или в гимнастических тапочках; сбавка ответственного судьи не применяется, если во время соревнований гимнастка случайно теряет тапочек(ки).

22.1.9 Не допускаются крупные ювелирные украшения или пирсинг, представляющие риск для безопасности гимнасток. Разрешены небольшие плотно прилегающие серьги и небольшой, плотно прилегающий пирсинг.

Сбавка: 0.30, если это правило не выполняется.

22.1.10 Прическа должна быть аккуратной и компактной, без громоздких дополнительных украшений.

Декоративные детали допускаются, но они не должны быть громоздкими и/или опасными для гимнасток. Украшения для волос должны располагаться компактно к волосам/близко к пучку, не должны распространяться с волос на любую часть кожи. Запрещается поправлять прическу во время упражнения.

Сбавка: 0.30, если это правило не выполняется.

22.1.11 Макияж должен быть легким и четким. Театральный грим не допускается. Запрещено поправлять макияж во время упражнения.

Сбавка: 0.30, если это правило не выполняется.

22.1.12 Национальная эмблема и любая реклама должны соответствовать официальным нормам соревнований:

Сбавка: 0.30, если это правило не выполняется.

22.1.13 Бинт (бандаж) или другой перевязочный материал не может быть цветным, он должен быть телесного цвета.

Сбавка: 0.30, если это правило не выполняется.

22.2 ТРЕБОВАНИЯ К КУПАЛЬНИКУ. ГРУППОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ.

22.2.1 Специфика группового упражнения

Купальники гимнасток группы должны быть одинаковыми (из одного материала, фасона, дизайна и цвета). Если купальник сшит из материала с рисунком, допускаются некоторые незначительные отличия из-за покроя.

Гимнастические тапочки групповых гимнасток должны быть одинакового цвета.

22.2.2 Требования к купальнику

Купальник должен быть корректным и непрозрачным; под кружевными прозрачными вставками должна быть подкладка (зона туловища до груди).

Купальник должен хорошо облегать фигуру, чтобы дать возможность судьям оценивать правильное положение разных частей тела.

Вырез спереди и сзади купальника должен быть не ниже половины грудины и нижней линии лопаток.

Вырез купальника в верхней части ног не должен быть выше паховой складки и не должен быть ниже уровня промежности.

Область таза/промежности и ягодицы, впереди вплоть до верхней линии тазобедренных костей (для справки: передняя верхняя подвздошная кость), должны быть покрыты непрозрачным материалом, не телесного цвета.

Допускается наличие по бокам небольшой прозрачной/телесного цвета области для соединения/декорирования, если соблюдается следующее:

Требуется сплошное цветное соединение между передней и задней частями купальника. Соединение может быть выполнено из ткани или аппликаций, но должно создавать впечатление цельного материала (а не отдельных кусков).

Соединение должно быть на уровне тазобедренных костей или ниже.

Технический Комитет рекомендует, чтобы вся область таза/промежности была покрыта непрозрачным материалом, не телесного цвета.

22.2.3 Рукава

Купальник может быть как с рукавами любой длины, так и без рукавов. Также допускаются узкие бретельки.

Рукава могут быть изготовлены из прозрачного материала.

Все части рукавов должны быть плотно подогнаны и прилегать.

22.2.4 Ноги

Разрешается надевать колготки в полный рост поверх купальников, колготки в полный рост под купальники, полностью комбинированные купальники в полный рост (комбинезоны) или выступать с голыми ногами.

Шорты, колготки средней длины и тому подобное не допускаются.

Цвета ткани, покрывающей штанины, и длина основного цвета(ов) должны быть одинаковыми на обеих ногах. Отличаться может только стиль (детали покроя или украшения).

22.2.5 Юбка

Поверх купальников, колготок или комбинезона допускается юбка, которая не опускается ниже области таза.

Фасон юбки (покрой или украшения) свободный, но внешний вид балетной «пачки» запрещен.

Юбка должна быть прочно прикреплена к талии купальника (не может быть отдельной деталью).

22.2.6 Дизайн

Дизайн, содержащий слова или символы, разрешен, если он соответствует Правилам рекламы на одежде для соревнований и Правилам судейства, п. 12.

Допускаются декоративные аппликации или детали на одежде для соревнований:

декоративные детали не должны ставить под угрозу безопасность гимнастки;

Запрещается украшать изделие светодиодами (LED).

Все аппликации должны плотно прилегать к материалу, когда костюм неподвижен (они не должны слишком выступать).

22.2.7 Аксессуары

Нижнее белье, надетое под купальник, не должно быть видно за швами самого купальника.

За исключением (возможно) колготок, купальники должны быть цельными. Не допускаются купальники и отдельные дополнительные «носки», «перчатки», «декоративные гетры», пояс и т.д.

22.2.8 Все купальники будут проверены перед входом гимнастки в зал соревнований. Возможны дополнительные проверки. Если спортивная форма гимнастки не соответствует требованиям, то будет применена сбавка:

Сбавка: 0.30, если это правило не выполняется, и 1 или более гимнасток не соответствуют Правилам.

22.2.9 Гимнастки могут выполнять упражнение босиком или в гимнастических тапочках; сбавка ответственного судьи не применяется, если во время соревнований гимнастка случайно теряет тапочек(ки).

22.2.10 Не допускаются крупные ювелирные украшения или пирсинг, представляющие риск для безопасности гимнасток. Разрешены только небольшие прилегающие серьги, прилегающий пирсинг разрешен.

Сбавка: 0.30, 1 раз для Группы, если это правило не выполняется.

22.2.11 Прическа должна быть аккуратной и компактной, без громоздких дополнительных украшений.

Декоративные детали допускаются, но они не должны быть громоздкими и/или опасными для гимнасток. Украшения для волос должны располагаться компактно к волосам/близко к пучку, не сползая на кожу. Запрещается поправлять прическу во время упражнения.

Сбавка: 0.30, 1 раз для Группы, если это правило не выполняется.

22.2.12 Макияж должен быть легким и четким – театральные гримы не допускаются. Запрещено поправлять макияж во время упражнения.

Сбавка: 0.30, 1 раз для Группы, если это правило не выполняется.

22.2.13 Не соответствующая официальным нормам соревнований эмблема или реклама:

Сбавка: 0.30, 1 раз для Группы, если это правило не выполняется.

22.2.14 Бинт (бандаж) или другой перевязочный материал не может быть цветным, он должен быть телесного цвета.

Сбавка: 0.30 1 раз для Группы, если это правило не выполняется.

23. МУЗЫКАЛЬНЫЙ АККОМПАНИМЕНТ – ТРЕБОВАНИЯ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ И ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЯХ

23.1 Может быть звуковой сигнал до начала музыки.

23.2 Для музыки каждого упражнения должен использоваться отдельный высококачественный CD или USB.

Музыкальная композиция может быть загружена/подана через сеть «Интернет» в соответствии с Положением официальных международных или всероссийских соревнований.

Если Оргкомитет требует загрузки музыки в цифровом виде, то все участвующие организации/спортсменки оставляют за собой право использовать на соревнованиях USB:

на каждом USB должна быть записана следующая информация:

фамилия и имя гимнастки (для индивидуальных соревнований);

страна (3 заглавные буквы, для обозначения страны, которую представляет гимнастка/Группа) для международных соревнований;

субъект Российской Федерации/город (который представляет гимнастка/Группа) для всероссийских соревнований;

символ или название предмета;

каждая музыкальная композиция должна быть на отдельном USB, с соответствующей информацией по музыке;

продолжительность музыки.

23.3 В случае воспроизведения «неправильной» музыки (не соответствующей упражнению, искаженной музыки или прерывания, и т.п.) гимнастка/Группа должна немедленно прекратить выполнять упражнение, как только она поймет, что музыка не соответствует ее упражнению.

В подобных случаях гимнастка/Группа с разрешения ответственного судьи (главного судьи) должна покинуть ковер и вновь выйти на ковер (после приглашения на выход) для выполнения упражнения под свою собственную корректную музыку.

24. ДИСЦИПЛИНА ГИМНАСТОК В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ И ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЯХ

24.1 Индивидуальная гимнастка/гимнастки Группы должны являться на место соревнований только после их вызова или через микрофон или когда загорается зеленый сигнал.

Сбавка: за слишком ранний (до вызова) или поздний выход гимнасток/гимнасток Группы: 0.50 балла.

ГСК должно определить причину задержки (ошибки организаторов или дисциплина гимнасток).

Разминки в зале соревнований запрещены, индивидуальная гимнастка/группа/гимнастка(и) Группы не могут оставаться/ возвращаться на официальную площадку после окончания упражнения.

Сбавка: 0.50 балла, если это правило не выполняется.

За несоответствие выбранного предмета стартовому порядку, производится следующее: индивидуальную гимнастку/Группу попросят покинуть площадку, и выступит позднее, в соответствии со своим стартовым порядком для правильного/второго предмета.

Пропущенное упражнение будет выполнено в конце потока, а гимнастка/Группа будет наказана за это упражнение Сбавкой: 0.50 балла.

Если индивидуальная гимнастка/Группа прекратит упражнение из-за травмы или непредвиденных обстоятельств, то упражнение будет оценено как прекращение упражнения из-за сломанного предмета.

Индивидуальные гимнастки/Группы могут повторять упражнения только при чрезвычайных обстоятельствах (по вине Оргкомитета) и с разрешения ответственного судьи (например, сбой электропитания, сбой музыкальной системы и т.п.).

24.2 ГРУППОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ

Выход гимнасток Группы на Площадку. Группы должны выходить на площадку быстрым маршем без музыкального сопровождения и сразу же принимать стартовое положение.

Сбавка 0.50 балла, если это правило не выполняется.

Во время выполнения Группового упражнения гимнасткам Группы запрещается вербальное общение друг с другом.

Сбавка 0.50, если это правило не выполняется.

25. ДИСЦИПЛИНА ТРЕНЕРОВ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ И ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЯХ

Во время выполнения упражнения тренеру гимнастики/Группы (или любому другому члену делегации) не разрешается никаким образом общаться с гимнасткой/Группой, музыкантами или судьями.

Сбавка 0.50, если это правило не выполняется.

26. СБАВКИ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ СУДЬЕЙ-ХРОНОМЕТРИСТОМ, СУДЬЕЙ НА ЛИНИИ И ОТВЕТСТВЕННЫМ СУДЬЕЙ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ ПРОГРАММЕ И ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЯХ

26.1 ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПРОГРАММА (Таблица №4)

Сумма этих сбавок вычитается из окончательной оценки.

Таблица № 4

Сбавки судьи-хронометриста		
1	Каждая лишняя или недостающая секунда в музыке упражнения (считаются полные секунды)	0.05
2.	За задержки при подготовке к упражнению (более 30 сек.)	0.50
Сбавки судьи на линии		
1	За каждый выход за границу установленной регламентом площадки с касанием вне площадки: предмета или какой-либо части тела	0.30
2	Гимнастка или предмет выходят за пределы официальной площадки	0.30
3	Гимнастка заканчивает упражнение за пределами официальной площадки	0.30
4	Предмет выходит за пределы площадки в конце упражнения на последнем движении после окончания музыки	0.30
Сбавки ответственного судьи		
1	За использование запасного предмета, который ранее не был размещён за пределами официальной площадки	0.50
2	Использование запасного предмета, если упавший предмет остается на официальной площадке	0.50
3	После того, как гимнастка взяла запасной предмет, собственный предмет гимнастки вернулся на официальную площадку, и	0.30

	гимнастка не удалила его за пределы площадки	
4	За неразрешенный возврат предмета и его использование	0.50
5	Не соответствующая регламенту спортивная форма гимнасток	0.30
6	Использование запрещённых ювелирных украшений или пирсинга	0.30
7	Причёска не соответствует официальным нормам	0.30
8	Макияж не соответствует официальным нормам	0.30
9	Не соответствующие Правилам либо не согласованные с Ассоциацией изображения или слова на купальнике (один раз)	0.30
10	Не соответствующий регламенту бинт (бандаж) или другой перевязочный материал	0.30
11	Слишком ранний или поздний выход гимнастки на официальную площадку	0.50
12	Разминка гимнастки в зале соревнований	0.50
13	Неправильно выбранный предмет, не соответствующий стартовому порядку; сбавка вычитается один раз из окончательной оценки упражнения, выполненного в неправильном порядке	0.50
14	За любые разговоры тренера с гимнасткой или с судьями	0.50

26.2 ГРУППОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ (Таблица №5)

Сумма этих сбавок вычитается из окончательной оценки:

Таблица № 5

Сбавки судьи-хронометриста		
1	Каждая лишняя или недостающая секунда в музыке упражнения (считаются полные секунды)	0.05
2	За задержки при подготовке к упражнению (более 30 сек.)	0.50
Сбавки судьи на Линии		
1	За каждый выход за границу установленной регламентом площадки с касанием вне площадки: предмета или какой-либо части тела	0.30
2	Гимнастка или предмет выходят за пределы площадки,	0.30
3	Гимнастка заканчивает упражнение за пределами площадки	0.30
4	Предмет выходит за пределы площадки в конце упражнения на последнем движении после окончания музыки	0.30

Сбавки ответственного судьи		
1	За использование запасного предмета, который ранее не был размещён за пределами площадки (сбавки нет, если Группа использует свой потерянный предмет)	0.50
2	Использование запасного предмета, если собственный предмет остается на площадке	0.50
3	После того, как гимнастка взяла запасной предмет, собственный предмет гимнастки вернулся на площадку, и гимнастка не удалила его за пределы площадки	0.30
4	За неразрешенный возврат предмета и его использование	0.50
5	Не соответствующая регламенту спортивная форма гимнасток Группы (один раз), в том числе за гимнастические тапочки разного цвета	0.30
6	Использование запрещённых ювелирных украшений или пирсинга (один раз)	0.30
7	Причёска не соответствует нормам (один раз)	0.30
8	Макияж не соответствует нормам (один раз)	0.30
9	Не соответствующие Правилам либо не согласованные с Ассоциацией изображения или слова на купальнике (один раз)	0.30
10	Не соответствующий регламенту бинт (бандаж) или другой перевязочный материал (один раз)	0.30
11	Слишком ранний или поздний выход Группы на площадку	0.50
12	Разминка гимнастки/гимнасток в зале соревнований	0.50
13	Неправильно выбранный предмет, не соответствующий стартовому порядку – сбавка вычитается один раз из окончательной оценки упражнения, выполненного в неправильном порядке	0.50
14	Выход Группы на площадку не соответствует Правилам	0.50
15	За разговоры гимнасток группы между собой во время выполнения упражнения	0.50
16	За уход гимнастки Группы с площадки во время упражнения	0.30
17	За любые разговоры тренера с гимнастками Группы или с судьями	0.50

ГЛАВА II. ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПРОГРАММА. ТРУДНОСТЬ

1. ОБЗОР ТРУДНОСТИ

1.1 Гимнастка должна выполнять только элементы, которые она может выполнить безопасно и с высокой степенью эстетической и технической квалификации. Очень плохо исполненные элементы не будут оценены судьями Трудности (D) и будут наказаны сбавкой судей Исполнения (E).

1.2 Существует два компонента Трудности:

1) Трудность тела (DB), включая Динамические элементы с Вращением (R);

2) Трудность предмета (DA), включая декоративные элементы предмета (DEC).

1.3 Требования к Трудности для гимнасток, выступающих по программе Мастеров спорта (Сеньорок) (Таблица № 6).

Таблица № 6

Компоненты трудности	
Трудность тела DB в соединении с Техническими элементами предмета	Трудность предмета DA
Количество Трудностей Тела 8 элементов наивысшей стоимости	DA Количество Трудностей Предмета 15 (в порядке исполнения)
Особые требования	
Трудности Групп Тела: Прыжки  минимум 1 Равновесия  минимум 1 Повороты  минимум 1	
Динамические элементы с Вращением R Максимум 4 в порядке исполнения	
	Количество DEC Максимум 5 (в порядке исполнения)

1.4 Судьи в Трудности идентифицируют и регистрируют Трудности в порядке их исполнения, независимо от того, действительны они или нет.

1.5 Сбавки применяются за отсутствие минимального требуемого количества Трудностей и несоответствие особым требованиям, когда гимнастка даже не пытается выполнить элемент Трудности.

1.6 Порядок исполнения Трудностей – свободный. Однако, расположение Трудностей должно быть организовано в соответствии с принципами хореографии, логично, плавно переходя в связующие движения и элементы в гармонии с характером музыки.

2. ТРУДНОСТЬ ТЕЛА (DV)

2.1 ДЕФИНИЦИЯ: Элементы DV (Прыжки, Равновесия, Вращения) содержатся в Таблицах Трудностей Правил судейства (Таблица №14 трудностей прыжков \wedge , Таблица №18 трудностей равновесий \top , Таблица №21 трудностей вращений \circ).

В случае текстуальных расхождений между описанием Трудности DV и рисунком в Таблице Трудности DV, преимущество имеет текст.

Процедура принятия Новых Трудностей тела DV:

новые Трудности DV, которые ранее не выполнялись и/или не фигурировали в Таблицах Трудностей тела DV должны быть официально представлены на сайт Ассоциации;

запрос на рассмотрение/оценивание такого элемента следует сопроводить описанием на английском и русском языке, рисунком элемента и видео не позднее чем за 30 дней до проведения соревнований;

Ассоциация после получения нового элемента DV рассматривает, оценивает, и утверждает новый элемент;

после того, как утвержденный элемент DV выполнен 1-ый раз на Официальных соревнованиях не ниже межрегионального уровня новый элемент публикуется на официальном сайте и может выполняться любой гимнасткой на любых соревнованиях;

после проведения очередного Финала соревнований Ассоциации в Таблицы DV могут добавляться Новые утвержденные Трудности Тела DV.

2.2 ТРЕБОВАНИЯ:

2.2.1 Упражнение в индивидуальной программе должно содержать 8 трудностей тела DV, изолированных или комбинированных. В подсчет идет 8 трудностей Тела наивысшей ценности.

2.2.2 По крайней мере 1 элемент каждой Группы Трудностей Тела должен присутствовать в упражнении, среди 8 элементов наивысшей ценности, в том числе в составе комбинированной трудности тела:

Прыжки \wedge ;

Равновесия \top ;

Вращения \circ .

2.2.3 Упражнение, в котором выполнено менее 3 DV (п. 2.2.2.) наказывается сбавкой 0.30 балла за каждую отсутствующую Группу Тела.

2.2.4 Каждая трудность тела может быть выполнена только один раз изолировано или в составе комбинированной трудности. Любое повторение трудности не засчитывается (сбавки нет).

Разъяснение:

Что, если гимнастка попытается принять форму DB, но потеряет равновесие и опустит ногу, или попытается поймать свою ногу, но не сможет удержать ногу и попытается во второй раз?

Если гимнастка допускает техническую ошибку в подготовке и немедленно возобновляет подготовку, это не является повторением, и вторая попытка оценивается.

Разъяснение:

Одинаковые формы: Элементы считаются одинаковыми, если они содержатся в одной ячейке Таблицы Трудностей, если иного не указано в Правилах.

Разные формы: Элементы считаются разными, если они содержатся в двух разных ячейках Таблицы Трудностей, включая элементы той же семьи, но в отдельной ячейке, если иного не указано в Правилах.

2.2.5 В упражнении может быть выполнено максимум 2 Комбинированных трудности Тела, состоящих из 2 или 3 трудностей тела, выполняемых связно, слитно и последовательно.

2.2.6 Максимум 1 Комбинированная трудность может сочетать не более 3 трудностей Тела.

2.2.7 Ценность комбинированных Трудностей Тела определяется по сумме ценностей, входящих в них трудностей.

2.2.8 Возможно выполнение 2 или более идентичных (одной и той же формы) Прыжков или Поворотов в Серии:

каждый Прыжок или Поворот в серии оценивается отдельно;

каждый Прыжок или Поворот в серии засчитывается как 1 Трудность Прыжка или Поворота.

2.2.9 При выполнении серии, состоящей более чем из 3 Прыжков или Поворотов, для трех первых трудностей Прыжков или Поворотов допускается идентичная (одна и та же) техническая работа предмета, каждый последующий Прыжок или Поворот должен выполняться с изменением технической работы предмета.

2.2.10 В композиции может присутствовать максимум 4 динамических элемента с вращением R.

2.3 ЦЕННОСТЬ

Трудность тела DB засчитывается, если она выполняется в соответствии с техническими требованиями Таблицы Трудностей.

2.3.1 Ценность DV определяется формой тела, которая была представлена: для того, чтобы быть засчитанной, все DV должны быть выполнены с фиксированной и определённой формой.

Это значит, что туловище, ноги и все соответствующие части тела находятся в правильных положениях, означающих правильную форму DV.

Примеры:

положение шпагата 180° ;

касание любой части ноги в Трудностях с прогибом туловища назад;

положение замкнутого кольца;

положение касаясь и т.п.

2.3.2 Если форма определяется с малым отклонением (10° или менее) одной или более частей тела, то DV засчитывается со Сбавкой в Исполнении 0.10 за небольшое отклонение от формы за каждое неправильное положение части тела.

2.3.3 Если форма определяется со средним отклонением ($11^\circ - 20^\circ$) одной или более частей тела, то DV засчитывается со Сбавкой в Исполнении 0.30 за среднее отклонение от формы за каждое неправильное положение части тела.

2.3.4 Если форма в общем не определяется с большим отклонением (более 20°) одной или более частей тела, то DV не засчитывается со Сбавкой в Исполнении 0.50 за каждое неправильное положение части тела.

Исключение:

Критерий «прогиб туловища назад», выполненный во время Прыжка с большим отклонением будет наказан сбавкой в Исполнении, но базовая ценность Прыжка может быть засчитана, если она содержится в Таблице без «прогиба назад» и выполнена в соответствии с базовыми характеристиками.

2.4 DV должна быть выполнена с минимум 1 Техническим элементом предмета, специфичным для каждого предмета. Повтор одинаковой работы предмета невозможен.

2.4.1 DV находится в соединении с Техническим элементом предмета, если элемент выполняется в начале, во время или ближе к концу Трудности.

Разъяснение:

Что значит «в начале» и что «к концу» прыжка?

Прыжок начинается, когда гимнастка теряет контакт с полом. «Ближе к концу» — это последняя часть фазы полета. Когда гимнастка восстанавливает контакт с полом, Трудность заканчивается.

Что значит «в начале» и что «к концу» равновесия?

Равновесие (за исключением динамических) начинается в тот момент, когда гимнастка достигает требуемой формы. «Ближе к концу» — это

последний момент, когда гимнастка все еще находится в требуемой форме, еще на релеве (если равновесие выполняется на релеве). Когда гимнастка покидает форму релеве, Трудность заканчивается. Динамическое равновесие начинается с начала первого движения и заканчивается окончанием последнего движения. Когда гимнастка снова встает на обе ноги или ложится, Трудность заканчивается.

Что значит «в начале» и что «к концу» вращения?

Вращение в фиксированной форме (повороты, пенше и т.д.) начинается в тот момент, когда гимнастка достигает требуемой формы. «Ближе к концу» – это последний отрезок времени, в течение которого гимнастка все еще находится в требуемой форме, еще на релеве (если вращение выполняется на релеве). Когда гимнастка покидает форму релеве, Трудность заканчивается. Другие типы вращений начинаются с начала первого движения и заканчиваются окончанием последнего движения. Когда гимнастка перестает вращаться или снова встает на обе ноги, Трудность заканчивается.

2.4.2 Изолированная DV под полетом предмета во время высокого броска или «Бумеранга» действительна в соответствии со следующим:

Изолированная DV под полетом предмета во время высокого броска или «Бумеранга» действительна в упражнении, если она выполняется гимнасткой в соответствии с базовыми характеристиками, необходимыми для того, чтобы она была засчитана.

Изолированная DV «под полетом предмета» – это разновидность работы предмета, и поэтому она может быть выполнена только один раз в каждом упражнении, независимо от типа броска/Бумеранга.

Если предмет потерян после DV под полетом, DV не засчитывается.

Изолированная DV, выполненная под малым броском, не засчитывается.

Комбинированная Трудность не может быть выполнена «под полетом» предмета.

Часть комбинированной трудности (только 1 DV) может быть выполнена под полетом предмета. Если предмет потерян, первая DV в составе комбинированной трудности может быть засчитана, если выполнена в соответствии с дефиницией.

Серия Прыжков с вращением или без вращения: включает бросок предмета во время первой DV, второй DV во время полета предмета и ловлю во время третьей DV. Если предмет потерян во время третьей DV серии, то не засчитываются ни DV во время полёта, ни DV во время ловли. Действительна только первая DV, выполненная во время броска предмета. Серии

допускаются в дополнение к изолированной DB, выполненной один раз под полётом.

Бросок предмета, полет предмета и ловля предмета - 3 разных технических работы предмета. В упражнении допускается использовать трудность с броском, трудность под броском и трудность на ловле в одной связке. Все Трудности Тела в одной связке могут быть разными. Данное сочетание трудностей может быть использовано вместо изолированной DB под броском.

2.4.3 Если технический элемент предмета выполняется одинаково в течение двух разных DB, то вторая DB в порядке выполнения не засчитывается (Нет Сбавки).

2.5 КОМБИНИРОВАННЫЕ ТРУДНОСТИ ТЕЛА

Комбинируемая трудность тела – состоит из двух или трех DB выполняемых связно, последовательно (без подскоков и перемещений на опорной ноге).

2.5.1 Все DB должны быть из Таблиц Трудностей.

Трудности, включенные в Комбинируемую Трудность, могут быть:

из разных Групп Трудностей Тела (одинаковой или разной формы);

из одной и той же Группы Трудностей Тела, но должны быть разной формы.

2.5.2 В упражнении может быть выполнено максимум 2 Комбинируемые трудности Тела, состоящих из двух или трех трудностей тела, выполняемых связно, слитно и последовательно.

2.5.3 Максимум 1 Комбинируемая трудность может сочетать не более 3 трудностей Тела.

2.5.4 Будут оцениваться только 2 Комбинируемые Трудности тела. Дополнительная Комбинируемая DB, будет оцениваться как изолированные DB (Нет Сбавки).

2.5.5 Комбинируемые Трудности тела засчитываются как 1 DB и входят в состав 8 трудностей в упражнении.

2.5.6 Ценность Комбинируемой Трудности тела – это ценности каждой независимой DB, сложенные вместе, если соединение выполняется в соответствии с требованиями (п. 2.5.10 – 2.5.16).

2.5.7 Трудности Тела, используемые в комбинируемой DB, не могут повторяться как DB изолированно или в другой Комбинируемой DB; повтор DB не засчитывается.

2.5.8 Каждая DB из Комбинируемой Трудности тела должна выполняться с одним Техническим элементом предмета (по одному на каждую DB).

2.5.9 Если требование к соединению комбинированной трудности не соблюдены, все DB будут оценены как изолированные DB и получат ценность, если они выполняются в соответствии с требованиями для каждой из них.

2.5.10 КОМБИНИРОВАННЫЕ ТРУДНОСТИ ТЕЛА С ПРЫЖКОМ МОГУТ ВЫПОЛНЯТЬСЯ СЛЕДУЮЩИМИ СПОСОБАМИ:

1. Прыжок + Прыжок;
2. Прыжок + Равновесие (или наоборот);
3. Прыжок + Вращение (или наоборот).

Без смены опорной ноги или дополнительного шага между Трудностями, обязательно включая плие между Прыжком и Равновесием или Вращением (или наоборот);
с Равновесием только на релеве;
с Вращением.

2.5.10.1 Любой Прыжок(и), выполняемый(ые) с отталкиванием двумя ногами или приземлением на обе ноги, не засчитываются в Комбинированных Трудностях тела.

2.5.10.2 Трудность Прыжка № 14 Два или три последовательных Прыжка в шпагат со сменой толчковой ноги может быть использована с другой Трудностью в Комбинированной Трудности, если соединение между трудностью № 17 и любой другой трудностью происходит в соответствии с пунктом 2.5.10.

2.5.10.3 Трудность Прыжка № 35 Перекидной в кольцо непосредственно переходящий, с опусканием на пятку, в удерживаемое равновесие в положении заднего шпагата с помощью, так же в поворот в форме заднего шпагата может быть использован, как часть комбинированной трудности и/или любой другой трудностью в соответствии с пунктом 2.5.10.

2.5.10.4 Трудность Прыжка № 35 Перекидной в кольцо непосредственно переходящий, с опусканием на пятку, в поворот в форме заднего шпагата с помощью может быть использован, как первая часть комбинированной трудности в соединении с трудностью вращения (в том числе со сменой опоры) и/или и любой другой трудностью в соответствии с пунктом 2.5.10.

2.5.11 КОМБИНИРОВАННЫЕ ТРУДНОСТИ ТЕЛА - РАВНОВЕСИЕ С РАВНОВЕСИЕМ ДОЛЖНЫ ВЫПОЛНЯТЬСЯ:

- без смены опорной ноги;
- без опоры на пятку, плие или дополнительного шага между Трудностями.

2.5.11.1 Равновесие с «Турляном» может использоваться как часть Комбинированной Трудности.

2.5.11.2 Равновесие № 27 Фуэте может быть выполнено:

как первая часть Комбинированной Трудности, если после Равновесия Фуэте соединение с другим Равновесием выполняется на релеве без опоры на пятку или плие;

как первая и/или вторая часть комбинированной Трудности в соединении с вращением и с прыжком.

2.5.11.3 Равновесия № 28 ВТ2 (Батыршина) или ВТ3 могут использоваться как часть комбинированной трудности. При комбинировании Равновесия ВТ с другим равновесием формы, используемые в равновесии ВТ и формы другого равновесия должны быть разными.

2.5.11.4 Равновесие № 29 GRH (Грохотова) или ВТ (↓) можно использовать в комбинированной трудности, в том числе с равновесиями на колене и других частях тела. Форма ВТ и другое равновесие на колене должны быть разными.

2.5.11.5 Равновесия, выполняемые на других частях тела, могут быть использованы, как часть Комбинированной Трудности.

2.5.11.6 Равновесие № 16 ТСН (Чащина) может быть использовано, как часть комбинированной трудности.

2.5.11.7 Равновесие № 17 ARP (Арапова) может быть использовано, как часть комбинированной трудности.

2.5.12 КОМБИНИРОВАННЫЕ ТРУДНОСТИ ТЕЛА – РАВНОВЕСИЕ (ПЕРВАЯ ЧАСТЬ) С ВРАЩЕНИЕМ (ВТОРАЯ ЧАСТЬ) ДОЛЖНЫ ВЫПОЛНЯТЬСЯ:

без смены опорной ноги или дополнительного шага между Трудностями;

с возможной опорой на пятку и плие во время соединения Трудностей;

со всеми ДВ на релеве (при выполнении обеих трудностей на релеве без опускания на пятку дается надбавка +0.10);

равновесие и вращение должны быть разной формы.

2.5.13 КОМБИНИРОВАННЫЕ ТРУДНОСТИ ТЕЛА – ВРАЩЕНИЕ (ПЕРВАЯ ЧАСТЬ) С РАВНОВЕСИЕМ (ВТОРАЯ ЧАСТЬ) ДОЛЖНЫ ВЫПОЛНЯТЬСЯ:

без смены опорной ноги или дополнительного шага между Трудностями;

со всеми ДВ на релеве (при выполнении обеих трудностей на релеве без опускания на пятку дается надбавка +0.10);

возможна опора на пятку или плие во время соединения Трудностей;

вращение и равновесие должны быть разной формы.

2.5.14 КОМБИНИРОВАННЫЕ ТРУДНОСТИ ТЕЛА – ВРАЩЕНИЕ С ВРАЩЕНИЕМ ДОЛЖНЫ ВЫПОЛНЯТЬСЯ:

без смены опорной ноги или дополнительного шага между Трудностями;

возможна опора на пятку или плие во время соединения Трудностей, при выполнении обеих трудностей на релеве без опускания на пятку дается надбавка +0.10);

со сменой опорной ноги: вращения должны быть выполнены слитно, без остановки между трудностями, в одном или разных направлениях.

2.5.14.1 Трудности Вращение №13 ЗАДНИЙ ШПАГАТ БЕЗ ПОМОЩИ, ГОРИЗОНТАЛЬНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ ТУЛОВИЩА / НИЖЕ ГОРИЗОНТАЛИ / САКУРА могут быть соединены как первая или последующая часть Комбинированной Трудности.

2.5.14.2 Вращения на релеве (Повороты), включающие более одной формы №15 GZ (Гизикова), № 16 GR (Гараева), №17 TR (Трубникова) можно использовать в комбинированных трудностях.

2.5.14.3 Трудность Вращения Фуэте № 19 может быть выполнена как первая и/или вторая часть Комбинированной Трудности. Может быть выполнена, как часть комбинированной трудности вращение + вращение (с опорой на пятку или плие, или со сменой опоры).

2.5.14.4 Трудность Вращения № 20 Циркуль может быть выполнена как первая или вторая часть Комбинированной Трудности, Циркуль (часть вращения) и соединение с другим Поворотом могут быть выполнены с опорой на пятку или плие, так же со сменой опоры.

2.5.15 Трудности вращения № 21 ARP (Арапова) и № 22 SLD (Селедчик) можно использовать в комбинированной трудности.

2.5.15.1 Трудность вращения ARP № 21 и SLD № 22 можно использовать в комбинированной трудности с трудностью вращения № 20 Циркуль назад. Вращение циркуль назад, входящее в состав вращения № 21 и № 22 не входят в подсчет общего количества вращений трудности Циркуль назад № 20 в комбинации.

2.5.16 Вращения, выполняемые на других частях тела, можно использовать в Комбинированных Трудностях, с условием:

состоит из двух или трех DB;

выполняется связно, последовательно без остановки.

Варианты комбинированных элементов на других частях тела:

Равновесие на колене (любое) - Перекат с колена на грудь – элемент на груди (вращение или равновесие) (Рисунок № 10).



Рисунок №10

Оба элемента тела на одной части тела (Рисунок №11).



Рисунок №11

2.5.17 Для того, чтобы ДВ была засчитана, она должна выполняться без следующих технических ошибок:

Существенное изменение базовых характеристик для каждой группы ДВ;

Потеря равновесия с опорой на одну или обе руки или на предмет;

Полная потеря равновесия и падение гимнастки во время выполнения ДВ;

Потеря предмета во время выполнения ДВ;

Работа с предметом, не выполненная в соответствии с дефиницией.

3. ПРЫЖКИ

3.1 ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

3.1.1 Все Трудности Прыжков должны иметь следующие базовые характеристики:

Определенная и фиксированная форма в полете;




Высота должна быть достаточной для соответствующей формы.

3.1.2 Прыжок без достаточной высоты и формы, чтобы зафиксировать хорошо видимую форму (в соответствии с дефиницией в Таблице трудностей прыжков), будет наказан Сбавкой в Исполнении (п. 2.3.2. - 2.3.5.).

Пример (Таблица №7).

Таблица №7

Ценность прыжков		
ДВ засчитывается: 0.30	ДВ засчитывается: 0.30	ДВ не засчитывается: 0.00

		
Небольшое отклонение частей тела	Среднее отклонение частей тела	Большое отклонение частей тела
Сбавка в Исполнении 0.10	Сбавка в Исполнении 0.30	Сбавка в Исполнении 0.50

3.1.3 Повтор Прыжков одинаковой формы (п. 2.2.4) не засчитывается, за исключением серии (п. 2.2.8).

3.1.4 Возможно выполнение Прыжков, которые выполняются толчком и приземлением на одну ногу, сериями. Серии Прыжков состоят из 2 или более последовательных одинаковых прыжков, выполняемых с промежуточным шагом или без него (в зависимости от типа Прыжка).

Каждый Прыжок в серии оценивается отдельно.

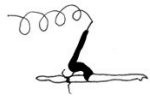
Каждый Прыжок в серии считается как одна Трудность прыжка.

3.1.5 Если гимнастка пытается выполнить серию одинаковых Прыжков с одинаковой работой предмета, но один или более Прыжков серии выполняются с большим отклонением в форме, принцип «серии» не применяется, но все выполненные формы действительны, с соответствующими сбавками в Исполнении, а также в том случае, если Технический элемент предмета не повторяется одинаковым образом.

3.2 Возможно выполнение Прыжка №30, сериями.





Пример Серий Таблица №8.

Таблица №8

Формы Прыжков и Отклонения		
ДВ засчитывается: 0.50	ДВ засчитывается: 0.50	ДВ засчитывается: 0.50
		





Пример 1: отклонения/повторы форм, относящихся к сериям (Таблица №9).

Таблица №9

Формы Прыжков и Отклонения			
DB засчитывается: 0.50	DB засчитывается: 0.50	DB не засчитывается (повторение работы предмета):	DB не засчитывается: повтор
			
Серии			Изолированно
Сбавка в Исполнении			
Отклонение прогиба назад 0.10	Отклонение прогиба назад 0.10	Отклонение прогиба назад 0.50	

Пример 2: отклонения/повторы форм, относящихся к сериям (Таблица №10).


Таблица №10

Формы Прыжков и Отклонения			
DB засчитывается: 0.30	DB засчитывается: 0.50	DB не засчитывается: повтор	DB не засчитывается: повтор
			
Изолированно	Серии		
Сбавка в Исполнении			
Нет сбавки в Исполнении	Отклонение прогиба назад 0.10	Отклонение прогиба назад 0.50	Отклонение прогиба назад 0.10

3.2.1 При выполнении серии, состоящей более чем из 3 Прыжков, для трех первых трудностей Прыжков допускается идентичная (одна и так же) техническая работа предмета, каждый последующий Прыжок должен выполняться с изменением технической работы предмета.






Пример 1: Серия, состоящая более чем из 3 Прыжков (Таблица №11).

Таблица №11

Серия Прыжков:				
DB засчитывается 0.50	DB засчитывается 0.50	DB засчитывает я 0.50	DB засчитывается 0.50	DB засчитывается 0.50
				

Пример 2: Серия, состоящая более чем из 3 Прыжков (Таблица №12).

Таблица №12

Серия Прыжков:				
DB засчитывается 0.50	DB засчитывается 0.50	DB засчитывается 0.50	DB засчитывается 0.50	DB не засчитывается повтор работы 0.00
				

3.3 Отталкивание при Прыжке одной или двумя ногами (если иного не указано в Таблице) считается одной и той же формой.

3.4 Независимо от числа вращений в полете, форма DB может быть выполнена только 1 раз (разное число вращений во время полета одной и той же формы также считается одной и той же формой). Вращение всего тела во время полета оценивается после отрыва от пола толчковой ноги (ног) до касания пола ногой (ногами).

3.5 Для всех Прыжков, включающих вращение(я): ценность Прыжка определяется выполненным вращением(ями). Для Прыжка с вращением менее 180° базовая ценность (без вращения) дается, если она содержится в таблице и правильно выполнена.

3.6 При выполнении трудностей в кольцо: стопа либо другая часть ноги должна иметь положение закрытого кольца. Требуется касание любой части головы, для достижения правильной формы. DB без касания с отклонением

4. РАВНОВЕСИЯ

4.1 ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

4.1.1 Существует 3 типа Трудностей Равновесий (по технике и типу):

1. Равновесия на ноге: на релеве или на полной стопе;

2. Равновесия на других частях тела – колено, грудь и т. д.;

3. Динамические Равновесия – в движении без остановки.

4.1.2 Основные характеристики 3 типов Трудностей Равновесий:

1. Равновесия на ноге (на релеве или на полной стопе):

3.7 При выполнении трудностей с наклоном туловища назад, голова должна касаться ноги. ДВ без касания с отклонением не более 20° засчитывается со Сбавкой в Исполнении (п. 2.3.3.).

Исключение для Прыжков:

Критерий «наклон туловища назад», выполненный с большим отклонением будет наказан Сбавкой в Исполнении, но базовая ценность Прыжка засчитывается, если она содержится в таблице без «наклона назад» и выполнена в соответствии с базовыми характеристиками.

3.8 Прыжки, скомбинированные с более чем 1 главным действием (например, Прыжок подбивной в кольцо), с отталкиванием 1 или 2 ногами, должны выполняться так, чтобы создавать в полете цельный и четко видимый образ определенной фиксированной формы, а не 2 разных образа и формы. Правило 2.3.1 действует при оценивании таких Прыжков.

3.9 Все прыжки, выполняемые со сменой ног, должны быть выполнены с использованием техники, при которой смена ног происходит под телом, а не через сторону или по кругу.

3.10 Прыжки, не скоординированные с минимум 1 Техническим элементом предмета, не будут считаться Трудностью Прыжка.

3.11 В упражнении можно выполнить либо Трудность прыжка № 35 Перекидной прыжок в кольцо непосредственно переходящий, с опусканием на пятку, в удерживаемое равновесие в положении заднего шпагата с помощью, либо Трудность прыжка № 35 Перекидной прыжок в кольцо в поворот в форме заднего шпагата с помощью на 180° и более, но не оба в одном упражнении.

Примечание:

Если базовые 180° во время поворота в форме заднего шпагата с помощью не выполнены, то прыжок № 35 не засчитывается.

3.11.1 При выполнении Трудности прыжка № 35 Перекидной прыжок в кольцо в поворот в форме заднего шпагата с помощью дается надбавка +0.20 к стоимости ДВ за каждые дополнительные 180° во время вращения в форме заднего шпагата с помощью.

3.12 При выполнении Трудностей Прыжков надбавка + 0.10 к базовой стоимости элемента за амплитуду и/или за глубокий наклон.

Примечание:

Надбавка + 0.10 дается при выполнении Прыжков в шпагат при амплитуде более 180° (превышение более чем на 20°).

Надбавка + 0.10 дается при выполнении Прыжков с наклоном туловища назад (так же в кольцо) с глубоким наклоном.

Глубокий наклон - наклон спины назад, при котором голова заходит за пределы линии бедра.


Наклон назад - голова касается любой части бедра.





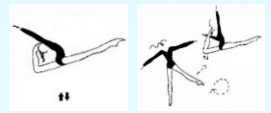
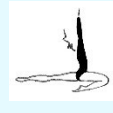
3.13 «Прыжок-Нырок» (Прыжок с туловищем, наклоненным вперед, сразу заканчивающийся кувырком) не считается Трудностью Прыжка, но считается преакробатическим элементом.



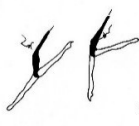

Прыжок-Нырок может быть засчитан с малым или средним отклонением от формы шпагата. При большом отклонении от формы шпагата, оценивается как кувырок.

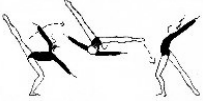





3.14 ТЕХНИКА ОПРЕДЕЛЕННЫХ ТРУДНОСТЕЙ ПРЫЖКОВ
(Таблица №13).

Таблица №13

Разъяснения	
	<p>«Кабриоль» вперед, назад или в сторону. Одна нога поднята вперед, назад или в сторону на 45° от вертикальной оси во время отталкивания. Другая нога (опорная), отрываясь от пола, ударяет по ранее поднятой ноге. В завершение гимнастка приземляется на опорную ногу. Прыжок не засчитывается при выполнении с отталкиванием двумя ногами от пола и/или с приземлением на две ноги.</p>
	<p>Прыжок с прогибом Прыжок может быть выполнен отталкиванием одной или двумя ногами и приземлением на одну или обе ноги. Прогиб туловища назад на 45°, ноги отклонены назад на 45°.</p>
	<p>Прыжок «Ножницы» со сменой ног сзади, в кольцо, с поворотом на 180°. Прыжок с отталкиванием одной ногой, поворот тела на 180° во время полета (выполняется в направлении, противоположном толчковой ноге). Смена ног сзади в кольцо, выполняемое толчковой ногой.</p>
	<p>Прыжок «Щука», ноги вместе или врозь. Прыжок всегда выполняется с наклоном туловища</p>





	<i>вперед над ногами или между ног</i>
	Прыжок «Казак» с разными положениями ног или с поворотом. <i>Стопа согнутой ноги должна доходить до уровня таза, а колено в горизонталь или выше.</i>
	Прыжок «Казак» Жуковой (ZK). <i>Прыжок с прямой ногой сбоку высоко вверх, вся стопа выше головы, с помощью руки, противоположной выпрямленной ноге. Поворот может быть на 360° в сторону, противоположную поднятой ноге.</i>
	Прыжок в шпагат. <i>Положение шпагата 180° требуется в наивысшей точке Прыжка. Шпагат может быть горизонтально, а также засчитывается, если положение 180° удерживается ногами выше или ниже горизонтали. Прыжок в шпагат с отталкиванием одной ногой</i>
 " "	Прыжок в шпагат, толчком с двух ног <i>Положение шпагата 180° требуется в наивысшей точке Прыжка. Шпагат может быть горизонтально.</i> <i>Прыжок в шпагат с отталкиванием двумя ногами, приземление может быть на переднюю ногу или на две ноги или на колено.</i>
 " "	Прыжки Зариповой (ZR) и Аджурджукулезе (AG) <i>Отталкивание и приземление на ту же ногу. Эти Трудности требуют обоих критериев «шпагат» и «кольцо».</i>
	Подбивной Прыжок: отталкивание одной или двумя ногами. <i>Выполняется с максимально согнутой ногой, бедро в горизонталь. Подбивные Прыжки с отталкиванием одной или двумя ногами считаются одной и той же Трудностью тела. Подбив может быть выполнен в</i>





















	<p>горизонталь и также засчитывается, когда положение 180° удерживается с ногами выше или ниже горизонтали.</p>
	<p>Подбивной Прыжок: отталкивание одной или двумя ногами с прогибом туловища назад, так же с кольцом.</p> <p>Выполняется с максимально согнутой передней ногой, бёдра врозь на 180°.</p> <p>Голова должна быть в контакте с ногой. Требуется касание любой части ноги для фиксации правильной формы. Положение подбива может быть в горизонталь и также засчитывается, когда положение 180° удерживается с ногами выше или ниже горизонтали.</p> <p>С кольцом: Нога должна быть в положении замкнутого кольца. Требуется касание любой части головы для фиксации правильной формы.</p> <p>Положение подбива может быть в горизонталь и также засчитывается, когда положение удерживается 180°, с ногами выше или ниже горизонтали. Подбивные прыжки прогнувшись и подбивные прыжки с кольцом с отталкиванием одной или двумя ногами считаются одинаковой Трудностью Тела.</p>
	<p>Прыжок в шпагат со сменой ног.</p> <p>Перед сменой ног передняя нога поднимается минимум на 45°.</p> <p>После видимой смены ног требуется положение шпагата 180° в наивысшей точке прыжка.</p>
	<p>«Фуэте».</p> <p>Смены ног не требуется. Выполняется с поворотом на 180° в полёте, над продольной осью маховой ноги и с приземлением на толчковую ногу.</p>
	<p>«Entrelacé» Перекидной прыжок.</p> <p>Смена ног требуется. Выполняется с поворотом на 180° в полёте, над продольной осью маховой ноги.</p>

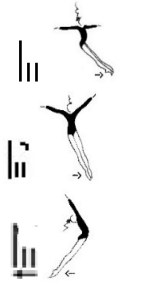





	<p>Прыжок «Баттерфляй». Свободная нога проходит через положение, близкое к горизонтали; толчковая нога проходит через горизонтальное положение. Во время полёта туловище находится близко к горизонтали или ниже горизонтали с поворотом минимум на 180° от отталкивания до приземления.</p>
	<p>Прыжок Крамаренко (KR). Прыжок выполняется отталкиванием двумя ногами и приземлением на обе ноги. Прогиб туловища назад, ноги отклонены назад на 90° (параллельно полу). Ноги могут быть вместе или на ширине плеч.</p>
	<p>«Entrelacé» Перекидной в затяжку. Выполняется с поворотом на 180° в полёте, над продольной осью маховой ноги (во время прыжка положение шпагата не требуется). Захват толчковой ноги в моменте полета, заканчивается равновесием задний шпагат с помощью, на релеве</p>
	<p>«Entrelacé» Перекидной в поворот в затяжку Выполняется с поворотом на 180° в полёте, над продольной осью маховой ноги. ноги (во время прыжка положение шпагата не требуется). Захват толчковой ноги в моменте полета, заканчивается поворотом задний шпагат с помощью, на релеве на 180° и более</p>
	<p>Прыжок в шпагат в кольцо в затяжку. Захват толчковой ноги в моменте полета, заканчивается равновесием задний шпагат с помощью, на релеве</p>
	<p>Прыжок в шпагат с поворотом («Жете ан турнан») с наклоном туловища назад в кольцо. Положение шпагата 180° требуется в наивысшей точке Прыжка. Нога должна быть согнута в положении замкнутого кольца под углом 90° или более. Требуется касание головы бедра задней ноги.</p>








3.15 ТАБЛИЦА №14 ТРУДНОСТЕЙ ПРЫЖКОВ (∧):















Таблица №14



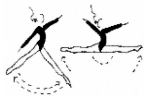
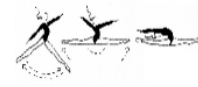


Типы Прыжков	Ценность						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
1. Прыжок, согнув ноги с поворотом в полете на 360° отталкивание 2 ногами	 360°						
2. Ножницы со сменой согнутых ног вперед с 1 поворотом на 360° в полете (кошачий прыжок)	 360°						
3. Прыжок вертикальный с прямыми ногами и поворотом, отталкивание двумя ногами	 360°		 720°				

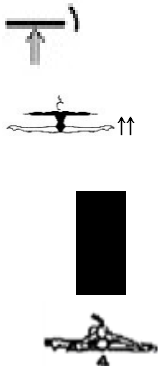
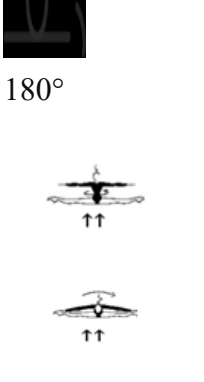

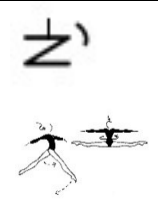


<p>4. Прыжок Пассе с поворотом (свободная нога согнута)</p>	  360°		  720°				
<p>5. Прыжок вертикальный со свободной ногой вперед в горизонталь с поворотом на 180° или 360° в полете, так же в сторону, так же назад, так же аттитюд</p>		  180°   180°   180°   180°	  360°   360°	  360°   360°			



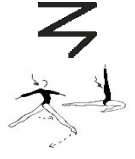
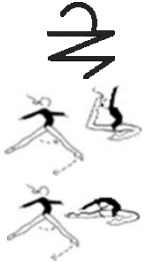


Типы Прыжков	Ценность						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
6. Кабриоль вперед, так же в сторону, так же назад							
7. Ножницы со сменой ног вперед в горизонталь, так же сменой ног назад в горизонтали, на 45° или в кольцо							
8. Прыжок «Щука» , ноги вместе или врозь, отталкивание одной или двумя ногами							
9. Казак , нога вперед горизонтально, или с поворотом или с							








наклоном туловища вперед, также с вращением							
Типы Прыжков	Ценность						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
<p>10. Казак, прямая нога вперед вверх, вся стопа выше головы, с помощью, также с поворотом, так же в сторону с помощью той же стороны, так же с поворотом.</p> <p>Прыжок Жуковой (ZK) с помощью руки с противоположной стороны 360°</p>		 		 	 		



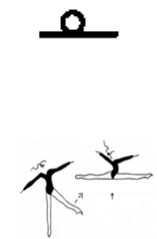



<p>11. Казак, прямая нога вперед вверх, вся стопа выше головы, без помощи, также с поворотом, так же в сторону</p>			 		 		
<p>12. Прыжок в кольцо одной ногой, отталкивание одной или двумя ногами.</p>							
<p>13. Прыжок в шпагат в кольцо или с прогибом, Зариновой (ZR), отталкивание 1 или 2 ногами и приземление на одну и ту же ногу, так же с касанием головой бедра</p>			 	  		<p>ZR</p>	










Типы Прыжков	Ценность						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
<p>14. Два или три последовательных прыжка в шпагат со сменой толчковой ноги. Оценивается как одна ДВ.</p>					<p>2 —</p> 		<p>3 —</p> 
<p>15. Прыжок в шпагат со сменой прямых ног, также с кольцом/прогибом назад</p>					<p>2</p> 		<p>3</p> 
<p>16. Прыжок в шпагат со сменой согнутых ног, также с кольцом/прогибом назад</p>				<p>1</p> 		<p>2</p> 	












<p>17. Прыжок в боковой шпагат, отталкивание одной или двумя ногами, также с наклоном туловища вперед, также с поворотом</p>					 <p>180°</p>		
<p>18. Прыжок в боковой шпагат со сменой ног, также с прямыми ногами (с поворотом на 90°)</p>							
<p>Типы Прыжков</p>	Ценность						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
<p>19. Прыжок подбивной, отталкивание одной или двумя ногами, также в кольцо, также с наклоном туловища назад</p>							





<p>20. Прыжок подбивной, отталкивание одной или двумя ногами с поворотом тела.</p> <p>Прыжок Бессоновой (BS), с одной ноги, также в кольцо, также с наклоном туловища назад.</p>				 <p>180°</p>		 <p>180°</p>	
<p>21. Прыжок подбивной со сменой прямых ног, также в кольцо, с наклоном туловища назад.</p>							
<p>22. Фуэте – нога в горизонталь, или с большей амплитудой – также в кольцо / с прогибом назад</p>							

<p>23. Фуэте с Кабриолем, с подбивом или в кольцо / с прогибом назад</p>							
<p>Типы Прыжков</p>	Ценность						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
<p>24. Entrelace Перекидной прыжок– ноги в горизонталь или с большой амплитудой, также в кольцо / с прогибом назад</p>							
<p>25. Прыжок подбивной с поворотом, также в кольцо, с наклоном туловища назад</p>							

<p>26. Прыжок подбивной с поворотом со сменой прямой ноги, также в кольцо, с наклоном туловища назад</p>							
<p>27. Прыжок в шпагат с поворотом («Жете ан турнан»), с наклоном туловища назад, а также в кольцо с наклоном туловища назад. Аджурджукулезе (AG) Прыжок в шпагат с поворотом в кольцо, отталкивание и приземление на одну и ту же ногу.</p>							

Типы Прыжков	Ценность						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
28. Прыжок в шпагат с поворотом со сменой ног, также в кольцо, с наклоном туловища назад							0.80
							  
29. Прыжок «Баттерфляй» с Поворотом мин. 180°. от отрыва до приземления					 		
30. Прыжок со сменой прямых или согнутых ног непосредственно переходящий (в момент приземления первой ноги) положении переднего шпагата с наклоном туловища назад					 или 		

31. Прыжок Кабаевой (КВ) с приземлением на пол							КВ 
32. Прыжок Крамаренко (KR) прогнувшись с прямыми ногами, ноги могут быть на ширине плеч, с наклоном туловища назад; также с приземлением на пол			⇈				0.80 KR  ⇈ с приземлением на колени
Типы Прыжков	Ценность						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
33. Прыжок в шпагат, толчком с двух ног, так же в кольцо также с наклоном туловища назад, с «отталкиванием обеими ногами»				  ⇈	  ⇈	  ⇈	  ⇈

<p>34. Прыжок Револьтад 180° – проход прямой ноги над другой ногой в полете</p>							
<p>35. Entrelace Перекидной прыжок в кольцо непосредственно переходящий, с опусканием на пятку, в удерживаемое равновесие в положении заднего шпагата с помощью, так же в поворот в форме заднего шпагата с помощью</p>							<p style="text-align: center;">0.90</p>  <p style="text-align: center;">180°</p>
<p>36. Прыжок в шпагат в кольцо непосредственно переходящий, с опусканием на</p>							

пятку, в удерживаемое равновесие в положении заднего шпагата с помощью							
--	--	--	--	--	--	--	--

определяется выполненным вращением(ями). Для прыжка с менее 180° базовая ценность (без вращения) дается, если она соблюдена в таблице и правильно выполнена.

3.6 При выполнении трудностей в кольцо: стопа либо другая

4. РАВНОВЕСИЯ должна иметь положение закрытого кольца. Требуется касание лопатки, для достижения правильной формы. ДВ без касания с опорой

4.1 ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ не более 20° засчитывается со Сбавкой в Исполнении (тип 2.3.3.)

4.1.1 Существует 3 типа Трудностей Равновесий (по технике и типу опоры):

опоры):

1. Равновесия на ноге: на релеве или на полной стопе;

2. Равновесия на других частях тела – колено, грудь и т. д.;

3. Динамические Равновесия – в движении без остановки.

4.1.2 Основные характеристики 3 типов Трудностей Равновесий:

1. Равновесия на ноге (на релеве или на полной стопе):

имеют определенную и четко фиксируемую форму;

положение остановки минимум на 1 секунду с фиксацией формы.

2. Равновесия на других частях тела (колено, грудь):

имеют определенную и четко фиксируемую форму с положением остановки;

положение остановки минимум на 1 секунду с фиксацией формы.

3. Динамические Равновесия – в движении без остановки:

имеют определенную и четкую форму – все части тела в правильном положении в определённый момент времени;

исполняются мягкими плавными движениями от одной формы к другой.

4.1.3 Равновесия, выполненные без четко определяемой формы, соответствующей дефиниции в Таблице Трудностей Равновесий, будут оцениваться с идентифицируемой формой с соответствующей Сбавкой в Исполнении.

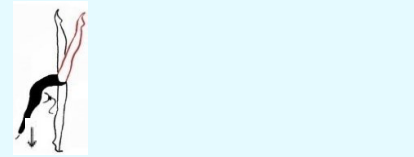
Разъяснение:

Если гимнастка выполняет Трудность Равновесия с малым или средним отклонением от правильной формы, то эта форма, тем не менее, признаётся «определённой»/ «узнаваемой» и может быть оценена с Технической Сбавкой(ами) в Исполнении (п. 2.3.2- 2.3.5.).

Пример 1 (Таблица №15).

Таблица №15

Формы Равновесий и Отклонения		
Равновесие передний шпагат с наклоном туловища назад с фиксацией мин.1 сек		
ДВ засчитывается: 0.60	ДВ засчитывается: 0.60	ДВ не засчитывается: 0.00

		
Небольшое отклонение частей тела (поднятая нога)	Среднее отклонение частей тела (поднятая нога)	Большое отклонение частей тела (поднятая нога)
Сбавка в Исполнении 0.10	Сбавка в Исполнении 0.30	Сбавка в Исполнении 0.50

Пример 2 (Таблица №16).

Таблица №16

Формы Равновесий и Отклонения				
Пиктограмма		Отклонение	Сбавка в Исполнении	Ценность
1		Маленькое отклонение частей тела (поднятая нога)	0.10	ДВ засчитывается
2		Маленькое отклонение частей тела (поднятая нога)	0.10	ДВ засчитывается
3		Маленькое отклонение частей тела (поднятая нога и голова)	0.10+0.10	ДВ засчитывается
4		Маленькое отклонение частей тела (поднятая нога) Среднее отклонение частей тела (туловище)	0.10+0.30	ДВ засчитывается
5		Среднее отклонение частей тела (поднятая нога и туловище)	0.30+0.30	ДВ засчитывается
6		Большое отклонение туловища (ни в вертикали, ¹¹⁶ ни в горизонтали)	0.50	ДВ не засчитывается

5.1. ОБЩИЕ ПРАВИЛА
5.1.1. Базовые элементы Трудностей Брусьев и Равновесия, выполняемые на стопе (на релее и на полупальцах опорной ноги (на релее))
 1. Вращения на пальцах опорной ноги (на релее).
 2. Вращения на других частях тела.

Разъяснение:

Pivot (Поворот) – Трудность Вращения, выполняемая на полупальцах (релее) опорной ноги. Это вращение должно выполняться на высоком релее. При выполнении на низком релее Трудность засчитывается +

4.1.4.1 Фиксация Трудности Равновесия должна быть выполнена четко, без дополнительных движений тела и ног во время фиксированного положения (ног и туловища). Если во время фиксированного положения происходит потеря равновесия без перемещения, например «дрожание» опорной ноги, движение голеностопа во время релеве или поднятие части опорной стопы, то Трудность засчитывается с соответствующей Сбавкой(ами) в Исполнении.

4.1.4.2 Если форма Равновесия хорошо читается и элемент предмета выполнен правильно (Пример: боковой шпагат без помощи с отбивом мяча во время представленной формы), но положение остановки не читается (менее, чем 1 секунда), то Равновесие засчитывается со Сбавкой в Исполнении (0.30 – «форма не удержана минимум 1 секунду»).

4.1.4.3 Если положение остановки совсем не читается (маховое движение), то Равновесие не засчитывается (серьезное изменение базовой характеристики). Сбавка в Исполнении 0.30.

4.1.5 Равновесия, не скоординированные с минимум 1 техническим элементом предмета, не засчитываются как Трудности.

4.1.6 При выполнении 2 Технических элементов предмета на одном Равновесии на релеве с фиксацией мин. 1 сек. дается надбавка + 0.10 к базовой стоимости элемента.

4.1.7 Равновесия на ноге могут выполняться на релеве, или на полной стопе. На полной стопе Трудность снижается на 0.20, а символ включает стрелку: ↓.

4.1.8 Одни и те же формы Равновесий в упражнении нельзя выполнять на релеве и на полной стопе.

4.1.9 Опорная нога (прямая или согнутая) не меняет ценность Трудности Равновесия.

Примечание:

Опирается на опорную ногу или удерживать опорную ногу рукой (руками) или предметом нельзя: ДВ не будет засчитана (существенное изменение базовых характеристик; дефиниция формы). Допускается только легкое прикосновение.

4.1.10 Во всех Трудностях Равновесия с кольцом стопа или другая часть ноги должны быть в положении замкнутого кольца. Требуется касание любой части головы для фиксации правильной формы. ДВ без касания с отклонением не более 20° будут засчитаны со Сбавкой в Исполнении (п. 2.3.3.).

4.1.11 Во всех Трудностях Равновесия с наклоном туловища назад голова должна касаться ноги. Требуется касание любой части ноги. ДВ без

касания с отклонением не более 20° будут засчитаны со Сбавкой в Исполнении (п. 2.3.3.).

4.1.12 При выполнении Трудностей Равновесий дается надбавка + 0.10 к базовой стоимости элемента за амплитуду и/или за глубокий наклон.

Примечание:

Надбавка + 0.10 дается при выполнении Равновесий в шпагат при амплитуде более 180° (превышение более чем на 20° , на протяжении всей трудности, не маховое движение).

Надбавка + 0.10 дается при выполнении Равновесий с наклоном туловища назад (так же в кольцо) с глубоким наклоном.

Глубокий наклон - наклон спины назад, при котором голова заходит за пределы линии бедра.

Наклон назад - голова касается любой части бедра.

При выполнении Динамической Трудности ВТ дается надбавка +0.10 к базовой стоимости элемента (один раз) за превышение амплитуды в любой из форм шпагата.

4.2 РАВНОВЕСИЕ С ТУРЛЯНОМ

В упражнении возможно выполнение Равновесия с «Турляном» с соблюдением следующих требований: «Турлян» на 180° или более.

В упражнении могут быть неограниченное количество трудностей равновесия с «Турляном». Эти Трудности должны иметь разные формы.

«Турлян» возможен для разных форм Равновесий, выполненных на стопе, за исключением положения «Казак» и положений на колене.

4.2.1 Ценность Равновесия с «Турляном»:

4.2.2 Трудность Равновесия с турляном начинается с четко фиксированной формы.

При выполнении турляна на полной стопе на 180° дается надбавка +0.20.

При выполнении турляна на полной стопе на 360° дается надбавка +0.30.

При выполнении турляна на полупальце на 180° дается надбавка +0.30.

При выполнении турляна на полупальце на 360° дается надбавка +0.50.

При выполнении турляна на полупальце в форме шпагата без помощи рук на 180° дается надбавка + 0.40.

При выполнении турляна на полупальце в форме шпагата без помощи рук на 360° дается надбавка +0.60.

При выполнении турляна на всей стопе в форме переднего шпагата с наклоном туловища назад на 180° дается надбавка + 0.70.

При выполнении турляна на всей стопе в форме переднего шпагата с наклоном туловища назад на 360° дается надбавка + 1.00.

4.2.3 «Турлян» должен выполняться только после того, как начальное положение Трудности будет зафиксировано, и с не более чем $\frac{1}{4}$ оборота при каждом импульсе. Вращение, которое возникает от одного общего импульса, приводит к аннулированию ценности Трудности. Во время выполнения Трудностей с «Турляном» тело не должно «колебаться» (т.е. без движения тела и плеч вверх-вниз). Равновесие с неправильно выполненным «Турляном» не засчитывается. «Турлян» не считается вращением тела.

4.2.4 Повторы равновесий одной и той же формы с «Турляном» или без него не засчитываются.

4.3 ДИНАМИЧЕСКИЕ РАВНОВЕСИЯ

Динамические равновесия выполняются плавными последовательными движениями с переходом одной формы в другую без необходимости положения остановки в любой части Равновесия. Если Динамическое Равновесие выполнено с положением остановки, то Трудность засчитывается (нет Сбавки).

4.3.1 Трудности Динамических Равновесий должны выполняться минимум с 1 техническим элементом предмета в любой фазе Трудности (дефиницию см. в Таблице Трудностей Равновесий).

4.3.2 ДИНАМИЧЕСКОЕ РАВНОВЕСИЕ БАТЫРШИНА (ВТ)

4.3.2.1 В упражнении может быть выполнен только один элемент ВТ из представленных: № 28 ВТ2; № 28 ВТ3; № 29 ВТ↓ на коленях; № 29 GRH.

4.3.2.2 При выполнении динамического равновесия №28 ВТ2 или ВТ3 на релеве (во всех формах) дается надбавка +0.10.

4.3.2.3 При выполнении динамического равновесия №28 ВТ2 или ВТ3 на подъемах (во всех формах) дается надбавка +0.20.

4.3.2.4 При выполнении дополнительного вращения на 180° в форме переднего шпагата с наклоном в элементе №28 ВТ2 или ВТ3 дается надбавка +0.20.

4.3.2.5 При выполнении дополнительного вращения на 180° в форме заднего шпагата с помощью в элементе №28 ВТ2 или ВТ3 дается надбавка +0.10.

Примечание:

Если базовые 180° при выполнении дополнительного вращения в элементе ВТ2 или ВТ3 не выполнены, элемент не засчитывается.

4.3.2.6 Если Равновесие № 29 (ВТ↓ на коленях; или GRH) скомбинирован с перекатом на грудь, обязательна фиксация второй формы

(форма переднего шпагата с наклоном на колене). Если вторая форма выполнена без фиксации (промахом), элемент не засчитывается.

4.3.3 ДИНАМИЧЕСКОЕ РАВНОВЕСИЕ № 15 ГИЗИКОВА (GZ)

4.3.3.1 При выполнении динамического равновесия № 15 GZ на всей стопе базовая стоимость элемента понижается на 0.20.

4.3.4 ДИНАМИЧЕСКОЕ РАВНОВЕСИЕ № 27 ФУЭТЕ

4.3.4.1 Равновесие Фуэте является одной Трудностью Равновесия, которая состоит из:

минимум 3 одинаковых или разных форм, выполняемых на релеве с опорой на пятку между каждой формой;

каждая форма должна быть показана с чётким акцентом (чёткое положение);

с помощью рук или без помощи рук;

минимум с 1 поворотом на 90°, 180° или 270°.

4.3.4.2 Возможен повтор одной и той же формы в одном Равновесии Фуэте, но нельзя повторять любые из этих Равновесий позднее в том же самом упражнении.

4.3.4.3 Каждое упражнение может содержать максимум 1 Равновесие Фуэте: или 0.40 или 0.30. Второе Фуэте не оценивается, независимо от ценности (нет сбавки)

4.3.4.4 При выполнении фиксации минимум 1 сек. в 2х и более формах на релеве в Равновесии Фуэте (нога выше горизонтали для мин. 2 форм + мин. 1 Поворот ценностью 0.40) дается надбавка + 0.20 к базовой стоимости элемента.

4.3.4.5 Равновесие Фуэте №27 должно быть скомбинировано минимум с 2 техническими элементами предмета в любой фазе Трудности. Технические элементы предмета должны быть разными.

Разъяснение:

Если во время Равновесия Фуэте гимнастка выполняет одно из Равновесий с вращением, то Трудность не засчитывается, поскольку каждая форма Равновесия должна быть показана с чётким акцентом (чёткое положение).

4.3.5 РАВНОВЕСИЕ № 5 ПЕРЕДНИЙ ШПАГАТ БЕЗ ПОМОЩИ НАКЛОН ТУЛОВИЩА НАЗАД НИЖЕ ГОРИЗОНТАЛИ ИЗ ПОЛОЖЕНИЯ СТОЯ

4.3.5.1 При выполнении Равновесия № 5 Передний шпагат без помощи наклон туловища назад ниже горизонтали из положения сидя на полу дается надбавка +0.10 к базовой стоимости элемента.

4.3.5.2 Если в Равновесии № 5 не выполняется требование фиксации четкой формы минимум 1 секунду, то элемент засчитывается как Динамическое равновесие. Базовая стоимость элемента понижается -0.20. Стоимость Динамического равновесия №5 без фиксации = 0.4.

4.3.5.3 Если во время Равновесия № 5 гимнастка держится рукой за опорную ногу или выполняет передачу предмета за опорной ногой, дается надбавка +0.10 к базовой стоимости элемента.

4.3.6 ДИНАМИЧЕСКОЕ РАВНОВЕСИЕ № 18 БОКОВОЕ ВРАЩЕНИЕ, ПРОХОД ЧЕРЕЗ МОСТИК С ВЫХОДОМ В РАВНОВЕСИЕ ПЕРЕДНИЙ ШПАГАТ С НАКЛОНОМ С ФИКСАЦИЕЙ НА РЕЛЕВЕ

4.3.6.1 При выполнении дополнительного вращения на 180° в форме переднего шпагата с наклоном в элементе № 18 дается надбавка +0.20 к базовой стоимости равновесия. Если гимнастка выполняет вращение менее 180° , весь элемент не засчитывается.

Примечание:

Динамическое равновесие № 18 является преакробатическим элементом и входит в число 3 максимальных преакробатических элементов, используемых в упражнении.

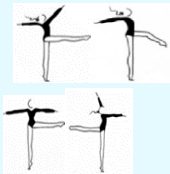
4.3.7 РАВНОВЕСИЯ НА ДРУГИХ ЧАСТЯХ ТЕЛА



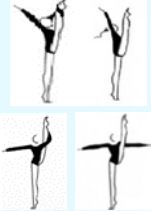





4.3.7.1 При выполнении дополнительного вращения на 180° в форме равновесия на груди с помощью №24 Кабаева (КВ) и в форме равновесия Лёжа на полу с подъёмом туловища с переходом на грудь №25 дается надбавка 0.10 к базовой стоимости элемента.




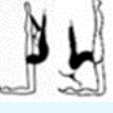

4.3.8 Симметричное положение плеч и туловища во время Трудностей Равновесия – очень важный аспект техники тела в смысле здоровья гимнасток; асимметричные положения наказываются сбавками в Исполнении за «неправильное положение частей тела».

4.4 ТЕХНИКА ОПРЕДЕЛЁННЫХ ТРУДНОСТЕЙ РАВНОВЕСИЙ (Таблица №17).

Таблица №17

Разъяснения	
	<p><i>Свободная нога горизонтально вперед (прямая или согнутая) в сторону или назад (Арабеск).</i></p> <p><i>Горизонтальное положение свободной ноги (бедра) и максимально вертикальное положение тела должны быть четко зафиксированы</i></p>

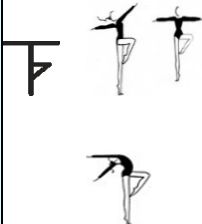
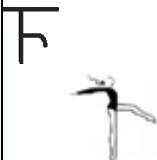

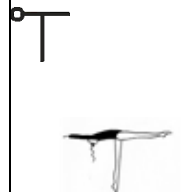


	<p>Аттитюд. Свободная нога (бедро) должна находиться в фиксированном горизонтальном положении, а тело – в вертикальном</p>
	<p>Свободная нога горизонтально в сторону с туловищем в горизонтальном положении. Свободная нога горизонтально назад с туловищем вперед по горизонтали. Горизонтальное положение рук, головы, туловища, таза и свободной ноги (или свободная нога немного выше горизонтали) должно быть зафиксировано, с удерживанием тела прямо, без прогиба назад</p>
	<p>Передний шпагат с помощью и без помощи. Боковой шпагат с помощью и без помощи. Требуется шпагат.</p>
	<p>Задний шпагат с помощью. Требуется шпагат; касание НЕ требуется</p>
	<p>Кольцо с помощью или без помощи. Требуется замкнутое кольцо, любая часть ноги должна касаться головы, шпагат не требуется.</p>
	<p>Нога на плече, с помощью или без помощи рук (нога удерживается с помощью подбородка). Требуется шпагат. Стопа или голень на плече удерживается с помощью или без помощи рук (нога удерживается с помощью подбородка)</p>
	<p>Равновесие Передний шпагат без помощи, туловище назад ниже горизонтали из положения стоя или положения сидя. Требуется шпагат.</p>
	<p>Равновесие Кабаевой (КВ) на груди с помощью или без помощи. Голова и плечи не касаются пола. Ноги прямые – они могут быть вместе или слегка врозь.</p>







	<p>Полная Волна тела от пола. Эту Волну можно выполнять с наклоном туловища назад или без наклона (обе техники правильны).</p>
	<p>Равновесия Батыршиной VT2 или VT3. Выполняется плавными и непрерывными движениями; положение остановки не требуется. Требуется положение шпагата в каждой фазе элемента. Опорная нога прямая. Равновесия могут выполняться как на релеве, на полной стопе так и полностью на подъемах.</p>
	<p>Равновесие Грохотовой (GRH) на колено. Выполняется плавными и непрерывными движениями; положение остановки не требуется. Требуется положение шпагата в каждой фазе элемента. Опорная нога в первой форме прямая, при переходе на колено опорная нога сгибается. В Равновесии передний шпагат с наклоном туловища назад форма равновесия без помощи рук. Если элемент соединен с перекатом на грудь, необходимо показать четкую фиксированную форму (не промах) во второй фазе элемента.</p>
	<p>Равновесие Батыршиной (BT) ↓ на колене. 2 формы на колене: нога назад с помощью переход в передний шпагат с наклоном туловища назад. Выполняется плавными и непрерывными движениями; положение остановки не требуется. Требуется положение шпагата во второй фазе элемента. В Равновесии передний шпагат с наклоном туловища назад форма равновесия без помощи рук. Если элемент соединен с перекатом на грудь, необходимо показать четкую фиксированную форму (не промах) во второй фазе элемента.</p>
	<p>Равновесие Чащиной (TCH). Постепенное плавное сгибание опорной ноги и переход на колено. Выполняется с четкой фиксацией первой формы Боковой шпагат без помощи и второй формы на колене нога в сторону, стопа выше головы.</p>










	<p>Равновесие Задний шпагат с помощью и плавный переход на колено опорной ноги в равновесие на колене нога назад с помощью.</p> <p><i>Постепенное плавное сгибание опорной ноги и переход на колено. Выполняется с четкой фиксацией первой формы Задний шпагат с помощью и второй формы на колене нога назад с помощью.</i></p>
	<p>Боковое вращение с выходом в Равновесие передний шпагат с наклоном с фиксацией на релеве.</p> <p><i>Выполняется плавным переходом через мостик с выбросом ноги вверх в форму равновесия передний шпагат с наклоном, выполняется на релеве.</i></p>
	<p>Переход из положения шпагат в равновесие на колене.</p> <p><i>Выполняется плавными непрерывными движениями от одной формы к другой из положения шпагат в форму равновесия на колене. Можно выполнить только один переход в упражнении. Следующий переход не будет оценен, сбавки нет.</i></p>





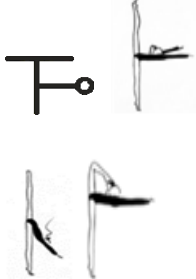


4.5 ТАБЛИЦА № 18 ТРУДНОСТЕЙ РАВНОВЕСИЙ (Т):

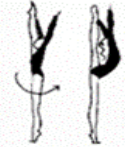
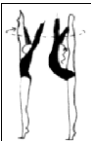


Таблица №18

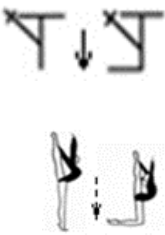
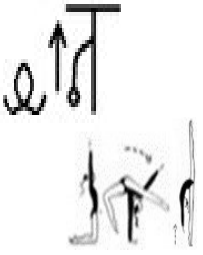
Типы Равновесий	Ценность						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
1. Пассе вперед или в сторону (горизонтальная позиция), или с наклоном верхней части спины и плеч назад							
2. Свободная нога горизонтально вперед (выпрямленная или согнутая на 30° – положение) и/или тело назад в горизонтальном положении							
3. Передний шпагат с помощью и без помощи							








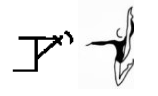


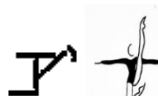
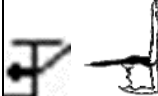
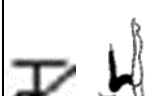
							
4. Передний шпагат с помощью и без помощи, наклон туловища назад в горизонталь				ॐ 		ॐ 	
5. Передний шпагат без помощи, наклон туловища назад ниже горизонтали из положения стоя						ॐ 	
Типы равновесий	Ценность						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
6. Свободная нога в сторону в горизонталь и/или туловище в сторону в горизонталь			ॐ 				

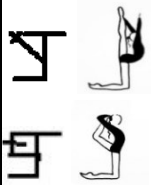
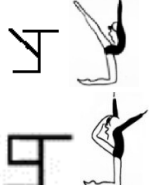
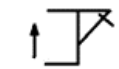





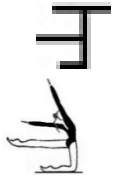

<p>7. Боковой шпагат с помощью и без помощи</p>							
<p>8. Боковой шпагат с помощью и без помощи, туловище в сторону в горизонталь</p>							
<p>9. Арабеск: свободная нога горизонтально назад (также с прогибом назад) и/или туловище вперед в горизонтальном положении</p>							
<p>10. Задний шпагат с помощью, стопа выше головы без помощи</p>							

11. Аттитюд, кольцо с помощью / кольцо без помощи, или Аттитюд, наклоном туловища назад							
Типы Равновесий	Ценность						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
12. Задний шпагат с помощью и без помощи, наклон туловища вперед в горизонталь или ниже							
13. Нога на плече, с помощью или без помощи рук (нога удерживается с помощью					 Без помощи рук		






подбородка)							
14. Равновесие Капановой (КР) – передний шпагат с помощью, полуоборот туловища в задний шпагат с помощью					КР  или наоборот		
15. Равновесие Гизиковой (GZ) - передний шпагат с помощью, перевод свободной ноги назад в равновесие заднего шпагата с помощью или без помощи руки на полупальце					GZ  или наоборот	GZ 	
16. Равновесие Чащиной (ТСН) - боковой шпагат без помощи и плавный переход на колено					ТСН 		



опорной ноги в равновесие на колене боковой шпагат без помощи							
Типы равновесий	Ценность						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
17. Равновесие Араповой (ARP) Задний шпагат с помощью и плавный переход на колено опорной ноги в равновесие на колене нога назад с помощью							
18. Боковое вращение, проход через мостик с выходом в Равновесие передний шпагат с наклоном с фиксацией на релеве, так же с							

<p>вращением на 180° и более</p>							
<p>19. Казак – свободная нога горизонтально. Казак – свободная нога вперед, стопа выше головы с помощью или без помощи</p>	 	 	 				
<p>Равновесия, выполняемые на колене</p>							
<p>20. На колене: нога вперед или в сторону, стопа выше головы с помощью или без помощи, также с наклоном туловища назад горизонтально или ниже</p>	  	 		 			
<p>Типы равновесий</p>	<p>Ценность</p>						



	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
21. На колене: нога назад или кольцо свободной ноги, стопа выше головы с помощью или без помощи							
22. Переход из положения шпагат в равновесие на колене: стопа выше головы с помощью или без помощи, или с наклоном туловища назад горизонтально или ниже			 	 	 		
23. На колене: свободная нога назад в горизонталь, с наклоном туловища назад							

горизонтально							
Равновесия, выполняемые на разных частях тела							
24. Лежа на полу с подъёмом туловища. Равновесие Кабаевой (КВ) на груди с помощью и без помощи					6 		КВ 
25. Переход из положения лежа с подъемом туловища к груди							
Типы Равновесий	Ценность						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
26. Переход из положения на коленях в положение стоя, через релеве, с							

прогибом назад или без него							
Динамические Равновесия							
<p>27. Фуэте, состоит из минимум 3 одинаковых или разных форм. Оценивается как одна ДВ.</p>			 <p>Нога в горизонталь для мин. 2 форм + мин. 1 Поворот</p>	 <p>Нога выше горизонтали для мин. 2 форм + мин. 1 Поворот</p>			
<p>28. Равновесие Батыршиной (ВТ2) – 2 формы: из заднего шпагата с помощью в передний шпагат с наклоном туловища назад, с окончанием на другой ноге.</p> <p>Равновесие Батыршиной (ВТ3) – 3 формы: из заднего шпагата</p>					<p>ВТ₂</p>  <p>или наоборот</p> 	<p>ВТ₃</p>  <p>или наоборот</p>	

<p>с помощью в передний шпагат с наклоном туловища назад, с окончанием на другой ноге и возвратом к первой форме.</p>							
<p>Типы Равновесий</p>	Ценность						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
<p>29. Равновесие Батыршиной (BT) ↓ на колене – 2 формы на колене: задний шпагат с помощью переход в передний шпагат с наклоном туловища назад или</p> <p>Равновесие Грохотовой (GRH) – 2 формы: из</p>						<p>BT ↓</p> 	<p>GRH</p> 

заднего шпагата с помощью в передний шпагат с наклоном туловища назад на колене.							
--	--	--	--	--	--	--	--

		туловище)		засчитывается
6		Большое отклонение туловища (ни в вертикали, ¹¹⁶ ни в горизонтали)	0.50	DB не засчитывается

5.1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

5.1.1 Все Трудности Равновесия должны выполняться минимум с 1 Техники 2-го уровня Трудностей Равновесия, выполняемые на стопе (наращивая на полупальцы опорной ноги (на релее) и на носке (на релее)) тела, должны

2. Вращения на других частях тела.

Разъяснение:

Pivot (Поворот) – Трудность Вращения, выполняемая на полупальцах (релее) опорной ноги. Это вращение должно выполняться на высоком релее. При выполнении на низком релее Трудность засчитывается + применяется Сбавка в Исполнении, может выполняться по ходу - En dedans (в направлении опорной ноги) или против хода - En dehors (в противоположном направлении). Эти Повороты, выполненные в одном и другом направлениях, считаются одинаковыми Трудностями.

5.1.2 Все Трудности Вращений должны иметь следующие базовые характеристики:

Иметь фиксированную и хорошо определенную форму;

Минимальное базовое вращение с представленной формой 360°, если иного не указано в таблице;

Опорная нога (прямая или согнутая) не меняет ценность Трудности.

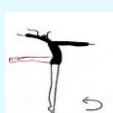


Примечание:

Хорошо определяемая форма означает правильную форму, фиксируемую во время минимального базового вращения (360° или 180°).

Трудности Вращения без чётко определяемой формы (в соответствии с дефиницией Таблицы Трудностей Вращений) или не зафиксированные, не будут оценены как Трудности + Сбавка в Исполнении (п. 2.3.2 - 2.3.5.).

Примеры (Таблица №19).

Таблица №19

Ценность Поворотов		
База DB засчитана: 0.30	База DB засчитана: 0.30	База DB не засчитана: 0.00
		
Небольшое отклонение частей тела	Среднее отклонение частей тела	Большое отклонение частей тела
Сбавка в Исполнении 0.10	Сбавка в Исполнении 0.30	Сбавка в Исполнении 0.50

5.1.3 Вращение будет засчитано с момента, как только будет показана хорошо определяемая форма, до момента, когда гимнастка начнет выход из этой формы. После того, как заканчивается хорошо определяемая форма или представлена форма с большим отклонением, дальнейшие вращения не оцениваются.

5.1.4 В Поворотах на релеве дополнительные вращения должны быть выполнены без опоры на пятку. При опоре на пятку дальнейшие вращения не оцениваются.

Разъяснения:

Если во время Поворота (который выполняется на релеве) гимнастка опирается на пятку во время части вращения: если выполненное вращение меньше, чем требуемое базовое вращение, то Трудность не засчитывается. Если выполненное вращение больше, чем требуемое базовое вращение и Технический элемент предмета уже выполнен, то ценность вращений, уже выполненных до опоры, будет засчитана.

Для вращений, выполняемых с подпрыгиванием/соскальзыванием: последующие вращения будут оценены с соответствующей Сбавкой в Исполнении.

5.2 Ценность Трудности Вращения увеличивается на 0.10 для каждого дополнительного вращения свыше базовых 360° для:

Поворотов с базовой ценностью 0.10;

Вращения на другой части тела (№23 RLN, №24).

5.3 Ценность Трудности Вращения увеличивается на 0.20 для каждого дополнительного вращения при выполнении Трудностей Вращений с базовым вращением 180°.

5.4 Ценность Трудности Вращения увеличивается на 0.20 для каждого дополнительного вращения свыше базовых 360° для:

Ценность Поворота с базовой ценностью 0.20 и более увеличивается на 0.20 при вращении на 720°;

Ценность Поворота при вращении свыше 720° увеличивается на 0.30 за каждое дополнительное вращение.

Пример:

Ценность поворота в аттитюд на 360° = 0.30,

Ценность поворота в аттитюд на 720° = 0.50,

ценность поворота в аттитюд на 1080° = 0.80 и т.д.

5.5 ВРАЩЕНИЕ №13 ЗАДНИЙ ШПАГАТ БЕЗ ПОМОЩИ, ГОРИЗОНТАЛЬНОЕ ПОЛОЖЕНИЕ ТУЛОВИЩА / НИЖЕ ГОРИЗОНТАЛИ / САКУРА

5.5.1 Вращение №13 может выполняться на релеве, на полной стопе или с комбинацией релеве и полной стопы.

5.5.2 Независимо от релеве / полной стопы, это оценивается как одна Трудность и может быть использована только один раз в упражнении в одной форме.

5.5.3 Ценность Поворота, независимо от релеве / полной стопы, увеличивается на 0.10 для каждого дополнительного вращения свыше базовых 360°.

5.5.4 Ценность Поворота при вращении свыше 1080° увеличивается на 0.20 за каждое дополнительное вращение.

Пример:

Ценность поворота в Заднем шпагате без помощи на 360° = 0.50;

Ценность поворота в Заднем шпагате без помощи на 720° = 0.60;

Ценность поворота в Заднем шпагате без помощи на 1080° = 0.70;

Ценность поворота в Заднем шпагате без помощи на 1440° = 0.90;

Ценность поворота в Заднем шпагате без помощи на 1800° = 1.10, и т.д.

5.6 ВРАЩЕНИЯ НА ДРУГОЙ ЧАСТИ ТЕЛА

5.6.1 Ценность Трудности Вращения на другой части тела №25 KN или ASH увеличивается на 0.20 для каждого дополнительного вращения свыше базовых.

5.6.2 При выполнении Вращения на груди KN №25 без помощи руки, базовая стоимость трудности увеличивается на 0.20.

5.6.3 За дополнительное вращение в Трудности №26 в шпагате с помощью без прерывания с наклоном вперед, так же с наклоном назад надбавки нет.

5.7 ВРАЩЕНИЕ КАБАЕВОЙ (KB) №14 ПЕРЕДНИЙ ШПАГАТ, ТУЛОВИЩЕ ПРОГНУТО НАЗАД НИЖЕ ГОРИЗОНТАЛИ ИЗ ПОЛОЖЕНИЯ СТОЯ, ТАК ЖЕ ВРАЩЕНИЕ КРАМАРЕНКО (KR) СВОБОДНАЯ НОГА СОГНУТА

5.7.1 При выполнении Поворота №14 KB или KR из положения сидя дается надбавка 0.10 к базовой стоимости, и добавляется значок ↑.

5.7.2 При выполнении передачи предметом за опорной ногой во всех элементах с вращением, в которых присутствует форма переднего шпагата с помощью (№ 14 KB или KR, №17 TR, №16 GR, ARP № 21, SLD № 22) дается надбавка 0.10 к стоимости элемента. (Передача должна быть выполнена в момент формы передний шпагат с помощью).

5.8 СЕРИЯ ПОВОРОТОВ:

5.8.1 Серия Поворотов состоит из 2 или более последовательных одинаковых Поворотов, выполняемых один за другим без перерыва и с опорой на пятку:

Каждый Поворот в серии оценивается отдельно.

Каждый Поворот в серии считается одной Трудностью.

5.8.2 При выполнении серии поворотов дается надбавка 0.10 к базовой стоимости поворота за каждое последующее вращение.

5.8.3 При выполнении серии, состоящей более чем из 3 Поворотов, для трех первых трудностей Поворотов в Серии допускается идентичная (одинаковая) техническая работа предмета, каждый последующий Поворот должен выполняться с изменением технической работы предмета.

Исключение:

Комбинация одинаковых «Фуэте», которая считается одной Трудностью.


5.8.4 Если гимнастка выполняет серию Поворотов и 1 или более Поворотов в серии выполняются с большим отклонением в форме, принцип «серии» не применяется, но все выполненные формы действительны, с соответствующими сбавками в Исполнении, а также в том случае, если Технический элемент предмета не повторяется одинаковым образом.


5.9 ПОВОРОТ «ФУЭТЕ» №19

5.9.1 Две или более одинаковые формы, связанные с опорой на пятку, считаются одной Трудностью. Поворот «Фуэте» может быть выполнен в упражнении один раз, с одной из предписанных форм (0.10: пассе; 0.20: спереди, сбоку, арабеск, аттитюд). Если сочетаются разные формы, то оцениваются только вращения, выполненные в 1-й форме (до смены форм).

5.9.2 Для первых двух вращений Фуэте требуется 1 Технический элемент предмета. (не позднее опоры на пятку в конце второго вращения). Дополнительные вращения не требуют дополнительных технических элементов предмета: любые технические элементы, представленные в дополнительных вращениях, не регистрируются судьями DV и могут быть использованы в других Трудностях.

5.9.3 Ценность Трудности Фуэте №19 увеличивается на 0.10 для каждого дополнительного вращения свыше базовых 360° независимо от того, выполняются ли дополнительные вращения с опорой на пятку или без неё:

Пример: : $360^\circ + 360^\circ + 360^\circ + 1080^\circ = 6$ вращений = база 0.10 + 5 дополнительных вращений $\times 0.10 =$ итого 0.60.

Пример: : $360^\circ + 720^\circ + 720^\circ = 5$ вращений = база 0.20 + 4 дополнительных вращений $\times 0.10 =$ итого 0.60.

5.10 Постепенное полное сгибание опорной ноги во время трудности Поворота ↓ надбавка 0.20 при условии, если:

Первая форма поворота не менее 360°;

Постепенное полное сгибание опорной ноги происходит в течении не менее 360°.

5.11 Постепенное полное выпрямление опорной ноги во время трудности Поворота ↑ надбавка 0.30 при условии, если:

Первая форма Поворота не менее 360°;

Постепенное полное выпрямление опорной ноги происходит в течении не менее 360°.

5.12 ЦИРКУЛЬ НАЗАД №20

5.12.1 Минимальное базовое вращение на 360° и без опоры рукой на пол.

5.12.2 Комбинация Циркулей засчитывается как 1 Трудность.

5.12.3 Один Технический элемент предмета требуется во время первых двух Циркулей. Дополнительные Циркули не требуют дополнительных технических элементов предмета: любые технические элементы, представленные в дополнительных вращениях, не регистрируются судьями ДВ и могут быть использованы в других Трудностях.

5.12.4 Вращение «Циркуль» будет оцениваться в соответствии с количеством выполненных вращений с сохранением требуемой формы:

может выполняться с опорой на пятку, на полной стопе опорной ноги или на релеве.

Множественные вращения должны быть без смены опорной ноги, без шага, без опоры на запястье или подпрыгивания.

Во время вращения поднятая нога должна быть прямой.

5.12.5 Ценность Трудности Вращения Циркуль назад увеличивается на 0.20 для каждого дополнительного вращения свыше базовых 360°.

5.12.6 Если во время поворота Циркуль между вращениями нет опускания на пятку, то дается надбавка 0.20 к стоимости поворота. Набавка дается за каждое соединение без опускания на пятку в одной трудности тела.

Примечание:

Трудность Вращения «Циркуль» выполняется с наклоном туловища назад горизонтально или ниже горизонтали. При выполнении «Циркуля» назад без опускания корпуса в горизонталь, элемент не засчитан. Сбавка в Исполнении 0.30.

5.13 При выполнении Трудностей Вращений дается надбавка +0.10 к базовой стоимости элемента за амплитуду и/или за глубокий наклон.

Примечание:

Надбавка +0.10 дается при выполнении Вращений при амплитуде более 180° (превышение более чем на 20°, на протяжении любой из фаз вращения, кроме последнего домаха).

Надбавка +0.10 дается при выполнении Вращений с наклоном туловища назад (так же в кольцо) с глубоким наклоном (на протяжении любой из фаз вращения, кроме последнего домаха).

Глубокий наклон - наклон спины назад, при котором голова заходит за пределы линии бедра.



Наклон назад - голова касается любой части бедра.

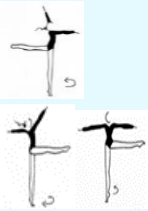




5.14 При выполнении трудности поворота (на релеве) в остановку в последней фазе поворота дается надбавка +0.10 к базовой стоимости элемента.





5.15 При выполнении трудности поворота (на релеве) с выходом в форму сразу на высокий полупалец (без подготовки) дается надбавка +0.10 к базовой стоимости элемента.

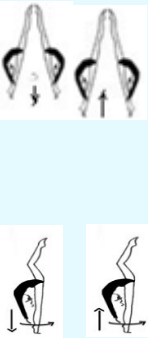

5.16 ТЕХНИКА ОПРЕДЕЛЁННЫХ ТРУДНОСТЕЙ ВРАЩЕНИЙ (Таблица №20):



Таблица №20

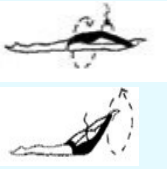



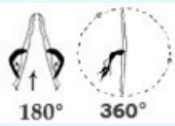
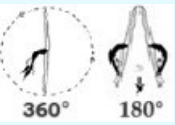
Разъяснения	
	<p>«Пассе» вперед или в сторону – считается одной и той же формой. Вход в Поворот и фиксация положения Пассе могут осуществляться: путем немедленного сгибания свободной ноги или круговым движением свободной ноги. База Поворота 360°</p>
	<p>Спиральный Поворот («Топпеаи»), частичная Волна на одной ноге. Во время базового Поворота на 360° гимнастка должна последовательно выполнить 2 положения тела: прогиб туловища назад с движением головы назад туловище и голова наклоняются вперед Во время вращения должна быть достигнута иллюзия спиральных волн. Все возможные дополнительные вращения должны выполняться одним и тем же определённым способом. Положение ног свободное: Стопа может быть около колена</p>

	или ниже. Фиксация рабочей ноги во время выполнения вращения на 360° не обязательна.
	<p>Свободная нога горизонтально вперед, в сторону или назад (Арабеск).</p> <p>Во время многократных вращений свободная нога (бедро) должна находиться в фиксированном горизонтальном положении и не совершать никаких дополнительных движений (вверх-вниз)</p> <p>База Поворота 360°</p>
	<p>Аттитюд.</p> <p>Свободная нога (бедро) должна находиться в фиксированном горизонтальном положении во время многократных вращений без каких-либо дополнительных движений (вверх-вниз). База Поворота 360°</p>
	<p>Вращение Трубниковой (TR) на 360°, с проходом из бокового шпагата без помощи, туловище горизонтально к переднему шпагату, туловище наклонено назад ниже горизонтали.</p> <p>Переход от одной формы к другой должен выполняться непосредственно без опоры на пятку или прерывания. В каждой форме гимнастка может поворачиваться на разное количество градусов, но не менее 90° (пример: $180^\circ + 180^\circ$; $100^\circ + 260^\circ$ или наоборот), необходимо, чтобы обе эти формы были завершены в пределах Поворота на 360°</p>
	<p>Шпагат вперед или в сторону с поддержкой рукой или без нее.</p> <p>Во время вращения необходимо зафиксировать положение шпагата. Вращение оценивается после того, как опорная нога принимает положение релеве, а свободная нога принимает положение шпагата до тех пор, пока эта форма не будет зафиксирована. Базовый Поворот 360°</p>
	<p>Свободная нога горизонтально в сторону, плечи прогнуты назад. Во время вращения свободная нога должна удерживаться в боковом горизонтальном положении и не совершать никаких дополнительных движений (вверх-вниз); плечи прогнуты назад. Базовый Поворот 360°</p>

	<p>Шпагат назад с помощью или без помощи.</p> <p>Требуется положение шпагата. Вращение оценивается после того, как опорная нога примет положение релеве, а свободная нога – положение шпагата до тех пор, пока эта форма не будет зафиксирована.</p> <p>Касания головы ногой не требуется. База Поворота 360°</p>
	<p>Кольцо с помощью, также с наклоном туловища назад.</p> <p>Требуется замкнутое кольцо, любая часть ноги должна касаться головы, шпагат не требуется.</p>
	<p>Поворот с ногой на плече.</p> <p>Требуется положение шпагата. Вращение оценивается после того, как опорная нога примет положение релеве, а свободная нога – положение шпагата до тех пор, пока эта форма не будет зафиксирована. Стопа или голень на плече удерживается с помощью или без помощи рук.</p>
	<p>Поворот «Казак».</p> <p>Допускается первоначальный импульс с помощью руки/рук от пола. Градусы вращения отсчитываются с момента, когда рука (руки) оторвется от пола, а свободная нога окажется в горизонтальном положении.</p> <p>Положение Поворота считается правильным, даже если гимнастка «сидит» на пятке опорной ноги, на пятке, поднятой от пола.</p> <p>Можно занять разные начальные положения вращения, а также выполнить разные концовки «Казака», но главная цель состоит в том, чтобы конечное вращение было контролируемым и чистым (без падения). База Поворота 360°</p>

 <p>The top diagram shows two views of a rotation: one with a downward arrow and one with an upward arrow. The bottom diagram shows two views of a rotation: one with a downward arrow and one with an upward arrow.</p>	<p>Вращение Кабаевой (КВ) Передний шпагат, туловище прогнуто назад ниже горизонтали из положения стоя, так же Вращение Крамаренко (КР) - свободная нога согнута, так же из положения сидя на полу.</p> <p>КВ Касание ноги руками не требуется. Требуется шпагат и наклон туловища назад ниже горизонтали. Вращение оценивается после того, как гимнастка примет требуемую форму Поворота. Базовый Поворот 180°</p> <p>КР Свободная нога согнута на 30° - положение «Tire-Vichon», которое удерживается в течение всего вращения. Касание ноги руками не требуется. Требуется шпагат и наклон туловища назад ниже горизонтали. Вращение оценивается после того, как гимнастка примет требуемую форму Поворота. Базовый Поворот 180°</p>
 <p>The diagram shows a gymnast in a Passee position, with one leg raised and the other leg extended horizontally.</p>	<p>Фуэте: Пассе. Фуэте: пассе</p> <p>Состоит из серий повторяющихся поворотов <i>in de hors</i> в высоком темпе и на одном месте. Каждый компонент имеет вращение на релеве в пассе + открытое положение с плие.</p> <p>Минимальное вращение на 360° между каждым плие.</p> <p>В открытом положении свободная нога выпрямляется в сторону под углом 90°.</p> <p>Для последнего поворота серии открытое положение – на выбор. Последний компонент будет засчитан как с открытым положением, так и без него.</p> <p>Подсчет оборотов Фуэте начинается сразу после плие и отталкивания.</p> <p>Разрешается использовать это первое вращение, чтобы поднять свободную ногу в пассе: это вращение засчитывается, и сбавка за отклонение за это вращение не применяется, пока свободная нога достигает 90° за время до первого плие.</p> <p>Для последующих вращений свободная нога должна находиться в пассе на протяжении всего вращения и в открытом положении на 90°:(При отклонениях до 20°, вращение засчитывается со сбавкой в Исполнении).</p> <p>Повороты Фуэте с Пассе могут выполняться с использованием другой техники, при которой рабочая нога</p>

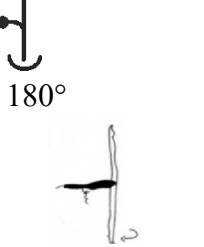

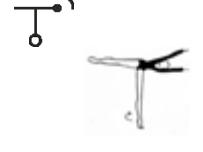


	<p>проходит через <i>rond de jambe en l'air</i> в воздухе и выпрямляется в сторону на 90°. Если поворот Фуэте выполняется с использованием этой техники, <i>rond de jambe en l'air</i> в воздухе может быть выполнен до вращения в форме.</p>
	<p>Фуэте: прямая нога в горизонтальном положении (вперед или в сторону).</p> <p>Выполняется сериями повторяющихся поворотов <i>un dehors</i> в высоком темпе и на одном месте. Каждый компонент имеет вращение на релеве с прямой ногой в горизонтальном положении + плие.</p> <p>Минимальное вращение на 360° между каждым плие.</p> <p>Свободная нога постоянно под углом 90°.</p> <p>Для последнего поворота серии – выполнение плие на выбор: последний компонент будет действителен как с плие, так и без плие.</p> <p>Подсчет оборотов Фуэте начинается сразу после плие и отталкивания.</p> <p>Разрешается использовать это 1-ое вращение, чтобы поднять свободную ногу в горизонтальное положение: это вращение засчитывается, и сбавка за отклонение за это вращение не применяется, пока свободная нога достигает 90° в момент для первого плие. (При отклонениях до 20°, вращение засчитывается со сбавкой в Исполнении).</p> <p>Для последующих вращений свободная нога должна быть в горизонтальном положении (90°) на протяжении всего вращения и открытой позиции. (При отклонениях до 20°, вращение засчитывается со сбавкой в Исполнении).</p>
	<p>Задний шпагат без помощи горизонтальное положение туловища / ниже горизонтали / Сакура</p> <p>Вращение на релеве, на полной стопе или с комбинацией релеве и полной стопы. Туловище должно оставаться в горизонтальном положении или ниже во время всего базового вращения и возможных дополнительных вращений.</p> <p>Требуется шпагат.</p> <p>Сакура: стопа свободной ноги должна быть близко к голове, положение замкнутого кольца, касание обязательно. База поворота 360°</p>


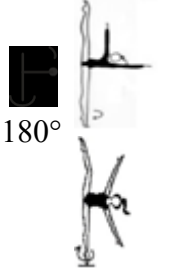



	<p>Вращение в шпагате с помощью руки, с наклоном тела перед или назад. Вращения должны быть последовательными, без прерывания или остановки, без надбавки за дополнительные вращения.</p>
	<p>Вращение на животе, ноги близко к кольцу. Отталкивание руками, голова должна быть близко к какой-либо части ноги. Базовое вращение 360°</p>
	<p>Вращение Ашрам (ASH). Отталкивание руками, Вращение на животе, ноги высоко подняты в положение подбива с помощью. Базовое вращение 180°</p>
	<p>Вращение Канаевой (KN). Отталкивание руками, Вращение выполняется на груди, ноги высоко подняты в положение шпагата, руки с удержанием ноги. Требуется положение шпагата. Базовое вращение 180°, при выполнении вращения без помощи рук, дается надбавка 0.20 к базовой стоимости элемента</p>
	<p>Вращение Араповой (ARP) с пола на 180° переходящий в Циркуль назад без опускания на пятку. Поворот в форме заднего шпагата с пола на 180°, подъем корпуса в вертикаль и промах рабочей ноги по кругу с переходом без опускания на пятку в Циркуль с наклоном туловища назад ниже горизонтали</p>
	<p>Поворот SLD (Селедчик) Циркуль назад переходящий в Поворот KB на 180° без опускания на пятку. Циркуль с наклоном туловища назад ниже горизонтали, подъем корпуса в вертикаль и промах рабочей ноги по кругу с переходом без опускания на пятку в поворот в форме заднего шпагата KB на 180°</p>


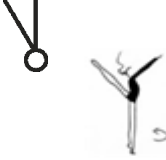

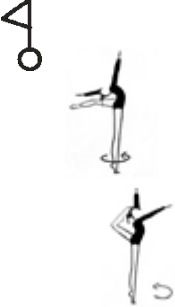
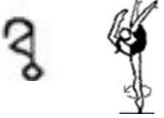
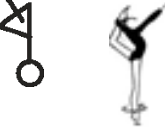
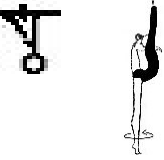
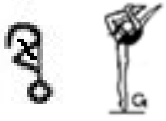
5.17 ТАБЛИЦА №21 ТРУДНОСТЕЙ ВРАЩЕНИЙ (⊖):










Таблица №21



Типы Вращений	Вращения на релеве опорной ноги						
	Ценность						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
1. Пассе (вперед или в сторону), горизонтальное положение							
2. Спиральный поворот («Тонно») на одной ноге							
3. Вперед: свободная нога в горизонтальном положении (выпрямленная или согнутая на 30°)							
4. Передний шпагат с помощью или без помощи							




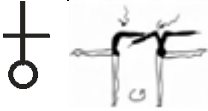
5. Элькатиб (ЕКВ) - Передний шпагат с наклоном туловища назад в горизонталь (180°)							
6. Свободная нога в сторону в горизонтальном положении или с наклоном туловища в сторону в горизонталь							
	Ценность						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
7. Боковой шпагат с помощью или без помощи.							

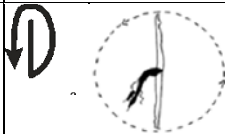
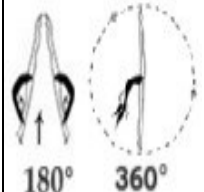
<p>8. Боковой шпагат с помощью или без помощи, туловище в горизонтальном положении (180°), также Раффаэли (RF) с согнутой свободной ногой (180°)</p>				 <p>180°</p>	 <p>180°</p>		
<p>9. Арабеск: свободная нога в горизонтальном положении, также туловище горизонтально с наклоном вперед или с наклоном назад в горизонталь</p>							





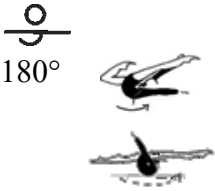
10. Задний шпагат с помощью или без помощи							
11. Аттитюд, также с наклоном туловища назад, также в кольцо без помощи							
	Ценность						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
12. Кольцо с помощью. С ногой на плече							




<p>13. Задний шпагат с помощью: туловище горизонтально. Задний шпагат без помощи: туловище горизонтально, или ниже горизонтали, или в кольцо (Сакура): выполняется на релеве и/или на полной стопе</p>				 	   		
<p>14. Вращение Кабаевой (КВ) - Передний шпагат с прогибом туловища назад ниже</p>					 <p>180°</p>  		

<p>горизонтали, из положения стоя: свободная нога вертикально или</p> <p>Вращение Крамаренко (KR) согнута на 30°</p>							
	Ценность						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
<p>15. Вращение Гизиковой (GZ) – передний шпагат с помощью с переводом свободной ноги в задний шпагат с помощью.</p>							<p>GZ 360°</p>  <p>или наоборот</p>
<p>16. Вращение Гараевой (GA) – из заднего шпагата на полной стопе, с наклоном</p>							<p style="text-align: center;">0.80</p> <p>GA 360°</p> 

туловища вперед с переходом в поворот КВ							
17. Вращение Трубниковой (TR) – Поворот на 360° с проходом из бокового шпагата без помощи мин. 90°, туловище горизонтально в передний шпагат, наклон туловища назад ниже горизонтали							0.80
							TR 360° 
18. Казак – свободная нога вперед.							
19. Фузте: Пассе или с выпрямленной							

ногой в горизонтальном положении вперед или в сторону							
20. Циркуль назад - наклон туловища назад горизонтально или ниже горизонтали							
	Ценность						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
21. Вращение Араповой (ARP) Поворот КВ с пола на 180° переходящий в Циркуль назад без опускания на пятку							1.10
							ARP  180° 360°

22. Вращение Селедчик (SLD) Циркуль назад переходящий в Поворот КВ на 180° без опускания на пятку							0.90
							SLD  
Вращения на других частях тела							
23. Вращение Раленковой (RL) – Вращение на спине.							
24. Вращение на животе, ноги близко к кольцу.							
25. Вращение Ашрам (ASH) – Вращение на животе/груди, ноги в положении подбива с помощью.							

<p>Вращение Канаевой (KN) положения шпагата с помощью (180°)</p>							
<p>26. Вращение в шпагате с помощью без прерывания с наклоном вперед. (без надбавок за дополнительные вращения), так же с наклоном назад</p>	 						

6. ТЕХНИЧЕСКИЕ ГРУППЫ ПРЕДМЕТОВ

6.1 ДЕФИНИЦИЯ

6.1.1 Каждый предмет (\cup , \circ , \bullet , \parallel , \oplus) имеет группы Технических элементов. Каждый элемент представлен в соответствующей ячейке в сводной таблице технических групп для каждого предмета (см. п. 6.4.1-6.4.5).

6.2 Некоторые Технические элементы предмета, которые включают в себя два обязательных действия, чтобы быть действительными (отпускание предмета в любой форме и ловля), могут сделать действительным только один элемент ДВ или ДА; такие элементы включают в себя:

Отбив Мяча;

Малый бросок / ловлю любого предмета;

Отбив любого предмета (кроме Мяча) от пола;

Эшаппе Скакалки и Ленты;




Бумеранг Ленты.




6.3 «Высокий бросок» и «ловля с высокого броска» — это две разные группы предметов («Базы»). Если «высокий бросок» правильно выполнен для элемента ДВ, но последующая «ловля с высокого броска» приводит к потере предмета, то База «высокий бросок» действительна, а База «ловля с высокого броска» не засчитывается.

6.4 СВОДНАЯ ТАБЛИЦА ТЕХНИЧЕСКИХ ГРУПП ДЛЯ КАЖДОГО ПРЕДМЕТА

6.4.1 СКАКАЛКА \cup (Таблица №22).

Таблица №22

Технические группы предмета			
	Проход всем телом или частью тела через открытую Скакалку, вращая ее вперед, назад, в сторону, также: <ul style="list-style-type: none"> - Скакалка сложена вдвое или более - Двойное вращение скакалки 		<ul style="list-style-type: none"> - Вращение (мин. 1), Скакалки, сложенной в 2 раза: <ul style="list-style-type: none"> • 2 конца в одной руке • по 1 концу в каждой руке • 2 конца в 1 руке, середина Скакалки в другой руке «Ветерок» (мин. 2) - Вращение (мин. 3), Скакалки, сложенной втрое или вчетверо - Свободное вращение (мин. 1) вокруг части тела - Вращение (мин. 1) прямой, раскрытой Скакалки
	<ul style="list-style-type: none"> - Отпускание и ловля одного конца Скакалки, с вращением или без него (Пример: Эшаппе) - Вращения свободного 		

	конца Скакалки, удерживаемой за один конец (Пример: Спирали)		<ul style="list-style-type: none"> - Вращение скакалки, удерживаемой за середину и конец (второй конец раскрыт (мин.1) или сложен вдвое (мин.3)) - Мельницы (открытая Скакалка, удерживаемая за середину, сложенная вдвое или более)
	- Подпрыгивания/подскоки с проходом через Скакалку: Серии (мин. 3) подпрыгиваний/подскоко в с проходом через Скакалку: Скакалка вращается вперед, назад или в сторону.		<ul style="list-style-type: none"> - Закручивание вокруг части тела и раскручивание - Спирали Скакалкой, сложенной вдвое - Вуалеобразное движение «Парус», поочередный проход рук по большому кругу, скакалка раскрыта, концы в двух руках.
	Ловля открытой Скакалки по одному концу в каждую руку без опоры на другие части тела		

Разъяснение






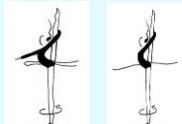
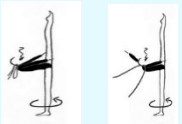
Скакалка может удерживаться открытой, сложенной в 2, 3 или 4 раза (1 или 2 руками), но классическая техника – по одному концу открытой Скакалки в каждой руке во время Прыжков, подпрыгиваний, подскоков, выполняемых вперед, назад, с поворотами и т.п.




Такие элементы, как закручивание, отбивы, мельницы, движения сложенной или завязанной в узел Скакалки, нетипичны для этого предмета. Поэтому они не должны преобладать в композиции.

*максимум 2 высоких броска и/или R могут быть выполнены с завязанной скакалкой (остальные свыше 2х недействительны), нет Сбавки
Только две трудности (DB, DA, R) могут быть выполнены с завязанной скакалкой подряд (последующие трудности свыше 2х подряд не действительны), нет Сбавки*

Исключение:










1 трудность – R с узлом (DB), далее 2 трудность - высокий бросок DA с узлом и 3 трудность - ловля DA с узлом могут выполняться подряд



	<p>Минимум 2 большие части тела (пример: голова + туловище; руки + туловище; туловище + ноги, и т.д.) должны совершить проход. Проход может быть всем телом туда и обратно, или только туда, или обратно</p>
	<p><i>Echappé</i> – это движение состоит из 2 действий:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Отпускание одного конца Скакалки • Ловля за конец Скакалки рукой или другой частью тела после полуоборота Скакалки • <i>DB</i> засчитывается, если отпускание либо ловля или выполнены во время <i>DB</i> <p>Варианты Спирали:</p> <ul style="list-style-type: none"> • отпускание вроде “<i>Echappé</i>”, затем несколько (2 или более) спиральных вращений одного конца Скакалки и ловля за конец рукой или другой частью тела • открытая или натянутая Скакалка, удерживаемая за один конец после предыдущего движения (движения открытой Скакалкой, ловли, с пола и т.д.) с переходом в спиральные вращения (2 или более) одного конца, ловля рукой или другой частью тела <p><i>DB</i> засчитывается если отпускание либо ловля, либо несколько спиральных вращений (2 или более) выполнены во время <i>DB</i></p>
	<p>Ловля открытой Скакалки после броска должна быть выполнена по одному концу в каждую руку без помощи стопой, коленом или другой частью тела. Бросок может быть малый или большой.</p>
	<p>Закручивание: Закручивание или раскручивание возможны при <i>DB</i>; эти действия являются разной работой предмета</p>
<p>Разъяснение</p>	
	<p>Открытая или сложенная вдвое Скакалка в балансе за спиной или подвешенная на части тела во время <i>DB</i> с вращением – это одно и то же положение неустойчивого баланса.</p> <p>Пример 1</p>  <p>Пример 2</p> 

	<p><i>Недействительные положения нестабильного баланса:</i> <i>Примеры</i> <i>Скакалка висит на шее Открытая скакалка на спине во время</i> <i>Равновесия</i></p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">   </div>
---	---

6.4.2 ОБРУЧ (Таблица №23).












Таблица №23



Технические группы предмета			
	Большой перекат Обруча через минимум 2 большие части тела		Перекат Обруча по полу
	Вращения Обруча (мин. 1) вокруг его оси между пальцами или вокруг/ на части тела		Вращение Обруча вокруг оси на полу (мин. 1)
	Вращение (мин.1) Обруча вокруг кисти или вокруг части тела		Скольжение Обруча по мин. 2 крупным частям тела
	Проход через Обруч всем телом или частью тела (2 большие части тела)		
Разъяснения / Примеры:			
<p><i>Технические движения Обруча (с броском и без него) должны выполняться в разных плоскостях, направлениях и вокруг разных осей</i></p>			
	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Минимум 2 большие части тела (Пример: голова/шея + туловище; руки + туловище; туловище + ноги) должны пройти через Обруч</i> • <i>Проход может быть всем телом туда-обратно, или только туда, или только обратно</i> 		
	<p><i>Во время большого переката Обруча необходим проход не менее двух больших частей тела без прерывания.</i> <i>Пример: из правой руки в левую руку по всему телу; туловище + ноги; рука + спина и т. д.</i> <i>Примечание по большим перекатам в равновесии DB (за исключением динамических равновесий):</i> <i>Импульс для переката и импульс для DB могут быть даны</i></p>		

	<i>одновременно. Ожидается, что после первоначального импульса равновесие DB будет зафиксировано на протяжении переката. Если этого нет, то критерий DB недействителен для большого переката DA, а большой перекат не является действительным Техническим элементом предмета для равновесия DB.</i>
	<i>Вращение (мин.1) на полу вокруг оси: Во время вращения Обруча на полу рука/пальцы гимнастки могут находиться в контакте с Обручем, либо это может быть «свободное» вращение Обруча.DB может быть выполнена при придании импульса, или при проходе над обручем, или при возврате обруча (не с обручем, свободно вращающимся рядом с гимнасткой, выполняющей DB)</i>
	<i>Перекат может быть маленьким или большим.DB может выполняться при придании импульса, или при проходе над обручем, или при возврате обруча (не с обручем, свободно вращающимся рядом с гимнасткой, выполняющей DB)</i>

6.4.3 МЯЧ (Таблица №24).

Таблица №24


Технические группы предмета		
	Большой перекат Мяча через минимум 2 большие части тела	 - Перекат Мяча на полу (мин.1)  - Серия (мин. 3) комбинация маленьких перекатов по телу  - Серия (мин. 3) сопровождаемых маленьких перекатов по телу
	Восьмерка Мячом с круговыми движениями рук(и)	 - Движение с «выкрутом» Мяча (мин.1)  - Вращение кисти (кистей) вокруг Мяча (мин.2)  - Свободное вращение(я) Мяча на части тела, включая кончик пальца
	Ловля Мяча одной рукой	 После высокого броска отбив от пола и сразу же ловля разными частями тела (кроме рук)
	Отбивы: - Серии (мин. 3) малых отбивов от пола (ниже	





	уровня колена) - Один высокий отбив от пола (на уровень колена или выше)		
Разъяснения / Примеры			
<i>Удержание Мяча двумя руками нетипично для этого предмета, поэтому это не должно превалировать в композиции.</i>			
<i>Выполнение всех Технических групп с удержанием Мяча рукой корректно только с пальцами, сомкнутыми естественным образом, когда Мяч не касается предплечья.</i>			
	Маленький перекат	Большой перекат	
	<p><i>Перекат должен быть по минимум одной большой части тела</i></p> <p>Пример части тела: <i>от руки к плечу; от плеча к плечу; от стопы к колену и т. д.</i></p> <p>Примечание: <i>маленькие перекаты засчитываются только в сериях по три</i></p>	<p><i>Перекат должен быть по минимум двум большим частям тела без прерывания</i> <i>Например: от правой руки к левой руке через тело; туловище + ноги; рука + спина и т. д.</i></p> <p>Примечание по большим перекатам в равновесии DB (за исключением динамических равновесий): <i>Импульс для переката и импульс для DB могут быть даны одновременно.</i> <i>Ожидается, что после первоначального импульса равновесие DB будет зафиксировано на протяжении переката. Если этого нет, то критерий DB недействителен для большого переката DA, а большой перекат не является действительным Техническим элементом предмета для равновесия DB.</i></p>	
	<i>Восьмёрки Мячом с круговыми движениями руки (рук). Должны быть последовательно выполнены 2 полных круга.</i>		

↓	Должно быть выполнено после большого броска (не после малого броска или отталкивания), без дополнительной поддержки телом или другой рукой.
∨	Активный отбив состоит из активного толчка (гимнастка толкает мяч на пол) и возврата. Элементы, в которых мяч пассивно падает на пол, не относятся ни к одной Технической группе предметов. ДВ может выполняться во время фазы толчка, во время контакта с полом или во время возврата.
∞	<ul style="list-style-type: none"> - Движение с «выкрутом» мяча: <ul style="list-style-type: none"> • Вращательное движение одной рукой вокруг мяча или вращение мяча вокруг одной руки • Мяч находится в постоянном контакте с рукой (фаза полета отсутствует) • Минимум 1 вращение - Вращения руками вокруг мяча: <ul style="list-style-type: none"> • Вращательное движение руками вокруг мяча, при этом пальцы рук естественным образом соединяются • Мяч находится в постоянном контакте с рукой (фаза полета отсутствует) • Вращения должны выполняться всей рукой/ладонью (а не только кончиками пальцев). • Минимум 2 вращения - Свободное вращение(я) Мяча на части тела. Требуется минимум 1 Вращение.
∞	Перекат может быть маленьким или большим. ДВ может быть выполнена при придании импульса, или с проходом над мячом, или с возвратом мяча (не с мячом, произвольно катящимся возле гимнастки, выполняющей ДВ)

6.4.4 БУЛАВЫ (Таблица №25).

Таблица №25

Технические группы предмета		
X	Мельницы: не менее 4 – 6 малых кругов Булавами с задержкой по времени, с попеременным скрещиванием запястий/кистей каждый раз. Булавы удерживаются за	 - Свободное вращение 1 или 2 Булав (Булавы соединены или не соединены между собой) на части тела или вокруг части тела, или вокруг другой Булавы

	конец (маленькая головка)		- Постукивание (мин.1) Булав между собой или по полу (мин. 2) - Скольжение Булавы по мин. 2 крупным частям тела
⇒	Малые броски 2 Булав вместе одновременно (Булавы не соединены между собой) или последовательно с вращением каждой из них на 360° и ловлей		Малый бросок двух соединенных Булав.
+	Асимметричные движения 2 Булав	 	- Большой перекат через минимум 2 большие части тела одной или двух Булав - Перекаты 1 или 2 Булав по части тела или по полу
○	Малые круги обеими Булавами, одновременно или последовательно, по одной Булаве в каждой руке, удерживаемых за конец (маленькая головка)		- Серии (мин.3) малых кругов одной Булавой, удерживаемых за конец (маленькая головка)


Разъяснения / Примеры

Типичная техническая характеристика – это движение обеими Булавами одновременно, по одной в каждой руке. Эта техника должна доминировать в композиции. Любые другие способы удержания Булав не должны доминировать, также как постукивания, перекаты булав, вращение, отбивы, соскальзывания

×




«Мельница» состоит как минимум из 4 малых кругов Булавами (Пример: по 2 с каждой стороны) с задержкой по времени и чередованием скрещенных и не скрещенных запястий каждый раз. Руки должны быть как можно ближе друг к другу. Мельницы могут выполняться в вертикальной или горизонтальной плоскости:








- Вертикальные – импульс вращения может быть как вниз, так и вверх
- Горизонтальные – импульс может быть как вправо, так и влево.



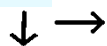

	<p>Мельницы могут быть двух- и трехтактные:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Двухтактные (двойные) мельницы – мин. 4 чередующихся малых кругов Булавами (по 2 с каждой стороны). Запястья / руки скрещены, затем разомкнуты. - Трехтактные (тройные) мельницы – 6 чередующихся малых кругов Булавами (по 3 с каждой стороны с перекрещиванием рук каждый раз)
+	<p>Ассиметричные движения 2 булав должны выполняться с разными движениями каждой Булавой по форме, или амплитуде и по рабочим плоскостям или направлению. В каждой руке должно быть по одной Булаве (нет бросков, ассиметричных бросков, каскадных бросков)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Малые круги с задержкой по времени или выполненные в разных направлениях не считаются ассиметричным движением предмета, потому что они имеют одинаковую форму и одинаковую амплитуду • Постукивания не имеют четкой рабочей плоскости/направления и не могут быть частью ассиметричных движений
	<ul style="list-style-type: none"> - Постукивание одной Булавы по другой (мин. 1) - Постукивание одной или двух Булав по полу: мин. 2 последовательных постукивания (не имеет значения, одновременно ли постукивают 2 Булавами)

6.4.5 ЛЕНТА (Таблица №26).

Таблица №26

Технические группы предмета	
 <ul style="list-style-type: none"> - Спирали (мин. 4 круга), плотных и одинаковых по высоте, выполняемых по воздуху или по полу. - и/или «Фехтовальщик» (мин. 4 круга) 	 <ul style="list-style-type: none"> - Вращательное движение палочки Ленты вокруг кисти - Закручивание (раскручивание) - Создание рисунка лентой полного круга вокруг тела, при помощи палочки, которая удерживается без помощи рук различными частями тела (шея, колено, локоть и т.п.) во время движений тела или Трудностей тела с вращением (не во время «Турляна»)
 <p>Змейки (мин. 4 волны), плотных и одинаковых по высоте, выполняемых по воздуху или по полу</p>	





	<p>«Бумеранг»: отпускание палочки Ленты с удержанием конца Ленты или без удержания конца Ленты, затем подтягивание палочки обратно и ловля.</p>	 	<ul style="list-style-type: none"> - Большой перекат палочки Ленты по минимум 2 крупным частям тела - Перекат палочки Ленты по части тела
	<p>«Эшаппе»: вращение палочки Ленты во время полета</p>		<p>Проход через рисунок или над рисунком Ленты всем телом или частью тела</p>
Разъяснения / Примеры			
<p><i>Все элементы, нетипичные по технике для Ленты (например, закручивание/раскручивание, соскальзывание палочки, отбивы/отталкивания) не должны преобладать в композиции.</i></p>			
	<p>«Фехтовальщик»: вся палочка Ленты вместе с рукой переходит в спиральный узор, образованный Лентой (палочка похожа на шпагу); выход палочки из спирального узора – на выбор: подтягивание назад руки/палочки или малый бросок/Эшаппе.</p>		
	<p>«Бумеранг» состоит из 3 частей:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Отпускание (бросок) палочки в воздух или вдоль пола: - Нет никаких ограничений в отношении ткани ленты: конец можно удерживать, ткань может скользить по телу/через руку, или лента может быть полностью свободна в течение любого отрезка времени, при условии, что конец будет возвращен до того, как палочка коснется пола или лента останется на полу. - Оттягивание назад: достигается удерживанием за конец ткани (максимум на расстоянии 50 см от конца) и выполняется, когда ткань вытягивается в воздухе (с касанием палочкой пола или без него) или лента вытягивается вдоль пола. - Возврат может быть выполнен: во время полета, немедленно в конце полета, с возвращением по полу. Также возможно после короткого периода времени нахождения на полу. - Бумеранг может быть выполнен с одним или несколькими оттягиваниями, прежде чем поймать палочку. Все действия между первоначальным отпусканием и ловлей 		

	<p>палочки относятся к одному и тому же Техническому элементу предмета (а не к 2 или более отдельным «бумерангам»).</p> <p>- <i>Ловля палочки: элемент, включающий только подтягивание Ленты и ловлю палочки (без отпускания), не отвечает дефиниции «Бумеранга»</i></p>
	<p>- <i>Минимум 2 крупных части тела должны совершить проход через рисунок Ленты. Пример: голова/шея + туловище; руки + туловище; туловище + ноги и т. д. Проход через рисунок или над рисунком Ленты может быть: всем телом туда-обратно, или только туда, или только обратно или наоборот</i></p>
	<p><i>Эшанпе – это тип малого броска, включающего вращение палочки в полете и ловлю палочки.</i></p> <p><i>Техника вращения палочки в полете возможна в высоком броске и будет оцениваться как высокий бросок, а не как Эшанпе, в зависимости от высоты.</i></p>
 	<p><i>При всех типах ловли ленты предмет, как правило, следует ловить за конец палочки. Допускается намеренная ловля ленты за ее материал в зоне примерно 50 см от крепления, при условии, что это оправдано для следующего движения или финального положения. Если лента непреднамеренно поймана за ткань (по ошибке), Технический элемент недействителен и не может сделать действительной какую-либо Трудность.</i></p>

6.5 ТЕХНИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ, ДЕЙСТВИТЕЛЬНЫЕ ДЛЯ ВСЕХ ПРЕДМЕТОВ

6.5.1 ВЫСОКИЕ БРОСКИ И ЛОВЛЯ ПРЕДМЕТОВ (Таблица №27).

Таблица №27

	Высокий бросок: <i>более чем 2 роста гимнастки стоя</i>
	Высокий бросок 2 Булав
	Ловля после высокого броска
	Ловля 2 Булав после высокого броска
Разъяснения	
<i>Что значит</i>	<i>После броска предмет находится в свободном полёте в</i>

«ловля с полёта»?	воздухе. Поймать его – значит вернуть его из состояния полёта. Если вместо этого гимнастка умышленно позволяет предмету отскочить от пола перед ловлей, то это не ловля, а отбив.
Разъясните высоту бросков: с какой точки измеряется высота броска?	Высота броска измеряется от точки отпускания предмета (Рисунок №12).
Действительна ли ловля, если предмет касается пола?	Если сначала гимнастка ловит предмет контролируемым образом, а после этого часть предмета соприкасается с полом, то ловля засчитывается со сбавкой E. Если предмет касается пола до того, как гимнастка поймает его контролируемым образом, это считается потерей (со сбавкой E) и недействительной ловлей. См. также Разъяснения / Примеры ловли ленты (Исполнение, п. 6.4.5).

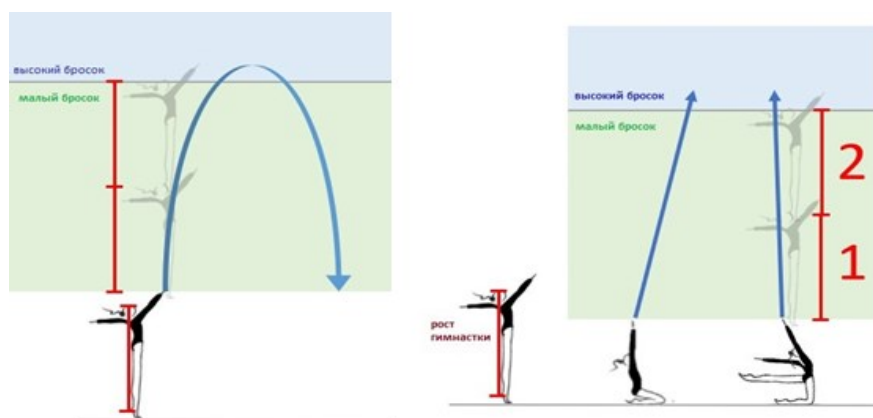


Рисунок №12

6.5.2 МАЛЫЕ БРОСКИ И ЛОВЛЯ ПРЕДМЕТОВ ■■■

Малый бросок и ловля предмета с полёта: близко к телу, не более чем 2 роста гимнастки стоя, мин. 1 четко видимая фаза полета:

С броском/толчком в воздух;

С отбивом от тела;

Свободное падение предмета с высоты;

Для броска одной булавы: с вращением 360° или без вращения.

Примечание:

Малый бросок двух булав без вращения обеих булав на 360° не является допустимым техническим элементом предмета.

Пример 1: малый бросок (Рисунок №13).

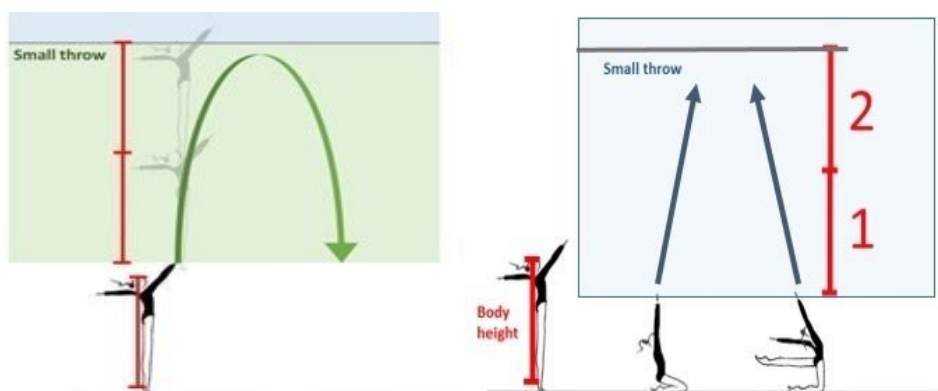


Рисунок №13

Пример 2: высота бросков: высокие и малые броски, когда тело движется во время броска (Рисунок №14).

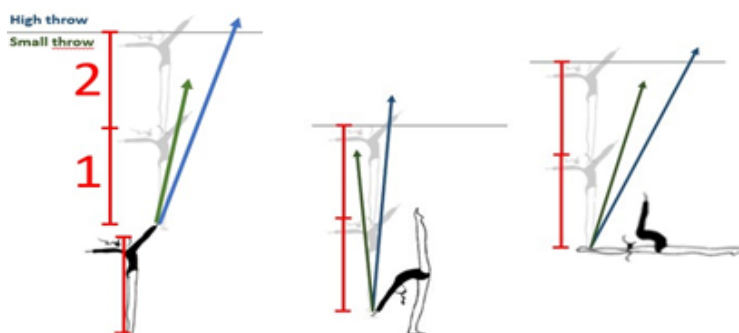


Рисунок №14

6.5.3 ДВ ПОД ПОЛЁТОМ ПРЕДМЕТА ИЛИ ПРИ БУМЕРАНГЕ (Рисунок № 15).



Рисунок №15

ДВ выполняется под полётом предмета после высокого броска или Бумеранга.

6.5.4 РАБОТА С ПРЕДМЕТОМ  (предмет должен быть в движении):

Большие круги предметом;

Для ленты: круги могут быть средними или большими – и то и другое относится к одному и тому же Техническому элементу предмета (все параметры те же самые);

Движения «Восьмерки» (не для Мяча);

Передача предмета вокруг любой части тела или под ногами (ногой), из руки или части тела в другую руку или часть тела с помощью рук или без нее;

Проход над предметом целиком или частью тела без передачи предмета из руки или части тела в другую руку или часть тела.

Примечание:

Средний или большой круг: предмет должен показать полный круг 360°.

Восьмерки: должны быть представлены 2 полных круга последовательно.

Передача предмета: предмет должен передаваться по широкому кругу из руки в руку. Во время элементов на полу передача предмета должна проходить по воздуху, а не по полу, допускается произвольное касание части предмета пола.

Если во время передачи предмет или часть предмета постоянно находится на полу, то техническая работа предмета не действительна. Трудность DB не засчитывается. Сбавка в исполнении.

6.5.5 НЕСТАБИЛЬНЫЙ БАЛАНС

Сложная взаимосвязь тела и предмета с риском потери предмета (делится на 3 подгруппы):




1. Предмет свободно балансирует (не зажат) на небольшой поверхности;



2. Предмет зажат между двумя маленькими частями тела;

3. Предмет свободно подвешен.

1. Предмет свободно балансирует  (Таблица №28).

Таблица №28

Примеры: небольшая поверхность или часть тела (предмет не зажат)	
	На стопе поднятой ноги
	Открытая ладонь: только для DB с вращением для Мяча
	На груди: только для Мяча, не зажатого другой частью тела



	<p>Шея (не на спине): только во время ДВ с вращением. Одна Булава в положении нестабильного баланса засчитывается, когда вторая Булава выполняет техническое движение, не засчитывается для двух булав, скрещенных на шее</p>
	<p>Одна Булава балансирует на другой – это считается нестабильным балансом во время ДВ с вращением</p>

Примеры и разъяснения: открытая ладонь

			
Правильное выполнение	Мяч удерживается предплечьем	Мяч удерживается предплечьем и зажат	Мяч схвачен и зажат
Нет сбавки	Сбавка 0,1 балла	Сбавка 0,1 балла	Сбавка 0,1 балла
<p style="text-align: center;">⌘</p> Засчитывается	<p style="text-align: center;">⌘</p> Засчитывается	<p style="text-align: center;">⌘</p> Не засчитывается	<p style="text-align: center;">⌘</p> Не засчитывается

2. Предмет зажат между 2 небольшими частями тела: с вращением или без вращения (Таблица №29).

Таблица №29

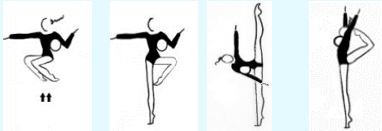
Примеры	
 <p>и т.п.</p>	<p>Предмет зажат с использованием стопы/стоп: С вращением или без вращения</p>
	<p>Предмет зажат между любыми маленькими или большими частями тела только во время элемента вращения</p>

Примечание:

Исключение для зажатого предмета:

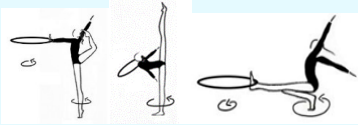
Мяч (или любой другой предмет), зажатый между рукой сверху и любой частью тела, не засчитывается как нестабильный баланс, независимо от наличия вращательного движения тела (Таблица №30).

Таблица №30

Примеры: НЕ ЗАСЧИТЫВАЕТСЯ	
	 и т. п.

3. Предмет свободно свисает / подвешен (Таблица №31).

Таблица № 31

Примеры	
 и т. п.	Предмет свободно свисает/подвешен: только для элементов ДВ с вращением (предмет не зажат)

Примечание:



Предмет расположен на части тела с дополнительной поддержкой руками – не засчитывается как «свободно подвешенный» в положении нестабильного баланса (Таблица №32).

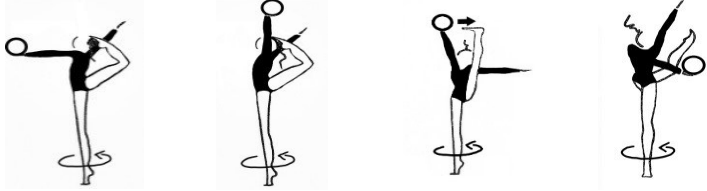




Таблица №32

Примеры: НЕ ЗАСЧИТЫВАЕТСЯ	
	 и т. п.

6.5.5.1 Положения нестабильного баланса, считающиеся одинаковыми/разными (Таблица №33).

Таблица №33

Разъяснения	
 	<p>Одинаковые. Во время Трудностей Вращения Мяч удерживается впереди левой рукой, а затем впереди правой рукой (это одинаковые положения).</p> <p>Разные. Разные нестабильные положения: Мяч удерживается на открытой руке во время Вращения ДВ: рука должна быть чётко впереди, в сторону, вверх и т.п., или должно заметно измениться положение нестабильного баланса от одной</p>

	<p>руки к другой во время вращения.</p> <p>Примеры:</p> 
 	<p>Разные.</p> <p>Разные нестабильные положения: одна Булава удерживается другой Булавой на внешней стороне руки во время Вращения ДВ: Положение руки должно заметно измениться спереди от туловища или в сторону от туловища:</p>  <p><i>Внешняя сторона</i></p> <p>Если одна Булава удерживается другой Булавой на внутренней стороне руки, то это не считается нестабильным балансом</p>  <p><i>Внутренняя сторона</i></p>

6.5.6 СТАТИЧНЫЙ ПРЕДМЕТ

6.5.6.1 Предмет должен быть в движении или в нестабильном балансе, а не просто удерживаться или сжиматься долгое время.

6.5.6.2 Статичный предмет – это предмет, удерживаемый или зажатый:

«Предмет удерживается» означает, что предмет крепко держат одной или двумя руками и/или одной или более частями тела (не в нестабильном положении);

Предмет, удерживаемый «долгое время» означает более 4 секунд.

6.5.6.3 Не разрешается статическая опора на предмет (ошибка композиции или исполнения). Однако, допускается выполнение преакробатических элементов с предметом, лежащим под рукой на полу непродолжительное время (не более 4 секунд).

Пример:

Переворот назад с опорой на обе руки, Булавы лежат на полу по одной под каждой рукой (этот преакробатический элемент может быть также выполнен с опорой на одну руку с тем же положением Булавы) (Рисунок №16).



Рисунок №16

6.5.6.4 Преакробатический элемент, выполненный с опорой полностью на предмет без контакта любой части тела с полом, не допускается. Преакробатический элемент, выполненный таким образом не засчитывается как критерий к соответствующей Трудности (Рисунок №17).

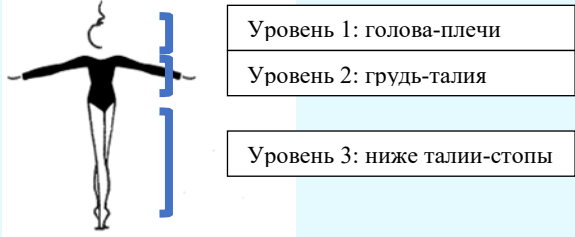


Рисунок №17

6.6 ТЕХНИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ ПРЕДМЕТОВ ВО ВРЕМЯ ВЫПОЛНЕНИЯ ДВ ДОЛЖНЫ БЫТЬ РАЗНЫМИ (Таблица №34).

Таблица №34

Разъяснения / Примеры	
Технические элементы предметов разные, если выполнены:	В разных плоскостях: Плоскости оцениваются относительно пространства: горизонтальная, фронтальная, сагиттальная • Критерий «плоскости» неприменим к спиралям. Спирали должны иметь разные направления и/или разный уровень.
	В разных направлениях – оценивание: Проход через предмет вперед и назад / проход внутрь, наружу, проход всем телом — это разные вещи. Работа с предметом, выполняемая в разных направлениях относительно тела, различна, например: спирали с рукой перед телом, спирали с рукой в сторону, спирали с рукой позади тела. Каждый элемент предмета может быть повторен с туловищем в двух разных направлениях, например: туловище вертикально + в сторону, туловище вперед + назад, туловище в сторону + с прогибом назад, и т.д. Все остальные варианты направлений считаются

	<p><i>одним и тем же Техническим элементом предмета, например:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Одни и те же мельницы вперед и назад</i> • <i>Одинаковые маленькие круги двумя булавами справа и маленькие круги двумя булавами внутрь</i> • <i>Одинаковые спирали внутрь и спирали наружу</i> • <i>Один и тот же большой круг внутрь и большой круг наружу</i> • <i>Один и тот же большой перекат слева направо и справа налево</i>
	<p>На разных уровнях</p>  <p>Уровень 1: голова-плечи Уровень 2: грудь-талия Уровень 3: ниже талии-стопы</p>
	<p>Технический элемент, выполненный с использованием различных частей тела следующим образом:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>С помощью различных частей тела, например, отбив рукой, отбив коленом</i> • <i>На разных частях тела</i> • <i>Перекаты и скольжения по различным частям тела</i> • <i>Один раз под ногой и один раз не под ногой - разные отбивы (мяч проходит под ногой)</i> • <i>Разные части тела, проходящие через предмет, например руки и туловище, ноги и туловище, тело целиком</i>
	<p>С разной техникой бросков</p>

6.6.1 ОДИНАКОВЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ ПРЕДМЕТОВ

ДВ с одинаковыми элементами предмета не засчитываются; первая ДВ с элементом предмета (в порядке выполнения) будет оценена (Нет Сбавки). Для того, чтобы каждая ДВ была оценена, должен быть представлен минимум один новый элемент предмета (не выполнявшийся ни в одном предыдущем ДВ в упражнении); дополнительные элементы предмета могут быть повторениями.

Пример: если гимнастка выполняет один и тот же отбив Мяча во время Прыжка, а затем во время Равновесия, то Равновесие не засчитывается.

Пример: если гимнастка выполняет спирали Ленты во время Поворота, а затем в другой части упражнения выполняет другой Поворот с теми же спиралями, то второй Поворот (в порядке выполнения) не засчитывается.

Пример: если гимнастка выполняет Прыжок с поворотом под полетом предмета, а затем в другой части упражнения выполняет Поворот под полетом предмета, то Поворот не засчитывается.

Пример: если гимнастка выполняет спирали + большой круг над головой в равновесии Фуэте, а затем в другой части упражнения выполняет еще один Поворот с таким же большим кругом над головой, Поворот не будет засчитан.

6.6.1.1 Одинаковые элементы предмета, выполненные в двух разных ДВ (из одной или разных Групп тела), не считаются разными элементами предмета.

6.6.1.2 Одинаковые элементы предмета, выполненные сначала правой, а потом левой рукой, не считаются разными элементами предмета.

6.6.2 В Равновесии Фуэте должны быть выполнены минимум 2 Технических элемента предмета в любой фазе Равновесия, чтобы была засчитана ДВ.

6.6.3 Особые требования к Техническим элементам предмета, выполняемым в сериях Прыжков и Поворотов.

Возможен повтор одинаковой работы предмета во время серий Прыжков и Поворотов и каждый Прыжок или Поворот в серии оценивается отдельно.

7. ДИНАМИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ВРАЩЕНИЕМ (R)

7.1 ДЕФИНИЦИЯ:

R – это комбинация высокого броска, 2 или более Динамических элементов с вращением и ловли предмета.

7.2 ТРЕБОВАНИЯ:

7.2.1 В упражнении может быть выполнено максимум 4 R.

7.2.2 В упражнении может быть выполнен один R с броском и/или ловлей в ДВ без вращения.

7.2.3 R должен состоять из 3 компонентов и засчитывается только тогда, когда все 3 компонента выполнены:

1. Высокий бросок предмета (более чем 2 роста гимнастки), выполненный до первого вращения или во время первого вращения (малый бросок не засчитывается).

Возможно выполнение броска ленты способом «Эшаппе» в R. В этом случае высота броска может быть менее чем 2 роста гимнастки.

2. Минимум 2 полных динамических элемента с вращением тела («базовые вращения»). Минимум 2 базовых вращения на 360° в каждом вращении должны выполняться во время полёта предмета:

Базовые вращения могут быть как с изменением оси вращения тела, так и без него;

Базовые вращения могут быть как с переходом на пол, так и без него.

Два базовых вращения должны выполняться без каких-либо дополнительных шагов между двумя поворотами. Допускается пауза без какого-либо шага или смещения.

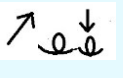

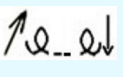
Для дополнительных шагов, выполненных до или после двух действительных базовых вращений из-за неточной траектории: R засчитывается, сбавка E.

3. Ловля предмета после последнего вращения или в координации с любой фазой последнего вращения. Дополнительные вращения оцениваются после двух базовых вращений и будут действительны даже с дополнительными шагами между вращениями/после них: Дополнительные вращения будут действительны со сбавкой в Исполнении.

4. Предмет должен быть пойман сразу же после полета. R с ловлей после отбива от пола не засчитывается (Таблица №35).

Таблица №35

Элемент R	Разъяснение	Действительность
	Высокий бросок, 2 базовых вращения при полёте, ловля	R2
	Высокий бросок, 2 базовых вращения при полёте, 2 шага, ловля	R2 Требования выполнены; Сбавка в Исполнении E 0.10 за неточность траектории с 2 шагами
	Высокий бросок, 2 шага, 2 базовых вращения под полётом, ловля	R2 Требования выполнены; Сбавка в Исполнении E 0.10 за неточность траектории с 2 шагами
	Высокий бросок, 1 базовое вращение при полёте, ловля	Не засчитывается: Только 1 вращение при полёте

	<i>Высокий бросок во время вращения, ловля во время вращения</i>	Не засчитывается: <i>Нет вращения при полёте</i>
	<i>Высокий бросок, первое базовое вращение при полёте, ловля на втором базовом вращении</i>	Не засчитывается: <i>Только 1 вращение при полёте</i>
	<i>Высокий бросок на первом вращении, 1 вращение при полёте, ловля</i>	Не засчитывается: <i>Только 1 вращение при полёте</i>
	<i>Высокий бросок, первое базовое вращение, дополнительные шаги, второе базовое вращение, ловля</i>	Не засчитывается: <i>Прерывание (2 дополнительных шага) между двумя базовыми вращениями, Сбавка в Исполнении 0.10 за неточность траектории с 2 шагами</i>

Примечание (Лента):

Любая часть палочки должна быть поймана, чтобы R был засчитан (с возможной сбавкой в Исполнении за неправильную ловлю).

7.3 ТИПЫ ВРАЩЕНИЙ ТЕЛА:

Два базовых вращения и любые дополнительные вращения могут быть любым вариантом следующих групп вращательных элементов на полные 360°, перечисленных в соответствующих Таблицах:

Преакробатические элементы;

Вертикальные вращения (включая DV с вращением на 360° или более с ценностью 0.10);

DV с вращениями на 360° или более с ценностью 0.20 или более (см. Таблицы Трудностей Тела Прыжков и Вращений).

7.3.1 Группа вертикальных вращений 1 (вертикально) может использоваться в двух R: либо изолированно, в сериях, либо с повтором в любом порядке в пределах R. Выбор использования вариаций является свободным: оба R могут иметь одинаковую вариацию, разные вариации или любую комбинацию вариаций. Если эта группа повторяется в дополнительном R (независимо от другого варианта), то R не будет засчитан.

7.3.2 В этом случае группа вертикальных вращений 1 может повторяться, но каждый отдельный R должен отличаться: либо техникой броска, либо вариацией вращательных элементов, либо количеством

вращений, либо техникой ловли. Если 2 R выполняются одинаково, то 2-й R будет недействительным. Все остальные типы вращений могут использоваться только в одном R: либо изолированно, в сериях, либо повторяться в любом порядке в пределах R. Если вращение повторяется в другом R (независимо от другого варианта), то R будет недействительным.



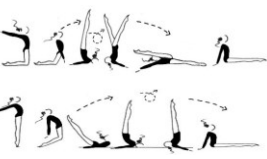
7.3.3 DB с поворотом на 360° или более с ценностью 0.20 или более может использоваться в каждом R и будет действительна в качестве элемента вращения:

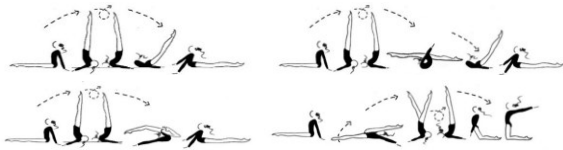

7.4 ПРЕАКРОБАТИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ (Таблица №36).


Таблица №36

№	Группа	Возможные варианты	
1	Переворот вперед	<p>Исходное положение:</p> <p>Промежуточная опора:</p> <p>Финальное положение:</p> <p>Движения ног:</p> <p>Примеры:</p>	<p>Стоя, на коленях, сидя</p> <p>Одна рука, две руки, локти, голова</p> <p>Стоя, на коленях, сидя</p> <p>Передний шпагат, боковой шпагат, ноги вместе в любой фазе, смена ног Кабриоль / с подбивом, ронд, велосипед с выпрямленным или согнутым коленом(ями).</p> 
2	Переворот назад	<p>Исходное положение:</p> <p>Промежуточная опора:</p> <p>Финальное положение:</p>	<p>Стоя, на коленях, сидя</p> <p>Одна рука, две руки, локти, голова</p> <p>Стоя, на коленях, сидя</p>

		<p>Движения ног: Передний шпагат, боковой шпагат, ноги вместе в любой фазе, смена ног с круговым движением, ронд, Кабриоль с подбивом, со сменой согнутых ног и с выпрямленным или согнутым коленом(ями).</p> <p>Пример:</p> 
3	Колесо	<p>Исходное положение: Стоя, на коленях</p> <p>Промежуточная опора: Одна рука, две руки, локти, голова, грудь, шея</p> <p>Финальное положение: Стоя, на коленях, сидя</p> <p>Движения ног: Боковой шпагат, ноги вместе в любой фазе, смена ног с выпрямленным или согнутым коленом(ями).</p> <p>Примечание. Колесо, которое заканчивается в положении лежа, засчитывается как вращение на (360°).</p>
4	Кувырок вперед	<p>Исходное положение: Стоя, на коленях</p> <p>Техника: Через голову, через плечо и т.п.</p> <p>Финальное положение: Стоя, на коленях, сидя, через шпагат</p> <p>Движения ног: Ноги вместе, последовательно, шпагат и т. д., с выпрямленным или согнутым коленом(ями).</p>
5	Кувырок назад	<p>Исходное положение: Стоя, на коленях, сидя.</p> <p>Техника: Через голову, через плечо</p> <p>Финальное положение: Стоя, на коленях, сидя, через шпагат, с положением подбива</p> <p>Движения ног: Ноги вместе, последовательно, шпагат с выпрямленным или согнутым коленом(ями).</p>

6	Перека т на грудь вперед	Исходное положение: Финальное положение:	Стоя, на коленях, лёжа Сидя, на коленях, в шпагате
		Движения ног:	Ноги вместе, последовательно, шпагат с выпрямленным или согнутым коленом(ями). Примеры: 
7	Перека т на грудь назад	Исходное положение: Финальное положение:	Стоя, на коленях Лёжа на полу, на коленях, через шпагат
		Движения ног:	Ноги вместе, последовательно, шпагат и с выпрямленным или согнутым коленом(ями). Пример: 
8	Перека т вперед Рыбка (прогиб назад, перека т на грудь, проход через плечо с движением «качели», перека т через спину)	Исходное положение: Финальное положение:	Стоя, на коленях Сидя
		Движения ног:	Ноги вместе, последовательно, со шпагатом, согнутые колени, велосипед, выпрямленные ноги, одна нога за другой Примечание: Рыбка, которая начинается или заканчивается в положении лежа, считается как выполненная с полным (360°) вращением. 

9	<p>Перека т назад Рыбка (перека т на спину, проход через плечо с движением «качели», прогиб назад, перека т на грудь)</p>	<p>Исходное положение: Финальное положение: Движения ног: Примеры:</p>	<p>Стоя, сидя</p> <p>Лежа, на коленях, через шпагат</p> <p>Согнутые колени, выпрямленные ноги, одна нога за другой, ноги вместе, велосипед, шпагат</p> <p>Примечание: Рыбка, которая начинается или заканчивается в положении лежа, считается как выполненная с полным (360°) вращением.</p> 
10	<p>Боковое вращение, проход через мостик с выбросом ноги в шпагат</p>	<p>Исходное положение: Финальное положение: Движения ног: Пример:</p>	<p>На коленях, стоя</p> <p>Стоя</p> <p>Шпагат с прогибом назад в положение стоя</p> <p>Примечание: в R под броском может выполняться как преакробатический элемент, конечная позиция без фиксации (выполняется проходящим движением) не DV. В R на броске или ловле может выполняться так же, как Трудность Тела № 18 Боковое вращение, проход через мостик с выходом в Равновесие передний шпагат с наклоном с фиксацией на релеве.</p> 
11	<p>Боковое вращение прогнувши сь назад</p>	<p>Исходное положение: Промежуточная опора:</p>	<p>Стоя, на коленях</p> <p>На одну руку, на обе руки, на локоть, грудь</p>

		<p>Опоры на выбор:</p> <p>Финальное положение:</p> <p>Движения ног:</p> <p>Примеры:</p>	<p>С проходом через мостик на 1 – 2 ногах, или с отрывом ног от пола</p> <p>Стоя, на коленях, лежа</p> <p>Ноги вместе, одна нога за другой, шпагат, выпрямленные или согнутые колени</p> <p>Примечание: этот элемент оценивается с момента, когда гимнастка начинает прогибаться назад в мост. Вращение может продолжаться на коленях без перерыва до полного поворота на 360°.</p> 
12	Прыжок-нырок	<p>Полет:</p> <p>Техника:</p> <p>Финальное положение:</p> <p>Движения ног:</p>	<p>Со шпагатом 180°</p> <p>Прямо, через плечо</p> <p>Стоя, на коленях, через шпагат</p> <p>Согнутые или выпрямленные колени, ноги последовательно (для кувырка)</p>
13	Циркуль	<p>Средняя фаза:</p> <p>Финальное положение:</p> <p>Движения ног:</p>	<p>Туловище горизонтально или ниже, с опорой на руки или без нее</p> <p>Прогиб/подъем туловища в разных направлениях, с окончанием на полу</p> <p>Колено(и) согнуты в любой фазе, или выпрямлены. Циркуль засчитывается при повороте на 360° в вертикальной плоскости: из вертикального положения, проходя через согнутое положение, и обратно в вертикальное положение. Циркуль не требует поворота на 360° в горизонтальной плоскости: нет необходимости начинать и заканчивать вращение в одном направлении.</p>

7.4.1 «ПРЫЖОК-НЫРОК»

Особый тип преакробатического элемента, состоящего из прыжка с наклоном туловища вперед с последующим одним кувырком.

Требуется фаза полета, может быть засчитан с малым или средним отклонением от формы шпагата. При большом отклонении от формы шпагата, оценивается как кувырок.

«Прыжок-нырок» может быть выполнен в R как первое вращение; минимум одно дополнительное вращение требуется, чтобы были выполнены 2 базовых вращения. В «Прыжке-нырке» во время R действителен критерий «смена уровня» \geq . Пример: «Прыжок-нырок» с последующим вращением/кувырком = R2 \geq .

7.4.2 Если гимнастка изменяет ось или технику вращения тела во время преакробатического элемента, первая фаза вращения тела определяет классификацию преакробатического элемента.

Пример: Переворот вперед, заканчивающийся боком, как Колесо = переворот вперед.

Пример: Боковое вращение с прогибом туловища, заканчивающееся перекатом через грудь = боковое вращение.

7.4.3 Все группы разрешенных преакробатических элементов могут быть включены в упражнение при условии, что они выполняются плавно без полета или фиксации в положении стойки на руках, за исключением короткой паузы (не более 1 секунды) для того, чтобы поймать предмет во время элемента.

7.4.4 Полет или фиксация в положении стойки на руках (более 1 секунды) являются запрещенной техникой преакробатических элементов. Преакробатические элементы, выполненные с использованием запрещенной техники, не засчитываются. Сбавка в Исполнении 0.30.

7.4.5 При выполнении серии под броском, состоящей из 2 Преакробатических элементов №1, №2, №3, №6, №10, №11 под броском, дается надбавка 0.20 за серию.

7.4.6 Модифицированный преакробатический элемент. Дефиниция

Модифицированный преакробатический элемент — это элемент, в базе которого содержится известный элемент, например: кувырок, переворот вперед, назад, боком; вертушка в горизонтальной плоскости из положения сидя, с последующим проходом через спину и возвратом в исходное положение после полного оборота тела; №11 «Бочка», №11 «Кудрявцева», №8, 9 «Раленкова», и т.д.

Данные элементы, выполненные особым способом, включающие в себя дополнительную, например смену ног в разных плоскостях, или имеющие

микс (соединение) двух разных переворотов в одном элементе начинающиеся переворотом боком, заканчивающиеся переворотом вперед, или начинающиеся кувырком вперед через голову и включающие в себя дополнительное движение через прогиб тела с приходом в сед на колени и т.д., а также любые другие преакробатические элементы преобразованные подобным способом, включающие в себя сложнокординационный способ исполнения с дополнительными движениями ног или разворотом тела, изменением положения тела, будут считаться модифицированными преакробатическими элементами.

Пример:

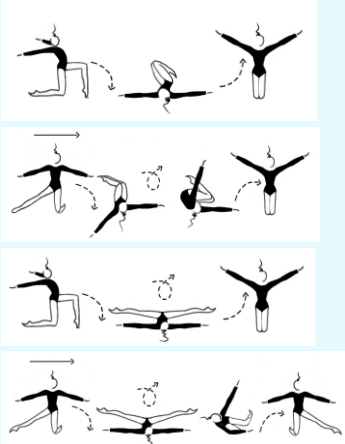
Выполнение Переворота с приземлением на колени, или подъемом с колен, а также смена ног в шпагат во время переворота не является модифицированным акробатическим элементом.

7.4.6.1 При выполнении Модифицированного Преакробатического элемента во время R дается надбавка +0.1 к стоимости риска.

7.5 ВЕРТИКАЛЬНЫЕ ВРАЩЕНИЯ (Таблица №37).

Таблица №37

№	Группа	Возможные варианты
1	Полет: Прыжок/подпрыгивание/ подскок с поворотом. Шаги с поворотами или вращение на одной или двух ногах на полу	С прыжком или без прыжка/подпрыгивания. Свободный выбор положения ноги (выпрямленная или согнутая) во время полета. Любые комбинации – выпрямленная нога, согнутые колени, поднятые колени, с фиксированной формой или с динамическим положением. Свободный выбор положения туловища: выпрямлено, с наклоном вперед, с прогибом назад, с фиксированной формой или с динамическим положением.
2	Сидя: Вращение в положении сидя или на колене, с проходом через шпагат или без него	Туловище выпрямлено; вращение может начинаться стоя или лежа, но всегда заканчивается в положении сидя на полу. Свободный выбор положения ноги, с возможным проходом через положение шпагата. Примечание: боковой перекаат сидя

		относится к группе «сидя» независимо от исходного положения.
3	Лежа: Боковой перекат	<p>Боковое вращение тела, лёжа на полу от начала до конца вращения или с проходом с колен на спину. Свободный выбор положения ноги.</p> <p>Примеры (возможные варианты):</p> 

7.6 ЦЕННОСТЬ

7.6.1 Базовая ценность R (минимум 2 базовых вращения с полными 360° для каждого вращения): 0.20.

7.6.2 Базовая ценность R может быть увеличена с помощью дополнительных критериев. Дополнительные критерии могут быть выполнены во время броска предмета, под полетом и/или во время ловли.

7.7 Сводная таблица дополнительных критериев для R во время броска и при полёте предмета (Таблица №38):





Таблица №38

Символ	Во время полета предмета
R₃, R₄ и т.д. +0.10 за каждое дополнительное вращение	Дополнительное полное вращение 360⁰ тела вокруг любой оси при броске, при полете предмета или на ловле в координации с любой фазой последнего вращения.
Z +0.10	Смена оси вращения тела или смена уровня* при вращении (засчитывается только 1 критерий на каждый R , смена оси или смена уровня, но не то и другое вместе) * Два уровня: 1) полёт/стоя и 2) на полу.
Серии +0.20	Серии из 2 одинаковых непрерывных Преакробатических элементов №1, №2, №3, №6, №10, №11 под полётом
Серии +0.40	Серии из 3 одинаковых непрерывных Преакробатических

	элементов №1, №2, №3, №6, №10, №11 под полётом
Серии +0.20	Серии из 3 одинаковых непрерывных преакробатических элементов (кроме №1, №2, №3, №6, №10, №11) под полётом;
Серии +0.20	для серии Прыжков с поворотом, для двух или трех циркулей без промежуточного шага и без касания свободной ноги пола (Особый случай – п. 7.14)
Серия +0.50	Серия 4 преакробатических вращений кувырки под полетом предмета


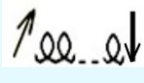
Разъяснения: Дополнительные Критерии для R при полёте предмета (Таблица №39).

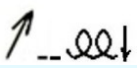
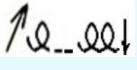
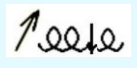
Таблица №39

Элемент R	Разъяснение	Ценность
	Высокий бросок, 3 вращения Шене во время полёта, ловля	R3
	Высокий бросок, 3 кувырка во время полёта, ловля	R3 + 0.20 Серия вращений вокруг горизонтальной оси
	Высокий бросок во время первого базового вращения, 2 вращения во время полёта предмета, ловля	R3
	Высокий бросок, два кувырка под полетом, ловля во время третьего кувырка.	R3 Серия не выполнена до ловли

7.7.1 Дополнительные вращения оцениваются после 2 базовых вращений и действительны даже с дополнительными шагами: все правильно выполненные критерии засчитываются со Сбавкой в Исполнении за неточность траектории и дополнительные Технические ошибки (Таблица №40).




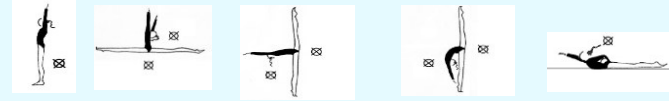
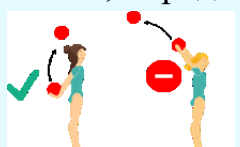
Таблица №40

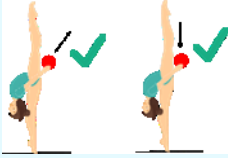
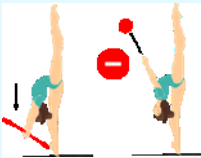



Разъяснение:		
	Высокий бросок, 3 вращения при полёте, 3 шага, ловля	R3 + Сбавка в Исполнении 0.30 за неточность траектории с 3 шагами
	Высокий бросок, 2 базовых вращения без прерывания, затем 2 шага и третье вращение, ловля	R3 + Сбавка в Исполнении 0.10 за неточность траектории с 2 шагами

	Высокий бросок, 2 шага, затем 2 вращения, ловля	R2 + Сбавка в Исполнении 0.10 за неточность траектории с 2 шагами
	Высокий бросок, 1 вращение, затем 2 шага, 2 вращения, ловля	R2 + Сбавка в Исполнении 0.10 за неточность траектории с 2 шагами. <i>Дополнительные вращения оцениваются только после 2 базовых вращений.</i>
	Высокий бросок, 2 базовых вращения при полёте предмета, ловля, а затем третье вращение	R2 Вращение, начатое после ловли предмета, не засчитывается

7.8 Сводная Таблица Общих Дополнительных Критериев для R при броске и ловле предмета (Таблица №41).

Таблица №41








Символы	Общие Критерии для всех предметов+ 0.10 каждый раз
	Вне зрительного контроля
	Без помощи рук
Разъяснения: Общие Дополнительные Критерии для R	
	<p>Без зрительного контроля Примеры зон «вне поля зрения»:</p>  <p>Для бросков и/или ловли без зрительного контроля: Для всех типов бросков/ловли: Броски/ловля, выполненные спереди или сбоку, не считаются с этим критерием, даже с прогибом туловища назад Для получения критерия «вне поля зрения» за бросок/отбив недостаточно, чтобы предмет двигался назад. Бросающая рука или другая часть тела, выполняющая бросок/отбив, должна быть в зоне, определяемой как «вне поля зрения».</p>  <p>Для бросков/ловли, выполняемых с помощью руки(рук): Критерий «вне поле зрения» обычно указывается только для техники, при которой бросающая рука опущена/отведена назад, а не там, где бросающая рука поднята назад (около головы), за</p>

	<p>исключением двух следующих случаев:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Когда туловище прогнуто назад ниже горизонтали, для бросков и ловли в любой позиции сзади туловища дается «вне поле зрения».  <ul style="list-style-type: none"> - Когда туловище прогнуто назад ниже горизонтали, для ловли на туловище/переднюю часть тела на уровне груди или ниже дается «вне поле зрения».  <p>Недействительно для мяча, пойманного двумя руками за шей обеими согнутыми руками.</p> 
<p>≠</p>	<p>Без помощи рук.</p> <p>Не засчитывается в:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Ловля сразу же во вращение на руке  - Смешанная ловля  - Бросок/ловля предмета тыльной стороной руки(рук) - Ловля булавы внутренней стороной кисти/предплечья с помощью другой булавы

7.9 Сводная Таблица Специфических дополнительных критериев для R при броске и ловле предмета (Таблица №42).

Таблица № 42

Символ	Специфический критерий при броске + 0.10 каждый раз	Символ	Специфический критерий при ловле + 0.10 каждый раз
	<p>Высокий бросок открытой и натянутой Скакалки () , удерживаемой за один конец</p>		<p>Ловля Скакалки () по одному концу в каждую руку</p>

	<p>Высокий бросок открытой и натянутой Скакалки (U), удерживаемой за середину</p>		<p>Смешанная ловля Скакалки (U) Ловля одного конца руками, а другого – без помощи рук. Не Действителен дополнительный критерий ■</p>
	<p>Проход через Скакалку (U) всем телом или частью тела во время броска. Минимум 2 большие части тела должны пройти через предмет. Пример: Голова + туловище; Руки + туловище; Туловище + ноги</p>		<p>Проход через Обруч (O) всем телом или частью тела во время ловли. Минимум 2 большие части тела должны пройти через предмет. Пример: Голова + туловище; Руки + туловище; Туловище + ноги</p>
	<p>Бросок после переката по полу (O) Засчитывается только при выполнении вместе с ≠</p>		<p>Непосредственный отбив без остановки от любой части тела, кроме рук (O●) Критерий ∟ не дается за отбив рукой Дополнительный критерий ≠ дается за отбив рукой (руками) или другой частью тела, не засчитывается при отбиве от кистей рук</p>
			<p>Не засчитывается: дополнительный критерий ■ при ловле рукой/кистью, независимо от положения ладони. Засчитывается: дополнительный критерий ✕, если любая часть переката находится вне поля зрения. Ловля в перекат во время вращения √ дает надбавку</p>

			+0.20
↗	Бросок 2 разъединённых Булав () вместе: <ul style="list-style-type: none"> • одновременный бросок • асимметричный бросок • каскадный бросок Асимметричные броски могут выполняться одновременно 1 или 2 руками. Движения 2 Булав в полёте должны быть разной амплитуды (1 бросок выше другого) и в разных плоскостях или направлениях.	↓	Ловля 2 разъединённых Булав () одновременно Стоимость 0.20
		↓	Ловля Мяча (●) одной рукой (без дополнительной помощи телом, включая вторую руку)
		Ⓐ	Непосредственная ловля Обруча (○) во вращение на другой части тела. Не действителен дополнительный критерий «без помощи рук» ≠ для вращения на руке.
DB	- Бросок в DB (ценность 0.40 или более с вращением 360° или более). - Бросок в DB без вращения (ценность 0.40 или более) (только в 1 R)	DB	- Ловля в DB (ценность 0.40 или более) с вращением 360° или более. Надбавка +0.10 -Ловля в DB без вращения (ценность 0.40 или более) (только в 1 R) Надбавка +0.20
		⚡	Ловля во время вращения действительна только с 2 критериями «без помощи рук» ≠ и «без зрительного контроля» ✕ выполненными вместе, но не для каждого отдельно.
Разъяснение:			
Оценивание Каскадных бросков <i>«Каскадные броски» – это броски двух Булав одна за другой, причем обе в полете в один момент времени.</i> - Для R: оцениваются только два броска (не указаны критерии для 3-го броска в каскаде и для повторного броска).			

- *Минимум один бросок должен быть высоким, с двумя базовыми вращениями в полете. Другой бросок может иметь любую высоту. Порядок бросков разной высоты свободный (высокий – низкий, низкий – высокий).*
- *Вращения оцениваются только по отношению к одному полету.*
- *Каждый критерий дается максимум один раз за бросок и максимум один раз за ловлю (а не по одному разу для каждой булавки).*
- *Любой бросок или ловля, выполненные до или во время базового вращения, оцениваются как часть «броскового действия».*
- *Любой бросок или ловля, выполненные после базовых вращений, оцениваются как часть «действия ловли»*

7.10 DB в R:

7.10.1 DB, которая может включать в себя несколько вращений от одного импульса, считается одним вращением.

7.10.2 Попытка DB с вращением, выполненная недопустимым образом, не считается ни вращением, ни критерием DB (R действителен, если базовое определение выполняется без этого вращения).

7.10.3 Повторение DB с вращением (исключение серия DB) не считается ни вращением, ни критерием DB (R действителен, если базовое определение выполняется без этого вращения).

7.10.4 DB с вращением 360° или более с ценностью 0.40 или более может выполняться во время броска и/или ловли предмета и будет засчитана как элемент вращения и DB (DB на броске и ловле должны быть разными):

Надбавка 0.10: бросок на DB стоимостью 0.40 и более;

Надбавка 0.10: ловля на DB стоимостью 0.40 и более.

7.10.5 Допускается выполнение R во время броска и/или ловли на элементе Тела с базовым вращением 180° :

Дополнительное вращение в R не засчитывается, если нет 360° в элементе Тела с вращением, надбавка за DB действительна;

Дополнительное вращение в R засчитывается, если гимнастка выполнила DB с базовым вращением 180° и повернулась на двух ногах завершив полное вращение на 360° .

7.10.6 В упражнении может быть выполнен только один R с броском и/или ловлей с DB без вращения. Если R выполнен с DB стоимостью 0.40 или более без вращения на броске и/или на ловле (DB на броске и на ловле должны быть разными), дается:

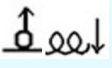
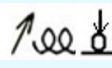
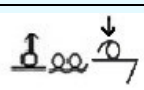
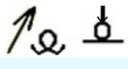

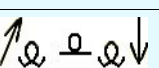

Надбавка 0.10: бросок на DB стоимостью 0.40 и более;

Надбавка 0.20: ловля на DB стоимостью 0.40 и более.

7.10.7 Если DB выполняется во время броска, но предмет потерян в конце R, DB все же засчитывается (R не засчитывается).

7.10.8 Повтор DB не разрешён, за исключением серий: DB, которая используется изолированно, не может быть повторена как критерий DB для R (критерий не засчитывается) (Таблица №43).

Таблица №43

Разъяснения: DB с вращением в R		
Элемент R	Разъяснения:	Ценность
	Высокий бросок во время первого вращения DB, два базовых вращения при полёте, ловля	R3 + DB 0.30+0.10=0.40 1 DB засчитывается
	Высокий бросок, два базовых вращения при полёте, ловля во время третьего вращения DB	R3 + DB 0.30+0.10=0.40 1 DB засчитывается
	Высокий бросок во время 1 DB, два базовых вращения при полете, ловля во 2 DB	R4 + DB + DB 0.40+0.10+0.10=0.60 2 DB засчитываются
	Высокий бросок, первое вращение при полете, ловля во время второго вращения DB	R не засчитывается Нет двух базовых вращений при полёте 1 DB засчитывается
	Высокий бросок во время первого вращения DB, второе вращение при полёте, ловля	R не засчитывается Нет двух базовых вращений при полёте 1 DB засчитывается
	Высокий бросок, первое вращение при полёте, второе вращение при полёте (DB), третье вращение при полёте, ловля	R не засчитывается (п. 7.8.) DB не засчитывается
	Высокий бросок, Поворот Аттитюд 2 вращения (720°) при полёте, ловля	R не засчитывается: 1 DB засчитывается при полёте

7.11 Из 3 одинаковых DB с вращением:

Серия из одинаковых Прыжков с поворотом может быть использована в одном R в упражнении, выполняемом следующим образом:

Бросок предмета во время 1-й DB;

Вторая DB под полетом;

Ловля во время третьей DB (Таблица №44).

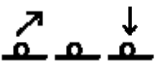
7.11.1 «Серия» означает, что DB с прыжком взята из одной и той же ячейки Таблицы DB. Если Серия не засчитывается, например, с другими DB, то R не засчитывается.

7.11.2 Этот особый тип R будет оценен, и ценность будет увеличена на 0.20 для серии с 1 прыжком с поворотом под полетом. Дополнительные вращения в ходе полета не допускаются. Надбавка +0.10 за критерий DB стоимостью 0.40 или более в серии дается только один раз, а не за бросок и ловлю.

7.11.3 Этот тип R может выполняться во время серий из более чем 3 одинаковых прыжков с поворотом, при условии, что любые прыжки с поворотом, выполняемые до и/или после R, выполняются с использованием технических элементов предмета.

7.11.4 Если предмет пойман до или после 3-й DB или потерян, R не засчитывается.

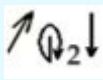
Таблица №44

Примеры / Разъяснения: серии из 3 одинаковых DB с Вращением R		
Элемент R	Разъяснения:	Ценность
	<i>Высокий бросок на Прыжке с поворотом, Прыжок с поворотом под полетом, ловля на третьем Прыжке с поворотом</i>	DB + R3 + серия $0.10+0.30+0.20=0.60$ 3 DB

7.12 ОСОБЫЙ СЛУЧАЙ:

7.12.1 При выполнении двух циркулей без промежуточного шага и без касания свободной ноги пола под броском действует дополнительный критерий за серию +0.20 к стоимости риска (Таблица №45).


Таблица №45

Особый случай:		
	<i>Высокий бросок, первый Циркуль, второй Циркуль, (без промежуточных шагов и без касания свободной ногой пола), ловля</i>	R2+ серия $0.20+0.20=0.40$

7.12.2 При выполнении двух Циркулей со сменой опорной ноги (Циркуль на правой опорной ноге, Циркуль на левой опорной ноге) под


броском действует дополнительный критерий за серию +0.20 к стоимости риска (Таблица №46).

Таблица №46

Особый случай:		
	<i>Высокий бросок, 2 Циркули со сменой опорной ноги, ловля после второго Циркуля</i>	R2 +серия 0.20+0.20 =0.40

7.12.3 При выполнении трех циркулей без промежуточного шага и без касания свободной ноги пола под броском действует дополнительный критерий за серию +0.20 и дается надбавка за сложность + 0.30 к стоимости риска (Таблица №47).

Таблица №47

Особый случай:		
	<i>Высокий бросок, первый Циркуль, второй Циркуль, третий Циркуль (без промежуточных шагов и без касания свободной ногой пола), ловля</i>	R3+серия+ надбавка за сложность 0.30+0.20+0.30=0.80

7.13 Отбив – это часть основного действия R (часть начального броска для R); при выполнении отбива на ловле R необходимо поймать отбив, чтобы R был засчитан. Критерии, выполненные во время отбива, засчитываются: каждый критерий дается максимум 1 раз, вместе для ловли и отбива.

Критерии для ловли предмета после отбива не оцениваются как часть R и DA. Повторный бросок в конце R или непосредственно после R относится к R, но не дает никаких критериев (ни повторного броска, ни броска без помощи рук). Этот тип броска или ловли никогда не оценивается как DA.

Примечание:

«Бумеранг» Ленты не действителен для критерия «повторный бросок» в R. R не будет засчитан при выполнении «Бумеранга» в любой фазе (бросок или повторный бросок).

7.14 Бросок 2 разъединенных Булав: этот критерий даётся только 1 раз за бросок, который выполняется асимметрично, каскадом или одновременно.

Примечание:

Ловля 2 разъединенных Булав: даётся только при ловле одновременно.

7.15 Прямая ловля Обруча другой частью тела (■): если выполняется с помощью локтя, шеи или ноги и т.д. (не рукой), этот критерий будет действителен, как и дополнительные критерии «без помощи рук».

7.16 Ловля Скакалки может быть выполнена следующими способами:
По одному концу в каждой руке без помощи, поддержки какой-либо частью тела (одновременно или в быстрой последовательности, без прерывания или касания пола);

ловля раскрытой скакалки за один конец или за середину, при условии, что во время ловли скакалка не касается пола;

Смешанная ловля: Ловля одного конца руками, а другого – без помощи рук;

Концы Скакалки, связанные вместе.

Примечание:

Во время ловли допускается непроизвольное касание скакалки пола, R засчитывается со сбавкой в Исполнении. Если часть Скакалки (1/2 часть или более) падает на пол во время ловли в R, R полностью не засчитывается.

7.17 В упражнении со скакалкой максимум 2 высоких броска и/или R могут быть выполнены с завязанной скакалкой (остальные свыше 2х недействительны).

7.18 Ловля ленты:

Любая часть палочки должна быть поймана, чтобы быть засчитанной (с возможной сбавкой в Исполнении за неправильную ловлю).

7.19 R не засчитывается в следующих случаях:

без высокого броска предмета;

отсутствуют 2 базовых вращения при полёте предмета;

неполные 360° в каждом базовом вращении (1 или оба);

прерывание между двумя базовыми вращениями;

потеря предмета;

ловля мяча с отбива от пола;

ловля Ленты за материю, а не за палочку;

выполнение с Бумерангом в любой фазе;

полная потеря равновесия с падением гимнастки;

повтор вертикальной группы № 1 в более чем двух R;

повтор вертикальной группы №2 в более чем одном R;

повтор группы преакробатического элемента в более чем одном R;

более 1 R выполнено с DB без вращения или с DB, определяемой как 180°, включая последнее вращение в R, используемое в качестве подготовительного к таким DB;

DB ценностью 0.20 или более выполнена под полётом предмета (разрешено только в сериях прыжков с поворотом);

R с сериями прыжков с поворотом: прерывание между вращениями;

Р с сериями прыжков с поворотом: неправильный хронометраж броска/ловли:

бросок до/после первого прыжка с поворотом,
ловля до/после третьего прыжка с поворотом,
ловля предмета после окончания музыки.

Трудность началась вне пределов площадки.

8. ТРУДНОСТЬ ПРЕДМЕТА DA

8.1 ДЕФИНИЦИЯ

8.1.1 Трудность предмета DA – это технический элемент предмета («База»), выполняемый с особыми критериями для каждого предмета.

8.2 ТРЕБОВАНИЯ

8.2.1 В каждом упражнении оцениваются максимум 15 DA в порядке их выполнения (независимо от технического исполнения DA).
Дополнительные элементы DA не оцениваются (нет Сбавки).

8.3 Базы DA включают некоторые (не все) элементы предмета.

8.4 Элементы DA состоят из следующей комбинации Базы (Баз) и критериев:

База предмета + минимум 2 критерия (оба критерия выполняются во время 1 Базы);

2 и более Базы предмета + минимум 2 критерия, которые выполняются во время минимум одной из Баз. Две базы должны выполняться без перерыва или паузы между ними на одном движении.

8.5 Ценность Базы определяет ценность DA, когда DA состоит из 1 Базы предмета + 2 критериев.

Пример: Обруч и Мяч (Таблица №47).

Таблица №47

База	Ценность	Критерий	Ценность DA
Большой перекат ∞∞∞	0.30	⊗ ○	0.30

8.6 Когда DA состоит из 2 Баз предметов:

Наивысшая ценность одной из Баз + дополнительные 0.10 балла за вторую Базу определяют ценность DA.

Пример: Обруч (Таблица №48).

Таблица №48

База	Ценность	База	Ценность	Критерий	Ценность DA
------	----------	------	----------	----------	-------------

Маленький бросок →	0.20	Большой пережат ∞∞∞	0.30	DB	0.30 (наивысшая База) + 0.10 (2я База) = 0.40
-----------------------	------	------------------------	------	---------------	---

8.6.1 Сочетание двух баз может быть выполнено не более 5 раз в композиции. Последующие DA с двумя базами и критериями оцениваются по наивысшей базе, 0.10 не добавляется.

8.6.2 Когда DA выполняется с 2 Базами предметов и выполняется только 1 критерий: это не оценивается как DA.

Пример: Лента (Таблица №49).

Таблица №49

База	Ценность	База	Ценность	Критерий	Ценность DA
Спираль (Лента удерживается за материю) ∞∞∞	0.30	Высокий бросок ↗	0.20	DB	0.00

8.6.3 Две последовательные Базы предмета оцениваются как 2 отдельных DA только тогда, когда есть четкое окончание (остановка после) первой Базы/DA до начала второй Базы/DA.

8.6.4 Когда DA выполняется с 2 Базами предметов, 2 Базы должны выполняться без паузы или перерыва на одном движении (исключение: когда предмет пойман в положении стойки на руках, допускается короткая пауза между Базой «ловля после высокого броска» и второй Базой).

Примечание:


Для высокого броска 1 булавы: если во время высокого броска одной булавы, вторая булава выполняет другое DA (не малый бросок), дается надбавка за 2 базы (наивысшая +0.10).

8.6.5 Когда DA состоит из 2 Баз предметов (одна из которых должна быть «ловля после высокого броска») достаточно 1 критерия, выполняемого во время 2 Баз: ценность самой высокой Базы + дополнительные 0.10 балла за вторую Базу определяют ценность DA (Таблица №50).

Таблица №50


База	Ценность	База	Ценность	Критерий	Ценность DA
Ловля после высокого броска ↓	0.30	Большой пережат	0.30	∞	0.30 (наивысшая База) + 0.10 (2я База) = 0.40




Примечание:

При ловле в пережат с большого броска , который начинается с руки, вытянутой вперед или в сторону, критерий «вне поля зрения» не действует для ловли и не признается как минимум 1 критерий, выполняемый во время обеих баз. Во время ловли после большого броска в пережат необходим другой критерий, чтобы подтвердить DA с двумя базами предмета.

8.7 Критерии DB могут быть использованы в упражнении максимум 8 раз и оцениваются в порядке их выполнения. Если в DA используется дополнительный DB, этот DA не будет действительным, независимо от количества выполненных дополнительных критериев. Судья DA регистрирует только те DB, которые содержат DA.

8.8 При выполнении высокого броска или ловли предмета на Трудности Тела DB стоимостью 0.50 и более дается надбавка 0.10 к базе броска или ловли.

8.9 При выполнении базы «бумеранг в воздухе»  с ловлей конца после выброса, дается надбавка 0.10 к стоимости бумеранга (только для броска, а не для ловли).

8.10 При выполнении DA с базой: «высокий бросок»  или «бумеранг в воздухе»  с критериями без помощи рук и без зрительного контроля , выполняемой на Трудности Тела DB с ценностью 0.40 и более, дается надбавка +0.30 к стоимости DA.

Пример:

Бросок задней ногой во время прыжка подбивной с наклоном туловища назад (Рисунок №18).



Рисунок №18

0.20 (База) + 0.30 (бросок в трудности стоимостью 0.40, с критерием без помощи рук, без зрительного контроля) = 0.50+1 DB.

9.1 Декорация и все критерии «бросок / ловля» и всех других баз с 2 действиями должны быть на одном и том же действии

(не один бросок и одна работа предмета, как связующее движение между элементами или другими движениями предмета, выполняемое для большого броска или ловли оценивается в соответствии с критериями: её идею, характер и музыкальные акценты.

9.2 Декорация не относится к элементам мастерства предмета.

9.3 В базовой работе декорации может использоваться любая техническая работа для каждого предмета или любое другое техническое

Если два критерия выполнены во время броска, но один или оба критерия недействительны: Весь DA недействителен, независимо от двух действительных критериев во время ловли.

8.12 Для Базы «Бумеранг»: если во время отпускания Бумеранга выполняется один критерий, а во время ловли Бумеранга выполняются два критерия, то DA «Бумеранг» будет действителен.

8.13 Одинаковое повторение элемента DA не засчитывается:

Одинаковое повторение всей комбинации Базы (Баз) и критерия(ев);

Повторение DB (включая формы, выполняемые изолированно или внутри Равновесия Фуэте) не является действительным критерием DB.

Пример:

Равновесие Фуэте с формой аттитюд, DA не выполняется.

Равновесие Аттитюд с DA: Повтор Равновесия Аттитюд, DA не оценивается.

8.14 Элементы DA засчитываются только при выполнении всех требований по Базе и критериям.

Разъяснение:

Гимнастка пытается выполнить DA с базой «перекат Мяча по 2 большим частям тела, но Мяч не перекачивается через 2 части тела. В этом случае DA не засчитывается, так как дефиниция базы не выполнена. Кроме того, применяется Сбавка в Исполнении.

8.15 Последовательные одинаковые Базы:

Одна и та же База, выполненная с одинаковым взаимодействием тела и предмета в 2 или более последовательных элементах тела / Трудностях тела, делает действительной только первую DA.

Разъяснение:

Одна и та же спираль Лентой, выполненная с тем же положением руки в 2 последовательных элементах тела: переворот вперед с переходом в Равновесие «свободная нога в переднем шпагате без помощи, наклон туловища назад ниже горизонтали», делает действительной только одну DA.

8.16 Таблицы критериев для DA действительны для всех предметов (Таблица №51).

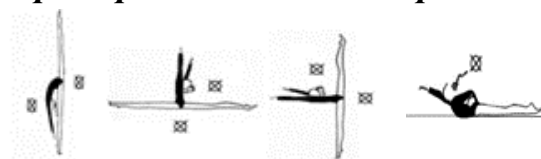
Таблица №51

Критерии действуют при условиях, изложенных в Таблицах; критерии, помеченные как «N/A» в Таблицах Критериев DA, не существуют для соответствующей базы и, следовательно, не засчитываются. **Разъяснения:**
Дополнительные Общие Критерии для DA



Вне поля зрения:

Примеры зон «вне поля зрения»:



-Для всех типов элементов предметов:

•Критерий «вне поле зрения» оценивается для положения руки (только для спиралей и змеек, см. ниже) или части тела, которой выполняется элемент(ы), в соответствии с вышеуказанными зонами.

•Элементы, выполняемые спереди или сбоку от тела, не попадают под этот критерий, даже если туловище наклонено назад.

•Полная база предмета или одно из 2 или более определенных действий должны выполняться вне поля зрения. Исключения:

-**Большие перекаты и скольжение** находятся «вне поле зрения», если какая-либо часть (начало, середина или конец) переката выполняется в зоне, определенной как «вне поле зрения».

-**Мельницы** считаются как «вне поле зрения», если минимум 2 из 4 кругов выполнены в зоне, определенной как «вне поле зрения».

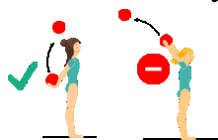
-Для бросков/отбивов/повторных бросков:

Недостаточно, чтобы предмет перемещался назад:

бросающая рука или другая часть тела, выполняющая бросок/отбив/повторный бросок, должна находиться в зоне, определенной как «вне поле зрения».

-Для выполнения элементов предмета с помощью рук:


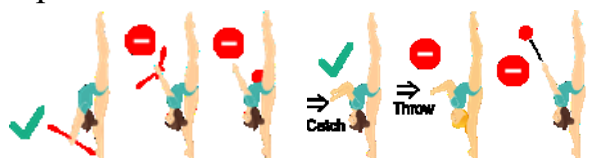


«Вне поля зрения» обычно указывается только для техник, при которых рабочая рука опущена/отведена назад, а не для техник, при которых рабочая рука поднята/отведена назад (около головы), за исключением следующих 3 пунктов:



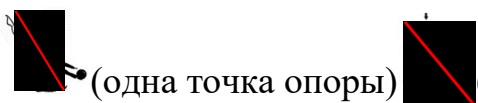


Для спиралей и змеек также указывается «вне поле зрения», когда рабочая рука поднята вверх/отведена назад и находится за вертикальной линией.



Когда туловище наклонено назад ниже горизонтального положения, для выполнения баз в любом месте сзади туловища дается

	<p>«вне поле зрения»</p>  <p>Когда туловище наклонено назад ниже горизонтального положения, «вне поле зрения» дается для баз, выполняемых на туловище/спереди туловища на уровне груди или ниже. Этот пункт не применяется ни к какому типу бросковых действий, кроме ловли после малых бросков и т.д.</p>  <p>Когда гимнастка лежит на полу лицом вверх: базы, выполняемые с помощью рук, с руками, поднятыми выше головы, не получают критерий «вне поле зрения».</p> <p>«Вне поле зрения» не считается для мяча, пойманного двумя согнутыми руками за шеей.</p> 
≠	<p>Без помощи рук:</p> <p>Предмет должен совершать самостоятельное техническое движение, начатое:</p> <ul style="list-style-type: none"> -импульсом от другой части тела -начальным импульсом от руки (рук), но после этого предмет должен двигаться самостоятельно без помощи руки (рук) <p>Не засчитывается в:</p> <ul style="list-style-type: none"> -Ловля сразу же во вращение на руке (■); -Бросок/ловля предмета тыльной стороной руки(рук) -Ловля булавы () внутренней стороной кисти/предплечья другой булавой
≠	<p>Под ногой(ами): в сложной взаимосвязи тела и предмета под ногой(ами)</p> <p>Примеры:</p>  <p>и т. п.</p> <p>Примечание по булавам: когда мельницы выполняются с руками по сторонам ноги, они сами по себе – под ногой, и поэтому критерий «под ногой» действителен независимо от положения</p>

	<p><i>тела.</i></p>
	<p>Положение на полу: положением на полу считается любое положение гимнастки с опорой на верхний плечевой пояс (плечи, грудь или лопатки). не обязательно туловище должно быть полностью на полу (независимо от того, как оно расположено – лицом вверх, вниз или в сторону). Положение ног – свободное</p> <p>Примеры:</p>   <p>(одна точка опоры) (положение стоя на колене)</p> <p>Примечание: если гимнастка выполняет DA в положении на полу с одной точкой опоры: грудь, лопатки или предплечья, дается надбавка +0.10 к стоимости DA</p>
<p>W</p>	<p>Полная Волна тела: Полная Волна всего тела — это последовательное сокращение и расслабление всех мышц тела вдоль «цепочки» сегментов тела, подобно «электрическому току».</p> <p>-В волнообразных движениях задействованы все сегменты тела, от головы, через таз, до стоп и наоборот.</p> <p>-Участие рук не обязательно: их возможное использование определяется предметом и/или хореографией.</p> <p>-Амплитуда Волны – на выбор.</p> <p>Примеры Полных волн телом: Вперед, назад, в стороны, назад с опусканием на пол, Волны всем телом со спиральным поворотом и т.д.</p> <p>Оценивание критерия в соответствии с дефиницией:</p> <p>-Наклоны вперед и назад без последовательного движения через тело (сегменты участвуют одновременно, а не последовательно): не засчитывается.</p> <p>-Последовательное сокращение всех сегментов тела, но без их расслабления: не засчитывается.</p> <p>-Последовательное сокращение и расслабление мышц от бедер к голове, без участия коленных и голеностопных суставов: не засчитывается.</p> <p>-Последовательное сокращение и расслабление мышц от лодыжек к голове, без участия рук: допустимо – участие рук не</p>

	<p>обязательно.</p> <p>-Последовательное сокращение и расслабление мышц от лодыжек к голове с ограниченной амплитудой движений в области шеи: засчитывается со сбавкой в Исполнении.</p> <p>Все Волны тела должны быть разными: отличаться наличием движений вперед / назад / в стороны / ногами вместе или врозь, но с одинаковыми повторяющимися движениями.</p>
<p>DB</p>	<p>Трудность тела: Выполняется с DB ценностью 0.10 или более</p> <p>-DB, определяемая поворотом или положением на полу, может засчитываться только как DB</p> <p>-Во время равновесия Фуэте и поворота Фуэте можно выполнить максимум 1 DA. Все дополнительные DA в том же DB (например, в равновесии или в повороте Фуэте), считаются попытками DA и не засчитываются.</p> <p>-Серии прыжков и вращений: допускается 1 DA для каждой DB серии, если она выполнена в соответствии с требованиями DA (например, одинаковый повтор DA считается попыткой и не засчитывается)</p> <p>-Комбинированные Трудности: если каждый компонент Комбинированной Трудности выполняется в соответствии с требованиями DA, то DA возможна на каждой DB Комбинированной Трудности.</p> <p>Примечание для большого переката в DB равновесия: импульс для переката и импульс для DB могут быть выполнены одновременно. Ожидается, что после первоначального импульса равновесие DB (за исключением динамических равновесий) будет зафиксировано на время выполнения переката. Если этого нет, то критерий DB недействителен для большого переката DA, а большой перекат не является допустимым техническим элементом предмета для равновесия DB.</p>
<p>o</p>	<p>Вращение:</p> <p>-Минимум 360^o</p> <p>-Полное определение базы должно быть показано во время фазы вращения. Допускается, чтобы база была завершена до завершения вращения. Для больших перекатов импульс для переката и импульс для вращения можно делать одновременно.</p> <p>-Этот критерий не действителен для DB, включающей вращение</p>

	<p>-DB не может использоваться как элемент вращения</p> <p>-Этот критерий можно комбинировать с «положением на полу», если вращение на 360° выполняется таким образом, чтобы весь корпус лежал ровно на полу от начала до конца выполнения базы предмета.</p>
--	--

8.17 DA с критерием на полу: в положении на полу может быть выполнено максимум 3 последовательных DA. После 3 последовательных DA, выполненных в положении(ях), определяемых как «положение на полу», гимнастка должна выполнить минимум одно соединяющее движение или Трудность, которые не относятся к «положению на полу», прежде чем гимнастка сможет вернуться в любое «положение на полу». Все дополнительные последовательные DA на полу (до тех пор, пока гимнастка встанет с пола) считаются попытками выполнения DA и не засчитываются, (независимо от 2 других действительных критериев). Применяется сбавка судьями DA:

Сбавка судей DA: 0.30 за каждый набор из 4 последовательных DA в положении на полу.

8.18 Особый элемент DA «вертушка Шугуровой»

«Вертушка Шугуровой»: стоимость 0.50 (Рисунок №19).

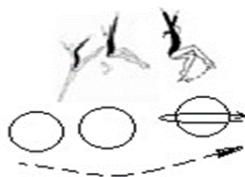


Рисунок №19

Перекат обруча по полу → высокий прыжок с согнутыми ногами точно над вертикалью обруча → две стопы закручивают обруч на полу в вертикальное вращение (вертушка).

8.18.1 Если вращение (вертушка) ногами совершается с боку, а не точно над обручем, элемент DA не засчитан, сбавки нет.

8.19 Максимум 3 преакробатических элемента разных групп могут быть выполнены для критерия «вращение». Преакробатические элементы могут быть те же самые или иные, чем те, которые использовались в R:

преакробатические элементы оцениваются в порядке их выполнения: будут оценены первые 3 элемента.

Наличие преакробатического элемента в элементе DA оценивается независимо от количества выполненных дополнительных критериев.

Повтор одного и того же преакробатического элемента в двух (или трех) разных элементах DA не засчитывается; DA не засчитывается независимо от количества выполненных дополнительных критериев.

Если дополнительный преакробатический элемент использован в DA, то эта DA не засчитывается (Нет Сбавки).

Примечание:

Трудность DB № 18 Боковое вращение, проход через мостик с выходом в Равновесие передний шпагат с наклоном с фиксацией на релеве, является преакробатическим элементом и входит в число 3 максимальных преакробатических элементов.

8.19.1 Когда преакробатический элемент соединен с DB (с DA или без нее) или используется из соображений хореографии, он засчитывается в общее число преакробатических элементов, разрешенных для критерия «вращение» при использовании в элементах DA, и эта группа преакробатических элементов не может быть повторена для DA.

8.19.2 В случае, если DA выполняется последовательно во время преакробатического элемента и DB, это считается и как один из 3 возможных преакробатических элементов.

8.19.3 Модифицированный преакробатический элемент.
Дефиниция.

Модифицированный преакробатический элемент — это элемент, в базе которого содержится известный элемент, например: кувырок, переворот вперед, назад, боком; вертушка в горизонтальной плоскости из положения сидя, с последующим проходом через спину и возвратом в исходное положение после полного оборота тела; №11 «Бочка», №11 «Кудрявцева», №8, 9 «Раленкова».

Данные элементы, выполненные особым способом, включающие в себя дополнительную, например смену ног в разных плоскостях, или имеющие микс (соединение) двух разных переворотов в одном элементе начинающиеся переворотом боком, заканчивающиеся переворотом вперед, или начинающиеся кувырком вперед через голову и включающие в себя дополнительное движение через прогиб тела с приходом в сед на колени и т.д., а также любые другие преакробатические элементы преобразованные подобным способом, включающие в себя сложнокординационный способ исполнения с дополнительными движениями ног или разворотом тела, изменением положения тела, будут считаться модифицированными преакробатическими элементами.

Пример:

Выполнение Переворота с приземлением на колени, или подъемом с колен, а также смена ног в шпагат во время переворота не является модифицированным акробатическим элементом.

При выполнении Модифицированного Преакробатического элемента во время DA, дается надбавка +0.1 к стоимости DA.

8.20 Нет лимита на использование групп вертикальных вращений в DA.

8.21 Отличие DA от неправильно выполненного R: Высокий бросок и ловля с вращением на 360° и более в полете являются характерными движениями для R. Такие элементы всегда оцениваются как R, а не как DA.

8.22 Когда гимнастка не выполняет вращение под полетом: Бросок во время вращения и/или ловля во время вращения оценивается как DA, если выполняется определение DA.

8.23 Элементы DA не действительны в следующих случаях:

база или критерий не выполнены в соответствии с дефиницией;

потеря предмета во время элемента DA;

более 3 DA с преакробатическим элементом (как критерий вращения), оценены в порядке выполнения;

преакробатический элемент одной и той же группы выполнен в более чем 1 DA;

потеря равновесия с опорой на одну или обе руки либо с опорой на предмет;

полная потеря равновесия и падение гимнастки во время выполнения DA;

выполнение в любой фазе R;

выполнены последовательно более 3 Трудностей DA в положении на полу;



















лента по ошибке поймана за материал;

Трудность началась вне пределов площадки;

любая часть Трудности выполнена после окончания музыки.

8.21 ТАБЛИЦА БАЗ И КРИТЕРИЕВ ДА СКАКАЛКА (ТАБЛИЦА № 52):

Таблица №52

База	Символ	Ценность	Критерии							Особые критерии			
													
Проход через скакалку, во время прыжков		0.20	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V	V
Проход через Скакалку всем телом или частью тела (2 большие части тела), в том числе сложенную вдвое		0.20	V	V	V	V	V	V	V				
Проход через Скакалку сериями подпрыгиваний/подскоков (минимум 3) *		0.20	V	V	V	V	N/A	N/A	N/A	V	V	V	V
Ловля открытой Скакалки по одному концу в каждую руку без помощи, поддержки другими частями тела		0.3	V	N/A	V	V	V	V	V				
• Эшаппе		0.30	V	V	V	V	V	V	V				
• Спирали: вращения свободного конца Скакалки одной рукой		0.40	V	V	V	V	V	V	V				
Вращение (мин. 1) Скакалки, сложенной в 2 раза в одной руке или в двух руках)		0.20	V	V	V	V	V	V	V				

Свободное вращение (минимум 1) вокруг части тела		0.20	V	N/A	V	V	V	V	V				
Вращение (минимум 1) открытой Скакалки, удерживаемой за конец или за середину		0.20	V	V	V	V	V	V	V				
Мельницы открытой Скакалкой		0.20	V	N/A	V	V	V	V	V				
Большой перекат Скакалки, закрученной в «мяч», через 1 или 2 крупные части тела		0.20	V	V	N/A	V	V	V	V				
Отбивы Скакалки от пола		0.20	V	V	V	V	V	V	V				
Передача без помощи рук минимум 2 разными частями тела (кроме кистей рук)		0.20	V	N/A	V	V	V	V	V				
Малый бросок/ловля		0.20	V	V	V	V	V	V	V				
Высокий бросок		0.20	V	V	V	V	V	V	V				
Высокий бросок открытой Скакалки, удерживаемой за середину		0.20	V	V	V	V	V	V	V				
Высокий бросок открытой Скакалки, удерживаемой за конец		0.20	V	V	V	V	V	V	V				
Ловля после высокого броска		0.30	V	V	V	V	V	V	V				
Символ	Разъяснение: Особые критерии для Скакалки												
	Двойное (и более) вращение предмета во время высоких прыжков или подпрыгиваний												










←	<i>Скакалка возвращается назад во время высоких прыжков или подпрыгиваний</i>
■	<i>Скрещивание рук во время высоких прыжков; в сериях подпрыгиваний; возможно выполнение попеременно со скрещенными и не скрещенными руками либо все время со скрещенными руками</i>
⊖	<i>Проход в скакалку, сложенную вдвое, во время высоких прыжков или подпрыгиваний; в сериях подпрыгиваний</i>

* Проход через Скакалку сериями подпрыгиваний/подскоков (минимум 3): Во время серии подпрыгиваний достаточно выполнить одно из подпрыгиваний с критериями для действительной ДА

8.22 ТАБЛИЦА БАЗ И КРИТЕРИЕВ ДА ОБРУЧ (ТАБЛИЦА №53): ○










Таблица №53

База	Символ	Ценность	Критерии						
			⊗	≠	≠	♂	■	W	DB
Большой перекат Обруча по мин. 2 крупным частям тела	∞	0.30	V	V	N/A	V	V	V	V
Свободное вращение Обруча вокруг оси вокруг части тела или на части тела (не засчитывается на открытой ладони)	⊖	0.30	V	V	N/A	V	V	V	V
Вращение (мин. 1) Обруча вокруг части тела (кроме кистей рук)	○	0.20	V	N/A	N/A	V	V	V	V
Проход через Обруч всем телом или частью тела (2 большие части тела)	⊖	0.20	V	V	V	V	V	V	V
Перекат Обруча по полу	∞	0.20	V	V	N/A	V	N/A	V	V
Вращение (мин. 1) Обруча на полу вокруг оси	⊖	0.20	V	V	N/A	V	N/A	V	V
Передача без помощи рук мин. 2 разными частями тела (кроме кистей рук)	∞	0.20	V	N/A	N/A	V	V	V	V
Скольжение Обруча по мин. 2 крупным частям тела	∞	0.20	V	V	N/A	V	V	V	V
Малый бросок/ловля (включая свободное падение)	→	0.20	V	V	V	V	N/A	V	V
Бросок, толчок, отбив от разных частей тела (кроме рук)	→	0.20	V	V	V	V	N/A	V	N/A

Высокий бросок		0.20	V	V	V	V	V	V	V
Высокий бросок с вращением вокруг оси		0.30	V	V	V	V	V	V	V
Ловля после высокого броска		0.30	V	V	V	V	V	V	V
Отбив от пола после высокого броска и непосредственного возврата предмета (любая высота отбива, без помощи рук)		0.30	V	V	V	V	V	V	V
Символ	Разъяснение: дополнительные специфические Базы Обруча								
	<p>Высокий бросок с вращением Обруча вокруг своей оси во время полета</p> <ul style="list-style-type: none"> • Бросок Обруча путем вращения его вокруг вертикальной или горизонтальной оси в полете, сохраняя плоскость вращения от начала до конца полета Обруча. • Начальный импульс задается во время броска Обруча одной или двумя руками или другой частью тела. 								
	Можно комбинировать 2 базы «ловли с высокого броска» с «отбивом от тела» в одной DA								
	Только одна База ловли Обруча после высокого броска действительна в одном элементе:  (ловля Обруча в полете с высокого броска) или  (отбив от пола после высокого броска и непосредственного возврата предмета), но не вместе как 2 базы в одной DA.								

8.23 ТАБЛИЦА БАЗ И КРИТЕРИЕВ ДА МЯЧ (ТАБЛИЦА №54):

Таблица №54

База		Символ	Ценность	Критерии						
					\neq	\neq			W	DB
Большой перекат Мяча по мин. 2 крупным частям тела			0.30	V	V	N/A	V	V	V	V
Ловля Мяча после высокого броска одной рукой			0.30	V	N/A	V	V	V	V	V
Отбив	1 высокий отбив (уровень колена или выше) от пола		0.20	V	V	N/A	V	V	V	V
	Серии (мин.3) маленьких отбивов		0.20	V	V	N/A	V	V	V	V
Свободное вращение Мяча на части тела			0.20	V	N/A	N/A	V	V	V	V
Передача Мяча без помощи рук минимум 2 разными частями тела (кроме кистей рук)			0.20	V	N/A	N/A	V	V	V	V
Малый бросок/ловля (включая свободное падение)		\rightarrow	0.20	V	V	V	V	N/A	V	V
Отталкивание, толчок, отбив разными частями тела, кроме рук/кистей рук		\rightarrow	0.20	V	V	V	V	N/A	V	N/A
Высокий бросок			0.20	V	V	V	V	V	V	V

Ловля после высокого броска	↓	0.30	V	V	V	V	V	V	V
Отбив от пола после высокого броска и непосредственный возврат предмета (любая высота отбива, без помощи рук/кистей рук)	↓↗	0.30	V	V	N/A	V	V	V	V
Символ	Разъяснение: Базы ловли								
↓	DA засчитывается только в том случае, если мяч пойман одной рукой. Если гимнастка пытается поймать мяч одной рукой и отбивает его другой рукой или телом, это засчитывается как попытка выполнения DA и не засчитывается со сбавкой в Исполнении.								
V	Серия (мин. 3) небольших отбивов от пола: 2 критерия должны выполняться в одном и том же действии (например, не 1 критерий при 1-м отбиве, а другой критерий при 3-м отбиве). Действия оцениваются в хронологическом порядке.								
↓ ↗ ↓	Только одна база ловли Мяча после высокого броска действительна в одном элементе: ↓ (ловля Мяча в полете с высокого броска) или ↓ (ловля Мяча одной рукой с высокого броска) или ↓↗ (Отбив от пола после высокого броска и непосредственно возврат предмета), но не все вместе как 2 базы в одной DA.								
↓ →	Можно комбинировать 2 Базы «Ловля с высокого броска» с «Отбивом разными частями тела» кроме рук/кистей в одной DA.								

8.24 ТАБЛИЦА БАЗ И КРИТЕРИЕВ ДА БУЛАВЫ (ТАБЛИЦА №55): 

Таблица №55

База	Символ	Ценность	Критерии						
				\neq	\neq			W	DB
Мельницы (мин 4/6 кругов)		0.30	V	N/A	V	V	V	V	V
Малый бросок 2 разъединенных Булав/ловля		0.30	V	V	V	V	N/A	V	V
Маленькие круги 2 Булав		0.20	V	N/A	V	V	V	V	V
Малый бросок 2 соединенных Булав		0.20	V	V	V	V	N/A	V	V
Большой пережат через мин. 2 крупные части тела		0.30	V	V	N/A	V	V	V	V
Свободные вращения 1 или 2 Булав на или вокруг части тела или вокруг другой Булавы		0.20	V	V	N/A	V	V	V	V
Передача без помощи рук минимум 2 разными частями тела (кроме кистей рук)		0.20	V	N/A	N/A	V	V	V	V
Нестабильный Баланс		0.20	V	N/A	V	V	V	V	V
Скольжение Булавы (булав) по мин. 2 крупным частям тела		0.20	V	V	N/A	V	V	V	V
Отталкивание, толчок, отбив: от разных частей тела (кроме рук/кистей рук)		0.20	V	V	V	V	N/A	V	N/A
<ul style="list-style-type: none"> Малый бросок/ловля (включая свободное падение) Отбив от пола 		0.20	V	V	V	V	N/A	V	V
Высокий бросок		0.20	V	V	V	V	V	V	V
Высокий бросок 2 Булав		0.30	V	V	V	V	V	V	V

Ловля Булавы после высокого броска	↓	0.30	V	V	V	V	V	V	V
Ловля после высокого броска одной Булавы кистью руки, в которой уже находится вторая Булава	↓	0.40	V	N/A	V	V	V	V	V
Одновременная ловля 2 разъединенных Булав после высокого броска	↓↓	0.50	V	V	V	V	V	V	V
Символ	Разъяснение: дополнительные специфические Базы: Булавы								
⇒	Малый бросок 2 разъединенных Булав/ловля: минимум два критерия должны быть выполнены в одном и том же действии (например, ловля). Оба критерия могут быть выполнены с одной Булавой, или по одному с каждой Булавой, или более одного критерия с каждой Булавой. В любом случае, это одно DA.								
↗	Для высокого броска 1 булав: Если во время высокого броска одной булавой, вторая булава выполняет другую DA (не малый бросок), дается надбавка за 2 базы (наивысшая +0.10)								
↗	Высокий бросок 2 разъединенных булав: 2 Булавы могут быть брошены: •Вместе параллельный; • Асимметричный; •Каскадный. Каскадный бросок: 2 Булавы должны находиться в воздухе во время части каскадного броска. Этот тип броска является одной Базой; поэтому необходимые критерии могут быть выполнены с первым или вторым броском Булавы, если хотя бы одна Булава – в высоком броске. Для одного и того же действия (бросок №1 или бросок №2), должны быть выполнены как минимум два критерия независимо от высоты этого действия.								
↓↓	Одновременная ловля 2 разъединенных Булав: Булавы могут быть пойманы за любую часть Булавы								
↓	Ловля одной Булавы в одну руку, в которой уже находится вторая Булава								
↓	Только одна База ловли Булав после высокого броска действительна в одном элементе: ↓ (Ловля Булавы в полете с высокого броска) или ↓↓ (ловля 2 Булав в полете с высокого броска)								



или ↓ (ловля одной Булавы в полете с высокого броска с другой Булавой в той же руке), но не все вместе в одной ловле как 2 Базы в одной ДА.



Ловля двух Булав после каскадного броска – это одна база (ловля), один раз.

Если после Каскадного броска обе Булавы пойманы одновременно: можно засчитать Базу «ловля двух Булав после высокого броска».

Если после Каскадного броска, две Булавы не пойманы одновременно: можно оценить базу «Ловля двух Булав после высокого броска» один раз.



ДА не дается за Ловлю возможного малого броска (без новой Базы), и не дается второй раз за «Ловлю с высокого броска»

8.25 ТАБЛИЦА БАЗ И КРИТЕРИЕВ ДА ЛЕНТА (ТАБЛИЦА №56):

10

Таблица №56

База	Символ	Ценность	Критерии						
			⊗	≠	≠	♂	■	W	DB
Спирали / «Фехтовальщик» (≠ не засчитывается)		0.30	V	V	N/A	V	V	V	V
Змейки		0.30	V	V	N/A	V	V	V	V
Бумеранг с отпусканием и/или оттягиванием по полу		0.30	V	V	V	V	V	V	V
Бумеранг в воздухе		0.40	V	V	V	V	V	V	V
Эшаппе / ловля		0.20	V	V	V	V	V	V	V
Большой перекат палочки Ленты через мин. 2 крупные части тела		0.30	V	V	N/A	V	V	V	V
Проход через рисунок Ленты или над ним всем телом или частью тела		0.20	V	N/A	V	V	V	V	V
Создание рисунка лентой полного круга вокруг тела, при помощи палочки, которая удерживается без помощи рук различными частями тела (шея, колено, локоть и т.п.) во время движений тела или Трудностей тела с вращением (не во время «Турляна»)		0.20	V	V	N/A	N/A	V	V	V
Передача без помощи рук минимум 2 разными частями тела (кроме кистей/рук)		0.20	V	N/A	N/A	V	V	V	V

Малый бросок/ловля (включая свободное падение)	→	0.20	V	V	V	V	N/A	V	V
Отталкивание, толчок, отбив разными частями тела (кроме кистей/рук)	→	0.20	V	V	V	V	N/A	V	N/A
Высокий бросок	↗	0.20	V	V	V	V	V	V	V
Высокий бросок после скольжения на полу	↘	0.30	V	V	V	V	V	V	V
Ловля Ленты после высокого броска	↓	0.30	V	V	V	V	V	V	V
Символ	Разъяснение: дополнительные специфические Базы Ленты								
	<i>Скользящее движение Ленты на полу перед броском. Держат Ленту за конец (или на расстоянии 50 см от ее конца) и делают большой круг рукой, чтобы придать Ленте импульс, который вызывает скользящее движение Ленты по полу (на протяжении всего скользящего движения Лента должна двигаться, а не лежать на полу). Бросок должен произойти сразу же после захвата ткани / палочки рукой или ногой.</i>								
	<i>«Бумеранг» может быть выполнен как с отпусканием палочки с удержанием конца ленты, так и без удержания конца ленты. Конец ленты можно захватить непосредственно перед возвратом предмета.</i>								

0.20 (База) + 0.30 (бросок в трудности стоимостью 0.40, с критерием без помощи рук, без зрительного контроля) = 0.50+1 DB.

8.9.1 Декорация DEC бросок / ловля» и всех других баз с 2 действиями. **9.1 Декорация DEC** должны быть на одном и том же действии (не один **9.1.1 DEC** и один **9.1.2 DEC** предмета, как связующее движение между элементами или другими движениями предмета, выполняемое для большого броска или ловли предмета в композиции. её идею, характер и музыкальные акценты.

9.2 Декорация не относится к элементам мастерства предмета.

9.3 В базовой работе декорации может использоваться любая техническая работа для каждого предмета или любое другое техническое действие предмета происходящее как от импульса кисти, на кисти, так и от импульса другой части тела, при этом предмет всегда осуществляет движение (подброс, отталкивание, отбив, перекач, передачу, вращение, баланс, скольжение и т.д.).

9.4 В декорации может присутствовать максимум 1 критерий (без зрительного контроля, без помощи рук, под ногой/ногами, и т.д.).

9.5 Декорация может выполняться без критерия являя собой нестандартную работу предмета, в том числе, когда предмет используется как украшение и становится именно декорацией в движении.

9.6 Стоимость DEC 0.10.

9.7 Данное сочетание может быть выполнено не более (максимум) 5 раз в композиции.

9.8 Не входит в общее количество максимальных DA. Может быть выполнено дополнительно.

9.9 DEC выполняется с критериями действительными для DA.

9.10 DEC не может выполнено с критерием DB и W.

9.11 DEC не будет оценено при исполнении без сочетания с характером, стилем композиции или без музыкального акцента.

10. НОВЫЕ ОРИГИНАЛЬНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ ПРЕДМЕТОВ

Оригинальность – технический сложный, виртуозный, неординарный элемент с предметом или сочетание работы тела и предмета, выполненное нестандартным технически сложным образом.

Оригинальности, которые ранее не выполнялись, должны быть официально представлены на сайт Ассоциации.

Запрос на рассмотрение/оценивание такого элемента следует сопроводить описанием на русском или английском языке, рисунком элемента и видео.

Если элемент будет утвержден, Ассоциация установит ценность этого элемента как Базы соответствующего предмета с добавлением в Таблицу

элементов предметов; данная гимнастка получит Бонус за оригинальность согласно оценке всех критериев и уровня сложности элемента.

Оригинальные Трудности предметов (DA) будут рассматриваться как элементы, представляющие Базы предметов, которые в настоящее время отсутствуют в Правилах судейства и не выполнялись на соревнованиях.

После утверждения новый оригинальный элемент публикуется на официальном сайте.

Любая гимнастка может выполнять тот же Базовый элемент без надбавки за оригинальность.


Если Оригинальный элемент выполняется с небольшой ошибкой Исполнения, то ценность Трудности засчитывается без бонуса за оригинальность.

11. ОЦЕНКА ТРУДНОСТИ (D)

11.1 Судьи D оценивают Трудности, применяют частичные баллы и вычитают возможные сбавки, соответственно:

11.2 СУДЬИ D ПЕРВОЙ ПОДГРУППЫ (DB) (Таблица №57).

Таблица №57

Трудность	Минимум/ Максимум	Сбавка
Трудности тела (DB)	Минимум 3	<ul style="list-style-type: none"> •Выполнено менее 3 DB •Менее 1 Трудности из каждой Группы Тела  <p>Сбавка за каждую недостающую Трудность 0.30</p>

11.3 СУДЬИ D ВТОРОЙ ПОДГРУППЫ (DA) (Таблица №58).

Таблица №58

Трудность	Минимум/ Максимум	Сбавка 0.30
Трудность предмета (DA)	Минимум 1 Максимум 15	Отсутствует минимум 1 0.30
DEC (декорация)	Максимум 5	Нет сбавки
Последовательные DA в положении на полу	Максимум 3 подряд	Сбавка за каждый дополнительный DA 0.30

ГЛАВА III. АРТИСТИЗМ (А). ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПРОГРАММА

1. ОЦЕНИВАНИЕ БРИГАДОЙ АРТИСТИЗМА

1.1 Бригада судей в Артистизме (А) оценивает композицию и Артистическое Исполнение с точки зрения эстетического совершенства.

1.2 Судьи бригады А не имеют отношения к Трудности. Судьи А должны применять одинаковые сбавки соответственно за любые ошибки одинаковой степени независимо от Трудности элемента или соединения.

1.3 Судьи бригады А должны быть в курсе тенденций современной художественной гимнастики, всегда знать, каковы должны быть самые современные ожидания от исполнения композиции, и знать, как меняются стандарты по мере развития этого вида спорта. В этом контексте они также должны знать, что возможно, чего разумно было бы ожидать, что является исключением и что является особенностью.

1.4 Итоговая оценка А: сумма сбавок в Артистизме вычитается из 10.00 баллов.

2. АРТИСТИЧЕСКАЯ СТРУКТУРА И ИСПОЛНЕНИЕ: КОМПОЗИЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ

2.1 Художественная гимнастика характеризуется уникальными композициями, построенными вокруг определенного выбора музыки; все компоненты композиции находятся в гармоничных отношениях друг с другом. Специфика музыки определяет выбор всех движений и все компоненты композиции создаются в гармоничном соотношении друг с другом.

2.2 Музыка вдохновляет хореографию, устанавливая структуру композиции и темп/скорость. Музыка способствует созданию главной идеи (истории или теме композиции) и устанавливает эмоции. Музыка не должна являться фоном для элементов тела и предмета.

2.3 При выборе музыки следует учитывать следующее:

Характер музыки должен быть выбран с учетом возраста, технического уровня и артистических качеств гимнастки, а также этических норм.

За несоблюдение этических норм применяется сбавка 0.30 за «музыку, не соответствующую Правилам». Эта сбавка применяется за неприличные слова, за неэтичные темы без неприличных слов. Неэтичные темы включают, но не ограничиваются проклятиями, ругательствами, призывами к насилию и дискриминации.

Судьи Артистизма говорят на многих языках. Они должны немедленно сообщить о неэтичных словах/текстах главному судье, который даст указания на возможное применение сбавки судьям в Артистизме. Музыка

должна позволять гимнастке выступать на максимуме её возможностей. Музыка должна способствовать наилучшему исполнению.

2.4 Запрещены звуки нетипичного для художественной гимнастики музыкального характера (например, сирены, автомобильные двигатели и т.д.) и наказываются сбавкой 0.30 «за музыку, несоответствующую Правилам». Произнесенные слова без мелодического сопровождения (инструментов) и не относящиеся к какому-либо песенному жанру «а капелла» (например, рэп — это песенный жанр) считаются «нетипичным музыкальным характером» и будут наказываться сбавками.

2.5 Перед первым движением гимнастки допускается музыкальное вступление продолжительностью не более 4 секунд; музыкальное вступление продолжительностью более 4 секунд наказывается сбавкой 0.30 за «музыкальное вступление».

2.6 Художественное совершенство достигается тогда, когда сама композиция и Артистическое исполнение четко и полно развивают следующие компоненты для создания главной идеи - «истории» упражнения от начала до конца:

Характер и уникальный стиль движений содержатся в Комбинациях Танцевальных шагов, в соединительных движениях между Трудностями или в самих Трудностях.

Выразительность тела и лица в движениях очевидна.

Динамические изменения: контрасты в темпе/скорости и интенсивность движений как с предметом, так и в движениях тела, отражают контрасты в музыке.

Эффект(ы) – стратегическое расположение особых движений тела и/или движений предмета в упражнении для подчеркивания важных музыкальных моментов.

Связи между движениями или Трудностями тела, которые намеренно и стратегически хореографически связаны и соединяют одно движение с другим плавным и гармоничным образом.

Ритм: движения тела и предмета должны точно соответствовать музыкальным акцентам и музыкальным фразам; и тело, и предмет должны подчиняться структуре музыки.

Разнообразие в амплитуде и использовании пространства: Перемещения по площадке широкие и четкие, в постоянном развитии с использованием разнообразных траекторий, направлений, модальностей.

2.7 ОБЩЕЕ ОЦЕНИВАНИЕ

2.7.1 Сбавки не применяются, если каждый артистический компонент полностью развит и реализован на протяжении всей композиции от начала до конца.

2.7.2 Артистические компоненты, которые не развиты, недостаточно развиты или развиты только лишь в некоторых моментах, будут наказываться. Система сбавок ссылается на следующие типы фаз:

Часть – определенная как короткий фрагмент упражнения, например, последовательность из 2-4 Трудностей и соединений между ними, или Комбинация Танцевальных шагов;

Большая часть упражнения – определяется как более 50 процентов от продолжительности упражнения (представлена последовательно или в нескольких отдельных частях);

Полное упражнение – определяется как все части, от начала и до конца.

2.7.3 Нелогичные соединения - нарушения в соотношениях между движением и ритмом и будут наказываться каждый раз.

2.7.4 Чтобы быть засчитанным, каждый требуемый компонент (Комбинации танцевальных шагов п. 5 и Эффект с музыкой п. 6) должны быть выполнены без следующих композиционных и технических ошибок:

потеря равновесия при опоре на 1 или 2 руки или на предмет;

полная потеря равновесия и падение гимнастки;

потеря предмета;

гимнастка находится без контакта с предметом в течение 5 или более секунд;

статичный предмет;

артистические компоненты начаты вне пределов площадки.

3. ГЛАВНАЯ ИДЕЯ И ХАРАКТЕР

3.1 ДЕФИНИЦИЯ

3.1.1 Главная идея, дающая исполнению уникальную неповторимость, имеет четко определенный стиль, подчеркивающий уникальную интерпретацию гимнасткой характера музыки.

3.1.2 Главная идея может включать развитие (историю), например, когда изменения в характере музыки отражаются изменениями в характере движений, или она может быть неизменной (постоянной темой), например, с одним и тем же определенным характером от начала до конца.

3.1.3 Этот идентифицируемый характер и стиль развивается и полностью реализуется в разнообразных движениях тела и предмета во всем упражнении от начала до конца.

С разнообразием задействованных частей тела (лицо, голова, шея, плечи, предплечья, кисти рук, туловище, бедра, ноги, стопы).

Разнообразием типов движений и элементов, представляющих характер, например:

использование как предмета, так и тела;

комбинации Танцевальных шагов;

подготовительные движения до Трудностей;

переходные движения между Трудностями;

во время DB и/или при выходе из DB;

волны тела;

стилизованные соединительные шаги, связывающие DB, R, DA, DEC;

под броском/во время полета предмета;

во время ловли;

во время вращательных элементов;

изменение уровней;

соединительные элементы предмета, подчеркивающие ритм и характер

во время элементов DA, DEC.

3.2 ОЦЕНИВАНИЕ

3.2.1 Характер оценивается на протяжении всего упражнения, во всех движениях от начала до конца.

3.2.2 Сбавка не применяется за выступление, в котором главная идея и характер полностью развиты и реализованы от начала до конца.

Четкая руководящая идея объединяет все части выступления, делая его уникальным, непохожим на другие.

Полностью развито и реализовано» не означает, что каждое отдельное движение содержит детали характера, это означает, что такой части, в которой проявления характера отсутствуют.

Существует большое разнообразие в использовании различных частей тела.

Существует большое разнообразие типов движений и элементов, представляющих характер.

3.2.3 Сбавка 0.30 балла применяется за выступление, в котором главная идея и характер являются приоритетными в большей части упражнения:

представлена главная идея;

в большей части упражнения представлен характер;

существует большое разнообразие в использовании различных частей тела;

существует большое разнообразие типов движений и элементов, представляющих характер.

3.2.4 Сбавка 0.60 балла применяется за выступление, в котором главная идея и характер являются приоритетными в частях упражнения:

представлено четкое единство между разными деталями движений и музыкой – единый образ;

минимум 4 части представлены с характером;

может отсутствовать разнообразие в использовании разных частей тела и предмета;

может отсутствовать разнообразие в типах движений и элементах, представляющих характер.

3.2.5 Сбавка 1.00 балл применяется за выступление, в котором главная идея и характер не являются приоритетными: представлено менее 4 частей с характером, и/или без четкого единства между различными деталями характера.

Разъяснения по оцениванию:

Качество, сложность, уникальность и продолжительность каждой детали характера влияют на общую оценку. Следовательно, Правила не определяют специфическое количество деталей для разных сбавок (нет сбавки – 0.3–0.6–1.0).

Например, за выступление с 5 частями с высоко уникальными деталями характера, включающими все части тела и предмет, может быть назначена меньшая сбавка, чем за выступление с 20 изолированными деталями, включающими только руки / кисти рук.

4. ЭКСПРЕССИЯ

4.1 ДЕФИНИЦИЯ

4.1.1 Гимнастка превращает структурированное упражнение в художественное представление, используя выразительность тела и выразительность лица.

4.1.2 Экспрессия тела – это соединение силы и мощи с красотой, пластикой и изяществом движений. Язык тела используется для выражения физической и эмоциональной силы, уверенности в себе и полного контроля над выступлением:

Экспрессия тела достигается за счет активного участия различных сегментов тела, таких как голова, шея, плечи, кисти, туловище, грудная клетка, бедра, ноги, стопы.

Экспрессия тела проявляется как в качестве естественных движений гимнастки, так и в качестве и интенсивности представления хореографических деталей характера.

Экспрессия тела может быть усилена путем изменения темпа / интенсивности движений (например, быстрые – медленные – быстрые

движения руками, сокращение – расслабление, приостановка – опускание, движение – вдох и т.д.).

Независимо от физических данных или роста гимнастки, движения сегментов тела выполняются с максимальной амплитудой, шириной и размахом.

4.1.3 Экспрессия лица – это передача чувств зрителям:

Ощущения основаны на эмоциональной реакции гимнастки на музыку и выбранной главной идеи.

Чувства передаются без преувеличения, гримасничанья, мимики или подыгрывания губами.

Глаза используются для выражения эмоций и сюжета / темы, а также для привлечения внимания аудитории.

Интенсивность экспрессии лица варьируется в зависимости от различных частей упражнения: от частей, в которых основное внимание уделяется выразительности, до технических частей, где лицо естественным образом менее выразительно, но не кажется полностью пустым и сосредоточенным.

4.1.4 Гимнастка обладает выразительной, энергичной связью с музыкой, которая вовлекает зрителей в ее выступление.

4.1.5 Возможно вовлечение предмета в развитие экспрессии тела и экспрессии лица.

4.2 ОЦЕНИВАНИЕ ЭКСПРЕССИИ ТЕЛА

4.2.1 Сбавка не применяется, если экспрессия тела полностью развита в большей части упражнения:

большинство упражнения представлено с полным участием частей тела;

в упражнении нет частей, когда задействование частей тела кажется непластичным, скованным или несостоятельным, например, жесткие руки или туловище (ограниченная способность выразить интерпретацию музыки).

4.2.2 Сбавка 0.30 балла применяется, когда экспрессия тела полностью развита в частях упражнения:

представлено минимум 2 части с полным участием частей тела;

менее, чем в 4 изолированных моментах, задействованные части тела кажутся непластичным, скованным и несостоятельными или их вовлеченность отсутствует вовсе, например, жесткие руки или туловище (ограничена способность выразить интерпретацию музыки).

4.2.3 Сбавка в 0.60 балла применяется, если экспрессия тела никогда не развивается полностью или развивается лишь на мгновение:

полное участие частей тела демонстрируется в менее, чем в 2 частях, и/или в 4 или более изолированных моментах вовлечение частей тела кажется скованным или отсутствует, например, жесткие руки или туловище (ограничена способность выражать интерпретацию музыки).

4.3 ОЦЕНИВАНИЕ ЭКСПРЕССИИ ЛИЦА

4.3.1 Сбавка не применяется, если экспрессия лица присутствует на протяжении всего упражнения и полностью развита в частях упражнения:

представлены минимум 2 части с полностью расставленным приоритетом в экспрессии лица;

в оставшейся части упражнения также задействовано лицо - допускается меньшая интенсивность в выразительности лица;

менее в чем 4 изолированных моментах лицо кажется безучастным или слишком сосредоточенным.

4.3.2 Сбавка 0.30 балла применяется, если экспрессия лица не развита полностью или проявляется лишь на мгновение:

экспрессии лица полностью отдается приоритет менее чем в 2 частях, и/или в 4 или более изолированных моментах лицо кажется безучастным или слишком сосредоточенным.

Разъяснения и примеры оценивания (Таблица № 59).

Таблица №59

Разъяснения / Примеры
<p>Экспрессия тела:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Сбавка 0.30 дается не за то, что экспрессия тела представлена некоторыми частями тела: судьи должны определить, какая часть упражнения выполнена с полной экспрессией тела. • Поэтому, если в упражнении нет частей с полностью развитой экспрессией, применяется сбавка 0.60, даже если экспрессия кажется частично развитой (изолированные части, попытки экспрессии) в нескольких частях или во всем упражнении. <p>Экспрессия лица:</p> <ul style="list-style-type: none"> • В отличие от экспрессии тела, нельзя ожидать, что экспрессия лица всегда будет полностью развитой, и Правила не требуют “максимальной” экспрессии лица. • За преувеличенную мимику, гримасы, подражание, подыгрывание губам и тому подобное не предусмотрено специального наказания. Однако эти техники не оцениваются как “экспрессия лица”, и, следовательно, чрезмерное использование этих техник увеличивает риск недостаточной экспрессии лица.

Общая система сбавок за экспрессию		
Разъяснение	Тело	Лицо
<i>Полностью развита в большей части упражнения. Ни одна часть упражнения не кажется сухой / пустой / сконцентрированной.</i>	Нет сбавки	Нет сбавки
<i>Полностью развита в минимум 2 частях упражнения. Менее 4 моментов кажутся сухими / пустыми / сконцентрированными.</i>	0.30	Нет сбавки
<i>Полностью развита в менее чем 2 частях упражнения. 4 или более моментов кажутся сухими / пустыми / сконцентрированными.</i>	0.60	0.30

5. КОМБИНАЦИИ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ ШАГОВ (S)

5.1 ДЕФИНИЦИЯ

5.1.1 Комбинации танцевальных шагов – это определенная последовательность движений тела и предмета, предназначенная для выражения стилистической интерпретации музыки: поэтому Комбинация Танцевальных шагов должна иметь определенный характер в движении. Они подбираются в соответствии с характером, ритмом, темпом и акцентами музыки.

5.1.2 Стилизованные движения частей тела, темп и интенсивность движений, а также выбор модальностей передвижения должны быть тщательно подобраны для конкретной музыки, под которую они исполняются.

5.1.3 Построение движений должно быть направлено на то, чтобы охватить все части тела, соответствующие конкретной музыке, включая голову, плечи, руки, кисти рук, бедра, ноги, стопы.

5.2 ТРЕБОВАНИЯ

5.2.1 Минимальная продолжительность – 8 секунд при находящемся в движении предмете: начиная с первого танцевального движения, все шаги должны быть четкими и видимыми в течение всей продолжительности шагов.

5.2.2 Движения находятся в гармонии с ритмом на протяжении 8 секунд.

5.2.3 Определенный характер в течение 8 секунд.

5.2.3.1 Определенный характер движения: шаги, отражающие стиль или тему движения, например такие, но ограничивается ими:

- любые классические танцевальные шаги;
- любые балетные танцевальные шаги;
- любые фольклорные танцевальные шаги;
- любые современные танцевальные шаги.

5.2.3.2 Простые движения/модальности без определенного характера движения (например, ходьба, шаги, бег) по площадке не имеют определенного характера движений и не могут быть использованы.

5.2.3.3 Комбинации Танцевальных шагов должна включать в себя разнообразные движения, специально используемые для хореографически целей и создания характера. DB, такие как прыжок кабриоль, равновесие пасса, которые имеют в своей основе в традиционный танец и ценность 0.10, могут быть включены.

Разъяснения по оцениванию:

Если характер прерывается, например, на 1 - 2 секунды во время выполнения элемента предмета с шагами без характера, то Комбинация Танцевальных шагов недействительна.

5.2.4 Разнообразие и перемещение: модальности передвижения (способ, которым гимнастка перемещается по площадке) должны быть разнообразными и разноплановыми, в гармонии с определенным стилем музыки. Необходимо выполнить минимум 2 различных типа шагов (не повторять один и тот же тип шагов в течение всей S). Часть S должна выполняться с перемещением (не полностью вся S на одном месте на площадке). Часть S должна выполняться в вертикальных положениях (не полностью S лежа, на коленях, сидя)

5.2.5 Преакробатические элементы, высокие броски, DA, DB с ценностью 0.20 балла и более, не могут выполняться.

5.2.6 Декорации DEC могут быть выполнены в Комбинациях Танцевальных шагов.

5.3 ОЦЕНИВАНИЕ

5.3.1 Композиции, содержащие менее 2 действительных Комбинаций Танцевальных шагов, будут наказаны сбавкой 0.30 за каждую пропущенную S.

5.3.2 Комбинация танцевальных шагов будет недействительна, если нарушена какая-либо часть пункта 2.7.4 (потеря равновесия с опорой или падением, потеря предмета, 5 или более секунд без контакта с предметом, статичный предмет).

5.3.3 Комбинация танцевальных шагов должна быть выполнена с соблюдением всех требований пункта 5.2, чтобы она была оценена; отсутствие любого из требований аннулирует танцевальные шаги (8 секунд, в ритме, с характером, с разнообразием и перемещением, без запрещенных элементов).

Разъяснение:

Если гимнастка танцует 8 секунд, выполняя все требования пункта 5.2, а после этого, еще танцуя, теряет предмет, то она соответствует дефиниции, и Комбинация Танцевальных шагов действительна со всеми соответствующими сбавками в Исполнении за потерю предмета.

Когда гимнастка выполняет танцевальные шаги последовательно в течение 16 секунд: если это 2 комбинации по 8 секунд, каждая из которых соответствует всем требованиям пункта 5.2, то будут оценены 2 комбинации. Если какая-либо из частей не соответствует каким-либо требованиям, но все требования выполнены в течение 16 секунд, то это – одна Комбинация танцевальных шагов.

6. ДИНАМИЧЕСКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ: СОЗДАНИЕ КОНТРАСТОВ И ЭФФЕКТЫ С МУЗЫКОЙ

6.1 ДИНАМИЧЕСКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ: ДЕФИНИЦИЯ

6.1.1 Композиция, структурированная вокруг определенного музыкального произведения, использует изменения темпа и интенсивности для построения главной идеи и создания контрастов, распознаваемых зрителем.

6.1.1.1 Темп известен также как «бит» - частота тактов или пульсация в музыке.

6.1.2 Скорость и интенсивность движений гимнастки, а также движения ее предмета должны отражать изменения темпа и интенсивности музыки, чтобы создавать Динамические изменения.

6.1.3 Отсутствие контраста в темпе и интенсивности может создать монотонность и потерю интереса публики.

6.1.4 Динамические изменения могут создавать контрасты по-разному, в гармонии со структурой музыки.

6.1.4.1 Контрасты в темпе или интенсивности движений возникают немедленно от одной части упражнения к другой.

6.1.4.2 Постепенное увеличение или уменьшение темпа или интенсивности движений в пределах части упражнения.

6.1.4.3 Создание контраста с помощью определенного движения(ий), которое намеренно демонстрирует(ют) темп/интенсивность, противоположные общему темпу/интенсивности. Примеры включают в себя

выполнение движений в течение нескольких музыкальных бита(ов) / фразы(фраз) очень медленно или очень быстро.

6.1.5 Существует множество других методов изменения темпа и интенсивности, например, короткие остановки/паузы/позы или одиночные движения с непрерывным изменением темпа/интенсивности в ходе движения. Только 3 метода, указанные в пункте 6.1.4, признаются необходимыми компонентами для оценивания Артистизма. Другие методы изменения темпа и интенсивности могут способствовать развитию основной идеи, выразительности и/или создавать Эффекты.

6.1.6 Даже если сама музыка не содержит четких Динамических изменений, гимнастка может создавать Динамические изменения с помощью движений. Такие изменения должны быть выполнены очень четко, чтобы их можно было распознать как контраст в темпе или интенсивности.

6.2 ЭФФЕКТЫ С МУЗЫКОЙ: ДЕФИНИЦИЯ

6.2.1 Стратегическое расположение определенных движений тела и/или предмета, поставленное хореографом для выделения значимых музыкальных моментов, создающее уникальное сочетание, привлекающее внимание зрителей, признается «Эффектом с музыкой». Эффект способствует созданию оригинальной взаимосвязи между конкретной музыкой и движениями, разработанными гимнасткой (т.е. уникальной композиции, отличающейся от всех остальных).

6.2.2 Музыкальным моментом может быть сильный акцент, длинный тон, короткая последовательность акцентов и т.д. Музыкальный момент должен быть значительным – он должен четко выделяться на фоне акцентов или тонов до и после него своей интенсивностью или своим качеством/характером. Такие музыкальные моменты доступны во всех типах музыкальных композиций, и нет необходимости добавлять какие-либо «звуковые эффекты» поверх оригинальных музыкальных композиций.

6.2.3 Как простые, так и сложные движения могут создавать эффект, если выполняются с четким намерением, которое заключается в том, чтобы подчеркнуть важный момент в музыке.

6.2.3.1 Примеры сложных движений:

ДВ с несколькими акцентами движения;

ДВ с некоторой продолжительностью, например, вращение;

уникальный, инновационный или сложный технический элемент предмета.

6.2.3.2 Примеры простых движений:

фиксация ДВ;

принятие позы (исключая исходную и конечную позиции в упражнении);

сильный мах ногой;

простой технический элемент предмета, согласованный с движением тела.

6.2.3.3 Примеры движений, которые слишком малы или типичны, чтобы их можно было распознать как эффект:

шассе;

базовый бросок рукой(ами);

поза, созданная с использованием только рук / головы.

Разъяснения по оцениванию:

Природа Комбинации Танцевальных шагов заключается в том, чтобы уделять приоритетное внимание гармонии между способами передвижения и музыкой (ритмом и акцентами). Следовательно, сами модальности не будут признаваться в качестве Эффекта. Если Комбинация Танцевальных шагов содержит дополнительное объединение определенных движений, подчеркивающих определенные акценты, в дополнение к модальностям, это может быть расценено как Эффект.

6.2.4 Эффект создается благодаря уникальному сочетанию движения и музыки. Вместе движение и музыка должны оказывать достаточное воздействие, чтобы оставить впечатление у публики.

Если музыкальный момент очень примечателен – выделяется из всех других частей музыки – объединение может быть осуществлено с помощью стратегически поставленного «простого» или «стандартного» движения (рис. №20 Пример А).

Если элемент тела и/или предмета очень примечателен – неожиданный, инновационный, зрелищный, – единство может быть достигнуто за счет идеального выбора музыкального момента, который является сильным и ясным, но не уникальным по интенсивности, качеству или характеру (рис. №20 Пример В).

Если музыкальный момент не уникален по интенсивности, качеству или характеру, а движение простое или стандартное, их сочетание обычно не оказывает достаточного воздействия для создания Эффекта (рис. №20 Пример С).

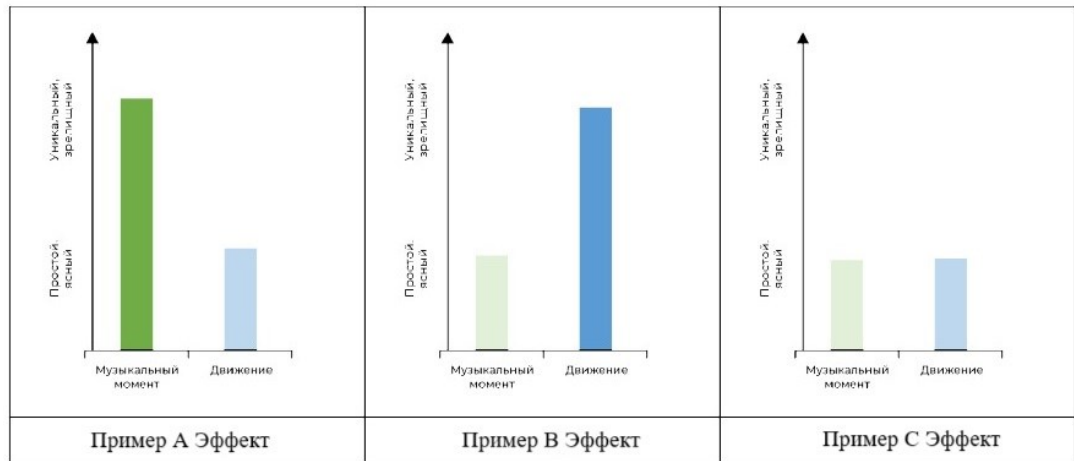


Рисунок № 20

6.3 ТРЕБОВАНИЯ

6.3.1 Минимум 2 Динамических изменения (как определено в п. 6.1.4) или музыкальных Эффекта (как определено в п. 6.2). Примеры: 2 Динамических изменения + 0 Эффектов, 1 Динамическое изменение + 1 Эффект или 0 Динамических изменений + 2 Эффекта.

6.3.2 Упражнения, в которых присутствуют менее 2 Динамических изменений или Эффектов с музыкой, будут наказываться сбавкой 0.30 за каждое отсутствующее.

6.4 ОЦЕНИВАНИЕ

6.4.1 Динамические изменения могут быть в любой части упражнения, включая Комбинации Танцевальных шагов.

6.4.2 Трудности и полные волны тела, которые включают в себя явное изменение темпа или интенсивности, например, быстрый Поворот Фуэте, серию прыжков, выполняемых с широким интенсивным перемещением, очень медленную Волну тела или очень быстрые вращения в R, считаются динамическими изменениями только в том случае, если они сопровождаются явным изменением в музыке и исполнены с четким контрастом по темпу/интенсивности по сравнению с элементами до и после.

6.4.3 Если в музыке есть явное Динамическое изменение, которое гимнастка не может подчеркнуть своими движениями, это не наказывается автоматически как пропущенное Динамическое изменение: в упражнении могут быть 2 других Динамических изменения/Эффекта. Однако, за темп / интенсивность / ритм применяется сбавка (см. п. 8.2.2).

6.5 ЭФФЕКТЫ С МУЗЫКОЙ: ОЦЕНИВАНИЕ

6.5.1 Чтобы Эффект был оценен, он должен быть выполнен точно в такт музыке. Попытка создать Эффект, выполненная чуть раньше или после нужного музыкального момента, не будет оценена.

7. СОЕДИНЕНИЯ

7.1 ДЕФИНИЦИЯ

7.1.1 Соединение – это «связь» между двумя движениями или Трудностями. Хорошо разработанные соединения и/или связующие шаги необходимы для создания гармонии и плавности выступления.

7.1.2 Все движения должны иметь логическую, намеренную связь между собой так, чтобы одно движение/элемент переходили бы в другое по определенной причине.

7.1.3 Эти связи между движениями также дают возможность усилить характер композиции.

7.1.4 Элементы соединяются плавно и логично без длительных приготовлений или ненужных остановок, которые не поддерживают характер композиции. Допускаются намеренные остановки, поддерживающие характер композиции или создающие стратегические паузы.

7.1.5 Элементы, которые расположены вместе без четкого намерения и логики, становятся серией несвязанных действий, которые препятствуют как полному развитию сюжета, «истории», так и уникальной идентичности композиции. Примеры нелогичных соединений:

переходы от одного движения тела или предмета/Трудности к другому, которые являются резкими или нелогичными;

резкое изменение между положением стоя и положением на полу без четкой цели и логики;

резкий поворот лицом в другую сторону без четкой цели и логики;

резкое изменение направления движения без четкой цели и логики;

резкое изменение плоскости или направления движения предмета без плавного перехода;

длительные переходы от одного движения к другому, например, требуют времени для подготовки к следующему элементу.

7.1.6 Нелогичные связи могут быть результатом композиционных ошибок, недостаточно проработанной техники или корректировок во время исполнения (например, использование коротких путей/пропуск элементов).

7.2 ОЦЕНИВАНИЕ

7.2.1 Композиции, содержащие серии несвязанных элементов, будут наказываться сбавками.

7.2.2 Нелогичные соединения будут наказываться сбавкой 0.10 каждый раз, до 2.00 баллов.

7.2.3 Сбавка за соединение не применяется, если гимнастка останавливает/приостанавливает выполнение своей композиции из-за серьезных ошибок, таких как потеря предмета, потеря равновесия с опорой

или падением, пробежка из-за броска с неточной траекторией или остановка, чтобы распутать узел / запутывание.

8. РИТМ И ОКОНЧАНИЕ С МУЗЫКОЙ

8.1 ДЕФИНИЦИЯ

8.1.1 Движения тела, а также предмета должны точно соотноситься с музыкальными акцентами и музыкальными фразами.

8.1.2 Движения как тела, так и предмета должны подчеркиваться темпом музыки.

8.1.3 Конец упражнения должен точно совпадать с окончанием музыки.

8.2 ОЦЕНИВАНИЕ

8.2.1 Движения, выполняемые отдельно от акцентов или не связанные с темпом, установленным музыкой, наказываются каждый раз сбавкой 0.10 балла (до 2.00 баллов).

8.2.2 Примеры, когда гимнастка наказывается за «ритм»:

когда движения заметно подчеркнуты до или после акцентов;

когда четкий акцент в музыке «пропущен» и не подчеркнут движением;

когда гимнастка создает сильный акцент в движении, в то время как музыка не имеет соответствующего акцента;

когда движения непреднамеренно начинаются перед музыкальной фразой или после нее;

когда темп меняется, а гимнастка не отражает изменение темпа/скорости/интенсивности;

когда музыка заканчивается затуханием, а гимнастка продолжает быстро двигаться, создавая сильные акценты движения на затухании.

8.2.3 Когда гимнастка завершает свое упражнение и принимает окончательное положение до окончания музыки или после того, как музыка закончилась, это отсутствие гармонии между музыкой и движением в конце упражнения наказывается сбавкой.

9. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРОСТРАНСТВА

9.1 Все композиции должны быть очень разнообразны в использовании пространства по всей площадке, покрывать все части площадки, постоянно развивать перемещения по площадке, с использованием разных линий, разных траекторий и разных направлений.

9.2 Перемещения должны быть широкими и всесторонними, вся площадка должна быть занята движениями гимнастки. Она должна перемещаться через все зоны площадки, как определено (Рис. 21 А). Но без необходимости заходить физически во все четыре угла.

9.2.1 Недостаточное использование всей площадки (нет перемещения во все зоны площадки) будет наказываться сбавкой 0.30.



Рисунок № 21

9.3 Направления, в которых движется гимнастка, должны варьироваться по всей площади площадки. Гимнастка переходит от одного движения к другому, двигаясь в разных направлениях (вперед, назад, в сторону) с четким намерением, используя различные траектории (линии, изгибы, круги и т.д.), и модальности передвижения варьируются в зависимости от необходимого расстояния, темпа и стиля конкретной музыки, и т. п. Такое разнообразие в перемещениях позволяет избежать монотонного движения и может способствовать развитию главной идеи.

9.4 Перемещение по площадке и смена различных уровней должны происходить непрерывно, без длительного пребывания в каком-либо месте на площадке:

Сбавка 0.30 балла каждый раз начисляется, когда одно и то же расположение на площадке сохраняется на протяжении 3 или более Трудности подряд.

Разъяснения по оцениванию:

Для целей подсчета количества Трудностей с одинаковым расположением на площадке:

Когда DB и DA выполняются одновременно, это засчитывается как 1 Трудность.

DA с «высоким броском» и последующая DA с «ловлей высокого броска» – это 2 Трудности.

Трудность, которая начинается на том же месте, но включает в себя перемещение (например, R, прыжки), не засчитывается в число Трудностей на том же месте.

10. ПРЕРЫВАНИЕ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ

10.1 Целью создания гармоничной взаимосвязи всех компонентов Артистизма вместе взятых является создание единой идеи. Непрерывность движений от начала до конца способствует гармонии и единству.

10.2 Серьезная техническая ошибка, которая нарушает непрерывность композиции, вынуждая гимнастку прекратить исполнение композиции или приостановить изображение художественного образа на 4 или более секунд, наказываются сбавкой 0.60 один раз в качестве общей сбавки в конце упражнения.

Примеры ситуаций, которые могут привести к прерыванию непрерывности:

потеря предмета с большим перемещением;

замена потерянного, сломанного или непригодного для использования предмета;

распутывание узлов на скакалке или Ленте;

устранение непроизвольного запутывания в предмет;

гимнастка делает паузу, чтобы понять, с какого момента продолжить композицию.

10.3 Во время прерывания на 4 или более секунды никакие другие компоненты Артистизма не оцениваются: никаких дополнительных сбавок за Ритм и т.д. Кроме того, судьи Исполнения наказывают гимнастку только за первоначальную техническую ошибку, они не применяют никаких дополнительных сбавок во время прерывания (статичный предмет, Лента на полу и т.д.) (см. Исполнение).

10.4 Когда техническая(ие) ошибка(и) нарушают непрерывность менее чем на 4 секунды (1 или несколько раз в упражнении), сбавка за «прерывание последовательности» не применяется, а Ритм в течение таких прерываний оценивается.

Разъяснения по оцениванию:

Сбавка за прерывание последовательности применяется в каждом случае потери предмета на 4 или более секунд, даже если гимнастка продолжает танец: если предмет неконтролируемо движется и/или лежит неподвижно в течение 4 или более секунд, это является прерыванием последовательности упражнения с предметом.

Если гимнастке удается замаскировать потерю предмета так, чтобы это вообще не выглядит как потеря, а похоже на выполнение упражнения с предметом (например, Мяч медленно катится, а гимнастка танцует рядом с ним), то сбавка за прерывание последовательности не применяется.

11. ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ – ОШИБКИ В АРТИСТИЗМЕ (ТАБЛИЦА №60).

Полные объяснения к таблице см. в тексте пунктов 2–10. В ячейках с несколькими маркерами все маркеры должны быть «проверены», если только в ячейке не указано «или».

Таблица №60

СБАВКИ	0.30	0.60	1.00
ГЛАВНАЯ ИДЕЯ И ХАРАКТЕР ДВИЖЕНИЯ	В большей части упражнения: <ul style="list-style-type: none"> • Присутствует главная идея • Большая часть упражнения имеет характер • Большое разнообразие частей тела • Большое разнообразие типов движений 	В некоторых частях упражнения: <ul style="list-style-type: none"> • Четкое единство между деталями и музыкой • Минимум 4 части имеют характер • С разнообразием или без него (нет требований) 	Не имеет приоритета: <ul style="list-style-type: none"> • Менее 4 частей имеют характер
ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ШАГИ (требование: 2)	За каждую отсутствующую Комбинацию Танцевальных шагов с ритмом и характером		
ЭКСПРЕССИЯ ТЕЛА	Полностью развита в части упражнения: <ul style="list-style-type: none"> • Полное участие в минимум 2 частях • Менее 4 моментов с 	Частично развита или не развита в упражнении: <ul style="list-style-type: none"> • Полное участие менее чем в 2 частях <i>или</i> • 4 или более моментов с 	

	недостаточным участием	недостаточным участием <i>Возможно частичное участие в любой части упражнения</i>								
ЭКСПРЕССИЯ ЛИЦА	Частично развита или не развита в упражнении: <ul style="list-style-type: none"> • Полный приоритет менее чем в 2 частях <i>или</i> • 4 или более моментов с пустым и сосредоточенным лицом 									
ДИНАМИЧЕСКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ и ЭФФЕКТЫ (требование: всего 2)	За каждое отсутствующее Динамическое изменение / эффект									
СОЕДИНЕНИЯ	Сбавки									
	0.10 0.20 0.30 0.40 0.50 0.60 0.70 0.80 0.90 1.00									
	1.10 1.20 1.30 1.40 1.50 1.60 1.70 1.80 1.90 2.00									
РИТМ	Сбавки									
	0.10 0.20 0.30 0.40 0.50 0.60 0.70 0.80 0.90 1.00									
	1.10 1.20 1.30 1.40 1.50 1.60 1.70 1.80 1.90 2.00									
СБАВКИ	0.30	0.60						1.00		
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПЛОЩАДКИ	Неполное использование всей площадки. Положение на площадке не меняется в течение 3 и более									

	Трудностей подряд (сбавка за каждую группу Трудностей)		
ПРЕРЫВАНИЕ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ		Непрерывность композиции нарушена на 4 или более секунд из-за серьезной технической ошибки (сбавка один раз в упражнении)	
МУЗЫКАЛЬНОЕ ВСТУПЛЕНИЕ	Музыкальное вступление из 4 и более секунд		
МУЗЫКА / ДВИЖЕНИЕ В КОНЦЕ УПРАЖНЕНИЯ	Отсутствие гармонии между музыкой и движением в конце упражнения		
СООТВЕТСТВИЕ МУЗЫКИ НОРМАМ	Музыка не соответствует Правилам		

ГЛАВА IV. ИСПОЛНЕНИЕ (Е) ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПРОГРАММА

1. ОЦЕНИВАНИЕ БРИГАДОЙ СУДЕЙ ИСПОЛНЕНИЯ

1.1 Судейство Бригады Исполнения (Е) требует, чтобы элементы выполнялись эстетически и технически совершенно.

1.2 Гимнастки должны включать в свои упражнения только те элементы, которые они могут исполнить абсолютно безопасно и с высокой степенью технического мастерства. Все отклонения от подобных ожиданий ведут к сбавкам Бригады судей Е.

1.3 Бригада Е не имеет отношения к Трудности упражнения. Судьи Е должны применять сбавки в равной степени за одинаковые ошибки, независимо от Трудности элемента или соединения.

1.4 Судьи Е должны максимально соответствовать современному уровню художественной гимнастики, всегда знать, чего следует ожидать от современного исполнения элементов в Индивидуальном упражнении и как меняются сегодня стандарты по мере развития спорта. В этом контексте судьи также должны знать, что возможно и чего вполне разумно ожидать, и что представляет собой исключение либо что-то особенное.

1.5 Все отклонения от корректного исполнения считаются Техническими ошибками и должны быть соответственно оценены судьями. Размер сбавки за небольшие, средние и серьезные ошибки обусловлен степенью отклонения от корректного исполнения. Нижеследующие сбавки будут применены за каждое видимое техническое отклонение от ожидаемого совершенного исполнения.

Маленькая ошибка 0.10 – малая степень отклонения от совершенного технического исполнения.

Средняя ошибка 0.30 – заметная степень отклонения от совершенного технического исполнения.

Большая ошибка 0.50 или более – большая и серьезная степень отклонения от совершенного технического исполнения.

Примечание:

Ошибки Исполнения наказываются сбавкой каждый раз и за каждый элемент.

1.6 Окончательная оценка Е получается так: сумма Технических сбавок вычитается из 10.00 баллов.

Разъяснения:

Сбавки в голубых ячейках – последовательные, т. е. одна сбавка из данной линии применяется за техническую ошибку.

2. СБАВКИ В ИСПОЛНЕНИИ

2.1 Пояснения к сбавкам за выполнение движений тела

2.1.1 За «неправильное положение части тела во время движения тела» начисляется 1 сбавка «за каждый неправильный сегмент», и эта сбавка начисляется «каждый раз». Это означает, что:

2.1.1.1 Один и тот же сегмент обеих сторон туловища:

оба колена согнуты одновременно: 0.10 за «колени» 1 раз;

обе стопы не натянуты одновременно: 0.10 за «стопы» 1 раз;

2.1.1.2 Прыжок(и) с подготовкой:

1 прыжок в шпагат с неправильным положением обоих коленей и обеих стоп: 0.10 за колени и 0.10 за стопы = 0.20;

Шассе с неправильным положением обоих коленей и обеих стоп + прыжок в шпагат с неправильным положением обоих коленей и обеих стоп: 0.10 за колени и 0.10 за стопы в шассе + 0.10 за колени и 0.10 за стопы в прыжке = 0.40;

Шассе с неправильным положением обоих коленей и обеих стоп + прыжок в шпагат с неправильным положением обоих коленей и обеих стоп + прыжок в шпагат с неправильным положением обоих коленей и обеих стоп: 0.10 за колени и 0.10 за стопы в шассе + 0.10 за колени и 0.10 за стопы при 1-м прыжке + 0.10 за колени и 0.10 за стопы при 2-м прыжке = 0.60.

2.1.1.3 Вращательные элементы:

Серия вертикальных вращений, например, 3 шене, каждое с согнутыми коленями: 0.10 за колени 1 раз = 0.10;

Серия преакробатических элементов, например, 3 кувырка, каждый с согнутыми коленями: 0.10 за колени за каждый преакробатический элемент = 0.30;

R с переворотом + 3 шене + 2-й переворот, каждый с согнутыми коленями: 0.10 за 1-ый переворот, 0.10 за шене, 0.10 за 2-ой переворот = 0.30.

2.1.1.4 Различные виды перемещения:

шагов (ходьба), выполненных с неправильным положением стоп = 1 модальность = 0.10–1 раз;

шага («марш»), выполненных с неправильным положением стоп = 1 модальность = 0.10–1 раз;

1 Комбинация Танцевальных шагов из 3-х разных модальностей, выполненная с неправильным положением стоп = сбавка за каждую модальность = 0.30.




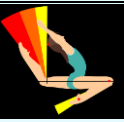


2.1.2 Симметричное положение плеч и туловища при выполнении Трудностей тела является важным аспектом техники выполнения движений

тела, особенно для здоровья гимнастки. Асимметричные положения будут наказываться как «неправильное положение части тела».

2.1.3 Отклонения при выполнении Трудностей тела:

Каждая сбавка будет применяться отдельно за каждую ошибку. Если Трудность тела имеет несколько неправильных форм, сбавка начисляется за каждое отклонение от правильной формы (Таблица № 61).

Таблица №61

Разъяснения /Примеры		
Выступление	Описание	Сбавки в Исполнении
	Среднее отклонение шпагата Среднее отклонение туловища	0.30 + 0.30
	Малое отклонение подбива Среднее отклонение кольца	0.10 + 0.30
	Среднее отклонение подбива Среднее отклонение кольца	0.30 + 0.30
	Нет отклонения подбива Большое отклонение кольца	0.50
	Малое отклонение подбива Большое отклонение кольца	0.10 + 0.50
	Большое отклонение подбива Нет отклонения кольца	0.50

2.1.4 Отклонения и неправильные положения частей тела в Равновесиях Фуэте:

Равновесие Фуэте – это 1 DB: за отклонение наказывается только самая слабая форма DB. Однако для каждой формы может быть предусмотрено несколько сбавок за отклонение, например шпагат + туловище;

Каждый сегмент тела наказывается только один раз во время DB (колени опорной ноги - максимум 1 раз, колени поднятой ноги - максимум 1 раз).

Прыжок с техникой «качели»: Прыжки состоят из 3 фаз: отталкивание, фаза полета и приземление. Гимнастка должна полностью раскрыть потенциал прыжка (требуемой формы) во время наивысшей фазы полета, а

не выполнять 2 разные формы. Если это требование не выполняется, то применяется сбавка за «маховую технику» (движение «качели»).

2.1.5 Если во время Трудности равновесия происходит следующее: форма не удерживается минимум 1 секунду и потеря оси с дополнительным шагом:

Сбавка составит $0.30 + 0.30$.

2.1.6 В Трудностях с вращением могут возникать скольжение, подпрыгивания и потеря равновесия в сочетании:

«Скольжение» означает небольшое, плавное смещение во время вращения, возникающее в результате смещения центра тяжести гимнастки в сторону от опорной стопы/ноги;

«Подпрыгивание» – это потеря равновесия при движении, сопровождающаяся внезапным и значительным смещением во время вращения. «Подпрыгивание» не обязательно означает, что гимнастка теряет физический контакт с полом. Подскок происходит из-за того, что центр гимнастки больше не находится над опорной стопой/ногой, что требует срочной коррекции для восстановления контроля.

В одной и той же Трудности вращения гимнастка наказывается только один раз за скольжение или за потерю равновесия, даже если в разные моменты в Трудности были допущены различные технические ошибки: скольжение в начале, потеря равновесия с подпрыгиванием в середине и потеря оси при дополнительном шаге в конце = всего 0.30.

2.2 Разъяснения по сбавкам Исполнения за технику для каждого типа предмета.

2.2.1 Если на Ленте образуется маленький узелок, который после нескольких движений превращается в средний/большой узел, применяется только 1 сбавка за узел (более высокая сбавка - за средний/большой узел) + сбавка за каждый рисунок ленты +0.10 (каждую спираль, каждую змейку).

2.2.2 Если ткань Ленты неподвижно лежит на полу, то это наказывается сбавкой. Если ткань движется по полу, сбавка не применяется.

2.2.3 Сбавка за то, что Лента осталась на полу, не применяется, если гимнастка остановила упражнение из-за другой ошибки (узел, запутывание, потеря предмета).

2.3 Сбавки Исполнения за технику всех предметов.

2.3.1 Сбавка за «простое переступание на месте с ноги на ногу под полетом предмета» применяется, когда траектория полета кажется подходящей, но гимнастка – намеренно или непреднамеренно – выполняет небольшой, простой шага (шаги) на месте без явного смещения в

определенном направлении, чтобы поймать предмет, причем без очевидной связи с конкретным ритмом и характером музыки.

2.3.2 Сбавка за неточную траекторию применяется, если есть видимая техническая ошибка, вызванная неточным броском. Например, если гимнастке приходится бежать или менять намеченное направление, чтобы спасти предмет от потери.

2.3.3 В таблице сбавок в линии за простое движение на месте/неточную траекторию применяется только самая высокая из возможных применяемых сбавок.

Пример:

Сразу после броска гимнастка выполняет 4 простых шага на месте. После этого гимнастка понимает, что траектория неточна, и делает 3 шага по направлению к предмету, который ловится в полете. Общая сбавка = 0.30 за неточную траекторию с 3 шагами для спасения предмета от потери.

2.3.4 Сбавка за неточную траекторию применяется только в том случае, если предмет пойман в полете: если неточная траектория заканчивается потерей предмета, то наказывается только потеря предмета в соответствии с общим количеством пройденных шагов: шаги во время полета предмета + шаги после падения предмета на пол.

2.3.5 При всех типах ловли Ленты предмет, как правило, должен быть пойман за конец палочки. Допускается намеренная ловля ленты за материю в зоне примерно 50 см от крепления, при условии, что такая ловля оправдана для следующего движения или финального положения. Если Лента непреднамеренно поймана за материю (по ошибке) или за палочку, но не за ее конец, применяется сбавка за «неправильную ловлю».

2.3.6 Все предметы должны быть пойманы без произвольной помощи другой рукой, за исключением случаев, когда другая рука может быть использована намеренно:

Скакалка: при ловле открытой Скакалки;

Обруч: когда Обруч вращается вокруг горизонтальной оси;

Мяч: при ловле вне поля зрения;

Булавы: при ловле соединенных Булав;

Лента: при намеренной ловле за материю.

2.3.7 Сбавка за неправильную ловлю применяется, когда запланированная ловля прерывается дополнительным движением гимнастки, чтобы спасти предмет от потери и/или продолжить выполнение следующего движения.

2.3.8 Если во время ловли предмет касается пола одновременно с касанием предмета гимнасткой, и гимнастка немедленно получает контроль

над предметом, то это не является потерей предмета. В зависимости от типа ловли, за неправильную ловлю может быть применена сбавка в Исполнении.

Примеры:

Обруч ловится рукой в тот момент, когда нижняя часть Обруча касается пола, сбавка за неправильную ловлю.

Обруч прижат к полу ногами одновременно с тем, как нижняя часть Обруча касается пола, правильная ловля, сбавки нет.

Палочка Ленты зажимается между коленями в тот момент, когда кончик палочки Ленты касается пола, правильная ловля, сбавки нет.

2.4 Комбинации сбавок.

2.4.1 При нарушении непрерывности последовательности выступления (см. Артистизм, п. 10), например, из-за того, что гимнастка стоит неподвижно, пытаясь распутать узел, сбавка за «статичную гимнастку» не применяется.

2.4.2 Если гимнастка (гимнастки) совершает (совершают) несколько ошибок Исполнения с предметом в течение одной и той же ДВ, каждая ячейка таблицы сбавок применяется один раз. Пример: Поворот Фуэте с изменением рисунка (спирали) + изменение рисунка (змейки) + произвольное запутывание вокруг тела. Сбавка 0.10 за изменение рисунка + сбавка 0.30 за запутывание = 0.40.

2.4.3 Когда гимнастка теряет предмет и направляется за ним, и, в конечном счете, когда он возвращается на площадку (перед возобновлением выступления):

в течение этого времени не применяются дополнительные сбавки за работу частей тела и предмета;

в течение этого времени применяются сбавки только за потерю равновесия (с опорой или без нее, а также за падение) и за дополнительные потери предмета.

3. ТЕХНИЧЕСКИЕ ОШИБКИ (ТАБЛИЦА №62).


Таблица №62


Таблица сбавок в Исполнении за движения тела			
Сбавки	Малая 0.10	Средняя 0.30	Большая 0.50 и более
Общие	Незаконченное движение или недостаток амплитуды в формах Полных		


	Волн Тела		
	Незаконченное движение или отсутствие амплитуды в форме Преакробатики		
	Корректировка положения тела (примеры: при подготовке в Равновесиях, во Вращениях на полной стопе или на других частях тела при смене положения руки на полу без потери равновесия)	Статичная гимнастка (4 и более секунд)	
Базовая техника: в ДВ, соединениях, элементах вращения и всех других движениях	Неправильное положение части тела во время движения (Сбавка каждый раз) включая, некорректное положение стопы/релеве и/или колена, согнутые локти, поднятые плечи или асимметричное положение плеч / туловища, неправильное положение части		



	тела и т.д.		
	Потеря равновесия, дополнительное движение без перемещения (дрожание опорной ноги/стопы, произвольное корректировочное движение)	Потеря равновесия, дополнительное движение с перемещением (подпрыгивание на опорной ноге/стопе, лишние шаги, отклонение от оси)	Потеря равновесия с опорой на одну или две руки или на предмет Полная потеря равновесия с падением - 0.70
Прыжки	Тяжелое приземление	Неправильное приземление: видимый прогиб спины во время финальной фазы приземления	
	Неправильная форма с малым отклонением	Неправильная форма со средним отклонением	Неправильная форма с большим отклонением
	Прыжок с корректировочным движением «качели»		
Равновесия	Неправильная форма с малым отклонением	Неправильная форма со средним отклонением	Неправильная форма с большим отклонением
		Форма не удержана мин. 1 сек.	
Вращения (каждая сценка применяется 1 раз за каждое вращение DV)	Неправильная форма с малым отклонением	Неправильная форма со средним отклонением	Неправильная форма с большим отклонением
	Произвольная опора на пятку во		

	время Поворота Pivot		
	Скольжение		
Преакробатические элементы и элементы групп вертикального вращения	Тяжелое приземление	Запрещенная техника преакробатических элементов	
		Ходьба на руках (2 или более смены опоры)	
Таблица сбавок в Исполнении за технику всех предметов			
Сбавки	Малая 0.10	Средняя 0.30	Большая 0.50 и более
		Статичный предмет (см. Трудность)	
Техника	Неточная траектория и ловля в полете с помощью 1-2 шагов или корректировкой положения, чтобы поймать предмет	Неточная траектория и ловля в полете с помощью 3-4 шагов, чтобы поймать предмет	Неточная траектория и ловля в полете с помощью 5 или более шагов, для сохранения предмета
	Неправильная ловля: Пример: произвольный захват за материал ленты (см. так же Мяч, исключение двумя руками)	Неправильная ловля с произвольной помощью другой руки для сохранения предмета, ловля с произвольным касанием тела	
Потеря предмета			Потеря и возврат предмета без

(за потерю 2 Булав последовательно: судья назначает сбавку 1 раз, в зависимости от общего количества шагов, сделанных для возврата дальней булав)			перемещения
			Потеря и возврат предмета после 1–2 шагов: 0.70
			Потеря и возврат предмета после 3 и более шагов: 1.00
			Потеря предмета за пределы площадки, независимо от расстояния: 1.00
			Потеря предмета, без выхода за пределы площадки и использование запасного предмета: 1.00
			Потеря предмета (нет контакта) в конце упражнения: 1.00
Скакалка 			
Сбавки	Малая 0.10	Средняя 0.30	Большая 0.50 или более
Базовая техника	Неправильная работа предмета: амплитуда, форма, рабочая плоскость	Скакалка не удерживается за оба конца во время любых вращений скакалкой, вращения «ветерок», а также спиралей	

		скакалкой, сложенной вдвое (каждый раз)	
	Потеря одного конца Скакалки с короткой паузой в упражнении.		
	Непроизвольное касание частью скакалки пола при ловле с броска	Непроизвольное касание пола ½ и более скакалки при ловле с броска	
		Стопы запутываются в Скакалке во время прыжков или подпрыгиваний	
	Непреднамеренн ое касание тела	Непреднамеренн ое закручивание вокруг тела или части тела без прерывания упражнения	Непреднамеренн ое закручивание вокруг тела или части тела с прерыванием упражнения
	Узел без прерывания упражнения		Узел с прерыванием упражнения
Обруч 			
Базовая техника	Неправильная работа с предметом или ловля: нарушение плоскости, вибрация, неравномерное вращение вокруг вертикальной оси (каждый раз)	Работа с непроизвольным контактом с телом, например, зажатие обруча телом во время/после перекатов, вращений вокруг оси обруча.	

		Ловля после броска: контакт с предплечьем, с рукой, ловля обруча двумя руками, не обусловленная дальнейшим движением	
	Непроизвольно неполный перекат по телу		
	Неправильный перекат с подпрыгиванием		
	Скольжение по руке во время вращения		
		Зацепиться стопами за Обруч во время прохода в него	
Мяч 			
Базовая техника	Неправильная работа с предметом: Мяч прижат к предплечью («захват») или явно зажат пальцами	Работа с непроизвольным контактом с телом, например, зажатие мяча телом во время/после перекатов, после отбива.	
	Непроизвольный неполный перекат по телу	Ловля с помощью другой рукой. В том числе с маленького броска (исключение: ловля вне	
	Неправильный перекат с подпрыгиванием		

		зрительного контроля)	
Булавы 			
Базовая техника	Неправильная работа с предметом: неточные движения, руки слишком разведены во время выполнения мельницы, прерывание движения во время малых кругов и. т.п.	Маленькая головка булавы не удерживается в кисти во время малых кругов (в одной или в двух руках), мельницы, ассиметричные движения	
	Нарушение синхронности вращения 2 Булав в полете во время броска и ловли		
	Недостаточная чистота в рабочих плоскостях Булав во время ассиметричных движений		
Лента 			
Базовая техника	Непроизвольная неправильная ловля		
	Нарушение рисунка Ленты (змейки, спирали недостаточной плотности, неодинаковой		

	ВЫСОТЫ, амплитуды и т.п.		
	Неправильная работа с предметом: неточная передача, неправильная связка между рисунками, щелканье Лентой	Ненамеренное удержание палочки за середину во время рисунка (спирали, змейки), исключая обратный хват палочки	
	Непроизвольный контакт с телом	Непроизвольное закручивание вокруг тела или его части или вокруг палочки без прерывания упражнения	Непроизвольное закручивание вокруг тела или его части или вокруг палочки с прерыванием упражнения
	Маленький узел с минимальным влиянием на работу предмета		Средний/большой узел, оказывающий влияние на работу предмета
	Нарушение рисунка ленты из-за узла (за каждый рисунок в упражнении)		
	Конец Ленты непреднамеренно остается на полу во время рисунков, бросков и эшаппе (до 1 м)	Часть Ленты непреднамеренно остается на полу во время рисунков, бросков и эшаппе (более 1 м)	

ГЛАВА V. ТЕХНИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ЮНИОРОК (КМС) и I СПОРТИВНОГО РАЗРЯДА.

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1.1. Общие положения: все нормы общих положений для Индивидуальных Сеньорок действительны для Индивидуальных Юниорок и I спортивного разряда.

1.2. Программа для Юниорок и I спортивного разряда:

1.2.1 Нормы и характеристики каждого предмета для Юниорок указаны в общих положениях.

1.2.2 Юниорки допускаются к соревнованиям с лентой размером для Сеньорок.

1.3. Требования к Трудности: гимнастки должны включать в упражнения только те элементы, которые они могут выполнять безопасно и с высокой степенью эстетического и технического мастерства.




1.3.1. Существует два компонента Трудности:

Трудность тела (DB), включая (R);

Трудность предмета (DA), Декоративную трудность предмета (DEC).

1.3.2. Требования к Трудности (Таблица №63).

Таблица №63

Компоненты трудности	
Трудность тела DB	Трудность предмета DA
Количество Трудностей Тела 7 DB наивысшей стоимости	DA Количество Трудностей Предмета 12 (в порядке исполнения) Декорация DEC Максимум 5 (в порядке исполнения)
Особые требования	
Трудности Групп Тела: Прыжки  минимум 1 Равновесия  минимум 1 Повороты  минимум 1	
Динамические элементы с Вращением R Максимум 3 в порядке исполнения	

1.4. Судьи Трудности идентифицируют Трудности и записывают их в порядке их выполнения, независимо от того, засчитываются Трудности или нет.

1.4.1. Первая подгруппа судей D (DB): оценивают количество и техническую ценность Трудностей (DB), оценивают количество и техническую ценность Динамических элементов с Вращением (R). Судьи записывают все элементы с помощью символов.

В соревнованиях, где требуются карточки упражнений участниц соревнований, судьи оценивают упражнение по карточкам, предоставленных спортсменками. В карточках записано содержание упражнения символами в порядке выполнения: техническая ценность Трудностей тела DB с технической работой предмета, техническая ценность Динамических элементов с Вращением R.

1.4.2. Вторая подгруппа судей D (DA), оценивают количество и техническую ценность Трудностей предметов (DA), количество и техническую ценность Трудностей предмета (DEC). Судьи записывают все элементы с помощью символов.

Порядок выполнения Трудностей не ограничен, однако расположение Трудностей должно соответствовать хореографическому принципу, согласно которому Трудности должны быть расположены логически, с соединительными элементами и движениями в гармонии с характером музыки.

1.5. Сбавки за отсутствие минимально необходимого количества Трудностей и несоблюдение специальных требований применяются в том случае, если элемент Трудности вообще не предполагается.

1.6. Карточки судей бригады DB соревнований Ассоциации (см. п. Карточки для Сеньорок).

2. ТРУДНОСТЬ ТЕЛА (DB)

1.1 ТРЕБОВАНИЕ: 7 DB наивысшей ценности засчитываются из выполненных в упражнении.

1.2 Все общие нормы для элементов DB для Индивидуальных Сениорок действительны также для Индивидуальных упражнений Юниорок и I спортивного разряда (без лимита по ценности каждой DB), за исключением следующего.

1.2.1 Комбинированные элементы тела, разрешено выполнить максимум одну Комбинированную Трудность тела, состоящую из двух или трех трудностей Тела. Дополнительные Комбинированные Трудности тела будут оцениваться как изолированные DB.

1.3 Технические элементы с предметом, все общие нормы технических элементов для Индивидуальных Сениорок действительны также для Индивидуальных упражнений Юниорок и I спортивного разряда, за исключением следующего:

1.3.1 Для ленты: минимум 3 круга в спиральях, минимум 3 круга в «фехтовальщике», минимум 3 волны в змейках.

2. ДИНАМИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ВРАЩЕНИЕМ (R)

2.1 ДЕФИНИЦИЯ: сочетание высокого броска, 2 или более Динамических элементов с вращением и ловли предмета.

2.1.1 Оцениваются максимум 3 R в каждом упражнении в порядке их выполнения.

2.1.2 Все общие нормы R для Индивидуальных Сениорок также действительны для Индивидуальных Юниорок и I спортивного разряда. 1 R в упражнении может быть выполнен с DB без вращения на броске и/или на ловле.

3. ТРУДНОСТЬ ПРЕДМЕТА (DA)

3.1 ДЕФИНИЦИЯ:

3.1.1 Трудность предмета (DA) – это Технический элемент предмета («База»), выполняемый с особыми критериями предмета.

3.2 ТРЕБОВАНИЯ

3.2.1 Оцениваются минимум 1, максимум 12 DA в каждом упражнении в порядке их выполнения. Дополнительные элементы DA не оцениваются (нет Сбавки).

3.3 Все общие нормы DA для Индивидуальных Сениорок в каждом предмете также действительны для Индивидуальных Юниорок и I спортивного разряда (Скакалка, Обруч, Мяч, Булавы, Лента), за исключением следующего:

только 7 DA могут быть выполнены с критерием DB, остальные DA с критерием DB не засчитываются.

3.4 Сочетание двух баз может быть выполнено не более 5 раз в композиции. Последующие DA с двумя базами и критериями оцениваются по наивысшей или первой базе, 0.10 не добавляется.

4. ДЕКОРАЦИЯ DEC

4.1 DEC может быть выполнен не более 5 раз в композиции.

4.2 Не входит в общее количество DA. Может быть выполнено дополнительно.

5. ОЦЕНКА ТРУДНОСТИ (D)

Судьи D оценивают Трудности, применяют частичные баллы и вычитают возможные Сбавки.

5.1 Первая подгруппа судей D (DB) (Таблица №64).

Таблица №64

Трудность	Минимум/ Максимум	Сбавка 0.30
------------------	------------------------------	--------------------

Трудности тела (DB)	Минимум 1 из каждой группы Трудностей тела	Выполнено менее 3 DB \wedge – нет попытки выполнения; \top – нет попытки выполнения; \circ – нет попытки выполнения.
------------------------	--	---

5.2 Вторая подгруппа судей D (DA) (Таблица №65).

Таблица №65

Трудность	Минимум/ Максимум	Сбавка 0.30
Трудность предмета (DA)	Минимум 1 Максимум 12	Отсутствует минимум 1 0.30
DEC (декорация)	Максимум 5	Нет сбавки
Последовательные DA в положении на полу	Максимум 3 подряд	Сбавка за каждый дополнительный DA 0.30

6. АРТИСТИЗМ И ИСПОЛНЕНИЕ

6.1 Все нормы Артистизма и все нормы Исполнения для Индивидуальных упражнений Сениорок также действительны для Индивидуальных упражнений Юниорок.

ГЛАВА VI. ГРУППОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ. ТРУДНОСТЬ

1. ОБЗОР ТРУДНОСТИ

1.1 Гимнастки Группы должны выполнять только те элементы, которые могут быть исполнены безопасно, с высоким уровнем техники и эстетики.

1.2 Плохо исполненные элементы не будут оценены Бригадой судей Трудности (D), и будет применена сбавка Бригады судей Исполнения (E).

1.3 Существуют два компонента Трудности в Групповых упражнениях.

1.3.1 Трудность тела (DB) состоит из:

Трудности без Обмена (DB);

Трудности Обмена (DE);

Динамических элементов с Вращением (R).

1.3.2 Трудность предмета (DA) состоит из: Трудности с Сотрудничеством (DC).

1.4 Требования к Трудности (Таблица №66).

Таблица №66

Компоненты Трудности		Трудность Предмета (DA) Трудность с Сотрудничеством DC минимум 9 максимум 14 (в порядке выполнения) Особые требования: Сотрудничества СС: минимум 3 СР: минимум 3 Множественные броски/ловля: минимум 3
Трудность Тела (DB) максимум 9 DB/DE (4 на выбор)		
Трудность без Обмена DB минимум 4 максимум 5	Трудность С Обменом DE минимум 4 максимум 5	
Особые Требования		
Трудности Групп Тела: Прыжки  минимум 1 Равновесия  минимум 1 Вращения  минимум 1		
Динамические Элементы с Вращением (R) максимум 1		

1.5 Судьи Трудности D идентифицируют Трудности и записывают их в порядке их выполнения, независимо от того, засчитываются Трудности или нет.

1.6 Порядок выполнения Трудностей не ограничен, однако расположение Трудностей должно соответствовать хореографическому принципу, согласно которому Трудности должны быть расположены логически, с соединительными элементами и движениями в гармонии с характером музыки.

Сбавки за отсутствие минимально необходимого количества Трудностей и несоблюдение специальных требований применяются в том случае, если элемент Трудности вообще не предполагался.

2. ТРУДНОСТЬ ТЕЛА (DB)

2.1 ОПРЕДЕЛЕНИЕ DB: это элементы из Таблицы Трудностей Правил соревнований:

Прыжки \wedge ;

Равновесия \top ;

Вращения \downarrow ;

Все элементы DB для Индивидуальных упражнений действительны также для Групповых упражнений (см. Таблицы Трудности №14, №18, № 21 для Индивидуальных упражнений).

В случае расхождения между описанием Трудности в тексте и рисунком в Таблице DB преимущество имеет текст.

Новые Трудности тела DB (см. Процедуру в Индивидуальных упражнениях).

2.2 ТРЕБОВАНИЯ:

Оцениваются в порядке выполнения минимум 4, максимум 5 Трудностей DB, включая Трудности ценностью 0.10, используемые в S, любые DB ценностью 0.20 или более, используемые в R и любые DB, используемые в DE.

Если группа выполняет более 5 элементов DB, будут оцениваться только первые 5 в порядке выполнения. Дополнительная DB сверх лимита засчитываться не будет (нет сбавки).

Если группа выполняет менее 4 DB (без попытки выполнения, либо без выполнения всеми 5 гимнастками), то применяется сбавка 0.30 (за исключением случаев, когда ошибки Исполнения мешают 1–2 гимнасткам участвовать в исполнении).

В случае выполнения группой 5-ой трудности в порядке выполнения DE с DB приоритет имеет DE.

DB должна быть выполнена всеми 5 гимнастками, чтобы быть засчитанной. Трудности не будут считаться действительными, если их выполняют не все 5 гимнасток, либо из-за ошибки в композиции, либо из-за любой технической ошибки одной или нескольких гимнасток.

В групповом упражнении 1–2 гимнастки могут выполнять 1 или более DB с целью улучшения хореографии или поддержки артистической структуры композиции (например, во время Сотрудничества, во время соединения элементов). Эти DB не записываются и не оцениваются как DB.

DB, выполняемая 3 или более гимнастками, всегда регистрируется как попытка выполнения DB.

DB может быть выполнена:

одновременно или в очень быстрой последовательности;

гимнастками вместе или в подгруппах;

с одинаковыми или разными типами и ценностью для 5 гимнасток.

Минимум 1 элемент каждой Группы Трудностей тела должен присутствовать и выполняться одновременно всеми 5 гимнастами в числе 9 Трудностей (Прыжки, Равновесия, Вращения).

Эти требуемые трудности (минимум по одной из каждой группы) должны быть изолированными (не в R и не в DE).

За каждую группу Трудности тела, не выполненную вообще, не выполненную изолировано или не выполненную одновременно всеми 5 гимнастками (за исключением случаев, когда ошибки в Исполнении приводят к тому, что 1–2 гимнастки не участвуют в исполнении): сбавка судей (D): 0.30.

Может быть выполнена другая возможная DB, не используемая для выполнения требований «группы Трудностей тела»:

Одновременно;

в быстрой последовательности;

в подгруппах;

в R;

в DE.

Разъяснения:

Если в упражнении 3 DB и 6 DE (всего 9 Трудностей), будет ли сбавка за выполнение менее 4 DB?

Да, будет сбавка 0.30 за присутствие менее 4 DB. Возможна также сбавка 0.30 за отсутствующую группу Трудностей тела и только максимум 5 DE в порядке выполнения могут быть оценены.

Если DB выполнена в быстрой последовательности или в подгруппах, будет ли сбавка?

В пункте 2.2.7 указано, что минимум 1 элемент из каждой группы Трудности тела должен присутствовать и выполняться одновременно всеми 5 гимнастками; они не могут выполняться в подгруппах. Сбавка 0.30, если это требование не будет выполнено. Если каждая группа Трудности тела представлена изолированно в других частях упражнения, то не будет никакой сбавки за DB в быстрой последовательности и подгруппах.

Одновременное выполнение 3 и более разных ДВ всеми 5 гимнастками не допускается. В этом случае ДВ не засчитывается, так как считается попыткой выполнения.

Разъяснения:

Разные ДВ, выполненные одновременно, не разрешаются. Пример:

три гимнастки: прыжок в шпагат,

одна гимнастка: прыжок Казак,

одна гимнастка: поворот Аттитюд.

2.3 ОДИНАКОВЫЕ И РАЗНЫЕ ТРУДНОСТИ:

Каждая ячейка Таблиц Прыжков №14, Равновесий №18 и Вращений №21 (см. Таблицы Индивидуальной программы) содержит разные Трудности тела. Каждый рисунок в данной ячейке соответствует данной Трудности. Каждая Трудность тела ДВ (в каждой ячейке) засчитывается только 1 раз. Если Трудность ДВ повторяется, то она не засчитывается (Нет Сбавки).

Разъяснения:

Что, если гимнастка попытается принять форму ДВ, но потеряет равновесие и опустит ногу, или попытается поддержать свою ногу, но не сможет удержать ногу и попытается во второй раз?

Если гимнастка допускает техническую ошибку в подготовке и немедленно возобновляет подготовку, это не является повторением, и вторая попытка оценивается.

Возможно выполнение 2 и более идентичных (одинаковой формы) Прыжков или Поворотов в Серии. Одинаковый повтор – это повтор содержимого той же ячейки Таблиц Прыжков; Равновесий; Вращений. (См. Серии прыжков и вращений индивидуальная программа).

2.4 ЦЕННОСТЬ

Трудность тела ДВ засчитывается, если она выполняется в соответствии с техническими требованиями Таблиц Трудностей Прыжков №14, Равновесий №18, Вращений №21.

Самая низкая ценность ДВ, выполненной одной гимнасткой, определяет ценность ДВ группы.

Ценность ДВ определяется формой тела, которая была представлена: для того, чтобы быть засчитанной, все ДВ должны быть выполнены с фиксированной и определённой формой. Это значит, что туловище, ноги и все соответствующие части тела находятся в правильных положениях, означающих правильную форму ДВ.

Примеры:

положение шпагата 180°;

касание любой части ноги в Трудностях с прогибом туловища назад;

положение замкнутого кольца;

положение подбыва и т.п.

Отклонение формы:

Если форма определяется с малым отклонением (10° или менее) одной или более частей тела, то ДВ засчитывается со Сбавкой в Исполнении 0.10 за небольшое отклонение от формы за каждое неправильное положение части тела. (См. Исполнение, сбавки за не правильное положение тела).

Если форма определяется со средним отклонением ($11^\circ - 20^\circ$) одной или более частей тела, то ДВ засчитывается со Сбавкой в Исполнении 0.30 за среднее отклонение от формы за каждое неправильное положение части тела. (См. Исполнение, сбавки за не правильное положение тела).

Если форма в общем не определяется с большим отклонением (более 20°) одной или более частей тела, то ДВ не засчитывается со Сбавкой в Исполнении 0.50. (См. Исполнение, сбавки за не правильное положение тела).

Исключение:

Критерий «прогиб туловища назад», выполненный во время Прыжка с большим отклонением будет наказан сбавкой в Исполнении, но базовая ценность Прыжка может быть засчитана, если она содержится в Таблице без «прогиба назад» и выполнена в соответствии с базовыми характеристиками.

Если ДВ выполняется всеми 5 гимнастками с небольшим или средним отклонением каждой гимнастки, указывается ценность Трудности. Однако, если ДВ недостаточно распознаваема с большим отклонением (у 1 или более гимнасток), то Трудность недействительна.

2.5 ТРЕБОВАНИЯ К РАБОТЕ ПРЕДМЕТА

Каждая ДВ должна быть выполнена с минимум 1 Техническим элементом предмета в соответствии с дефиницией в Таблиц 6.4–6.5.

ДВ находится в соединении с техническим элементом предмета, если элемент выполняется в начале, во время или ближе к концу Трудности.

Разъяснения:

Что значит «в начале» и что «к концу» прыжка?

Прыжок начинается, когда гимнастка теряет контакт с полом. «Ближе к концу» — это последняя часть фазы полета. Когда гимнастка восстанавливает контакт с полом, Трудность заканчивается.

Что значит «в начале» и что «к концу» равновесия?

Равновесие (за исключением динамических) начинается в тот момент, когда гимнастка достигает требуемой формы. «Ближе к концу» — это последний момент, когда гимнастка все еще находится в требуемой форме, еще на релеве (если равновесие выполняется на релеве). Когда гимнастка

покидает форму релеве, Трудность заканчивается. Динамическое равновесие начинается с начала первого движения и заканчивается окончанием последнего движения. Когда гимнастка снова встает на обе ноги или ложится, Трудность заканчивается.

Что значит «в начале» и что «к концу» вращения?

Вращение в фиксированной форме (повороты, пенше и т.д.) начинается в тот момент, когда гимнастка достигает требуемой формы. «Ближе к концу» – это последний отрезок времени, в течение которого гимнастка все еще находится в требуемой форме, еще на релеве (если вращение выполняется на релеве). Когда гимнастка покидает форму релеве, Трудность заканчивается. Другие типы вращений начинаются с начала первого движения и заканчиваются окончанием последнего движения. Когда гимнастка перестает вращаться или снова встает на обе ноги, Трудность заканчивается.

Изолированная ДВ под полетом предмета во время высокого броска или «Бумеранга» действительна в соответствии со следующим:

изолированная ДВ под полетом предмета во время высокого броска или «Бумеранга» действительна в упражнении, если она выполняется гимнасткой в соответствии с базовыми характеристиками, необходимыми для того, чтобы она была засчитана;

изолированная ДВ «под полетом предмета» – это разновидность работы предмета, и поэтому она может быть выполнена только один раз в каждом упражнении, независимо от типа броска/Бумеранга;

изолированная ДВ, выполненная под малым броском, не засчитывается.

Если изолированная ДВ выполняется под полетом предмета, то нельзя выполнить другую ДВ любой ценности с этим броском и/или ловлей. Только первая ДВ будет оценена.

Если предмет потерян после ДВ под полетом предмета, ДВ не засчитывается.

Серия Прыжков (с вращением или без) с 1 Трудностью под полетом:

включает бросок предмета во время первой ДВ, второй ДВ во время полета предмета и ловлю во время третьей ДВ, выполняемых только 1 раз в каждом упражнении, независимо от типа броска.

Если предмет потерян во время третьей ДВ серии, то не засчитываются ни ДВ во время полёта, ни ДВ во время ловли. Действительна только первая ДВ, выполненная во время броска предмета.

Если предмет пойман до или после третьей ДВ серии, то не засчитываются ни ДВ во время полёта, ни ДВ во время ловли. Действительна только первая ДВ, выполненная во время броска предмета.

Серии допускаются в дополнение к изолированной DB при выполнении один раз под полётом. Это – не повтор того же технического элемента предмета DB под полетом.

Любая другая конструкция, например, с 2 DB под полетом или без правильной серии, невозможна: «Под полетом» не будет засчитываться как технический элемент предмета; будут оцениваться только DB во время броска и ловли.

Когда каждая гимнастка выполняет по 1 техническому элементу предмета во время DB, этот элемент или любая дополнительная работа предмета может выполняться с передачей/обменом предметами между гимнастками. Этот принцип действителен только для DB, выполняемых синхронно или в отдельных подгруппах; его нельзя использовать в последовательности для создания СС.

Разъяснения:

Во время равновесия DB все гимнастки перекатывают мячи на полу, а одна гимнастка перекатывает мяч партнерше.

DB засчитывается: Все гимнастки выполняют технический элемент «перекат на полу» (он не требует возврата).

Во время равновесия DB все гимнастки отбивают мячи партнершам. После равновесия DB одна гимнастка не получает мяч, так как другая гимнастка получила 2 мяча.

DB не засчитывается: Технический элемент «отбив и возврат» не выполнен одной гимнасткой.

Во время DB с прыжком все гимнастки выполняют высокие броски обручей партнершам.

DB засчитывается: Все гимнастки выполняют технический элемент «высокий бросок». DE засчитывается.

Во время DB с прыжком все гимнастки выполняют последовательно отбивы партнершам.

DB не засчитывается: DB с передачей предметов гимнасткам возможна только синхронно или в подгруппах. СС не засчитывается с DB.

Во время DB с поворотом все гимнастки выполняют спирали, а затем 3 гимнастки последовательно выполняют эшаппе партнершам.

DB засчитывается: Спирали делают действительной Трудность тела. СС не засчитывается с DB.

2.6 DB не будет засчитана в следующих случаях:

существенное изменение базовых характеристик для каждой группы DB;

потеря равновесия с опорой на одну или обе руки или на предмет;

полная потеря равновесия и падение гимнастки во время выполнения DV;

потеря предмета во время выполнения DV;

работа с предметом, не выполненная в соответствии с дефиницией, или с одинаковым повтором;

трудность началась за пределами площадки;

какая-либо часть Трудности выполнена после окончания музыки.

3. ТЕХНИЧЕСКИЕ ГРУППЫ ПРЕДМЕТОВ

3.1 ДЕФИНИЦИЯ:

Каждый предмет (■, ○, ●, ||, ⊙) имеет группы Технических элементов. Каждая группа представлена в соответствующей ячейке в Таблице п. 3.3–3.4.

3.2 ОЦЕНИВАНИЕ:

Некоторые Технические элементы предмета, которые включают в себя два или более обязательных действия, чтобы быть действительными (отпускание предмета в любой форме и ловля), могут сделать действительным только один элемент DV или одну DA; такие элементы включают в себя:

Отбив Мяча;

Малый бросок / ловлю любого предмета (и все его варианты, см. п. 3.4.2);

Отбив любого предмета (кроме Мяча) от пола;

Эшаппе Ленты или Скакалки;

Бумеранг Ленты.







«Высокий бросок» и «ловля с высокого броска» – это две разные группы элементов предметов.






Если «высокий бросок» правильно выполнен для элемента DV или DA, но последующая «ловля с высокого броска» приводит к потере предмета, то «высокий бросок» действителен, а «ловля высокого броска» не засчитывается.

3.3 СВОДНАЯ ТАБЛИЦА ТЕХНИЧЕСКИХ ГРУПП, СПЕЦИФИЧНЫХ ДЛЯ КАЖДОГО ПРЕДМЕТА

3.3.1 СКАКАЛКА \cup (Таблица №66).










Таблица №66



Технические группы предмета	
 <p>Проход всем телом или частью тела через открытую Скакалку, вращающуюся вперед, назад, в сторону, также с:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Скакалка сложена вдвое или более • Двойное вращение Скакалки 	 <ul style="list-style-type: none"> - Вращение (мин. 1), Скакалки, сложенной в 2 раза: <ul style="list-style-type: none"> • 2 конца в одной руке • по 1 концу в каждой руке • 2 конца в 1 руке, середина Скакалки в другой руке «Ветерок» (мин. 2)
 <ul style="list-style-type: none"> • Отпускание и ловля одного конца Скакалки, с вращением или без него (Пример: Эшаппе) • Вращения свободного конца Скакалки, удерживаемой за один конец (Пример: Спирали) 	<ul style="list-style-type: none"> - Вращение (мин. 3), Скакалки, сложенной втрое или вчетверо - Свободное вращение (мин. 1) вокруг части тела - Вращение (мин. 1) прямой, раскрытой Скакалки - Вращение скакалки, удерживаемой за середину и конец (второй конец раскрыт (мин.1) или сложен вдвое (мин.3))
 <p>Подпрыгивания/подскоки с проходом через Скакалку: Серии (мин. 3) подпрыгиваний/подскоков с проходом через Скакалку: Скакалка вращается вперед, назад или в сторону.</p>	 <ul style="list-style-type: none"> • Закручивание вокруг части тела и раскручивание • Спирали Скакалкой, сложенной вдвое • Вуалеобразное движение «Парус», поочередный проход рук по большому кругу, скакалка раскрыта, концы в двух руках.
 <p>Ловля открытой Скакалки по одному концу в каждой руке без поддержки другими частями тела</p>	
Разъяснения	
Скакалка может удерживаться открытой, сложенной в 2, 3 или 4 раза (1	

	<p>или 2 руками), но классическая техника – по одному концу открытой Скакалки в каждой руке во время Прыжков, подпрыгиваний, подскоков, выполняемых вперед, назад, с поворотами.</p>
	<p>Такие элементы, как закручивание, отбивы, мельницы, движения сложенной или завязанной в узел Скакалки, нетипичны для этого предмета. Поэтому они не должны преобладать в композиции.</p>
	<ul style="list-style-type: none"> • Минимум 2 большие части тела (пример: голова + туловище; руки + туловище; туловище + ноги.) должны совершить проход. • Проход может быть всем телом туда и обратно, или только туда без прохода обратно, или наоборот
	<p><i>Echappé</i> – это движение из 2 действий:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Отпускание одного конца Скакалки • Ловля за конец Скакалки рукой или другой частью тела после полуоборота Скакалки • ДВ засчитывается, если либо отпускание, либо ловля (но не оба этих действия) выполнены во время ДВ
	<p>Ловля открытой Скакалки после броска должна быть выполнена по одному концу в каждую руку без поддержки стопой, коленом или другой частью тела. Бросок может быть высокий или малый.</p>
	<p>Варианты спирали:</p> <ul style="list-style-type: none"> • отпускание как в “<i>Echappé</i>”, затем несколько (2 или более) спиральных вращений одного конца Скакалки и ловля за конец рукой или другой частью тела • открытая и прямая Скакалка, удерживаемая за один конец после предыдущего движения (движения открытой Скакалкой, ловли, с пола и т.д.) с переходом в спиральные вращения (2 или более) одного конца, ловля рукой или другой частью тела • ДВ засчитывается если либо отпускание либо ловля либо несколько спиральных вращений (2 или более) выполнены во время ДВ •
	<p>Закручивание:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Закручивание или раскручивание возможны при ДВ; эти действия являются разной работой предмета

3.3.2 ОБРУЧ (Таблица №67).








Таблица №67





Технические Группы Предмета	
 Большой перекат Обруча мин. через 2 большие части тела	 Перекат Обруча по полу
 Вращения (мин. 1) Обруча вокруг его оси между пальцами или вокруг / на части тела	 Вращение (мин. 1) на полу вокруг оси
 Вращение (мин.1) Обруча вокруг кисти или вокруг части тела	 Скольжение Обруча по мин. 2 крупным частям тела.
 Проход полностью или частью тела через обруч (2 большие части тела)	
Разъяснения / Примеры:	
<i>Технические движения Обруча (с броском и без него) должны выполняться в разных плоскостях, направлениях и вокруг разных осей</i>	
	<ul style="list-style-type: none"> • Минимум 2 большие части тела (Пример: голова/шея + туловище; руки + туловище; туловище + ноги) должны пройти через Обруч • Проход может быть всем телом туда-обратно, или только туда, или только обратно
	<p><i>Во время большого переката Обруча необходим проход не менее двух больших частей тела без прерывания.</i></p> <p>Пример: из правой руки в левую руку по всему телу; туловище + ноги; рука + спина и т. д.</p> <p>Примечание по большим перекатам в равновесии DB (за исключением динамических равновесий):</p> <p><i>Импульс для переката и импульс для DB могут быть даны одновременно. Ожидается, что после первоначального импульса равновесие DB будет зафиксировано на протяжении переката. Если этого нет, то критерий DB недействителен для большого переката DA, а большой перекат не является действительным Техническим элементом предмета для равновесия DB.</i></p>




	<p><i>Вращение (мин.1) на полу вокруг оси:</i> <i>Во время вращения Обруча на полу рука/пальцы гимнастки могут находиться в контакте с Обручем, либо это может быть «свободное» вращение Обруча.</i> <i>ДВ может быть выполнена при придании импульса, или при проходе над обручем, или при возврате обруча (не с обручем, свободно вращающимся рядом с гимнасткой, выполняющей ДВ)</i></p>
	<p><i>Перекат может быть маленьким или большим.</i> <i>ДВ может выполняться при придании импульса, или при проходе над обручем, или при возврате обруча (не с обручем, свободно вращающимся рядом с гимнасткой, выполняющей ДВ)</i></p>

3.3.3 МЯЧ (Таблица №68).

Таблица №68



Технические Группы Предмета	
 <p>Большой перекат Мяча через мин. 2 больших части тела</p>	 <ul style="list-style-type: none"> • Перекат Мяча по полу (мин.1)  <ul style="list-style-type: none"> • Серия (мин. 3) комбинация маленьких перекатов по телу • Серия (мин. 3) сопровождаемых маленьких перекатов по телу
 <p>Восьмерки Мячом с круговыми движениями рук(и)</p>	 <ul style="list-style-type: none"> • Движение с «выкрутом» Мяча • Вращение кисти (кистей) вокруг Мяча (мин. 2) • Свободное вращение(я) Мяча на части тела, включая кончик пальца
 <p>Ловля Мяча одной рукой</p>	 <p>Отбив от пола после высокого броска и ловля сразу же разными частями тела (кроме рук)</p>

 <p>Отбивы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Серии (мин. 3) малых отбивов (ниже уровня колена) от пола • Один высокий отбив (на уровень колена или выше) от пола (мин. 1) 		
Разъяснения / Примеры		
<p>Удержание Мяча двумя руками нетипично для этого предмета, поэтому это не должно превалировать в композиции.</p>		
<p><i>Выполнение всех Технических групп с удержанием Мяча рукой корректно только с пальцами, сомкнутыми естественным образом, когда Мяч не касается предплечья.</i></p>		
	<p style="text-align: center;">Маленький перекат</p> <p>Перекат должен быть по минимум одной большой части тела Пример части тела: от руки к плечу; от плеча к плечу; от стопы к колену и т. д. Примечание: маленькие перекаты засчитываются только в сериях по три</p>	<p style="text-align: center;">Большой перекат</p> <p>Перекат должен быть по минимум двум большим частям тела без прерывания Например: от правой руки к левой руке через тело; туловище + ноги; рука + спина и т. д. Примечание по большим перекатам в равновесии DB (за исключением динамических равновесий): Импульс для переката и импульс для DB могут быть даны одновременно. Ожидается, что после первоначального импульса равновесие DB будет зафиксировано на протяжении переката. Если этого нет, то критерий DB недействителен для большого переката DA, а большой перекат не является действительным Техническим элементом предмета для равновесия DB.</p>
	<p> Восьмёрки Мячом с круговыми движениями руки (рук). Должны быть последовательно выполнены 2 полных круга.</p>	
	<p>Должно быть выполнено после большого броска (не после малого броска или отталкивания), без дополнительной поддержки телом или другой рукой.</p>	



	<p>Активный отбив состоит из активного толчка (гимнастка толкает мяч на пол) и возврата. Элементы, в которых мяч пассивно падает на пол, не относятся ни к одной Технической группе предметов. ДВ может выполняться во время фазы толчка, во время контакта с полом или во время возврата.</p>
	<p>Движение с «выкрутом» мяча:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Вращательное движение одной рукой вокруг мяча или вращение мяча вокруг одной руки • Мяч находится в постоянном контакте с рукой (фаза полета отсутствует) • Минимум 1 вращение <p>Вращения руками вокруг мяча:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Вращательное движение руками вокруг мяча, при этом пальцы рук естественным образом соединяются • Мяч находится в постоянном контакте с рукой (фаза полета отсутствует) • Вращения должны выполняться всей рукой/ладонью (а не только кончиками пальцев). • Минимум 2 вращения <p>Свободное вращение(я) Мяча на части тела. Требуется минимум 1 Вращение.</p>
	<p>Перекаты Мяча на полу. Перекат может быть маленьким или большим.</p> <p>ДВ может быть выполнена при придании импульса, или с проходом над мячом, или с возвратом мяча (не с мячом, произвольно катящимся возле гимнастки, выполняющей ДВ)</p>

3.3.4 БУЛАВЫ (Таблица №69).

Таблица №69





Технические Группы Предмета	
 <p>Мельница: состоит из не менее 4–6 небольших кругов Булавами с задержкой по времени, с попеременным скрещиванием запястий/кистей каждый раз. Булавы удерживаются за конец (за маленькую головку).</p>	 <ul style="list-style-type: none"> • Свободное вращение 1 или 2 Булав (Булавы соединены или не соединены между собой) на части тела или вокруг части тела, или вокруг другой Булавы • Постукивание (мин.1) Булав








	<p>между собой или по полу (мин. 2)</p> <ul style="list-style-type: none"> • Скольжение Булавы по мин. 2 крупным частям тела
<p>⇒</p> <p>Малые броски и ловля с вращением двух не соединенных между собой Булав вместе одновременно или последовательно с вращением каждой из них на 360° и ловлей</p>	<p>—●—</p> <p>Малый бросок двух соединенных Булав.</p>
<p>+</p> <p>Асимметричные движения двух Булав</p>	<p>■</p> <p>Большой перекат через минимум 2 крупные части тела одной или двух Булав</p> <p>⊕</p> <p>Перекаты 1 или 2 Булав по части тела или по полу</p>
<p>○</p> <p>Малые круги (мин. 1) обеими Булавами, одновременно или последовательно, по одной Булаве в каждой руке, удерживаемых за конец (за маленькую головку).</p>	<p>○</p> <p>Серии (мин.3) малых кругов одной Булавой, удерживаемой за конец (маленькая головка)</p>
Разъяснения / Примеры	
<p><i>Типичная техническая характеристика – это движение обеими Булавами одновременно, по одной в каждой руке. Эта техника должна доминировать в композиции. Любые другие способы удержания Булав не должны доминировать, так же как постукивания, перекаты булав, вращение, отбивы, соскальзывания</i></p>	
<p>■</p>	<p>«Мельница» - состоит как минимум из 4 малых кругов Булавами (Пример: по 2 с каждой стороны) с задержкой по времени и чередованием скрещенных и не скрещенных запястий каждый раз. Руки должны быть как можно ближе друг к другу.</p> <p>Мельницы могут выполняться в вертикальной или горизонтальной плоскости:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Вертикальные – импульс вращения может быть как вниз, так и вверх



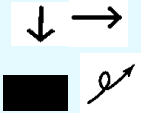
	<p>- <i>Горизонтальные – импульс может быть как вправо, так и влево.</i></p> <p><i>Мельницы могут быть двух- и трехтактные:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • <i>Двухтактные (двойные) мельницы – мин. 4 чередующихся малых кругов Булавами (по 2 с каждой стороны). Запястья / руки скрещены, затем разомкнуты.</i> • <i>Трехтактные (тройные) мельницы – 6 чередующихся малых кругов Булавами (по 3 с каждой стороны с перекрещиванием рук каждый раз)</i>
	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Должны выполняться с разными движениями каждой Булавой по форме, или амплитуде и по рабочим плоскостям или направлению.</i> • <i>Малые круги с задержкой по времени или выполненные в разных направлениях не считаются асимметричным движением предмета, потому что они имеют одинаковую форму и одинаковую амплитуду</i> • <i>Постукивания не имеют четкой рабочей плоскости/направления и не могут быть частью асимметричных движений</i> • <i>В каждой руке должно быть по одной Булаве (нет бросков, асимметричных бросков, каскадных бросков)</i>
	<ul style="list-style-type: none"> • <i>Постукивание одной Булавы по другой (мин. 1)</i> • <i>Постукивание одной или двух Булав по полу: мин. 2 последовательных постукивания (не имеет значения, одновременно ли постукивают 2 Булавами)</i>

3.3.5 ЛЕНТА (Таблица №70).

Таблица №70

Технические Группы Предмета	
 Спирали (мин. 4 круга), плотных и одинаковых по высоте, выполняемых по воздуху или по полу. и/или	 <ul style="list-style-type: none"> • <i>Вращательное движение палочки Ленты вокруг кисти</i> • <i>Закручивание (раскручивание)</i> • <i>Создание рисунка лентой полного круга вокруг тела, при помощи палочки, которая удерживается без помощи рук различными частями тела (шея, колено, локоть)</i>
 «Фехтовальщик» (мин. 4 круга)	
 Змейки (мин. 4 волны), плотных и одинаковых по высоте, выполняемых	





по воздуху или по полу	и т.п.) во время движений тела или Трудностей тела с вращением (не во время «Турляна»)
 <p>«Бумеранг»: отпускание палочки Ленты, затем подтягивание обратно за конец Ленты и ловля палочки.</p>	 <p>Перекат палочки Ленты по части тела</p>  <p>Большой перекал палочки по минимум 2 крупным частям тела</p>
 <p>«Эшаппе»: вращение палочки во время ее полета</p>	 <p>Проход через рисунок или над рисунком Ленты всем телом или частью тела</p>
Разъяснения / Примеры	
<p>Все элементы, не типичные по технике для Ленты (например, закручивание/раскручивание, соскальзывание палочки, отбивы/отталкивания) не должны преобладать в композиции.</p>	
	<p>«Фехтовальщик»: вся палочка Ленты вместе с рукой переходит в спиральный узор, образованный Лентой (палочка похожа на шпагу); выход палочки из спирального узора – на выбор: подтягивание назад руки/палочки или малый бросок/Эшаппе.</p>
	<p>«Бумеранг» состоит из 3 частей: Отпускание (бросок) палочки в воздух или вдоль пола: Нет никаких ограничений в отношении ткани ленты: конец можно удерживать, ткань может скользить по телу/через руку, или лента может быть полностью свободна в течение любого отрезка времени, при условии, что конец будет возвращен до того, как палочка коснется пола или лента останется на полу. Оттягивание назад: достигается удерживанием за конец ткани (максимум на расстоянии 50 см от конца) и выполняется, когда ткань вытягивается в воздухе (с касанием палочкой пола или без него) или лента вытягивается вдоль пола. Может выполняться во время полета, немедленно в самом конце полета, для выпуска по полу – также возможно после короткого периода времени Лента вытянута на полу. Бумеранг может быть выполнен с одним или несколькими</p>

	<p><i>оттягиваниями, прежде чем поймать палочку. Все действия между первоначальным отпусканьем и ловлей палочки относятся к одному и тому же Техническому элементу предмета (а не к 2 или более отдельным «бумерангам»).</i></p> <p><i>Ловля палочки: элемент, включающий только подтягивание Ленты и ловлю палочки (без отпусканья), не отвечает дефиниции «Бумеранга»</i></p>
	<ul style="list-style-type: none"> - Минимум 2 крупных части тела должны совершить проход через рисунок Ленты. Пример: голова/шея + туловище; руки + туловище; туловище + ноги и т. д. - Проход через рисунок или над рисунком Ленты может быть: всем телом туда-обратно, или только туда, или только обратно или наоборот
	<p><i>Эшанпе – это тип малого броска, включающего вращение палочки в полете и ловлю палочки. Техника вращения палочки в полете возможна в высоком броске и будет оцениваться как высокий бросок, а не как Эшанпе, в зависимости от высоты.</i></p>
	<p><i>При всех типах ловли ленты предмет, как правило, следует ловить за конец палочки. Допускается намеренная ловля ленты за ее материал в зоне примерно 50 см от крепления, при условии, что это оправдано для следующего движения или финального положения. Если лента непреднамеренно поймана за ткань (по ошибке), Технический элемент недействителен и не может сделать действительной какую-либо Трудность.</i></p>

4. ТЕХНИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ, ДЕЙСТВИТЕЛЬНЫЕ ДЛЯ ВСЕХ ПРЕДМЕТОВ (СКАКАЛКА, ОБРУЧ, МЯЧ, БУЛАВЫ, ЛЕНТА)

БРОСКИ И ЛОВЛЯ ПРЕДМЕТОВ: ВЫСОКИЙ БРОСОК (Таблица №71).

Таблица №71

	Высокий бросок предмета: более чем 2 роста гимнастки стоя
	Высокий бросок 2 Булав: более чем 2 роста гимнастки стоя. Для асимметричных и каскадных бросков важно, чтобы 1 булава соответствовала требованию по высоте броска.
	Ловля предмета после большого броска
	Ловля 2 Булав после большого броска с полета после высокого броска.

Обе булавы в полете должны соответствовать требованию по высоте.	
Разъяснения	
Что значит «ловля с полёта»?	После броска предмет находится в свободном полёте в воздухе. Поймать его – значит вернуть его из состояния полёта. Если вместо этого гимнастка умышленно позволяет предмету отскочить от пола перед ловлей, то это не ловля, а отскок.
Разъясните высоту бросков: как она измеряется?	Высота броска измеряется от точки отпускания предмета.
Действительна ли ловля, если предмет касается пола?	Если сначала гимнастка ловит предмет контролируемым образом, а после этого часть предмета соприкасается с полом, то ловля засчитывается со сбавкой E. Если предмет касается пола до того, как гимнастка поймает его контролируемым образом, это считается потерей (со сбавкой E) и недействительной ловлей.
Что должен делать судья, если гимнастки группы разного роста?	Это оценивание, а не измерение. Следует исходить из среднего роста гимнасток группы.

Пример 1: высокий бросок (Рисунок № 22).

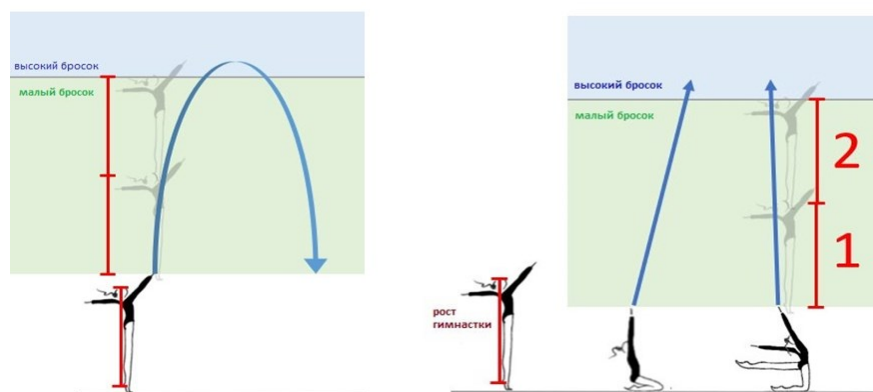


Рисунок №22

БРОСКИ И ЛОВЛЯ ПРЕДМЕТОВ МАЛЫЙ БРОСОК (Таблица №72).

Таблица №72

→	<p>Малый бросок и ловля предмета с полёта: близко к телу, не более чем 2 роста гимнастки стоя, мин. 1 четко видимая фаза полета:</p> <ul style="list-style-type: none"> • С броском/толчком в воздух • С отбивом от тела • Свободное падение предмета с высоты • Для броска одной Булавы: с вращением 360° или без вращения <p>Примечание: малый бросок 2 булав без вращения обеих булав на 360° не засчитывается как Технический элемент предмета</p>
---	--

Пример 2: малый бросок (Рисунок № 23):

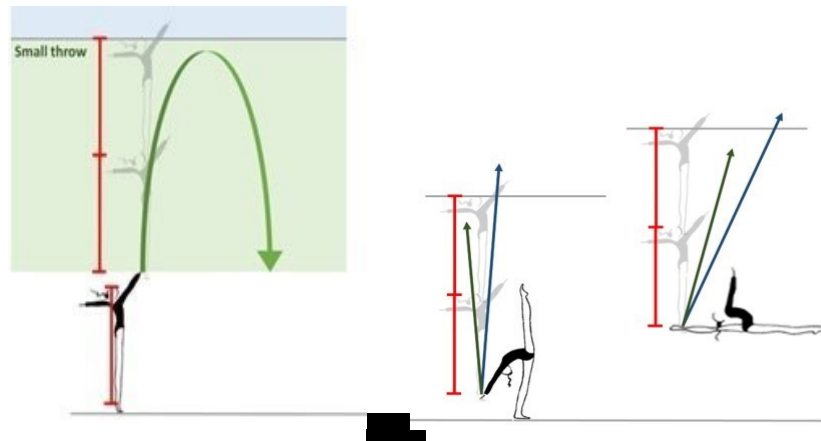


Рисунок №23

ДВ ПОД ПОЛЁТОМ ПРЕДМЕТА ИЛИ БУМЕРАНГА



ДВ, выполняемая под полётом предмета после высокого броска или Бумеранга (Рисунок №24).



Рисунок №24

РАБОТА ПРЕДМЕТА означает, что предмет должен быть в движении (Таблица №73).

Таблица №73

	<ul style="list-style-type: none"> - Большие круги предметом: Для ленты: круги могут быть средними или большими – и то и другое является одинаковым техническим элементом предмета - Движения «Восьмерки» (не для Мяча) - Передача предмета вокруг любой части тела или под ногами (ногой), без помощи рук - Передача предмета без помощи рук мин. 2 разными частями тела (кроме рук) - Проход над предметом целиком или частью тела без передачи предмета из руки или части тела в другую руку или часть тела.
Разъяснения	
	<p><i>Средний или большой круг: предмет должен показать полный круг 360°</i></p> <p><i>Восьмерки: должны быть представлены 2 полных круга последовательно</i></p>

НЕСТАБИЛЬНЫЙ БАЛАНС: сложная взаимосвязь тела и предмета с риском потери предмета (*см. Индивидуальные упражнения*).

СТАТИЧНЫЙ ПРЕДМЕТ.

Предмет должен быть в движении или в нестабильном равновесии, а не просто удерживаться или сжиматься долгое время.

Статичный предмет – это предмет, удерживаемый или зажатый:

«Предмет удерживается» означает, что предмет крепко держат одной или двумя руками и/или одной или более частями тела (не в нестабильном положении);

предмет, удерживаемый «*долгое время*» означает более 4 секунд.

Когда 1 булава находится в работе или в полете, другая булава может быть неподвижна (нет сбавки за статичный предмет).

Когда у гимнастки несколько предметов (например, 2 мяча или пара булав и обруч), ни один из них не должен быть статичным. Если 1 или более предметов статичны, то применяется сбавка в Исполнении.

Не разрешается статическая опора на предмет (ошибка композиции или Исполнения). Однако, допускается выполнение преакробатических элементов с предметом, лежащим под рукой на полу непродолжительное время (не более 4 секунд).

Пример: переворот назад с опорой на обе руки, Булавы лежат на полу по одной под каждой рукой (этот преакробатический элемент может быть также выполнен с опорой на одну руку с тем же положением Булавы)

(Рисунок №25). Предмет должен быть в движении или в нестабильном балансе, а не просто удерживаться или сжиматься долгое время.

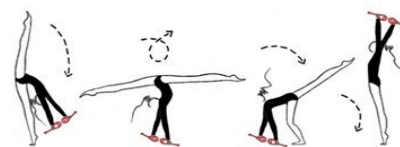


Рисунок №25

Преакробатический элемент, выполненный с опорой полностью на предмет без контакта какой-либо части тела с полом, не допускается. Преакробатический элемент, выполненный таким образом, не будет засчитан в качестве критерия к соответствующей Трудности. Сбавка в Исполнении 0.30 за запрещенную технику (Рисунок №26).



Рисунок №26

6.2 Технические элементы предметов во время выполнения DB должны быть разными (Таблица №74).

Таблица №74

Разъяснения	
Технические элементы предметов разные, если выполнены:	<p>В разных плоскостях: Плоскости оцениваются относительно пространства: горизонтальная, фронтальная, сагиттальная</p> <ul style="list-style-type: none"> Критерий «плоскости» неприменим к спиралям. Спирали должны иметь разные направления и/или разный уровень.

В разных направлениях – оценивание:

Проход через предмет вперед и назад / проход внутрь, наружу, проход всем телом — это разные вещи.

Работа с предметом, выполняемая в разных направлениях относительно тела, различна, например: спирали с рукой перед телом, спирали с рукой в сторону, спирали с рукой позади тела.

Каждый элемент предмета может быть повторен с туловищем в двух разных направлениях, например: туловище вертикально + в сторону, туловище вперед + назад, туловище в сторону + с прогибом назад, и т.д.

Все остальные варианты направлений считаются одним и тем же Техническим элементом предмета, например:

- *Одни и те же мельницы вперед и назад*
- *Одинаковые маленькие круги двумя булавами справа и маленькие круги двумя булавами внутрь*
- *Одинаковые спирали внутрь и спирали наружу*
- *Один и тот же большой круг внутрь и большой круг наружу*
- *Один и тот же большой перекат слева направо и справа налево*

На разных уровнях



Уровень 1: голова-плечи

Уровень 2: грудь-талия

Уровень 3: ниже талии

Технический элемент, выполненный с использованием различных частей тела следующим образом:

- *С помощью различных частей тела, например, отбив рукой, отбив коленом*
- *На разных частях тела*
- *Перекаты и скольжения по различным частям тела*
- *Один раз под ногой и один раз не под ногой - разные отбивы (мяч проходит под ногой)*
- *Разные части тела, проходящие через предмет, например, руки и туловище, ноги и туловище, тело целиком*

С разной техникой бросков

5. ОДИНАКОВЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ ПРЕДМЕТОВ

Две отдельные ДВ с одинаковыми элементами предметов не засчитываются; вторая ДВ с элементом предмета (в порядке выполнения) не будет оценена (Нет Сбавки).

Для того, чтобы каждая ДВ была оценена, должен быть представлен минимум один новый элемент предмета (не выполнявшийся ни в одном предыдущем ДВ в упражнении); дополнительные элементы предмета могут быть повторениями.

Одинаковые элементы предметов, выполненные в двух разных ДВ (из одной или разных Групп тела), не считаются разными элементами предмета.

Одинаковые элементы предметов, выполненные сначала правой, а потом левой рукой, не считаются разными элементами предмета.

В Равновесии Фуэте должен быть выполнено 2 Технических элемента предмета в любой фазе Равновесия, чтобы была засчитана ДВ, которая не может быть повтором. Если это требование выполнено, то можно выполнять дополнительные элементы предмета.

Если Группа выполняет один и тот же отбив мяча во время прыжка, а затем во время равновесия, то равновесие будет недействительно.

Если Группа выполняет спирали ленты во время поворота, а затем в другой части упражнения выполняет другой поворот с теми же спиралями, второй поворот (в порядке выполнения) будет недействителен.

Если Группа выполняет прыжок с поворотом под полетом предмета, а затем в другой части упражнения выполняет поворот под полетом предмета, то поворот будет недействителен.

Если Группа выполняет спирали + большой круг над головой в равновесии Фуэте, а затем в другой части упражнения выполняет другой поворот с таким же большим кругом над головой, то поворот будет недействительным.

Серия прыжков или поворотов может быть выполнена с использованием одинаковых или разных Технических элементов предмета для каждой ДВ. Одинаковый Технический элемент предмета может быть выполнен последовательно или раздельно. Также разрешается сочетать высокий бросок и ловлю с другими техническими элементами.

6. ТРУДНОСТЬ ОБМЕНА (DE)

6.1 ДЕФИНИЦИЯ DE: в Обмене предметами при высоком и/или дальнем броске все пять гимнасток должны участвовать в 2 действиях:

Бросок своего предмета партнерше;

Ловля предмета, брошенного партнершей (Рисунок № 27).

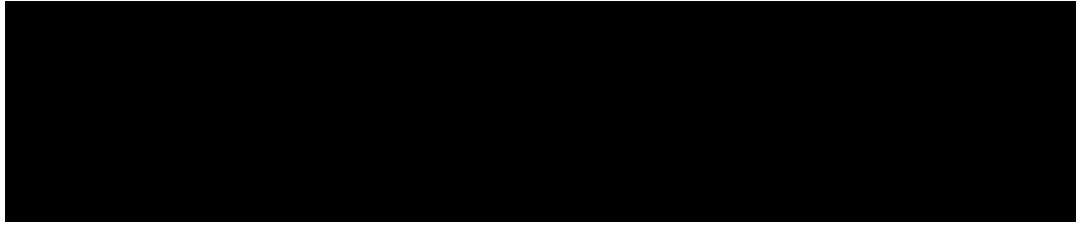


Рисунок №27

В качестве DE засчитываются только Обмены с высокими, дальними или большими бросками предметов между гимнастками (не «Бумеранг»). Обмен с не высоким или с не дальним броском не засчитывается.

Каждая гимнастка должна поймать предмет, полученный от партнерши, чтобы DE была засчитана. DE с прямым повторным броском партнерше, с отбивом партнерше или перекатом в сторону партнерши не засчитывается.

Типы бросков: высота/расстояние измеряются от точки отпускания предмета.

Высокие броски определяются требуемой высотой (более чем 2 роста гимнастки).

Пример: DE с высоким броском предмета из положения стоя (более чем 2 роста гимнастки) (Рисунок № 28).

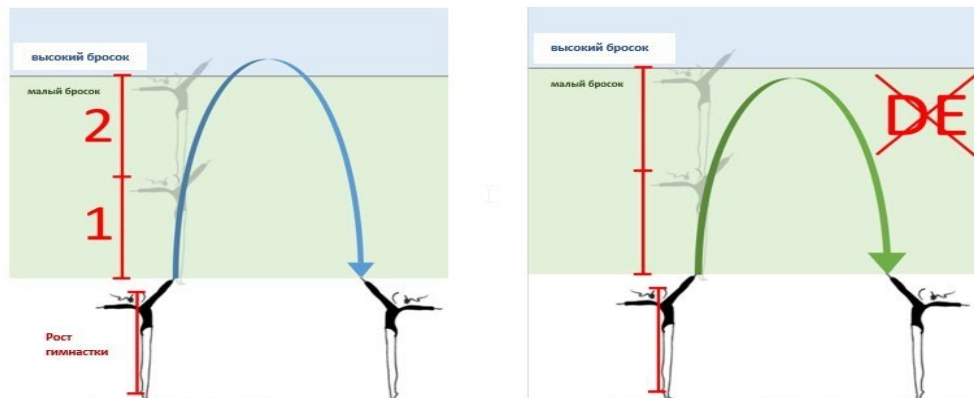


Рисунок №28

Пример: высокий бросок из положения на коленях – DE с высоким броском предмета из положения на коленях (более чем 2 роста гимнастки) (Рисунок №29).

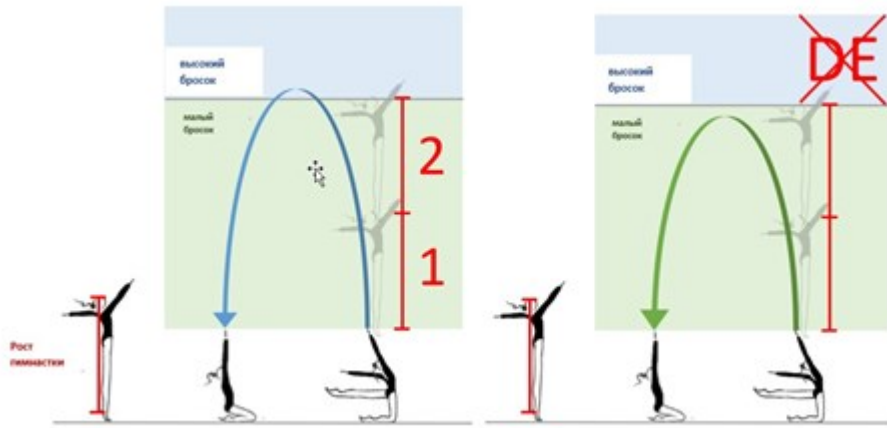


Рисунок №29

Дальние броски определяются расстоянием минимум 8 метров между гимнастками. Расстояние 8 метров должно быть между гимнастками, которые обмениваются друг с другом в момент броска и/или в момент ловли. Пример (Рисунок № 30).

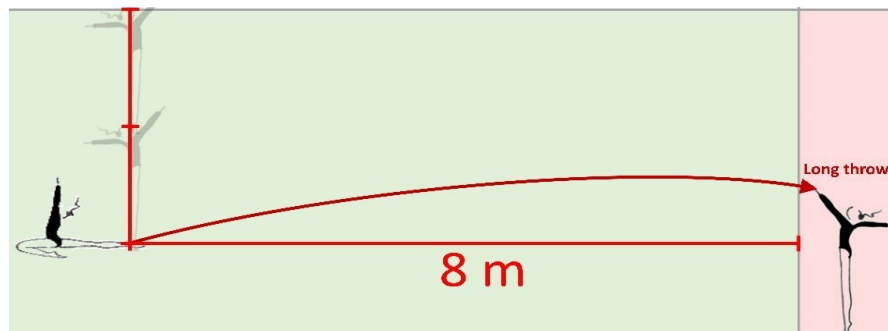


Рисунок №30

Примеры построений на 8 метров (независимо от высоты) (Рисунок №31).

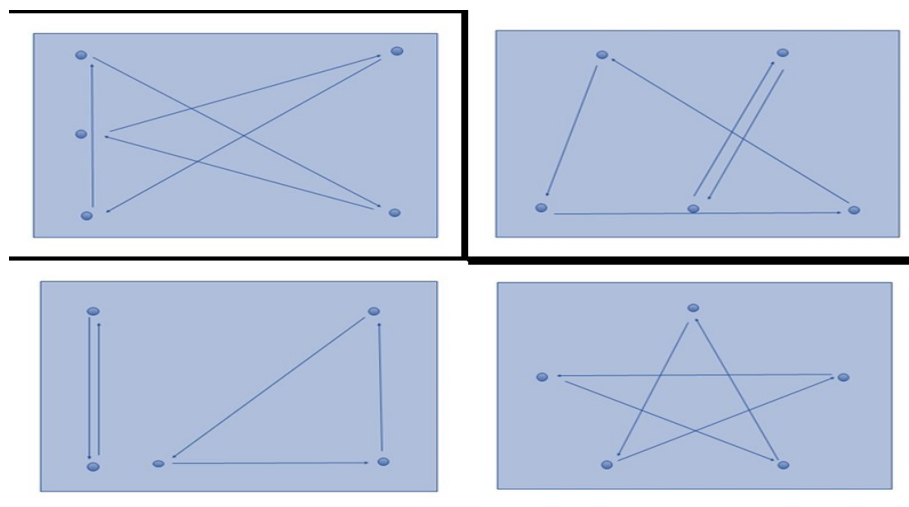


Рисунок №31

Примеры построений без дистанции в 8 метров (Рисунок №32).

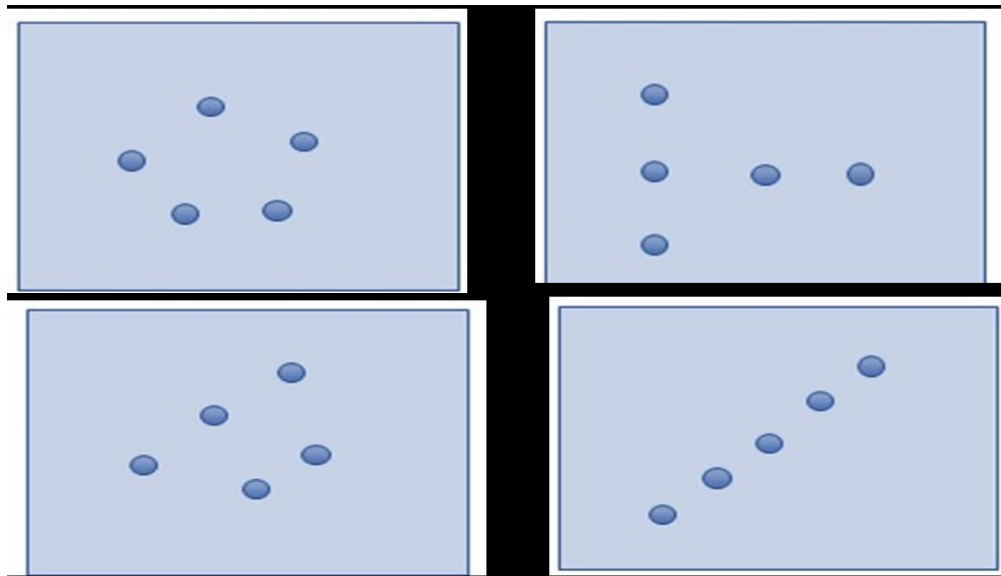


Рисунок №32

Разъяснения:

5 гимнасток пытаются бросить предметы на 8 м в подгруппах на небольшую высоту (менее чем 2 роста гимнастки), но 2 гимнастки из одной подгруппы бросают менее чем на 8 м: засчитывается ли DE?

Нет, DE не засчитывается. Если бросок не высокий, то все 5 гимнасток должны бросить предметы на 8 м.

Трудность с Обменом с 1 типом предмета может выполняться всеми 5 гимнастками (бросок одновременно) вместе или в подгруппах (бросок в разное время):

с одинаковой или разной высотой бросков;

гимнастки на месте или перемещаются;

для DE в подгруппах: первая подгруппа должна поймать предмет до того, как вторая подгруппа бросит предметы – тогда Трудность будет засчитана.

Трудность с Обменом с 2 типами предмета может выполняться всеми 5 гимнастками вместе или в подгруппах:

с одинаковой или разной высотой бросков;

гимнастки на месте или перемещаются.

Для DE в подгруппах: первая подгруппа должна поймать предмет до того, как вторая подгруппа бросит предметы – тогда Трудность будет засчитана.

Для DE в подгруппах: каждая подгруппа должна иметь одинаковые предметы (пример: первая подгруппа – 3 мяча, вторая подгруппа – 2 обруча) – тогда Трудность будет засчитана.






Разъяснения:

5 гимнасток бросают предметы в подгруппах: первая подгруппа – 2 гимнастки на 8 м на небольшую высоту (менее чем 2 роста гимнастки), а затем вторая подгруппа из 3 гимнасток совершает Обмен с высокими бросками. Засчитывается ли DE?

Да, DE засчитывается. Возможно выполнение Обмена с разной высотой бросков 5 гимнастками вместе или в подгруппах последовательно.

Разъяснения: Обмен предметами между гимнастками (Таблица №75).

Таблица №75

<p>Скакалка</p> 	<p>Максимум 2 элемента DE в порядке их выполнения могут быть сделаны с концами, связанными вместе. Дополнительные элементы DE с концами, связанными вместе, не засчитываются в DE.</p>
<p>Мяч</p> 	<p>Когда Мяч пойман 2 руками (независимо от количества гимнасток), Трудность с Обменом будет засчитана со Сбавкой в Исполнении каждый раз.</p>
<p>Булавы</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Трудность с Обменом засчитывается как с броском 1 Булавы, так и 2 Булав • Бросок 2 соединенных Булав засчитывается как бросок 1 Булавы.
<p>Лента</p> 	<ul style="list-style-type: none"> • Обмен с броском Ленты засчитывается только когда предмет находится полностью в воздухе некоторое время (не «Бумеранг» ) • При обмене Лентами гимнастки в общем должны ловить предмет за палочку. Однако, допускается намеренная ловля за материал Ленты за отрезок приблизительно 50 см. от крепления, если такая ловля обусловлена следующим движением или финальным положением. Если лента произвольно поймана за материал (по ошибке), технический элемент не засчитывается, и Обмен не засчитывается.

6.2 ТРЕБОВАНИЯ

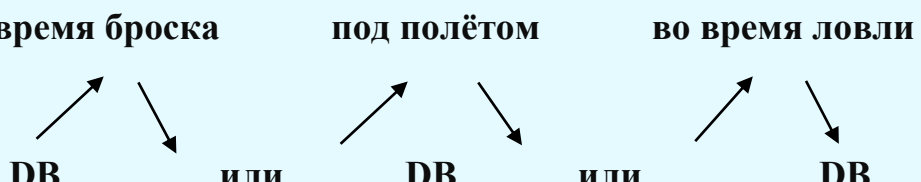
Минимум 4, максимум 5 DE будут оценены в порядке их выполнения. Если выполнено менее 4 DE, то применяется сбавка 0.30.

Если Группа выполняет более 5 DE, то только первые 5 DE будут оцениваться в порядке их выполнения (нет Сбавки). Последующие DE сверх лимита не считаются.

6.3 DB, ВЫПОЛНЕННЫЕ ВО ВРЕМЯ DE

Изолированная Трудность тела (DB) любой ценности может выполняться либо при броске, либо под полетом предмета, либо при ловле DE. DB и DE будут оценены и засчитаны в общее количество DB и DE: Пример (Таблица №76):

Таблица №76

Разъяснения / Примеры	
DB любой ценности	<p>Трудность тела DB может быть выполнена 1 раз во время DE:</p> <p style="text-align: center;"> во время броска под полётом во время ловли </p>  <p style="text-align: center;"> DB или DB или DB </p>

При выполнении трудности тела DB (стоимостью 0.40 и более) во время выполнения трудности с Обменом DE (во время выполнения броска, либо во время ловли). В этом случае к стоимости трудности с Обменом дается надбавка +0.10, трудность тела DB засчитывается в общее количество DB и DE.

DB, выполненная в DE, действительна только в том случае, если одна и та же DB выполняется всеми 5 гимнастками. Если выполняются разные DB, то это считается попыткой DB и не засчитывается. DE будет оценена.

Каждая DB (каждая ячейка) засчитывается только один раз. Если повторяется та же самая DB (из той же ячейки, то повтор не засчитывается (нет сбавки): DB, выполненная как Трудность тела без обмена, не может быть повторена в DE. DE будет оценена.

Для каждой DB требуется действительный технический элемент предмета:

Изолированная DB под высоким броском может выполняться только один раз в каждом упражнении.

Если DB выполняется с броском или ловлей, которые повторяются одинаково, DB не засчитывается.

Если DE недействительна, DB может быть засчитана, если она выполнена в соответствии с дефиницией и с действительным техническим элементом предмета. DB, которая определяется вращением или положением на полу, может засчитываться только как DB, а не как дополнительный критерий. Если во время обмена выполняется более одной DB, только первая DB будет оценена как DB и засчитана в общее количество DB. DE будет засчитана.

6.4 ЦЕННОСТЬ DE.

Базовая ценность Трудности с Обменом и символ ↗↓: 0.20.

Ценность DE может быть повышена дополнительными критериями. Дополнительные критерии действительны только при их выполнении всеми 5 гимнастками следующим образом:

При выполнении с одним и тем же предметом (напр. 5 мячей), одинаковое выполнение (т. е. 5 мячей ловятся одинаково «без помощи рук»);

При выполнении с разными предметами (например, 3 обруча и 2 пары булав), одинаковые критерии, выполняемые с каждым предметом (например, 3 обруча ловятся одинаково «вне поля зрения» и 2 булавы ловятся одинаково «без помощи рук»), одно и то же количество критериев для каждого типа предмета должно быть выполнено при броске и/или ловле.

Вращения могут выполняться при броске предмета, под броском, при ловле: все вращения должны быть разными (разных групп), и каждое вращение выполняется одинаково всеми 5 гимнастками (из одной группы вращений и в одинаковом варианте).

Критерии, выполненные непосредственно перед броском предмета или сразу после ловли, не учитываются в ценности DE.

Одинаковый повтор одного и того же критерия нельзя выполнять – одинаковое повторение не засчитывается (Нет Сбавки). Тем не менее, сам Обмен может быть засчитан.

Обмены для всех 5 гимнасток могут быть одной и той же ценности или разной ценности. Самая низкая ценность DE, выполненная одной из гимнасток, определяет ценность DE Группы.

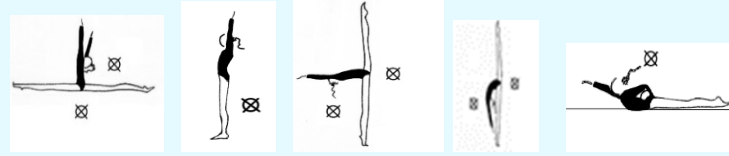
Сводная Таблица Общих Критериев DE во время броска, под полетом и при ловле предмета (Таблица №77).

Таблица №77

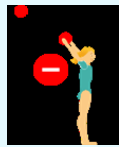
Символ	Общие Критерии для всех предметов	
⊗	Без зрительного контроля	
≠	Без помощи рук	
■	Вращение	
■	На полу	
DB	DB стоимостью 0.40 и более	
Символ	Ценность	Разъяснения: Общие Дополнительные Критерии для DE



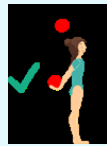
0.10

Вне поля зрения:**Примеры зон «вне поля зрения»:****Для всех типов бросков и/или ловли:**

- Элементы, выполненные спереди или сбоку от туловища, не засчитываются с этим критерием, даже если туловище прогнуто назад. Чтобы получить критерий «вне поля зрения» для броска/отбива, недостаточно, чтобы предмет двигался назад:

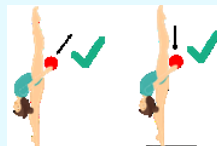


бросающая рука должна находиться в зоне, определенной как «вне поля зрения», или часть тела, выполняющая бросок/отбив, должна находиться в зоне, определенной как «вне поля зрения»:

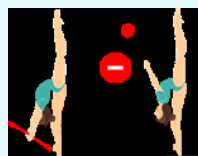
**Для бросков и/или ловли с помощью рук:**


«Вне поля зрения» обычно дается только при технике бросающей руки «вниз-вверх», а не «вверх/назад» (возле головы), за исключением 2 моментов:

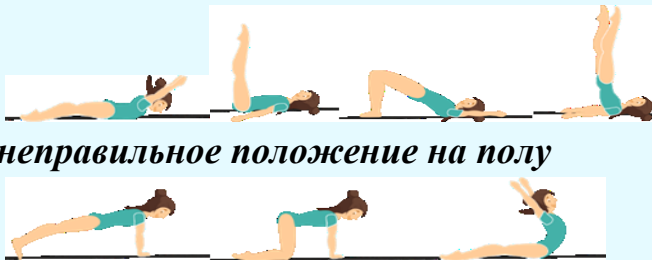
- В прогибе назад ниже горизонтали критерий «вне поля зрения» дается при броске и ловле сзади туловища



- В прогибе назад ниже горизонтали критерий «вне поля зрения» дается за ловлю туловищем/передней частью тела, на уровне груди или ниже




		<p>Критерий «вне поля зрения» не дается, если мяч пойман согнутыми 2 руками за шеей</p> 
≠	0.10	<p>Без помощи рук Не засчитывается</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ловля Обруча сразу же во вращение на руке (■); • Смешанная ловля (■); • Бросок/ловля предмета тыльной стороной руки(рук) • Ловля булавы (И) тыльной стороной руки(рук) с использованием другой булавы
■	0.10	<p>Вращение:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Во время броска, и/или под полётом предмета, и/или ловли: • Каждое вращение должно быть минимум 360° • Все вращения в каждой DE должны быть разными (из разных групп преакробатики или вертикальных вращений) • Все вращения должны быть выполнены одинаково (из одной группы вращений и в одинаковых вариантах) всеми 5 гимнастками. Опора – на 1 или 2 руки, в зависимости от предмета (считаются одинаковыми) <p>Этот критерий действует для преакробатических вращений (см. Инд. Трудность) и вертикальных вращений (см. Инд. Трудность,)</p> <p>Если преакробатический элемент соединен с DB или используется всеми 5 гимнастками для хореографии, эта группа преакробатических элементов не может быть повторена для DE</p> <p>Этот критерий не засчитывается для DB, включающей вращение, (исключение DB с вращением стоимостью 0.40 и более)</p> <p>Этот критерий может быть скомбинирован с «положением на полу», если выполняется поворот на 360°, при этом туловище полностью лежит на полу от начала до конца.</p>

	0.10	<p>В положении на полу: Бросок и/или ловля, выполненные лёжа на полу от начала до конца элемента: <i>положением на полу считается любое положение гимнастки с опорой на верхний плечевой пояс (плечи, грудь или лопатки)</i> туловище должно быть полностью на полу (независимо от того, куда оно обращено – вверх, вниз или в сторону), частично или полностью на животе, груди, спине, шее, полностью на боку и т.д. Положение ног – свободное Примеры:</p>  <p><i>неправильное положение на полу</i></p>
DB	0.10	<p>Выполнение DB во время DE: DB стоимостью 0.40 и более во время выполнения трудности с Обменом DE (во время выполнения броска/ или под полетом/ или на ловли предмета). Критерий засчитывается, если одна и та же DB выполняется всеми 5 гимнастками.</p>


6.7 Сводная Таблица Дополнительных Специфических Критериев для DE во время броска и ловли предмета (Таблица №78).

Таблица №78

Символ	Специфический Критерий при броске + 0.10 каждый раз	Символ	Специфический Критерий при ловле + 0.10 каждый раз
	<p>Проход через Скакалку (U) всем телом или частью тела во время броска Мин. 2 крупные части тела должны совершить проход через Скакалку Пример: голова + туловище; руки + туловище; туловище</p>		<p>Ловля Скакалки (U) по одному концу в каждую руку</p>

	+ ноги.		
	Высокий бросок открытой и прямой Скакалки (U), удерживаемой за середицу или один конец		Смешанная ловля Скакалки (U) Не действителен дополнительный критерий ≠
			Проход через Обруч (O) во время ловли всем телом или частью тела (мин. 2 крупные части тела совершают проход – голова и туловище, руки и туловище, туловище и ноги.)
	Бросок обруча (O) после переката по полу. Засчитывается только при выполнении вместе с ≠		Прямой отбив (O ●) без руки (рук) или кисти: Примечание: отбив, выполненный рукой(руками) не действителен как критерий  , но критерий ≠ дается для отбива рукой(руками) или другими частями тела. Критерий ≠ для отбива кистью (кистями) не действителен
	Бросок 2 разъединённых Булав () вместе: - одновременно - асимметричный бросок - каскадный бросок <i>Асимметричные броски могут выполняться одновременно 1 или 2 руками. Движения 2 Булав в</i>		Ловля 2 разъединённых Булав () одновременно Дается надбавка + 0.20
			Непосредственная ловля с перекатом предмета мин. по 2 крупным частям тела Не считается: дополнительный критерий ≠ при ловле рукой/

<p><i>полёте должны быть разной амплитуды (1 бросок выше другого), и в разных плоскостях или направлениях. Каскадный бросок – это бросок двух булав, одной за другой, при этом обе булавы находятся в полете в один момент времени.</i></p> <p><i>Критерий для каскадного броска и любые другие критерии приведены только для булав, которыми обмениваются, а не для булав, брошенных и пойманных одной и той же гимнасткой.</i></p>		<p>кистью (независимо от положения ладони)</p> <p>Считается:</p> <p>дополнительный критерий ✕ при выполнении любой части переката вне поля зрения</p>
	↓	<p>Ловля Мяча (●) одной рукой без дополнительной помощи телом или другой рукой</p>
	a	<p>Непосредственная ловля Обруча (○) во вращение на другой части тела.</p> <p>Не действителен дополнительный критерий ≠ «без помощи рук» для вращения на руке.</p>


Прямой отбив без каких-либо остановок от тела  является частью главного действия DE (часть первоначального броска для Обмена); необходимо поймать отбив, чтобы DE была засчитана.

Критерии, выполненные во время отбива, являются действительными. Каждый критерий даётся максимум 1 раз, вместе для ловли и отбива.

Критерии во время ловли после отбива не оцениваются как часть DE.

Повторный бросок в конце DE или сразу после DE относится к DE, но не дает никаких критериев (нет критериев для «повторного броска», и другие критерии не даются, например, нет критерия для броска «без помощи рук»).

Бросок 2 разъединенных Булав: этот критерий даётся только один раз для броска, который выполняется либо одновременно, либо асимметрично, либо каскадом. Критерии даны только для Булавы (Булав), которыми обмениваются с партнершей. Ловля двух разъединенных булав засчитывается только при одновременной ловле. Дается надбавка +0.20 к стоимости DE.

Прямая ловля Обруча во вращение на другой части тела (): если выполняется с помощью локтя (не на прямую руку), шеи или ноги и т. д., этот критерий будет действителен в DE, так же, как и дополнительный критерий «без помощи рук».

6.8 Для того, чтобы быть засчитанной, DE должна быть выполнена всеми 5 гимнастками без какой-либо из следующих ошибок Исполнения.

DE не засчитывается в следующих случаях:

не все 5 гимнасток участвуют в действиях по броску и ловле;

не соблюдена требуемая высота или дистанция броска;

DE выполняется в подгруппах; вторая подгруппа бросает до того, как первая подгруппа поймает;

DE выполняется в быстрой последовательности;

с Бумерангом;

потеря предмета во время DE;

потеря равновесия при опоре на одну или обе руки или предмет;

полная потеря равновесия при падении гимнастки во время выполнения DE;

столкновение гимнасток;

столкновение предметов, которое влияет на траекторию полета;

ловля после отбива о пола (не с полета);

повторный бросок, отбив или перекат партнерше;

лента непреднамеренно поймана за материю (по ошибке);

ловля предмета после окончания музыки;

Трудность начата вне пределов площадки.

Разъяснения:

Для DE с неточной траекторией и сбавкой 0.30 или 0.50 – засчитывается ли DE?

DE засчитывается, когда DE не засчитывается (см. п. 6.8).

Если завязался узел на Ленте во время Трудности с Обменом, засчитывается ли DE?

DE засчитывается, когда DE не засчитывается (см. п. 6.8).

7. ДИНАМИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ВРАЩЕНИЕМ (R)

7.1 ДЕФИНИЦИЯ: комбинация высокого броска, 2 или более Динамических элементов с вращением и ловля предмета (см. Индивидуальная программа).

7.2. ТРЕБОВАНИЯ: в упражнении засчитывается максимум 1 R.

Если в упражнении более 1 R, то оценивается только первый R (нет Сбавки).

Вращения в R должны быть одинаковыми у всех гимнасток Группы (из одной группы вращений и в одинаковых вариантах). Опора – на 1 или 2 руки, в зависимости от предмета (считаются одинаковыми).

R, в который включены разные вращения, выполненные 5 гимнастками в базе, не засчитывается (Нет Сбавки).

R, в который включены разные вращения, выполненные 5 гимнастками после базы, может быть засчитан без ценности каких-либо неодинаковых вращений, которые отличаются у разных гимнасток. Вращения в R должны быть одинаковыми у всех гимнасток Группы (принадлежат одной и той же группе вращений). R, который включает в себя различные базовые вращения, выполняемые 5 гимнастками, не засчитывается (без сбавки).

Разъяснения:

3 гимнастки выполняют шене + перекаат вперед;

2 гимнастки выполняют шене + шене.

R не засчитывается: Неодинаковые вращения в базе:

4 гимнастки выполняют шене + шене + колесо на предплечьях;

1 гимнастка выполняет шене + шене + колесо на руках.

R2 засчитывается (0.20): одинаковые вращения в базе, 3-е вращение не засчитывается: не выполнено в том же самом варианте.

R могут выполняться:

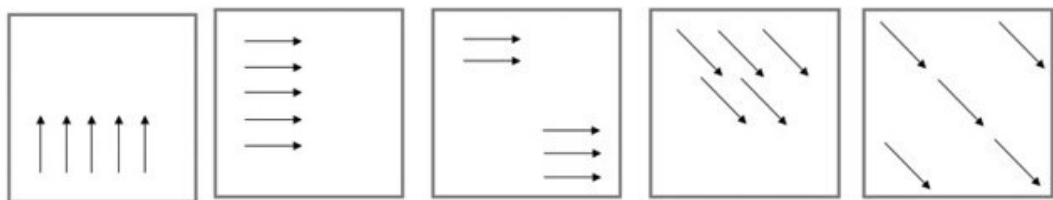
одновременно;

в очень быстрой последовательности;

в подгруппах.

Если R выполняются одновременно или в очень быстрой последовательности, все 5 гимнасток должны выполнять R в одном направлении. Если R выполняется одновременно или в очень быстрой последовательности, все 5 гимнасток должны выполнять R в одном направлении.

Пример 1: в одном направлении (Рисунок №33).



и т.п.

Рисунок №33

Разъяснение:

Если R начался в одном направлении (хореографически намеренно), но траектория была нарушена (техническая ошибка) и это повлияло на

направление гимнастки, то R будет засчитан со Сбавкой в Исполнении за траекторию и другие последствия (построение и т.п.).

Если гимнастки Группы выполняют круговые построения одновременно или в быстрой последовательности, то у всех гимнасток разные направления движения и R не засчитывается.

Пример 2: Различные направления (Рисунок № 34).

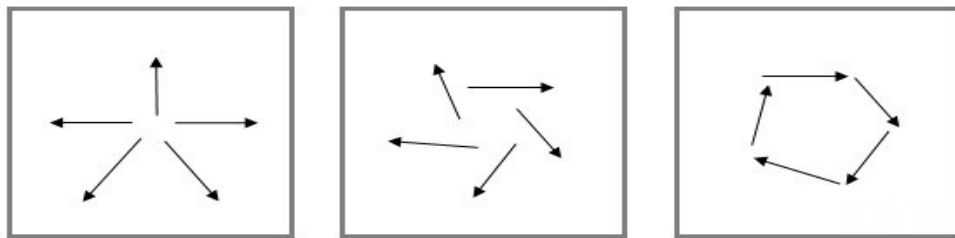


Рисунок №34

Если R выполняется в подгруппах, каждая подгруппа должна иметь одинаковый тип предметов, и каждая подгруппа может использовать отдельное направление. Все гимнастки одной подгруппы должны двигаться в одном направлении; только когда гимнастки подгруппы А заканчивают R, гимнастки подгруппы В могут начать R. Если это требование не выполняется, то R не засчитывается.

Окончание R подгруппы А зависит от того, какое действие выполняется последним: ловля, окончание последнего вращения или критерий броска (например, ловля повторного броска).

Начало R подгруппы В зависит от того, какое действие выполняется 1-ым: бросок, начало первого вращения, критерий броска (например, пережат по полу).

Пример 3: R выполняется в подгруппах (Рисунок № 35).

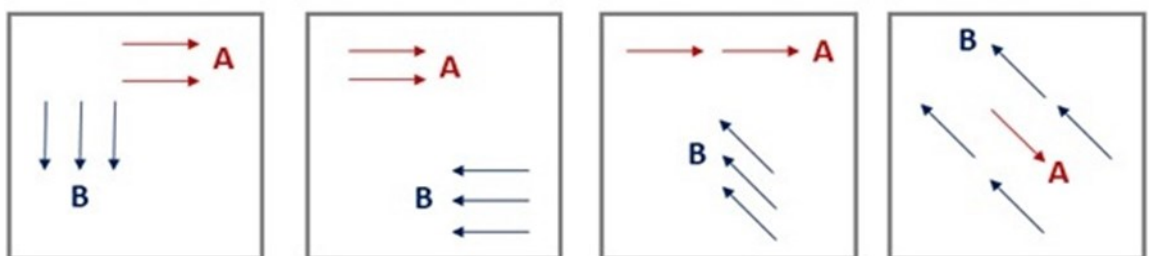


Рисунок №35

7.3 Выбор элементов вращения.

Выбор элементов вращения – такой же, как в индивидуальной программе (см. раздел Индивидуальная программа).

Одна и та же группа преакробатических элементов и/или одна и та же группа вертикальных вращений может использоваться как в R, так и в DE.

Если преакробатический элемент соединен с DB или используется всеми 5 гимнастками для хореографии, эта группа преакробатических элементов не может быть повторена в R.

Каждая DB (каждая ячейка) считается только один раз. Если повторяется одна и та же DB (в той же ячейке), то повтор недопустим (нет сбавки): Повтор DB (0.20 или более) не засчитывается в качестве элемента вращения в R.

7.4 ЦЕННОСТЬ R

Критерии и расчет ценности R такие же, как в индивидуальной программе. (см. раздел Трудность).

DB с вращением на 360° на броске и ловле стоимостью 0.20 и более (не серия): возможно выполнение DB с вращением стоимостью 0.20 и более либо на броске, либо на ловле, но не оба в одном R.

Исключение:

В групповом упражнении не может быть выполнен R с DB без вращения и R с DB с дефиницией 180° (включая последнее вращение как подготовку к DB).

Ценность R для группы определяется наименьшим количеством выполненных вращений и количеством критериев у всех 5 гимнасток.

Все вращения должны быть одинаковыми для всех 5 оцениваемых гимнасток.

Критерии должны выполняться одинаково для каждого типа оцениваемого предмета.

Оценивается наименьшее количество критериев, выполненных всеми 5 гимнастками в броске.

Оценивается наименьшее количество критериев, выполненных всеми 5 гимнастками при ловле.

7.5 R НЕ ЗАСЧИТЫВАЕТСЯ В СЛЕДУЮЩИХ СЛУЧАЯХ:

нет большого броска предмета;

нет полных 2 базовых вращений при полёте;

одно или оба базовых вращения неполные (не 360°);

прерывание между двумя базовыми вращениями;

базовые вращения, выполняемые каждой гимнасткой в группе, не одинаковые;

требования к направлениям у всех 5 гимнасток/подгрупп не соблюдаются;

R выполняется в отдельных подгруппах, 2-я подгруппа начинается до окончания 1-й подгруппы;

R выполняется в отдельных подгруппах, с разными предметами внутри подгруппы;

потеря предмета;

Ловля мяча с отбивом от пола;

ловля Ленты за материю, а не за палочку;

Выполнение с Бумерангом в любой фазе;

Полная потеря равновесия с падением гимнастки;

R выполнен с 2 DB ценностью 0.20 или более, одна на броске и одна на ловле (кроме серий прыжков с поворотом);

R выполняется с DB без вращения или с DB с дефиницией 180° (включая последнее вращение как подготовку к DB);

ловля предмета после окончания музыки;

DB ценностью 0.20 или более выполнена при полёте предмета (разрешено только в сериях прыжков с поворотом);

R с сериями прыжков с поворотом: прерывание между вращениями;

R с сериями прыжков с поворотом: неправильный хронометраж броска/ловли;

Бросок до/после первого прыжка с поворотом;

Ловля до/после третьего прыжка с поворотом;

Преакробатический элемент выполнен с запрещенной техникой;

Трудность начата вне пределов площадки;

Ловля предмета после окончания музыки.

8. ТРУДНОСТЬ С СОТРУДНИЧЕСТВОМ (DC)

8.1 ДЕФИНИЦИЯ:

Групповое упражнение характеризуется совместной работой, когда каждая гимнастка входит во взаимодействие с 1 или более предметов или с 1 или более партнерш.

Успешное выполнение Трудности с Сотрудничеством определяется чёткой гармонией и координацией между гимнастками:

все 5 гимнасток работают вместе или в подгруппах (парах, тройках и т.д.);

с разнообразием перемещений, направлений, построений;

с прямым контактом или без контакта с партнершами (тело или предмет);

с элементами с вращением или без вращения;

с возможным поднятием вверх/поддержкой (максимально 1 гимнастки за раз);

с возможной опорой на предметы или гимнастку(ок).

8.2 ТИПЫ СОТРУДНИЧЕСТВ

Существуют следующие различные типы Сотрудничеств:

8.2.1 Сотрудничества без высоких/длинных бросков предмета (СС).

8.2.2 Сотрудничества с высокими/длинными бросками предмета и динамическим элементом(ами) вращения тела во время полета предмета (CR).

8.2.3 Сотрудничества с бросками нескольких предметов (с↗).

8.2.4 Сотрудничества с ловлей нескольких предметов (с↘).

8.3 ТРЕБОВАНИЯ

Минимум 9, максимум 14 DC в упражнении будут оценены в порядке их выполнения.

Если Группа выполняет более 14 DC, дополнительные DC сверх лимита не будут засчитаны (нет сбавки).

Группа может определить, какие типы Сотрудничества выполнять в упражнении, с требованием следующих типов, в числе 14 DC в порядке выполнения:

Минимум 3 СС (8.2.1);

Минимум 3 CR (8.2.2);

Минимум 3 с↗ / с↘ (8.2.3 - 8.2.4).

Сбавка 0.30 балла, за каждое отсутствующее требуемое Сотрудничество.

8.4 ОБЩЕЕ ОЦЕНИВАНИЕ СОТРУДНИЧЕСТВА

Сотрудничество является действительным, если оно было успешно выполнено всеми 5 гимнастками. Окончание Сотрудничества – это когда последнее требуемое действие завершено, например:

когда гимнастка(ки), выполняющая(ие) главное действие(я), окончательно поймает предмет;

когда последний бросок или повторный бросок пойманы;

когда последнее действие в СС завершено.

Гимнастки могут иметь разные роли: выполнение главного действия – связь с гимнасткой(ами), выполняющими главное действие – создание препятствия – связь с препятствием. Посредством этих ролей каждая из 5 гимнасток должны участвовать в действии(ях) Сотрудничества – взаимодействуя друг с другом – чтобы Сотрудничество было засчитано:

с прямым контактом;

проход над, под и через гимнастку без контакта;
с помощью предмета.

Новое Сотрудничество может начаться только после того, как предыдущая Трудность Сотрудничества будет завершена, как описано выше. Если 2 Сотрудничества выполнены в одно и то же время, то 2-е Сотрудничество считается недействительным.

Разные виды Сотрудничества не могут быть скомбинированы. Если 2 Сотрудничества выполнены в одно и то же время, например, CR с бросками нескольких предметов, это расценивается как попытка 1 DC и не засчитывается.

8.5 УЧАСТИЕ В ПОДГРУППАХ

Подгруппы должны выполнять одинаковый тип Сотрудничества. Наименьшая ценность Сотрудничества, выполненная любой подгруппой, определяет ценность Сотрудничества для группы.

Две подгруппы должны быть связаны вместе, чтобы сформировать «единое», действительное Сотрудничество; связь/соединение между двумя подгруппами может быть создана броском, перекатом, отбивом, скольжением предмета.

Возможно выполнить единое Сотрудничество, разделенное на 2 подгруппы с одинаковым типом движения (вращение, проход и т.д.), которые вместе полностью соответствуют дефиниции основного Сотрудничества. В этом случае (одинаковые движения) «связка» не требуется.

Если нет подобного взаимодействия между подгруппами, то Сотрудничество не засчитывается.

Если подгруппы выполняют разные типы Сотрудничества (например, 3 гимнастки выполняют действие CC, пока 2 другие гимнастки выполняют бросок нескольких предметов), то это расценивается как попытка DC и не засчитывается.

8.6 ВЫБОР ЭЛЕМЕНТОВ ВРАЩЕНИЯ

Элементы вращения для Сотрудничеств могут быть любой версией следующих групп полных вращений на 360°, перечисленных в соответствующих таблицах:

преакробатические элементы (см. Трудность, Индивидуальные упражнения, п. 4.5);

вертикальные вращения (включая DB с вращением на 360° и более с ценностью 0.10) (см. Трудность, Индивидуальные упражнения, п. 4.6);

DB с вращением на 360° или более, ценность 0.20 или более (см. Трудность, Индивидуальные упражнения, Таблицы №14, №21).

8.6.1 ПРЕАКРОБАТИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ.

Все группы разрешенных преакробатических элементов могут быть включены в упражнение при условии, что они выполняются без фазы полета или фиксации в положении стойки на руках, за исключением короткой паузы (максимум 1 секунда) для того, чтобы поймать предмет во время выполнения элемента.

Полет или фиксация в положении стойки на руках (более 1 секунды) являются запрещенными приемами выполнения преакробатических элементов. В этом случае преакробатический элемент засчитывается в Трудности, но со сбавкой в Исполнении 0.30 за запрещенную технику.

Преакробатические элементы, выполняемые «с опорой на партнершу» и «с опорой на пол», относятся к одной и той же группе, и, если все другие возможные вариации выполнены одинаково, эти вращения считаются одинаковыми (выполненные с одинаковой вариацией).

Когда от гимнасток группы требуется выполнять одинаковые вращения (из одной и той же группы вращений и выполнены с одинаковой вариацией), опора может выполняться на 1 или 2 руках в зависимости от работы предмета: опора на 1 руку и опора на 2 руки считаются одинаковыми.

Одна и та же группа преакробатических элементов может использоваться:

один раз в СС, И

один раз в СR, ИЛИ в броске нескольких предметов ИЛИ в ловле нескольких предметов.

В рамках СR одна и та же группа преакробатических элементов может использоваться изолированно, сериями или повторяться в рамках СR в любом порядке. Если группа преакробатических элементов повторяется в другом Сотрудничестве, независимо от другой вариации, это Сотрудничество не засчитывается.

Если преакробатический элемент соединен с DV или используется всеми 5 гимнастками для хореографии, эта группа преакробатических элементов не может быть повторена в Сотрудничестве.

8.6.2 ВЕРТИКАЛЬНЫЕ ВРАЩЕНИЯ И DV С ВРАЩЕНИЕМ

Нет ограничений на использование групп вертикальных вращений и DV с вращениями в Сотрудничествах, каждая группа может повторяться.

8.7 СОТРУДНИЧЕСТВО БЕЗ ВЫСОКИХ/ДАЛЬНИХ БРОСКОВ ПРЕДМЕТА (СС)

Существуют 2 типа СС:

8.7.1 СС с последовательным выполнением одинаковых действий;

8.7.2 СС с конструкцией.

СС не засчитывается при высоком или дальнем броске, и не засчитывается во время ДВ.

Базовая ценность СС = 0.20.

СС при выполнении одинаковых действий подряд. Все 5 гимнасток в группе выстраивают взаимосвязь, выполняя последовательные действия с предметами.

Этот тип СС требует выполнения как минимум 3 одинаковых действий со связями с предметами, выполняемых последовательно, с равными интервалами между каждым действием:

гимнастка, выполняющая идентичное действие минимум 3 раза подряд (минимум 3 действия),

или более гимнасток, выполняющих идентичное действие последовательно, в общей сложности минимум 3 действия.

Допустимые действия, которые засчитываются, могут быть выполнены с помощью малых бросков, перекатов по телу, перекатов по полу, отбивов, отскоков, отталкиваний, скольжения:

раздача предмета партнерше(ам);

передача предмета партнерше(ам);

возврат/передача предмета партнерше(ам);

придание импульса предмету партнерши, этот предмет может быть возвращен другой партнершей.

Для выполнения всех видов действий предмет должен возвращаться к гимнастке: предмет нельзя оставлять неподвижно на полу или позволять ему остановиться на полу, чтобы его могла подобрать другая гимнастка (СС не засчитывается).

Действие(я) в СС могут выполняться совместно или в подгруппах.

Каждое действие должно начинаться сразу после завершения предыдущего действия или быстрее.

Если СС выполняется последовательно, но с разными интервалами между каждым действием: СС засчитывается со сбавкой в Исполнении. Групповое упражнение характеризуется совместной работой, когда каждая гимнастка входит во взаимодействие с одним или более предметов или с одной или более партнерш (Таблица № 79).

Таблица №79

Разъяснения / примеры	
Интервалы в СС	
Действие	Оценивание

<i>1 --- 2 --- 3</i>	<i>Равные интервалы СС засчитывается Нет Сбавки в Исполнении</i>
<i>1 ----- 2 ----- 3</i>	<i>Равные интервалы СС засчитывается Нет Сбавки в Исполнении</i>
<i>1 -- 2 ----- 3</i>	<i>Разные интервалы СС засчитывается Сбавка в Исполнении 0.10</i>
<i>1 и 2 ----- 3</i>	<i>Действия 1 и 2 одновременные, не последовательные Разные интервалы СС не засчитывается, считается попыткой выполнения DC Сбавка в Исполнении 0.10</i>
<i>1 -- 2 -- 3 ----- 4</i>	<i>Если все 4 действия должны быть осуществлены 5 гимнастками, чтобы участвовать в СС: Разные интервалы СС засчитывается Сбавка в Исполнении 0.10</i>

8.7.3 Ценность этого типа СС может быть увеличена за счет использования дополнительных критериев при одинаковом выполнении гимнасткой(ами) главного действия(й).

Каждый критерий составляет + 0.10 балла, дается один раз в каждом СС.

Дополнительные критерии даются за главное действие – для гимнастки(ок), которые начинают действие. Дополнительные критерии не даются гимнасткам, которые помогают в выполнении главного действия и/или играют пассивную роль.

Пример: гимнастка отбивает мяч (главное действие) от спин партнерш, стоящих неподвижно (пассивная роль). Главное действие выполняется без критериев.

Успешное выполнение Трудности с Сотрудничеством определяется четкой гармонией и координацией между гимнастками:


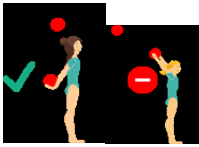
- все 5 гимнасток работают вместе или в подгруппах (парах, тройках);
- разнообразие перемещений, направлений, построений;
- с прямым контактом или без контакта с партнершами (тело или предмет);
- с вращением или без вращения;



с возможным поднятием вверх (поддержкой) одной или нескольких гимнасток;

с возможной опорой на предметы или гимнасток.

8.7.4 Ценность этого СС может быть увеличена за счет использования дополнительных критериев при одинаковом выполнении гимнасткой(ми), выполняющими главное действие(я) (Таблица №80).

Таблица №80

Символ	Каждый критерий + 0.10, один раз на СС
☒	Вне поля зрения
≠	Без помощи рук
Разъяснения: Дополнительные Критерии для Сотрудничества СС	
☒	<p>Вне поля зрения: Примеры зон «вне поля зрения»:</p>  <p>Для всех типов элементов предметов:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Критерий «вне поля зрения» оценивается в соответствии с положением руки или части тела, которая выполняет элемент(ы) предмета, по отношению к вышеуказанным зонам. - Элементы, выполненные спереди или сбоку, не подпадают под этот критерий, даже если туловище наклонено назад. - Вне поля зрения оценивается в момент взаимодействия между гимнастками или импульс для взаимодействия между гимнастками (например, пережат обруча или отбив мяча партнерше путем инициирования броска/отбива вне поля зрения). <p>Для СС, выполняемого с бросками/отбивами/повторными бросками:</p> <ul style="list-style-type: none"> - недостаточно, чтобы предмет возвращался. Бросающая рука или другая часть тела, выполняющая бросок, должны быть «вне поля зрения»  <p>Для СС, выполняемого с помощью руки(к): «Вне поля зрения» обычно дается только для техник, при которых рабочая рука опущена/отведена назад, а не там, где рабочая рука</p>

	<p>поднята/отведена назад (около головы), за исключением 2 моментов:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Когда туловище прогнуто назад ниже горизонтали, для элементов, выполняемых в любом месте сзади туловища, дается «вне поля зрения».  <ul style="list-style-type: none"> - Когда туловище отклонено назад ниже горизонтали, для элементов, выполняемых на туловище/передней стороне тела, на уровне груди или ниже, дается «вне поля зрения»: это не засчитывается для любого типа бросковых действий, и засчитывается для ловли после малых бросков.  <ul style="list-style-type: none"> - Когда гимнастка лежит, туловище на полу, лицом вверх, её руки не могут заходить за вертикаль; поэтому такое положение не считается как «без зрительного контроля»
<p>⊕</p>	<p>Без помощи рук</p> <p>Предмет должен быть в автономном техническом движении, которое может быть начато от:</p> <ul style="list-style-type: none"> - импульса от другой части тела - первоначального импульса от руки(рук), после чего предмет должен сохранять полностью автономное движение без помощи руки(рук) <p>Не засчитываются с критерием «без помощи рук» во время главного действия с:</p> <ul style="list-style-type: none"> - прямая ловля во вращении Обруча на прямой руке (■) - Бросок/ловля тыльной стороной руки(рук) - ловля Булавы (♯) тыльной стороной кисти/предплечья с помощью другой Булавы

8.8 СС С КОНСТРУКЦИЕЙ

Создание конструкции с взаимосвязанными предметами, которые формируют образ с 5 предметами, четко фиксируемый в течение 1 секунды, засчитывается в СС.

Для этого типа СС требуется 1 образ со всеми 5 предметами и со всеми 5 гимнастками (не минимум 3).

Каждый из 5 предметов должен быть физически связан с другим предметом, и каждая из 5 гимнасток должна быть физически связана с образом либо через предмет, либо через партнера(партнерш).

Гимнастки могут находиться в движении, на протяжении всем времени, пока демонстрируется фиксированный образ.

Исходное положение и финальное положение упражнения не могут использоваться в качестве данного типа СС.

Ценность этого типа СС не может быть увеличена с помощью дополнительных критериев.

8.9 СОТРУДНИЧЕСТВО С ВЫСОКИМИ/ДАЛЬНИМИ БРОСКАМИ ПРЕДМЕТОВ И ДИНАМИЧЕСКИМ ВРАЩЕНИЕМ(ЯМИ) ТЕЛА ВО ВРЕМЯ ПОЛЕТА ПРЕДМЕТА (CR)

8.9.1 ТРЕБОВАНИЯ К БРОСКУ В CR:

Высокий бросок = более чем 2 роста гимнастки стоя;

Дальний бросок = дистанция минимум 8 метров.

8.9.2 ДЕФИНИЦИЯ CR: определяется 1 или несколькими гимнастками, выполняющими следующую последовательность элементов, называемых «главным действием»:

1) Высокий и/или дальний бросок собственного предмета с последующим.

2) Динамическим элементом вращения тела во время полета предмета с потерей визуального контроля за предметом, с последующей.

3) Немедленной ловлей собственного предмета или предмета партнерши после элемента вращения тела, выполненного во время полета предмета с потерей визуального контроля за предметом.

Окончание Сотрудничества происходит, когда гимнастка(и), выполняющая(ие) главное действие, окончательно ловит предмет: когда последний бросок, или последний отбив, или повторный бросок будут пойманы.

Бросок предмета в CR:

Бросок собственного предмета гимнастки означает начало CR.

Бросок предмета может быть выполнен непосредственно партнерше или самой себе.

Бросок может быть выполнен во время вращения с целью достижения дополнительных критериев при броске; однако должна быть выполнена базовая дефиниция (вращение под полетом), и вращение при броске само по себе не имеет дополнительной ценности.

Ловля предмета в CR:

Ловля собственного предмета или предмета партнерши выполняется сразу после элемента вращения.

При ловле предмета партнерши сразу после элемента вращения: предмет должен находиться в полете после высокого/дальнего броска, пока гимнастка выполняет вращение; предмет не может быть брошен после того, как она завершит свое вращение; если бросок запоздалый, или не высокий/дальний, то Сотрудничество не засчитывается.

Вращение может быть включено в ловлю в целях получения дополнительных критериев по ловле; однако базовая дефиниция (вращение под полетом) должна быть выполнена, и вращение при ловле само по себе не имеет дополнительной ценности.

Ловля предмета гимнасткой(ами), выполняющей(ими) главное действие, означает окончание CR. Новое Сотрудничество любого типа не будет оцениваться до окончания этого Сотрудничества.

Отбив предмета или повторный бросок могут быть «ловлей» предмета (с целью достижения дополнительных критериев в отношении ловли), при условии, что отбив или повторный бросок пойманы любой гимнасткой; Сотрудничество заканчивается, когда ловля после отбива или повторного броска завершены. CR с ловлей непосредственно с перекатом по полу партнерше не засчитывается.

Ловля предмета с отбивом от пола не является опцией для CR. CR засчитывается только с ловлей с полета.

8.9.3 БАЗОВАЯ ЦЕННОСТЬ CR 0.20.

Базовая ценность CR может быть увеличена с помощью дополнительных критериев.

Дополнительные критерии должны быть выполнены гимнасткой(ами), выполняющей(ими) главное действие, чтобы быть засчитанными, и даются 1 раз за Сотрудничество (только при броске или только при ловле), в порядке выполнения, за исключением «особого критерия DB».

Возможные критерии должны быть выполнены одинаково всеми гимнастками, выполняющими вращения, чтобы быть засчитанными:

При выполнении с одним и тем же предметом (т. е. с 2 Мячами): одинаковое исполнение (т. е. 2 Мяча ловятся одинаково «без помощи рук»).

При выполнении с разными предметами (например, 1 Мяч и 1 Обруч): одинаковые критерии, выполняемые с разными предметами (т. е. Мяч и Обруч ловятся «без помощи рук»).

Разъяснения:

CR2 с дополнительными критериями:

CR2: Одна гимнастка ловит мяч без помощи рук + одна гимнастка ловит ленту под ногой = критерии недействительны (одни и те же критерии требуются для разных предметов);





CR2: Одна гимнастка ловит мяч между лодыжек + одна гимнастка ловит мяч локтями = критерии недействительны (требуется одинаковое выполнение для одного и того же предмета);

CR2: Одна гимнастка ловит мяч с большим перекатом вне поля зрения в положении стоя + одна гимнастка ловит ленту без помощи рук вне поля зрения лежа на полу = допустим критерий «вне поля зрения» (одинаковое выполнение не требуется для разных предметов).

8.9.4 Таблица Дополнительных Критериев для CR (Таблица №81).

Таблица №81

Символ	Критерии для каждой гимнастки, выполняющей главное действие: +0.10, один раз на CR
CR2 или CR3	+0.10 За каждую дополнительную гимнастку, выполняющую главное действие
Примечание	Гимнастки, выполняющие главное действие, должны выполнить одинаковое(ые) вращение(я) одновременно или в быстрой последовательности и каждая гимнастка, выполняющая главное действие, должна поймать предмет. «Одинаковый» означает, что преакробатические элементы из одной группы и выполняются в одинаковых вариантах. CR4 или CR5 не действителен. Если Группа выполнит CR4 или CR5, DC не действителен.
Символ	Критерии только для гимнасток, выполняющих главное действие: +0.20, 2 раза в каждом упражнении
S	Серии: 2 или более одинаковых, не прерываемых преакробатических элемента (см. Трудность, п. 4.5.1), выполняемые под полетом (бросок перед первым вращением и ловля после второго вращения). «Одинаковый» означает, что преакробатические элементы из одной группы и выполняются в одинаковых вариантах.
Примечание	Гимнастка(и) главного действия должна(ы) бросать и ловить свой(и) предмет(ы) с этим критерием. +0.20 один раз для CR (дается максимум 2 раза в упражнении).

	Серии оцениваются в порядке выполнения. Третья попытка критерия S «серия» не оценивается, но CR может оцениваться.
Символ	Общие критерии во время броска или ловли предмета: +0.10, один раз на CR
	Вне поля зрения для гимнастки(ок), выполняющей(их) главное действие Сотрудничества
	Без помощи рук для гимнастки(ок), выполняющей(их) их главное действие Сотрудничества
Примечание	Когда гимнастка, выполняющая главное действие, поддерживается партнершей при выполнении броска или ловли с критерием, обе гимнастки должны выполнить критерий, чтобы элемент был засчитан.
Символ	Особые критерии во время броска или ловли предмета: +0.10, один раз на CR
DB стоимостью 0.40 и более	Бросок или ловля гимнасткой(ами), выполняющей(ими) главное действие Сотрудничества, на элементе тела стоимостью 0.40 и более.
Примечание	Критерий DB дается один раз за 1 сотрудничество: либо на броске, либо на ловле, вне зависимости от других выполненных дополнительных критериев на ином действии (бросок/ловля) в CR. Трудность тела DB , выполненная в CR не может быть использована ранее в упражнении или повторена позднее гимнастками группы (в том числе в DE и DB).
Символ	Особые критерии во время ловли предмета: +0.10, один раз на CR
	Ловля в большой перекат по минимум 2 частям тела для гимнастки(ок), выполняющей(их) главное действие Сотрудничества
	Ловля с проходом в предмет всем телом или частью тела (мин. 2 крупные части тела совершают проход – голова и туловище, руки и туловище, туловище и ноги и т.д.) для гимнастки(ок), выполняющей(их) главное действие

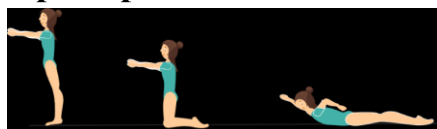
	Сотрудничества. Засчитывается только при выполнении вместе с критерием ≠
↓	Одновременная ловля 2 разъединенных Булав для гимнастки(ок), выполняющей(их) главное действие Сотрудничества
■	Ловля во время вращения, засчитывается только при выполнении вместе с обоими критериями ✕ и ≠

Разъяснения: дополнительные критерии для броска / ловли CR

✕
0.10

Вне поля зрения:

Примеры подобных зон:



Для всех типов бросков/ловли:

Броски/ловля, выполненные спереди или сбоку, не подпадают под этот критерий, даже если туловище наклонено назад.

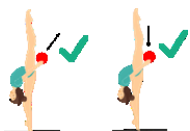
Для критерия «вне поля зрения» для броска/отбива недостаточно, чтобы предмет двигался назад. Бросающая рука или другая часть тела, выполняющая бросок/отбив, должны быть в зоне «вне поля зрения»





Для броска/ловли, выполняемых с помощью руки(к):

«Вне поля зрения» обычно дается только для техник, при которых бросающая рука опущена вниз/отведена назад, а не там, где бросающая рука поднята/отведена назад (около головы), за исключением 2 моментов:

- Когда туловище прогнуто назад ниже горизонтали, «вне поля зрения» дается для бросков и ловли, выполняемых в любом месте сзади туловища.



- Когда туловище прогнуто назад ниже горизонтали, «вне поля зрения» дается для ловли, выполняемой спереди туловища, на уровне груди или ниже.

	 <p>«Вне поля зрения» не дается, когда мяч пойман двумя согнутыми руками за шей.</p> 
<p>≠ 0.10</p>	<p>Без помощи рук Не засчитывается с:</p> <ul style="list-style-type: none"> - прямая ловля во вращении Обруча (●) на прямой руке - бросок/ловля тыльной стороной руки(рук) - ловля булавы () тыльной стороной руки(рук) с помощью другой булавы

Разъяснения: один раз на CR (Таблица №82).

Таблица №82



CR1	0.30	
≠CR2	0.50	
CR2 ≠ CR2	0.50	
≠ CR2 	0.40	
DB CR2 CR2	0.50	Исключение при использовании критерия DB
DB CR2 ≠ CR2	0.60	
≠ CR2 CR2 DB	0.60	
≠ DB DB CR2	0.60	
CR2 DB ≠ CR2	0.60	

Таблица критерия под полетом предмета (Таблица №83).

Таблица №83

Символ	Общие Критерии под полетом предмета: +0.10, один раз на CR
	Проход через предмет, партнершу, или через замкнутую конструкцию предметов и/или гимнасток
Пояснения/примеры: Критерии под полетом предмета	

Если гимнастка, выполняющая основное действие, использует тип прохода, который недействителен для +0.10, участие в Сотрудничестве остается действительным.

Исключение:

проход под полетом предмета не является участием (CR не засчитывается).

Проход должен выполняться всеми гимнастками, выполняющими основное действие, чтобы повысить ценность, и может быть разных типов.

- *CR2: 1 гимнастка проходит через Обруч + 1 гимнастка проходит над партнершей = **недействительный проход***
- *CR2: 1 гимнастка проходит через Обруч в полете + 1 гимнастка проходит через замкнутое построение партнерши = **допустимый проход +0.10.***

Проход должен выполняться под полетом предмета, чтобы повысить ценность:

Гимнастка, которая будет выполнять основное действие, бросает свой собственный предмет – партнерша ловит предмет – затем гимнастка проходит через конструкцию – партнерша бросает предмет, который должен быть пойман гимнасткой, выполняющей основное действие – вращения под полетом 2-го предмета – ловля гимнасткой основного действия: CR засчитывается, но проход не засчитывается.

Примеры: Базовое определение для CR2/CR3 (Таблица №84).

Таблица №84

Разъяснения/примеры: Базовое определение для CR2/CR3

Каждое Сотрудничество оценивается в соответствии с количеством гимнасток, успешно выполнивших базовую дефиницию (высокий бросок, вращение, ловля).

Примеры:

- *2 гимнастки пытаются выполнить основное действие, но одна гимнастка бросает слишком низко. Базовая дефиниция выполняется 1 гимнасткой: оценивается как CR1.*
- *2 гимнастки пытаются выполнить основное действие, но одна гимнастка ловит свой предмет и ловит одновременно с другой*

гимнасткой основного действия второй предмет. Базовая дефиниция выполняется 1 гимнасткой: оценивается как CR1.

- *3 гимнастки успешно выполняют основное действие. 2 гимнастки выполнили 3 критерия, 1 гимнастка не выполняет ни одного критерия. Базовая дефиниция выполняется 3 гимнастками: оценивается как CR3 без учета критериев.*
- *2 гимнастки пытаются выполнить основное действие, но одна гимнастка теряет предмет. Сотрудничество недействительно из-за потери предмета.*
- *3 гимнастки пытаются выполнить основное действие, но одна гимнастка не докручивает базовое вращение под броском. Все 3 гимнастки выполнили 2 критерия на ловле. Базовая дефиниция выполняется 2 гимнастками: оценивается как CR2 без учета критериев.*

8.10 СОТРУДНИЧЕСТВО С БРОСКОМ НЕСКОЛЬКИХ ПРЕДМЕТОВ: ОДНОВРЕМЕННЫЙ ВЫСОКИЙ/ДАЛЬНИЙ БРОСОК НЕСКОЛЬКИХ ПРЕДМЕТОВ (с[↗])

8.10.1 ДЕФИНИЦИЯ: одновременный высокий бросок (более чем 2 роста гимнастки стоя) или дальний бросок (мин. 8 метров) 2 или более предметов, брошенных одной гимнасткой (главное действие) своим партнершам для ловли (не главное действие), и не может быть пойман гимнасткой, выполняющей бросок; выполняется одним из следующих способов:

когда бросаются 2 предмета, они должны быть разъединены (не соединенная конструкция);

когда бросаются 3 или более предмета, они могут быть разъединены;

когда бросаются 3 или более предмета, они могут быть соединены в 1 или более конструкцию(конструкции).

Каждый предмет и каждая соединенная конструкция должны быть пойманы с полета.

Каждый предмет и каждая соединенная конструкция должны быть пойманы разными партнершами: Сотрудничество недействительно, если гимнастка, выполняющая главное действие, ловит предмет или если одна и та же партнерша ловит несколько предметов или конструкций.

Каждый предмет и каждая соединенная конструкция могут быть пойманы 1 гимнасткой или несколькими гимнастками одновременно.

Броски нескольких предметов с использованием только Булав должны выполняться следующим образом:

бросок отдельных Булав: минимум 3 отдельные Булавы, каждая из которых бросается разным партнершам.

Бросок соединенных Булав: минимум 2 отдельных сегмента, каждый из которых бросается разным партнершам (2 соединенные Булавы + 1 отдельная Булава или 2 соединенные Булавы + 2 соединенные Булавы и т.д.).

Бросок единой соединенной конструкции: минимум 5 соединенных Булав (Таблица №85).

Таблица №85

Разъяснения / примеры	
$1+1 = \text{НЕТ}$	2 соединенные + 1 отдельно = ДА
$1+1+1 = \text{ДА}$	2 соединенные + 2 соединенные = ДА
$1+1+1+1 = \text{ДА}$	3 соединенные = НЕТ
$1+1+1+1+1 = \text{ДА}$	4 соединенные = НЕТ
$1+1+1+1+1+1 = \text{ДА}$	5 соединенных = ДА

Броски нескольких предметов, включая Булавы и другие предметы должны выполняться следующим образом:

бросок разъединенных предметов: минимум 1 отдельная Булава и 1 другой предмет;

бросок 3 или более предметов: может выполняться отдельно, например, 1 Обруч и 2 разъединенные Булавы, каждый бросается разным партнершам;

бросок 3 или более предметов: может быть соединенная конструкция, например, 1 Булава и 2 Обруча.

8.10.2 Базовая ценность броска нескольких предметов $\text{с} \rightarrow = 0.20$ балла.

Ценность дается один раз, независимо от количества гимнасток, которые выполняют бросок(ки).

Ценность дается, когда все 5 гимнасток вовлечены в бросок нескольких предметов, включая помощь гимнастке(ам), выполняющим главное действие, в броске, создание препятствий гимнастке(ам), выполняющим главное действие, взаимодействие с гимнасткой(ами), выполняющий главное действие, во время полета, ловли, помощи партнерше при ловле.

8.10.3 Базовая ценность Сотрудничества с бросками нескольких предметов может быть увеличена с помощью дополнительных критериев Таблица № 86 (для Разъяснений и Примеров см. Общие критерии для броска и ловли Таблица №81).

Символ	Дополнительные критерии для $c \rightarrow + 0.10$ при броске
\otimes	Бросок одного или более предметов вне поля зрения
\neq	Бросок одного или более предметов без помощи рук
ДВ	Бросок одного или более предметов на Трудности тела стоимостью 0.40 и более
Пояснения	
<p><i>Если гимнастка бросает больше предметов, чем требуется, дополнительный предмет (например, 4-й) не нужно бросать высоко/далеко. Однако:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - <i>Не даются критерии для предмета, который не бросается ни высоко, ни далеко</i> - <i>Гимнастка, которая выполняет бросок, не может поймать ни один из брошенных ею предметов (Сотрудничество не будет засчитано)</i> 	

Чтобы Сотрудничество с броском нескольких предметов было засчитано, в нем должны участвовать все гимнастки. Если участвуют все гимнастки, но бросок (броски) не высокие/не дальние, Сотрудничество признается попыткой DC, но не засчитывается. Если броски не являются одновременными, то попытка DC не засчитывается.

8.11 СОТРУДНИЧЕСТВО С ЛОВЛЕЙ НЕСКОЛЬКИХ ПРЕДМЕТОВ: ЛОВЛЯ НЕСКОЛЬКИХ ПРЕДМЕТОВ ПОСЛЕ ВЫСОКИХ/ДАЛЬНИХ БРОСКОВ ($c \downarrow$)

8.11.1 ДЕФИНИЦИЯ

Ловля 2 или более предметов 1 гимнасткой (главное действие).

Ловля должна выполняться одновременно или в быстрой последовательности (в течение 1 секунды).

Ловля должна выполняться без отбива или повторного броска.

Предмет, который нужно поймать, должен быть с высокого броска (более чем 2 роста гимнастки стоя) или с дальнего броска (минимум 8 м).

Предмет должен быть получен от разных партнерш (бросок не является главным действием), а не от самой гимнастки.

Не допускается, чтобы одни и те же предметы, брошенные вместе в $c \rightarrow$, были также пойманы в ($c \downarrow$).

Если предметы ловятся в быстрой последовательности, гимнастка должна владеть минимум 2 предметами одновременно, прежде чем она сможет раздать предметы.

Гимнастка должна ловить 2 отдельных сегмента, а не одну конструкцию из нескольких предметов.

Эти 2 сегмента могут представлять собой 2 отдельных предмета, 2 отдельных набора соединенных Булав, 2 отдельные соединенные конструкции или любую их комбинацию.

Ловля нескольких предметов, включая Булавы:

Минимальное необходимое количество предметов для ловли составляет:

отдельные Булавы: минимум 3 Булавы;

соединенные Булавы: минимум 2 отдельных сегмента (например, 2 соединенные Булавы + 1 отдельная Булава);

Булавы + другой предмет: минимум 2 отдельных сегмента (например, 1 Булава + 1 Обруч).






8.11.2 Базовая ценность ловли нескольких предметов $s\Downarrow = 0.20$ балла.

Ценность дается 1 раз, независимо от количества гимнасток, выполняющих ловлю.

Ценность дается, когда все 5 гимнасток участвуют в ловле предмета, включая броски, создание препятствия для гимнастки(ок) главного действия, помощь гимнастке(ам) главного действия в ловле(ловлях).

Базовая ценность Сотрудничества с ловлей нескольких предметов может быть увеличена с помощью дополнительных критериев (Таблица №87), (для разъяснений и примеров см. Общие критерии для броска и ловли в CR, Таблица №81).

Таблица №87

Символ	Дополнительные критерии для $s\Downarrow + 0.10$ при ловле
	Ловля одного или более предметов вне поля зрения
	Ловля одного или более предметов без помощи рук
	Ловля с проходом всем телом или частью тела (мин. 2 крупные части тела совершают проход – голова и туловище, руки и туловище, туловище и ноги) для гимнастки(ок), выполняющей(их) главное действие Сотрудничества. Засчитывается только при выполнении вместе с критерием \neq
	Ловля в большой перекат по минимум 2 частям тела для гимнастки(ок), выполняющей(их) главное действие Сотрудничества
	Одновременная ловля 2 разъединенных Булав для гимнастки(ок), выполняющей(их) главное действие Сотрудничества

DB	Ловля одного или более предметов на трудности тела DB стоимостью 0.40 и более
-----------	---

Чтобы быть засчитанным как Сотрудничество с ловлей нескольких предметов, в нем должны участвовать все гимнастки. Если участвуют все гимнастки, но бросок (броски) не высокие/не дальние и/или гимнастка не владеет 2 предметами одновременно, Сотрудничество признается попыткой, но не засчитывается. Если ловля не происходит в течение 1 секунды или если ловится одна соединенная конструкция предметов, попытка DC не засчитывается.

8.12 ЗАПРЕЩЕННЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ С СОТРУДНИЧЕСТВОМ

К запрещенным элементам с сотрудничеством относятся:

действия и позиции с опорой на 1 или нескольких партнерш без контакта с полом на протяжении 4 и более секунд;

нести или тащить гимнастку по полу на протяжении 4 и более секунд;

идти – с более чем 2 опорами – по 1 или более гимнасткам, сгруппированным вместе;

опора на 1 или 2 руки или на предплечья без любого другого контакта с полом, без переворота/колеса и с остановкой в вертикальной позиции;

запрещенные конструкции/подъемы (см. Артистизм, п. 12).

8.13 DC НЕ ЗАСЧИТЫВАЮТСЯ В СЛЕДУЮЩИХ СЛУЧАЯХ:

Трудность Сотрудничества не выполнена в соответствии с дефиницией;

все 5 гимнасток не участвуют в действии(ях) Сотрудничества;

сотрудничество накладывается на предыдущее Сотрудничество;

комбинирование разных типов Сотрудничеств;

повтор преакробатического элемента гимнастками главного действия;

запрещённый элемент;

потеря предмета;

потеря равновесия с опорой на 1 или 2 руки или на предмет;

полная потеря равновесия с падением гимнастки;

столкновение гимнасток;

столкновение предметов, влияющее на траекторию предмета;

статика гимнастки или предмета

гимнастка без предмета на протяжении всего Сотрудничества;

лента непреднамеренно (по ошибке) поймана за материя;

трудность начата вне пределов площадки;

любая часть Трудности выполнена после окончания музыки.

Разъяснения Трудность Сотрудничества (Таблица №88).

Таблица №88

Разъяснение: Трудность Сотрудничества	
<i>Засчитывается ли Трудность Сотрудничества с узлом на Ленте?</i>	<i>См. п. 6.11. Трудность Сотрудничества засчитывается, если выполнены требования к Трудности. Применяется сбавка в Исполнении.</i>
<i>Засчитывается ли Трудность Сотрудничества, когда Мяч пойман двумя руками во время главного действия?</i>	
<i>Засчитывается ли Трудность Сотрудничества, если Обруч пойман неправильно, с произвольным контактом с телом?</i>	
<i>Засчитывается ли Трудность Сотрудничества, если после главного действия гимнастка ловит предмет в полете с 2 или более шагами?</i>	
<i>Если при подготовке к множественному броску между гимнастками дистанция 8 метров, но бросок невысок, слишком короток, и гимнасткам приходится подбегать ближе, чтобы поймать мяч, является ли Сотрудничество действительным?</i>	<i>Нет: Трудность Сотрудничества не соответствует ее дефиниции: для Сотрудничества длина полета предмета должна составлять минимум 8 метров: расстояние между позицией бросающей гимнастки и позицией ловящей гимнастки.</i>

9. ОЦЕНКА ТРУДНОСТИ (D).

Судьи **D** оценивают Трудности, применяют частичные баллы и вычитают возможные сбавки, соответственно:

Судьи D первой подгруппы (DB) (Таблица №89).

Таблица №89

Трудность	Минимум	Сбавка 0.30
-----------	---------	-------------

Трудности без Обмена (DB): в порядке выполнения	Минимум 4/ максимум 5 1 из каждой «Группы Трудностей тела»	Выполнено менее 4 DB ^ – нет попытки выполнения /не выполнены одновременно /не выполнены вне DE или R T – нет попытки выполнения/не выполнены одновременно / не выполнены вне DE или R ■ – нет попытки выполнения/не выполнены одновременно/не выполнены вне DE или R
Трудности с Обменом (DE): в порядке выполнения	Минимум 4/ максимум 5	Выполнено менее 4 DE
Динамические элементы с вращением R	Максимум 1	Нет сбавки

Судьи D второй подгруппы (DA) (Таблица №90).

Таблица №90

Трудность	Минимум/ Максимум	Сбавка 0.30
Сотрудничества СС	Минимум 3	Сбавка за каждое недостающее СС
Сотрудничества СR	Минимум 3	Сбавка за каждое недостающее СR
Сотрудничества с↗/с↘	Минимум 3 Максимум 14	Сбавка за каждое недостающее с↗/с↘

ГЛАВА VII. АРТИСТИЗМ (А) ГРУППОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ

1. ОЦЕНИВАНИЕ БРИГАДОЙ СУДЕЙ В АРТИСТИЗМЕ

Бригада судей в Артистизме (А) оценивает композиции и артистическое исполнение по стандартам эстетического совершенства.

Бригада А не имеет отношения к Трудности упражнения. Судьи А должны применять сбавки в равной степени за одинаковые ошибки, независимо от Трудности элемента или соединения.

Судьи Бригады А должны максимально соответствовать современному уровню художественной гимнастики, всегда знать, чего следует ожидать от исполнения данного элемента и как меняются сегодня стандарты по мере развития спорта. В этом контексте судьи также должны знать, что возможно и чего вполне разумно ожидать, и что представляет собой исключение либо что-то особенное.

Окончательная оценка в Артистизме: сумма сбавок в Артистизме вычитается из 10.00 баллов.

2. АРТИСТИЧЕСКАЯ СТРУКТУРА И ИСПОЛНЕНИЕ

ЦЕЛИ КОМПОЗИЦИИ

Художественная гимнастика характеризуется уникальными композициями, построенными вокруг определенного выбора музыки; все компоненты композиции находятся в гармоничных отношениях друг с другом. Специфика музыки определяет выбор всех движений и все компоненты композиции создаются в гармоничном соотношении друг с другом.

Музыка вдохновляет хореографию, устанавливая структуру композиции и темп/скорость. Музыка способствует созданию главной идеи (истории или теме композиции) и устанавливает эмоции. Музыка не должна являться фоном для элементов тела и предмета.

При выборе музыки следует учитывать следующее:

Характер музыки должен быть выбран с учетом возраста, технического уровня и артистических качеств гимнастки, а также этических норм.

За несоблюдение этических норм и музыку, не соответствующую Правилам, применяется сбавка 0.30 (неприличные слова, надписи, проклятия, ругательства, призывы к насилию и дискриминации).

Судьи Артистизма говорят на многих языках. Они должны немедленно сообщить о неэтичных словах/текстах Президенту Верховного Жюри, который даст указания на возможное применение сбавки судьям в Артистизме.

Музыка должна позволять гимнасткам выступать на максимуме их возможностей. Музыка должна способствовать наилучшему исполнению.

Запрещены звуки нетипичного для художественной гимнастики музыкального характера (например, сирены, автомобильные двигатели и т.д.) – сбавка 0.30 «за музыку, не соответствующую Правилам». Произнесенные слова без мелодического сопровождения (инструментов) и не относящиеся к какому-либо песенному жанру «а капелла» (например, рэп – это песенный жанр) считаются «нетипичным музыкальным характером» и будут наказываться сбавками.

Перед первым движением гимнастики допускается музыкальное вступление продолжительностью не более 4 секунд; музыкальное вступление продолжительностью 4 и более секунд наказывается сбавкой 0.30 за «музыкальное вступление».

Художественное совершенство достигается тогда, когда артистическое исполнение и сама композиция четко и полно развивают следующие компоненты для создания главной идеи («истории» упражнения) от начала до конца:

характер и стиль движений просматривается на протяжении всего упражнения: в Комбинациях Танцевальных шагов, в соединительных движениях между Трудностями, в самих Трудностях;

выразительность тела и лица в движениях;

динамические изменения: контрасты в темпе, характере и интенсивности движений как с предметом, так и телом, которые отражают контрасты в музыке.

Эффект(ы) - Стратегическое размещение определенных движений тела и предмета на определенных музыкальных акцентах или фразах для того, чтобы подчеркнуть отличительные моменты музыки.

Связи между движениями, построениями или Трудностями, которые намеренно и стратегически хореографически связаны и соединяют одно движение с другим плавным и гармоничным образом.

Ритм: движения тела и предмета должны точно соответствовать музыкальным акцентам и музыкальным фразам; и тело, и предмет должны подчиняться структуре музыки.

Разнообразие и амплитуда в использовании пространства: перемещения по площадке широкие и четкие, в постоянном развитии с использованием разнообразия траекторий, направлений и модальностей перемещения.

Разнообразие в движениях предметов и тела, создаваемое 5 гимнастками с помощью построений, организации коллективной работы и типов Сотрудничеств.

3. ОБЩЕЕ ОЦЕНИВАНИЕ

Сбавки не применяются, если каждый Артистический компонент полностью развивается и реализуется на протяжении всей композиции от начала до конца.

Артистические компоненты, которые недостаточно развиты или развиты только лишь в некоторых фазах упражнения, будут наказываться. Система сбавок состоит в следующих типах фаз:

Часть - определяется как короткий фрагмент упражнения, например последовательность из 2–4 Трудностей и связей между ними, или Комбинация танцевальных шагов;

Большинство упражнения - определяется как более 50% от продолжительности упражнения (представлено последовательно или в нескольких отдельных частях);

Полное упражнение - определяется как каждая часть, от начала до конца.

Нелогичные соединения и ошибки в соотношениях между движением и ритмом будут наказываться каждый раз.

Чтобы быть засчитанным, каждый требуемый компонент (Комбинации Танцевальных шагов №5, Динамические изменения и Эффекты с музыкой №6, Коллективная работа №7) должен быть выполнен без следующих технических ошибок:

потеря равновесия с опорой на 1 или 2 руки или на предмет;

полная потеря равновесия с падением гимнастки;

статичная гимнастка (см. Исполнение, п. 3);

столкновение гимнасток или предметов;

потеря предмета;

гимнастка без контакта с предметом в течение 5 и более секунд;

статичный предмет;

компонент Артистизма начинается за пределами площадки;

Запрещенный элемент.

4. ГЛАВНАЯ ИДЕЯ И ХАРАКТЕР

4.1 ДЕФИНИЦИЯ

Главная идея - движения имеют четко определенный стиль, подчеркивающий уникальную интерпретацию группой характера музыки; этот стиль или характер движения развиваются от начала до конца.

Главная идея может включать развитие («историю»), например, когда изменения в характере в музыке отражаются изменениями в характере движений, или она может быть постоянной (неизменная тема), например, с одним и тем же определением характера от начала до конца.

Этот идентифицируемый характер и стиль развивается и полностью реализуется в разнообразных движениях тела и предмета во всем упражнении от начала до конца:

с разнообразием задействованных частей тела (лицо, голова, шея, плечи, предплечья, кисти рук, туловище, бедра, ноги, стопы);

с разнообразием типов движений и элементов, представляющих характер, например:

использование как предмета, так и тела;

комбинации Танцевальных шагов;

подготовительные движения до Трудностей;

переходные движения между Трудностями;

во время DB и/или при выходе из DB;

во время CC;

волны тела;

стилизованные соединительные шаги, связывающие DB, DE, R, DC;

под броском/во время полета предмета;

во время ловли;

во время вращательных элементов;

изменение уровней;

соединительные элементы предмета, подчеркивающие ритм и характер;

организация разных типов коллективной работы: всеми гимнастками синхронно, гимнастки выполняют индивидуальные роли, посредством действий в сотрудничестве, и т.п.

5. ОЦЕНИВАНИЕ

Характер оценивается на протяжении всего упражнения, во всех движениях от начала до конца. Сбавка не применяется за выступление, в котором главная идея и характер полностью развиты и реализованы от начала до конца:

Четкая руководящая идея объединяет все части выступления, делая его уникальным, непохожим на другие.

«Полностью разработано и реализовано» не означает, что каждое отдельное движение содержит детали характера, это означает, что нет такой части, в которой характер кажется отсутствующим.

Существует большое разнообразие в использовании различных частей тела.

Существует большое разнообразие типов движений и элементов, представляющих характер.

Существует большое разнообразие в организации характера разными типами работы группы.

Сбавка в размере 0.30 балла применяется за выступление, в котором главная идея и характер являются приоритетными в большей части упражнения:

присутствует главная идея;

в большей части упражнения представлен характер;

существует большое разнообразие в использовании различных частей тела;

существует большое разнообразие типов движений и элементов, представляющих характер;

может недоставать разнообразия в организации характера разными типами работы группы.

Сбавка в размере 0.60 балла применяется за выступление, в котором главная идея и характер являются приоритетными в частях упражнения:

есть четкое единство между разными деталями движений и музыкой – единый образ;

минимум 5 частей представлены с характером;

может отсутствовать разнообразие в использовании разных частей тела и предмета;

может отсутствовать разнообразие в типах движений и элементах, представляющих характер;

может недоставать разнообразия в организации характера разными типами работы группы.

Сбавка в размере 1.00 балл применяется за выступление, в котором главная идея и характер не являются приоритетными: менее 5 частей представлено с характером, и/или нет четкого единства между различными деталями характера.

Разъяснения по оцениванию:

Качество, сложность, уникальность и продолжительность каждой детали характера влияют на общую оценку. Следовательно, минимальное количество деталей для каждого уровня сбавок не определено: (нет сбавки – 0.30–0.60–1.00).

Например, выступление с 5 частями с уникальными деталями характера, включающими все части тела и предмет, может получить меньшую сбавку, чем выступление с 20 изолированными деталями, включающими в себя в основном, кисти/руки.

6. ЭКСПРЕССИЯ

6.1 ДЕФИНИЦИЯ

Группа превращает структурированное упражнение в художественное представление, основанное на выразительности тела и выразительности лица.

6.1.1 Экспрессия тела – это соединение силы и мощи с красотой, пластикой и изяществом движений. Язык тела используется для выражения физической и эмоциональной силы, уверенности в себе и полного контроля над выступлением.

Экспрессия тела достигается за счет активного участия различных сегментов тела, таких как голова, шея, плечи, кисти, туловище, грудная клетка, бедра, ноги, стопы.

Экспрессия тела проявляется как в естественности движений гимнастки, так и в качестве и интенсивности представления хореографических деталей характера.

Экспрессия тела может быть усилена путем изменения темпа / интенсивности движений (например, быстрые – медленные – быстрые движения руками, сокращение - расслабление, приостановка - опускание, движение - вдох и т.д.).

Независимо от физических данных или роста гимнасток, движения частей тела выполняются с максимальной амплитудой, шириной и размахом.

6.1.2 Экспрессия лица – это передача чувств зрителям:

ощущения основаны на эмоциональной реакции гимнастки на музыку и выбранной главной идее;

чувства передаются без преувеличения, гримасничанья, имитации или подыгрывания губами;

глаза используются для выражения эмоций и сюжета / темы, а также для привлечения внимания аудитории.

Интенсивность выражения лица варьируется в зависимости от различных частей упражнения: от частей, в которых основное внимание уделяется выразительности, до технических частей, где лицо естественным образом менее выразительно, но не кажется полностью безучастным и сосредоточенным. Гимнастки обладают выразительной, энергичной связью с музыкой, которая вовлекает зрителей в их выступление.

Возможно вовлечение предмета в развитие экспрессии тела и лица.

6.2 ОЦЕНИВАНИЕ ЭКСПРЕССИИ ТЕЛА

Сбавка не применяется, если экспрессия тела полностью развита в большей части упражнения всеми гимнастками группы в одно и то же время: большинство упражнения представлено с полным участием частей тела;

в упражнении нет частей, когда вовлечение частей тела кажется негибким или несостоятельным, например, с жесткими руками или туловищем (ограничена способность выражать свою интерпретацию музыки).

Сбавка в размере 0.30 балла применяется, когда экспрессия тела полностью развита в части(ях) упражнения, всеми гимнастками группы, в одно и то же время:

минимум 2 части представлено с полным участием частей тела;

в менее чем 4 отдельных моментах, вовлечение частей тела кажется негибким или несостоятельным, например, с жесткими руками или туловищем (ограничена способность выражать свою интерпретацию музыки).

Сбавка в размере 0.60 применяется, если экспрессия тела никогда не развивается полностью или развивается лишь на мгновение, 1 или более гимнастками:

полное участие частей тела демонстрируется менее чем в 2 частях и/или в 4 или более отдельных моментах вовлечение частей тела кажется негибким или несостоятельным, например, с жесткими руками или туловищем (ограничена способность выражать интерпретацию музыки).

6.3 ОЦЕНИВАНИЕ ЭКСПРЕССИИ ЛИЦА

Сбавка не применяется, если экспрессия лица присутствует на протяжении всего упражнения у всех гимнасток одновременно и полностью развита в частях упражнения, всеми гимнастками группы, в одно и то же время:

представлены минимум 2 части с полным приоритетом в экспрессии лица;

в оставшейся части упражнения также задействовано лицо (допускается меньшая интенсивность в экспрессии лица);

в менее чем 4 отдельных моментах, лицо представлено безучастным

ГЛАВА VIII. ИСПОЛНЕНИЕ (E). ГРУППОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ

1. ОЦЕНИВАНИЕ БРИГАДОЙ СУДЕЙ ИСПОЛНЕНИЯ

1.1 Судейство Бригады Исполнения (E) требует, чтобы элементы полностью или проявляется лишь на мгновение у 1 или более гимнасток:

1.2 Гимнастки группы должны включать в свои упражнения только те элементы, которые они могут исполнить абсолютно безопасно и с высокой степенью технического мастерства. Все отклонения от подобных ожиданий относятся к сбавкам Бригады судей E.

1.3 Бригада E не имеет отношения к Трудности упражнения. Судьи E

экспрессии лица полностью отдается приоритет менее чем в 2 частях и/или существуют 4 или более отдельных моментах, в которых лицо представлено безучастным или слишком сосредоточенным.

Таблица с разъяснениями и примерами применяемых сбавок (Таблица № 91).

Таблица №91

Разъяснения / Примеры		
<p>Экспрессия тела:</p> <ul style="list-style-type: none"> Сбавка 0.30 дается не за то, что экспрессия тела представлена некоторыми частями тела: судьи должны определить, какая часть упражнения выполнена с полной экспрессией тела. Поэтому, если в упражнении нет частей с полностью развитой экспрессией, применяется сбавка 0.60, даже если экспрессия кажется частично развитой (изолированные части, попытки экспрессии) в нескольких частях или во всем упражнении. <p>Экспрессия лица:</p> <ul style="list-style-type: none"> В отличие от экспрессии тела, нельзя ожидать, что экспрессия лица всегда будет полностью развитой, и Правила не требуют «максимальной» экспрессии лица. За преувеличенную мимику, гримасы, подражание, подыгрывание губам и тому подобное не предусмотрено специального наказания. Однако эти техники не оцениваются как «экспрессия лица», и, следовательно, чрезмерное использование этих техник увеличивает риск недостаточной экспрессии лица. 		
Общая система сбавок за экспрессию		
Разъяснение	Тело	Лицо
Полностью развита в большей части упражнения. Ни одна часть упражнения не кажется сухой / пустой / сконцентрированной.	Нет сбавки	Нет сбавки
Полностью развита в минимум 2 частях упражнения. Менее 4 моментов кажутся сухими / пустыми / сконцентрированными.	0.30	Нет сбавки
Полностью развита в менее чем 2 частях упражнения. 4 или более моментов кажутся сухими / пустыми /	0.60	0.30

<i>сконцентрированными.</i>		
Примеры сбавок для группы		
<i>4 гимнастки демонстрируют полностью развитую экспрессию тела и лица во время выполнения большей части упражнения 1 гимнастка демонстрирует полностью развитую экспрессию тела во время выполнения 2 частей упражнения, а лицо в течение большей части упражнения выглядит сосредоточенным</i>	<i>0.30</i>	<i>0.30</i>
<i>У 4 гимнасток на протяжении большей части упражнения полностью развита экспрессия тела и лица У 1 гимнастки на протяжении большей части упражнения руки и туловище напряжены, а лицо 2 раза выглядит сосредоточенным</i>	<i>0.60</i>	<i>Нет сбавки</i>

7. КОМБИНАЦИИ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ ШАГОВ (S)

7.1 ДЕФИНИЦИЯ

Комбинация Танцевальных шагов – это определенная последовательность движений тела и предмета, предназначенная для выражения стилистической интерпретации музыки: поэтому Комбинация Танцевальных шагов должна иметь определенный характер в движении. Они подбираются в соответствии с характером, ритмом, темпом и акцентами музыки.

Стилизованные движения частей тела, темп и интенсивность движений, а также выбор модальностей перемещения должны быть тщательно подобраны для конкретной музыки, под которую они исполняются.

Построение движений должно быть направлено на то, чтобы охватить все части тела, соответствующие конкретной музыке, включая голову, плечи, руки, кисти рук, бедра, ноги, стопы.

7.2 ТРЕБОВАНИЯ

В течение Комбинации Танцевальных шагов, выбор шагов, направлений, уровней и т.д., может варьироваться между гимнастками группы. В любом случае, каждая из 5 гимнасток должна полностью выполнить следующие 5 требований:

минимальная продолжительность 8 секунд с движениями предметом, начиная с первого танцевального движения, все шаги должны быть четкими и видимыми на протяжении 8 секунд.

Движения находятся в гармонии с ритмом в течение 8 секунд.

Определенный характер движений в течение 8 секунд.

Определенный характер движения требует шагов, отражающих стиль или тему движения, например, но не ограничивается ими:

любые классические танцевальные шаги;

любые балетные танцевальные шаги;

любые фольклорные танцевальные шаги;

любые современные танцевальные шаги.

Простые движения/способы перемещения по площадке без определенного характера движения (например, ходьба, шаги, простой бег), которые не имеют определенного характера, не допускаются.

Комбинации Танцевальных шагов должна включать в себя разнообразные движения, специально используемые для хореографических целей и создания характера. ДВ, такие как Прыжок Кабриоль, Равновесие Пассе и т. д., которые имеют в своей основе в традиционный танец и ценность максимум 0.10, могут быть включены.

Разъяснения:

Если характер прерывается, например, на 1–2 секунды во время выполнения элемента предмета с шагами без характера, то Комбинация Танцевальных шагов недействительна.

Разнообразие и перемещение: модальности передвижения (способ, которым Группа перемещается по площадке) должны быть разнообразными и разноплановыми, в гармонии с определенным стилем музыки.

Необходимо выполнить минимум 2 различных типа шагов (не повторять один и тот же тип шагов в течение всей S).

Часть S должна выполняться с перемещением (не полностью вся S в одном месте на площадке).

Часть S должна выполняться в вертикальном положении (не полностью S лежа, на коленях, сидя).

Преакробатические элементы, высокие броски, дальние броски, СС, ДВ с ценностью 0.20 балла и более, не могут выполняться.

7.3 ОЦЕНИВАНИЕ

Композиции, содержащие менее 2 действительных Комбинаций Танцевальных шагов, будут наказаны сбавкой 0.30 за каждую пропущенную.

Комбинация Танцевальных шагов будет недействительна, если нарушена какая-либо часть п. 2.7.4 (потеря равновесия с опорой или падением, потеря предмета, 5 и более секунд без контакта с предметом, статичный предмет, статичная гимнастка, столкновение, запрещенный элемент).

Комбинация Танцевальных шагов должна быть выполнена с соблюдением всех требований п. 5.2, чтобы она была засчитана; отсутствие любого из требований аннулирует Комбинацию танцевальных шагов (например, 8 секунд, в ритме, с характером, с разнообразием и перемещением, без запрещенных элементов).

Разъяснения по оцениванию:

Что происходит, если группа танцует 8 секунд, выполняя все требования пункта 5.2, а после этого, еще танцуя, теряет предмет?

Группа соответствует дефиниции, и Комбинация Танцевальных шагов действительна. Исполнение применит соответствующие сбавки за потерю предмета.

Что происходит, когда группа выполняет танцевальные шаги последовательно в течение 16 секунд?

Если это 2 комбинации по 8 секунд, каждая из которых соответствует всем требованиям пункта 5.2, то будут оценены 2 комбинации Танцевальных шагов. Если какая-либо из частей не соответствует каким-либо требованиям, но все требования выполнены в течение 16 секунд, то это – 1 Комбинация танцевальных шагов.

8. ДИНАМИЧЕСКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ: СОЗДАНИЕ КОНТРАСТОВ И ЭФФЕКТЫ С МУЗЫКОЙ

8.1 ДИНАМИЧЕСКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ: ДЕФИНИЦИЯ

Композиция, структурированная вокруг определенного музыкального произведения, использует изменения темпа и интенсивности для построения главной идеи и создания визуальных эффектов, распознаваемых зрителем.

Темп известен также как «бит» - частота тактов или пульсация в музыке.

Скорость и интенсивность движений гимнастики, а также движения ее предмета должны отражать изменения темпа и интенсивности музыки, чтобы создавать Динамические изменения.

Отсутствие контраста в темпе и интенсивности может создать монотонность и потерю интереса публики.

Динамические изменения могут создавать контрасты по-разному, в гармонии с изменениями в музыке:

Контрасты в темпе или интенсивности движений возникают мгновенно от одной части упражнения к другой.

Постепенное увеличение или уменьшение темпа или интенсивности движений - в пределах части упражнения.

Создание контраста с помощью определенного движения(ий), которое(ые) намеренно демонстрирует темп/интенсивность, противоположные общему темпу/интенсивности. Примеры включают выполнение нескольких музыкальных тактов/фраз очень медленно или очень быстро.

Существует множество других методов изменения темпа и интенсивности, например, короткие остановки/паузы/позы или одиночные движения с непрерывным изменением темпа/интенсивности в ходе движения.

Только 3 метода, признаются необходимыми компонентами для оценивания Артистизма. Другие методы изменения темпа и интенсивности могут способствовать развитию основной идеи, выразительности и/или создавать Эффекты.

Даже если сама музыка не содержит четких Динамических изменений, гимнастка может создавать Динамические изменения с помощью движений. Такие изменения должны быть выполнены очень четко, чтобы их можно было распознать как контраст в темпе или интенсивности.

Чтобы требуемый компонент Артистизма был оценен, Динамические изменения должны включать всех пятерых гимнасток. У гимнасток могут быть разные роли.

8.2 ЭФФЕКТЫ С МУЗЫКОЙ: ДЕФИНИЦИЯ

Стратегическое расположение определенных движений тела и/или движений предмета, поставленное хореографом для выделения значимых музыкальных моментов, создающее уникальное сочетание, привлекающее внимание зрителей, признается «Эффектом с музыкой». Эффект способствует созданию оригинальной взаимосвязи между конкретной

музыкой и движениями, разработанными группой (т. е. уникальной композиции, отличающейся от всех остальных).

Музыкальным моментом может быть сильный акцент, длинный тон, короткая последовательность акцентов и т.д. Музыкальный момент должен быть значительным – он должен четко выделяться на фоне акцентов или тонов до и после него своей интенсивностью или своим качеством/характером. Такие музыкальные моменты доступны во всех типах музыкальных композиций, и нет необходимости добавлять какие-либо «звуковые эффекты» поверх оригинальных музыкальных композиций.

Как простые, так и сложные движения могут создавать Эффект, если выполняются с четким намерением, которое заключается в том, чтобы подчеркнуть важный момент в музыке.

Примеры сложных движений:

ДВ с несколькими акцентами движения;

ДВ с некоторой продолжительностью, например, вращение;

СС;

коллективная работа с канонадным исполнением / быстрой последовательностью;

уникальный, инновационный или сложный технический элемент предмета.

Примеры простых движений:

фиксация ДВ;

принятие, подчеркивание позы (исключая исходную и конечную позиции в упражнении);

сильный мах ногой;

действие броска в ДЕ;

простой технический элемент предмета, согласованный с движением тела.

Примеры движений, которые слишком малы или типичны, чтобы их можно было распознать как Эффект:

шассе;

базовый бросок рукой(ами);

поза, созданная с использованием только рук(и) / головы.

Эффект может быть создан группой в целом или гимнасткой(ами), выполняющими «главное действие». Не все гимнастки должны действительно демонстрировать настоящий Эффект, однако их движения должны поддерживать/подчеркивать главное действие, а не отвлекать от него

внимание. Ни одно движение не должно противоречить музыкальному моменту или игнорировать его.

Разъяснения по оцениванию:

Природа Танцевальных шагов заключается в том, чтобы уделять приоритетное внимание гармонии между способами передвижения и музыкой (ритмом и акцентами). Следовательно, сами модальности не будут признаваться в качестве Эффекта. Если Комбинация Танцевальных шагов содержит дополнительное объединение определенных движений, подчеркивающих определенные акценты, в дополнение к модальностям, это может быть расценено как Эффект.

Создание визуального образа/имитации, достигаемое комбинированием нескольких гимнасток и/или предметов (примеры: звезда, буквы, рамка для картины, велосипед, детская кроватка и т.д.), само по себе не является Эффектом. Даже сложные движения, подобные приведенным в этих примерах, должны выполняться с намерением подчеркнуть важный момент в музыке, чтобы создать Эффект.

Эффект создается благодаря уникальному сочетанию движения и музыки. Вместе движение и музыка должны оказывать достаточное воздействие, чтобы оставить впечатление у публики.

Если музыкальный момент очень примечателен – выделяется из всех других частей музыки – объединение может быть осуществлено с помощью стратегически поставленного «простого» или «стандартного» движения (пример А рис. №36).

Если элемент тела и/или предмета очень примечателен – неожиданный, инновационный, зрелищный, – единство может быть достигнуто за счет идеального выбора музыкального момента, который является сильным и четким, но не уникальным по интенсивности, качеству или характеру (пример В рис. №36).

Если музыкальный момент не уникален по интенсивности, качеству или характеру, а движение простое или стандартное, их сочетание обычно не оказывает достаточного воздействия для создания Эффекта (пример С рис. №36).

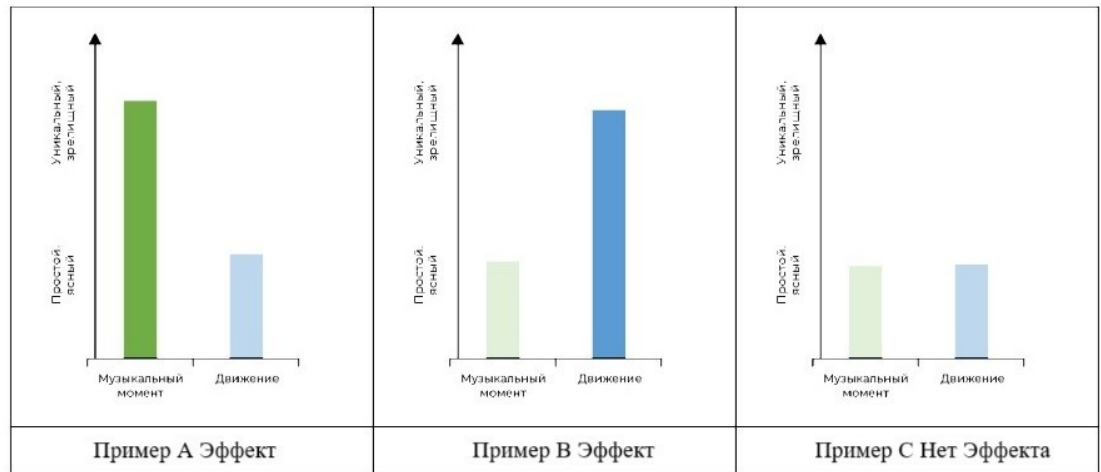


Рисунок №36

8.3 ТРЕБОВАНИЯ

Минимум 4 Динамических изменения с участием всех 5 гимнасток или Эффекта с музыкой.

Примеры: 4 Динамических изменения + 0 Эффектов, 3 динамических изменения + 1 Эффект или 2 Динамических изменения + 2 Эффекта.

Упражнения, в которых присутствуют менее 4 Динамических изменений или Эффектов с музыкой, будут наказываться сбавкой 0.30 за каждый отсутствующий.

8.4 ДИНАМИЧЕСКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ: ОЦЕНИВАНИЕ

Динамические изменения могут быть в любой части упражнения, включая Комбинацию Танцевальных шагов.

Трудности и полные волны тела, которые включают в себя явное изменение темпа или интенсивности, например, быстрый Поворот Фуэте, серию прыжков, выполняемых с широким интенсивным перемещением, очень медленную волну тела или очень быстрые вращения в R, считаются динамическими изменениями только в том случае, если они сопровождаются явным изменением в музыке и исполнены с четким контрастом по темпу/интенсивности по сравнению с элементами до и после.

Если в музыке есть явное Динамическое изменение, которое гимнастка не может подчеркнуть своими движениями, это не наказывается автоматически как пропущенное Динамическое изменение: в упражнении могут быть 4 других Динамических изменения / Эффекта. Однако, за отсутствие отражения четкой смены темпа / интенсивности / ритма применяется сбавка за Ритм.

ЭФФЕКТЫ С МУЗЫКОЙ: ОЦЕНИВАНИЕ

Чтобы Эффект был оценен, он должен быть выполнен точно в такт музыке. Попытка создания Эффекта, выполненная чуть раньше или после нужного музыкального момента, не будет оценена.

9. КОЛЛЕКТИВНАЯ РАБОТА

9.1 ДЕФИНИЦИЯ

Типичной характеристикой группового упражнения является участие каждой гимнастки в однородной работе группы в духе сотрудничества.

Коллективная работа означает, что гимнастки работают вместе, чтобы продемонстрировать отношение друг с другом через тип(ы) движений и хронометраж, а не через физическую взаимосвязь (совместные действия).

Каждое упражнение должно иметь различные виды организации коллективной работы.

В качестве общего принципа хореографии (за пределами оценивания Артистизма) 4 типа коллективной работы могут использоваться в любой части композиции, любой продолжительности, включая, но не ограничиваясь следующим:

в Трудностях и вне Трудностей,
всеми 5 гимнастками или в подгруппах,
любой длительности,
с сочетанием разных типов коллективной работы (например, хоральное исполнение с подгруппой, демонстрирующей контраст).

Чтобы быть засчитанным как требуемый компонент для оценки Артистизма, каждый из 4 типов коллективной работы должен быть представлен вне компонентов Трудности (DB, DE, R, DC) и полностью соответствовать дефиниции, приведенной ниже:

9.1.2 Синхронное исполнение

Одновременное выполнение одного и того же движения (с одинаковой амплитудой, скоростью, динамизмом).

Все 5 гимнасток должны выполнять синхронные движения.

Требуемая продолжительность для распознавания в качестве компонента артистизма: минимум 2 секунды в синхронизации.

9.1.3 «Хоральное» исполнение

Гимнастки, представляющие разные голоса хора, поющие вместе: одновременное выполнение разных движений, которые вместе образуют одно хореографическое целое.

Каждая из 5 гимнасток должна играть свою роль, в общей сложности - 5 различных ролей. Каждая роль – это движения, а не фиксированная поза.

«Хореографическое единство» формируется путем демонстрации взаимоотношений между гимнастками; недостаточно выступать как 5 отдельных, независимых индивидуальных гимнасток.

Примеры методов демонстрации взаимосвязи:

вариации формы,
 вариации работы с одним и тем же предметом,
 работа в плотном построении,
 общее направление движения,
 подчеркивание одного и того же акцента,
 общий вид.

Требуемая продолжительность, чтобы компонент Артистизма был засчитан: минимум 2 секунды, когда все 5 гимнасток непрерывно выступают в разных ролях. Роль (роли) может меняться с течением времени (например, меняется уровень или модальность), при условии, что ни одна гимнастка не выполняет одинаковые движения одновременно.

9.1.4 Исполнение в «быстрой последовательности» или «канонадное исполнение»

Несинхронизированное выполнение одних и тех же или связанных движений: Движение повторяется разными гимнастками или подгруппами, каждая гимнастка/подгруппа одна за другой, с равными временными интервалами.

Быстрая последовательность означает, что каждая гимнастка/подгруппа начинает последовательность движений немедленно после того, как ее начала предыдущая гимнастка/подгруппа. Предыдущая гимнастка/подгруппа еще не завершила последовательность движений, следующая уже начинает движение; при выполнении происходит перекрытие по времени. Темп диктуется музыкой, не существует минимального или максимального интервала между действиями.

Канонада означает, что каждая гимнастка/подгруппа начинает последовательность движений после того, как предыдущая гимнастка/подгруппа завершила всю последовательность движений. При выполнении нет перекрытия по времени.

Все 5 гимнасток должны быть непосредственно задействованы, возможна разная организация и разные роли, например:

Одна гимнастка дает импульс каждой из других гимнасток, импульс дается в быстрой последовательности;

Две пары гимнасток поднимают гимнастку в канонадном исполнении: Первая пара поднимает партнершу, которая выполняет движение в позиции

поддержки, затем следующая пара поднимает партнершу, выполняющую такое же действие.

Требуемая продолжительность, которая должна быть оценена как компонент Артистизма: минимум 2 секунды с момента, когда первая гимнастка или подгруппа начинает последовательность движений, до тех пор, пока последняя гимнастка или подгруппа не завершит последовательность движений.

9.1.5 Контрастное исполнение

Одновременное выполнение 2 различных типов движений, создающих контраст, с помощью 1 или более следующих вариантов:

контраст в скорости (медленно – быстро);

контраст по интенсивности (с усилием – мягко);

контраст по уровню (тело вертикально – тело у пола или на полу / предмет наверху – предмет у пола или на полу);

движение с контрастом: 2 группы гимнасток движутся в разных направлениях, пересекая друг друга; минимум 1 из групп должна изменить направление.

Каждая из 5 гимнасток должна выполнить 1 из 2 контрастных действий. Одновременное выполнение 3 или более действий не засчитывается.

2 движения должны не только быть «разными», они должны быть также контрастными. Пример: спирали на уровне колена и на уровне пояса разные, но не создают четкого контраста. Спирали на уровне лодыжек и над головой разные и одновременно контрастные.

Когда все гимнастки одновременно начинают элемент с контрастом, а затем меняются ролями, это расценивается как контраст, а не как быстрая последовательность/канонада.

Требуемая продолжительность для оценивания в качестве компонента Артистизма: минимум 2 секунды при непрерывном контрасте. Роли могут меняться, или типы контраста могут меняться с течением времени (например, 3 медленно + 2 быстро переходят в 3 быстро + 2 медленно переходят в 1 стоя + 4 на полу), при условии, что все 5 гимнасток продолжают находиться в контрасте в течение всего времени.

9.2 ТРЕБОВАНИЯ И ОЦЕНИВАНИЕ

Каждый из 4 видов коллективной работы должен быть представлен минимум один раз вне компонентов Трудности (DB, DE, R, DC) и полностью соответствовать дефинициям, приведенным выше.

Каждый вид коллективной работы будет засчитан при незначительных ошибках в хронометраже между гимнастками.

Сбавка: 0.30 за каждый вид коллективной работы, не признанный вне пределов компонентов Трудности или не выполненный в соответствии с дефиницией.

10. СОЕДИНЕНИЯ

10.1 ДЕФИНИЦИЯ СОЕДИНЕНИЙ КАЖДОЙ ОТДЕЛЬНОЙ ГИМНАСТКИ

Соединения – это «связи» между 2 движениями или Трудностями. Хорошо разработанные соединения и/или связующие шаги необходимы для создания гармонии и плавности выступления.

Все движения как тела, так и предмета должны иметь логическую, намеренную связь между собой так, чтобы одно движение/элемент переходили бы в другое по определенной причине.

Эти связи между движениями также дают возможность усилить характер композиции.

Элементы соединяются плавно и логично без длительных приготовлений или ненужных остановок. Допускаются намеренные остановки, поддерживающие характер композиции и создающие стратегические паузы.

Элементы, которые расположены вместе без четкого намерения, становятся серией несвязанных действий. Такие соединения препятствуют как полному развитию сюжета, так и уникальной идентичности композиции.

Примеры нелогичных соединений каждой отдельной гимнастки:

переходы от одного движения тела или предмета/Трудности к другому, которые являются резкими или нелогичными;

резкое переключение между положением стоя и положением на полу; без четкой цели и логики;

резкий поворот лицом в другую сторону без четкой цели и логики;

резкое изменение направления движения без четкой цели и логики;

резкое изменение плоскости или направления движения предмета без плавного перехода;

длительные переходы от одного движения к другому, например, требуют времени для подготовки к следующему элементу.

Нелогичные соединения могут возникать из-за ошибок композиции, недостаточно развитой техники, корректировок во время выступления (перескоков/урезания/пропуска элементов).

10.2 ДЕФИНИЦИЯ СОЕДИНЕНИЙ В ГРУППОВОЙ РАБОТЕ

Ожидается, что Группа будет работать и передвигаться как единое целое на протяжении всей хореографии, с четкой взаимосвязью между всеми гимнастками – также в связях между элементами, между построениями и в подготовке к Трудностям.

В этих соединениях единство групповой работы может быть достигнуто с использованием различных методов, например:

движение с постепенным переходом от одного построению к другому, всегда поддерживая четкую организацию гимнасток, например, соблюдая линии, выдерживая равные дистанции;

гимнастки, движущиеся в одном направлении, но на разные расстояния передвижения;

гимнастки, перемещающиеся в разных направлениях и на разные расстояния, но использующие один и тот же набор движений;

гимнастки, перемещающиеся в разных направлениях и на разные расстояния, с разными движениями, но четко расставляющие одни и те же акценты;

с применением принципов коллективной работы.

Элементы, которые связаны вместе, выполняются с растворением групповой работы во время соединений – отсутствуют взаимосвязи между гимнастками по построениям, направлению, типу движений – это наказывается сбавками за «нелогичные соединения». Примеры нелогичных соединений в групповой работе:

Переходы, при которых одна или несколько гимнасток просто переходят/перебегают от одного построения к другому.

Переходы, при которых гимнастки переходят в новое положение на площадке, используя неорганизованные траектории, направления, расстояния.

Переходы, при которых некоторые гимнастки готовятся к следующему элементу раньше партнерш, останавливаясь и ожидая партнерш.

10.3 ОЦЕНИВАНИЕ

Композиции, построенные как серии несвязанных элементов, будут наказываться сбавками.

Нелогичные соединения будут наказываться сбавкой 0.10 каждый раз, до 2.00 баллов.

Сбавка за нелогичное соединение применяется только один раз за движение/соединение, независимо от количества гимнасток или предметов,

допустивших ошибку, и независимо от того, что индивидуальные соединения и групповые соединения являются нелогичными одновременно.

Сбавка за соединение не применяется, если гимнастка(и) останавливает/приостанавливает выполнение композиции из-за серьезных ошибок, таких как потеря предмета, потеря равновесия с опорой или падением, пробежка из-за броска с неточной траекторией или остановка, чтобы распутать узел / запутывание.

11. РИТМ И ОКОНЧАНИЕ С МУЗЫКОЙ

11.1 ДЕФИНИЦИЯ

Движения тела, а также предмета должны точно соотноситься с музыкальными акцентами и музыкальными фразами.

Как движения тела, так и движения предмета должны подчеркивать ритм/темп музыки.

Конец упражнения должен точно совпадать с окончанием музыки.

11.2 ОЦЕНИВАНИЕ

Движения, выполняемые отдельно от акцентов или не связанные с темпом, установленным музыкой, наказываются каждый раз сбавкой 0.10 балла (до 2.00 баллов).

Примеры ситуаций, когда применяются сбавки за «ритм»:

когда движения заметно подчеркнуты до или после акцентов;

когда четкий акцент в музыке «пропущен» и не подчеркнут движением;

когда Группа создает сильный акцент в движении, в то время как музыка не имеет соответствующего акцента;

когда движения непреднамеренно начинаются перед музыкальной фразой или после нее;

когда темп меняется, а Группа не отражает изменение темпа/скорости;

когда интенсивность меняется, а Группа не отражает изменение интенсивности;

когда музыка заканчивается затуханием, а Группа продолжает двигаться быстро, создавая сильные акценты движения на затухании.

Ожидается, что вся Группа завершит упражнение в гармонии с музыкой, причем все 5 гимнасток закончат его в один и тот же момент.

Если часть гимнасток группы принимают финальное положение до окончания музыки или после того, как музыка закончилась, или не делают четкой остановки перед тем, как покинуть площадку, применяется сбавка за отсутствие гармонии между музыкой и движением в конце упражнения.

12. ПОСТРОЕНИЯ

Построения должны быть созданы с разнообразием в следующем:
 размещение в различных областях площадки: центр, углы, диагонали,
 линии;

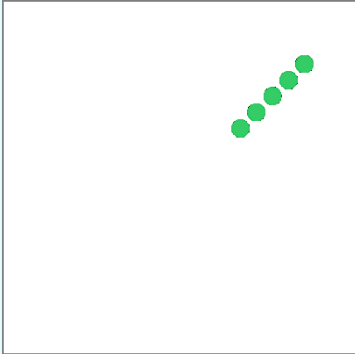
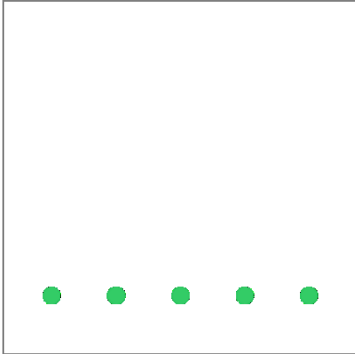
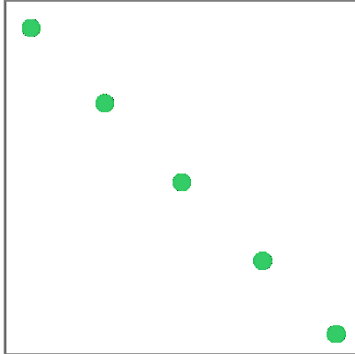
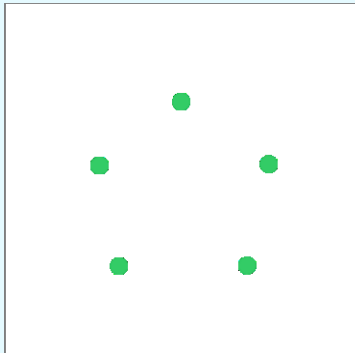
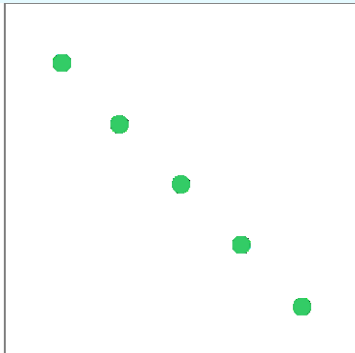
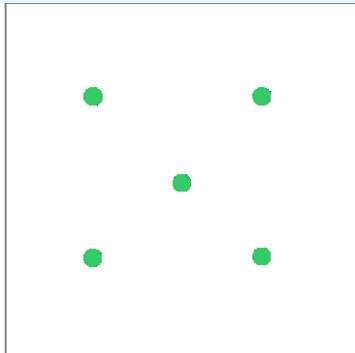
рисунок: круги, линии во всех направлениях, треугольники.

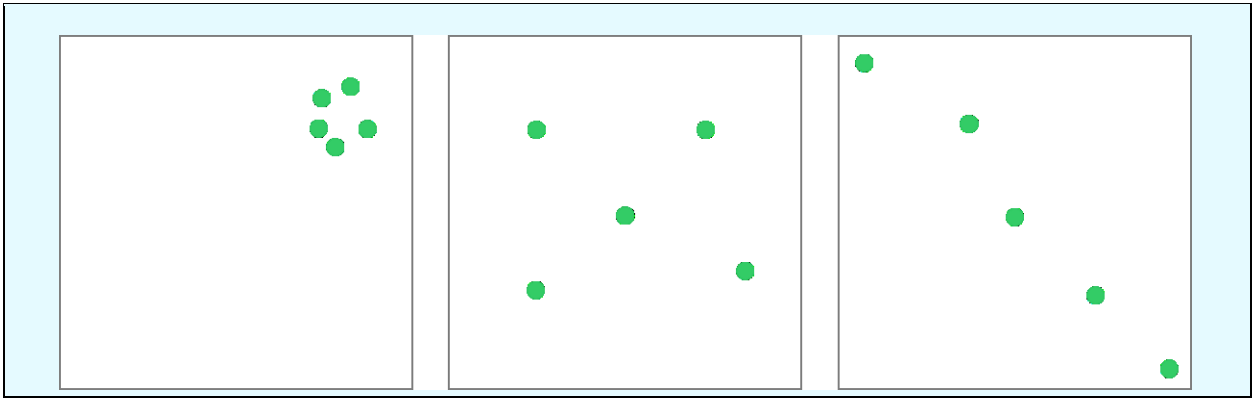
амплитуда: размер/плотность построения (широкие, средние, близкие и
 т.д.).

Сбавка 0.30 за недостаточное разнообразие в рисунках построений:
 если одна форма построения преобладает по сравнению с другими.

Сбавка 0.30 за недостаточное разнообразие в амплитуде построений:
 если один размер/плотность построения преобладает по сравнению с
 другими (примеры Таблица № 92).

Таблица №92

Разъяснения / Примеры		
<i>Разнообразие в амплитуде построений – нет разнообразия в дизайне построений:</i>		
		
<i>Разнообразие в дизайне построений – нет разнообразия в амплитуде построений:</i>		
		
<i>Разнообразие в дизайне и амплитуде построений – неточность линий (сбавка в Исполнении):</i>		



Движения по площадке и между разными уровнями должны быть в постоянном развитии, без задержки на долгое время в одном и том же месте.

Сбавка 0.30 каждый раз, когда одно и то же построение и одно и то же расположение на площадке сохраняется для 3 или более Трудностей подряд.

Разъяснения по оцениванию:

Подсчет количества Трудностей в одном построении в одном и том же месте:

Когда DB и DE выполнены одновременно, это считается 1 Трудностью.

13. ПРЕРЫВАНИЕ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ

Целью создания гармоничной взаимосвязи всех компонентов Артистизма вместе взятых - является создание единой идеи. Непрерывность движений от начала до конца способствует гармонии и единству.

Серьезная техническая ошибка, которая нарушает непрерывность композиции, вынуждая гимнастку(ок) прекратить исполнение композиции или приостановить изображение художественного образа на 4 или более секунд, наказываются сбавкой 0.60 один раз в качестве общей сбавки в конце упражнения. Примеры ситуаций, которые могут привести к прерыванию непрерывности:

потеря предмета с большим перемещением;

замена потерянного, сломанного или непригодного для использования предмета;

распутывание узлов на Скакалке или Ленте;

устранение произвольного запутывания в предмет;

гимнастка(и) делают паузу, чтобы понять, с какого момента продолжить композицию.

Во время прерывания на 4 или более секунды никакие другие компоненты Артистизма не оцениваются: нет никаких дополнительных сбавок за Ритм, контакт с предметом, и т.д. Кроме того, судьи в Исполнении наказывают группу только за первоначальную техническую ошибку, они не

применяют никаких дополнительных сбавок во время прерывания (статичный предмет, Лента на полу и т.д.) (см. Исполнение).

Когда техническая ошибка(ошибки) прерывает(прерывают) последовательность менее чем на 4 секунды (один раз или несколько раз во время упражнения), не применяется сбавка за «Прерывание последовательности», Ритм оценивается во время таких прерываний.

Разъяснения по оцениванию:

Сбавка за прерывание последовательности применяется в каждом случае потери предмета на 4 или более секунд, даже если гимнастка продолжает танец: если предмет неконтролируемо движется и/или лежит неподвижно в течение 4 или более секунд, это является прерыванием непрерывности упражнения с предметом.

Если гимнастке удастся замаскировать потерю предмета так, чтобы это вообще не выглядит как потеря, а похоже на выполнение упражнения с предметом (например, Мяч медленно катится, а гимнастка танцует рядом с ним), то сбавка за прерывание последовательности не применяется.

14. КОНСТРУКЦИИ / ПОЛОЖЕНИЯ ПОДЪЕМА/ПОДДЕРЖКИ

В начале, во время и/или в конце упражнения можно использовать элементы или позы, в которых 1 гимнастка отрывается от пола, опираясь на другую гимнастку(ок) и/или предмет, при условии, что:

- максимум 1 гимнастку поднимают от пола одновременно;
- гимнастка отрывается от пола менее чем на 4 секунды.

Исходное положение: менее 4 секунд с момента первоначального движения первой гимнастки до того, как поднятая гимнастка окажется на полу.

Конечное положение: менее 4 секунд с момента отрыва гимнастки от пола до последнего движения последней гимнастки.

Поднятая гимнастка может быть поднята или забраться в поднятое положение, но не может быть подброшена в воздух, спрыгнуть вниз или упасть из поднятого положения.

Поднятая гимнастка не может выполнять какие-либо варианты стойки на руках, локтях или шее. В остальном положение или движения свободны.

Каждая поддерживающая гимнастка должна опираться ступнями, коленями или спиной на пол и не может находиться в какой-либо разновидности мостика.

Конструкция, которая не соответствует вышеуказанным требованиям, например, удерживается в течение 4 или более секунд, наказывается сбавкой

0.60. Сбавка применяется за каждый неразрешенный элемент. Пример: разрешенное положение (Рисунок № 37).

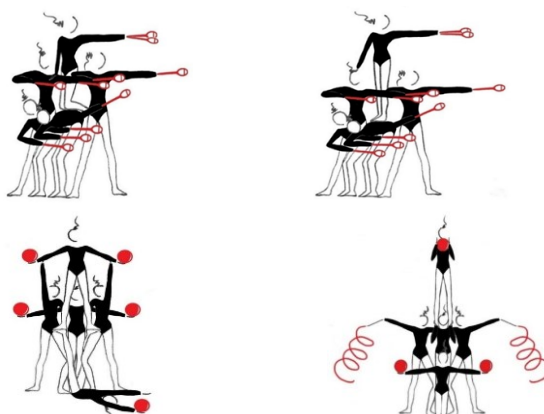


Рисунок №37

Пример: запрещенное положение (Рисунок №38).

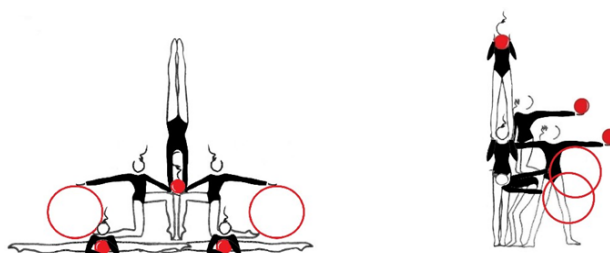


Рисунок №38

15. КОНТАКТ С ПРЕДМЕТАМИ И ГИМНАСТКАМИ

В начале упражнения 1 или несколько гимнасток могут находиться без предмета. Такой фрагмент упражнения должен быть менее 5 секунд начиная с первого движения первой гимнастки.

Если предметы или гимнастки не начинают двигаться одновременно, то различные движения должны последовать одно за другим, в течение менее 4 секунд во избежание статики одной или нескольких гимнасток/предметов.

Во время упражнения 1 или несколько гимнасток не могут оставаться без предмета дольше 5 секунд.

Сбавка 0.30 применяется, если 1 или несколько гимнасток остаются без предмета 5 или более секунд (сбавка применяется один раз в упражнении, независимо от ошибки композиции или технической ошибки).

В конце упражнения каждая гимнастка может держать или находиться в контакте с 1 или несколькими предметами. В этом случае 1 или несколько гимнасток могут быть без предметов в конце упражнения.

Сбавка 0.60 применяется, если 1 или более предметов свободно остаются на полу и не находятся в контакте с любой гимнасткой (ни напрямую, ни посредством предметов) в исходном положении или в финальном положении (ошибка композиции).

Примеры:

10 Булав соединены в большой круг. Гимнастка находится в прямом контакте с 2 из этих Булав. Остальные 8 Булав находятся в контакте через круг из Булав: нет сбавки.

2 Обруча свободно лежат на полу, соприкасаясь друг с другом, но ни один из них не находится в контакте с гимнасткой: сбавка 0.60 балла.

3. ГРУППОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ – ОШИБКИ В АРТИСТИЗМЕ (Таблица №93).

Таблица №93

СБАВКИ	0.30	0.60	1.00
<p>ГЛАВНАЯ ИДЕЯ И ХАРАКТЕР ДВИЖЕНИЯ</p>	<p>Присутствует в большей части упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Присутствует главная идея • В большинстве упражнения присутствует характер • Большое разнообразие частей тела • Большое разнообразие типов движений • С разнообразием или без него организации работы группы (не требуется) 	<p>Присутствует в частях упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Четкое единство между деталями и музыкой • Минимум 5 частей имеют характер • С разнообразием или без него (не требуется) 	<p>Не имеет приоритета:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Менее чем 5 частей имеют характер
<p>ЭКСПРЕССИЯ ТЕЛА</p>	<p>Полностью развита в частях упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Полное участие в мин. 2 частях • Менее чем 4 момента с недостаточным участием 	<p>Частично развита или не развита в упражнении:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Полное участие менее чем в 2 частях или • 4 или более моментов с недостаточным участием <p><i>Возможно частичное участие на любое время упражнения</i></p>	

ЭКСПРЕССИЯ ЛИЦА	Частично развита или не развита в упражнении: <ul style="list-style-type: none"> • Полный приоритет менее чем в 2 частях или • 4 и более моментов с безучастным или сосредоточенным лицом 									
ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ШАГИ	За каждую отсутствующую Комбинацию Танцевальных шагов с ритмом и характером									
ДИНАМИЧЕСКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ и ЭФФЕКТЫ (требование: всего 4)	За каждое отсутствующее Динамическое изменение/Эффект									
КОЛЛЕКТИВНАЯ РАБОТА (требования: 4 типа)	За каждый отсутствующий тип коллективной работы (Синхронизация, хоральное исполнение, быстрая последовательность/канонадное исполнение, контраст)									
СОЕДИНЕНИЯ	Сбавки									
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70	0.80	0.90	1.00
	1.10	1.20	1.30	1.40	1.50	1.60	1.70	1.80	1.90	2.00

РИТМ	Сбавки										
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70	0.80	0.90	1.00	
	1.10	1.20	1.30	1.40	1.50	1.60	1.70	1.80	1.90	2.00	
ПОСТРОЕНИЯ	Недостаточное разнообразие в рисунках (дизайне) построений.										
	Недостаточное разнообразие в амплитуде построений.										
	Одно и то же построение сохраняется на одном и том же месте в течение 3 или более Трудностей подряд (сбавка за каждый набор Трудностей).										
ЕДИНСТВО	Единство/гармония/непрерывность композиции нарушены грубыми техническими ошибками										
ПРЕРЫВАНИЕ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ			Последовательность композиции нарушена на 4 или более секунд из-за серьезного технического прерывания (сбавка 1 раз за упражнение)								
КОНСТРУКЦИИ / ПОДДЕРЖКИ			Запрещенная конструкция или 4 и более секунд в положении поддержки								

		(сбавка за каждый элемент)	
КОНТАКТ МЕЖДУ ГИМНАСТКАМИ И ПРЕДМЕТАМИ	1 или более гимнасток находятся без предмета в течение 5 или более секунд (сбавка 1 раз за упражнение)	1 или несколько предметов не соприкасаются ни с одной гимнасткой в исходном или конечном положении (ошибка композиции)	
МУЗЫКАЛЬНОЕ ВСТУПЛЕНИЕ	Музыкальное вступление 4 или более секунд		
СООТВЕТСТВИЕ МУЗЫКИ НОРМАМ	Музыка не соответствует Правилам		
МУЗЫКА / ДВИЖЕНИЕ В КОНЦЕ УПРАЖНЕНИЯ	Отсутствие гармонии между музыкой и движением в конце упражнения		

лица;

мости от
внимание
в оставшейся части упражнения также задействованы
(допускается меньшая³³¹ интенсивность в экспрессии лица);

331
В локос нсм 4. Отдельных моментах лицо представлено
или слитном соединении:
ГЛАВА VIII. ИСПОЛНЕНИЕ (Е). ГРУППОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ
1. ОЦЕНИВАНИЕ БРИГАДЫ СУДЕЙ ИСПОЛНЕНИЯ
1.1 Судейство Бригады Исполнения (Е) применяется, если экспрессия лица
Сбавка в размере 0,30 применяется, если экспрессия лица
выполняются эстетически и технически совершенно.
лицо.

1.2 Гимнастки группы должны включать в свои упражнения только те элементы, которые они могут исполнить абсолютно безопасно и с высокой степенью технического мастерства. Все отклонения от подобных ожиданий ведут к сбавкам Бригады судей Е.

1.3 Бригада Е не имеет отношения к Трудности упражнения. Судьи Е должны применять сбавки в равной степени за одинаковые ошибки, независимо от Трудности элемента или соединения.

1.4 Судьи Е должны максимально соответствовать современному уровню художественной гимнастики, всегда знать, чего следует ожидать от современного исполнения элементов в Групповом упражнении и как меняются сегодня стандарты по мере развития спорта. В этом контексте судьи также должны знать, что возможно и чего вполне разумно ожидать, и что представляет собой исключение либо что-то особенное.

1.5 Все отклонения от корректного исполнения считаются техническими ошибками и должны быть соответственно оценены судьями.

1.6 Размер сбавки (за малые, средние и большие ошибки) обусловлен степенью отклонения от корректного исполнения. Нижеследующие сбавки будут применены за каждое видимое техническое отклонение от ожидаемого совершенного исполнения.

Малая ошибка 0.10 – малая степень отклонения от совершенного технического исполнения.

Средняя ошибка 0.30 – заметная степень отклонения от совершенного технического исполнения.

Большая ошибка 0.50 или более – большая и серьезная степень отклонения от совершенного технического исполнения.

1.7 Ошибки Исполнения наказываются сбавкой каждый раз и за каждый элемент.

1.8 Окончательная оценка Е получается так: сумма сбавок в Исполнении вычитается из 10.00 баллов.

Разъяснения по оцениванию:

Сбавки в зеленых ячейках означают, что только 1 сбавка – наивысшая применяемая сбавка – из этой линии может применяться за каждую техническую ошибку.

Все перечисленные сбавки даются каждый раз, независимо от числа гимнасток, совершивших ошибки (общие сбавки), если жирным шрифтом не указано, что сбавки даются за каждую гимнастку.

2. РАЗЪЯСНЕНИЕ ПО СБАВКАМ В ИСПОЛНЕНИИ

2.1 РАЗЪЯСНЕНИЯ ПО СБАВКАМ В ИСПОЛНЕНИИ ЗА ДВИЖЕНИЯ ТЕЛА

За «часть тела в неправильном положении во время движения тела» дается 1 сбавка «за каждый неправильный сегмент тела», и сбавка применяется каждый раз. Это означает:

Тот же самый сегмент с обеих сторон тела:

оба колена согнуты одновременно: 0.10 за «колени» 1 раз;

обе стопы не натянуты одновременно: 0.10 за «стопы» 1 раз.

Прыжок(и) с подготовкой:

прыжок в шпагат с неправильным положением обеих коленей и обеих стоп: 0.10 за колени и 0.10 за стопы = 0.20.

Шассе с неправильным положением обеих коленей и обеих стоп + прыжок в шпагат с неправильным положением обеих коленей и обеих стоп: 0.10 за колени и 0.10 за стопы в шассе + 0.10 за колени и 0.10 за стопы в прыжке = 0.40.

Шассе с неправильным положением обеих коленей и обеих стоп + прыжок в шпагат с неправильным положением обеих коленей и обеих стоп + прыжок в шпагат с неправильным положением обеих коленей и обеих стоп: 0.10 за колени и 0.10 за стопы в шассе + 0.10 за колени и 0.10 за стопы на 1-м прыжке + 0.10 за колени и 0.10 за стопы при 2-м прыжке = 0.60.

Вращательные элементы:

Серия вертикальных вращений, например, 3 шене, каждое с согнутыми коленями: 0.10 за колени 1 раз = 0.10.

Серия преакробатических элементов, например, 3 переворота, каждый с согнутыми коленями: 0.10 за колени за каждый преакробатический элемент = 0.30.

R с переворотом + 3 шене + 2-й переворот, каждое с согнутыми коленями: 0.10 за 1-ый переворот, 0.10 за шене, 0.10 для 2-ой переворот = 0.30.

Различные виды перемещения:

шагов ходьбы, выполненных с неправильным положением стоп = 1 модальность = 0.10

«маршевых» шага, выполненных с неправильным положением стоп = 1 модальность = 0.10 б. 1 раз;

Групповые упражнения, программа Мастеров спорта (Сеньорки):

2 упражнения

Приложение №5

ПРОГРАММА ПО ПРЕДМЕТАМ

2025	5 	3 ● 2 ○
------	---	---------

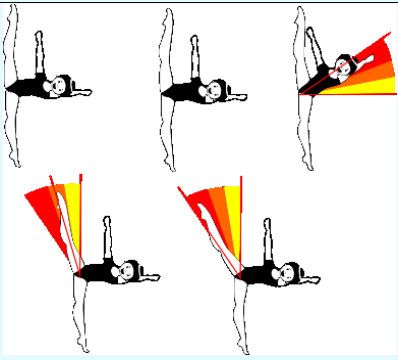
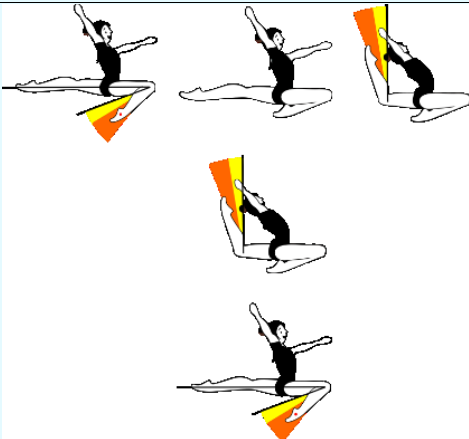
комбинация танцевальных шагов из 3-х разных модальностей, выполненная с неправильным положением стоп = сбавка за каждую модальность = 0.30.

Симметричное положение плеч и туловища при выполнении Трудностей тела является важным аспектом техники тела, особенно для здоровья гимнастки. Асимметричные положения будут наказываться как «неправильно удерживаемый сегмент».

Отклонения при выполнении Трудностей тела:

Каждая сбавка будет применена отдельно за каждую ошибку. Если в Трудности тела есть несколько неправильных форм, выполненных любой из гимнасток, сбавка начисляется за каждое отклонение от правильной формы (примеры Таблица № 94).

Таблица № 94

Разъяснения / примеры		
Выступление	Описание	Сбавки в Исполнении
	<p>Среднее + Большое отклонение шпагата</p> <p>Большое отклонение туловища (1 гимнастка)</p>	0.50 + 0.50
	<p>Среднее отклонение подбива</p> <p>Среднее отклонение кольца (2 гимнастки)</p>	0.30 + 0.30

Отклонения и неправильные части тела в Равновесии Фуэте:

Равновесие Фуэте – это 1 DV: за отклонение наказывается только самая слабая форма DV. Однако каждая форма может получить несколько сбавок за отклонение, например, шпагат + туловище.

Каждая часть тела наказывается только 1 раз во время ДВ (колени опорной ноги максимум 1 раз, колени поднятой ноги максимум 1 раз).

Прыжок с техникой «качели»: Прыжки состоят из 3 фаз - отталкивание, фаза полета и приземление. Гимнастка должна полностью раскрыть потенциал прыжка (требуемой формы) во время наивысшей фазы полета, а не выполнять 2 разные формы. Если это требование не выполняется, сбавка применяется за технику «качели».

Если во время Трудности равновесия происходят следующие ошибки: форма не удерживается минимум 1 секунду и происходит потеря оси с дополнительным шагом: сбавка составит $0.30 + 0.30$ (независимо от количества гимнасток, допустивших ошибки).

В Трудностях с вращением могут возникать скольжение, подпрыгивание и потеря равновесия в сочетании:

«Скольжение» означает небольшое, плавное смещение во время вращения, возникающее в результате смещения центра тяжести гимнастки в сторону от опорной ноги/передней части стопы.

«Подпрыгивание» – это потеря равновесия при движении, сопровождающаяся внезапным и значительным смещением во время вращения. Оно не обязательно означает, что гимнастка теряет физический контакт с полом. Подпрыгивание происходит из-за того, что центр тяжести гимнастки больше не находится над опорной стопой/ногой, что требует немедленной коррекции для восстановления контроля.

За одну и ту же Трудность вращения гимнастка наказывается только 1 раз за скольжение или за потерю равновесия, даже если в разные моменты Трудности были допущены различные технические ошибки: скольжение в начале, потеря равновесия с подпрыгиванием в середине и потеря оси с дополнительным шагом в конце = всего 0.30.

2.2 РАЗЪЯСНЕНИЯ СБАВОК В ИСПОЛНЕНИИ ЗА ТЕХНИКУ КАЖДОГО ТИПА ПРЕДМЕТА

Если на Ленте образуется маленький узел и после нескольких движений он становится средним/большим, применяется только 1 сбавка за узел (самая высокая сбавка за средний/большой узел) + сбавка за каждый рисунок ленты +0.10 (каждую спираль, каждую змейку).

Лента, оставшаяся на полу, наказывается, если ткань неподвижно лежит на полу. Если ткань движется по полу, сбавка не применяется.

Сбавка за то, что Лента осталась на полу, не применяется, если гимнастка остановила упражнение из-за другой ошибки (узел, запутывание, потеря предмета).

2.3 РАЗЪЯСНЕНИЯ СБАВОК В ИСПОЛНЕНИИ ЗА ТЕХНИКУ ВСЕХ ПРЕДМЕТОВ

Сбавка за «простое переступание с ноги на ногу под полетом предмета» применяется, когда траектория полета кажется подходящей, но гимнастка – намеренно или непреднамеренно – выполняет небольшие, простые шаги на месте без явного смещения в определенном направлении, чтобы спасти предмет, причем без очевидной связи с конкретным ритмом и характером музыки.

Сбавка за неточную траекторию применяется, если техническая ошибка, вызванная неточным броском, очевидна. Например, если гимнастке приходится бежать или менять намеченное направление, чтобы спасти предмет от потери.

В таблице сбавок в линии за простое движение на месте/неточную траекторию применяется только самая высокая применимая сбавка.

Пример:

Сразу после броска гимнастка выполняет 4 простых шага на месте. После этого гимнастка понимает, что траектория неточна, и делает 3 шага по направлению к предмету, который ловится в полете. Общая сбавка: 0.30 балла за неточную траекторию с 3 шагами для спасения предмета.

Сбавка за неточную траекторию применяется только в том случае, если предмет пойман в полете: если неточная траектория заканчивается потерей, то наказывается только потеря в соответствии с общим количеством пройденных шагов: шаги во время полета предмета + шаги после падения предмета на пол.

За неточную траекторию 2 или более гимнасток: Судья дает сбавку 1 раз за наибольшее количество пройденных шагов и только 1 раз за каждую Трудность (будь то одновременная ошибка или последовательные ошибки в пределах одного и того же DB, R, DE, DC).

При всех типах ловли Ленты предмет, как правило, должен быть пойман за конец палочки. Допускается намеренная ловля ленты за материал в зоне примерно 50 см от крепления, при условии, что это оправдано для следующего движения или финального положения. Если Лента непреднамеренно поймана за материал (по ошибке) или за палочку, но не за ее конец, применяется сбавка за «неправильную ловлю».

Все предметы должны быть пойманы без произвольной помощи другой руки, за исключением случаев, когда другая рука может быть использована намеренно:

скакалка: при ловле открытой скакалки;

обруч: когда обруч вращается вокруг горизонтальной оси;

мяч: при ловле вне поля зрения;

булавы: при ловле соединенных булав;

лента: при намеренной ловле за материал.

Сбавка за неправильную ловлю применяется, когда запланированная ловля прерывается дополнительным движением гимнастки, чтобы спасти предмет от падения и/или продолжить выполнение следующего движения.

Если во время ловли предмет касается пола одновременно с тем, как гимнастка касается предмета, и гимнастка немедленно получает контроль над предметом, это не является потерей предмета. В зависимости от типа ловли, за неправильную ловлю может быть применена сбавка в Исполнении.

Примеры:

Обруч ловится рукой в тот момент, когда нижняя часть Обруча касается пола: сбавка за неправильную ловлю.

Плоский Обруч прижимается к полу ногами одновременно с тем, как нижняя его часть касается пола: правильная ловля, нет сбавки.

Палочка Ленты зажимается между коленями в тот момент, когда ее конец касается пола: правильная ловля, нет сбавки.

Потеря нескольких предметов: сбавка за потерю применяется за каждый предмет (исключение: пара Булав), а не в зависимости от количества гимнасток, потерявших предмет, или от количества гимнасток, которые подняли его. За потерю конструкции предметов, подобранную как 1 единица, начисляется сбавка как за 1 предмет. За потерю конструкции из предметов, которая развалилась на части, применяется сбавка за каждый компонент.

Примеры:

Гимнастки теряют по 1 предмету каждая. 1 гимнастка подбирает оба предмета: 1-й предмет после 3 шагов, а 2-й предмет еще через 1 шаг. 2 отдельных сбавки: 1.00 + 0.70.

Гимнастка теряет 2 предмета (не пару Булав). Другая гимнастка подбирает оба: 1-й предмет после 3 шагов и 2-й предмет еще через 1 шаг: 1.00+ 0.70.

Гимнастка теряет конструкцию из 3 Обручей. Другая гимнастка подбирает конструкцию целиком после 3 шагов. 1 сбавка: 1.00.

2.4 ПОЯСНЕНИЯ К КОМБИНАЦИЯМ СБАВОК

2.4.1 При нарушении непрерывности последовательности (см. Артистизм, п. 13), например, из-за того, что гимнастка стоит неподвижно, чтобы распутать узел, сбавка за «статичную гимнастку» не применяется.

2.4.2 Если гимнастка (гимнастки) совершает (совершают) несколько ошибок Исполнения во время одной и той же Трудности тела, каждая ячейка в таблице сбавок применяется 1 раз. Пример: Поворот Фуэте с изменением рисунка (спирали) + изменение рисунка (змейки) + произвольное запутывание вокруг тела. Сбавка = 0.10 за изменение рисунка + 0.30, за запутывание = 0.40.

2.4.3 Когда гимнастка потеряла предмет и отправляется за ним, а затем возвращается на площадку (перед возобновлением выступления), к этой гимнастке (а не к партнершам, которые продолжают выступление) применяются следующие правила.

2.4.4 В течение этого периода не применяются дополнительные сбавки за сегменты тела и работу предмета. В течение этого периода применяются сбавки только за потерю равновесия (с опорой или без нее, или за падение) и за дополнительные потери предмета.

2.4.5 Когда разные гимнастки группы неправильно выполняют разные виды ловли в рамках одной и той же Трудности, судьи должны обратить внимание на типы ошибок и применить наивысшие сбавки из каждой ячейки таблицы сбавок.

Пример:

1 гимнастка ловит обруч, касаясь его предплечьем;

1 гимнастка ловит обруч, касаясь его рукой;

1 гимнастка ловит обруч с произвольной помощью другой руки;

1 гимнастка ловит мяч, произвольно касаясь его телом.

Судьи применяют самую высокую сбавку за ловлю с контактом с предплечьем/рукой (0.30) + самую высокую сбавку за неправильную ловлю с произвольной помощью/контактом (0.30) = всего 0.60.

3. РАБОТА ГРУППЫ

3.1 Сбавки в Исполнении за работу группы (Таблица №95).

Таблица №95

Сбавки	Малая 0.10	Средняя 0.30	Большая 0.50 или более
Синхронность	Отсутствие синхронности между индивидуальными движениями и движениями группы, или СС		

	выполняется с разными интервалами.		
Построения	Неточность линий в построении		
Столкновения	Столкновения гимнасток/предметов + все последствия		

4. ДВИЖЕНИЯ ТЕЛА

4.1 Сбавки в Исполнении за движения тела (Таблица №96).

Таблица №96

4.1. Таблица сбавок в Исполнении за ДВИЖЕНИЯ ТЕЛА			
Сбавки	Малые 0.10	Средние 0.30	Большие 0.50 и более
Общие Положения	Незаконченное движение или отсутствие амплитуды в форме Преакробатики		
	Корректировка положения тела (примеры: при подготовке, смещения руки на полу без потери равновесия)		
		Статичная гимнастка (4 и более сек.)	
Базовая техника – ДВ и все другие движения, соединения, вращения и т.д.	Неправильное положение части тела во время движения (Сбавка каждый раз за		

	<p>каждый неправильный сегмент) включая, некорректное положение стопы/релеве и/или колена, согнутые локти, поднятые или асимметричные плечи, неправильное положение части тела во время элемента.</p>		
	<p>Потеря равновесия, дополнительное движение без перемещения (подпрыгивание, дрожание опорной ноги, произвольное корректировочное движение, дрожание)</p>	<p>Потеря равновесия, дополнительное движение с перемещением (дополнительный шаг, подпрыгивание с перемещением, потеря оси с дополнительным шагом)</p>	<p>Потеря равновесия с опорой на одну или две руки или на предмет</p> <p>Полная потеря равновесия с падением - 0.70 (каждая гимнастка)</p>
Прыжки	<p>Неправильная форма с малым отклонением</p>	<p>Неправильная форма со средним отклонением</p>	<p>Неправильная форма с большим отклонением</p>
	<p>Прыжок с движением «качели»</p>		
	<p>Тяжелое приземление</p>	<p>Неправильное приземление: видимый прогиб спины во время</p>	

		финальной фазы приземления	
Равновесия	Неправильная форма с малым отклонением	Неправильная форма со средним отклонением	Неправильная форма с большим отклонением
		Форма не удержана мин. 1 сек.	
Вращения (каждая сбавка применяется 1 раз за каждое вращение DB)	Неправильная форма с малым отклонением	Неправильная форма со средним отклонением	Неправильная форма с большим отклонением
	Опора на пятку во время Поворота Pivot		
	Скольжение		
Пре-акробатические элементы и элементы групп вертикального вращения	Тяжелое приземление	Запрещенная техника пре-акробатических элементов	
		Ходьба в стойке на руках (2 или более смены опоры)	

5. ТЕХНИКА С КАЖДЫМ ТИПОМ ПРЕДМЕТОВ

5.1 Сбавки в Исполнении за технику каждого типа предметов (Таблица №97).

Таблица №97

Сбавки	0.10	0.30	0.50 и более
Скакалка			
Базовая техника	Неправильная работа предмета: амплитуда, форма, рабочая плоскость	Скакалка не удерживается за оба конца (каждый раз)	
	Потеря одного конца Скакалки с короткой паузой в упражнении		
	Непроизвольное касание частью		

	скалки пола при ловле с броска		
		Стопы запутываются в Скалке во время прыжков или подскоков	
		Непреднамеренное закручивание вокруг тела или части тела без прерывания упражнения	Непреднамеренно е закручивание вокруг тела или части тела с прерыванием упражнения
	Узел без прерывания упражнения		Узел с прерыванием упражнения
Обруч			
Базовая техника	Неправильная работа предмета – смена рабочей плоскости, дрожание, нерегулярное вращение в вертикальной оси	Непроизвольный контакт с телом (например, зажим обруча телом во время/после переката, вращения вокруг оси обруча)	
		Ловля после броска: контакт с рукой/ предплечьем	
	Непроизвольно неполный перекат по телу		
	Неправильный перекат с подпрыгиванием		
	Скольжение по руке во время вращения		
		Зацепиться стопами	

		за Обруч во время прохода в него	
Мяч			
Базовая техника	Неправильная работа с предметом: Мяч прижат к предплечью («захват») или зажат пальцами	Непроизвольный контакт с телом (например, зажим мяча телом во время/после переката, после отбива)	
	Непроизвольно неполный перекат по телу		
	Неправильный перекат с подпрыгиванием		
		Ловля 2 руками (исключение: ловля 2 руками вне зрительного контроля)	
Булавы			
Базовая техника	Неправильная работа с предметом: неточные движения, руки слишком разведены во время выполнения мельницы, прерывание движения во время малых кругов	маленькая головка булавы не удерживается в кисти во время малых кругов (в одной или в двух руках), мельницы, ассиметричных движений	
	Нарушение синхронности вращения 2 Булав в полете во время броска и ловли		

	Недостаточная чистота в плоскостях работы во время асимметричных движений		
Лента			
Базовая техника	Изменение рисунка ленты: недостаточно плотные змейки или спирали, разной высоты, амплитуды		
	Неправильная работа с предметом: неточная передача, неправильная связь между рисунками, щелканье лентой	Ненамеренное удержание палочки за середину во время рисунка (спирали, змейки), исключая обратный хват палочки	
	Непроизвольный контакт с телом	Непроизвольное закручивание вокруг тела или его части или вокруг палочки без прерывания	Непроизвольное закручивание вокруг тела или его части или вокруг палочки с прерыванием
	Маленький узел с минимальным влиянием на работу предмета		Средний/большой узел, оказывающий влияние на работу предмета
	Нарушение рисунка ленты из-за узла (за каждый рисунок в упражнении)		
	Конец Ленты непреднамеренно остается на полу во	Часть Ленты непреднамеренно остается на полу во	

	время рисунков, бросков и Эшаппе и т.п. (до 1 м)	время рисунков, бросков и Эшаппе и т.п. (более 1 м)	
--	--	---	--

6. ТЕХНИКА ВСЕХ ПРЕДМЕТОВ

6.1 Сбавки в Исполнении за технику всех предметов (Таблица №98).

Таблица №98

Сбавки	малая 0.10	средняя 0.30	большая 0.50 или более
Техника		Статика предмета (см. Трудность)	
Траектории и ловля <i>За неточность траектории у 2 или более гимнасток: сбавка 1 раз по наибольшему числу сделанных шагов</i>	Неточность траектории и ловля в полете с 1–2 шагом или коррекцией положения , чтобы спасти предмет, шаги на месте во время полета	Неточность траектории и ловля в полете с 3–4 шагами , чтобы спасти предмет	Неточность траектории и ловля в полете с 5 или более шагами , чтобы спасти предмет
	Неправильная ловля: Пример: ловля с произвольной помощью другой рукой, чтобы спасти предмет, произвольная ловля за материал ленты (см. также мяч – исключение для 2 рук)	Неправильная ловля с произвольным касанием тела	
Потеря предмета <i>Потеря последовательно 2 булав: сбавка 1 раз</i>			Потеря и возврат предмета без перемещения (для каждой гимнастки)
			Потеря и возврат предмета с 1–2

<p><i>по наибольшему числу сделанных шагов, чтобы вернуть дальнюю булавку</i></p>			шагами: 0.70 (для каждой гимнастки)
			Потеря и возврат предмета с 3 и более шагами: 1.00 (для каждой гимнастки)
			Потеря и выход предмета за пределы площадки (независимо от расстояния): 1.00 (для каждой гимнастки)
			Потеря предмета без выхода за пределы площадки и использование запасного предмета: 1.00 (для каждой гимнастки)
			Потеря предмета, без контакта с предметом в конце упражнения: 1.00 (для каждой гимнастки)

ГЛАВА IX. ГРУППОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ ТЕХНИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ЮНИОРОК КМС И I СПОРТИВНОГО РАЗРЯДА.

1. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

Все нормы общих положений для Групп Сеньорок действительны для Групп Юниорок (КМС) и I спортивного разряда.

1.1 Программа для гимнасток Групп.

Программа для гимнасток Групп Юниорок обычно состоит из 2 упражнений:

Программа предметов: 2 упражнения с 5 одинаковыми предметами (Приложение №5).

1.1.1 Программа и количество упражнений для II-III спортивных разрядов и I-III юношеских разрядов определяется Положением на соревнования, с учетом ЕВСК.

1.2 Продолжительность каждого упражнения составляет от 2'15" до 2'30."

1.3 Нормы и характеристики каждого предмета для Юниорок указаны в общих положениях.

1.3.1 Юниорки допускаются к соревнованиям с Лентой размером для Сеньорок.

1.4 По требованию ГСК каждый предмет может быть проверен до входа гимнасток в зал соревнований или в конце упражнения и/или может быть проведена произвольная жеребьевка для контроля предметов. Группам не разрешается выступать с не утвержденными предметами. Если Группа выступает с неразрешенным предметом, упражнение не оценивается (0.00 балла).

1.5 Требования к Трудности упражнений Групп Юниорок (КМС) и I спортивного разряда: гимнастки должны включать в упражнения только те элементы, которые они могут выполнять безопасно и с высокой степенью эстетического и технического мастерства.

1.6 Существует два компонента Трудности для Групп:

1.6.1 Трудность тела (DB) состоит из:

Трудность без Обмена (DB);

Трудность с Обменом (DE);

Динамические Элементы с Вращением (R).

1.6.2 Трудность предмета (DA) состоит из:

Трудность с Сотрудничеством (DC).

1.6.3 Компоненты Трудности, характерные только для Групповых упражнений:

Обмен (DE) предметами между гимнастками;

Сотрудничество (DC) между гимнастками и предметами.

1.7 Требования к Трудности (Таблица № 99).

Таблица № 99

Компоненты Трудности	
Трудность Тела (DB) Максимум 6 DB/DE	
Трудность без Обмена DB 3	Трудность С Обменом DE 3
Динамические Элементы с Вращением (R) максимум 1	
Особые Требования Трудности Групп Тела:	
Прыжки  минимум 1 Равновесия  минимум 1 Вращения  минимум 1	
Трудность с Сотрудничеством (DC) Минимум 6 Максимум 10 (в порядке выполнения)	
Особые Требования Сотрудничества:	
СС: Минимум 2 СР: Минимум 2 Броски/ловли нескольких предметов: Минимум 2	

1.8 Судьи Трудности идентифицируют Трудности и записывают их в порядке их выполнения, независимо от того, засчитываются Трудности или нет.

1.9 Порядок выполнения Трудностей не ограничен; однако расположение Трудностей должно соответствовать хореографическому принципу, согласно которому Трудности должны быть расположены логически, с соединительными элементами и движениями в гармонии с характером музыки.

1.10 Сбавки за отсутствие минимально необходимого количества Трудностей и несоблюдение специальных требований применяются в том случае, если элемент Трудности вообще не предполагался.

2. ТРУДНОСТЬ ТЕЛА (DB)

2.1 Требование: максимум 6 DB/DE в порядке их выполнения засчитываются в упражнении. Если выполнено больше Трудностей, чем требуется, то дополнительные Трудности не засчитываются (нет сбавки).

2.2 Все общие нормы для элементов DV Групп Сеньорок действительны также для Групповых упражнений Юниорок (КМС) и I спортивного разряда, за исключением следующего.

2.2.1 Засчитываются минимум 3 максимум 3 DV в порядке исполнения, дополнительные DV сверх лимита не будут засчитаны (нет сбавки).

2.2.2 В Групповых упражнениях Юниорок (КМС) и I спортивного разряда не могут использоваться комбинированные элементы тела.

3. ТРУДНОСТЬ ОБМЕНА (DE)

3.1 Общие нормы DE для Групп Сеньорок действуют также для Групп Юниорок (КМС) и I-III спортивных разрядов, за исключением следующего:

3.3.1 Засчитываются минимум 3, максимум 3 DE в порядке исполнения, дополнительные DE сверх лимита не будут засчитаны (нет сбавки).

3.3.2 Дальние броски определяются дистанцией минимум 6 метров между гимнастками. Расстояние 6 метров должно быть между гимнастками, которые обмениваются друг с другом в момент броска и/или в момент ловли.

3.3.3 Для упражнений с 5 Скакалками: максимум 2 DE в порядке выполнения могут быть выполнены со связанными вместе 2 концами.

3.3.4 Дополнительные DE со связанными вместе 2 концами не засчитываются для DE.

4. ДИНАМИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ВРАЩЕНИЕМ (R)

4.1 ДЕФИНИЦИЯ: сочетание высокого броска, 2 или более Динамических элементов с вращением и ловли предмета.

4.2 ТРЕБОВАНИЯ:

4.2.1 Оценивается максимум 1 R в каждом упражнении.

4.2.2 Все общие нормы R для Групп Сеньорок также действительны для Групп Юниорок (КМС) и I спортивного разряда.

5. ТРУДНОСТЬ ПРЕДМЕТА (DA)

5.1 ТРЕБОВАНИЯ: минимум 6, максимум 10 Трудностей с Сотрудничеством (DC), оцениваются.

5.2 Если Группа выполнит более 10 DC, только первые 10 DC в порядке выполнения будут оценены, дополнительные DC сверх лимита не будут засчитаны (нет сбавки).

5.3 Все общие нормы DC для групп женщин также действительны для групп Юниорок (КМС) и I спортивного разряда.

Исключение:

5.3.1 Дальние броски определяются дистанцией минимум 6 метров между гимнастками.

5.4 Для упражнения с 5 Скакалками: максимум 3 DC в порядке выполнения могут быть сделаны с 2 связанными концами. Дополнительные DC со связанными вместе концами считаются как попытка DC и не засчитываются.

6. ОЦЕНКА ТРУДНОСТИ (D)

6.1 Судьи D оценивают Трудности, применяют частичные баллы и вычитают возможные Сбавки:

6.2 Первая подгруппа судей D (DB) (Таблица №100).

Таблица №100

Трудность	Минимум/ Максимум	Сбавка 0.30
Трудности без Обмена (DB): В порядке выполнения	Минимум 3 Максимум 3	\wedge нет попытки выполнения / не выполнены одновременно / не выполнены вне DE или R \top нет попытки выполнения / не выполнены одновременно / не выполнены вне DE или R \diamond нет попытки выполнения / не выполнены одновременно / не выполнены вне DE или R
Трудности с Обменом (DE): в порядке выполнения	Минимум 3 Максимум 3	Выполнено менее 3 DE
Динамические элементы с вращением R	Максимум 1	Нет сбавки

6.3 Вторая подгруппа судей D (DA) (Таблица №101).

Таблица №101

Трудность DC	Минимум /Максимум	Сбавка 0.30
Сотрудничества СС Сотрудничества СR Сотрудничества c^{\nearrow} / c^{\searrow}	Минимум 2 Минимум 2 Минимум 2 Максимум 10	Сбавка за каждое отсутствующее СС Сбавка за каждое отсутствующее СR Сбавка за каждое отсутствующее c^{\nearrow} / c^{\searrow}

7. АРТИСТИЗМ И ИСПОЛНЕНИЕ

Все нормы Артистизма и все нормы Исполнения для Групповых упражнений Сеньорок также действительны для Групповых упражнений Юниорок (КМС) и I-III спортивных разрядов.

Именная заявка

Наименование соревнования _____

Сроки и место проведения _____

Федеральный округ, субъект РФ _____

Спортсменки:

№ п/п	ФИО спортсменки	Полная дата рождения	Спортивное звание, разряд (какое имеет)	Субъект РФ Город	ФИО личного тренера	ФИО первого тренера	Медицинский допуск врача (подпись, печать)
1.							
2.							
3.							
...							

Ответственный врач за медицинский допуск: _____ подпись и печать

Контактный телефон (мобильный): _____

Руководитель: ФИО _____ Подпись _____

Судьи:

№ п/п	ФИО	Полная дата рождения	Должность	Субъект РФ Город	Судейская категория	Мобильный телефон	E-MAIL (электронная почта)
1.							
2.							
3.							
....							

**Заявление, подтверждающее согласие родителей
или законных представителей на участие в соревнованиях спортсменов,
не достигших совершеннолетнего возраста**

Согласие родителей на участие ребенка в соревнованиях

Я _____

(Ф.И.О. родителя / законного представителя полностью)

родитель / законный

представитель

(нужное подчеркнуть) (ФИО участника полностью) (далее - «участник»),
_____ года рождения, зарегистрированный по адресу:

_____,
добровольно соглашаюсь на участие моего ребенка (опекаемого)

В _____

(указать спортивное мероприятие, в котором намерен участвовать участник, далее - соревнование)

и при этом четко отдаю себе отчет в следующем:

1. Я принимаю всю ответственность за любую травму, полученную моим ребенком (опекаемым) по ходу соревнования, и не имею права требовать какой-либо компенсации за нанесение ущерба с организаторов соревнования.
2. В случае если во время соревнования с моим ребенком произойдет несчастный случай, прошу сообщить об этом _____

(указывается кому (ФИО) и номер телефона)

3. Я обязуюсь, что мой ребенок будет следовать всем требованиям организаторов соревнования, связанным с вопросами безопасности.
4. Я самостоятельно несу ответственность за личное имущество, оставленное на месте проведения соревнования, и в случае его утери не имею право требовать компенсации.

5. В случае необходимости я готов воспользоваться медицинской помощью, предоставленной моему ребенку (опекаемому) организаторами соревнования.

6. С Положением о проведении соревнования ознакомлен.

7. Я согласен с тем, что выступление моего ребенка (опекаемого) и интервью с ним и / или со мной может быть записано и показано в средствах массовой информации, а также записано и показано в целях рекламы без ограничений по времени и формату и без компенсации в отношении этих материалов.

_____ / _____ /
(подпись) (ФИО родителя / законного представителя)

« ____ » _____ 20__ г.

* Согласие оформляется родителем или законным представителем участника, который не достиг 18-летнего возраста

Международная Ассоциация клубов художественной гимнастики «Небесная Грация»
Индивидуальная программа
Трудность Тела DB

ФИ гимнастки: _____ Регион: _____ дата соревнований : _____



Стоимость								
Технический элемент предмета								
Трудность тела DB/ R								

Стоимость								
Технический элемент предмета								
Трудность тела DB/ R								
DB (не менее 3 DB в упражнении)								
DB (Мин. 1 DB из каждой группы тела: Прыжки, Равновесия, Вращения)								
Общая стоимость								

№ Судьи _____ ФИО _____

Подпись Судьи _____

МУЗЫКАЛЬНАЯ ФОРМА

Организатор	Мероприятие				
Субъект (Федеральный округ)					
Контактное лицо (ФИО)		Тел:		E-mail:	

№	ФИО / Команда	Вид/ предмет	Композитор	Название	Исполнитель	Производитель Фонограммы / Лейбл
1						
2						
3						
4						
5						

Р с переворотом + 3 шене + 2-й переворот, каждое с согнутыми коленями: 0.10 за 1-ый переворот, 0.10 за шене, 0.10 для 2-ой переворот = 0.30.

357






Различные виды перемещения: Приложение №5
шагов ходьбы, выполненных с неправильным положением стоп = 1
модальность = 0.10 б. 1 раз;

ПРОГРАММА ПО ПРЕДМЕТАМ

«маршевых» шага, выполненных с неправильным положением стоп = 1
модальность = 0.10 б. 1 раз;





Групповые упражнения, программа Мастеров спорта (Сеньорки):

2 упражнения

2025	5 	3 ● 2 ○
2026–2028	5 ●	3 ○ 2 пары 
2029	5 	3 ● 2 пары 
2030–2032	5 ●	3 ○ 2 

Групповые упражнения, программа Кандидатов в мастера спорта (Юниорки) и I спортивного разряда:

2 упражнения

2025	5 пар 	5 ○
2026–2027	5 ●	5 
2028–2029	5 	5 ○
2030–2031	5 ●	5 пар 

ОТЧЕТ ГЛАВНОЙ СУДЕЙСКОЙ КОЛЛЕГИИ

О проведении межрегиональных/всероссийских/международных соревнований

Название:

1. Сроки проведения - _____
2. Место проведения (страна, субъект РФ, город) – _____
3. Наименование спортивного сооружения – _____
4. Всего участников соревнований - _____,
из субъектов Российской Федерации - _____,
из других стран _____

Страны- участницы:

- 1)
- 2)
- 3)

Спортсменов _____ чел.

Представителей, тренеров ____ чел.

5. Количество судей (всего) __ чел., в том числе иногородних/иностраннх
__ чел.
6. Уровень подготовки судей по судейским категориям: МК- __, ВК- __,
других категорий- _____.
7. Состав участвующих команд (регионов), в том числе количество
спортсменов, тренеров и другого обслуживающего персонала:

№№ п/п	Команда (субъект РФ)	Спортсмены			Тренеры и др. обсл. персонал, чел.	Всего
		Сеньорки	Юниорки	Всего		
1						
2						
3						
4						

5						
6						
7						
8						
9						
10						
11						
12						

8. Уровень подготовки спортсменов:

	Возрастные группы в соответствии с ЕВСК		Всего
	Сеньорки	Юниорки	
ЗМС/МСМК			
МС			
КМС			
1 р.			
II р.			

9. Результаты соревнований:

Занятые места	Возрастная группа Сеньорки		Возрастная группа Юниорки	
	Спортсмен	Регион	Спортсмен	Регион
1 (Групповое)				
2 (Групповое)				
3 (Групповое)				

1 (личные)				
2 (личные)				
6 (личные)				

10. Общая оценка состояния спортивной базы, наличие и состояние спортивного оборудования и инвентаря, возможности для разминки и тренировок: _____

11. Общая оценка состояния и оснащения служебных помещений - раздевалок для спортсменов, помещений для судей и других служб: _____

12. Информационное обеспечение соревнований - табло, радиоинформация, своевременность и доступность стартовых протоколов и результатов соревнований, обеспечение судейской коллегии средствами вычислительной техники и множительной аппаратурой: _____

13. Обеспечение работы средств массовой информации - места на трибунах, помещение для пресс-центра и т.д., в том числе освещение соревнования в местных СМИ (копии публикаций в СМИ прилагаются): _____

Спортивное мероприятие освещалось:

14. Количество зрителей _____ чел.

15. Общая оценка качества проведения соревнований - точность соблюдения расписания, объективность судейства (с указанием нарушений Правил): _____

16. Медицинское обеспечение соревнований, в том числе сведения о травмах _____ и _____ других _____ несчастных случаях: _____

17. Общая оценка качества размещения, питания, транспортного обслуживания, организации встреч и проводов спортивных делегаций, шефская работа: _____

18. Общая оценка соблюдения мер по обеспечению безопасности при проведении соревнования: _____

19. Выводы и предложения (замечания) по подготовке и проведению соревнования: _____

Главный судья _____ / _____ /

Главный секретарь _____ / _____ /

«__» _____ 20__ г.

Приложения:

1. Полный состав судейской коллегии с указанием выполняемых на соревновании функций (судейская категория, субъект РФ, город).
2. Итоги командного первенства.
3. Протоколы (результаты) соревнований, подписанные главным судьей и главным секретарем.