



МИНИСТЕРСТВО СПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ
(МИНСПОРТ РОССИИ)

ПРИКАЗ

«17» июня 2016 г.

№ 677

О внесении дополнений в правила вида спорта
«художественная гимнастика»

На основании подпункта 4.2.21 Положения о Министерстве спорта Российской Федерации, утвержденного постановлением Правительства Российской Федерации от 19.06.2012 № 607 (Собрание законодательства Российской Федерации, 2012, № 26, ст. 3525; 2013, № 30, ст. 4112, № 45, ст. 5822; 2015, № 2, ст. 491, № 18, ст. 2711) п р и к а з ы в а ю:

1. Правила вида спорта «художественная гимнастика», утвержденные приказом Министерства спорта Российской Федерации от 2 августа 2013 года № 611, после пункта 23 дополнить пунктами 24-63 и приложениями к правилам вида спорта «художественная гимнастика» № 1 - № 4 согласно приложению к настоящему приказу.

2. Контроль за исполнением настоящего приказа возложить на заместителя Министра спорта Российской Федерации П.А. Колобкова.

Министр



В.Л. Мутко



МИНСПОРТ РОССИИ
Вн. № 677
От 17.06.2016 л.

в редакции
приказа Минспорта России
от 17 июня 2016 года № 677

24. ХУДОЖЕСТВЕННАЯ ГИМНАСТИКА – МУЖЧИНЫ. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

24.1. ПРОГРАММА ДЛЯ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ

24.1.1. Программа для индивидуальных упражнений состоит из 4 упражнений (гимнастическая палка, гимнастические кольца, скакалка, булавы).

24.1.2. Соревнования № 1 - Личные финальные соревнования по гимнастическому многоборью. В соревнованиях принимают участие все гимнасты прошедшие регистрацию.

Гимнастические предметы: 4 упражнения с использованием четырех различных предметов. Распределение участников по местам определяется общей суммой баллов, набранных в результате исполнения всех четырех упражнений. Порядок использования гимнастических снарядов следующий:

- Гимнастическая палка;
- Гимнастические кольца;
- Скакалка;
- Булавы.

24.1.3. Соревнования № 2 - Финалы в отдельных видах программы.

8 гимнастов, набравших большее количество баллов по каждому предмету, отбираются в финал. Также могут принять участие в финале еще до трех гимнастов из одного вида гимнастических упражнений.

24.1.4. Продолжительность каждого упражнения от 1 минуты 15 секунд до 1 минуты 30 секунд.

24.2. ПРОГРАММА ДЛЯ ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ

24.2.1. Программа для групповых упражнений состоит из вольного упражнения без предметов с элементами акробатики. Состав команды 5 - 6 человек.

24.2.2. Соревнования № 1 - Отборочные соревнования. Принимают участие все зарегистрированные команды. Упражнения произвольные.

24.2.3. Соревнования № 2 - Финал. Отбираются 8 лучших команд для финальных соревнований. Гимнастический снаряд: произвольные упражнения.

24.2.4. Каждая группа упражнений должна быть представлена пятью или шестью гимнастами.

24.2.5. Каждая Федерация может зарегистрировать минимум 5 гимнастов и максимум 8 гимнастов.

24.2.6. В зависимости от ранжирования гимнастов, запасные гимнасты должны быть утверждены на собрании наблюдателей. В случае какого-либо несчастного случая, подтверждаемого врачом, гимнаста можно заменить перед соревнованиями.

24.2.7. Продолжительность каждого упражнения от 2 минуты 30 секунд до 3

минут 00 секунд.

24.3. ХРОНОМЕТРАЖ

24.3.1. Хронометр включают с началом движения гимнастов или первого гимнаста группы (разрешается короткое музыкальное вступление не более 4 секунд без движений) и выключают, как только гимнасты или последний гимнаст группы полностью прекращает движение.

Сбавка судьи-координатора: 0.05 балла за каждую лишнюю или недостающую секунду.

24.4. МУЗЫКА

24.4.1. Все упражнения должны полностью выполняться с музыкальным сопровождением. Допускаются короткие произвольные паузы, продиктованные композицией. Завершение упражнения должно в совершенстве совпадать с завершением музыкальной композиции.

24.4.2. Гимнасту/группе разрешается повторить упражнение только в случае «форс-мажорной» ошибки со стороны организатора соревнований и подтвержденной Высшим жюри (например: отключение электричества, неисправность звуковой аппаратуры, воспроизведение не соответствующей упражнению музыки).

24.4.3. В случае «неправильной» музыки гимнаст/группа должна немедленно прекратить выполнять упражнение. Она сразу начнет выполнять упражнение под свою собственную музыку. Протест после выполненного упражнения не принимается.

24.4.4. Музыка может исполняться на одном или нескольких инструментах, а также голосом, используемым как музыкальный инструмент. Разрешены все инструменты, при условии, что они выражают музыку со всеми характерными особенностями, необходимыми для сопровождения упражнения по художественной гимнастике, ясно и структурно четко.

24.4.5. Для каждого упражнения должен использоваться отдельный CD-диск. Каждая музыка должна быть записана на высококачественный CD-диск. Перед музыкой разрешается записать звуковой сигнал.

24.4.6. На каждом CD-диске должна быть записана следующая информация:

- Фамилия гимнаста;
- Страна (3 заглавные буквы, используемые ФИЖ для обозначения страны, которую представляет гимнаст);
- Символ предмета.

Сбавка судьи-координатора: 0.30 балла за музыку, не соответствующую требованиям.

25. СУДЕЙСКИЕ БРИГАДЫ

25.1. СОСТАВ СУДЕЙСКИХ БРИГАД (Официальные чемпионаты и другие соревнования)

25.1.1. Жюри.

25.1.2. В состав судейских бригад для индивидуальных входят: главный

судья, четыре судьи, два судьи на линии и два судьи-хронометриста.

25.1.3. Состав судейских бригад для групповых упражнений состоит из 2 групп судей: Композиционное жюри - "**Композиция (А)**" и Исполнительное жюри - "**Исполнение (В)**". Кроме того, в состав жюри могут входить один-два заместителя судей, два судьи на линии и два судьи-хронометриста.

- **Композиция (А)**

4 (А) судьи оценивают Композицию упражнения.

Итоговая оценка за Композицию (А) из 4 судей: средняя из 2 центральных оценок.

- **Исполнение (В)**

4 (В) судьи оценивают Исполнение упражнения.

Итоговая оценка (В) путем вычитания 4 судей: средняя из 2 центральных оценок.

25.1.4. Судья №1 бригады (А) является судьей-координатором:

- Судья–Координатор (А1) применяет сбавки, согласно таблицы сбавок судьи-координатора (Приложение № 1);
- Высшее Жюри должно утвердить сбавки судьи-координатора.

25.1.5. Судьи хронометристы/судьи на линии:

- 2 судьи хронометриста. Роль судей-хронометристов заключается в том, чтобы следить за тем, чтобы начало исполнения упражнения отсчитывалось с момента начала движения гимнаста, а конец исполнения совпадал с полным прекращением движений гимнаста. Продолжительность исполнения упражнения:

1. Для групповых соревнований: от 2 минут 30 секунд до 3 минут;
2. Для индивидуальных соревнований: от 1 минуты 15 секунд до 1 минуты 30 секунд;
3. За 5 секунд до истечения установленного времени судьей подается сигнал.

- 2 судьи на линии. Роль судей на линии заключается в том, чтобы следить за границами гимнастического ковра - ни спортсмены, ни гимнастические предметы не должны попадать за границы.

25.2. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ И ПОДСЧЕТ ОЦЕНОК

25.2.1. Жюри производит оценку по 10-бальной системе (с градацией 0,05 очка). При оценке исполнения 0.05 очка снимается за незначительные несоответствия и нарушения точности.

25.2.2. Самая высокая и самая низкая оценки исключаются, выводится средняя оценка от двух оставшихся оценок. Если главный судья определяет какие-либо сбавки, то они вычитаются из средней оценки.

25.2.3. Допускаемые расхождения между двумя центральными оценками:

| | |
|------------------|------------|
| от 9.50 до 10.00 | 0.30 балла |
| от 9.00 до 9.49 | 0.40 балла |
| от 8.00 до 8.99 | 0.60 балла |

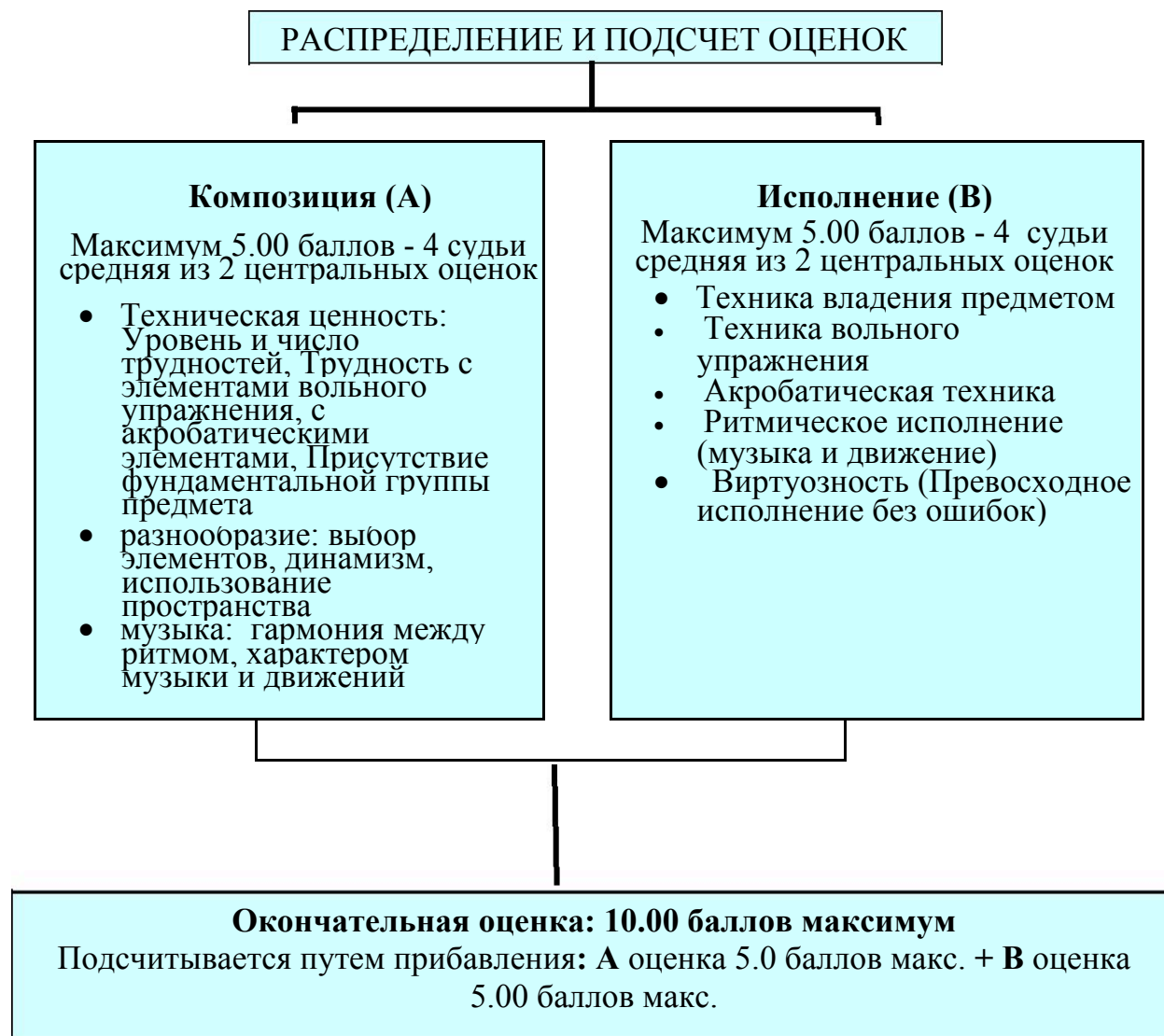
| | |
|------------|------------|
| менее 8.00 | 0.80 балла |
|------------|------------|

25.2.4. Расхождение между двумя крайними оценками не должно превышать 1 балла. Финальная оценка округляется до тысячных долей.

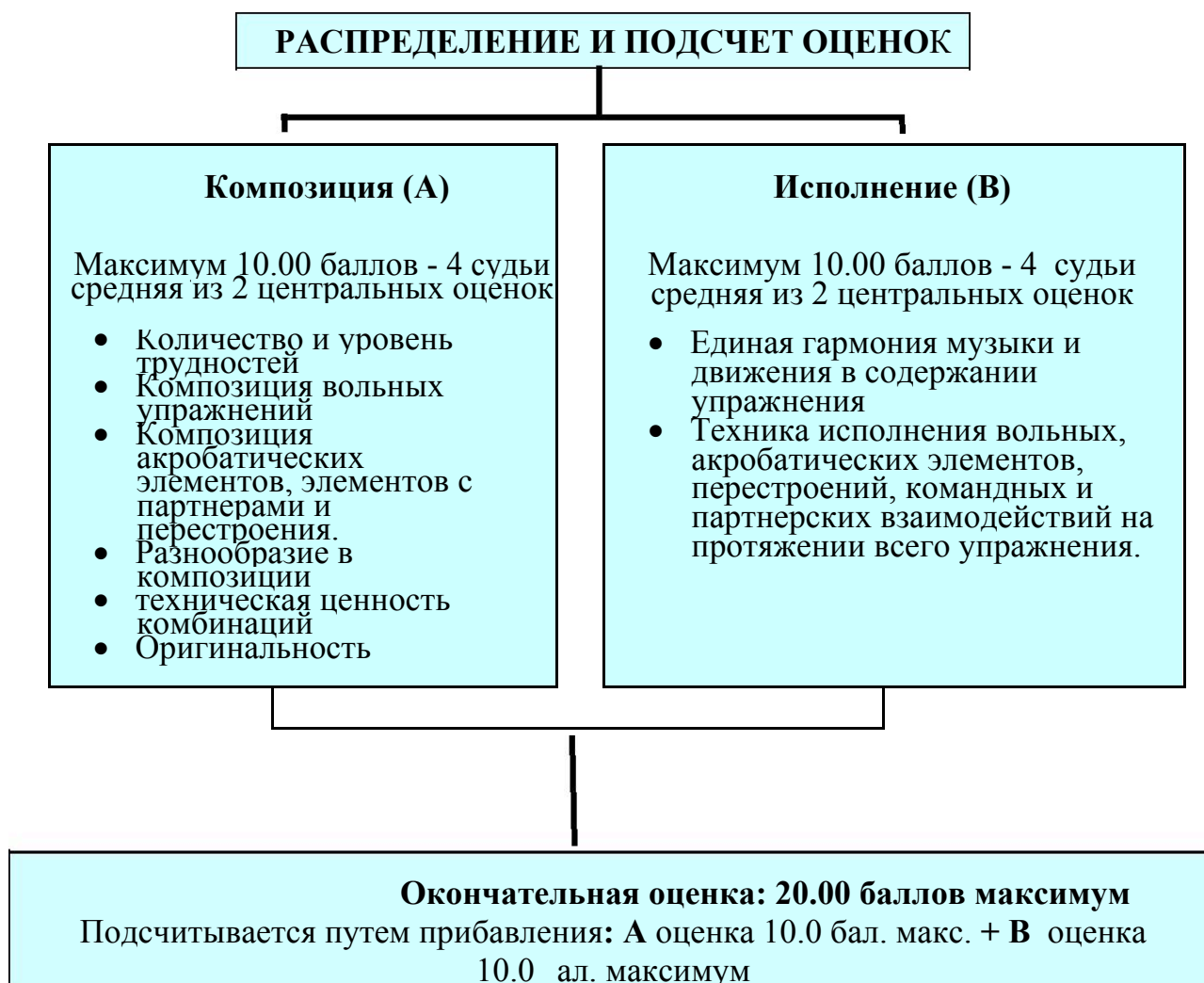
25.2.5. Если 4 судьи и председательствующий судья не пришли к соглашению, то выводится окончательная оценка по формуле:

$$\text{Среднее значение 4-х судей} + \text{оценка председательствующего судьи} / 2 = \text{итоговая оценка}$$

26. ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ



27. ГРУППОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ



28. **ПРОТЕСТЫ** (См. Технический регламент, Раздел 1, п. 8.4.)

29. ИНСТРУКТАЖ СУДЕЙ

Перед каждым официальными соревнованиями или турнирами Оргкомитет должен провести судейское совещание.

30. ПЛОЩАДКА

30.1. ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ И ГРУППОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

30.1.1. Выход за границы установленной регламентом площадки с опорой вне площадки предмета, одной или обеих стоп, какой-либо части тела, выход предмета за площадку и самопроизвольное его возвращение наказываются сбавкой.

Сбавка судьи-координатора: 0.10 балла каждый раз для гимнастов в индивидуальном упражнении и для каждого допустившего ошибку гимнаста группы или каждый раз для предмета.

Нет сбавки в случае выхода предмета за площадку (в результате его потери на последнем движении) после окончания упражнения и музыки.

30.1.2. Судья на линии должен поднять флаг, в случае выхода предмета или какой-либо части тела гимнаста за площадку и должен поднять 2 флага, если за площадку выходят предмет и часть тела гимнаста, должен записать сбавку в специальную карточку и передать карточку судье-координатору/главному судье.

30.1.3. Сбавка не применяется, если предмет выходит за пределы площадки, не касаясь пола.

30.1.4. Каждое упражнение должно полностью выполняться на одной и той же площадке.

Сбавка судьи-координатора: 0.50 балла, если гимнаст или каждый гимнаст группы меняет площадку, или заканчивает упражнение вне пределов той же площадки, или уходит с площадки во время упражнения.

30.1.5. Судья на линии должен поднять флаг, если гимнаст или каждый гимнаст группы меняет площадку, или заканчивает упражнение вне пределов той же площадки, или уходит с площадки во время упражнения, должен записать сбавку в специальную карточку и передать карточку судье-координатору.

30.1.6. Внутренняя часть площадки соревнований должна иметь площадь 13 метров на 13 метров с отчетливыми границами. На полу площадки официальных соревнований должен находиться ковер для мужской художественной гимнастики (официальный ковер спортивной гимнастики). Минимальная высота потолка должна составлять 8 метров. В случае организации двух площадок, они должны находиться друг от друга на расстоянии более 4 метров.

31. ПРЕДМЕТЫ

31.1. НОРМЫ – КОНТРОЛЬ

31.1.1. Характеристики всех предметов приводятся в нормах, приведенных в таблице (см. ниже).

31.1.2. Все предметы должны пройти контроль до входа гимнаста/группы в зал соревнований. Другой контроль может быть произведен после окончания упражнения по требованию жюри.

31.1.3. За любое использование предмета, не соответствующего нормам сбавка судьи-координатора: 0.30 балла.

32. НОРМЫ/СТАНДАРТЫ ДЛЯ ПРЕДМЕТОВ

| Стандарты | Гимнастическая палка | Гимнастические кольца | Скакалка | Булавы |
|-----------|---|---|-----------------------------------|---|
| Материал | Дерево или синтетический материал (пластик) | Дерево или синтетический материал (пластик) | Пенька или синтетический текстиль | Дерево или синтетический материал (пластик) |
| Вес | Минимум 200 г. | Минимум 200 г. одно кольцо | Без ограничений | Минимум 200 г. одна булава |
| Форма | Длина: 90-110 см. Диаметр: 2,5-3,5 | Внутренний диаметр: 40-45 см. | Длина и толщина без | Длина : 40-50 см. |

| | | | | |
|------------------|---|---------------------|---|---|
| | см. Колпачок/наконечник: максимальный диаметр 4 см. Длина 5 см. или меньше | Обхват: 2,5-3,5 см. | ограничений. Концы: разрешаются 2 узла. Скольжение: разрешается покрыть оба конца в пределах 10 см. | Рукоять (верхняя часть): диаметр в пределах 4 см. Шейка (обхват): 1,5-3,5 см. Тело (обхват): 6 -9 см. Тело (длина): 12 - 18 см. |
| Цвет | Без ограничений | Без ограничений | Без ограничений | Без ограничений |
| Обклейка/обмотка | Разрешается полностью покрывать предмет пластиковой лентой (изолентой и т.п.). Что касается скакалки - разрешается покрывать 10 см. с обоих концов. | | | |

33. РАЗМЕЩЕНИЕ ПРЕДМЕТОВ РЯДОМ С ПЛОЩАДКОЙ-ЗАПАСНЫЕ ПРЕДМЕТЫ

33.1. Разрешается размещение вокруг площадки запасных предметов:

- оргкомитет должен разместить комплект одинаковых предметов (полный комплект предметов, необходимых индивидуальным гимнастам в соревнованиях) вдоль 2 или 3 из 4 сторон ковра (не используя линию входа на ковер);
- гимнаст может использовать только тот запасной предмет, который был размещен рядом с площадкой до начала упражнения.

Сбавка судьи-координатора: 0.30 балла за каждый дополнительный предмет. Если перед тем, как начинать упражнение, гимнаст решает, что его предмет не пригоден для начала упражнения, он может взять запасной предмет.

Сбавка судьи-координатора: 0.20 балла за принятие стартовой позиции с задержкой или длительными приготовлениями предметов, что задерживает соревнования.

33.2. Разрешается использование запасного предмета, если при падении предмет выходит за пределы площадки или становится непригодным (большой узел, поломка).

Сбавка судьи исполнения (**В**): 0.50 балла за потерю предмета с выходом его за пределы площадки, независимо от расстояния между гимнастом и запасным предметом, или предмет стал непригодным.

Сбавка судьи-координатора: 0.10 балла за выход предмета за пределы площадки.

33.3. Судья на линии должен поднять флаг в случае выхода предмета за пределы площадки и должен записать сбавку в специальную карточку и передать карточку судье-координатору.

33.4. Если при падении предмет выходит за пределы площадки и его

возвращает гимнасту официальный представитель или кто-то из публики, то производится сбавка.

Сбавка судьи-координатора: 0.30 балла за неразрешенный возврат предмета.

33.5. Не разрешается использование запасного предмета, если предмет при падении не выходит за пределы площадки.

Сбавка судьи исполнения (**В**): 0.30 балла за потерю предмета.

Сбавка судьи-координатора: 0.30 балла за использование запасного предмета.

34. ПРЕДМЕТ ЛОМАЕТСЯ ИЛИ ЦЕПЛЯЕТСЯ ЗА КОНСТРУКЦИЮ ПОТОЛКА

34.1. Если во время упражнения предмет ломается или цепляется за конструкцию потолка, гимнасту не разрешается начинать упражнение заново.

34.2. Гимнаст наказываются не за сломанный или зацепившийся за потолок предмет, а только за последующие технические ошибки.

В этом случае гимнаст может:

- прекратить выполнение упражнения;
- продолжить упражнение, взяв запасной предмет.

34.3. Не разрешается продолжать упражнение со сломанным предметом.

Сбавки:

- если гимнаст или группа прекращают выполнение упражнения, то упражнение не оценивается;
- если гимнаст продолжает выполнять упражнение с запасным предметом, то сбавки такие же, как и за потерю предмета и использование запасного предмета (см. § 33.2. и 33.4.);
- если гимнаст продолжает выполнять упражнение со сломанным предметом, упражнение не оценивается.

34.4. Если предмет ломается в конце упражнения (на последнем движении) и гимнаст заканчивают свое упражнение со сломанным предметом или без предмета, то дается сбавка, как и в случае «Потеря предмета в конце упражнения».

Сбавка судьи исполнения (**В**): 0.30 балла.

35. СПОРТИВНАЯ ФОРМА ГИМНАСТОВ

35.1. Гимнасты должны выступать в гимнастических трико или шортах. Материал, из которого изготовлена форма, не должен быть прозрачным. Можно использовать любое цветовое решение. Гимнастическая майка и трико могут быть сшиты слитно.

35.2. Форма гимнастов для групповых соревнованиях должна быть идентичной (материал, стиль, дизайн и цвет) у всех гимнастов группы.

35.3. На индивидуальных соревнованиях форма гимнастов, состоящих в одной Федерации или в одном клубе не должна быть обязательно одинаковой, на форму может быть нанесен логотип федерации или Клуба.

35.4. Участники соревнований могут выступать в специальной гимнастической обуви - тапочках, носках или босиком. Цвета не регламентируются.

Сбавки судьи-координатора:

- не соответствующие регламенту спортивная форма и внешний вид для индивидуальных гимнастов и группы 0.20 балла;
- не соответствующие официальным нормам эмблема или реклама 0.20 балла.

36. ДИСЦИПЛИНА ГИМНАСТОВ И ТРЕНЕРОВ

36.1. Во время выполнения упражнения тренеры и представители на гимнастическом полу находиться не должны.

36.2. Во время выполнения упражнения представитель или тренер не должен обращаться к гимнасту, давать совет и отстукивать ритм руками.

36.3. Гимнаст может выходить на гимнастический ковер только после того, как его объявят.

36.4. Гимнасты или группа гимнастов должны выходить на гимнастическую площадку спокойно.

Сбавки судьи-координатора:

- слишком ранний или поздний выход гимнаста или группы 0.20 балла;
- разминка гимнастов в зале соревнований: 0.20 балла;
- переговоры во время выполнения упражнения между гимнастами; группы: 0.20 балла.

Общая сумма сбавок вычитается из итоговой оценки.

37. ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Произвольное упражнение должно быть оригинальным, гармоничным музыке, в нём должно использоваться пространство, площадка, должна меняться скорость исполнения и техника, владение предметом должно быть виртуозным при быстром движении, а также исполнение должно быть плавным, соблюдая логические переходы в движениях тела и предмета.

38. СУДЕЙСТВО ИНДИВИДУАЛЬНОГО СОРЕВНОВАНИЯ

38.1. ОЦЕНКА КОМПОЗИЦИИ А (техническая ценность, разнообразие, музыка) максимум 5.00 баллов

38.1.1. Техническая ценность композиции:

- Уровень и число трудностей;
- Трудность с элементами вольного упражнения;
- Трудность с акробатическими элементами;
- Присутствие фундаментальной группы предмета;
- Присутствие характерного элемента вольного упражнения для каждого предмета;
- Присутствие элементов, отвечающих характерным требованиям к технике для каждого предмета;
- Распространение трудностей в упражнении;
- Логическое соединение элементов.

38.1.2. Разнообразие в:

- Выборе элементов (элементов вольного упражнения, элементов с предметом и акробатических элементов);
- Динамизм;
- Использовании пространства, различных уровней высоты, направлений, траекторий движений тела/предмета;
- Использовании всей площади площадки.

38.1.3. Музыка – движение:

- Соотношение (гармония) между музыкой и движениями - единство композиции;
- Характеристика и структура движений и музыки;
- Изменение силы движений и музыки, акцентов, темпа, ритма движений;
- Оригинальность.

38.2. ОЦЕНКА ЗА ИСПОЛНЕНИЕ В максимум 5.00 баллов:

- Техника владения предметом;
- Техника вольного упражнения;
- Акробатическая техника;
- Ритмическое исполнение (музыка и движение);
- Virtuoznost - гревосходное исполнение без ошибок.

38.3. ИТОГОВАЯ ОЦЕНКА

Оценка за композицию максимум 5.00 баллов + оценка за исполнение максимум 5.00 баллов = общий максимум 10.00 баллов.

39. КОЛИЧЕСТВО И УРОВЕНЬ ТРУДНОСТЕЙ

39.1. Существует четыре следующих уровня трудностей: трудности **A, B, C, D**.

39.2. В случае отсутствия трудностей назначаются сбавки:

| Трудности | Количество | Сбавка при отсутствии (судьи Композиции А) |
|------------------|-------------------|---|
| Трудности А | Без ограничений | |
| Трудности В | 3 | 0.10 |
| Трудности С | 1 | 0.30 |
| Трудности D | Без ограничений | |

39.3. Трудности **C** выполненные в количестве больше необходимого, автоматически будут рассматриваться как трудности **B**.

40. ОБЩИЕ СТАНДАРТЫ СУДЕЙСТВА УРОВНЯ ТРУДНОСТЕЙ ВЛАДЕНИЯ ПРЕДМЕТОМ

40.1. Общие стандарты судейства трудностей в случае потери предмета во время его подбрасывания в сочетании с вольными или акробатическими упражнениями следующие:

- если гимнаст роняет предмет без контакта, трудность не засчитывается;
- если гимнаст роняет предмет с контактом, трудность засчитывается. В случае с кольцами и булавами трудность засчитывается, если гимнаст контактирует с одним из двух предметов.

40.2. Фундаментальный элемент упражнений с предметом в сочетании с трудностью (**В**) становится (**В**), а в сочетании с трудностью (**С**) становится (**С**).

40.3. Трудности уровня (**А**).

Следующие элементы считаются трудностями уровня **А**, если они встречаются в сочетании с вольными упражнениями или акробатическими элементами:

- Выполнение акробатического элемента (**А**) с предметом в руках;
- Одно действие с предметом во время выполнения акробатического элемента уровня трудности **А**. Перекат не включается в ряд действий;
- Ловля предмета, находящегося в воздухе, без элементов;
- В дополнение к вышесказанному, комбинация ценностей **А**.

40.4. Трудности уровня (**В**).

Следующие элементы будут считаться трудностями уровнями **В**, если они сочетаются с вольными упражнениями или акробатическими элементами:

- Выполнение акробатического элемента уровня **В** с предметом в руках;
- Два действия с предметом во время выполнения акробатического элемента уровня **А**. Перекат не считается действием;
- Выполнение акробатического элемента уровня **А** пока предмет находится в воздухе;
- Выполнение одного вольного упражнения или акробатического элемента пока предмет находится в воздухе;
- В дополнение к вышесказанному, комбинация ценностей уровня **В**.

40.5. Трудности уровня (**С**).

Следующие элементы будут считаться трудностями уровня **С**, если они сочетаются с вольными упражнениями или акробатическими элементами:

- Выполнение акробатического элемента уровня **С** предметом в руках;
- Два действия с предметом во время выполнения акробатического элемента уровня **В**. Перекат не считается действием;
- Выполнение акробатического элемента уровня **В** пока предмет находится в воздухе;
- Выполнение комбинации 2 вольных упражнений или акробатических элементов пока предмет находится в воздухе;
- В дополнение к вышесказанному, комбинация ценностей уровня **С**.

40.6. Ценности уровня **Д**.

Следующие элементы будут считаться трудностями уровня **Д**, если они сочетаются с вольными упражнениями или акробатическими элементами:

- Выполнение акробатического элемента уровня **Д** с предметом в руках;

- Два или более действия с предметом во время выполнения акробатического элемента уровня **С**. Перекат не считается действием;
- Выполнение акробатического элемента уровня **Д** пока предмет находится в воздухе;
- Выполнение комбинации трёх или более вольных упражнений или акробатических элементов пока предмет находится в воздухе;
- В дополнение к вышесказанному, комбинация ценностей уровня **Д**.

41. КОМПОЗИЦИЯ АКРОБАТИЧЕСКИХ ЭЛЕМЕНТОВ

41.1. В программу индивидуальных упражнений должны включаться акробатические прыжки вперёд, назад и в сторону.

41.2. Кувырки вперёд, назад, в сторону и мостик считаются вольными упражнениями, а не акробатическими элементами.

Сбавка: каждая нехватка фундаментального акробатического элемента - 0.30 балла.

42. ТЕХНИКА РАБОТЫ С ПРЕДМЕТОМ

42.1. Предмет в выступлении всегда должен находиться в движении.

Сбавка в соответствии с вышесказанным - 0.10 балла.

42.2. Равномерное распределение работы между левой и правой руками во время работы с предметом. С предметом необходимо работать в равной степени обеими руками, а не только одной, композиция должна быть гармоничной.

Сбавка в соответствии с вышесказанным - 0.20 балла.

42.3. Количество бросков:

- палка - 2 или больше;
- обручи - 2 или больше;
- скакалка - 2 или больше;
- булавы - 2 или больше.

Сбавка за отсутствие бросков: 0.30 балла. Отсутствие одного броска: 0.20 балла

42.4. Высота броска.

Высота броска должна достигать по крайней мере 2 метра от точки, из которой гимнаст подбрасывает предмет.

Примечание, неполный бросок, низкий бросок - не считается броском, он засчитывается как «потеря предмета». Сбавка - 0.10.

42.5. Зафиксированный и статичный предмет.

Предмет не должен быть зафиксирован на полу в течении более чем 2 секунды

Сбавка, за фиксацию предмета более 3 секунд - 0.10 балла.

42.6. Действие с предметом во время выполнения акробатических элементов. Действие с предметом 2 раза или более:

- Палка - вращение палки 2 или 3 раза хватом за центр или конец;
- Кольца - вращение одного или более обручей 2 или более раз ;

- Скакалка - вращение скакалки 2 или более раз одной рукой или двумя, складывая скакалку вдвое, втрое вчетверо или не складывая ;
- Булавы - вращение булавы 2 или более раз хватом за маленькую головку или шейку;
- Вращение булавы два или более раза в мельницах.

42.7. Другие действия с предметом:

- Булавы - извлечение звуков, придерживая булавы за тело и ударяя деревянные шейки два раза или более (постукивания);
- Другие - удар предметом о пол и его вращение во время выполнения акробатического элемента.

42.8. Комбинация движений или элементов.

Комбинация движений или элементов должна характеризовать работу с предметом. Предмет не должен рассматриваться как украшение. Когда создается впечатление, что предмет используется как украшение - Сбавка: 0.10 балла

43. ПРЕДМЕТ

43.1. Потеря предмета.

Потеря предмета из за ошибки сбавка 0.10 балла за каждую.

43.2. Контакт с предметом.

43.2.1. В начале упражнения у гимнаста должен быть контакт с предметом до начала выполнения упражнения. Сбавка 0.20 балла.

43.2.2. В течении упражнения.

В случае если гимнаст контактирует с предметом из-за ошибки:

- Когда предмет легко касается тела сбавка 0.10 балла;
- Когда орбита предмета изменяется в следствии контакта сбавка 0.20 балла.

43.2.3. В конце упражнения.

- У гимнаста должен быть контакт с предметом в конце упражнения;
- Когда у гимнаста нет контакта с предметом, однако предмет находится в пределах площадки сбавка 0.20 балла;

- Когда гимнаст завершает упражнение без предмета, который находится за пределами площадки сбавка 0.30 балла;

- Когда гимнаст выходит за пределы площадки, чтобы поднять предмет, и в таком случае упражнение заканчивается без завершения сбавка 0.50 балла.

43.2.4. Поломка или замена предмета.

(см. Общие Положения настоящих правил, п. 4.3.).

44. РАЗНООБРАЗИЕ КОМПОЗИЦИИ

44.1. Разнообразие элементов.

Композиция всегда должна производить впечатление разнообразной, что является результатом соединения элементов работы с предметом и элементов движения тела.

44.1.1. Небольшое отсутствие разнообразия фундаментальных элементов работы с предметом сбавка 0.20 балла.

44.1.2. Небольшое отсутствие разнообразия фундаментальных элементов

движений тела сбавка 0.20 балла.

44.1.3. Небольшое отсутствие разнообразия комбинаций сбавка 0.20 балла.

Небольшое отсутствие разнообразия акробатических элементов сбавка 0.20 балла.

44.1.4. Отсутствие всех вышеуказанных видов разнообразия в упражнении сбавка 0.30 балла.

44.2. Разнообразии динамизма.

Разнообразие динамизма означает, что он должен выражаться одновременно или быть представлен его различными разновидностями. Гимнасту необходимо показать владение техникой контролируемых движений достаточной амплитуды, виртуозного обращения с предметом, скорость и различные виды акробатических движений. Отсутствие разнообразия динамизма сбавка 0.20 балла.

44.3. Разнообразии в использовании пространства:

- Использование различных направлений (вперёд, назад, в сторону и по диагонали);

- Использование различных орбит;

- Использование различных уровней пространства, (низкого, среднего и высокого положений);

- Различные виды перемещений по площадке: шаг, бег, прыжки, повороты, вращение, ритмический шаг, акробатические элементы, последовательные или непоследовательные шаги.

Отсутствие вышеуказанных видов разнообразия от (1) до (4). Сбавка 0.10 балла.

45. ОРИГИНАЛЬНОСТЬ

«Оригинальная композиция» означает поиск новшеств и создание техники. Таким образом, оригинальность является важной составляющей в оценке композиции.

45.1. Оригинальная композиция должна обладать следующими признаками:

- Новаторскими элементами (трудности движений тела, трудности работы с предметом, акробатические трудности или элементы их комбинаций);
- Непривычные взаимодействия гимнаста и предмета;
- Новые способы выполнения существующих элементов или комбинаций.

45.2. Поиск новшеств и создание выступления, отражающего индивидуальность, должен осуществляться, принимая во внимание Примечание художественный характер и суть художественной гимнастики.

46. ВИРТУОЗНОСТЬ

Виртуозность означает, что техника работы с предметом, так же как техника движений тела должны контролироваться полностью и одновременно.

47. ТЕХНИКА РАБОТЫ С ГИМНАСТИЧЕСКИМИ ПРЕДМЕТАМИ

47.1. Элементы.

47.1.1. Фундаментальные элементы:

- Мельницы;
- Перекат;
- Бросок;
- Акробатические прыжки с палкой.

47.1.2. Другие элементы:

- Покачивание;
- Круги;
- Скольжение.

47.1.3. Вышеуказанные элементы выполняются, принимая во Примечание следующие условия:

- С эшаппе или без эшаппе;
- Различные направления;
- С переходом или без перехода;
- Опора на одну или обе ноги, используя одну или две руки.

48. ГИМНАСТИЧЕСКАЯ ПАЛКА

48.1.1. Во время работы с палкой гимнасту не разрешается останавливать предмет даже при изменении движения. Палка должна находиться в движении по инерции.

48.1.2. Когда гимнаст выполняет мельницы или покачивания, предмет должен казаться продолжением руки. Работа с палкой должна сопровождаться соответствующими движениями тела.

48.2. Хват палки.

При совершении значительных движений (например, покачиваний, мельниц) обычно гимнаст легко держит пальцами конец или центр палки. У гимнаста должна быть возможность немедленно взять палку кистью.

49. ТРЕБОВАНИЯ К КОМПОЗИЦИИ С ГИМНАСТИЧЕСКОЙ ПАЛКОЙ

49.1. Мельницы.

Мельницы должны быть выполнены более двух раз.

49.2. Перекаты.

Перекаты должны выполняться более одного раза и достигать в длину по крайней мере 1 метр.

49.3. Броски.

Минимальное требование - броски выполняются более двух раз.

Высота броска должна быть более 2 метров от той точки, из которой гимнаст

бросает предмет.

49.4. Акробатические прыжки.

Должны выполняться акробатические прыжки вперёд, назад или в сторону.

Палка должна быть подвижной во время выполнения акробатического прыжка.

49.5. Другие элементы:

- Мельницы в разных направлениях в сочетании с вольными упражнениями;
- Различные виды бросков (горизонтальный, вертикальный, горизонтальные или вертикальные мельницы, броски одной или двумя кистями);
- Различные виды мельниц (маленькая, средняя, большая) с использованием запястья, предплечья или руки;
- Ритмичное вращение палки;
- Различные виды хвата палки;
- Разнообразные перекаты.

Примечание. Когда гимнаст подбрасывает палку, его тело должно находиться в движении. Существенный момент заключается в том, чтобы движения палки гармонично сочетались с движениями тела. Требования к композиции для гимнастов в индивидуальных упражнениях представлены в Приложении № 2 и № 3.

50. ТЕХНИКА РАБОТЫ С КОЛЬЦАМИ

50.1. Элементы.

50.1.1. Фундаментальные элементы:

- Вращение (руками и телом);
- Перекаты;
- Броски;
- Акробатические прыжки с кольцами.

50.1.2. Другие элементы:

- Покачивания;
- Круги;
- Различные движения справа налево и наоборот.

50.1.3. Вышеуказанные элементы выполняются, принимая во Примечание следующие условия:

- Работа с двумя кольцами осуществляется одновременно или последовательно (почти одновременно);
- Работа с предметом последовательно (один за другим);
- В различных направлениях и с различными поверхностями колец;
- С переходом или без;
- Упор на одну или обе ноги, использование одной или обеих кистей.

50.2. Работа с кольцами.

50.2.1. При работе с кольцами гимнасту нельзя останавливать предмет, даже

если меняются поверхности обручей. Обручи должны находиться в движении по инерции.

50.2.2. Когда гимнаст выполняет вращения или покачивания, предмет должен казаться продолжением руки. Работа с кольцами всегда должна сопровождаться соответствующими движениями тела.

50.3. Хват колец.

Для выполнения особенных фундаментальных групп элементов для колец гимнаст должен держать кольца легко, чтобы работать с ними с легкостью. Также возможно кратковременно держать их крепко.

51. ТРЕБОВАНИЯ К КОМПОЗИЦИИ С ГИМНАСТИЧЕСКИМИ КОЛЬЦАМИ

51.1. Вращение (рукой, телом).

Вращение должно выполняться более двух раз.

51.2. Перекаты.

Перекаты должны выполняться минимум один раз и достигать в длину минимум 1 метр.

51.3. Броски.

Минимальное требование - бросок должен быть выполнен более двух раз.

51.4. Высота.

Высота броска должна достигать двух метров от той точки, из которой осуществляется бросок предмета.

51.5. Акробатические прыжки

Должны быть выполнены акробатические прыжки вперед, назад, в сторону.

Обручи должны быть подвижными во время выполнения акробатических прыжков.

51.6. Другие элементы:

- Различные разновидности вращения;
- Различные разновидности бросков;
- Различные разновидности покачиваний и кругов;
- Различные движения справа налево и наоборот;
- Различные способы хвата;
- Различные перекаты.

Примечание. Когда гимнаст подбрасывает только один обруч, другой обруч должен находиться в движении. Очень существенно, чтобы движение обоих обручей гармонично сочеталось с движением тела. Требования к композиции для гимнастов в индивидуальных упражнениях представлены в Приложении № 2 и № 3.

52. ТЕХНИКА РАБОТЫ СО СКАКАЛКОЙ

52.1. Элементы

52.1.1. Фундаментальные элементы:

- Различные виды последовательных прыжков;
- Броски;
- Акробатические прыжки со скакалкой.

52.1.2. Другие элементы:

- Покачивания;
- Круги.

52.1.3. Вышеперечисленные элементы следует выполнять, соблюдая следующие условия:

- Со скакалкой сложенной или раскрытой;
- Одной или обеими руками;
- С эшаппе или без эшаппе;
- В различных направлениях и с различными поверхностями скакалки;
- С переходом или без него;
- Упор на одну или обе ноги, круговое вращение скакалки в различных направлениях.

52.2. Работа со скакалкой.

Скакалка всегда должна обладать определённой формой. Её движение должно быть постоянным. Это значит, что она постоянно должна находиться в движении и обладать инерцией в достаточной степени. Динамизм движения должен соответствовать ритму (Быстрый ритм - ограниченное движение, медленный ритм - медленное движение).

52.3. Хват скакалки.

Для выполнения специальных фундаментальных элементов для скакалки гимнасту следует легко держать скакалку, чтобы с лёгкостью работать с ней. Разрешается также оборачивать скакалку вокруг тела или растягивать между руками.

53. ТРЕБОВАНИЯ К КОМПОЗИЦИИ СО СКАКАЛКОЙ

53.1. Различные виды последовательных прыжков.

53.2. Необходимо включить каждый из следующих последовательных прыжков. (Исключая акробатические элементы):

- Два или более последовательных прыжка вперёд на месте. (Например, два или более двойных или тройных прыжка вперёд);
- Два или более последовательных прыжка назад на месте. (Например, два или более двойных прыжка назад или тройных);
- Два или более последовательных прыжка с переходом. (Например, два или более последовательных прыжка с переходом).

Примечание. Комбинация 1 и 2 будет считаться как 2. Например, два или более тройных прыжка вперёд, вскоре после этого два или более тройных прыжка назад.

53.3. Броски.

53.3.1. Минимальное требование - броски должны выполняться более двух

раз.

53.3.2. Высота броска должна достигать 2 метра от точки броска.

53.4. Акробатические прыжки.

Должны выполняться акробатические прыжки вперёд, назад или в сторону. Во время выполнения акробатических прыжков скалка должна находиться в движении.

53.5. Другие элементы:

- Различные виды серий прыжков, такие как прыжки вперёд и назад;
- Различные виды движений, выполняемых в различных направлениях (Покачивания, круги, змейки, эшаппе);
- Различные виды бросков;
- Изменение скорости;
- Различные виды работы со скакалкой (Открытая скакалка, сложенная скакалка, одной рукой, обеими руками, хватом за конец, хватом за центр).

Примечание. Хотя характерным признаком работы с данным предметом является работа со сложенной скакалкой, выступление должно обладать разнообразием. Также важно выступать с открытой скакалкой. Обе руки должны использоваться в равной степени при выполнении элементов с хватом одной рукой. Требования к композиции для гимнастов в индивидуальных упражнениях представлены в Приложении № 2 и № 3.

54. ТЕХНИКА РАБОТЫ С БУЛАВАМИ

54.1. Элементы.

54.1.1. Фундаментальные элементы:

- Мельницы;
- Перекаты;
- Броски;
- Акробатические прыжки с булавами.

54.1.2. Другие элементы:

- Покачивания;
- Круги;
- Различные движения справа налево и наоборот;
- Маленькие круги.

54.1.3. Вышеперечисленные элементы должны выполняться с учётом следующих условий:

- Работа с двумя булавами одновременно или последовательно;
- В различных направлениях;
- С переходами или без них;
- Упор на одну или обе ноги.

54.2. Работа с булавами.

54.2.1. При работе с булавами гимнасту не разрешается останавливать движение предмета даже при изменении движения. Булавы должны находиться в движении по инерции.

54.2.2. При выполнении маленьких кругов, мельниц или покачиваний гимнаст приводит предмет в движение запястьем. При выполнении других движений предмет должен казаться продолжением руки. Гимнасту не разрешается выполнять элемент хватом булавы за шейку долгое время

54.3. Хват булавы.

Во время выполнения значительных движений (покачиваний, мельниц), обычно гимнаст должен легко держать головку булавы пальцами. Во время выполнения мельниц, маленьких кругов и покачиваний гимнаст должен держать головку булавы легко, так чтобы она свободно могла перемещаться внутри кистей. Разрешается кратковременный крепкий хват за головку булавы или за её толстую часть.

55. ТРЕБОВАНИЯ К КОМПОЗИЦИИ С БУЛАВАМИ

55.1. Мельницы.

Мельницы должны выполняться более двух раз

55.2. Перекаты.

Перекаты выполняются более одного раза и достигают в длину минимум 50 сантиметров.

55.3. Броски.

Минимальное требование - броски должны выполняться более двух раз.

Высота броска - высота броска должна быть более 2 м от точки броска.

55.4. Акробатические прыжки.

Должны быть исполнены акробатические прыжки вперёд, назад или в сторону. Булавы должны находиться в движении во время выполнения акробатических прыжков.

55.5. Другие элементы:

- Выполнение мельниц в сочетании с вольными упражнениями, в различных направлениях и с различными поверхностями булавы;
- Различные виды бросков (бросок одной булавы, бросок двух булавы одновременно, последовательный бросок двух булавы);
- Различные виды вращений (маленькое, среднее, большое) с использованием запястья, предплечья или руки;
- Различные движения справа налево и наоборот;
- Различные способы работы с булавами;
- Различные перекаты.

Примечание. Когда гимнаст подбрасывает одну булаву, другая должна находиться в движении. Существенно, чтобы движение обеих булавы гармонично сочеталось с движением тела. Требования к композиции для гимнастов в индивидуальных упражнениях представлены в Приложении № 2 и № 3.

56. ПЕРЕЧЕНЬ СБАВОК ЗА ОШИБКИ ДЛЯ ИНДИВИДУАЛЬНОГО УПРАЖНЕНИЯ (ИСПОЛНЕНИЕ В)

56.1. Ошибки композиции в фундаментальных элементах

| Сбавки | | 0.10 | 0.20 | 0.30 и более |
|---------------------------------|-----------------------|--|---|--|
| Фундаментальные элементы | Палка | | Отсутствие 1-й мельницы | Отсутствие 2-х мельниц (0.30) |
| | | | | Отсутствие 1-го переката (1 м и более в длину) (0.30) |
| | | | Отсутствие 1-го броска | Отсутствие 2-х бросков (0.30) |
| | Обручи | | Отсутствие 1-го вращения | Отсутствие 2-х вращений (0.30) |
| | | | | Отсутствие 1-го переката (1 м и более в длину) (0.30) |
| | | | Отсутствие 1-го броска | Отсутствие 2-х бросков (0.30) |
| | Скакалка | Отсутствие 1-го элемента различных видов последовательных прыжков | Отсутствие 2-х элементов различных видов последовательных прыжков | Отсутствие 3-х элементов различных видов последовательных прыжков |
| | | | Отсутствие 1-го броска | Отсутствие 2-х бросков (0.30) |
| | Булавы | | Отсутствие 1-й мельницы | Отсутствие 2-х мельниц (0.30) |
| | | | | Отсутствие 1-го переката (50 см и более в длину) (0.30) |
| | | | Отсутствие 1-го броска | Отсутствие 2-х бросков (0.30) |
| | Акробатические прыжки | Недостаточная подвижность предмета при выполнении акробатических прыжков | Незавершенность в одном или более акробатических прыжков | Отсутствие акробатических прыжков (вперед, назад и в сторону) (0.30) |

56.2. Ошибки композиции.

| Сбавки | 0.10 | 0.20 | 0.30 и более |
|---|--|---|--|
| Трудности | Отсутствие трудности В | | Отсутствие трудности С (0.30) |
| Акробатические элементы | Недостаточная подвижность предмета при выполнении акробатических элементов | Незавершенность в одном или более акробатических элементах | Отсутствие акробатических прыжков (вперед, назад и в сторону) (0.30) |
| Элементы выполняемые правой /левой рукой | | Нарушение баланса между использованием правой и левой руки | Отсутствие трудности использования правой или левой руки (0.30) |
| Количество бросков | | Отсутствие 1-го броска | Отсутствие бросков |
| Выбор элементов Разнообразие Оригинальность | | Незавершенность в одном из фундаментальных элементов | Отсутствие фундаментального элемента (0.30) |
| | | Незавершенность в одном из фундаментальных элементов, кроме акробатического | Каждый фундаментальный элемент включен не в равной степени (0.30) |
| | | Недостаточность разнообразия в выборе каждого из элементов | Отсутствие разнообразия элементов в упражнении (0.30) |
| | Неэстетичное движение тела или обращение с предметом | Отсутствие разнообразия в динамизме | |
| | | Отсутствие оригинальности | Отсутствие оригинальности во всем упражнении (0.30) |
| Неподвижность или фиксирование предмета | Неподвижность предмета | Продолжительная неподвижность | Полная неподвижность |
| | Фиксирование предмета | | |

| | | | |
|------------------------------|--|--|--|
| Использование площадки | | Частичное использование площадки | Использование только одной стороны площадки (0.30) |
| | | Недостаточность разнообразия в направления | |
| | | Недостаточность разнообразия в методе перехода | |
| Стартовая позиция | | Стартовая позиция без контакта с предметом | |
| Музыка | Прерывание музыки на 3 и более секунд | | Нет музыки (0.30) |
| Продолжительность упражнения | Каждая секунда менее или более допустимого времени (по 0,05 балла) | Более 11 секунд вступления | |
| Форма одежды гимнастов | | Одеты в нестандартную форму | |
| Предмет | | | Использование нестандартного предмета (0.30) |

56.3. Ошибки исполнения.

Примечание. Сбавки за ошибки в исполнении назначаются за каждый раз.

| Сбавки | 0.10 | 0.20 | 0.30 и более |
|---------------------|--|--|--|
| Палка | Нехватка расстояния переката (менее 1 м) | Нехватка расстояния переката (менее 50 см) | |
| | Низкий бросок | | |
| Обучи | Нехватка расстояния переката (менее 1 м) | Нехватка расстояния переката (менее 50 см) | |
| | Низкий бросок | | |
| Скакалка | Низкий бросок | | |
| Булавы | Нехватка расстояния переката (менее 50 см) | Нехватка расстояния переката (менее 25 см) | |
| | Низкий бросок | | |
| Техника обращения с | Потеря и возвращение после 1-2-х шагов | Потеря и возвращение после 3-4-х шагов | Потеря и возвращение после 5 шагов и более |

| | | | |
|---|---|---|---|
| предметом | | | (0.30) |
| | Незначительный контакт с предметом | Изменение орбиты в следствии контакта | Гимнаст продолжает выступление со сломанным предметом (0.30) |
| | Сломанный предмет | | Замена предмета (0.30) |
| Потеря предмета | За каждую потерю предмета | | |
| | Потеря и незамедлительное возвращение предмета без единого шага | | |
| В конце упражнения | | Отсутствие контакта с предметом в финальной позиции (внутри площадки) | Гимнаст заканчивает упражнение не подняв предмет находящийся вне площадки (0.30) |
| | | | Как предмет, так и гимнаст выходят за пределы площадки и заканчивают упражнение вне площадки (0.50) |
| Сбавка на 0.10 за каждую секунду прерывания упражнения | | | |

56.4. Список трудностей акробатических элементов для индивидуальных упражнений (См. список трудностей для групповых упражнений).

56.5. Условия для определения трудностей в акробатических элементах:

- Критерий основывается на критериях определения трудностей выполняемых с предметом;
- Если гимнаст выполняет трудность когда предмет находится в броске, стоимость трудности повышается на один уровень;
- Если гимнаст выполняет трудность при предмете задействованном два раза или больше стоимость трудности повышается на один уровень.

57. ГРУППОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ (ПРОИЗВОЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ). СУДЕЙСТВО ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ. РАСПРЕДЕЛЕНИЕ БАЛЛОВ

57.1. Оценка за композицию А (техническая ценность, разнообразие, музыка, оригинальность) итого 10.00 баллов:

57.1.1. Техническая ценность композиции:

- Уровень и количество исполненных элементов;
- Сложность исполнения вольных элементов;
- Сложность исполнения акробатических элементов;
- Расположение;
- Использование всей площади гимнастического ковра.

57.1.2. Разнообразие:

- Вольных элементов;
- Акробатических элементов;
- Построение;
- Динамика;
- Использование пространства.

57.1.3. Сочитание музыки и движений:

- Гармония с музыкой в характере каждого фрагмента движений;
- Разнообразие движений и музыки;
- Оригинальность;
- Оригинальные трудности;
- Оригинальная комбинация трудностей;
- Оригинальное построение.

57.2. Оценка за исполнение **В** (общая гармония упражнения, мастерство) итого 10.00 баллов:

57.2.1. Исполнение:

- Техника исполнения вольного упражнения;
- Техника исполнения акробатических элементов;
- Совпадение музыкального сопровождения и хореографии.

57.2.2. Единство в упражнении:

- Синхронность группы;
- Равновесие, скорость, динамика;
- Построение, контроль линий, точность перестроений;
- Совпадение музыкального сопровождения и хореографией всей группы.

57.3. Итоговая сумма - 20 баллов.

57.4. Продолжительность упражнения.

Продолжительность каждого упражнения (вольного упражнения) составляет от 2 минут 30 секунд до 3 минут максимум. Сбавка 0.05 балла за каждую лишнюю или недостающую секунду.

57.5. Гимнасты.

57.5.1. Каждая группа упражнений должна быть исполнена пятью или

шестью гимнастами.

57.5.2. Если в ходе исполнения упражнения какой-либо гимнаст получает травму, тренер (представитель команды) должен остановить выполнение упражнения.

Примечание. Требования к композиции для гимнастов в групповых упражнениях представлены в Приложении № 4.

58. А. КОМПОЗИЦИЯ. ТРЕБОВАНИЯ

58.1. Общие положения.

58.1.1. Упражнение представляет собой оригинальную композицию с элементами вольных упражнений и акробатики.

58.1.2. Физический контакт в композиции во время исполнения упражнения допускается.

58.2. Количество и уровень трудностей.

58.2.1. Существует 4 уровня сложности: А, В, С, D.

58.2.2. Каждое групповое упражнение должно содержать следующие трудности:

- Трудность А: без ограничений;
- Трудность В: 4;
- Трудность С: 1;
- Трудность D: без ограничений.

58.2.3. Трудность оценивается в случае, если ее исполняют более двух гимнастов с одним и тем же снарядом (за исключением парных упражнений и построения пирамиды).

58.2.4. Для определения трудностей используется список трудностей, определенных для произвольных упражнений.

58.2.5. В случае отсутствия трудностей в упражнении сбавка происходит следующим образом:

- Недостаток трудностей уровня А - нет сбавки;
- Недостаток трудностей уровня В – сбавка 0.10 балла;
- Недостаток трудностей уровня С – сбавка 0.30 балла.

58.3. Композиция вольных упражнений.

58.3.1. Фундаментальные элементы (группы).

Вольные упражнения должны состоять из прыжков, гибкости, равновесий и стоек на руках.

58.3.2. Все гимнасты группы должны выполнять упражнения на равновесие, баланс и стойки на руках одновременно или последовательно:

- Вольные упражнения - различные упражнения с использованием рук, ног, различные наклоны корпуса вперед, назад, в сторону, перекаты, махи рук и ног;
- Прыжки - различные виды прыжков: скачки, прыжки в шпагат, прыжок в высоту перекидным способом;
- Гибкость (2 секунды) - различные виды упражнений на гибкость

(шпагат в разных позициях);

- Равновесие (2 секунды) - различные виды упражнений на баланс (ноги должны быть параллельно полу или выше);
- Стойки на руках (2 секунды) - различные виды стоек на руках (на одной руке, на двух руках).

Сбавка 0.30 баллов за каждое отсутствие фундаментальной трудности произвольных упражнений.

58.4. Другие (нефундаментальные) элементы:

- Проходка - различные шаги, виды бега, перебежки;
- Вращения - одно вращение, два вращения, три вращения, четыре вращения и более;
- Комбинация вольных упражнений - кувырок вперед, кувырок назад, кувырок в сторону, перекаты вперед, перекаты назад, в сторону и мостик.

58.5. Композиция акробатических элементов.

58.5.1. Фундаментальные группы:

- Акробатические элементы, упражнения с партнером, построение пирамид;
- Акробатические элементы должны использоваться в композиции 4 раза.

Сбавка 0.30 балла за отсутствие или наличие лишней фундаментальной акробатической трудности.

Примечание. Кувырок вперед в прыжке с разбегом в более чем 2 шага (толчок обеими ногами или одной) считается акробатическим элементом. Комбинация вольных упражнений не считается акробатическим элементом.

58.6. Расчет акробатических элементов.

За один акробатический элемент принимается следующее:

- Один или несколько гимнастов исполняют один акробатический элемент или серию из акробатических элементов;
- Несколько гимнастов исполняют парное упражнение или пирамиду (более одного);
- Все гимнасты исполняют упражнения в нескольких группах:
 1. Серия акробатических элементов с разбегом;
 2. Комбинация парных упражнений, пирамида, исполненные сериями;
 3. Прыжок между двумя акробатическими элементами принимается как серия акробатических элементов. Следующий после прыжка акробатический элемент, должен выполняться без перехода.

Примечание. Разбег, включая движения разбега в подготовке к разбегу, рассматривается как движение разбега для выполнения "акробатического"

элемента.

58.7. Исходное положение.

58.7.1. Все гимнасты должны занять свои позиции до начала упражнения.

Сбавка 0.1 балла за невыполнение данного правила.

58.7.2. Занимая стартовое положение для выполнения парного упражнения или пирамиды, контакт гимнастов допустим. Стартовое положение необходимо занять за 3 секунды.

58.7.3. Парное упражнение или пирамида на стартовой позиции не является акробатическим элементом. Если оно занимает более 4 секунд, то оно будет считаться акробатическим элементом. Однако сальто могут и не быть использованы при старте.

58.7.4. Может использоваться любая стартовая позиция.

58.8. Завершение упражнения.

58.8.1. Завершением исполнения принимается момент, когда все гимнасты полностью закончили движения, выдерживая паузу.

58.8.2. Занимая положение для выполнения заключительного парного упражнения или пирамиды, контакт гимнастов допустим. Финальное положение необходимо занять за 3 секунды до того момента, когда все гимнасты закончат движения. Парное упражнение или пирамида на финальной позиции не является акробатическим элементом. Если оно занимает более 4 секунд, то оно будет считаться акробатическим элементом. Однако сальто могут и не быть использованы при завершении композиции.

58.8.3. Может использоваться любая финальная позиция.

58.9. Разнообразие в композиции.

58.9.1. Разнообразие элементов - разнообразие как вольных, так и акробатических элементов, а также их комбинации.

58.9.2. Динамизм - разнообразие скорости и интенсивности движений.

58.9.3. Использование пространства.

58.10. Оригинальность.

Оригинальность композиции характеризуется демонстрацией новых форм движения. Оригинальность упражнений играет большую роль при оценке композиции.

58.11. Ценность элементов трудности.

Поскольку композиция состоит из комбинации групп упражнений, техническая ценность определяется по каждой комбинации в отдельности. Принимается в примечание надежность техники элементов и соединений. На соревновании, так как исполнение полностью регулируется собственным телом гимнаста, ему должны быть присущи энергия, красота и стабильность, соответствующие возможностям участников состязания.

58.12. Ошибки в композиции.

Ошибки, в зависимости от их степени, наказываются следующими сбавками:

- 0.10 балла за мелкие ошибки;
- 0.20 балла за средние ошибки;
- 0.30 балла и более за серьезные ошибки.

59. В. Исполнение упражнения

59.1. Содержание упражнения.

Система движений в композиции должна быть в единстве с музыкой и создавать впечатление целостности.

59.2. Вольные упражнения.

59.2.1. Вольные упражнения должны состоять из естественных и амплитудных движений, выполняться с интервалами, с различной скоростью.

59.2.2. Равновесие на носках требуется.

59.3. Акробатические упражнения.

59.3.1. Достаточная высота сальто (ось должна быть выше плеч), скорость и динамизм.

Сбавка за невыполнение требований 0.10 балла.

59.4. Одновременность и правильное приземление.

59.4.1. При приземлении после выполнения акробатического элемента на двух ногах небольшие колебания допускаются. Однако оценка снижается, если при приземлении на обе ноги есть легкое движение.

Сбавка за каждый шаг гимнаста 0.10 балла.

59.4.2. При касании рукой пола, или некорректное приземление сбавка на каждого гимнаста 0.30 балла.

59.5. Индивидуальные или групповые ошибки

59.5.1. Незавершенная позиция, недостаточная гибкость, неточный переход.

Сбавка за невыполнение требований 0.10 балла.

59.5.2. Недостаток напряжения и энергии в процессе выполнения упражнения.

Сбавка за невыполнение требований 0.10 балла.

59.5.3. Недостаточная точность и недостаточная амплитуда при выполнении вольных элементов

Сбавка за невыполнение требований 0.10 балла.

59.6. Легкость в упражнениях.

59.6.1. Упражнения должны выполняться с легкостью с достаточной амплитудой в движениях и без напряжения на протяжении всего упражнения.

Сбавка за невыполнение требований 0.10 балла.

59.7. Ошибки в индивидуальных движениях и сбой ритма.

59.7.1. Неверное движение и сбой ритма одного из гимнастов.

Сбавка за невыполнение требований 0.10 балла.

59.7.2. Неверное движение и сбой ритма нескольких гимнастов.

Сбавка за невыполнение требований 0.20 балла.

59.8. Касания во время выполнения упражнений (физический контакт).

59.8.1. В случае касания одним гимнастом другого гимнаста в результате ошибки в движениях или для поддержания равновесия.

Сбавка за невыполнение требований 0.10 балла.

59.8.2. В случае касания одним гимнастом другого гимнаста только в результате совершения ошибки.

Сбавка за невыполнение требований 0.20 балла.

59.9. Касания во время выполнения акробатических элементов (физический контакт).

59.9.1. В случае касания одним гимнастом другого гимнаста в результате ошибки в движениях или для поддержания равновесия.

Сбавка за невыполнение требований 0.10 балла.

59.9.2. В случае касания одним гимнастом другого гимнаста только в результате совершения ошибки, или если он едет на спине другого гимнаста некоторое время.

Сбавка за невыполнение требований 0.20 балла.

59.10. Гибкость (2 секунды, предполагается, что гимнаст должен задержаться в статическом положении на два счета и начать движение на третий счет).

59.10.1. Гимнаст не смог задержаться в растяжке на два счета (начал движение раньше, чем на третий счет).

Сбавка за невыполнение требований 0.10 балла.

59.10.2. Полное отсутствие статичного положения в растяжке.

Сбавка за невыполнение требований за каждого гимнаста 0.20 балла.

59.10.3. Жесткая растяжка.

Сбавка за невыполнение требований за каждого гимнаста 0.10 балла.

59.11. Равновесие (2 секунды, предполагается, что гимнаст должен задержаться в статическом положении на два счета и начать движение на третий счет).

59.11.1. Гимнаст не смог удержать равновесие на два счета (начал движение раньше, чем на третий счет).

Сбавка за невыполнение требований 0.10 балла.

59.11.2. Полное отсутствие статичного положения в равновесии.

Сбавка за невыполнение требований за каждого гимнаста 0.20 балла.

59.11.3. Нога не достигла горизонтального уровня при балансировании.

Сбавка за невыполнение требований за каждого гимнаста 0.10 балла.

59.11.4. Неустойчивое равновесие.

Сбавка за невыполнение требований за каждого гимнаста 0.10 балла.

59.12. Стойка на руках (2 секунды, предполагается, что гимнаст должен задержаться в статическом положении на два счета и начать движение на третий счет).

59.12.1. Гимнаст не смог оставаться в стойке на два счета (начал движение раньше, чем на третий счет)

Сбавка за невыполнение требований 0.10 балла.

59.12.2. Полное отсутствие статичного положения в стойки.

Сбавка за невыполнение требований за каждого гимнаста 0.20 балла.

59.12.3. Движение в стойке.

Сбавка за невыполнение требований за каждого гимнаста 0.10 балла.

59.12.4. Сгибание в руке.

При согнутой руке голова опустилась ниже локтя. Сбавка за невыполнение требований за каждого гимнаста 0.10 балла.

59.12.5. Ошибки в стойке. Кувырок вперед при возвращении из позы (после того как обе ноги возвращаются из стойки на руках).

Сбавка за невыполнение требований за каждого гимнаста 0.20 балла.

59.12.6. Падение из стойки.

Сбавка за невыполнение требований за каждого гимнаста 0.20 балла.

59.13. Получение травмы гимнаста во время выполнения упражнения.

Судейство в случае невозможности продолжения выполнения упражнения вследствие получения гимнастом травмы или недостаточного количества спортсменов. Выступление оценивается до того момента, как спортсмен получил травму.

59.14. Общая гармония композиции.

59.14.1. Выступление должно быть легким и красивым, эстетичным. Музыкальное сопровождение должно давать ощущение целостности композиции.

59.14.2. Между характером и ритмом музыки и характером и ритмом упражнения с его движениями обязательно должна быть строгая гармония:

- Музыка не должна идти в разрез с хореографией;
- Музыка не должна мешать исполнению движений;
- Музыка должна быть эмоциональной и приятной как гимнастам, так и аудитории;
- Громкость музыки должна быть комфортной.

59.15. Сбавки при исполнении:

- 0.10 балла за мелкие ошибки;
- Прерывание исполнения - 0.10 балла за каждую секунду;
- 0.20 балла за средние ошибки;
- 0.30 балла и более за серьезные ошибки.

60. С. Трудности

60.1. Требования к акробатическим элементам.

60.1.1. Трудность акробатических упражнений учитывается только в том случае, если упражнение выполняется как минимум тремя гимнастами одновременно или в определенной последовательности. Комбинированные

упражнения являются исключением.

60.1.2. Трудность упражнения не повышается, даже если обратное сальто было выполнено повторно (при повторном исполнении элементов).

60.1.3. Сальто не рассматриваются как последовательность, если обратное сальто в группировке было исполнено между обратным сальто и сальто назад. Однако, если обратное сальто в группировке исполняется сразу же после обратного сальто, комбинация будет рассматриваться как последовательность.

60.1.4. Если сложные элементы комбинируются во время выполнения акробатических упражнений в групповых соревнованиях, то присваивается высший уровень трудности, но при условии, что более трех гимнастов одновременно или в определенной последовательности исполняют упражнение.

60.1.5. В акробатических упражнениях, приземление на обе ноги, на одну ногу или на одну ногу и колено рассматривается как трудность одного уровня (засчитывается как одна и та же трудность).

60.2. Требования к акробатическим элементам, исполняемых в групповых и индивидуальных упражнениях.

В отношении индивидуальных упражнений: если гимнаст держит предмет более одного раза в момент выполнения акробатического элемента, уровень трудности повышается.

Таблица №1

Трудности прыжков и поворотов

| | | Индивидуальное с предметом | | | | | | | |
|---|---|--|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Исполнение тремя-четырьмя гимнастами (групповое) | | | | Исполнение группой в полном составе (групповое) | | | |
| | | A | B | C | D | A | B | C | D |
| 1 | Прыжок назад в передний упор | A | | | | | B | | |
| 2 | Прыжок назад в передний упор с кувырком | A | | | | | B | | |
| 3 | Прыжок назад, сгибаясь - разгибаясь в передний упор | A | | | | | B | | |
| 4 | Прыжок назад с поворотом 1/1 в передний упор | | | C | | | | | D |
| 5 | Прыжок назад с поворотом 2/3 в передний упор | | | C | | | | | D |
| 6 | Бедуинский прыжок с кручением 1/1 | | B | | | | | C | |

Трудности прыжков, выполняемых вперед

| | | Индивидуальные с предметом | | | | | Исполнение группой в полном составе (группов.) | | | | |
|----|---|--|---|---|---|---|--|---|---|---|---|
| | | Исполнение тремя-четырьмя гимнастами (групповые упр-ния) | | | | | Исполнение группой в полном составе (группов.) | | | | |
| | | A | B | C | D | E | A | B | C | D | E |
| 1 | Кувырок вперед с прыжка, подъем разгибом с головой | A | | | | | A | | | | |
| 2 | Темповой переворот вперед на 1 ногу, на две, с 2-х на (фляг вперед) | A | | | | | A | | | | |
| 3 | Полет – кувырок вперед | A | | | | | A | | | | |
| 4 | Полет с поворотом 360° в кувырок вперед | | B | | | | | | C | | |
| 5 | Маховое сальто вперед прогнувшись | | B | | | | | | C | | |
| 6 | Сальто вперед в группировке, согнувшись | A | | | | | A | | | | |
| 7 | Сальто вперед прогнувшись (бланж) | | B | | | | | | C | | |
| 8 | Сальто вперед в группировке, согнувшись с поворотом 180° | | B | | | | | B | | | |
| 9 | Сальто вперед с поворотом 360°, 540° | | | C | | | | | | D | |
| 10 | Сальто вперед с поворотом 720° | | | | D | | | | | | E |
| 11 | Сальто вперед в упор лежа | | B | | | | | | C | | |
| 12 | 1,5 сальто вперед в кувырок вперед | | | C | | | | | | D | |
| 13 | Двойное сальто вперед | | | | D | | | | | | E |
| 14 | Двойное сальто вперед с поворотом 180° | | | | | E | | | | | E |
| 15 | 4 в сторону | | | | | | | | | | |
| 16 | Переворот боком с поворотом 90° (рондат) | A | | | | | A | | | | |
| 17 | Маховое сальто с поворотом 180° (боком) | | B | | | | | B | | | |
| 18 | Маховое сальто с поворотом 90° (арабское) | | B | | | | | B | | | |

Трудности прыжков, выполняемых назад

| | | Индивидуальные с предметом | | | | | Исполнение группой в полном составе (групповое) | | | | |
|----|--|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Исполнение тремя-четырьмя гимнастами (групповые) | | | | | Исполнение группой в полном составе (групповое) | | | | |
| | | A | B | C | D | E | A | B | C | D | E |
| 1 | Фляк назад | A | | | | | A | | | | |
| 2 | Сальто назад в группировке, согнувшись, прогнувшись | A | | | | | A | | | | |
| 3 | Сальто назад в шпагат | | B | | | | | B | | | |
| 4 | Сальто назад прогнувшись с поворотом 180° | | B | | | | | B | | | |
| 5 | Сальто назад прогнувшись с поворотом 360° | | B | | | | | | C | | |
| 6 | Сальто назад прогнувшись с поворотом 540°, 720° | | | C | | | | | | D | |
| 7 | Сальто назад прогнувшись с поворотом 900° | | | | D | | | | | | E |
| 8 | Сальто назад с прогнувшись с поворотом 1080° | | | | | E | | | | | E |
| 9 | Двойное сальто назад в группировке, согнувшись | | | | | | | | | D | |
| 10 | Двойное сальто назад прогнувшись | | | | | E | | | | | E |
| 11 | Двойное сальто назад с поворотом 360° | | | | | E | | | | | E |
| 12 | Прыжок назад поворотом 180° в переворот вперед (колпинское) | | B | | | | | B | | | |
| 13 | Прыжок назад с поворотом 180° в кувырок вперед, прыжок назад 540° в кувырок (собака) | | | C | | | | B | | | |
| 14 | Прыжком назад поворотом 180° сальто вперед (твист) | | B | | | | | B | | | |
| 15 | «Твист» в упор лежа | | | C | | | | | C | | |
| 16 | «1,5 Твиста» в кувырок вперед | | | | D | | | | | D | |
| 17 | Прыжком назад поворотом 180° двойное сальто вперед (два твиста) | | | | | E | | | | | E |

Таблица №4

Трудности прыжков, выполняемых в сторону

| | | Индивидуальное с предметом | | | | Исполнение группой в полном составе (групповое) | | | |
|---|---|--|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Исполнение тремя-четырьмя гимнастами (групповое) | | | | | | | |
| | | A | B | C | D | A | B | C | D |
| 1 | Переворот боком с поворотом на 90 градусов (рондат) | A | | | | A | | | |
| 2 | Маховое сальто (переворот в стороны с прыжка) | | B | | | | B | | |
| 3 | Боковое сальто - сальто в сторону в группировке, согнувшись или прогнувшись (арабское сальто) | | B | | | | | C | |

Таблица №5

Трудности серий сальто

| | | Индивидуальные с предметом | | | | | Исполнение группой в полном составе (групповое) | | | | |
|---|---|--|---|---|---|---|---|---|---|-----|---|
| | | Исполнение тремя-четырьмя гимнастами (групповые) | | | | | | | | | |
| | | A | B | C | D | E | A | B | C | D | E |
| 1 | Сальто вперед в группировке, в темп сальто вперед согнувшись | | B | | | | | B | | | |
| 2 | Три и более сальто вперед, выполненное в темп | | | C | | | | | C | | |
| 3 | Сальто вперед в темпе, сальто вперед в упор лежа | | | | D | | | | | D | |
| 4 | Сальто вперед в темп, 1,5 сальто вперед в кувырок вперед | | | | D | E | | | | D E | |
| 5 | Сальто назад в группировке, в темп сальто назад, сгиб-разгиб | | | | D | | | | | D | |
| 6 | Сальто назад прогнувшись, контртемп сальто вперед | | | C | | | | | | D | |
| 7 | Сальто назад прогнувшись, контртемп и сальто вперед в упор лежа | | | C | | | | | | D | |
| 8 | Сальто назад прогнувшись с | | | C | | | | | | D | |

| | | | | | | | | | | | |
|----|---|--|--|---|---|--|--|--|---|---|--|
| | поворотом 180° в темп сальто вперед | | | | | | | | | | |
| 9 | Сальто назад прогнувшись с поворотом 360°, контртемпом сальто вперед с входом в упор лежа | | | | D | | | | | D | |
| 10 | Сальто боковое, в темп сальто боковое | | | C | | | | | C | | |
| 11 | Темповое сальто назад, в темп сальто назад прогнувшись, контртемпом сальто вперед | | | C | | | | | | D | |
| 12 | Более 3-х сальто, выполненных в темп или контртемпом | | | | D | | | | | D | |

Таблица №6

Трудности серий акробатических элементов

| | | Индивидуальные с предметом | | | | | | | | | |
|----|--|--|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| | | Исполнение тремя-четырьмя гимнастами (групповые) | | | | | Исполнение группой в полном составе (групповые) | | | | |
| | | A | B | C | D | E | A | B | C | D | E |
| 1 | Фляк назад – сальто назад в группировке или согнувшись | | B | | | | | B | | | |
| 2 | Фляк назад – сальто назад прогнувшись | | B | | | | | | C | | |
| 3 | Фляк назад – сальто назад прогнувшись с поворотом 180°, 360° | | | C | | | | | C | | |
| 4 | Фляк назад – сальто назад прогнувшись с поворотом 540° | | | C | | | | | | D | |
| 5 | Фляк назад – сальто назад прогнувшись с поворотом 720° | | | | D | E | | | | D | E |
| 6 | Фляк назад – двойное сальто назад | | | | D | | | | | D | |
| 7 | Темповое сальто назад, фляк назад, сальто назад прогнувшись | | | C | | | | | C | | |
| 8 | Темповое сальто назад, фляк назад, сальто назад прогнувшись с поворотом 360° | | | C | | | | | | D | |
| 9 | Фляк назад, сальто назад в группировке с раскрытием, сальто назад прогнувшись | | | C | | | | | | D | |
| 10 | Фляк назад, сальто назад в группировке с раскрытием, в сальто назад прогнувшись с поворотом 360° | | | | D | | | | | D | |

61. Перечень трудностей упражнений с партнером (взаимодействия в групповом упражнении).

| Элемент | | А | В | С | Д |
|---|---|---|---|---|---|
| Прыжковые элементы | Прыжок в шпагате | А | | | |
| | Сальто (вперед, назад или боковое) | | В | | |
| | Сальто с поворотом 1/2 (180 градусов) и более | | | С | |
| | Сальто с поворотом 3/2 (540 градусов) и более | | | | Д |
| Стойка на руках упражнения с партнером | Стойка на руках в парном упражнении с участием трех | А | | | |
| | Сет стоек на руках на плечах (один цикл) | | В | | |
| | Два и более сета (цикла) стоек на руках на плече | | | С | |
| Упражнение с партнером/ построение пирамиды | 2 гимнаста | А | | | |
| | 3 гимнаста (один на поддержке) | | В | | |
| | 4 гимнаста (один на поддержке) | | | С | |

61.1. Когда один гимнаст перепрыгивает через другого гимнаста, находящегося в стойке на руках, с помощью прыжка в шпагате (или любого другого прыжка), то трудность этого прыжка в шпагате повышается на один уровень, с помощью сальто - на два уровня.

Пример. Гимнаст перепрыгивает через сет (один цикл) стоек на плечах (который имеет трудность уровня В) с помощью сальто (которое имеет трудность уровня В), то трудность этого упражнения будет повышена до уровня Д.

61.2. Когда каждый гимнаст в объемной трехуровневой пирамиде, трудность увеличивается на один уровень.

Пример. Когда один гимнаст занимает вертикальное положение на плече другого гимнаста, который также находится в вертикальном положении. Также сверху них находится третий гимнаст.

62. Трудности комбинированных серий (Трудности пересекающихся элементов).

62.1. Что касается трудностей упражнений, выполняемых одним или двумя гимнастами, то они соответствуют классификации трудностей упражнений, выполняемых тремя или четырьмя гимнастами.

62.2. Трудности комбинированных серий:

- Если гимнаст перепрыгивает через вольное упражнение с помощью

акробатического элемента/прыжка, то упражнение засчитывается как акробатический элемент;

- Если гимнаст перепрыгивает через вольное упражнение в акробатическом прыжке, уровень трудности которого определяется как А, то уровень трудности всего упражнения будет классифицироваться как А;
- Если гимнаст перепрыгивает через вольное упражнение в акробатическом прыжке, уровень трудности которого определяется как В и выше, то уровень трудности всего упражнения будет классифицироваться как В и выше.

Примечание. Если гимнаст перепрыгивает через вольное упражнение (переходит с помощью акробатического прыжка) из позиции приземления предыдущего акробатического прыжка, то данное упражнение засчитывается как прыжок через вольное упражнение.

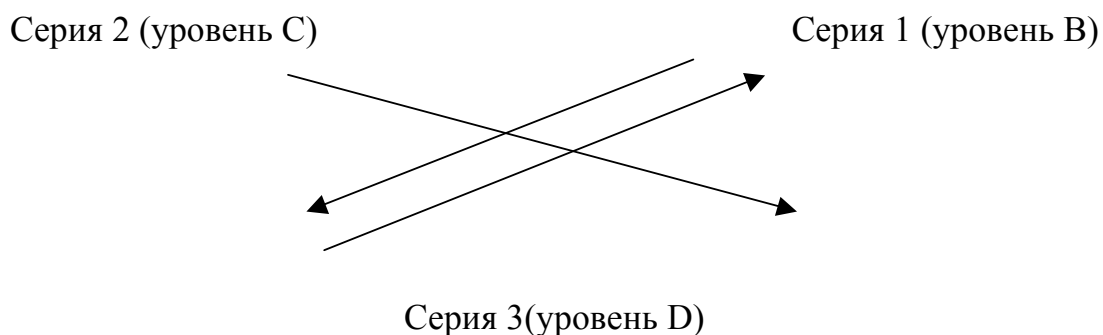
62.3. Гимнаст перепрыгивает через акробатический элемент с помощью акробатического элемента. Минимальное требование заключается в том, чтобы гимнаст перепрыгнул в момент до или после приземления (в середине исполнения акробатического элемента).

62.4. Гимнаст перепрыгивает через акробатический элемент с помощью двух акробатических элементов (уровень трудности которых В), то трудность упражнения засчитывается как трудность уровня С. Другими словами, когда пересекаются два акробатических элемента Трудности **В** и выше - это считается уже трудностью **С**.

62.5. Гимнаст перепрыгивает через акробатический элемент с помощью трех акробатических элементов (уровень трудности которых В), то трудность упражнения засчитывается как трудность уровня D. То есть, когда пересекаются три акробатических элемента. Например, гимнаст перепрыгивает через 2 других пересекающихся последовательности акробатических элементов.

62.6. Итоговая оценка трудностей серий упражнений определяется по комбинации трудностей более, чем двух серий, исполненных в разных направлениях.

| Серия 1 | Серия 2 | Итоговая трудность серий |
|----------------|----------------|---------------------------------|
| D | D | D |
| D | C | D |
| D | B | D |
| D | A | D |
| C | C | C |
| C | B | C |
| C | A | C |
| B | B | B |
| B | A | B |
| A | A | A |



Уровень трудности серии упражнений определяется следующим образом:

$$B+C+D=D$$

63. Инструкция по определению трудностей "серий упражнений и упражнений с партнером"

Пример:

- $3C < 6D$ ----- С финальная трудность определяется как С, если исполнена тремя гимнастами, как D, если исполнена всеми гимнастами группы;
- $3D = 6D$ ----- D финальная трудность определяется как D, вне зависимости от того, сколько гимнастов участвовало в выполнении серии;
- $3B < 6C$ ----- В финальная трудность определяется как В, если исполнена тремя гимнастами, как С, если исполнена всеми членами группы;
- $3B = 6C$ ----- С финальная трудность определяется как С, вне зависимости от того, сколько гимнастов участвовало в выполнении серии.

*Трудности, выполняемые одним или двумя гимнастами, соответствуют списку трудностей, выполняемых тремя или четырьмя гимнастами. Требование: 3 и более гимнаста должны выполнять трудность.

63.1. Различные акробатические элементы, выполняемые двумя или тремя группами (группами из двух или трех гимнастов).

63.2. По общему правилу при оценке трудностей будет зачтена трудность упражнений той группы, у которой она выше.

63.3. В таблице, приведенной ниже, представлено определение трудности упражнений, выполненных шестью гимнастами в группах. В зависимости от комбинации элементов уровень трудности может быть увеличен. Вообще, более высокая уровень трудности будет приниматься.

| Группа 1 (3 гимнаста) | Группа 2 (3 гимнаста) | Итоговый уровень трудности |
|-----------------------|-----------------------|----------------------------|
| 3 C < 6 D | 3 C < 6 D | D |
| 3 C = 6 C | 3 C < 6 D | C |
| 3 B = 6 C | 3 B < 6 C | C |
| 3 B = 6 B | 3 B < 6 C | B |
| 3 A < 6 B | A < 6 B | B |

63.4. Различные акробатические элементы были выполнены двумя группами из четырех и двух гимнастов (4 и 2).

63.5. По общему правилу при оценке трудностей будет зачтена трудность упражнений группы из четырех гимнастов.

63.6. Хотя, в таблице, приведенной ниже, представлено определение трудности упражнений, выполненных двумя группами из четырех и двух гимнастов. В зависимости от комбинации элементов уровень трудности может быть увеличен.

| Группа из 4 гимнастов | Группа из 2 гимнастов | Итоговый уровень трудности |
|-----------------------|-----------------------|----------------------------|
| 4 C < 6 D | 2 C < 6 D | D |
| 4 B < 6 C | 2 B < 6 C | C |
| 4 A < 6 B | 2 A < 6 B | B |

63.7. Различные акробатические элементы были выполнены тремя группами (2*2*2, 3*2*1, 4*1*1).

63.8. По общему правилу при оценке трудностей необходимо руководствоваться критериями оценки трудностей для трех и четырех гимнастов.

63.9. В случае выполнения элементов всеми гимнастами трех групп уровень трудности может быть увеличен.

| Комбинация групп | Группа 1-я | Группа 2-я | Группа 3-я | Итоговый уровень трудности |
|------------------|------------|------------|------------|----------------------------|
| 2*2*2 | 2D=6D | 2D=6D | 2D=6D | D |
| | 2C<6D | 2C<6D | 2C<6D | D |
| | 2B<6C | 2B<6C | 2B<6C | C |
| | 2A<6B | 2A<6B | 2A<6B | B |
| 3*2*1 | 3D=6D | 2D=6D | 1D=6D | D |
| | 3C<6D | 2C<6D | 1C<6D | D |
| | 3B<6C | 2B<6C | 1B<6C | C |
| | 3A<6B | 2A<6B | 1A<6B | B |
| 4*1*1 | 4D=6D | 1D=6D | 1D=6D | D |
| | 4C<6D | 1C<6D | 1C<6D | D |
| | 4B<6C | 1B<6C | 1B<6C | C |
| | 4A<6B | 1A<6B | 1A<6B | B |

Приложение № 1
к правилам вида спорта
«художественная гимнастика»

Таблица сбавок судьи-координатора

| Страна | Группа | | Индивидуальные | | | |
|------------|-----------------|-----------------|-------------------------|--------|----------|--------|
| Количество | А композиция | В Исполнение | Гимнастическая палка | Кольца | Скакалка | Булавы |

Оценка главного судьи:

Средняя оценка от центральных оценок:

| Содержание | | Сбавки | Итого сбавка |
|--------------|--|--------|--------------|
| 1 | Продолжительность упражнения (за каждую секунду) | 0.05 | |
| 2 | Использование нестандартного или запасного предмета | 0.30 | |
| 3 | Использование нестандартного костюма (за каждого гимнаста) | 0.20 | |
| 4 | Выполнение упражнения без музыкального сопровождения | 0.50 | |
| 5 | Продолжительность вступления превышает 11 секунд | 0.20 | |
| 6 | Сбой музыки из-за ошибки гимнаста. Сбой музыки или приостановка музыки как только начались упражнения | 0.20 | |
| 7 | Выход за границы гимнастической площадки | 0.10 | |
| 8 | Падение предмета за границы гимнастической площадки | 0.10 | |
| 9 | Разминка в зале соревнований | 0.20 | |
| 10 | Присутствие тренера на гимнастическом ковре при выполнении упражнений | 0.30 | |
| 11 | Выход раньше времени | 0.20 | |
| 12 | Группа гимнастов находилась на месте на протяжении 10 секунд | 0.20 | |
| 13 | Переговоры тренера и гимнастов во время выполнения упражнений | 0.20 | |
| 14 | Гимнаст не завершил упражнение после потери предмета | 1.00 | |
| 15 | Музыка не соответствующее требованиям | 0.30 | |
| 16 | Если гимнаст или каждый гимнаст группы меняет площадку или заканчивает упражнение вне пределов той же площадки | 0.50 | |
| 17 | Неразрешенный возврат предмета после потери (с помощью тренера или публики) | 0.30 | |
| Итого Сбавка | | | |

Подпись _____

Финальная оценка

| |
|--|
| |
|--|

Приложение № 2
к правилам вида спорта
«Художественная гимнастика»

Индивидуальные упражнения. Требования к композиции (мужчины).

| Аспекты композиции | Палка | Кольца | Скакалка | Булавы |
|--|--|--|--|--|
| 1. Фундаментальные элементы с предметами | Мельницы – 2 раза | Вращения с помощью рук или других частей тела – 2 раза | Различные виды последовательных прыжков (2 и более): *вращая скакалку вперед; *вращая скакалку назад; *прыжки с перемещением. | Мельницы – более 2-х раз |
| | Перекаты – 1 раз (в длину минимум 1 метр) | Перекаты - 1 раз (в длину минимум 1 метр) | | Перекаты - более 1 раза (в длину минимум 50 см.) |
| 2. | Броски – 2 раза (каждый более 2 метров высотой от точки выброса) | | | Броски - более 2-х раз (высота более 2 метров) |
| Акробатические прыжки, предмет находится в движении | Предмет должен находиться в движении (не статичен) во время акробатических прыжков. | | | |
| 3. Другие фундаментальные элементы с предметами | Вращения, различные виды мельниц – маленъкие, средние или большие (используя запястья, предплечья или др. части), махи, подбрасывания, перекаты, различные | Покачивания, круги, различные движения в разных плоскостях и направлениях, с разных поверхностей колец, с использованием кистей рук или других частей тела, одновременно или | Различные виды серий прыжков через скакалку, различные виды движений, выполненные в разных направлениях (восьмерки, круги, змейки), различные виды и типы бросков, | Выполнение различных мельниц (в различных направлениях и плоскостях) в сочетании с вольными упражнениями, различные виды бросков (одной, двух булав, |

| | | | | |
|---|---|---|--|--|
| | <p>виды бросков (горизонтальные, вертикальные, 1/2 руками, горизонтальные или вертикальные мельницы), различные способы хвата и манипуляции</p> | <p>последовательно с двумя кольцами, различные способы хвата и другие манипуляции</p> | <p>разнообразие в скорости и динамизме, различные способы хвата скакалки (за один конец, открытая, закрытая, сложенная, хват за середину)</p> | <p>одновременно и поочередно, в различных плоскостях и направлениях), различные вращения (малые, средние, большие) используя кисти рук и предплечья, разные способы хвата булав.</p> |
| <p>Примечание</p> | <p>Во время броска гимнаст не должен оставаться неподвижным</p> | <p>Во время броска одного кольца, второе кольцо должно находиться в движении</p> | <p>Композиция должна содержать выполнение элементов используя разные способы хвата скакалки, обе руки должны использоваться в равной степени при выполнении элементов с хватом одной рукой</p> | <p>Когда гимнаст подбрасывает одну булаву, другая должна находиться в движении. Важно, чтобы движения булавы гармонично сочетались с движением тела гимнаста</p> |
| <p>4. Трудности элементов тела</p> | <p>А – без ограничений В – 3 раза (обязательно) С - 1 раз (обязательно) Д – без ограничений</p> | <p>А – без ограничений В – 3 раза (обязательно) С - 1 раз (обязательно) Д – без ограничений</p> | <p>А – без ограничений В – 3 раза (обязательно) С - 1 раз (обязательно) Д – без ограничений</p> | <p>А – без ограничений В – 3 раза (обязательно) С - 1 раз (обязательно) Д – без ограничений</p> |
| <p>Примечание</p> | <p>Отсутствие трудности В – сбавка 0,1; Отсутствие трудности С – сбавка 0,3; Трудности С, выполненные в количестве больше необходимого, автоматически будут рассматриваться как трудности В</p> | | | |

Приложение № 3
к правилам вида спорта
«Художественная гимнастика»

Индивидуальные упражнения. Требования к композиции (мужчины).

| Возраст | Программа соревнований | Упражнение с предметом (максимум 10,0 баллов): | | Сумма баллов для присвоения разрядов |
|----------|--|---|---|--------------------------------------|
| | | Техническая ценность композиции – максимум 5,0 баллов | Исполнение упражнения – максимум 5,0 баллов | |
| с 16 лет | 4 упражнения с предметами: палка, Кольца, скакалка, бугавы | 1) Фундаментальные и другие элементы с предметом; 2) Акробатические прыжки; 3) Трудности элементов тела: A – без ограничений B – 3 раза (обязательно) C - 1 раз (обязательно) D – без ограничений * Отсутствие трудности B – сбавка 0,1 * Отсутствие трудности C – сбавка 0,3 Трудности C , выполненные в количестве больше необходимого, автоматически будут рассматриваться как трудности B ; 4) Разнообразие, динамизм, использование пространства, оригинальность, единство; 5) Соотношение между музыкой и движением. | 1) Техника владения предметом; 2) Техника вольного упражнения; 3) Акробатическая техника; 4) Ритмическое исполнение (музыка и движение); 5) Виртуозность. | За 4 упражнения |
| с 12 лет | 3 упражнения с предметами на выбор: палка, кольца, скакалка, бугавы | 1) Фундаментальные и другие элементы с предметом; 2) Акробатические прыжки; 3) Трудности элементов тела: A – 3 раза (обязательно) B – 1 раз (обязательно) C – 1 раз (не обязательно) D – нет * Отсутствие трудности A – сбавка 0,1 | 1) Техника владения предметом; 2) Техника вольного упражнения; 3) Акробатическая техника; 4) Ритмическое исполнение (музыка и | За 3 упражнения |
| с 11 лет | 3 упражнения без предмета с элементами акробатики; 2 упражнения с предметами на выбор: палка, | | 1) Техника владения предметом; 2) Техника вольного упражнения; 3) Акробатическая техника; 4) Ритмическое исполнение (музыка и | За 3 упражнения |

| | | | | |
|----------|---|---|--|----------------------------|
| | <p>кольца, скакалка, бугавы</p> | <p>* Отсутствие трудности В – сбавка 0,3 Трудности С, выполненные в количестве больше необходимого, автоматически будут рассматриваться как трудности В; 4) Разнообразие, динамизм, использование пространства, оригинальность, единство; 5) Соотношение между музыкой и движением, гармония.</p> | <p>движение); 5) Виртуозность.</p> | |
| с 10 лет | <p>3 упражнения: упражнение без предмета с элементами акробатики; 2 упражнения с предметами на выбор: палка, кольца, скакалка, бугавы</p> | <p>1) Фундаментальные и другие элементы с предметом; 2) Акробатические прыжки; 3) Трудности элементов тела: А – 3 раза (обязательно) В – 1 раз (обязательно) С – нет Д – нет * Отсутствие трудности А – сбавка 0,1 * Отсутствие трудности В – сбавка 0,3 Трудности С, выполненные в количестве больше необходимого, автоматически будут рассматриваться как трудности В; 4) Разнообразие, динамизм, использование пространства, оригинальность, единство; 5) Соотношение между музыкой и движением, гармония.</p> | <p>1) Техника владения предметом; 2) Техника вольного упражнения; 3) Акробатическая техника; 4) Ритмическое исполнение (музыка и движение); 5) Виртуозность.</p> | <p>За 3 упражнения</p> |
| с 9 лет | <p>2 упражнения: упражнение без предмета с элементами акробатики; 1 упражнение с предметом на выбор: палка,</p> | <p>1) Фундаментальные и другие элементы с предметом; 2) Акробатические прыжки; 3) Трудности элементов тела: А – 3 раза (обязательно) В – 1 раз (не обязательно) С – нет Д – нет * Отсутствие трудности А – сбавка 0,1</p> | <p>1) Техника владения предметом; 2) Техника вольного упражнения; 3) Акробатическая техника; 4) Ритмическое исполнение (музыка и</p> | <p>За 2 упражнения</p> |

| | | | | |
|---------|--|---|---|-----------------|
| | кольца, скакалка, булавы | Трудности В , выполненные в количестве больше необходимого, автоматически будут рассматриваться как трудности А ; 4) Разнообразие, динамизм, использование пространства, оригинальность, единство; 5) Соотношение между музыкой и движением, гармония. | движение); 5) Виртуозность. | |
| с 8 лет | 1 упражнение без предмета с акробатики | 1) Фундаментальные и другие элементы тела; 2) Акробатические прыжки; 3) Трудности элементов тела: А – 3 раза (обязательно) В – нет С – нет Д – нет * Отсутствие трудности А – сбавка 0, 1 4) Разнообразие, динамизм, использование гармония. | 1) Техника вольного упражнения; 2) Акробатическая техника; 3) Ритмическое исполнение (музыка и движение). | За 1 упражнение |
| с 7 лет | 1 упражнение без предмета с акробатики | 1) Фундаментальные и другие элементы тела; 2) Акробатические прыжки; 3) Трудности элементов тела: А – 2 раза (обязательно) В – нет С – нет Д – нет * Отсутствие трудности А – сбавка 0, 1 4) Разнообразие, динамизм, использование гармония. | 1) Техника вольного упражнения; 2) Акробатическая техника; 3) Ритмическое исполнение (музыка и движение). | За 1 упражнение |

| | | | | |
|---------|---|--|---|-----------------|
| с 6 лет | 1 упражнение без предмета с элементами акробатики | пространства, оригинальность, единство; 5) Соотношение между музыкой и движением. | 1) Техника вольного упражнения; 2) Акробатическая техника; 3) Ритмическое исполнение (музыка и движение). | За 1 упражнение |
|---------|---|--|---|-----------------|

Приложение № 4
к правилам вида спорта
«художественная гимнастика»

Групповые упражнения. Требования к композиции (мужчины).

| Возраст | Сумма баллов/ количество упражнений | Групповое упражнение без предмета: максимум 20,0 баллов |
|-----------------|--|---|
| <i>с 16 лет</i> | 1 выход | <p><u>А: Композиция / уровень сложности (А максимум - 10,0 баллов):</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Композиция «вольных упражнений»: <ol style="list-style-type: none"> 1.1. Фундаментальные группы: разнообразные упражнения с использованием рук и ног, наклонами и вращением тела, размахиванием рук, растягиванием ног, перемещения; 1.2. Прыжки; 1.3. Элемент гибкости; 1.4. Элемент равновесия; 1.5. Стойка на руках (различные виды); 1.6. Другие элементы: шаги, бег, повороты, комбинации вольных упражнений. 2. Композиция «акробатических элементов» – минимум 4 раза: <ol style="list-style-type: none"> 2.1. Трудности А – без ограничений; Трудности В – 4 раза; Трудность С – 1 раз; Трудность D – без ограничений. 2.2. Акробатические упражнения, упражнения с партнером, перестроения, построение пирамиды. <p><u>В: Техника исполнения (В максимум - 10.0 баллов).</u></p> |
| <i>с 12 лет</i> | 1 выход | <p><u>А: Композиция / уровень сложности (А максимум - 10,0 баллов):</u></p> <ol style="list-style-type: none"> 1. Композиция «вольных упражнений»: <ol style="list-style-type: none"> 1.1. Фундаментальные группы: разнообразные упражнения с использованием рук и ног, наклонами и вращением тела, размахиванием рук, растягиванием ног, перемещения; 1.2. Прыжки; 1.3. Элемент гибкости; 1.4. Элемент равновесия; 1.5. Стойка на руках (различные виды); 1.6. Другие элементы: шаги, бег, повороты, комбинации вольных упражнений. 2. Композиция «акробатических элементов» – минимум 4 раза: <ol style="list-style-type: none"> 2.1. Трудности А – без ограничений; |

| | | |
|-----------------|--------------|---|
| | | <p>Трудности В – 3 раза; Трудность С – 1 раз; Трудность D – 1 раз (не обязательно).</p> <p>2.2. Акробатические упражнения, упражнения с партнером, построение пирамиды.</p> <p><u>В: Техника исполнения (В максимум - 10.0 баллов).</u></p> |
| <i>с 11 лет</i> | 1 выход | <p><u>А: Композиция / уровень сложности (А максимум - 10,0 баллов):</u></p> <p>1. Композиция «вольных упражнений»: 1.1. Фундаментальные группы: разнообразные упражнения с использованием рук и ног, наклонами и вращением тела, размахиванием рук, растягиванием ног, перемещения; 1.2. Прыжки; 1.3. Элемент гибкости; 1.4. Элемент равновесия; 1.5. Другие элементы: шаги, бег, повороты, комбинации вольных упражнений.</p> <p>2. Композиция «акробатических элементов» - минимум 4 раза: 2.1. Трудности А – без ограничений; Трудности В – 3 раза; Трудность С – 1 раз (не обязательно); Трудность D – нет.</p> <p>2.2. Акробатические упражнения, упражнения с партнером, перестроения, построение пирамиды.</p> <p><u>В: Техника исполнения (В максимум - 10.0 баллов).</u></p> |
| <i>с 10 лет</i> | 1 выход | <p><u>А: Композиция / уровень сложности (А максимум - 10.0 баллов):</u></p> <p>1. Композиция «вольных упражнений»: 1.1. Фундаментальные группы: разнообразные упражнения с использованием рук и ног, наклонами и вращением тела, размахиванием рук, растягиванием ног, перемещения; 1.2. Прыжки; 1.3. Элемент гибкости; 1.4. Элемент равновесия; 1.5. Другие элементы: шаги, бег, повороты, комбинации вольных упражнений.</p> <p>2. Композиция «акробатических элементов» – минимум 3 раза: 2.1. Трудности А – 2 раза; Трудности В – 2 раза; Трудность С – 1 раз (не обязательно); Трудность D – нет.</p> <p>2.2. Акробатические упражнения, упражнения с партнером, перестроения, построение пирамиды.</p> |
| <i>с 9 лет</i> | 1 упражнение | <p><u>А: Композиция / уровень сложности (А максимум - 10.0 баллов):</u></p> <p>1. Композиция «вольных упражнений»: 1.1. Фундаментальные группы: разнообразные упражнения с использованием рук и ног, наклонами и вращением тела, размахиванием рук, растягиванием ног, перемещения; 1.2. Прыжки; 1.3. Элемент гибкости; 1.4. Элемент равновесия; 1.5. Другие элементы: шаги, бег, повороты, комбинации вольных упражнений.</p> <p>2. Композиция «акробатических элементов» – минимум 3 раза: 2.1. Трудности А – 2 раза; Трудности В – 2 раза; Трудность С – 1 раз (не обязательно); Трудность D – нет.</p> <p>2.2. Акробатические упражнения, упражнения с партнером, перестроения, построение пирамиды.</p> |

| | | |
|----------------|-----------------|---|
| | | <u>В: Техника исполнения (В максимум 10.0 - баллов).</u> |
| <i>с 8 лет</i> | 1 упражнение | <u>А: Композиция / уровень сложности (А максимум - 8,0 баллов):</u> 1. Композиция «вольных упражнений»: 1.1. Фундаментальные группы: разнообразные упражнения с использованием рук и ног, наклонами и вращением тела, размахиванием рук, растягиванием ног, перемещения; 1.2. Прыжки; 1.3. Элемент гибкости; 1.4. Элемент равновесия; 1.5. Другие элементы: шаги, бег, повороты, комбинации вольных упражнений. |
| <i>с 7 лет</i> | 1 упражнение | 2. Композиция «акробатических элементов» – минимум 3 раза: 2.1. Трудности А – 3 раза; Трудности В – 1 раз (не обязательно); Трудность С, D – нет. 2.2. Акробатические упражнения, упражнения с партнером, перестроения, построение пирамиды. <u>В: Техника исполнения (В максимум - 10.0 баллов).</u> |