

МЕЖДУНАРОДНАЯ ФЕДЕРАЦИЯ ГИМНАСТИКИ



ПРАВИЛА СУДЕЙСТВА (проект)

2025 – 2028

по художественной гимнастике

Официальным является текст на английском языке.

В случаях несоответствий в иллюстрациях см. текст.

Предварительная версия 1 (июль 2023 г.).

ОГЛАВЛЕНИЕ

ЧАСТЬ 1 – ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

A. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ – ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

1. СОРЕВНОВАНИЯ И ПРОГРАММЫ
2. ХРОНОМЕТРАЖ
3. СОСТАВ ЖЮРИ: ОФИЦИАЛЬНЫЕ ЧЕМПИОНАТЫ И ДРУГИЕ СОРЕВНОВАНИЯ
4. ПОДСЧЕТ ИТОГОВОЙ ОЦЕНКИ
5. ПОДАЧА ПРОТЕСТОВ
6. СОВЕЩАНИЯ СУДЕЙ
7. ПЛОЩАДКА
8. ПРЕДМЕТЫ
9. СПОРТИВНАЯ ОДЕЖДА ГИМНАСТОК
10. ТРЕБОВАНИЯ К МУЗЫКАЛЬНОМУ СОПРОВОЖДЕНИЮ
11. ДИСЦИПЛИНА ГИМНАСТОК
12. ДИСЦИПЛИНА ТРЕНЕРОВ
13. СБАВКИ СУДЬИ-ХРОНОМЕТРИСТА, СУДЬИ НА ЛИНИИ и ОТВЕТСТВЕННОГО СУДЬИ

B. ТРУДНОСТЬ (D) – ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

1. ОБЗОР ТРУДНОСТИ
2. ТРУДНОСТЬ ТЕЛА (DV)
3. ФУНДАМЕНТАЛЬНЫЕ И НЕФУНДАМЕНТАЛЬНЫЕ ТЕХНИЧЕСКИЕ ГРУППЫ
4. ДИНАМИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ВРАЩЕНИЕМ (R)
5. ТРУДНОСТЬ ПРЕДМЕТА (DA)
6. НОВЫЙ ОРИГИНАЛЬНЫЙ ЭЛЕМЕНТ ПРЕДМЕТА
7. ОЦЕНКА ТРУДНОСТИ (D)
8. ПРЫЖКИ
9. ТАБЛИЦА ТРУДНОСТИ ПРЫЖКОВ
10. РАВНОВЕСИЯ
11. ТАБЛИЦА ТРУДНОСТИ РАВНОВЕСИЙ
12. ВРАЩЕНИЯ
13. ТАБЛИЦА ТРУДНОСТИ ВРАЩЕНИЙ

C. АРТИСТИЗМ (A)

1. ОЦЕНИВАНИЕ БРИГАДЫ СУДЕЙ В АРТИСТИЗМЕ
2. АРТИСТИЧЕСКАЯ СТРУКТУРА И ИСПОЛНЕНИЕ: ЦЕЛИ КОМПОЗИЦИИ
3. ГЛАВНАЯ ИДЕЯ И ХАРАКТЕР
4. ЭКСПРЕССИЯ
5. КОМБИНАЦИИ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ ШАГОВ
6. ЭФФЕКТЫ С МУЗЫКОЙ
7. ДИНАМИЧЕСКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ: СОЗДАНИЕ КОНТРАСТОВ
8. СОЕДИНЕНИЯ
9. РИТМ И ОКОНЧАНИЕ УПРАЖНЕНИЯ С ОКОНЧАНИЕМ МУЗЫКИ
10. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРОСТРАНСТВА
11. ПРЕРЫВАНИЕ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ
12. ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОШИБКИ В АРТИСТИЗМЕ

D. ИСПОЛНЕНИЕ (E)

1. ОЦЕНИВАНИЕ БРИГАДЫ СУДЕЙ В ИСПОЛНЕНИИ
2. ЭЛЕМЕНТЫ ТЕЛА
3. ТЕХНИКА КАЖДОГО ТИПА ПРЕДМЕТА
4. ТЕХНИКА ВСЕХ ПРЕДМЕТОВ

E. ПРИЛОЖЕНИЕ

1. ПРОГРАММА ПРЕДМЕТОВ
2. ТЕХНИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА ЮНИОРОК – ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ
3. ТРУДНОСТЬ для ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ЮНИОРОК
4. ТРУДНОСТЬ ТЕЛА (DV)
5. ФУНДАМЕНТАЛЬНЫЕ И НЕФУНДАМЕНТАЛЬНЫЕ ТЕХНИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ ПРЕДМЕТОВ
6. ДИНАМИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ВРАЩЕНИЕМ (R)
7. ТРУДНОСТЬ ПРЕДМЕТА (DA)
8. ОЦЕНКА ТРУДНОСТИ (D)
9. АРТИСТИЗМ и ИСПОЛНЕНИЕ

ЧАСТЬ 2 – ГРУППОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

A. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1. СОРЕВНОВАНИЯ И ПРОГРАММЫ
2. КОЛИЧЕСТВО ГИМНАСТОК
3. ХРОНОМЕТРАЖ
4. БРИГАДЫ СУДЕЙ – ОФИЦИАЛЬНЫЕ ЧЕМПИОНАТЫ И ДРУГИЕ СОРЕВНОВАНИЯ
5. ПОДСЧЕТ ОКОНЧАТЕЛЬНОЙ ОЦЕНКИ
6. ПРОТЕСТЫ
7. СОВЕЩАНИЯ СУДЕЙ
8. ВЫХОД ГРУППЫ
9. ПЛОЩАДКА
10. ПРЕДМЕТЫ
11. СПОРТИВНАЯ ОДЕЖДА ГИМНАСТОК
12. ТРЕБОВАНИЯ К МУЗЫКАЛЬНОМУ СОПРОВОЖДЕНИЮ
13. ДИСЦИПЛИНА ГИМНАСТОК
14. ДИСЦИПЛИНА ТРЕНЕРОВ
15. СБАВКИ СУДЬИ-ХРОНОМЕТРИСТА, СУДЬИ НА ЛИНИИ и ОТВЕТСТВЕННОГО СУДЬИ
В ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЯХ

B. ТРУДНОСТЬ (D) – ГРУППОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

1. ОБЗОР ТРУДНОСТИ
2. ТРУДНОСТЬ ТЕЛА (DB)
3. ФУНДАМЕНТАЛЬНЫЕ И НЕФУНДАМЕНТАЛЬНЫЕ ТЕХНИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ ПРЕДМЕТА
4. ТРУДНОСТЬ С ОБМЕНОМ (DE)
5. ДИНАМИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ВРАЩЕНИЕМ (R)
6. ТРУДНОСТЬ С СОТРУДНИЧЕСТВОМ (DC)
7. ОЦЕНКА ТРУДНОСТИ (D)

C. АРТИСТИЗМ (A) – ГРУППОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

1. ОЦЕНИВАНИЕ БРИГАДЫ СУДЕЙ В АРТИСТИЗМЕ
2. АРТИСТИЧЕСКАЯ СТРУКТУРА И ИСПОЛНЕНИЕ: ЦЕЛИ КОМПОЗИЦИИ
3. ГЛАВНАЯ ИДЕЯ И ХАРАКТЕР
4. ЭКСПРЕССИЯ
5. КОМБИНАЦИИ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ ШАГОВ
6. ЭФФЕКТЫ С МУЗЫКОЙ
7. ДИНАМИЧЕСКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ: СОЗДАНИЕ КОНТРАСТОВ

8. КОЛЛЕКТИВНАЯ РАБОТА
9. СОЕДИНЕНИЯ
10. РИТМ И ОКОНЧАНИЕ С ОКОНЧАНИЕМ МУЗЫКИ

11. ПОСТРОЕНИЯ
12. ПРЕРЫВАНИЕ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ

13. КОНСТРУКЦИИ / ПОДЪЁМЫ / ПОДДЕРЖКИ ГИМНАСТОК
14. КОНТАКТ С ПРЕДМЕТАМИ И ГИМНАСТКАМИ
15. ГРУППОВЫЕ АРТИСТИЧЕСКИЕ ОШИБКИ

D. ИСПОЛНЕНИЕ (E) – ГРУППОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

1. ОЦЕНИВАНИЕ БРИГАДЫ СУДЕЙ В ИСПОЛНЕНИИ
2. ГРУППОВАЯ РАБОТА
3. ДВИЖЕНИЯ ТЕЛА
4. ТЕХНИКА С КАЖДЫМ ТИПОМ ПРЕДМЕТА
5. ТЕХНИКА ВСЕХ ПРЕДМЕТОВ

E. ПРИЛОЖЕНИЯ – ГРУППОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

1. ПРОГРАММА ПРЕДМЕТОВ
2. ТЕХНИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ГРУПП ЮНИОРОК
3. ТРУДНОСТЬ ДЛЯ ГРУПП ЮНИОРОК
4. ТРУДНОСТЬ ТЕЛА (DV)
5. ФУНДАМЕНТАЛЬНЫЕ И НЕФУНДАМЕНТАЛЬНЫЕ ТЕХНИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ ПРЕДМЕТА
6. ТРУДНОСТЬ С ОБМЕНОМ (DE)
7. ДИНАМИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ВРАЩЕНИЕМ (R)

8. ТРУДНОСТЬ ПРЕДМЕТА (DA)

9. ОЦЕНКА ТРУДНОСТИ (D)

10. АРТИСТИЗМ И ИСПОЛНЕНИЕ

ЧАСТЬ 1 - ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

А. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

Нормы для Индивидуальных упражнений

ПРИМЕЧАНИЕ: в настоящем документе под словом «пол», употреблённом в отношении какого-либо лица, подразумевается любой пол, если иного не указано отдельно.

1. СОРЕВНОВАНИЯ И ПРОГРАММА

1.1. Официальные Чемпионаты мира по художественной гимнастике и Программа соревнований:

Индивидуальные, Групповые и Командные Соревнования.

Индивидуальные Соревнования

- Квалификационные соревнования для финала многоборья, командного рейтинга, финалов в отдельных видах
- Финал многоборья – 4 Предмета
- Финалы в отдельных видах – 4 Предмета

Командный рейтинг определяется по сумме 8 лучших оценок Индивидуальных гимнасток команды + 2 оценок упражнений Группы.

Программа предметов ФИЖ на текущий год определяет предметы, требуемые для каждого упражнения (см. Приложение).

Для уточнения деталей, касающихся официальных соревнований ФИЖ, обращайтесь к Техническому Регламенту (Раздел 1 и Раздел 3).

1.2. Программа для Индивидуальных гимнасток

1.2.1. Программа для Индивидуальных упражнений Сениорок и Юниорок, как правило, состоит из 4 упражнений (см. в Приложении Программу предметов ФИЖ для Сениорок и Юниорок):

- Обруч
- Мяч
- Булавы
- Лента

1.2.2. Продолжительность каждого упражнения от 1'15" до 1'30".

2. ХРОНОМЕТРАЖ

2.1. Хронометр включают с началом движения гимнастки и выключают, как только гимнастка полностью прекращает движение.

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

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

Сбавка Судьи-Хронометриста: 0.05 балла за каждую лишнюю или недостающую секунду (считаются полные секунды). Пример: 1'30.72 = нет сбавки; 1'31 = сбавка -0.05.

3. СОСТАВ СУДЕЙСКИХ БРИГАД: ОФИЦИАЛЬНЫЕ ЧЕМПИОНАТЫ И ДРУГИЕ СОРЕВНОВАНИЯ

3.1. Верховное Жюри: см. Технический Регламент, Раздел 1 и Раздел 3

3.2. Судейские Бригады для Индивидуальных упражнений:

- 3.2.1. Каждое Жюри для соревнований ФИЖ – Чемпионатов мира, Олимпийских игр – состоит из **3** групп Судей: **Трудность** (бригада **D**), **Артистизм** (бригада **A**) и **Исполнение** (бригада **E**)
- 3.2.2. Судьи в Трудности (**D**), Артистизме (**A**) и Исполнении (**E**) отбираются путем жеребьевки и назначаются Техническим Комитетом ФИЖ в соответствии с действующим Техническим Регламентом и Общими и Специальными Правилами для Судей.
- 3.2.3. Во время соревнований за техническим столом судьям будет запрещено использовать любые электронные устройства для разговора, передачи или получения сообщений или информации (мобильные телефоны, мини-ноутбуки, компьютеры, подключенные часы и т.д.), а также использовать любые камеры или видеоустройства (см. Технический Регламент, Раздел 1, Статья 5.4).

3.3. Состав Судейских Бригад

3.3.1. Бригада Судей, оценивающих Трудность (D): 4 судьи – делятся на 2 подгруппы:

- Первая подгруппа (**D**) – 2 судей **DB1** и **DB2**, работают независимо и выставляют общую оценку **DB**
- Вторая подгруппа (**D**) – 2 судей **DA1** и **DA2**, работают независимо и выставляют общую оценку **DA**

3.3.2. Бригада Судей в Артистизме (A): 4 Судьи (**A1, A2, A3, A4**)

3.3.3. Бригада Судей в Исполнении (E): 4 Судьи (**E1, E2, E2, E4**)

3.4. Функции Бригады D

3.4.1. 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 всё упражнение целиком независимо, без консультаций с другими судьями, и затем выставляют **общую оценку DB**.

3.4.2. Вторая подгруппа (DA) записывает содержание упражнения символами, оценивает количество и техническую ценность Трудностей предмета (**DA**), и наличие требуемых Фундаментальных технических элементов предметов и полных волн тела (**W**). **Эти Судьи** оценивают всё упражнение целиком независимо, без консультаций с другими судьями, и затем выставляют общую оценку **DA**.

3.4.3. Записи судей: по окончании соревнований или вертушки Президент Верховного Жюри может затребовать судейские записи содержания упражнений символами с указанием номеров, фамилий гимнасток, их Национальных Федераций и предметов.

3.4.4. Окончательная оценка D получается путем сложения оценок **DB** и **DA**.

3.5. Функции Судей Бригады A

3.5.1. 4 Судьи A1, A2, A3, A4 – оценивают Артистические ошибки с помощью сбавок, определяя общую сбавку независимо и без консультаций с другими судьями. Наивысшая и самая низкая сбавки отбрасываются, и **окончательная сбавка A** определяется как среднее арифметическое из 2 средних сбавок.

3.5.2. Окончательная оценка А представляет собой окончательную сбавку в Артистизме, которую вычитают из **10.00 баллов**.

3.6. Функции Судей Бригады Е

3.6.1. 4 Судьи Е1, Е2, Е3, Е4 – оценивают Технические ошибки с помощью сбавок и определяют общую сбавку независимо и без консультации с другими судьями. Наивысшая и самая низкая сбавки отбрасываются, и **окончательная сбавка Е** определяется как среднее арифметическое из 2 средних сбавок.

3.6.2. Окончательная оценка Е представляет собой окончательную сбавку в Исполнении, которую вычитают из **10.00 баллов**.

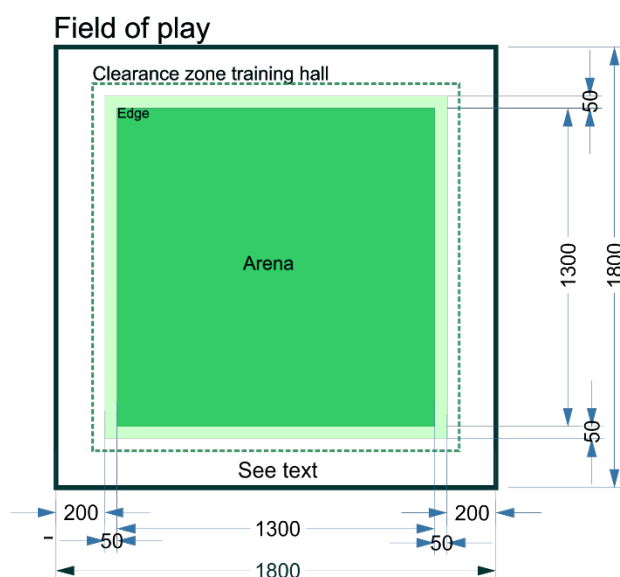
3.7. Функции Судей-Хронометристов и Судей на Линии

3.7.1. Судьи-Хронометристы и Судьи на Линии отбираются путем жеребьевки из Судей Бреве.

3.7.2. Судьи-Хронометристы (1 или 2):

- контролируют продолжительность упражнения
- запускают секундомер при подготовке гимнастки к стартовому положению для контроля продолжительности задержки
- фиксируют размер нарушения по хронометражу (в большую и меньшую стороны) при отсутствии компьютерного тайминга
- подают Главному Судье подписанные протоколы о нарушениях и сбавках
- 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.**

На иллюстрации показана зона вокруг площадки (см. *Нормы ФИЖ по предметам*):



3.7.3. Судьи на Линии (2):

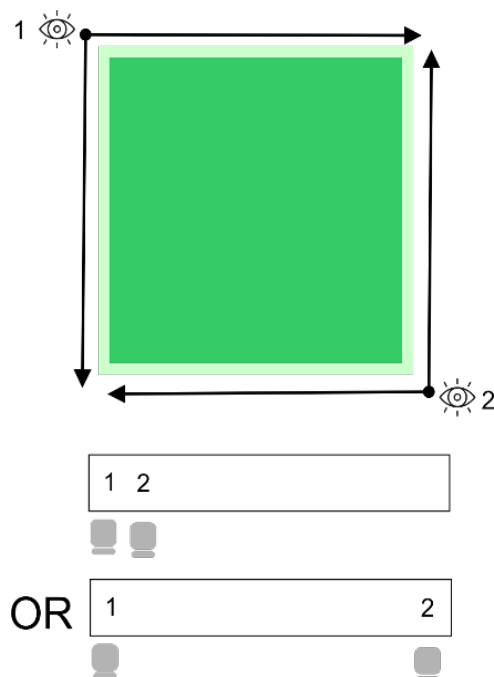
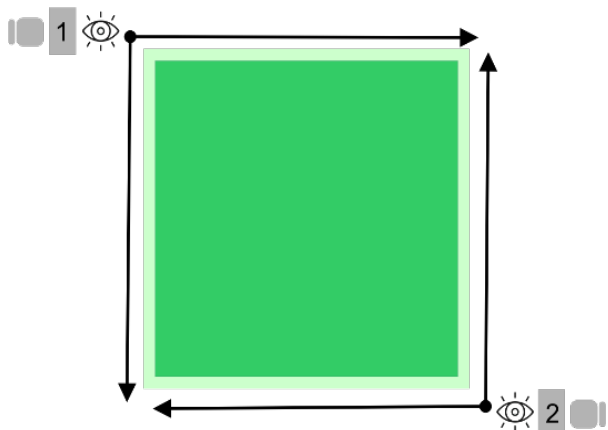
- фиксируют пересечение обозначенной линии официальной площадки предметом, одной или двумя ногами, любой частью тела, а также выход предмета за официальную площадку.
- поднимают флаг при пересечении обозначенной линии официальной площадки телом и/или предметом, если они выходят за пределы официальной площадки
- поднимают флаг, если гимнастка выходит за обозначенные пределы официальной площадки во время упражнения
- подают Президенту Верховного Жюри соответствующие подписанные протоколы о нарушениях и сбавках

3.7.4. Апелляции к Верховному Жюри по поводу сбавок Хронометриста или Судьи на линии: если тренер имеет сомнения относительно этих Сбавок, примененных Судьёй-Хронометристом и/или Судьёй на Линии, он может подать устный протест на рассмотрение Ответственного Судьи на тех же условиях и в те же временные рамки, что и для обычных протестов (см. ТР, Раздел 1, ст. 8.5 – Протесты по оценкам).

3.8. Позиции Судей на Линии:

Пример 1: Судьи на Линии располагаются на противоположных углах ковра.

Пример 2: Судьи на Линии располагаются за судьейским столом по углам и наблюдают за двумя линиями и углом по монитору и углом справа от них с использованием вспомогательной видеокамеры.



Функции Секретаря

Секретари обычно назначаются Оргкомитетом и обязаны владеть компьютером и знать Правила Судейства. Они подчиняются Президенту Верховного Жюри и отвечают за правильность внесения всех данных в компьютер, порядка выхода команд и гимнасток, за красный / зеленый свет, правильное отображение окончательных оценок на табло.

3.9. Функции Ответственного Судьи

Судья DA1 отвечает за все сбавки Ответственного Судьи в сотрудничестве Президентом Верховного Жюри. Все сбавки Ответственного Судьи, включенные в Таблицу (№ 13), и передаются на официальном бланке Судьей DA1 Президенту Верховного Жюри и им **перепроверяются**.

3.10. Подробнее о Жюри, их структуре и функциях – см. Технический Регламент, Раздел 1, п. 7, а также Общие и Специальные Правила для Судей.

4. ПОДСЧЕТ ОКОНЧАТЕЛЬНЫХ ОЦЕНОК

Правила определения Окончательной Оценки одинаковы для всех видов соревнований (*Индивидуальные квалификации, Многоборье и Финалы в отдельных видах*).

**Окончательная оценка в упражнении определяется путем сложения оценок D, A и E.
Сбавки (если есть) вычитаются из окончательной оценки.**

5. ПРОТЕСТЫ ПО ОЦЕНКАМ

- (См. Технический Регламент, Раздел 1, п. 8.5, Протесты по оценкам).

6. СОВЕЩАНИЯ СУДЕЙ

- Перед каждым официальным Чемпионатом ФИЖ Технический Комитет должен провести совещание, чтобы проинформировать участвующих судей об организации судейства.
- Перед всеми другими Чемпионатами или турнирами такое же совещание должен провести Оргкомитет.
- Все судьи обязаны присутствовать на совещаниях и/или инструктажах, на протяжении всех дней соревнований, а также на церемониях награждения по окончании каждого соревнования.
- Инструктаж судей проводится с личным присутствием или виртуально. Все зарегистрированные судьи должны изучить все учебные материалы, указанные ФИЖ, на соответствующих онлайн-платформах.

Регистрируясь в качестве судьи, судья соглашается с тем, что его/ее участие в образовательной программе будет контролироваться и что неучастие может привести к отстранению от судейства.

Для всех других уточнений, касающихся судей и судейства соревнований см. Технический Регламент, Раздел 1, п. 7, Раздел 3, а т.ж. Общие Правила для Судей и Специальные Правила для Судей.

7. ПЛОЩАДКА

- 7.1. Обязательно наличие ковра размером 13 X 13 м (**внешняя сторона линии**). Обязательно соответствие рабочего покрытия стандартам ФИЖ (см. Технический Регламент, Раздел 1)

- 7.2. 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.

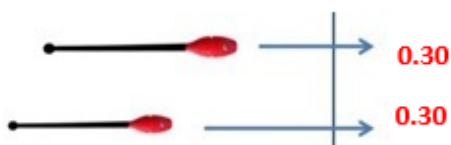
- 7.3. Выход за пределы установленной регламентом площадки гимнастики или предмета наказываются сбавкой.

Сбавка Судьи на Линии: 0.30 балла каждый раз для гимнастики или предмета при выходе за пределы площадки.

- 7.4. Потеря **2 предметов** с выходом за пределы официальной площадки:

- 7.4.1. **Последовательный выход** обеих булав за обозначенные пределы площадки:

Сбавка Судьи на линии: 0.30 балла за одну Булаву + 0.30 балла за другую Булаву



- 7.4.2. **Одновременная потеря** двух предметов **с одновременным выходом** за пределы официальной площадки **за одну и ту же линию:** 2 Булавы (соединенные или нет) потеряны вместе, одновременно, и вышли за одну и ту же линию:

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



- 7.4.3. **Одновременная потеря** двух предметов **с одновременным выходом за две разные линии:** 2 Булавы потеряны вместе, одновременно, и вышли за две разные линии

Сбавка Судьи на линии: 0.30 + 0.30 балла

- 7.5. В Индивидуальных упражнениях нет сбавки Судьи на линии в следующих случаях (в иных случаях применяются сбавки в соответствии с п.7.2. – 7.4):

- если предмет и/или гимнастка касаются линии
- если предмет выходит за пределы официальной площадки без касания пола
- при потере предмета на последнем движении упражнения с выходом за пределы официальной площадки после окончания упражнения и окончания музыки
- непригодный предмет удаляется за пределы официальной площадки
- сломанный предмет удаляется за пределы официальной площадки
- вторая булава преднамеренно выброшена за пределы площадки для того, чтобы взять пару запасных булав
- предмет, который самопроизвольно вернулся на площадку, удалён за пределы площадки
- предмет застрял в потолке (конструкциях, прожекторах, табло и т. п.)

- 7.6. Все упражнения должны полностью выполняться в пределах обозначенной поверхности ковра

- 7.6.1. Любая Трудность или элемент Артистизма, которые начаты **вне пределов** официальной площадки,

не будут оцениваться.

7.6.2. Если Трудность или элемент Артистизма **начаты в пределах официальной площадки** и завершены вне пределов официальной площадки, то они будут оценены.

7.6.3. Сбавки в Исполнении и Артистизме **применяются** в течение всего упражнения, включая все движения вне пределов официальной площадки.

8. ПРЕДМЕТЫ

8.1. Нормы – Контроль

8.1.1. Нормы и характеристики всех предметов изложены в *Нормах ФИЖ по предметам*.

8.1.2. Все предметы, используемые гимнастками, должны иметь логотип производителя и отметку “FIG approved logo” в определенном для данного предмета месте (Обруч, Мяч, Булавы, Лента). Гимнасткам не разрешается выступать с предметами без утвержденных обозначений. В таких случаях упражнение не оценивается.

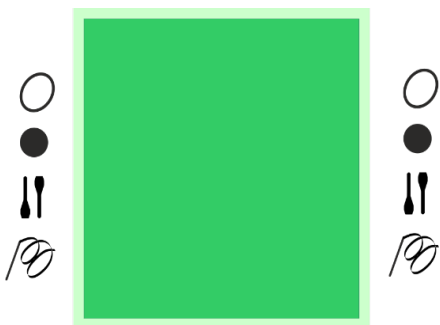
8.1.3. По требованию Верховного Жюри, все предметы должны быть проверены до входа гимнастки в зал соревнований, либо контроль может быть произведен после окончания упражнения, и/или проводится выборочная жеребьевка для проверки предметов.

8.2. Запасные предметы

8.2.1. Обязательно размещение вокруг площадки запасных предметов (в соответствии с программой предметов на каждый год).

8.2.2. Оргкомитет должен разместить комплект одинаковых предметов (полный комплект предметов, необходимых гимнасткам в соревнованиях) вдоль двух сторон ковра для использования любой гимнасткой.

8.2.3. Свободной от предметов остаются линия непосредственно перед судьями и линия входа и выхода на ковер. Предметы размещаются отдельно. **Пример:**



8.2.4. Если во время упражнения предмет потерян **и вышел** за пределы официальной площадки (**Сбавка Судьи на линии**, см. 7.3), гимнастка **может** использовать запасной предмет (нет сбавки).

8.2.5. Гимнастка может использовать только тот запасной предмет, который был размещён за пределами официальной площадки до начала упражнения. Однако, она может снова взять свой предмет после использования запасного предмета.

Сбавка: 0.50 балла за использование любого предмета, не размещенного заранее за линией официальной площадки

8.2.6. Гимнастка может использовать максимум запасных предметов, размещенных Оргкомитетом за линией официальной площадки с соответствующими сбавками.

Пример: Два Обруча размещены Организационным Комитетом согласно рисунку выше. Гимнастка может использовать оба предмета в одном упражнении, если необходимо

8.2.7. Не разрешается использование запасного предмета, **если предмет при падении не выходит** за пределы официальной площадки. Гимнастка должна будет взять свой собственный предмет в пределах официальной площадки. Если она использует при этом запасной предмет, то:

Сбавка: 0.50 балла за неправомерное использование запасного предмета.

8.2.8. Если при потере предмет падает и выходит за пределы официальной площадки (сбавка, см. 7.3), **а затем сам возвращается на площадку**, то гимнастка может взять запасной предмет без сбавки, но должна будет удалить вернувшийся предмет за пределы площадки (без сбавки) до конца упражнения. Если она этого не сделает, то:

Сбавка: 0.30 балла за не вынос за пределы площадки предмета, **вернувшегося в пределы площадки**

8.2.9. Если предмет падает и выходит за пределы официальной площадки, а затем тренер или любое другое лицо возвращает этот предмет гимнастке, то применяется Сбавка:

Сбавка: 0.50 балла за неправомерный возврат предмета.

| 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: без сбавки. |

- Гимнастка теряет свой предмет, и он выкатывается за пределы площадки.
- Гимнастка берет запасной предмет.
- Потерянный предмет откатывается обратно на площадку.
- Гимнастка забирает свой собственный предмет обратно и убирает с площадки запасной предмет.

- Судья Исполнения: 1,00 одновременно за потерю предмета.
- Судья на линии: 0,30 за потерянный предмет, покинувший площадку.
- Ответственный судья: без сбавки.

8.3 Непригодный предмет

8.3.1. Если до начала упражнения гимнастка решит, что ее предмет непригоден (**например**, имеется узел на Ленте или Скакалке), **то она может взять запасной предмет**, который будет считаться одним из запасных предметов, разрешенных для использования:

Нет Сбавки за использование запасного предмета

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

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

Сбавка Судьи-Хронометриста: 0.50 балла за задержку соревнований при слишком долгой подготовке к упражнению

8.3.3. Если во время упражнения предмет становится непригоден (материал ленты, узлы и т.п.), то гимнастка может взять запасной предмет:

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

8.4. ПРЕДМЕТ ЛОМАЕТСЯ ИЛИ ЗАЦЕПЛЯЕТСЯ ЗА КОНСТРУКЦИЮ ПОТОЛКА

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

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

В этом случае гимнастка может:

- прекратить выполнение упражнения
- продолжить упражнение, взяв запасной предмет и удалив сломанный предмет за пределы официальной площадки (**Нет Сбавки**).

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

9.5. Если предмет застрял в потолке во время упражнения, то гимнастке не разрешается начать упражнение снова.

В этом случае гимнастка может:

- прекратить выполнение упражнения
- взять запасной предмет и продолжить упражнение (**Нет Сбавки**).

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

- Трудности, уже выполненные правильным способом, будут засчитаны
- Сбавка за Артистизм = 10.00
- Сбавка за Исполнение = 10.00
- Сбавки Хронометриста применяются в соответствии с продолжительностью выполненного упражнения

8.4.6. Если гимнастка **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 за Артистизм
- В Исполнении будут применены все сбавки за время упражнения, включая “потерю предмета (нет контакта) в конце упражнения”

8.4.7. Если **запасной предмет** сломался в течение упражнения, то гимнастка может **прекратить** упражнение и покинуть площадку. Если Председатель Верховного Жюри подтвердит проблему, гимнастка будет повторно вызвана на ковер и выполнит упражнение еще раз в конце вертушки (или, при необходимости, в соответствии с решением Председателя Верховного Жюри). Если Председатель Верховного Жюри не подтвердит это, упражнение будет оцениваться так, как описано в пункте 8.4.5.

9. СПОРТИВНАЯ ОДЕЖДА ГИМНАСТОК

9.1.1 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 подниматься выше складки промежности и не должен опускаться ниже нижнего уровня промежности.
- Область таза/промежности и ягодицы, вплоть до верхней линии тазобедренных костей, должны быть покрыты непрозрачным материалом, не телесного цвета.
 - o Допускается наличие по бокам небольшой прозрачной/телесного цвета области для соединения/декорирования, если соблюдается следующее:
 - o Требуется сплошное цветное соединение между передней и задней частями купальника.
 - o Соединение может быть выполнено из ткани или аппликаций, но должно создавать впечатление цельного материала (а не отдельных кусков).
 - o Соединение должно быть на уровне тазобедренных костей или ниже.
 - o Технический Комитет рекомендует, чтобы вся область таза/промежности была покрыта непрозрачным материалом, не телесного цвета.

9.1.2. Рукава

- Леотард 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.

9.1.3. Ноги

- Разрешается надевать колготки в полный рост поверх леотардов, колготки в полный рост под леотарды, полностью комбинированные леотарды в полный рост или выступать с голыми ногами.
- Шорты, колготки средней длины и тому подобное не допускаются.
- Наряд "арлекин" запрещен: цвета ткани, покрывающей штанины, и длина основного цвета(ов) должны быть одинаковыми на обеих ногах. Отличаться может только стиль (детали покроя или украшения).

9.1.4. Юбка

- Поверх леотардов, 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).

9.1.5. Дизайн

- Дизайн, содержащий слова или символы, разрешен, если он соответствует Правилам рекламы на одежде для соревнований ФИЖ и Правилам судейства, п. 9.
- Допускаются декоративные аппликации или детали на одежде для соревнований:
 - o Декоративные детали не должны ставить под угрозу безопасность гимнастики.
 - o Запрещается украшать изделие светодиодами (LED).

9.1.6. Аксессуары

- Нижнее белье, надетое под леотард, не должно быть видно за швами самого леотарда.
- За исключением (возможно) колготок, леотарды должны быть цельными. Не допускаются леотарды и отдельные дополнительные "носки", "перчатки", "декоративные гетры", пояс и т.д.

- 9.1.7. Все купальники будут проверены перед входом гимнастки в зал соревнований. Если спортивная форма гимнастки не соответствует требованиям, то будет применена сбавка:

Сбавка: 0,30 если это правило не выполняется

- 9.2. Гимнастки могут выполнять упражнение **босиком или в гимнастических тапочках**; сбавка Ответственного Судьи не применяется, если во время соревнований гимнастка случайно теряет тапочек(ки).

- 9.3. Не допускаются крупные ювелирные украшения или пирсинг, представляющие риск для безопасности гимнасток. Разрешены небольшие прилегающие серьги.

Сбавка: 0,30 если это правило не выполняется

- 9.4. **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 если это правило не выполняется

- 9.5. **Макияж** должен быть легким и четким – театральный грим не допускается. Запрещено поправлять макияж во время упражнения.

Сбавка: 0,30 если это правило не выполняется

- 9.6. Не соответствующая официальным нормам соревнований эмблема или реклама:

Сбавка: 0,30 если это правило не выполняется

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

Сбавка: 0,30 если это правило не выполняется

10. ТРЕБОВАНИЯ К МУЗЫКАЛЬНОМУ АККОМПАНИМЕНТУ

10.1. Каждое упражнение в целом должно выполняться под музыку. Если музыка по какой-либо причине прекращается, гимнастка должна прекратить упражнение (см. п. 10.4). Упражнение, в котором музыка пропадает (технические проблемы) в одной или нескольких частях, не оценивается.

10.2. Может быть дан звуковой сигнал до начала музыки.

10.3. Для музыки каждого упражнения должен использоваться отдельный высококачественный USB или музыка загружается из Интернета в соответствии с Рабочим Планом и Директивами официальных соревнований или Чемпионатов ФИЖ. Если местный Оргкомитет требует загрузки музыки в цифровом виде, то все участвующие Федерации оставляют за собой право использовать на соревнованиях USB.

На каждом USB должна быть записана следующая информация:

- страна (3 заглавные буквы, используемые ФИЖ для обозначения страны, которую представляет гимнастка)
- имя гимнастки
- название предмета
- каждая музыкальная композиция должна быть на отдельном USB, с соответствующей информацией

10.4. В случае воспроизведения «неправильной» музыки (не соответствующей упражнению или искажённой музыки и т. п.) гимнастка должна немедленно прекратить выполнять упражнение, как только она поймёт, что музыка не соответствует её упражнению. Протесты по несоответствию музыки после окончания упражнения не принимаются.

- Если играет неправильная музыка или гимнастка не услышала начала музыки: гимнастка может остановиться на площадке, вернуться в исходное положение и немедленно выполнить упражнение под правильную музыку. Если правильная музыка не будет доступна немедленно, диктор попросит гимнастку покинуть площадку, и о гимнастке будет объявлено повторно, когда музыка будет доступна.
- Если после некоторого времени выполнения возникают проблемы с музыкой и музыка полностью исчезает: гимнастка должна прекратить упражнение и покинуть площадку. Если Председатель Верховного Жюри подтвердит проблему, гимнастка будет объявлена повторно и немедленно выполнит упражнение снова. Если Председатель Верховного Жюри это не подтвердит, упражнение будет оценено, как описано в пункте 8.4.5. Если гимнастка завершает упражнение без музыки, то упражнение оценено не будет (0,00).
- Если после некоторого времени выполнения возникают проблемы с музыкой (искажения, короткие перерывы и т.д.): гимнастка может завершить упражнение, выполняя его под искажённую музыку, и получить соответствующую оценку, или может прекратить упражнение и покинуть площадку. Если Председатель Верховного Жюри подтвердит проблему, гимнастка будет объявлена повторно и немедленно выполнит упражнение снова. Если Председатель Верховного Жюри не подтвердит это, упражнение будет оцениваться так, как описано в пункте 8.4.5.

11. ДИСЦИПЛИНА ГИМНАСТОК

11.1. Гимнастки должны являться на место соревнований только после их вызова или через микрофон или когда загорается зелёный сигнал. В случае задержки Председатель Верховного Жюри выясняет ее причину (организационные проблемы или дисциплинированность гимнастки).

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

Верховное Жюри должно определить причину задержки

(ошибки организаторов или дисциплина гимнасток).

11.2. Разминки в зале соревнований запрещены. Возвращение на ковер после окончания упражнения запрещено.

Сбавка: 0.50 балла за разминку гимнасток в зале соревнований

11.3. За несоответствие выбранного предмета стартовому порядку, производится следующее:

Гимнастку попросят покинуть площадку, и она выступит позднее, в соответствии со своим стартовым порядком для правильного / второго предмета.

Пропущенное упражнение будет выполнено в конце потока, а гимнастка будет наказана за это упражнение:

Сбавка: 0.50 балла (вычитается из пропущенного упражнения)

11.4. Если гимнастка прекратит упражнение из-за травмы или непредвиденных обстоятельств, то упражнение будет оценено как прекращение упражнения из-за сломанного предмета (п. 8.4.5)

11.5. Гимнастки могут повторять упражнения только при чрезвычайных обстоятельствах (по вине Оргкомитета) и с разрешения Ответственного Судьи, **например**, сбой электропитания, сбой музыкальной системы и т.п.)

12. ДИСЦИПЛИНА ТРЕНЕРОВ

12.1. Во время выполнения упражнения тренеру гимнастки (или любому другому члену делегации) не разрешается никаким образом общаться с гимнасткой, музыкантами или судьями. Тренеры должны оставаться в зоне, обозначенной Оргкомитетом.

Сбавка: 0.50 балла, если это правило не выполняется

13. СБАВКИ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ СУДЬЕЙ-ХРОНОМЕТРИСТОМ, СУДЬЕЙ НА ЛИНИИ И ОТВЕТСТВЕННЫМ СУДЬЕЙ В ИНДИВИДУАЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЯХ

Сумма этих сбавок вычитается из окончательной оценки

| 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 |
| 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 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 | 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 соответствующая официальным нормам эмблема и реклама | 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 гимнастками или с судьями | 0.50 |

1. ОБЗОР ТРУДНОСТИ

- 1.1. Гимнастка должна выполнять только элементы, которые она может выполнить безопасно и с высокой степенью эстетической и технической квалификации.
- 1.2. Очень плохо исполненные элементы не будут оценены Судьями Трудности (D) и будут наказаны Сбавкой Судей Исполнения (E).
- 1.3. Элемент, не содержащийся в Таблице Трудностей и не признаваемый бригадой D, не имеет ценности.
- 1.4. Существуют два компонента Трудности:
 - Трудность тела (DB), включая (R)
 - Трудность предмета (DA)
- 1.5. Требования к Трудности:

| Компоненты Трудности | |
|--|--|
| <p>Трудность Тела</p> <p>(DB)</p> <p>8 Наивысшей ценности засчитываются</p> | <p>Трудность Предмета</p> <p>(DA)</p> <p>Минимум 1 Максимум 15</p> <p>(в порядке выполнения)</p> |
| <p>Особые Требования</p> | |
| <p>Трудности Групп Тела:</p> <p>Прыжки Минимум 1</p> <p>Равновесия Минимум 1</p> <p>Вращения Минимум 1</p> | <p>Полные Волны Тела:</p> <p>W</p> <p>Минимум 2</p> <p>Фундаментальные элементы предмета:</p> <p>Минимум 6 (см. п. 3.2)</p> |
| <p>Динамические Элементы с Вращением - R</p> <p>Максимум 4</p> <p>(в порядке выполнения)</p> | |

- 1.6. Судьи в Трудности идентифицируют и регистрируют Трудности в порядке их исполнения, независимо от того, действительны они или нет:
 - Первая подгруппа Судей D (DB) оценивает количество и ценность элементов DB, количество и ценность R, и записывает все элементы с помощью символов
 - Вторая подгруппа Судей D (DA) оценивает количество и ценность элементов DA, наличие требуемых Фундаментальных Технических элементов предмета и наличие Волн тела W, и записывает все элементы с помощью символов.
- 1.7. Порядок исполнения Трудностей – свободный. Однако, расположение Трудностей должно быть организовано в соответствии с принципами хореографии и Артистизма, логично, плавно переходя в

связующие движения и элементы в гармонии с характером музыки.

2. ТРУДНОСТЬ ТЕЛА (DB)

2.1. Дефиниция:

2.1.1 Элементы **DB** (Прыжки, Равновесия, Вращения) содержатся в Таблицах Трудностей Правил судейства № 9, 11, 13 (\wedge , \top , \circ).

2.1.2 В случае текстуальных расхождений между описанием Трудности **DB** и рисунком в Таблице Трудности тела преимущество имеет текст.

2.2 Процедура принятия Новых Трудностей тела **DB**:

- Тренеры приглашаются к представлению новых Трудностей **DB**, которые ранее не выполнялись и/или ещё не фигурировали в Таблицах Трудностей тела **DB**.
- Новые элементы **DB** должны быть официально представлены Национальной Федерацией в Технический Комитет ФИЖ (ТК) через Офис ФИЖ по почте, электронной почте или письмом.
- Запрос на рассмотрение/оценивание такого элемента следует сопроводить описанием на английском языке, рисунком элемента и видео.
- Технический Комитет ФИЖ после получения нового элемента **DB** рассматривает его на своём ближайшем заседании.
- Новые элементы **DB** после их утверждения ТК публикуются в официальном Бюллетене ФИЖ.
- Иногда ТК не одобряет новый элемент.
- Письменное решение о принятии элемента поступает в скором времени в Соответствующую Федерацию.
- Утвержденные элементы **DB** могут выполняться в первый раз на официальных международных соревнованиях ФИЖ Групп 1, 2 или 3.
- После проведения очередного Чемпионата мира/ Олимпийских игр в Таблицы **DB** могут добавляться утвержденные **Новые Трудности тела DB**.

2.3. Требования:

2.3.1 Засчитываются 8 Трудностей наивысшей ценности в упражнении.

2.3.2 По крайней мере 1 элемент каждой Группы Трудностей тела должен присутствовать:

- Прыжки \wedge
- Равновесия \top
- Вращения \circ

2.3.3. Упражнение, в котором отсутствует 1 или более **DB** (п. 2.1.1.) наказывается Сбавкой 0.30 балла за каждую отсутствующую Группу тела, а также если гимнастка даже не пыталась выполнить Трудность тела.

2.4 Одинаковые и разные Трудности и формы

- 2.4.1 Каждая ячейка Таблиц 9, 11 и 13 содержит разные Трудности тела. Каждый рисунок в данной
- 2.4.2 Каждая Трудность тела **DB** (в каждой ячейке) засчитывается только 1 раз. Если Трудность **DB** повторяется, то она не засчитывается (**Нет Сбавки**).

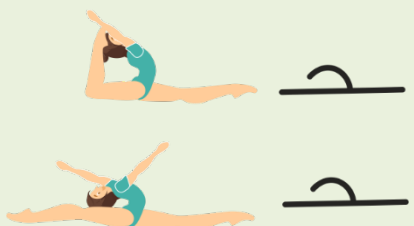
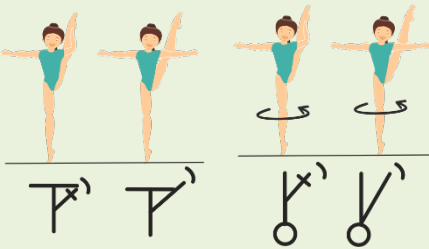
| Разъяснения / Примеры | |
|--|--|
| <p>Что, если гимнастка попытается принять форму DB, но потеряет равновесие и опустит ногу, или попытается поддержать свою ногу, но не сможет удержать ногу и попытается во второй раз?</p> | <p>Если гимнастка допускает техническую ошибку в подготовке и немедленно возобновляет подготовку, это не является повторением, и вторая попытка оценивается.</p> |




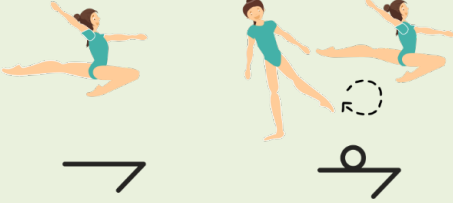
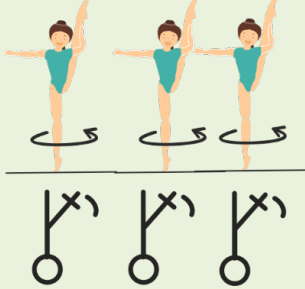

2.4.3. Трудности с одинаковой формой - это разные трудности с одинаковым соотношением и одинаковой эволюцией всех частей тела, которые участвуют в определении формы, включая опорную ногу (прямую или максимально согнутую). Различные формы необходимы для Комбинированных Трудностей тела (п. 2.7).

- Использование поддерживающей руки (с помощью и без помощи) не делает две формы разными.
- Благодаря своей эволюции в полете, все прыжки отличаются от всех равновесий и вращений.
- Одинаковое соотношение между частями тела, выполняемое как равновесие, так и вращение, имеет "одинаковую форму".

2.4.4 Возможно выполнение 2 и более идентичных (одинаковой 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.

| Разъяснения / Примеры | |
|---|---|
|  | <p>Одинаковые DB (одна ячейка)</p> |
|  | <p>Разные DB (разные ячейки)</p> <p>Одинаковые формы (одинаковые соотношения, отличие только в поддерживающей руке)</p> |

| | |
|---|--|
|  | <p>Разные DB (разные ячейки)</p> <p>Одинаковые формы (то же соотношение)</p> |
|  | <p>Different DBs (different boxes)</p> <p>Same shapes (same relation)</p> |
|  | <p>Разные DB (разные ячейки)</p> <p>Разные формы (разные эволюции – прыжок и равновесие)</p> |
|  | <p>Разные DB (разные ячейки)</p> <p>Разные формы (разные эволюции)</p> |
|  | <p>Одинаковый повтор – Серия засчитывается</p> |
|  | <p>Неодинаковый повтор: Серия не засчитывается, 2 последние DB не считаются</p> |

2.5 Ценность

2.5.1 Трудность тела DB засчитывается, если она выполняется в соответствии с техническими требованиями Таблицы Трудностей (№ 9, 11, 13).

Ценность VD определяется формой тела, которая была представлена: для того, чтобы быть засчитанной, все **DB** 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 **DB**.

Примеры:

- положение шпагата 180 гр.

- касание любой части ноги в Трудностях с прогибом туловища назад
- положение замкнутого кольца
- положение кольца
- положение подбива
- и т.п.

2.5.2. Если форма определяется с **малым отклонением** (10 гр. 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.

2.5.3. Если форма определяется **со средним отклонением** (11⁰ – 20⁰) 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.

2.5.4. Если форма в общем не определяется с **большим отклонением** (более 20⁰) одной или более частей тела, то **ДВ** не засчитывается **со Сбавкой в Исполнении 0.50** за каждое неправильное положение части тела.

2.5.5. 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.

| Разъяснения | |
|--|---|
| <i>Как Судьи различат разницу между 10⁰ и 11⁰?</i> | <i>Углы используются только как ориентиры, рекомендации: Судьи научатся оперировать понятиями малых, средних и больших сбавок</i> |

2.6. Требования к работе предмета

2.6.1 Каждая **ДВ** должна быть выполнена с минимум 1 Фундаментальным Техническим элементом предмета, специфичным для каждого предмета и/или Нефундаментальным Техническим элементом предмета в соотв. с дефиницией в Таблицах п. 3.5-0.

2.6.2. **ДВ** находится в соединении с техническим элементом предмета (Фундаментальным и/или Нефундаментальным), **если элемент выполняется в начале, во время или ближе к концу Трудности.**

| Разъяснения / Примеры | |
|--|---|
| <i>Что значит “в начале” и что “к концу” прыжка?</i> | <i>Прыжок начинается, когда гимнастка теряет контакт с полом. “Ближе к концу” - это последняя часть фазы полета. Когда гимнастка восстанавливает контакт с полом, Трудность заканчивается.</i> |

| | |
|--|--|
| <p>Что значит “в начале” и что “к концу” равновесия?</p> | <p><i>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 и все еще находится на релеве (если равновесие выполняется на релеве).</i></p> <p><i>Когда гимнастка покидает форму или релеве (если равновесие выполняется на релеве), Трудность заканчивается.</i></p> <p><i>Динамическое равновесие начинается с начала первого движения и заканчивается окончанием последнего движения.</i></p> <p><i>Когда гимнастка снова встает на обе ноги или ложится, динамическое равновесие нарушается.</i></p> |
| <p>Что значит “в начале” и что “к концу” вращения?</p> | <p><i>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 и все еще находится на релеве (если вращение определено на релеве).</i></p> <p><i>Когда гимнастка покидает форму или релеве (если вращение определено в релеве), Трудность заканчивается.</i></p> <p><i>Другие типы вращений начинаются с начала первого движения и заканчиваются окончанием последнего движения.</i></p> <p><i>Когда гимнастка перестает вращаться или снова встает на обе ноги, Трудность заканчивается.</i></p> |

2.6.3. Изолированная DB под полетом предмета во время высокого броска или “Бумеранга” действительна в соответствии со следующим:

- Изолированная **DB** 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 **DB** «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 **DB**, выполненная под малым броском, не засчитывается.
- Если изолированная **DB** выполняется под полетом предмета, то нельзя выполнить другую **DB** **любой ценности** с этим броском и/или ловлей, независимо от возможного наличия критерия для элемента **DA** при броске и/или ловле. Только 2 первые **DB** будут оценены.
- Если предмет потерян после **DB** под полетом предмета, **DB** не засчитывается.
- **Никакие компоненты Комбинированной Трудности** не могут быть выполнены «под полетом» предмета.

2.6.4 Серия Прыжков (с вращением или без) с **1 Трудностью под полетом**:

- включает бросок предмета во время первой **DB**, второй **DB** 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 **ДВ** при выполнении один раз под полётом. Это – не повтор того же технического элемента предмета, см. п. 3.8.1.

2.7. Комбинированные Трудности тела:

2.7.1 Дефиниция: 2 Трудности тела, выполняемые связно, последовательно, без подпрыгиваний и смещения опорной ноги. Все **ДВ** должны быть из Таблиц Трудностей тела (№ 9, 11, 13).

2.7.2. Трудности, включенные в **Комбинированную Трудность**, могут быть из разных групп элементов тела или из одной и той же группы элементов тела (п. 2.4.3) , но должны быть **разной формы**.

2.7.3. Первая **ДВ** в Комбинированной Трудности определяет, к какой группе тела она принадлежит.

2.7.4. Если гимнастка правильно сочетает 3 Трудности тела, первые 2 Трудности засчитываются как Комбинированные Трудности, а третья Трудность действительна как изолированная **ДВ**.

2.7.5. Каждая из 2 **ДВ** Комбинированной Трудности тела должна выполняться с одним Фундаментальным *и/или* Нефундаментальным элементом предмета (2 разных элемента предмета, по одному на каждую **ДВ**).

2.7.6. Комбинированные Трудности тела засчитываются как 1 **ДВ**.

2.7.7. В упражнении может быть выполнено **не более 1 Комбинированной Трудности тела**:

- Будет оцениваться только 1 Комбинированная Трудность тела
- **Дополнительные Комбинированные ДВ** не будут оцениваться (**Нет Сбавки**)

2.7.8. Ценность Комбинированной Трудности тела – это ценности каждой независимой **ДВ**, сложенные вместе, если соединение выполняется в соответствии с требованиями (п. 2.7.12).

2.7.9. Если требования к соединению или к одной из Трудностей не соблюдены, 2 **ДВ** будут оценены как изолированные **ДВ** и получают ценность, если они выполняются в соответствии с требованиями для каждой из них: только 1-я Трудность считается, только 2-я считается, обе изолированные Трудности считаются.

2.7.10. ДВ, используемые в комбинированной **ДВ**, **не могут повторяться** как **ДВ** изолированно или в серии. **Повтор ДВ не засчитывается.**












2.7.11. Следующие типы Трудности тела могут выполняться в Комбинированных Трудностях:

- Равновесие – только равновесия на релеве, без турлянов, без динамических равновесий. Таблица п. 11: Трудности 2.101 – 2.1499.
- Вращение – только повороты на релеве с фиксированной формой. Таблица п. 13: Трудности 3.101,

3.3013.1501 (без 3.1105)

- Прыжок – может быть использован только как вторая Трудность Комбинированной Трудности тела. Только с отталкиванием одной ногой, без последующих прыжков в шпагат. Таблица п. 9: Трудности 1.202, 1.401-1.2199 (без 1.2003), 1.2301 – 1.3299, 1.3705.

2.7.12. Две Трудности должны быть скомбинированы следующим образом:





| ДВ 1: | ДВ 2: | Требования к соединению: |
|---|---|---|
| Для всех типов ДВ | | <ul style="list-style-type: none"> • Без смены опорной ноги между Трудностями • Без шага между Трудностями • Без подпрыгивания между Трудностями • Без касания пола поднятой ногой, рукой(ами) или другими частями тела |
|  |  | • С обеими формами и соединением на релеве |
|  |  | • С соединением на релеве, на полной стопе или с плие |
|  |  | • С соединением с плие |
|  |  | • С обеими формами и соединением на релеве |
|  |  | • С обеими формами и соединением на релеве |
|  |  | • С соединением с плие |





2.8. **ДВ** не будет засчитана в следующих случаях:

- 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, или с одинаковым повтором (см. п. 3.8)
- Приземление на колено(и)

3. ФУНДАМЕНТАЛЬНЫЕ И НЕФУНДАМЕНТАЛЬНЫЕ ТЕХНИЧЕСКИЕ ГРУППЫ ПРЕДМЕТОВ

3.1. Дефиниция:

3.1.1. Каждый предмет (, , , ) имеет 4 Фундаментальные группы Технических элементов. Каждый элемент представлен в соответствующей ячейке в Таблице п. 3.5.

3.1.2. Каждый предмет (, , , ) имеет Нефундаментальные Технические элементы. Каждый элемент представлен в соответствующих ячейках в Таблицах п. 3.5-0.

3.2. Требования:

3.2.1. В каждом упражнении **должно быть минимальное требуемое количество** каждой Фундаментальной группы предметов (см. п. 3.5.).

3.2.2. Фундаментальные элементы предмета могут выполняться во время **ДВ**, Трудностей предмета **ДА**, Динамических элементов с Вращением, в Комбинациях Танцевальных шагов или в соединительных элементах между Трудностями.

Сбавка: 0,30 за каждый отсутствующий Фундаментальный технический элемент предмета.

3.2.3 Когда требуемые Фундаментальные элементы предмета делают **ДВ** действительной, **они должны быть разными** (см. п. 3.8). В противном случае, они могут быть повторены (одинаковые).

3.2.4. Сбавки за отсутствие минимально необходимого количества Фундаментальных технических элементов предмета применяются, когда Фундаментальный технический элемент **вообще не выполняется или выполняется, но не в соответствии с его дефиницией:**

- Длинный перекат с малыми отбивами: действителен со сбавкой Е. Короткий перекат: недействителен (не соответствует дефиниции).
- 4 овальные спирали ленты: действительны со сбавкой Е. 3 круга ленты: недействительно (не соответствует дефиниции).



3.3. 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 (и все его варианты, см. п. 3.6.2)
- Отбив любого предмета (кроме Мяча) от пола
- Эшаппе Ленты или Скакалки
- Бумеранг Ленты

3.4. “Высокий бросок” и “ловля с высокого броска” – это две разные группы элементов предметом (“Базы”). Если “высокий бросок” правильно выполнен для элемента **ДВ** или **ДА**, но последующая “ловля с высокого броска” приводит к потере предмета, то Базовый “высокий бросок” действителен, а Базовая “ловля с высокого броска” не засчитывается.

3.5. СВОДНАЯ ТАБЛИЦА ФУНДАМЕНТАЛЬНЫХ И НЕФУНДАМЕНТАЛЬНЫХ ТЕХНИЧЕСКИХ ГРУПП, СПЕЦИФИЧНЫХ ДЛЯ КАЖДОГО ПРЕДМЕТА





3.5.1 Обруч

| Количество, требуемое в каждом упражнении | Специфическая Фундаментальная и Фундаментальная техническая группа предмета | Нефундаментальная техническая группа предмета |
|---|---|--|
| 2 |  Большой перекат Обруча через минимум 2 большие части тела |  Перекат Обруча по полу |

| | | |
|---|---|--|
| 2 |  Вращения Обруча вокруг его оси между пальцами или вокруг / на части тела (мин. 1) |  Вращение Обруча вокруг оси на полу (мин. 1) |
| 1 |  Вращение (мин.1) Обруча вокруг кисти или вокруг части тела |  Скольжение Обруча по мин. 2 крупным частям тела. |
| 1 |  Проход через Обруч всем телом или частью тела (2 большие части тела) | |









Разъяснения / примеры:





Технические движения Обруча (с броском и без него) должны выполняться в разных плоскостях, направлениях и вокруг разных осей




| | |
|---|--|
|  | <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>Во время большого переката Обруча необходим проход не менее двух больших частей тела без прерывания. 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): 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>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.</p> <p>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)</p> |
|  | <p>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)</p> |

3.5.2. Мяч





| Количество, требуемое в каждом упражнении | Специфическая Фундаментальная и Фундаментальная техническая группа предмета | Нефундаментальная техническая группа предмета |
|---|---|---|
|---|---|---|

| | | |
|---|--|---|
| 2 |  Большой перекат Мяча через минимум 2 большие части тела |  <ul style="list-style-type: none"> • Перекат Мяча по полу (мин. 1) • Перекат тела по Мячу на полу  <ul style="list-style-type: none"> • Серия из 3 маленьких перекатов: комбинация маленьких перекатов по телу • Серия из 3 сопровождаемых маленьких перекатов по телу |
| 2 |  Восьмерка Мячом с круговыми движениями рук(и) |  <ul style="list-style-type: none"> • Движение с «выкрутом» Мяча (мин. 1) • Вращение кисти (костей) вокруг Мяча (мин. 2) • Свободное вращение(я) Мяча на части тела, включая кончик пальца (мин. 1) |
| 1 |  Ловля Мяча одной рукой |  После высокого броска отбив от пола и сразу же ловля разными частями тела (кроме рук) |
| 1 |  Отбивы: <ul style="list-style-type: none"> • Серии (мин. 3) малых отбивов от пола (ниже уровня колена) • Мин. 1 высокий отбив от пола (на уровень колена или выше) | |

| Разъяснения / примеры | | |
|---|--|---|
| Удержание Мяча двумя руками нетипично для этого предмета, поэтому это не должно превалировать в композиции. | | |
| Выполнение всех Технических групп с удержанием Мяча рукой корректно только с пальцами, сомкнутыми естественным образом, когда Мяч не касается предплечья. | | |
|  | Маленький перекат | Большой перекат |
| | <p>Перека́т должен быть по минимум одной большой части тела</p> <p>Пример части тела: от руки к плечу; от плеча к плечу; от стопы к колену и т. д.</p> <p>Примечание: маленькие перекааты засчитываются только в сериях по три</p> | <p>Перека́т должен быть по минимум двум большим частям тела без прерывания</p> <p>Например: от правой руки к левой руке через тело; туловище + ноги; рука + спина и т. д.</p> <p>Примечание по большим перекаатам в равновесии DB (за исключением динамических равновесий): Импульс для перекаата и импульс для DB могут быть даны одновременно. Ожидается, что после первоначального импульса равновесие DB будет зафиксировано на протяжении перекаата. Если этого нет, то критерий DB недействителен для большого перекаата DA, а большой перекаат не является действительным Техническим элементом предмета для равновесия DB.</p> |
|  | Восьме́рки Мячом с круговыми движениями руки (рук). Должны быть последовательно выполнены 2 полных круга. | |
|  | 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. DB может выполняться во время фазы толчка, во время контакта с полом или во время | |

| | |
|---|--|
| | возврата. |
|  | <ul style="list-style-type: none"> • Вращения кисти (костей) вокруг Мяча. Требуется минимум 1 вращение. • Вращательное движение рукой вокруг Мяча только с пальцами, сомкнутыми естественным образом • Мяч постоянно касается кисти (нет фазы полета) • Вращение(я) выполняются всей кистью (не только кончиками пальцев) |
|  | <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> |
|  | <ul style="list-style-type: none"> • Перекаты Мяча на полу (1 или больше). Перекат может быть маленьким или большим. • Перекаты тела по Мячу по полу. Может быть по маленьким или большим частям тела. <p>DB может быть выполнена при придании импульса, или с проходом над мячом, или с возвратом мяча (не с мячом, произвольно катящимся возле гимнастки, выполняющей DB)</p> |

3.5.3. Булавы










| Количество, требуемое в каждом упражнении | Специфическая Фундаментальная и Фундаментальная техническая группа предмета | Нефундаментальная техническая группа предмета |
|---|---|---|
| 2 | ✕ Мельницы: не менее 4 – 6 малых кругов Булавами с задержкой по времени, с попеременным скрещиванием запястий/кистей каждый раз. Булавы удерживаются за конец (маленькая головка) |  <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 между собой или по полу (мин. 2) • Скольжение Булавы по мин. 2 крупным частям тела |
| 2 | ⇒ 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. |
| 1 | + 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 |
| 1 | ⊙ Малые круги (мин. 1) обеими Булавами, одновременно или последовательно, по одной Булаве в каждой руке, удерживаемых за конец (маленькая головка) |  Серии (мин.3) малых кругов одной Булавой |

Разъяснения / примеры

| | |
|---|---|
| <p>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</p> | |
| ✕ | <ul style="list-style-type: none"> • “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: <ul style="list-style-type: none"> • Вертикальные – импульс вращения может быть как вниз, так и вверх • Горизонтальные – импульс может быть как вправо, так и влево. • Мельницы могут быть двух- и трехтактные: <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) |
| + | <ul style="list-style-type: none"> • Должны выполняться с разными движениями каждой Булавой по форме, или амплитуде <u>и</u> по рабочим плоскостям или направлению. • 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 • Постукивания не имеют четкой рабочей плоскости/направления и не могут быть частью асимметричных движений • В каждой руке должно быть по одной Булаве (нет бросков, асимметричных бросков, каскадных бросков) |
| ∞ | <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) |





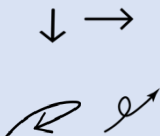
3.5.4. Лента



| Количество, требуемое в каждом упражнении | Специфическая Фундаментальная и Фундаментальная техническая группа предмета | Нефундаментальная техническая группа предмета |
|---|--|---|
| 2 |  <ul style="list-style-type: none"> • Спирали (мин. 4 – 5 кругов), плотных и одинаковых по высоте, выполняемых по воздуху или по полу. <p style="text-align: center;">ИЛИ</p>  <ul style="list-style-type: none"> • «Фехтовальщик» (мин. 4 – 5 кругов) |  <ul style="list-style-type: none"> • Вращательное движение палочки Ленты вокруг кисти • Закручивание (раскручивание) • Движения Ленты вокруг части тела, которое создается, когда палочка Ленты удерживается различными частями тела (кисть, шея, колено, локоть) во время движений тела или Трудностей тела с вращением (не во время «Турляна»), обматывание материала ленты вокруг тела • Средний круг Лентой |
| 2 |  <ul style="list-style-type: none"> • Змейки (мин. 4 – 5 волн), плотных и одинаковых по высоте, выполняемых по воздуху или по полу | |
| 1 |  <ul style="list-style-type: none"> • «Бумеранг»: отпускание палочки Ленты с удержанием конца Ленты, затем подтягивание палочки обратно и ловля. |  <ul style="list-style-type: none"> • Большой перекаат палочки Ленты по минимум двум крупным частям тела  <ul style="list-style-type: none"> • Перекаат палочки Ленты по части тела |
| 1 |  <ul style="list-style-type: none"> • “Эшаппе”: вращение палочки Ленты во время полета |  <ul style="list-style-type: none"> • Проход через рисунок или над рисунком Ленты всем телом или частью тела |





Разъяснения / примеры

Все элементы, нетипичные по технике для Ленты (например, закручивание/раскручивание, соскальзывание палочки, отбивы/отталкивания) не должны преобладать в композиции.

| | |
|---|--|
|  | «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>«Бумеранг» состоит из 3 частей:</p> <ul style="list-style-type: none"> Отпускание (бросок) палочки в воздух или вдоль пола: <ul style="list-style-type: none"> 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. <ul style="list-style-type: none"> Бумеранг может быть выполнен с одним или несколькими оттягиваниями, прежде чем поймать палочку. Все действия между первоначальным отпусканием и ловлей палочки относятся к одному и тому же Техническому элементу предмета (а не к 2 или более отдельным «бумерангам»). Ловля палочки: элемент, включающий только подтягивание Ленты и ловлю палочки (без отпускания), не отвечает дефиниции «Бумеранга» |
|  | <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 |
|  | Эшаппе – 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 Эшаппе, в зависимости от высоты. |
|  | 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. |

3.6. Сводная таблица Нефундаментальных технических элементов, действительных для всех предметов (п. 3.6.1.)

3.6.1. Высокие броски и ловля предметов

| | |
|---|--|
|  | Высокий бросок: более чем 2 роста гимнастки стоя |
|  | Высокий бросок 2 Булав: более чем 2 роста гимнастки стоя |
|  | Ловля предмета с полета после высокого броска |
|  | Ловля 2 Булав с полета после высокого броска |
| Разъяснения | |
| Что значит «ловля с полёта»? | После броска предмет находится в свободном полёте в воздухе. <u>Поймать</u> его – значит вернуть его из состояния полёта. Если вместо этого гимнастка умышленно позволяет предмету отскочить от пола перед ловлей, то это не ловля, а <u>отбив</u> . |
| Разъясните высоту бросков: с какой точки измеряется высота броска? | Высота броска измеряется от точки отпускания предмета. |

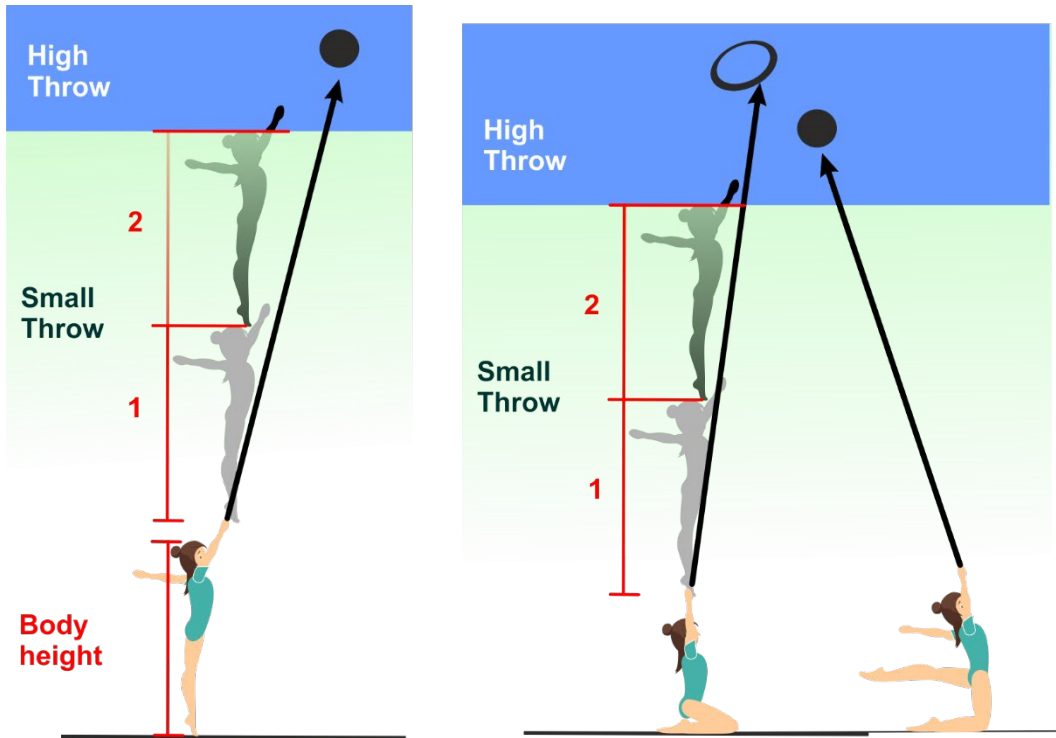
Действительна ли ловля, если предмет касается пола?

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.

См. также Разъяснения / примеры ловли ленты (п. 3.5.4).

Пример 1: высокий бросок



3.6.2. Малые броски и ловля предметов

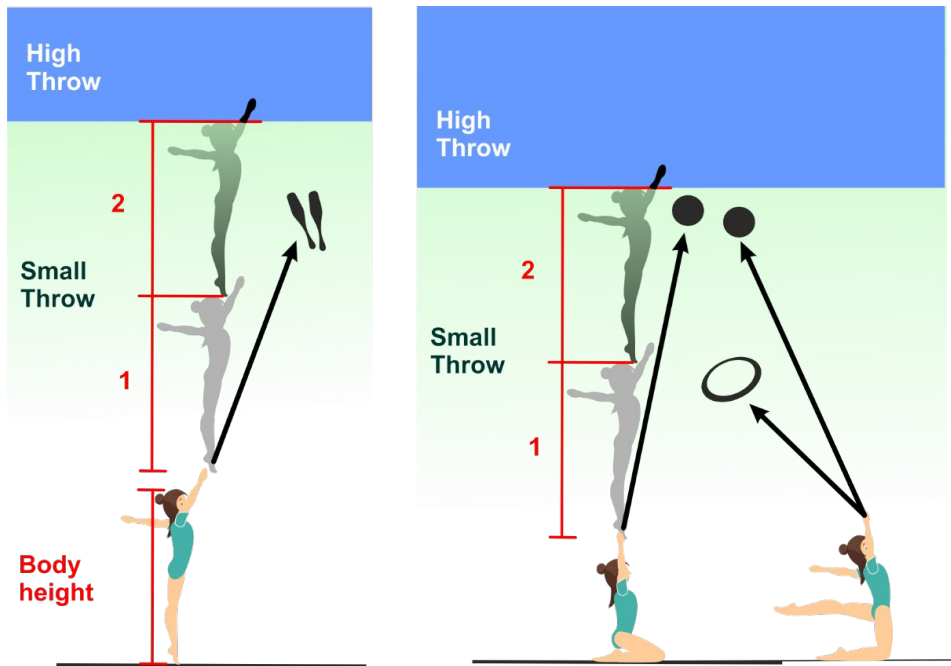


Малый бросок и ловля предмета с полёта: близко к телу, не более чем 2 роста гимнастки стоя, мин. 1 четко видимая фаза полета:

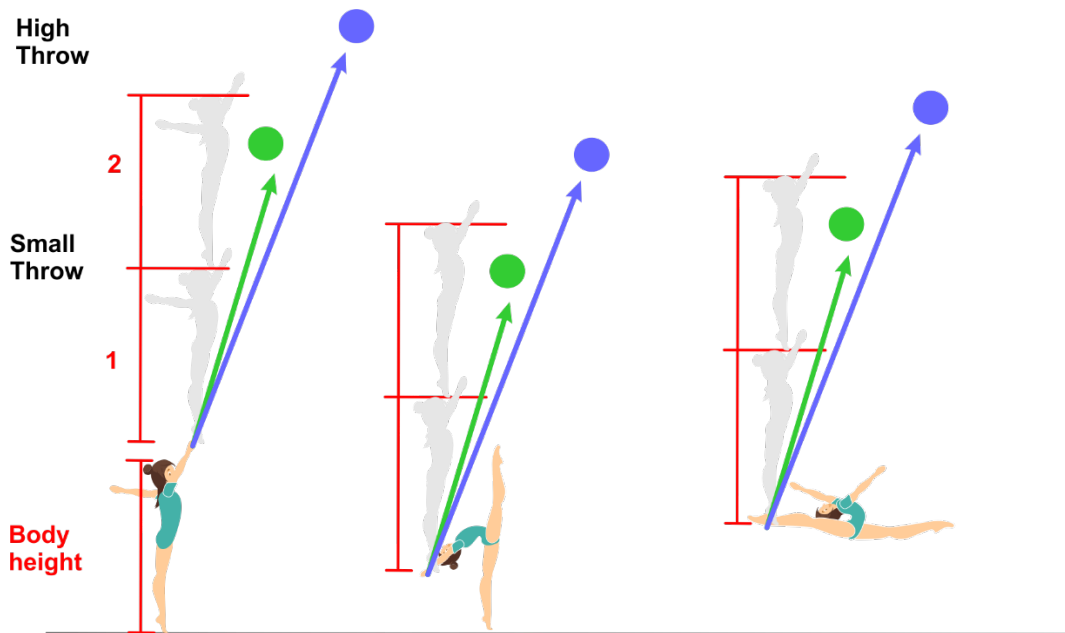
- С броском/толчком в воздух
- С отбивом от тела
- Свободное падение предмета с высоты
- Для броска одной Булавы: с вращением 360° или без вращения

Примечание: малый бросок 2 булавы без вращения обеих булавы на 360 гр. не засчитывается как Технический элемент предмета

Пример 2: малый бросок



Пример 3: высота бросков: высокие и малые броски, когда тело движется во время броска



3.6.3. ДВ под полётом предмета или при Бумеранге

| | |
|--|---|
| | <p>ДВ выполняется под полётом предмета после высокого броска или Бумеранга (изолировано, п. 2.6.3, с сериями, п. 2.6.4)</p> |
|--|---|

3.6.4. РАБОТА С ПРЕДМЕТОМ означает, что предмет должен быть в движении

| | |
|--|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Большие круги предметом • Движения «Восьмерки» (не для Мяча) • Передача предмета вокруг любой части тела или под ногами (ногой), из руки или |
|--|---|

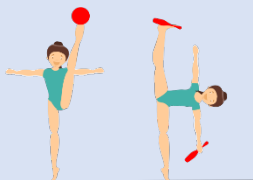
| | |
|--------------------|--|
| | части тела в другую руку или часть тела • Передача предмета без помощи рук мин. 2 разными частями тела (кроме рук) • Проход над предметом целиком или частью тела без передачи предмета из руки или части тела в другую руку или часть тела. |
| Разъяснения | |
| ∞ | <i>Средний или большой круг: предмет должен показать полный круг 360 гр.</i> |
| | <i>Восьмерки: должны быть представлены 2 полных круга последовательно</i> |

3.6.5. 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 (не зажат)

3.6.5.1. Предмет свободно балансирует (не зажат) на небольшой поверхности или частях тела: с вращением или без вращения

Примеры: небольшая поверхность или часть тела (предмет не зажат)



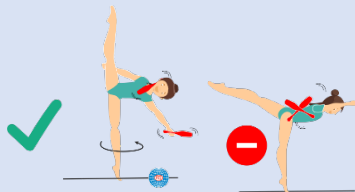
На стопе поднятой ноги



На груди: только для мяча, не зажатого другими частями тела











Открытая ладонь: только для ДВ с вращением для Мяча



Шея (не на спине): только во время ДВ с вращением.
Одна Булава в положении неустойчивого баланса засчитывается, т. к. вторая Булава выполняет техническое движение. Не засчитывается для 2 булав, скрещенных на шее.

Одна Булава балансирует на другой – это считается неустойчивым балансом во время любого типа ДВ с вращением (недействительно для Турляна)

Примеры и разъяснения: открытая ладонь

| | | | |
|---|---|--|---|
|  |  |  |  |
| Correct execution | Ball held against the forearm | Ball held against the forearm and squeezed | Ball grasped and squeezed |
| No penalty | ET -0,1 p. | ET -0,1 p. | ET -0,1 p. |
|  |  |  |  |
| Правильное выполнение | Мяч удерживается предплечьем | Мяч удерживается предплечьем и зажат | Мяч схвачен и зажат |
| Нет сбавки | ET -0,1 балла | ET -0,1 балла | ET -0,1 балла |
| Засчитывается | Засчитывается | Не засчитывается | Не засчитывается |

3.6.5.2. Предмет зажат между 2 небольшими частями тела: с вращением или без вращения

| Примеры / пояснения | |
|---|--|
| Предмет зажат между 2 маленькими частями тела – с вращением или без вращения | |
|  |   <p><i>и т. п</i></p> |

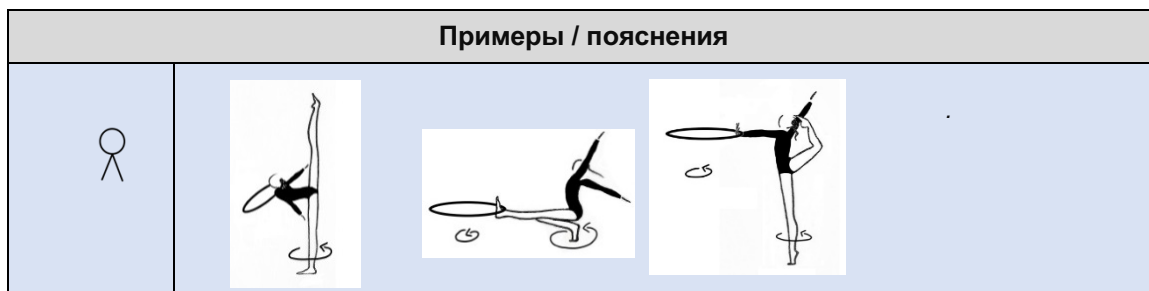
| Примеры: | |
|---|--|
| Предмет зажат между любыми маленькими или большими частями тела только во время элемента вращения | |
|  |       <p>Засчитывается, только если Мяч зажат между маленькими и/или большими частями тела <u>во время элемента вращения</u></p> |

Примечание: Исключение для зажатого предмета: Мяч, зажатый между рукой сверху и любой частью

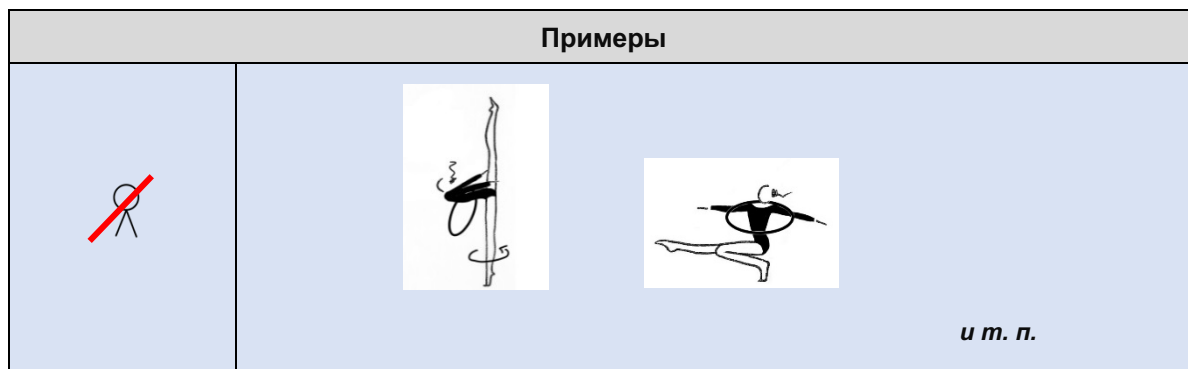
тела, не засчитывается как нестабильный баланс, независимо от наличия вращательного движения тела






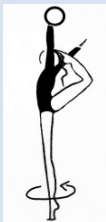




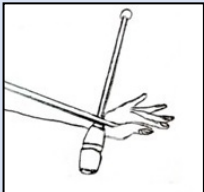
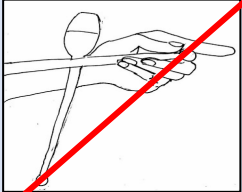
3.6.5.3 Предмет свободно свисает / подвешен: только для элементов DB с вращением (предмет не зажат)



Примечание: предмет расположен на части тела с дополнительной поддержкой руками – не засчитывается как «свободно подвешенный» в положении нестабильного баланса



3.6.5.4. Положения нестабильного баланса, считающиеся одинаковыми / разными:

| Разъяснения | |
|--|--|
|   | <p style="text-align: center;">Одинаковые</p> <p>Во время Трудностей Вращения Мяч удерживается впереди левой рукой, а затем впереди правой рукой (это <u>одинаковые</u> положения)</p> <p style="text-align: center;">Разные</p> <p>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 руки к другой во время вращения.</p> <p>Примеры:</p> <div style="display: flex; justify-content: space-around; align-items: center;">     </div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-left: auto; margin-right: auto; text-align: center;"> <p><i>Видимое изменение от одной руки к другой</i></p> </div> |
|   | <p style="text-align: center;">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, чтобы быть разным:</p> <div style="text-align: center;"> <p>Внешняя сторона</p>  </div> <div style="text-align: center; margin-top: 20px;"> <p>Внутренняя сторона</p>  </div> <p>Если одна Булава удерживается другой Булавой на внутренней стороне руки, то это не считается нестабильным балансом</p> |

3.7. Статичный предмет

3.7.1. Предмет должен быть в движении или в нестабильном балансе, а не просто удерживаться или сжиматься долгое время.

3.7.2. Статичный предмет – это предмет, удерживаемый или зажатый:

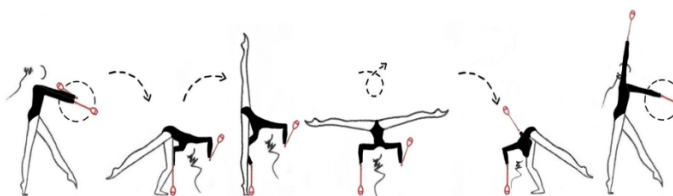
- "Предмет удерживается" означает, что предмет крепко держат одной или двумя руками и/или одной или более частями тела (не в нестабильном положении)
- Предмет, удерживаемый "долгое время" означает **более 4 секунд**.

3.7.3. 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).

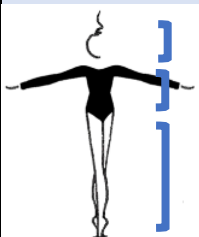


3.7.4 Преакробатический элемент, выполненный с опорой полностью на предмет без контакта любой части тела с полом, не допускается. Преакробатический элемент, выполненный таким способом, не засчитывается как критерий к соответствующей Трудности:



3.8. Технические элементы предметов во время выполнения ДВ должны быть разными:

| Разъяснения / примеры | |
|--|---|
| Технические элементы предметов разные, если выполнены: | <p>В разных плоскостях: Плоскости оцениваются относительно пространства: горизонтальная, фронтальная, сагиттальная • Критерий "плоскости" неприменим к <u>спиральям</u>. Спирали должны иметь разные направления и/или разный уровень.</p> |
| | <p>В разных направлениях – оценивание: Проход через предмет вперед и назад / проход внутрь, наружу, проход всем телом - это разные вещи.</p> <p>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.</p> <p>Каждый элемент предмета может быть повторен с <u>туловищем</u> в двух разных направлениях, например: вертикально + вбок, вперед + назад, прогиб + вбок и т.д.</p> <p>Все остальные варианты направлений считаются одним и тем же</p> |

| | |
|--|---|
| | <p><i>Техническим элементом предмета, например:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • 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 |
| | <p>На разных уровнях</p>  <ul style="list-style-type: none"> Уровень 1: голова-плечи Уровень 2: грудь-талия Уровень 3: ниже талии-стопы |
| | <p>Технический элемент, выполненный с использованием различных частей тела следующим образом:</p> <ul style="list-style-type: none"> • С помощью различных частей тела, например, отбив рукой, отбив коленом • На разных частях тела • Перекаты и скольжения по различным частям тела • Один раз <u>под ногой</u> и один раз <u>не под ногой</u> - разные отбивы (мяч проходит под ногой) • Разные части тела, проходящие через предмет, например, руки и туловище, ноги и туловище, тело целиком |
| | <p>С разной техникой бросков</p> |

3.8.1. Одинаковые Технические элементы предметов

- 3.8.1.1. **Две отдельные ДВ** с одинаковыми элементами предметов не засчитываются; вторая **ДВ** с элементом предмета (в порядке выполнения) не будет оценена (**Нет Сбавки**).
- 3.8.1.2. 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.
- 3.8.1.3. Одинаковые элементы предметов, выполненные **в двух разных ДВ** (из одной или разных Групп тела), не считаются разными элементами предмета.
- 3.8.1.4. Одинаковые элементы предметов, выполненные сначала правой, а потом левой рукой, не считаются разными элементами предмета.
- 3.8.1.5. В Равновесии Фузте должен быть выполнен 1 Фундаментальный или Нефундаментальный Технический элемент предмета в любой фазе Равновесия, **чтобы была засчитана ДВ, которая не может быть повтором в соответствии с п. 3.8.** Если это требование выполнено, то можно выполнять дополнительные элементы предмета.

Разъяснения / примеры

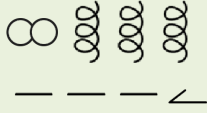
Если гимнастка выполняет один и тот же отбив мяча во время прыжка, а затем во время равновесия, то равновесие будет недействительно.

Если гимнастка выполняет спирали ленты во время поворота, а затем в другой части упражнения выполняет другой поворот с теми же спиральями, второй поворот (в порядке выполнения) будет недействителен.

Если гимнастка выполняет прыжок с поворотом под полетом предмета, а затем в другой части упражнения выполняет поворот под полетом предмета, то поворот будет недействителен.

Если гимнастка 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.

3.8.1.6. 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 (п. 2.6.4) с другими техническими элементами.

| Разъяснения / примеры | |
|--|---|
| Трудности | Разъяснение |
|  | <p>В серии допускаются разные Технические элементы предмета (большой круг, спирали) и одинаковые Технические элементы предмета (дважды одинаковые спирали).</p> <p>4-й прыжок не идентичен и не является частью серии; повторение одинаковых спиралей не допускается:</p> <p>3 прыжка в шпагат содержат действительные Технические элементы, а 4-й прыжок не содержит действительного Технического элемента.</p> |
|  | <p>Допускаются одинаковые спирали в двух местах в серии, повторяющиеся раздельно, также в сочетании с высоким броском и ловлей:</p> <p>Все 5 ДВ имеют действительные Технические элементы предмета.</p> |

4. ДИНАМИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ВРАЩЕНИЕМ (R)

4.1. Дефиниция:

4.1.1. **R** – это комбинация высокого броска, 2 или более элементов с вращением и ловли предмета.

4.1.2. **R** должен состоять из **3 компонентов** и засчитывается только тогда, когда все 3 компонента выполнены:

4.1.2.1. **Высокий бросок** предмета (**более чем 2 роста гимнастки**), выполненный до первого вращения или во время первого вращения. **Малый бросок не засчитывается.** (п. 3.6.2.).

4.1.2.2. **Минимум 2 полных динамических элемента с вращением тела**

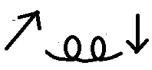



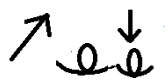
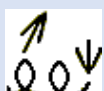
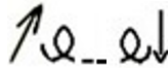
- Минимум 2 базовых вращения должны выполняться во время полёта предмета.
- Каждое базовое вращение должно выполняться на 360°
- Базовые вращения могут выполняться вокруг любой оси
- Базовые вращения могут быть как с изменением оси вращения тела, так и без него

- 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.

4.1.2.3. Ловля предмета после базового вращения: во время последнего дополнительного вращения или после вращений

• **Дополнительны вращения** оцениваются после двух базовых вращений и будут действительны даже с дополнительными шагами между вращениями/после них: Дополнительные вращения будут действительны со сбавкой за неточную траекторию и любые дополнительные технические ошибки.

- **Примечание (Мяч):** предметы могут быть пойманы сразу же после отбива от пола, при условии, что отбив сделан не выше колена и ловля выполнена без помощи рук. R с отбивом выше уровня колена или с изначальным касанием рукой(ами) не засчитывается.
- **Примечание (Лента):** любая часть палочки должна быть поймана, чтобы быть засчитанной (с возможной сбавкой в Исполнении за неправильную ловлю).

| Разъяснения / примеры | | |
|---|--|---|
| Элемент R | Разъяснение: | Оценивание |
|  | Высокий бросок, два базовых вращения при полёте, ловля | R2 |
|  | Высокий бросок, два базовых вращения при полёте, два шага, ловля | R2 Требования выполнены; Сбавка в Исполнении E 0.30 за неточность траектории с 2 шагами |
|  | Высокий бросок, одно базовое вращение при полёте, ловля | Не засчитывается: Только одно вращение при полёте |
|  | Высокий бросок во время вращения, ловля во время вращения | Не засчитывается: Нет вращения при полёте |
|  | Высокий бросок, первое базовое вращение при полёте, ловля на втором базовом вращении | Не засчитывается: Только одно вращение при полёте |
|  | Высокий бросок на первом вращении, одно вращение при полёте, ловля | Не засчитывается: Только одно вращение при полёте |
|  | Высокий бросок, первое базовое вращение, дополнительные шаги, второе базовое вращение, ловля | Не засчитывается: Прерывание (2 дополнительных шага) между двумя базовыми вращениями, Сбавка в Исполнении 0.30 за неточность траектории с 2 шагами |

4.1.3. Дефиницию **R с тремя одинаковыми DB с прыжком и поворотом** см. в п. 4.6.

4.2 Требования

4.2.1. Максимум 4 R в упражнении могут быть оценены **в порядке их выполнения**.

4.3. Выбор элементов вращения

4.3.1. Два базовых вращения и любые дополнительные вращения могут быть любыми вариантами следующих групп элементов с поворотом на 360° , перечисленных в соответствующих таблицах для:

- Преакробатических элементов (4.4)
- Вертикальных вращений (включая DB с поворотом на 360° и более с ценностью 0,10) (4.5)
- DB с поворотом на 360° и более, ценностью 0,20 или более (таблицы Трудности тела №9, №13)

4.3.2. 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 будет недействительно.

4.3.3. 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.

4.3.4. DB с поворотом на 360° или более с ценностью 0,20 или более может использоваться максимум один раз в каждом R и будет действительна в качестве элемента вращения:

4.3.4.1. DB может выполняться только во время броска или ловли.

4.3.4.2. Если DB выполняется во время броска, но предмет теряется в конце R, то DB действительна (R не засчитывается).

4.3.4.3. В R могут использоваться только те DB, которые определены с поворотом на 360° или более и с ценностью 0,20 или более.

4.3.4.4. Использование вертикальных вращений, созданных на основе DB с ценностью 0,10, не считается DB и не учитывается в максимальном количестве 1 DB на каждый R.

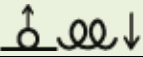
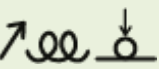
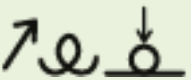
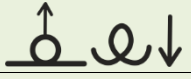
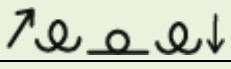
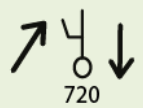
4.3.4.5. DB без вращения или DB, определенный с поворотом на 180° , не допускается (R не засчитывается).

4.3.4.6. Последнее вращение в R не может быть использовано в качестве подготовки к DB без вращения (R не засчитывается).

4.3.4.7. Попытка выполнения DB с вращением, выполненная недопустимым образом, не считается вращением (R засчитывается, если базовая дефиниция выполняется без этого вращения).


4.3.4.8. Повтор DB ценностью 0,20 или более, использованного ранее в упражнении, не допускается: повтор DB на 0,20 или более не засчитывается как вращение (R действителен, если базовая дефиниция выполняется без этого вращения).

4.3.4.9. DB засчитывается как одно вращение, также когда DB включает в себя несколько вращений от одного импульса.

| Разъяснения / примеры | | |
|---|--|--|
| DB с вращением в R | | |
| Элемент R | Разъяснение | Ценность |
|  | Высокий бросок во время первого вращения (DB), два базовых вращения в полете, ловля | R3 = 0.30 1 DB считается |
|  | Высокий бросок, два базовых вращения в полете, ловля во время третьего вращения DB | R3 = 0.30 1 DB считается |
|  | Высокий бросок, первое вращение в полете, ловля во время второго вращения (DB) | R не считается Отсутствуют 2 базовых вращения под полетом 1 DB считается |
|  | Высокий бросок во время первого вращения (DB), второе вращение в полете, ловля | R не считается Отсутствуют 2 базовых вращения под полетом 1 DB считается |
|  | Высокий бросок, первое вращение в полете, второе вращение в полете (DB), третье вращение в полете, ловля | R не считается (4.3.4.1) DB не считается |
|  | Высокий бросок, поворот Аттитюд на 720°, ловля | R не считается (4.3.4.9) 1 DB считается под полетом (2.6.3) |

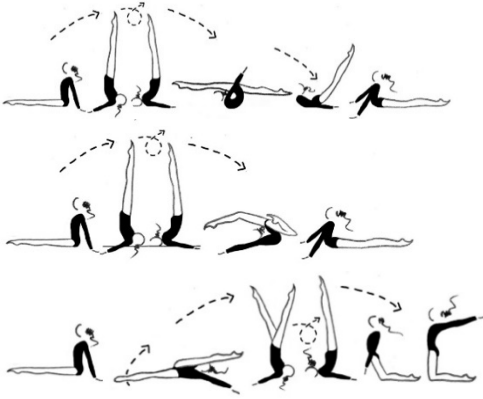
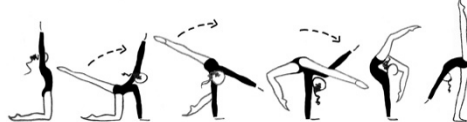

4.4. Преакробатические элементы

4.4.1 Таблица групп преакробатических элементов

| № | Группа | Возможные варианты |
|---|----------------|--|
| 1 | Кувырок вперед | <p>Исходное положение: Стоя, на коленях, сидя и т. д.</p> <p>Промежуточная опора: Одна рука, две руки, локти, голова и т. д.</p> <p>Финальное положение: Стоя, на коленях, сидя и т. д.</p> <p>Движения ног: Передний шпагат, боковой шпагат, ноги вместе в любой фазе, смена ног, кабриоль/с подбивом, ронд, велосипед и т. д., с выпрямленным или согнутым коленом(ями).</p> <p>Примеры:</p>  |

| | | |
|---|--------------------------------|--|
| | | |
| 2 | Кувырок назад | <p>Исходное положение: Стоя, на коленях, сидя и т. д.</p> <p>Промежуточная опора: Одна рука, две руки, локти, голова и т. д.</p> <p>Финальное положение: Стоя, на коленях, сидя и т. д.</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 т. д., с выпрямленным или согнутым коленом(ями).</p> <p>Пример (один из вариантов):</p> |
| 3 | Колесо | <p>Исходное положение: Стоя, на коленях и т. д.</p> <p>Промежуточная опора: Одна рука, две руки, локти, голова, грудь, шея и т. д.</p> <p>Финальное положение: Стоя, на коленях, сидя и т. д.</p> <p>Движения ног: Боковой шпагат, ноги вместе в любой фазе, смена ног, и т. д., с выпрямленным или согнутым коленом(ями).</p> <p>Примечание: Колесо, которое заканчивается положением лёжа на полу, считается полным вращением на 360°.</p> |
| 4 | Перекат вперед | <p>Исходное положение: Стоя, на коленях и т. д.</p> <p>Техника: Через голову, через плечо и т.п.</p> <p>Финальное положение: Стоя, на коленях, сидя, через шпагат и т. д.</p> <p>Движения ног: Ноги вместе, последовательно, шпагат и т. д., с выпрямленным или согнутым коленом(ями).</p> <p>Примечание: перекат может заканчиваться положением лёжа на полу с целью ловли предмета (считается полным вращением на 360°).</p> |
| 5 | Перекат назад | <p>Исходное положение: Стоя, на коленях, сидя и т. д.</p> <p>Техника: Через голову, через плечо и т.п.</p> <p>Финальное положение: Стоя, на коленях, сидя, через шпагат, с положением подбива и т.д.</p> <p>Движения ног: Ноги вместе, последовательно, шпагат и т. д., с выпрямленным или согнутым коленом(ями).</p> |
| 6 | Перекат на грудь вперед | <p>Исходное положение: Стоя, на коленях, лёжа и т. д.</p> <p>Финальное положение: Сидя, на коленях, в шпагате и т. д.</p> <p>Движения ног: Ноги вместе, последовательно, шпагат, и т. д. с выпрямленным или согнутым коленом(ями).</p> <p>Примеры (возможные варианты):</p> |

| | | | |
|---|---|--|--|
| | | | |
| 7 | Перека́т на грудь назад | <p>Исходное положение: Стоя, на коленях и т. д.</p> <p>Финальное положение: Лёжа на полу, на коленях, через шпагат и т.д.</p> <p>Движения ног: Ноги вместе, последовательно, шпагат и т. д., с выпрямленным или согнутым коленом(ями).</p> <p>Пример (вариант):</p> | |
| 8 | Перека́т вперед Рыбка (прогиб назад, перека́т на грудь, проход через плечо с движением «качели», перека́т через спину) | <p>Исходное положение: Стоя, на коленях и т. д.</p> <p>Финальное положение: Сидя, и т. д.</p> <p>Движения ног: Ноги вместе, последовательно, со шпагатом, согнутые колени, велосипед, выпрямленные ноги, одна нога за другой и т. д.</p> <p>Примеры (вариант):</p> <p>Примечание: Рыбка, которая начинается или заканчивается положением лёжа на полу, считается полным вращением на 360°.</p> | |
| 9 | Перека́т назад Рыбка (перека́т на спину, проход через плечо с | <p>Исходное положение: Стоя, сидя и т. д.</p> <p>Финальное положение: Лежа, на коленях, через шпагат и т. д.</p> <p>Движения ног: Согнутые колени, выпрямленные ноги, одна нога за другой, ноги вместе, велосипед, шпагат и т. д.</p> <p>Примеры:</p> | |

| | | |
|----|--|--|
| | <p>движением «качели», прогиб назад, перекат на грудь)</p> |  <p>Примечание: Рыбка, которая начинается или заканчивается положением лёжа на полу, считается полным вращением на 360°.</p> |
| 10 | <p>Боковое вращение, проход через мостик с выбросом ноги в шпагат</p> | <p>Исходное положение: На коленях, стоя и т.д. Финальное положение: Шпагат с прогибом назад в положение стоя Движения ног: Стоя Шпагат с прогибом назад в положение стоя</p> <p>Пример:</p>  <p>Примечание: это только преакробатический элемент, финальное положение – не DB</p> |
| 11 | <p>Боковое вращение прогнувшись назад</p> | <p>Исходное положение: Стоя, на коленях и т. д. Промежуточная опора: На одну руку, на обе руки, на локоть, грудь и т.д. Опоры на выбор: С проходом через мостик на 1 – 2 ногах, или с отрывом ног от пола</p> <p>Финальное положение: Стоя, на коленях, лежа и т. д. Движения ног: Ноги вместе, одна нога за другой, шпагат, выпрямленные или согнутые колени и т. д.</p> <p>Примеры:</p>  |



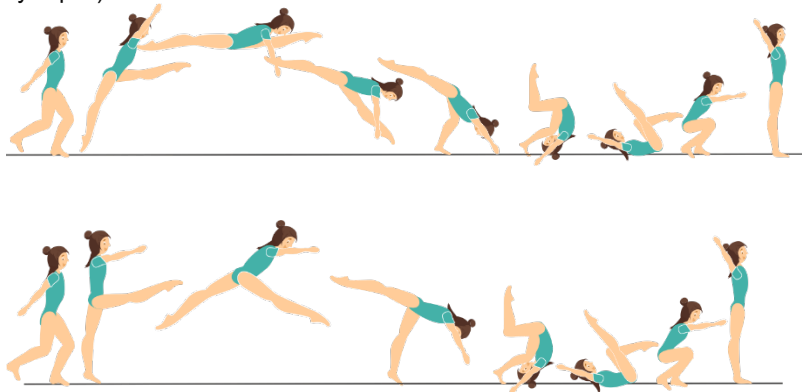
Примечание: этот элемент оценивается с того момента, как гимнастка начинает прогибаться назад, образуя мостик. Вращение может продолжаться на коленях без перерыва до полного поворота на 360°.

12 Прыжок-нырок

Полет:
Техника:
Финальное положение:
Движения ног:

Со шпагатом 180 гр., без шпагата 180 гр.
Прямо, через плечо, и т.д.

Стоя, на коленях, через шпагат и т.д.
Согнутые или выпрямленные колени, ноги последовательно и т.п. (для кувирка)



13 Циркуль

Средняя фаза:

Финальное положение:

Движения ног:

Туловище горизонтально или ниже, с опорой на руки или без нее

Прогиб/подъем туловища в разных направлениях, с окончанием на коленях и т. д.

Колено(и) согнуты в любой фазе, или выпрямлены



4.4.2. “Прыжок-нырок” (требуется фаза полёта, шпагат не требуется): особый тип преакробатического элемента, состоящего из прыжка с наклоном туловища вперед с последующим одним перекатом:

- Он засчитывается в **R** (как первое вращение); для того, чтобы **R** было оценено, после этого прыжка должно быть минимум 1 дополнительное вращение (требуется 2 базовых вращения). **Пример:** “Прыжок-нырок” с последующим вращением/перекатом = **R2**.
- Если «Прыжок-нырок» выполняется после базового вращения, он не засчитывается как вращение (**R** считается, если базовая дефиниция соблюдена без этого вращения).

4.4.3. Если гимнастка изменяет ось или технику вращения тела во время преакробатического элемента,

первая фаза вращения тела определяет классификацию преакробатического элемента.

- **Пример:** Кувырок вперед, заканчивающийся боком, как Колесо = кувырок вперед
- **Пример:** Боковое вращение с прогибом туловища, заканчивающееся перекатом через грудь= боковое вращение

4.4.4. 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.**

4.4.5. Полет или фиксация в положении стойки на руках (более 1 секунды) являются запрещённой Техникой преакробатических элементов. Преакробатические элементы, выполненные с использованием запрещённой техники в таких случаях не засчитываются.
Сбавка в Исполнении 0.30.

4.5. Вертикальные вращения

4.5.1. Таблица групп вертикальных вращений

| № | 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. 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 перекат лежа относится к группе «сидя» независимо от исходного положения. |

| | | |
|----------|--|---|
| 3 | <p>Лежа: Боковой перекат</p> | <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> |
|----------|--|---|

Разъяснения / примеры

Для тех компонентов Трудности, где повтор вращательных элементов не допускается, каждый судья должен записать выбранные типы вращений. Каждый судья может разработать свою собственную систему обозначений или принять систему, предложенную Техническим Комитетом ФИЖ.

4.6. R с сериями из 3 одинаковых DB с прыжками с поворотом

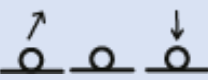
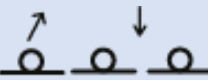
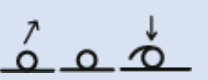
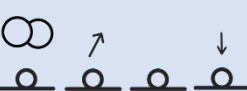
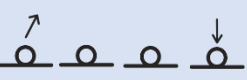
4.6.1 Серия из одинаковых Прыжков с поворотом (Таблица 9, Трудности 33 – 36) может быть использована в **одном R** в упражнении, выполняемом следующим образом:

- бросок предмета во время первой **DB**
- вторая **DB** под полетом
- ловля во время третьей **DB**

4.6.2. Этот особый тип R будет оценен, и ценность будет увеличена на 0,20 для серии с **одним прыжком с поворотом в полете**. Дополнительные вращения в ходе полета не допускаются.

4.6.3. Этот тип R может выполняться сериями 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 в соответствии с п. 2.6.1.

4.6.4. Если предмет пойман **до или после третьей DB** или потерян, R недействителен.

| Разъяснение: R с сериями из 3 одинаковых DB с прыжками с поворотом | | |
|--|--|---|
| Элемент R | Разъяснение | Ценность |
|  | <i>Высокий бросок на прыжке с поворотом, прыжок с поворотом во время полёта, ловля на третьем прыжке с поворотом</i> | R3 + серии 0,30 + 0,20 = 0,50 3 DB |
|  | <i>Высокий бросок на прыжке с поворотом, прыжок с поворотом во время полёта, ловля перед третьим прыжке с поворотом</i> | R не засчитывается (нет серий по 3) Только первый R оценивается (нет серий по 3) |
|  | <i>Высокий бросок на прыжке с поворотом, прыжок с поворотом во время полёта, ловля на прыжке с поворотом с прогибом назад</i> | R не засчитывается (нет 3 одинаковых) Только 1-я и 3-я DB оцениваются (нет серий по 3) |
|  | <i>Большой круг на прыжке с поворотом, высокий бросок на втором прыжке с поворотом, третий прыжок с поворотом во время полёта, ловля на 4-м прыжке с поворотом</i> | R3 + серии: 0.30 + 0.20 = 0.50 4 DB |
|  | <i>Высокий бросок на прыжке с поворотом, 2 прыжка с поворотом во время полёта, ловля на 4-м прыжке с поворотом</i> | R не засчитывается (2 под полетом не разрешены) Только 1-я DB оценивается (нет действительных серий) |

4.7. Ценность R

4.7.1 Базовая ценность R (минимум 2 базовых вращения с полными 360° для каждого вращения): **0.20**

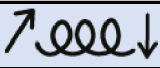
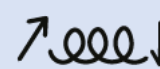
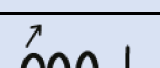
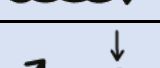
4.7.2 Ценность R может быть увеличена с помощью дополнительных критериев (см. п. 4.8 – 4.10).

Дополнительные критерии могут быть выполнены во время броска предмета, под полетом и/или во время ловли предмета.

4.8. Сводная Таблица критериев для броска и при полёте предмета

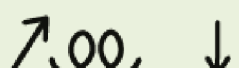

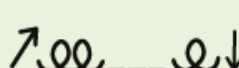

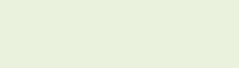
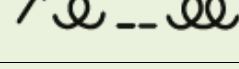
4.8.1. Сводная таблица для R: общие критерии во время броска, полета и ловли предмета

| Символ | Ценность | Общие критерии |
|--|------------|---|
| R ₃ , R ₄ и т.д. | 0,10 кажд. | Дополнительное полное вращение 360° тела вокруг любой оси при броске, при полете предмета или на ловле в координации с любой фазой последнего вращения. |
| S | 0,20 | Серии из 3 или более одинаковых непрерывных преакробатических вращений (п. 4.4.1) или в сериях DB из 3 одинаковых прыжков с поворотом с броском и ловлей (п. 4.6) |

| Разъяснение: Общие критерии во время броска и полета предмета | | |
|---|---|---|
| Элемент R | Разъяснение | Ценность |
|  | Высокий бросок, три вращения Шене при полёте, ловля | R3 = 0,30 |
|  | Высокий бросок, 3 переката под полетом, ловля | R3 S = 0.50 Серии вращений вокруг горизонтальной оси |
|  | Высокий бросок во время первого переката, два переката под полетом, затем ловля | R3 = 0.30 Серии не полностью под полетом |
|  | Высокий бросок, два переката под полетом, ловля при продолжении вращения в третьем перекате | R3 = 0.30 Серия не завершена до ловли |

4.8.2. Одно **дополнительное вращение** оценивается во время броска перед двумя базовыми вращениями, при условии, что это вращение соединено с базой без дополнительных шагов и что бросок происходит во время, а не после этого вращения.

4.8.3. **Дополнительные вращения после двух базовых вращений** действительны даже с дополнительными шагами: все правильно выполненные критерии засчитываются **со Сбавкой в Исполнении** за неточность траектории и дополнительные технические ошибки.

| Разъяснения / примеры | | |
|---|---|--|
|  | Высокий бросок, два базовых вращения без прерывания, два шага, ловля | R2 + сбавка 0.30 за неточную траекторию с 2 шагами |
|  | Высокий бросок, три вращения под полетом, три шага, ловля | R3 + сбавка E 0.50 за неточную траекторию с 3 шагами |
|  | Высокий бросок, два вращения вокруг своей оси без прерывания, за которыми следуют три шага и третье вращение, ловля | R3 + сбавка E 0.50 за неточную траекторию с 3 шагами |
|  | Высокий бросок, два шага с последующим двумя вращениями, ловля | R2 + сбавка 0.30 за неточную траекторию с 2 шагами |
|  | Высокий бросок, одно вращение, за которым следуют два шага, два вращения, ловля | R2 + сбавка 0.30 за неточную траекторию с 2 шагами Дополнительное вращение перед 2 базовыми вращениями должно иметь соединение без дополнительных шагов |
|  | Одно вращение, высокий бросок после этого вращения, за которым следуют два базовых вращения, ловля | R2 Требование выполнены (база), но первое вращение не соединено с броском |

4.8.4. Вращение, начатое после ловли предмета, не засчитывается

Разъяснения / примеры

| | | |
|--|--|----|
| | Высокий бросок, 2 базовых вращения под полетом, ловля предмета с последующим третьим вращением | R2 |
|--|--|----|

4.9 Сводная Таблица Общих Дополнительных Критериев при броске и ловле предмета

| Символы | Общие Критерии для всех предметов при броске и ловле + 0.10 каждый раз |
|---------|---|
| | Вне зрительного контроля |
| | Без помощи рук |

Разъяснения: Общие Дополнительные Критерии для всех предметов во время броска или ловли

| | |
|--|--|
| | <p>Без зрительного контроля <i>Примеры подобных зон:</i></p> |
| | <ul style="list-style-type: none"> • Для бросков/ловли, выполняемых с помощью руки(рук): <ul style="list-style-type: none"> - Критерий “вне поля зрения” обычно указывается только для техники, при которой бросающая рука опущена/отведена назад, а не там, где бросающая рука поднята назад (около головы). - Когда туловище прогнуто назад ниже горизонтали, для бросков и ловли в любой позиции сзади туловища дается “вне поля зрения”. - Когда туловище прогнуто назад ниже горизонтали, для ловли на туловище/переднюю часть тела на уровне груди или ниже дается “вне поля зрения”. • Элементы, выполненные спереди или сбоку от туловища, не подпадают под этот критерий, даже если туловище прогнуто назад. • Недействительно для мяча, пойманного двумя руками за шейю обеими согнутыми руками. • Чтобы получить “вне поля зрения” для броска/отбива, недостаточно, чтобы предмет двигался назад: бросающая рука должна находиться в зоне, определенной как “вне поля зрения”, либо часть тела, выполняющая бросок/отбив, должна находиться в зоне, определенной как “вне поля зрения”. |
| | <p>Без помощи рук: Не засчитывается в:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ловля сразу же во вращение на вытянутой руке (○) • Бросок/ловля предмета тыльной стороной ладоней • Ловля булавы внутренней стороной руки (ладони) с использованием второй булавы |

4.10 Специфические критерии при броске и ловле предмета

4.10.1 Сводная Таблица для R

| Символ | Специфические Критерии для броска + 0.10 каждый раз | Символ | Специфические Критерии для ловли + 0.10 каждый раз |
|--------|--|--------|---|
| | | | <p>Проход через Обруч всем телом или частью тела во время ловли. Минимум 2 большие части тела должны пройти через Обруч.</p> <p>Пример: голова+туловище; руки+туловище; туловище+ноги и т.д.</p> |
| | <p>Бросок после переката по полу </p> <p>Засчитывается только при выполнении вместе с \neq</p> | | <p>Непосредственный обратный отбив телом без остановки – от любой части тела, кроме рук (для всех предметов)</p> <p>Критерий не дается за отбив рукой</p> <p>Дополнительный критерий \neq дается за отбив рукой (руками), кистями или другой частью тела</p> |
| | | | <p>Отбив мяча от пола и возврат предмета сразу же – предмет принимается непосредственно от пола, не выше уровня колена. Засчитывается только при выполнении вместе с \neq без помощи рук.</p> |
| | | | <p>Непосредственная ловля в перекат предмета по телу (мин. 2 большие части тела).</p> <p>Не засчитывается: дополнительный критерий \neq при ловле рукой/кистью, независимо от положения ладони.</p> <p>Засчитывается: дополнительный критерий \neq, если любая часть переката находится вне поля зрения.</p> |
| | <p>Бросок 2 разъединённых Булав вместе: </p> <ul style="list-style-type: none"> • одновременный бросок • асимметричный бросок • каскадный бросок <p><i>Асимметричные броски могут выполняться одновременно одной или двумя руками. Движения двух Булав в полёте должны быть разной формы или амплитуды (один бросок выше другого), и в разных плоскостях или направлениях.</i></p> <p><i>Каскадные броски (двойные): две Булавы должны одновременно оказаться в воздухе во время части каскадного броска</i></p> | | <p>Ловля 2 разъединённых Булав () одновременно</p> |
| | | | <p>Ловля Мяча () одной рукой (без дополнительной помощи телом, включая вторую руку)</p> |
| | | | <p>Непосредственная ловля Обруча () во вращении на другой части тела.</p> <p>Не действителен дополнительный критерий \neq «без помощи рук» для вращения на прямой руке.</p> |

Разъяснение: оценивание Каскадных бросков

- Каскадные броски – это броски двух Булав одна за другой, причем обе в полете в один момент времени.
- 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 булав).
- 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 по ловле”.

4.10.2. Непосредственный отбив телом без остановки (✓) :

- Отбив – это главная составляющая **R** (часть начального броска для **R**); в этом случае необходимо поймать повторный отбив, чтобы **R** был засчитан.
- Отбив засчитывается только для предмета, который был изначально пойман, т. е. не для другой булав
- 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.

4.10.3. 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**.

4.10.4. **R** не будет засчитан при выполнении “Бумеранга” в любой фазе.

4.10.5. **Бросок 2 разъединенных Булав**: этот критерий даётся только 1 раз за бросок, который выполняется асимметрично, каскадом или одновременно.

4.10.6. **Ловля 2 разъединенных Булав**: даётся только при ловле одновременно.

4.10.7. **Прямая ловля Обруча другой частью тела** (⊙): если выполняется **с помощью локтя, шеи или ноги и т. д. (не прямой рукой)**, этот критерий будет действителен, как и дополнительный критерий “без помощи рук”

4.11. **R** не засчитывается в следующих случаях:

- малый бросок предмета
- отсутствуют 2 базовых вращения при полёте предмета
- неполные 360 гр. в каждом базовом вращении
- прерывание между двумя базовыми вращениями
- потеря предмета
- ловля мяча с отбива от пола выше уровня колена и/или руками
- 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**, других вертикальных групп в более чем одном **R**
- повтор одной и той же группы преакробатического элемента в более чем одном **R**
- преакробатический элемент(ы) выполнен(ы) с запрещённой техникой
- **R** выполнен **с DB** без вращения или **с DB**, определяемой как 180 гр.

- **R** выполнен с **2 DB** ценностью 0,20 или более, один на броске и один на ловле (кроме серий прыжков с поворотом)
- **DB** ценностью 0,20 или более выполнена под полётом предмета (разрешено только в сериях прыжков с поворотом)
- **R** выполнен с Комбинированной Трудностью тела
- **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
- ловля предмета после окончания музыки

5. ТРУДНОСТЬ ПРЕДМЕТА (DA)

5.1. Дефиниция

5.1.1 Трудность предмета **DA** – это технический элемент предмета («База»), выполняемый с особыми критериями для каждого предмета.

5.1.2. Базы **DA** включают некоторые (не все) Фундаментальные и Нефундаментальные технические элементы (п. 3.5. и 3.6.).

5.1.3. Элементы **DA** состоят из следующей комбинации Базы (Баз) и критериев:

- 1 База предмета + минимум 2 критерия (оба критерия выполняются во время 1 Базы)

- «Ловля после высокого броска» + вторая 2 База + минимум 1 критерий, который выполняется во время обеих Баз

- База «ловля высокого броска» ↓ также действительна для ↓ (мяч и булавы), ↓↓ (булавы)
- Две базы должны быть выполнены без прерывания и без паузы между ними

5.2. Требования




5.2.1. В каждом упражнении оцениваются минимум **1 DA**, максимум **15 DA** в порядке их выполнения. (независимо от технического исполнения **DA**). Дополнительные элементы **DA** не оцениваются (нет Сбавки)

5.3. Ценность DA

5.3.1. Когда DA состоит из 1 Базы предмета + 2 критериев: ценность **базы** определяет ценность **DA**



Пример: Обруч и Мяч

| База | Ценность | Критерий | Ценность DA |
|------|----------|----------|-------------|
|------|----------|----------|-------------|

| | | | |
|---|------|---|------|
| Большой перекат  | 0.30 |   | 0.30 |
|---|------|---|------|

5.3.2. Когда **DA** состоит из «ловли после высокого броска») + второй базы + 1 критерия: ценность наивысшей базы + дополнительные 0.10 балла за вторую базу определяют ценность **DA**.

Пример: Обруч и Мяч


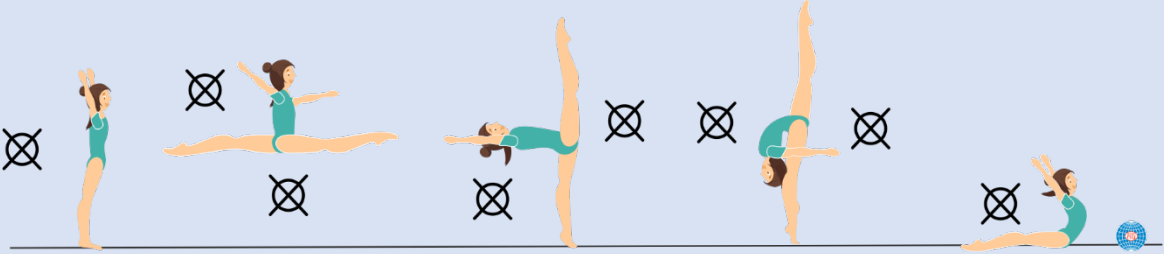
| База | Ценность | База | Ценность | Критерий | Ценность DA |
|----------------------------------|----------|--|----------|---|--|
| Ловля после высокого броска ↓ | 0.30 | Большой перекат  | 0.30 |  | 0.30 (наивысшая База) + 0.10 (вторая База) = 0.40 |



5.4. Критерии для DA

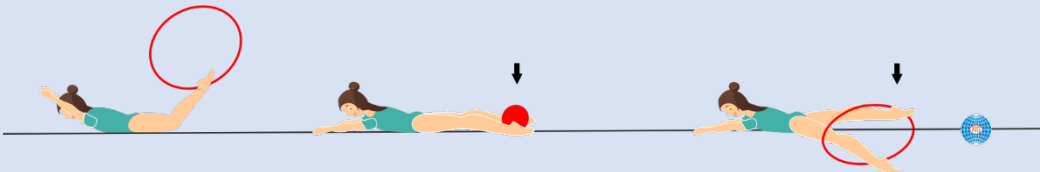
5.4.1. Критерии действуют на условиях, перечисленных в Таблице 5.4.3.

5.4.2. Критерии, помеченные в Таблицах DA как N/A (п. 5.8 – 5.11), недоступны для данной базы и не засчитываются среди мин. 2 критериев.

5.4.3. Таблица критериев для DA, действительных для всех предметов

| Критерии для DA | |
|---|--|
|  | <p>Вне поля зрения:</p> <p>Примеры подобных зон:</p>  |
| | <p>Общий принцип:</p> <p>Критерий «вне поля зрения» оценивается в соотв. с положением руки или части тела, выполняющей элемент(ы) предмет(ов) в отношении таких зон.</p> <p>Либо вся база предмета, либо одно из 2 - 3 определенных действий должно выполняться вне поля зрения. Исключения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Большие перекаты и скольжение находятся «вне поля зрения», если какая-либо часть (начало, середина или конец) переката выполняется в зоне, определенной как «вне поля зрения». • Мельницы «вне поля зрения», если минимум два из четырех кругов выполняются в зоне, определенной как «вне поля зрения». |

| | |
|----------|--|
| | <p>Для баз, выполняемых с помощью руки(рук):</p> <ul style="list-style-type: none"> • “Вне поля зрения” обычно указывается только для техник, при которых рабочая рука опущена/отведена назад, а не там, где рабочая рука поднята/отведена назад (около головы). • Когда туловище прогнуто назад ниже горизонтали, для баз, выполняемых в любом месте позади туловища, дается “вне поля зрения”. • Когда туловище прогнуто назад ниже горизонтали, “вне поля зрения” дается для баз, выполняемых спереди туловища/, на уровне груди или ниже: недопустимо для любого типа бросковых действий, допустимо для ловли после малых бросков и т.д. <p>Элементы, выполненные спереди или сбоку тела, не подпадают под этот критерий, даже если туловище прогнуто назад.</p> <p>Не засчитывается, если мяч пойман двумя согнутыми руками за головой на шее.</p> <p>Чтобы получить критерий “вне поля зрения” для броска/отбива/повторного броска, недостаточно, чтобы предмет двигался назад: бросающая рука должна находиться в зоне, определенной как “вне поля зрения”, или часть тела, выполняющая бросок/отбив/повторный бросок, должна быть в зоне, определенной как “вне поля зрения”.</p> <p>Когда гимнастка лежит туловищем на полу лицом вверх: базы, выполняемые с помощью кистей, с поднятыми над головой руками, не считаются как “вне поля зрения”.</p>  |
| <p>≠</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 кисти руки (рук), но после этого предмет должен двигаться самостоятельно без помощи кисти руки (рук) <p>Не засчитывается в:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ловля сразу же во вращение на руке (○); • Смешанная ловля (); • Ловля булавы внутренней стороной руки(кисти) с использованием другой булавы |
| <p>≠</p> | <p>Под ногой(ами): в сложной взаимосвязи тела и предмета под ногой(ами)</p> <p>Примеры:</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 тела.</p> |

| | |
|---------------------------------------|--|
| <p style="text-align: center;">=</p> | <p>Положение на полу</p> <p>Элементы предмета выполняются лежа на полу от начала до конца элемента. Туловище полностью должно быть на полу, независимо от того, направлено ли оно вверх, вниз или в сторону. Положение ног свободное.</p> <p>Примечание: "от начала до конца элемента" подразумевает всю DA. Для баз с двумя действиями (п. 3.3) достаточно выполнить положение на полу во время одного действия, которое имеет два критерия (отпускание или ловля).</p>  |
| <p style="text-align: center;">W</p> | <p>Полная Волна тела</p> <p>См. п. 5.7 – дефиниция и примеры</p> |
| <p style="text-align: center;">DB</p> | <p>Трудности тела</p> <ul style="list-style-type: none"> • Выполняется с DB ценностью 0,10 или более • DB, определяемая поворотом или положением на полу, может засчитываться только как DB • Во время равновесия Фуэте и поворота Фуэте можно выполнить максимум 1 DA. • Комбинированные Трудности: если каждый компонент Комбинированной Трудности выполняется в соответствии с требованиями DA, то возможна DA для каждой DB Комбинированной Трудности. <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 DB равновесия.</p> |
| <p style="text-align: center;">○</p> | <p>Вращение</p> <ul style="list-style-type: none"> • минимум 360° • На какой-то фазе вращения должна быть показана полная дефиниция базы. Допустимо, чтобы база была завершена до завершения вращения. Для больших перекатов импульс для переката и импульс для вращения могут подаваться одновременно. • этот критерий недействителен для DB, которые включают вращение • DB не может использоваться в качестве элемента вращения • Этот критерий может быть скомбинирован с "положением на полу", если выполняется поворот на 360°, при этом туловище полностью находится на полу от начала до конца базы. |

5.4.4. Для DA, сочетающей ловлю с высоким броском и большим перекатом: если ловля/перекат начинается с руки вперед или в сторону, критерий "вне поля зрения" недействителен для ловли. "Вне поля зрения" не дается как критерий минимума 1 во время обеих баз. Как при ловле, так и при большом перекате требуется другой критерий, чтобы подтвердить эту DA с двумя базами предмета

5.4.5. Любой повтор DB (включая формы с равновесием Фуэте) с DA или без неё в этой Трудности, недействителен в качестве критерия DB.

Разъяснения / примеры

Пример 1:

- Прыжок подбивной, без выполнения DA
- Позднее в упражнении выполнен Прыжок подбивной с DA: повтор Прыжка подбивного, DA не оценивается

Пример 2:

- Равновесие Фуэте с формой Пассе, без выполнения DA
- Равновесие Пассе с DA: повтор Пассе, DA не оценивается

5.4.6. В положении на полу может быть выполнено не более 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” (независимо от того, выполнено ли упражнение с соблюдением 2 других допустимых критериев). Все дополнительные последовательные DA на полу (до тех пор, пока гимнастка не покинет пределы площадки) считаются попытками выполнения DA и недействительны.

5.4.7. Для критерия “вращение” может быть выполнено максимум 3 преакробатических элемента, каждый из разных групп преакробатических элементов. Элементы преакробатики могут быть одинаковыми или отличаться от тех, что используются 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 более) отдельных 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**).

5.4.8. Когда преакробатический элемент соединен с **DB** (с **DA** или без нее) или использован в хореографии, он засчитывается в общее число преакробатических элементов, разрешенных для критерия «вращение» при использовании в элементах **DA**. Эта группа преакробатических элементов не может повторяться в DA.

5.4.9. Когда **DA** продолжается во время преакробатического элемента и **DB**, это считается одним из трех преакробатических элементов.

5.4.10. Нет лимита на использование групп вертикальных вращений в **DA**. Каждая группа может быть повторена при условии выполнения п. 5.6.2.

5.5. Комбинации из 2 баз

5.5.1. Две последовательные базы предмета оцениваются как две отдельных DA только в том случае, если есть четкое окончание (остановка после) первой базы, прежде чем начнется вторая база.

| Разъяснения/примеры | | | | | |
|--|----------|---|----------|---|---|
| База | Ценность | База | Ценность | Критерий | Ценность DA |
| Спирали  | 0.30 | Высокий бросок  | 0.20 |  | 0.30 Спирали выполняются вне поля зрения во время вращения |
| Большой перекат  | 0.30 | Малый бросок/ловля  | 0.20 |  | 0.30 Большой перекат от шеи к ногам, прямой и без остановки, малый бросок ногами, ловля мяча за спиной. Малый бросок сочетается с перекатом, то есть его ловля не является новой DA. |

5.5.2. Две последовательные одинаковые базы предмета, выполненные в одном и том же соотношении тело-предмет, без остановки предмета, для 2 или более последовательных элементов тела/Трудностей оцениваются только как 1 DA.

| Разъяснения / примеры |
|---|
| Одна и та же спираль с лентой выполняется в одном и том же положении руки в двух последовательных элементах тела: поворот вперед с переходом в равновесие “свободная нога вперед без помощи, прогиб туловища назад ниже горизонтали” оценивается только как 1 DA. |

5.5.3. Когда скомбинированы 2 базы предмета без “ловли высокого броска”, и выполнен только 1 критерий, это не оценивается как DA.

| Разъяснения / примеры | | | | | |
|--|----------|---|----------|---|-------------|
| База | Ценность | База | Ценность | Критерий | Ценность DA |
| Спирали (удержание за материал)  | 0.30 | Высокий бросок  | 0.20 |  | не DA |

5.5.4. Когда скомбинированы 2 базы предмета и выполняются 2 критерия, действительной будет база, которая выполняется с 2 критериями. Если обе базы выполняются с 2 критериями, то ценность будет определяться наивысшей базой.

5.5.5. Базовый “малый бросок” и все его вариации (п. 3.6.2) засчитываются как одна база для каждого элемента, а не, к примеру, один базовый малый бросок для первой фазы + один базовый отбив телом для второй фазы.

5.6. Оценивание

5.6.1. DA будет действительна, если будут выполнены определенные требования к базе предмета и определенные требования к критериям.

Разъяснения / примеры

Гимнастка пытается выполнить DA с базой “перекат мяча по 2 большим частям тела” (○○○), но мяч не перекатывается по 2 большим частям тела. Эта DA не засчитывается, т.к. не соблюдена дефиниция базы. Применяется соотв. сбавка в Исполнении (см. Таблицу Исполнения)

5.6.2. Одинаковый повтор DA (повторение всей комбинации базы(баз) и критерия(ев) не засчитывается.

5.6.3. Для всех баз с двумя действиями два критерия должны выполняться в одном и том же действии (к примеру, не один при броске и один при ловле). Действия оцениваются в хронологическом порядке:

5.6.3.1. Если во время малого броска выполняются два критерия, но один или оба критерия недействительны: DA “малый бросок” недействительна, независимо от двух действительных критериев во время ловли.

5.6.3.2. Если во время отпускания Бумеранга выполняется один критерий, а во время ловли Бумеранга выполняются два критерия, то DA “Бумеранг” действительна.

5.6.4. Различие между DA и неправильно выполненным R:

5.6.4.1. Высокий бросок и ловля с поворотом на 360° или более в полете – это свойственно R. Такие элементы всегда оцениваются как R, но никогда как DA.

5.6.4.2. Когда гимнастка не выполняет вращение под полетом: бросок во время вращения и/или ловля во время вращения будут оцениваться как DA, если выполнена дефиниция DA.

5.6.5. DA не действительны в следующих случаях:

- база или критерий не выполнены в соответствии с дефиницией
- потеря предмета
- более 3 DA с акробатическим элементом (как критерий вращения), оценены в порядке выполнения
- выполнены последовательно более 3 DA в положении на полу
- акробатический 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
- Выполнение в любой фазе R
- лента по ошибке поймана за материал

5.7. Полные Волны тела (W)

5.7.1. В каждом упражнении должно быть 2 полных Волны тела (W):

5.7.2. Дефиниция:

- Полная Волна тела - это последовательное сокращение и расслабление всех мышц тела по “цепочке” сегментов тела, подобно “электрическому току”.
- Волны тела охватывают все сегменты от головы, через таз, до стоп или наоборот.
- Участие рук не является обязательным: возможное использование рук определяется работой предмета и/или хореографией.
- Амплитуда волны – на выбор.

5.7.3. Волны тела не требуют Фундаментальных или Нефундаментальных технических элементов предмета. Работа предмета выбирается свободно, пока он не потерян и не лежит неподвижно на полу.

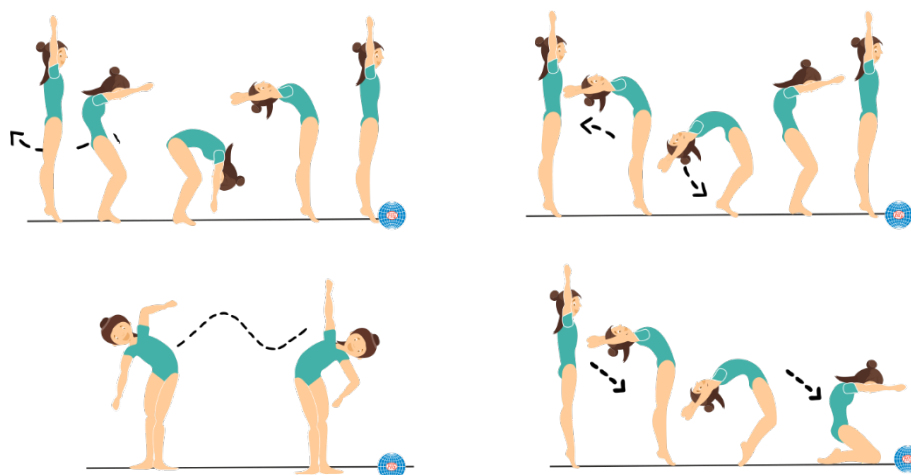
5.7.3.1. Если выполняется Фундаментальный или Нефундаментальный технический элемент, этот элемент не регистрируется судьями DB.

5.7.4. 2 Полные Волны тела должны выполняться отдельно друг от друга.

5.7.5. Волны могут повторяться одинаково.

5.7.6. Упражнение с менее чем 2 полными Волнами тела, выполненное в соответствии с дефиницией, будет наказано сбавкой 0,30 за каждую пропущенную Волну.

5.7.7. Примеры Волн тела: вперед, назад, вбок, назад с переходом на пол, Волна тела со спиралевидным поворотом и т.д.




















5.7.8. Оценивание Волн тела в соответствии с дефиницией:

- Наклоны назад и вперед **без последовательного перемещения по телу** (сегменты участвуют одновременно, а не последовательно): недопустимо.
- Последовательное сокращение всех сегментов тела, но без расслабления: недопустимо.
- Последовательное сокращение и расслабление от бедер к голове, без участия коленных и голеностопных суставов: недопустимо.
- Последовательное сжатие и расслабление от лодыжек к голове, без участия рук: допустимо – участие рук не обязательно (п. 5.7.2).
- Последовательное сжатие и расслабление от лодыжек к голове с ограниченной амплитудой движения в области шеи: допустимо со сбавкой E.













5.8. ТАБЛИЦА БАЗ И КРИТЕРИЕВ ДА



ОБРУЧ 

| База | Символ | Ценность | Критерии | | | | | | |
|--|---|----------|---|--------|--------|---|-----|---|-----|
| | | |  | \neq | \neq |  | $=$ | w | DB |
| Большой перекат Обруча через мин. 2 крупные части тела |  | 0.30 | v | v | N/A | V | v | v | v |
| Свободное вращение Обруча вокруг оси вокруг части тела или на части тела (не считается с открытой ладонью) |  | 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 через минимум 2 разные части 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 |

















| 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. |
|  | <p>Можно комбинировать 2 базы “ловли с высокого броска” с “отбивом от тела” в одной ДА</p> |

5.9. ТАБЛИЦА БАЗ И КРИТЕРИЕВ DA






| База | Символ | Ценность | Критерии | | | | | | |
|--|---|---|---|--------|--------|---|-----|---|-----|
| | | |  | \neq | \neq |  | $=$ | w | DB |
| Большой перекат Мяча через мин. 2 крупные части 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 | v | v | N/A | v | v | v | v |
| | | Серии (мин.3) маленьких отбивов от пола | 0.20 | v | v | N/A | 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 через минимум 2 разные части 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 |
| Бросок, толчок, отбив разными частями тела, кроме рук/кистей |  | 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 непосредственного возврата предмета (любая высота, без помощи рук) |  | 0.30 | v | v | N/A | v | v | v | v |

| Символ | Разъяснение: Базы ловли |
|---|---|
|  | <p>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 возврата предмета), но не все вместе как 2 базы в одной ДА.</p> |
|  | <p>Можно комбинировать 2 базы “ловли с высокого броска” с “отбивом разными частями тела”, кроме рук/кистей в одной ДА.</p> |















5.10. ТАБЛИЦА БАЗ И КРИТЕРИЕВ DA



| База | Символ | Ценность | Критерии | | | | | | |
|--|---|----------|---|--------|--------|---|-----|---|-----|
| | | |  | \neq | \neq |  | $=$ | W | DB |
| Мельницы |  | 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 |
| Асимметричные движения 2 Булав |  | 0.30 | N/A | N/A | v | v | v | 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 перекат 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 через минимум 2 разные части тела (кроме кистей рук) |  | 0.20 | v | N/A | N/A | v | v | v | v |
| Скольжение Булавы мин. по 2 крупным частям тела |  | 0.20 | v | v | N/A | v | v | v | v |
| - Малый бросок/ловля (включая свободное падение) - Отбив от пола |  | 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 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 | ↓ | 0.30 | v | N/A | v | v | v | v | v |
| Ловля 2 Булав после высокого броска | ⇓ | 0.40 | V | v | v | v | v | v | v |

| Символ | Разъяснение |
|--|--|
| ⇒ | Малые броски 2 разъединенных булав/ловля: минимум два критерия должны быть выполнены при одном и том же действии (например, ловля). Критерии могут выполняться дважды с одной и той же булавой, по одному с каждой булавой или более чем по одному с каждой булавой. В каждом случае это одна DA. |
| + | Для асимметричных движений: минимум 1 Булава должна выполнить критерий для  |
|  | Высокий бросок 2 разъединенных булав: 2 Булавы могут быть брошены: <ul style="list-style-type: none"> • Вместе, параллельно • Асимметрично • В каскаде Каскад: 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. Минимум 2 критерия должны быть представлены в одном действии (бросок №1 или бросок №2), независимо от высоты. |
|  | Одновременная ловля 2 разъединенных Булав: Булавы могут быть пойманы за любую часть |
|  | Ловля одной Булавы рукой, 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 DA. <p>Ловля двух Булав после каскадного броска – это одна база, один раз.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Если после каскадного броска две булавы пойманы одновременно: может быть оценена база “одновременная ловля 2 булав”. • Если после каскадного броска две булавы не пойманы одновременно: база “ловля с высокого броска” может быть оценена один раз. DA не будет оценена за ловлю с возможного малого броска (без новой базы), а также во второй раз за “ловлю с высокого броска”. |

5.11. ТАБЛИЦА БАЗ И КРИТЕРИЕВ DA

| База | Символ | Ценность | Критерии | | | | | | |
|--|---|----------|---|--------|--------|---|-----|---|-----|
| | | |  | \neq | \neq |  | $=$ | w | DB |
| Спирали / "Фехтовальщик" (\neq не засчитывается) |  | 0.30 | v | v | N/A | V | V | v | v |
| Змейки |  | 0.30 | v | v | N/A | V | V | v | v |
| Бумеранг в воздухе |  | 0.40 | v | v | v | V | V | v | v |
| Бумеранг с отпусканием и/или оттягиванием по полу |  | 0.30 | v | v | v | V | V | v | v |
| Эшаппе / ловля (маленький бросок) |  | 0.20 | v | v | v | V | V | v | v |
| Большой пережат 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 |
| Движения материала Ленты вокруг тела палочкой, удерживаемой без помощи рук разными частями тела (шея, колено, локоть) во время движений тела или DB с Вращением (не для Турляна) |  | 0.20 | v | v | N/A | N/A | V | v | v |
| Передача без помощи рук через минимум 2 разные части 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 |
| Бросок, толчок, отбив разными частями 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 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 |
|---|--|
|  | <p>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 скольпящее движение Ленты по полу (на протяжении всего скольпящего движения Лента должна двигаться, а не лежать на полу). Бросок должен произойти сразу же после захвата ткани / палочки рукой или ногой.</p> |

6. НОВЫЕ ОРИГИНАЛЬНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ ПРЕДМЕТОВ:

- Тренеры приглашаются к подаче оригинальных Трудностей предметов (**DA**) на рассмотрение в Технический Комитет ФИЖ по художественной гимнастике.
- Оригинальные Трудности предметов (**DA**) будут рассматриваться как элементы, представляющие Базы предметов, которые в настоящее время отсутствуют в Правилах судейства и не выполнялись на соревнованиях.
- Соответствующие Национальные Федерации должны будут загрузить на ресурс ФИЖ видео Оригинальных элементов предметов **DA** (сам элемент и ещё одно видео с полной композицией, в которой элемент выполнялся на соревнованиях) и описание на английском с рисунками элемента.
- Если элемент будет утвержден, Технический Комитет установит ценность этого элемента как Базы соответствующего предмета с добавлением в Таблицу Фундаментальных и Нефундаментальных элементов предметов; соответствующая гимнастка получит **Бонус за Оригинальность 0.30 за эту Новую Базу DA**.
- 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.

7. ОЦЕНКА ТРУДНОСТИ (D):

7.1. Судьи **D** оценивают Трудности, применяют частичные баллы и вычитают возможные сбавки, соответственно:

7.2. Судьи **D** первой подгруппы (**DB**)

| Трудность | Минимум/Максимум | Сбавка 0.30 |
|------------------------------|--|--|
| Трудности тела (DB) | Минимум 1 каждой группы | <ul style="list-style-type: none">• Менее 1 Трудности из каждой группы тела (\wedge, T, \circ) |
| Равновесие «Турлянь» | Максимум 1 на релеве Максимум 1 на полной стопе | Более 1 на релеве Более 1 на полной стопе |

7.2. Судьи **D** второй подгруппы (**DA**)

| Трудность | Минимум/Максимум | Сбавка 0.30 |
|---|--------------------------|---------------------------------------|
| Трудность предмета (DA) | Минимум 1 Максимум 15 | Отсутствует минимум 1 |
| Специфические Фундаментальные элементы предмета | Минимум 2 каждого | Сбавка за каждый недостающий элемент |
| Фундаментальные элементы предмета | Минимум 1 каждого | Сбавка за каждый недостающий элемент |
| Полные Волны тела (W) | Минимум 2 | Сбавка за каждую недостающую W |

8. ПРЫЖКИ

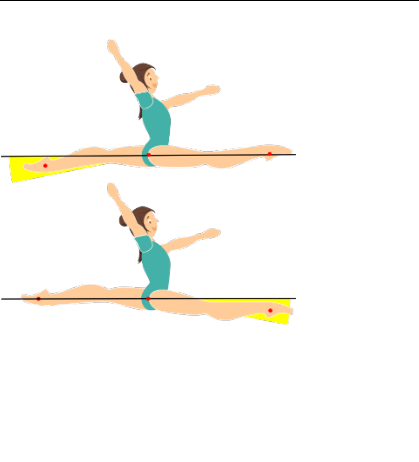
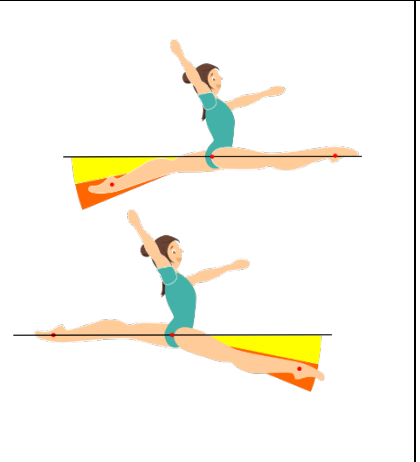
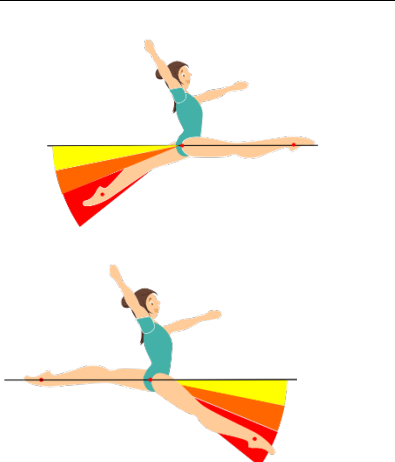
8.1. Общее

8.1.1. Все Трудности Прыжков должны иметь **следующие базовые характеристики:**

- **Определенная и фиксированная** форма в полете
- **Высота** должна быть достаточной для соответствующей формы

8.1.2 Прыжок **без достаточной высоты и формы для того, чтобы зафиксировать хорошо видимую форму** (в соотв. с дефиницией в Таблице 9), будет наказан сбавкой в Исполнении (п. 2.5.2. - 2.5.4.).

Пример:

| Ценность прыжков | | |
|--|---|--|
| ДВ засчитывается: 0.30 | ДВ засчитывается: 0.30 | ДВ не засчитывается: 0.00 |
|  |  |  |
| Маленькое 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 |

8.2. Повтор Прыжков одинаковой формы из одной и той же ячейки (п. 2.4.1) не засчитывается, за исключением серии (п. 2.4.4).

8.3. Прыжки с отталкиванием одной или двумя ногами (если иного не указано в Таблице 9) считаются одинаковыми.

8.4. Возможно выполнение Прыжков с отталкиванием и приземлением на одну ногу **сериями**. Серии Прыжков состоят из 2 или более **последовательных одинаковых Прыжков** (п. 2.4.4.), 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**

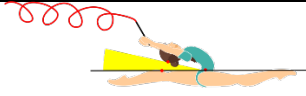
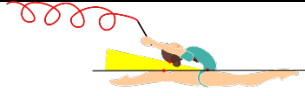


8.5. Если гимнастка пытается выполнить серию одинаковых Прыжков с одинаковой работой предмета (п. 3.8.1.6.), но один или более Прыжков в серии выполняются **с отклонением** от формы, то ценность исполненной формы (форм) сохраняется, с соответствующими **Сбавками в Исполнении**.

Пример серий 1:


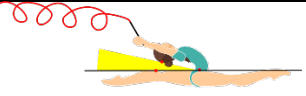

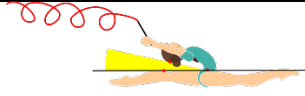
| Формы Прыжков и Отклонения |
|----------------------------|
|----------------------------|

| | | |
|---|---|---|
| ДВ засчитывается: 0.50 | ДВ засчитывается: 0.50 | ДВ засчитывается: 0.50 |
|  |  |  |

Пример 2: отклонения/повторы форм, относящихся к сериям:

| Формы Прыжков и Отклонения | | | |
|--|---|--|---|
| ДВ засчитывается: 0.50 | ДВ засчитывается: 0.50 | ДВ засчитывается: 0.30 | ДВ не засчитывается: повтор |
|  |  |  |  |
| Серии | | | Изолированно |
| Сбавка в Исполнении | | | |
| Отклонение прогиба назад 0.10 | Отклонение прогиба назад 0.10 | Отклонение прогиба назад 0.50 | |

Пример 3: отклонения/повторы форм, относящихся к сериям:

| Формы Прыжков и Отклонения | | | | |
|---|--|---|--|---|
| ДВ засчитывается: 0.30 | | ДВ засчитывается: 0.50 | ДВ не засчитывается: повтор | ДВ не засчитывается: повтор |
|  | |  |  |  |
| Изолированно | | Серии | | |
| Сбавка в Исполнении | | | | |
| | | Отклонение прогиба назад 0.10 | Отклонение прогиба назад 0.50 | Отклонение прогиба назад 0.10 |

8.6. Независимо от числа вращений в полете, каждая **ДВ** может быть выполнена только 1 раз. Одинаковая форма, выполненная 1 раз с вращением на 180 гр. и затем с вращением на 360 гр., считаются одной и той же ДВ.

8.7. Вращение всего тела **во время полета** оценивается по положению плие при толчке до положения плие при касании пола.

8.8. Для всех прыжков, включающих вращение(я): ценность прыжка определяется выполненным вращением(ями). Для прыжка с вращением менее 180 гр. базовая ценность (без вращения) дается, если она содержится в таблице и правильно выполнена.

8.9. Во всех Трудностях Прыжка с кольцом стопа либо другая часть ноги должна иметь положение закрытого кольца. **Требуется касание любой части головы для достижения правильной формы.**

8.9.1. **DB** без касания с отклонением не более 20 гр. засчитывается со **Сбавкой в Исполнении** (п. 2.5.2. – 2.5.3.)

8.10. Во всех Трудностях Прыжков с наклоном туловища назад голова должна касаться ноги:
- для правильной формы требуется касание любой частью ноги

8.10.1. **DB** без касания с отклонением не более 20 гр. засчитывается со **Сбавкой в Исполнении** (п. 2.5.2. – 2.5.3.)

8.10.2. **Исключение для Прыжков:** критерий «наклон туловища назад», выполненный с большим отклонением будет наказан сбавкой в Исполнении (п. 2.5.4.), но базовая ценность Прыжка засчитывается (п. 2.5.5.), если она содержится в таблице без «наклона назад» и выполнена в соответствии с базовыми характеристиками.

8.11. Прыжки, скомбинированные с более чем одним главным действием (**например**, Прыжок в шпагат в кольцо), должны выполняться так, чтобы создавать в полете **цельный и четко видимый образ определенной фиксированной формы**, а не два разных образа и формы (технику см. в Исполнении, п. 2.2.7). Правила п. 2.5.2. – 2.5.4. действует при оценивании отклонений таких прыжков. Если отклонения во всех действиях одновременно превышают 20 гр., то Трудность не засчитывается.

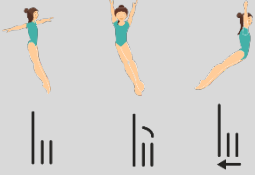



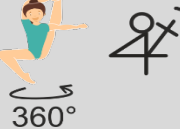
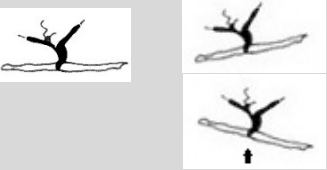
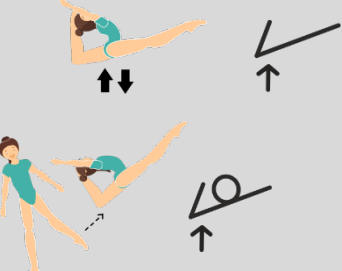


8.12. Прыжки, не скоординированные с минимум 1 Фундаментальным техническим элементом или с элементом Нефундаментальных технических групп предметов, не будут считаться Трудностями Прыжка.

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

| Разъяснения / примеры | |
|--|--|
|  | <p><i>Преакробатический элемент "Прыжок-Нырок"</i> Не оценивается как DB Считается одним элементом вращения</p> |
|  | <p><i>DB Прыжок в шпагат + преакробатический элемент "кувырок вперед"</i> Прыжок в шпагат оценивается как DB Кувырок вперед считается одним элементом вращения</p> |



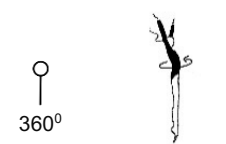
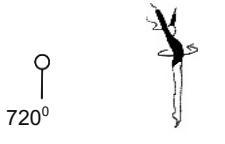






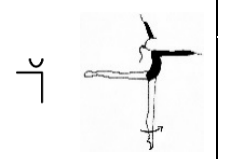


8.14. Техника специфических Трудностей Прыжка:










Разъяснения











| | |
|---|---|
|  | <p>«Кабриоль» вперед, назад или в сторону. Одна нога поднята вперед, назад или в сторону на 45° во время отталкивания. Другая нога (опорная), отрываясь от пола, ударяет по ранее поднятой ноге на 45° и более. В завершение, гимнастка приземляется на опорную ногу.</p> |
|  | <p>Прыжок «Ножницы» со сменой ног сзади, в кольцо. Прыжок с отталкиванием одной ногой, смена ног сзади в кольцо, выполняемое последовательно обеими ногами.</p> |
|  | <p>Прыжок «Щука», ноги вместе или врозь. Прыжок всегда выполняется с наклоном туловища вперед над ногами или между ног.</p> |
|  | <p>Прыжок «Казак» с разными положениями ног или с Поворотом. Стопа согнутой ноги должна достигать до уровня таза, а колено в горизонталь или выше.</p> |
|  | <p>Прыжок «Казак» Жуковой (ЗК). Прыжок с прямой ногой сбоку высоко вверх, вся стопа выше головы, с помощью руки, противоположной прямой ноге. Стопа согнутой ноги должна достигать до уровня таза, а колено в горизонталь или выше. Поворот 360° в сторону, противоположную поднятой ноге.</p> |
|  | <p>Прыжок в шпагат (отталкивание одной или двумя ногами) Положение шпагата 180° требуется в наивысшей точке Прыжка. Шпагат может быть в горизонталь, а также засчитывается, если положение 180° удерживается ногами выше или ниже горизонтали.</p> |
|  | <p>Прыжки ZR и AG Отталкивание и приземление на заднюю ногу. Эти Трудности требуют обоих критериев «шпагат» и «кольцо».</p> |
|  | <p>Подбивной Прыжок: отталкивание одной или двумя ногами. Выполняется с максимально согнутой ногой, нога ближе к бедру в горизонталь. Ноги врозь на 180°. Подбив может быть в горизонталь и также засчитывается, когда положение 180° удерживается с ногами выше или ниже горизонтали.</p> |
|  | <p>Подбивной Прыжок: отталкивание одной или двумя ногами с кольцом или прогибом туловища назад. Выполняется с максимально согнутой передней ногой, бёдра врозь на 180°. Голова должна быть в контакте с ногой. Требуется касание любой части головы для фиксации правильной формы. Прыжок с положением подбива и наклоном туловища может быть в горизонталь и также засчитывается, когда положение 180° удерживается с ногами выше или ниже горизонтали. Для кольца требуется, чтобы задняя нога была в положении закрытого кольца. При прогибе назад требуется касание ног для правильности формы.</p> |
| | <p>Прыжок в шпагат со сменой прямых ног.</p> |






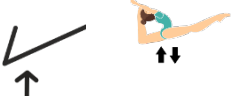
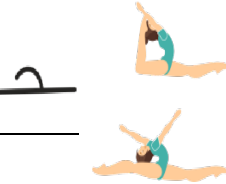
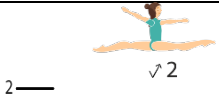



| | |
|---|--|
|  | <p>Перед сменой ног передняя нога поднимается минимум на 45°. После видимой смены ног требуется положение шпагата 180° в наивысшей точке Прыжка.</p> |
|  | <p>Прыжок в шпагат со сменой согнутой ноги. Перед сменой ног передняя нога поднимается в горизонталь (пассе). После видимой смены ног требуется положение шпагата 180° в наивысшей точке Прыжка.</p> |
|  | <p>“Фузте” 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” Смена ног требуется. Выполняется с Поворотом на 180° в полёте, над продольной осью маховой ноги. Приземление на маховую ногу.</p> |
|  | <p>Прыжок «Баттерфляй» Ноги последовательно делают полукруг в воздухе. 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> |



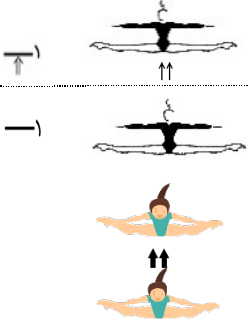
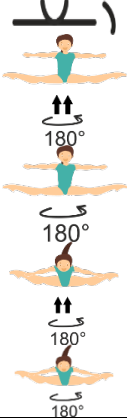



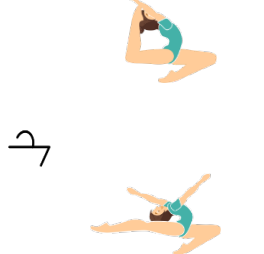
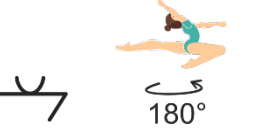
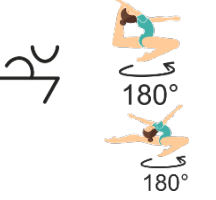
9. ТАБЛИЦА ТРУДНОСТИ ПРЫЖКОВ (^)

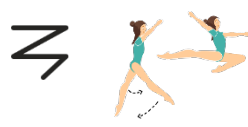
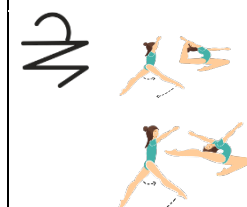
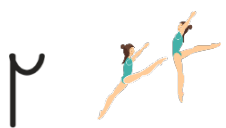
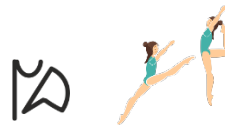

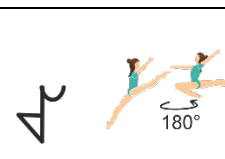
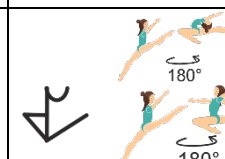
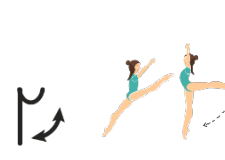

| Типы Прыжков | Ценность | | | | | | |
|---|---|---|--|---|------|------|------|
| | 0,10 | 0,20 | 0,30 | 0,40 | 0,50 | 0,60 | 0,70 |
| 1. Прыжок, согнув ноги с поворотом в полете на 360° |  | | | | | | |
| 2. Ножницы со сменой согнутых ног вперед с 1 поворотом на 360° в полете (кошачий прыжок) |  | | | | | | |
| 3. Прыжок вертикальный с прямыми ногами и поворотом, отталкивание двумя ногами |  | |  | | | | |
| 4. Прыжок Пассе с поворотом (свободная нога согнута) |  | |  | | | | |
| 5. Прыжок со свободной ногой вперед в горизонталь с поворотом на 180° или 360° в полете | |  |  | | | | |
| 6. Прыжок со свободной ногой в сторону в горизонталь с поворотом на 180° или 360° в полете | |  |  | | | | |
| 7. Прыжок вертикальный со свободной ногой назад в горизонталь с поворотом на 180° или 360° в полете | |  |  |  | | | |
| Типы Прыжков | Ценность | | | | | | |
| | 0,10 | 0,20 | 0,30 | 0,40 | 0,50 | 0,60 | 0,70 |




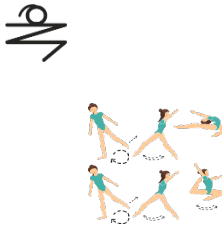
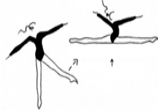


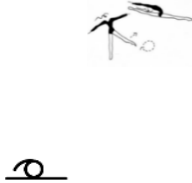

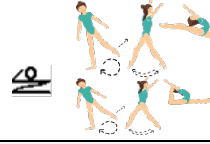
| | | | | | | | |
|---|---|---|--|---|--|--|--|
| <p>8. Прыжок аттитюд со свободной ногой назад в горизонталь (с поворотом в полете на 180° или 360°)</p> | |  <p>180°</p> | |  <p>360°</p> | | | |
| <p>9. Кабриоль вперед</p> |  | | | | | | |
| <p>10. Кабриоль в сторону</p> |  | | | | | | |
| <p>11. Кабриоль назад</p> |  | | | | | | |
| <p>12. Ножницы со сменой ног вперед в горизонталь</p> |  | | | | | | |
| <p>13. Ножницы со сменой ног назад в горизонталь, на 45° или в кольцо</p> |  |  | | | | | |
| <p>14. Прыжок «Щука», ноги вместе или врозь, отталкивание одной или двумя ногами</p> | | |  | | | | |
| <p>Ценность</p> | | | | | | | |

| Типы Прыжков | | | | | | | |
|--|--|--|---|--|---|------|------|
| | 0,10 | 0,20 | 0,30 | 0,40 | 0,50 | 0,60 | 0,70 |
| 15. Казак, нога вперед горизонтально, или с поворотом или с наклоном туловища вперед, также с вращением | 4  | | 4  | | | | |
| 16. Казак, прямая нога вперед вверх, вся стопа выше головы, с помощью, также с поворотом | | 4 ^x  | | 4 ^x  | | | |
| 17. Казак, прямая нога вперед вверх, вся стопа выше головы, без помощи, также с поворотом | | | 4  |  | 180° 4 ^x  | | |
| 18. Казак, нога выпрямлена в сторону вверх, вся стопа выше головы, с помощью рукой с той же стороны, также с поворотом. Прыжок Жуковой (ЗК) с помощью руки с противоположной стороны | | 4 ^{x1}  | | 4 ^{x1} 180°  | ZK 360° 4 ^{x1}  | | |
| 19. Казак – нога в сторону вверх, вся | | | | | | | |

| | | | | | | | |
|---|-----------------|---|--|---|---|------|---|
| <p>стопа выше головы, без помощи, также с поворотом</p> | | |  | |  | | |
| <p>Типы Прыжков</p> | Ценность | | | | | | |
| | 0,10 | 0,20 | 0,30 | 0,40 | 0,50 | 0,60 | 0,70 |
| <p>20. Прыжок в кольцо одной ногой, отталкивание одной или двумя ногами, также с поворотом</p> | |  |  | | | | |
| <p>21. Прыжок в шпагат в кольцо или с прогибом, Зарипова (ZR), отталкивание 1 или 2 ногами и приземление на одну и ту же ногу</p> | | |  |  |  | | |
| <p>22. Два или три последовательных прыжков в шпагат со сменой толчковой ноги. Оценивается как одна DB.</p> | | | | |  | |  |
| <p>Типы Прыжков</p> | Ценность | | | | | | |
| | 0,10 | 0,20 | 0,30 | 0,40 | 0,50 | 0,60 | 0,70 |
| <p>23. Прыжок в шпагат со сменой прямых ног, также с кольцом/прогибом назад</p> | | | | |  | |  |
| <p>24. Прыжок в шпагат со сменой</p> | | | | | | | |

| | | | | | | | |
|--|--|--|--|---|---|---|--|
| <p>согнутых ног, также с кольцом/прогибом назад</p> | | | |  | |  | |
| <p>25. Прыжок в боковой шпагат, отталкивание одной или двумя ногами, также с наклоном туловища вперед, также с поворотом</p> | | |  | |  | | |
| <p>26. Прыжок в боковой шпагат со сменой ног, также с прямыми ногами (с поворотом на 90°)</p> | | | |  |  | | |
| <p>27. Прыжок подбивной, отталкивание одной или двумя ногами, также в кольцо, также с наклоном туловища назад</p> | |  | |  | | | |
| <p>28. Прыжок подбивной, отталкивание одной или двумя ногами с поворотом тела. Прыжок Бессоновой (BS), с одной ноги, также в кольцо, также с</p> | | | |  | |  | |

| | | | | | | | |
|--|-----------------|---|---|---|--|---|-------------|
| наклоном туловища назад. | | | | | | | |
| 29. Прыжок подбивной со сменой прямых ног, также в кольцо, с наклоном туловища назад. | | | |  | |  | |
| Типы Прыжков | Ценность | | | | | | |
| | 0,10 | 0,20 | 0,30 | 0,40 | 0,50 | 0,60 | 0,70 |
| 30. Фузте – нога в горизонталь, или с большей амплитудой – также в кольцо / с прогибом назад | |  |  | | | | |
| 31. Фузте с Кабриолем, с подбивом или в кольцо / с прогибом назад | |  |  | |  | | |
| 32. Entrelace – ноги в горизонталь или с большей амплитудой, также в кольцо / с прогибом назад | | |  | |  | | |
| Типы Прыжков | Ценность | | | | | | |
| | 0,10 | 0,20 | 0,30 | 0,40 | 0,50 | 0,60 | 0,70 |
| 33. Прыжок подбивной с | | | | | | | |

| | | | | | | | |
|---|--|--|---|---|---|---|---|
| <p>поворотом, также в кольцо, с наклоном туловища назад</p> | | |  | |  | | |
| <p>34. Прыжок подбивной с поворотом со сменой прямой ноги, также в кольцо, с наклоном туловища назад</p> | | | | |  | |  |
| <p>35. Прыжок в шпагат с поворотом («Жете ан турнан»), также в кольцо, с наклоном туловища назад. Аджурджукулезе: Прыжок в шпагат с поворотом в кольцо, отталкивание и приземление на одну и ту же ногу</p> | | |  |  |  |  | |
| <p>36. Прыжок в шпагат с поворотом со сменой ног, также в кольцо, с наклоном туловища назад</p> | | | | |  |  | <p>0.80</p> |
| <p>37. Прыжок «Баттерфляй» с</p> | | | | | | | |

Поворотом мин.
180 гр. от отрыва
до приземления



10. РАВНОВЕСИЯ

10.1 Общие положения

10.1.1. Существует три типа Трудностей Равновесия (по технике и типу опоры):

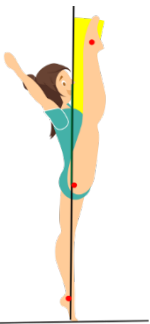
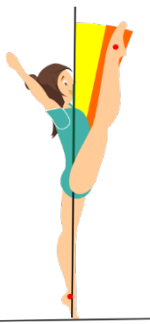

- 1) Равновесия на ноге: на полупальцах на релеве или на полной стопе
- 2) Равновесия на других частях тела – колено, грудь и т.д.
- 3) Динамические Равновесия – в движении без остановки

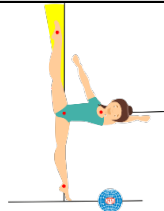
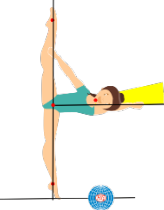

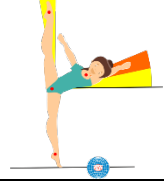
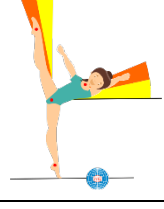
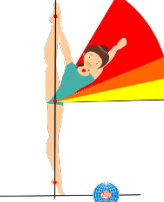
10.1.2. Основные характеристики трех типов Трудностей Равновесия:

- 1) **Равновесия на ноге (на полупальцах на релеве или на полной стопе)**
 - Имеют определенную и четко фиксируемую форму
 - Положение остановки минимум на 1 сек. фиксации формы
- 2) **Равновесия на других частях тела (грудь и т.д.)**
 - Имеют определенную и четко фиксируемую форму с положением остановки
 - Положение остановки минимум на 1 сек. фиксации 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

10.1.3. Равновесия без чётко определяемой формы (в соответствии с дефиницией в Таблице 11) будут оцениваться в соответствии с идентифицируемой формой с соответствующей **Сбавкой в Исполнении**.

| Разъяснение |
|---|
| <i>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. 2.5.2. - 2.5.3.).</i> |

| Формы Равновесий и Отклонения | | |
|---|---|---|
| ДВ засчитывается: 0.50 | ДВ засчитывается: 0.50 | ДВ не засчитывается: 0.00 |
|  |  |  |
| Маленькое отклонение шпагата | Среднее отклонение шпагата | Большое отклонение шпагата |
| Сбавка в Исполнении 0.10 | Сбавка в Исполнении 0.30 | Сбавка в Исполнении 0.50 |

| Формы Равновесий и Отклонения | | | |
|--|---|---------------------|---------------------|
| Пиктограмма | Отклонение | Сбавка в Исполнении | Ценность |
| 1  | Маленькое отклонение шпагата | 0.10 | DB засчитывается |
| 2  | Маленькое отклонение туловища | 0.10 | DB засчитывается |
| 3  | Среднее отклонение шпагата | 0.30 | DB засчитывается |
| 4  | Маленькое отклонение шпагата Среднее отклонение туловища | 0.10+0.30 | DB засчитывается |
| 5  | Среднее отклонение шпагата Среднее отклонение туловища | 0.30+0.30 | DB засчитывается |
| 6  | Большое отклонение туловища | 0.50 | DB не засчитывается |

10.2. Трудности Равновесия, выполняемые на стопе (на полупальцах на релеве или на полной стопе) и **на других частях тела**, должны выполняться с положением остановки **мин. на 1 секунду с фиксацией формы.**

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.**


10.2.1. Все Трудности Равновесия должны выполняться мин. с 1 **Фундаментальным или**

Нефундаментальным Техническим элементом предмета (см. дефиницию в Таблицах 3.5 - 0).



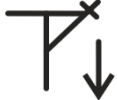
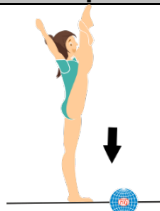
10.2.2. Равновесия, не скоординированные с минимум 1 **Фундаментальным техническим элементом**, специфичным для каждого предмета и/или с элементом Нефундаментальной технической группы предмета, **не засчитываются** как Трудности Равновесия.

10.2.3. 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 1 сек.**), то **Равновесие засчитывается со сбавкой в Исполнении (0.30 – «форма не удержана мин. 1 сек.»).**

10.2.4. Равновесия на стопе могут выполняться на полупальцах на релеве или на полной стопе.

На полной стопе Трудность снижается на 0.10, а символ включает стрелку: 

Примеры:

| Ценность Равновесия | | | |
|---|--|---|--|
| На полупальцах (релеве) | | На полной стопе | |
| Символ | Пиктограмма | Символ | Пиктограмма |
|  |  |  |  |
| ДВ засчитывается: 0.30 | | ДВ засчитывается: 0.20 | |

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

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

10.4. 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.**

10.4.1 **ДВ** без касания с отклонением не более 20° будут засчитаны **со сбавкой в Исполнении** (п. 2.5.2. и 2.5.3.).

10.5. Во всех Трудностях Равновесия с **наклоном туловища назад** голова должна касаться ноги. **Требуется касание любой части ноги для фиксации правильной формы.**

10.5.1 **ДВ** без касания с отклонением не более 20° будут засчитаны **со Сбавкой в Исполнении** (п. 2.5.2. – 2.5.3.).

10.6. Равновесия с Турляном

10.6.1. В упражнении возможно выполнение Равновесия с **Турляном** с соблюдением следующих требований:

- Турлян должен быть на 180° и более
- в упражнении могут быть только 2 Трудности с Турляном – одна на релеве и одна на полной стопе. Эти Трудности должны иметь разные формы

- разные формы Равновесий с Турляном выполняются на стопе, за исключением положения «Казак» и положений на колене

10.6.2. Ценность Равновесия с Турляном:

- 0.10 за полную стопу + ценность элемента Трудности
- 0.20 за релеве + ценность элемента Трудности

10.6.3. Турлян должен выполняться только после того, как начальное положение Трудности будет зафиксировано, **и с не более чем ¼ оборота при каждом импульсе**. Вращение, которое возникает от одного общего импульса, приводит к аннулированию ценности Трудности.

10.6.4. Во время выполнения Трудностей с Турляном тело не должно «колебаться» (т.е. без движения тела и плеч вверх-вниз). Такая неправильная техника исполнения приводит к аннулированию ценности Трудности Турляна (Равновесие с неправильно выполненным Турляном не засчитывается).

10.6.5. Повторы Равновесий одной и той же формы с Турляном или без него не засчитываются.

10.6.6. Турлян не считается вращением тела.

10.7. Динамические Равновесия

10.7.1. 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**).

10.7.2 Трудности Динамических Равновесий должны выполняться мин. с **1 Фундаментальным или Нефундаментальным техническим элементом предмета в любой фазе Трудности** (дефиницию см. в Таблицах 3.5-0.).

10.7.3. Динамические Равновесия могут быть выполнены как на релеве, так и на полной стопе без изменения ценности.

10.7.4. 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, без подпрыгиваний и какого-либо смещения
- каждая форма показана с чётким акцентом (**чёткое положение**)
- с помощью рук или без помощи рук
- минимум с 1 Поворотом на 90, 180 или 270 градусов между формами

Разъяснение


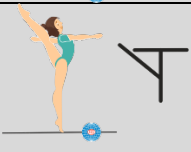
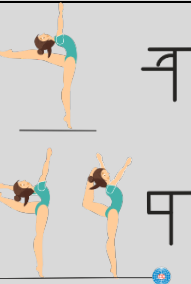
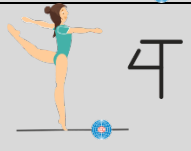
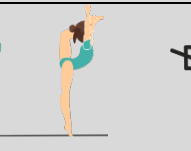
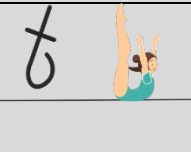
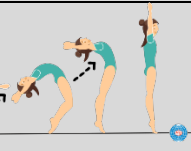
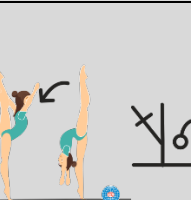
Если во время Равновесия Фуэте гимнастка выполняет одно из Равновесий с вращением, то Трудность не засчитывается, поскольку каждая форма Равновесия должна быть показана с чётким акцентом (чёткое положение).

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

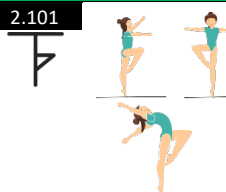

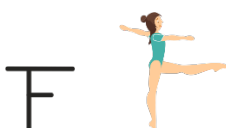




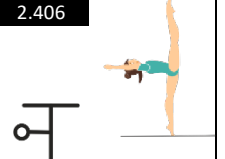
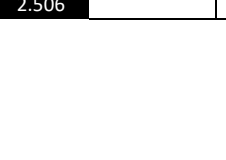
10.7.6. Каждое упражнение может содержать максимум 1 Равновесие Фуэте: или 0,50 или 0,30. Второе Фуэте не оценивается, независимо от ценности (нет сбавки)

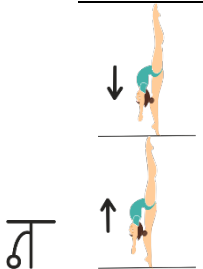
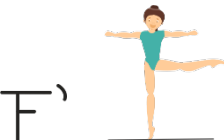
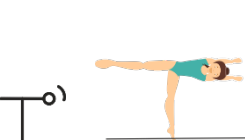
10.8. Техника определённых Трудностей Равновесия

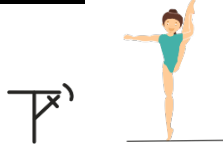

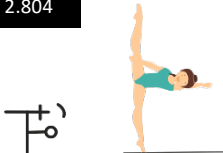
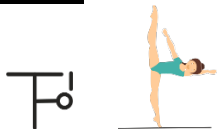


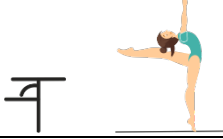
| Разъяснения | |
|-------------|---|
| | <p>Свободная нога горизонтально вперед (прямая или согнутая) в сторону или назад (Арабеск) Горизонтальное положение свободной ноги (бедра) и максимально вертикальное положение тела должны быть четко зафиксированы</p> |
| | <p>Свободная нога горизонтально вперед с туловищем назад в горизонтальном положении Туловище и свободная нога должны находиться на одной горизонтальной линии или свободная нога немного выше горизонтали. Туловище прямое, без прогиба назад.</p> |
| | <p>Передний шпагат с отклонением туловища назад в горизонталь. Требуется шпагат. Туловище прямое, без прогиба назад.</p> |
| | <p>Передний шпагат без помощи, туловище назад ниже горизонтали из положения стоя или сидя. Требуется шпагат. Равновесие можно выполнять с касанием опорной ноги или без него.</p> |
| | <p>Передний шпагат с помощью и без помощи. Боковой шпагат с помощью и без помощи. Требуется шпагат.</p> |
| | <p>Свободная нога расположена горизонтально, вбок, туловище в сторону – горизонтально. Свободная нога расположена горизонтально, назад, туловище вперед – горизонтально. Горизонтальное положение рук, головы, туловища, таза и свободной ноги (или свободной ноги немного выше горизонтали) должно быть зафиксировано, туловище должно быть прямым, без прогиба назад.</p> |
| | <p>Боковой шпагат с туловищем в горизонталь в сторону, требуется шпагат. С помощью или без нее. Туловище следует держать прямо, в горизонталь. Положение шеи и головы свободное.</p> |


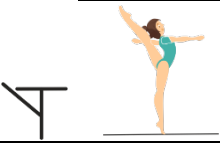
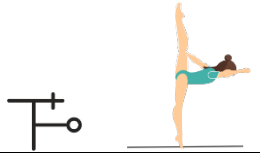
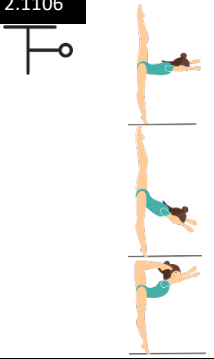

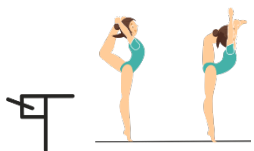
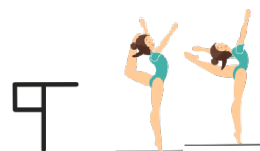
| | |
|---|--|
|  | <p>Задний шпагат с помощью. Требуется шпагат; касания НЕ требуется.</p> |
|  | <p>Свободная нога поднята высоко назад, без помощи. Шпагат НЕ требуется; требуется поднять всю стопу над головой. Касание НЕ требуется.</p> |
|  | <p>Арабеск с туловищем, прогнутым назад в горизонталь. Аттитюд с туловищем, прогнутым назад. Касание обязательно.</p> |
|  | <p>Аттитюд Свободная нога (бедро) должна находиться в фиксированном горизонтальном положении, а тело - в вертикальном.</p> |
|  | <p>Кольцо с помощью Кольцо с ногой на плече, с помощью руки или без нее. Требуется касание.</p> |
|  | <p>На груди с помощью или без помощи: КВ Голова и плечи не касаются пола. Ноги прямые – они могут быть вместе или на ширине плеч.</p> |
|  | <p>Динамическое Равновесие от положения на коленях до положения стоя. Переход с колен в положение стоя, на носках, с прогибом туловища назад или без него (обе техники допустимы). Ноги вместе или слегка разведены в стороны.</p> |
|  | <p>Динамическое Равновесие «Утяшева» 2 или 3 позиции, порядок на выбор. Опорная нога прямая. С поворотом на 180 гр. или без него в любой форме. Выполняется плавными и непрерывными движениями; положение остановки не требуется. Требуется положение шпагата в каждой фазе элемента.</p> |


11. ТАБЛИЦА ТРУДНОСТЕЙ РАВНОВЕСИЙ (Т)

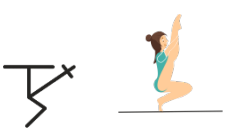







| Типы Равновесий | Ценность | | | | | | |
|---|--|--|--|--|---|--|---------|
| | 0.10 р. | 0.20 р. | 0.30 р. | 0.40 р. | 0.50 р. | 0.60 р. | 0.70 р. |
| 1. Пассе вперед или в сторону (горизонтальная позиция) или с наклоном верхней части спины и плеч назад | 2.101  | | | | | | |
| 2. Свободная нога горизонтально вперед (выпрямленная или согнутая на 30° – положение) и/или тело назад в горизонтальном положении | 2.201  | 2.202  | 2.203  | | | | |
| 3. Передний шпагат с помощью и без помощи | | | 2.303  | | 2.305  | | |
| 4. Передний шпагат с помощью и без помощи, наклон туловища назад в горизонталь | | | | 2.404  | | 2.406  | |
| | | | | | | 2.506  | |

| | | | | | | | |
|--|--|---|--|--|--|---|--|
| 5. Передний шпагат без помощи, наклон туловища назад ниже горизонтали из положения стоя или сидя | | | | | |  | |
| 6. Свободная нога в сторону в горизонталь и/или туловище в сторону в горизонталь | | 2.602  | 2.603  | | | | |

| | 0.10 p. | 0.20 p. | 0.30 p. | 0.40 p. | 0.50 p. | 0.60 p. | 0.70 p. |
|--|---------|---|--|---|---|---|---------|
| 7. Боковой шпагат с помощью и без помощи | | | 2.703  | | 2.705  | | |
| 8. Боковой шпагат с помощью и без помощи, туловище в сторону в горизонталь | | | | 2.804  | | 2.806  | |
| 9. Арабеск: свободная нога горизонтально назад (также с прогибом назад) и/или туловище вперед в горизонтальном положении | | 2.902  | 2.903  | 2.904  | | | |
| | | 2.1003 | | | 2.1005 | | |

| | | | | | | | |
|--|--|---|--|---|---|---|--|
| 10. Задний шпагат с помощью, стопа выше головы без помощи | | |  | |  | | |
| 11. Задний шпагат с помощью и без помощи, наклон туловища вперед в горизонталь или ниже | | | | 2.1104  | | 2.1106  | |
| 12. Аттитюд, кольцо с помощью/нога на плече, кольцо без помощи, или Аттитюд, наклоном туловища назад | | 2.1202  | 2.1203  | 2.1204  | | | |

| | 0.10 p. | 0.20 p. | 0.30 p. | 0.40 p. | 0.50 p. | 0.60 p. | 0.70 p. |
|--|---|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| 13. Казак – свободная нога горизонтально | 2.1301  | | | | | | |
| | | 2.1402 | 2.1403 | | | | |

| | | | | | | | |
|---|---|---|---|---|---|--|--|
| <p>14. Казак – свободная нога вперед, стопа выше головы с помощью или без помощи</p> | |  | | | | | |
| <p>Равновесия, выполняемые на разных частях тела</p> | | | | | | | |
| <p>15. Лёжа на полу с подъёмом туловища. Кабаева: на груди с помощью и без помощи</p> | <p>2.1501</p>  | | <p>2.1503</p>  | <p>2.1504</p>  | | | |
| <p>16. Переход из положения лежа с подъемом туловища (груди)</p> | | | | <p>2.1604</p>  | | | |
| <p>17. Переход из положения на коленях в положение стоя, через релле, с прогибом назад или без него</p> | | | <p>2.1703</p>  | | | | |
| <p>18. Фуэте, состоит из минимум 3 одинаковых или разных форм. Оценивается как одна DB.</p> | | | <p>2.1803</p>  | | <p>2.1805</p>  <p>Нога выше горизонтали для мин. 2 форм + мин. 1 Поворот</p> | | |

| | | | | | | | |
|--|--|--|--|---|--|--|--|
| | | | | | | | |
| <p>19. Утяшева – 2 или 3 формы: из заднего шпагата с помощью в передний шпагат с наклоном туловища назад, с окончанием на другой ноге и возвратом к первой форме. Или наоборот. Также с поворотом на 180° в любой форме.</p> | | | | <p>2.1904</p>  | | | |

12. ВРАЩЕНИЯ

12.1. Общее



12.1.1. Есть 2 типа Трудностей Вращений:

- 1) Вращения на полупальцах одной ноги (на релеве)
- 2) Вращения на других частях тела

| Разъяснения |
|---|
| <i>Pivot – Трудность Вращения, выполняемая на полупальцах (релеве) опорной ноги. Это вращение должно выполняться на высоком релеве. При выполнении на низком релеве Трудность засчитывается + применяется Сбавка в Исполнении.</i> |
| <i>Pivot 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.</i> |

12.1.2. Все Трудности Вращений должны иметь **следующие базовые характеристики:**

- Иметь **фиксированную и хорошо определенную форму**
- Минимальное базовое вращение с представленной формой **180°**:

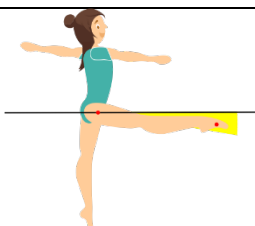
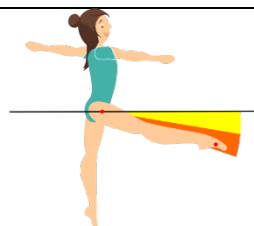
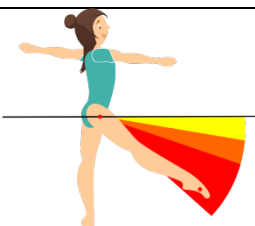
№5, №8 ( ; ), №14, №20

- Минимальное базовое вращение во всех других Трудностях Вращения – **360°**

| Разъяснение |
|---|
| <i>Хорошо определяемая форма означает правильную форму, фиксируемую во время минимального базового вращения (360° или 180°)</i> |

12.1.3. Трудности Вращения без чётко определяемой формы (в соответствии с дефиницией Таблицы № 13) или не зафиксированные, не будут оценены как Трудности + Сбавка в Исполнении (п. 2.5.2 - 2.5.4.).

Примеры:

| Ценность Поворотов и отклонения | | |
|---|---|---|
| База DV засчитана: 0.30 | База DV засчитана: 0.30 | База DV не засчитана: 0.00 |
|  |  |  |
| Маленькое отклонение частей тела Сбавка в Исполнении 0.10 | Среднее отклонение частей тела Сбавка в Исполнении 0.30 | Большое отклонение частей тела Сбавка в Исполнении 0.50 |



12.1.4. Вращение будет засчитано с момента, как только будет показана хорошо определяемая форма, до момента, когда гимнастка начнет выход из этой формы.

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

12.3. Разные Вращения: это Вращения из разных ячеек, независимо от количества вращений

12.4. Трудности Вращения будут оцениваться в соответствии с количеством выполненных вращений:



12.4.1. Ценность Трудности Вращения **увеличивается на 0,10 для каждого дополнительного вращения свыше базовых 360°** для:

- Поворотов с базовой ценностью 0,10
- Поворотов Фуэте (№ 16), 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 вращения $\times 0.10 =$ итого 0.70
- Вращения в заднем шпагате без помощи: туловище в горизонталь, ниже горизонтали или с кольцом (Сакура) (№11)
- Вращения на другой части тела (№18, 19)

12.4.2. Ценность Трудности Вращения **увеличивается на 0,20 для каждого дополнительного вращения свыше базовых 360°** для:

- Поворотов с базовой ценностью 0,20 и более
- Циркулей назад (№ 17)

12.4.3. Ценность Трудности Вращения **увеличивается на 0,10 для каждого дополнительного вращения свыше базовых 180°** для Вращений на другой части тела (№ 20)

12.4.4. Ценность Трудности Вращения **увеличивается на 0,20 для каждого дополнительного вращения свыше базовых на 180°** для Поворотов №5; № 8 ( ; ); №14

12.4.5. Дополнительные вращения должны выполняться без каких-либо прерываний. В случае прерывания будут засчитаны только ценности вращений, уже выполненных до прерывания.

Разъяснения

- Если во время Поворота (который выполняется на релеве) **гимнастка опирается на пятку во время части вращения, и выполненное вращение меньше, чем требуемое базовое вращение, то Трудность не засчитывается.**

- В случае прерывания (опора на пятку) во время других дополнительных вращений после первого базового вращения будет действительна только ценность вращений, уже выполненных до прерывания.

- Для вращений, выполняемых с подпрыгиванием: если подпрыгивание происходит во время базового вращения, то Трудность не засчитывается.

- В случае подпрыгивания во время других дополнительных вращений после первого базового вращения будет действительна только ценность вращений, уже выполненных до подпрыгивания (прерывания).

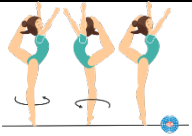
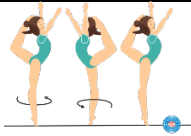
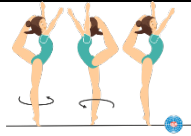
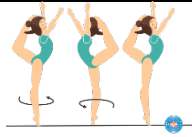

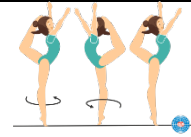
12.5. Можно выполнять одинаковые Повороты в серии:

- Серия Поворотов состоит из 2 или более **последовательных одинаковых Поворотов**, выполняемых один за другим без перерыва и соединенных с опорой на пятку.
- **Каждый Поворот** в серии **оценивается отдельно**
- **Каждый Поворот** в серии считается **одной Трудностью**

Исключение: комбинация одинаковых “Фуэте”, которая считается одной Трудностью

12.5.1. Гимнастка выполняет серию одинаковых Поворотов с одинаковой работой предмета, и один или несколько Поворотов в серии выполняются с отклонением в форме или не засчитываются: ценность выполненной формы (форм) будет действительна с соответствующими **Сбавками в Исполнении.**

Примеры:

| | | |
|--|--|--|
|  360° |  360° |  360° |
| Засчитывается | Засчитывается | Засчитывается |
|  360° |  > 360° менее 360° |  360° |
| Засчитывается | Не засчитывается | Засчитывается |

12.6. Во всех Трудностях Вращения с кольцом стопа или другая часть ноги должны находиться в положении замкнутого кольца. Для правильной формы необходимо касание любой части головы.

12.6.1 DB без касания, с максимальным отклонением до 20°, допустимо со **Сбавкой в Исполнении** (п. 2.5.2. - 2.5.3.).

| Разъяснения |
|--|
| <i>В Трудности Вращения (DB), которая требует контакта между головой и ногой, нога гимнастки должна коснуться любой части ее головы, включая прическу (“пучок”)</i> |
| <i>Если во время Поворота с кольцом гимнастка выполняет несколько вращений с различными отклонениями в положении кольца, то наивысшая Сбавка в Исполнении дается один раз за одно и то же положение тела в течение одной Трудности тела. Пример: Поворот с кольцом: первое (базовое) вращение имеет небольшое отклонение в положении кольца, второе вращение не имеет отклонения, а третье вращение имеет среднее отклонение в положении кольца. Сбавка в Исполнении: 0.30</i> |

12.7. Во всех Трудностях Вращения с наклоном туловища назад голова должна касаться ноги. Касание любой части ноги необходимо для правильной формы.

12.7.1. DB без касания, до макс. отклонения в 20°, действительна **со Сбавкой с Исполнении** (п. 2.5.2 – 2.5.3.).

12.8. Трудности Вращения должны сочетаться с **минимум 1 Техническим элементом предмета**, выполняемым в любой фазе вращения, в соответствии с дефиницией в Таблицах 3.5-0. (**Фундаментальный или Нефундаментальный Технический элемент предмета**).

12.9 Вращение в заднем шпагате без помощи: туловище горизонтально, ниже горизонтали или с кольцом (Сакура)

Это вращение может выполняться на релеве, на полной стопе или с комбинацией релеве и полной стопы.

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

Независимо от релеве / полной стопы, ценность увеличивается на 0,10 за каждый дополнительный поворот (п. 2.4.1).

12.10. Поворот «Фуэте»

- 2 или более одинаковые или разные формы, **связанные с опорой на пятку**, считаются **одной Трудностью**. Если разные формы сочетаются, то оценивается только первая форма.
- Фуэте могут быть выполнены в упражнении один раз, с одной из предписанных форм (0,10 пассе, 0,30 вперед, в сторону)
- **Во время первых двух компонентов Фуэте** требуется один **Фундаментальный или Нефундаментальный Технический элемент предмета (не позднее второй опоры на пятку)**.

Дополнительные вращения не требуют дополнительных технических элементов предмета: любые технические элементы, представленные в дополнительных вращениях, не регистрируются судьями DB и могут быть использованы в других Трудностях.

Разъяснения


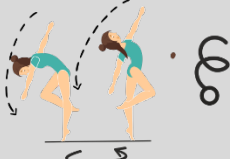
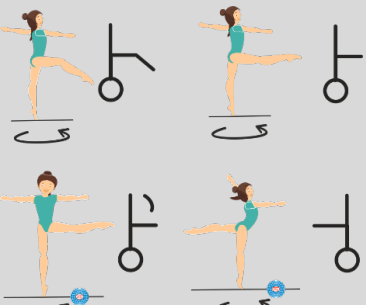

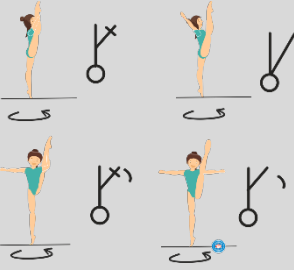
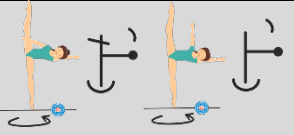
В случае прерывания (подпрыгивания) в Повороте Фуэте будет действительна только ценность вращений, уже выполненных до прерывания, даже если гимнастка продолжит вращения.

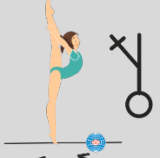
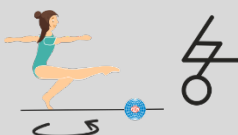
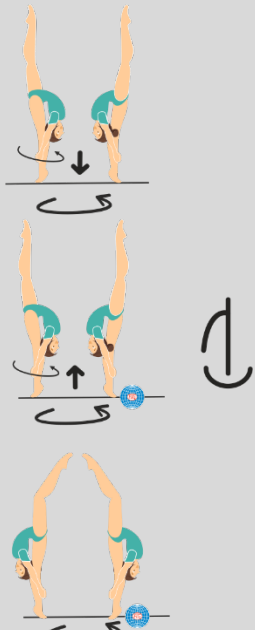
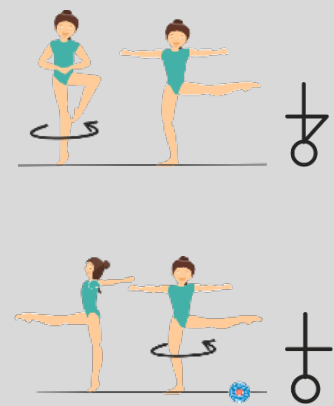
12.11. Циркуль

- Существуют различные формы Циркуля: Циркуль назад выполняется с **минимальным базовым вращением на 360°** и без опоры рукой на пол.
- Комбинация Циркулей засчитывается как 1 Трудность
- Циркули будут оцениваться в соответствии с количеством выполненных вращений с сохранением требуемой формы:
 - Может выполняться с опорой на пятку или без нее: на полной стопе опорной ноги или на релеве, без изменения ценности Трудности
 - Множественные вращения должны быть без смены опорной ноги, без шага, без опоры на запястье или подпрыгивания
 - Во время вращения поднятая нога должна быть прямой
 - **Во время первых двух Циркулей** требуется один другой **Фундаментальный или Нефундаментальный Технический элемент предмета**.

Дополнительные Циркули не требуют дополнительных технических элементов предмета: любые технические элементы, представленные в дополнительных вращениях, не регистрируются судьями DV и могут быть использованы в других Трудностях.

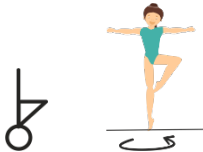

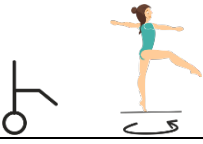

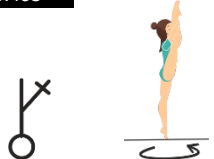
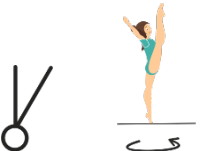

12.12. Техника определённых Трудностей Вращения





| 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 (“Тонно”) на одной ноге. Во время базового поворота на 360° гимнастка должна последовательно выполнить 2 положения тела:</p> <ul style="list-style-type: none"> • прогиб туловища назад с движением головы назад • туловище и голова наклоняются вперед <p>Во время вращения должна быть достигнута иллюзия спиральных волн. Все возможные дополнительные вращения должны выполняться одним и тем же определённым способом.</p> <p>Положение ноги – свободное. Стопа может быть возле колена или ниже. Не требуется фиксация свободной ноги для 360°.</p> |
|  | <p>Свободная нога горизонтально вперед, в сторону или назад (Арабеск); Свободная нога горизонтально вперед с согнутой ногой (Тире-Бюшон) Свободная нога (бедро) должна находиться в фиксированном горизонтальном положении, колено согнуто на 30°. Во время множественных вращений бедро должно фиксироваться в горизонталь и не совершать никаких дополнительных движений (вверх-вниз) База Поворота 360°</p> |
|  | <p>Аттитюд 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>Шпагат вперед или в сторону с поддержкой или без нее. Во время вращения необходимо зафиксировать положение шпагата. Вращение оценивается после того, как опорная нога принимает положение релее, а свободная нога принимает положение шпагата до тех пор, пока эта форма не будет зафиксирована. Базовый Поворот 360°</p> |
|  | <p>Боковой шпагат с туловищем горизонтально в сторону (требуется шпагат) с помощью или без нее Туловище следует держать прямо, в горизонтальном положении. Положение шеи и головы свободное. База 180 гр.</p> |
| | <p>Шпагат назад с помощью или без помощи. Требуется положение шпагата. Вращение оценивается после того, как опорная нога примет положение релее, а свободная нога – положение шпагата до тех пор, пока эта форма не будет зафиксирована. Касания головы ногой не требуется. База Поворота 360°</p> |








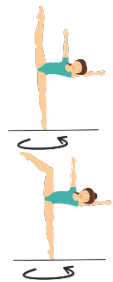








| | |
|---|--|
|  | |
|  | <p>Повороты “Казак”: допускается первоначальный импульс с помощью руки/рук от пола. Градусы вращения отсчитываются с момента, когда рука (руки) оторвется от пола, а свободная нога окажется в горизонтальном положении.</p> <p>Положение Поворота считается правильным, даже если 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 последнее вращение было контролируемым и чистым (без падения).</p> <p>База Поворота 360°</p> |
|  | <p>Передний шпагат, туловище прогнуто назад ниже горизонтали из положения стоя (КВ). Передний шпагат, туловище прогнуто назад ниже горизонтали из положения сидя на полу (КВ).</p> <p>Касание ноги руками не требуется. Требуется шпагат и наклон туловища назад ниже горизонтали. Вращение оценивается после того, как гимнастка примет требуемую форму Поворота.</p> <p>Крамаренко: свободная нога согнута на 30° (положение Тире-Бюшон) в течение всего вращения.</p> <p>Базовый Поворот 180°</p> |
|  | <p>Фуэте: Пассе или с вытянутой в горизонтальное положение ногой. Выполняется сериями повторяющихся Поворотов в высоком темпе и на одном месте. Каждый компонент имеет Вращение в форме + открытое положение с плие.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Минимальный поворот на 360° между каждым плие - В открытом положении свободная нога отводится в сторону под углом 45-90° - Для последнего поворота серии открытое положение необязательно (последний компонент будет действителен как с открытым положением, так и без него) <p>Подсчет оборотов Фуэте начинается сразу после плие и отталкивания. Разрешается использовать это первое вращение, чтобы поднять свободную ногу в пассе/горизонтальное положение: Это вращение допустимо, и сбавка за отклонение за это вращение не применяется, пока свободная нога достигает 45-90° в момент для первого плие.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Для последующих вращений свободная нога должна находиться в пассе/в горизонтали на протяжении всего вращения: при отклонениях до 20° вращение допустимо со сбавкой в Исполнении - Свободная нога может опускаться на 45-90° только в положении плие <p>Повороты Фуэте могут выполняться с использованием другой техники, при которой рабочая нога проходит через поворот <i>rond de jambe en l’air</i> в воздухе под углом 45° и выше. Если поворот Фуэте выполняется с использованием техники,</p> |

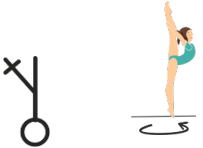
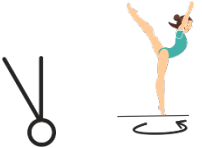
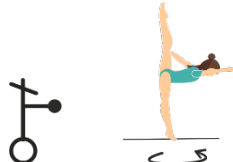
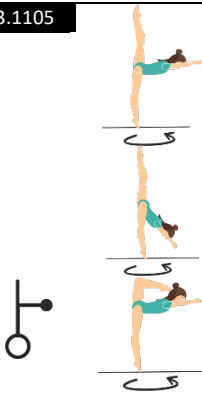
| | |
|--|--|
| | <p>когда рабочая нога проходит через открытое положение "ронд де жам" в воздухе, это может быть сделано до поворота в форме.</p> |
| | <p>Задний шпагат без помощи, горизонтальное положение туловища / ниже горизонтали / Сакура Вращение на релеве, на полной стопе или с комбинацией релеве и полной стопы. Туловище должно оставаться в горизонтальном положении или ниже во время всего базового вращения и возможных дополнительных вращений. Требуется шпагат. 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 вперед или назад. Без дополнительной ценности за дополнительные вращения. Базовое вращение 360°</p> |
| | <p>Вращение на животе, ноги ближе к кольцу. Отталкивание руками, голова должна быть близко к какой-либо части ноги. Базовое вращение 360°</p> |
| | <p>Вращение Ашрам Вращение Канаева Отталкивание руками, вращение выполняется на груди/животе Ашрам: ноги высоко подняты в положение подбива с помощью Канаева: ноги высоко подняты в положение шпагата, руки в стороны или вверх. Базовое вращение 180°</p> |

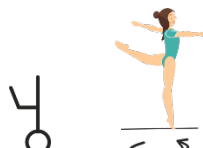
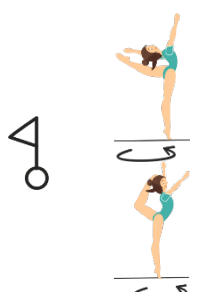
13. ТАБЛИЦА ТРУДНОСТЕЙ ВРАЩЕНИЙ (♫)

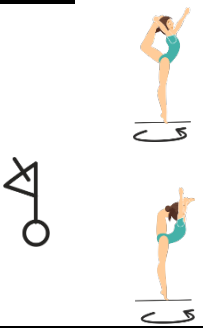
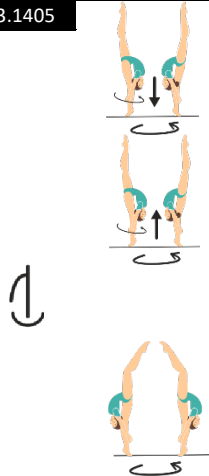
| Типы Вращений | Вращения на релеве опорной ноги | | | | | | |
|---|---|---------|---|---------|--|---------|---------|
| | Ценность | | | | | | |
| | 0.10 р. | 0.20 р. | 0.30 р. | 0.40 р. | 0.50 р. | 0.60 р. | 0.70 р. |
| 1. Пассе (вперед или в сторону) | 3.101  | | | | | | |
| 2. Спиральный поворот ("Тонно") на одной ноге | | | 3.203  | | | | |
| 3. Вперед: свободная нога в горизонтальном положении (выпрямленная или согнутая на 30°) | 3.301  | | 3.303  | | | | |
| 4. Передний шпагат с помощью или без помощи | | | 3.403  | | 3.405  | | |
| 5. Передний шпагат с наклоном туловища назад в горизонталь Элькатиб (ЕКВ) | | | | | 3.505  | | |
| | | | 3.603 | 3.604 | | | |

| | | | | | | | |
|--|--|--|--|---|--|--|--|
| 6. Свободная нога в сторону в горизонтальном положении или с наклоном туловища в сторону в горизонталь | | |   |   | | | |
|--|--|--|--|---|--|--|--|


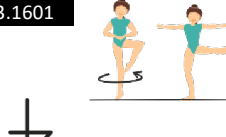
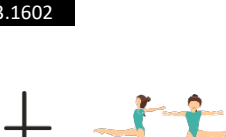
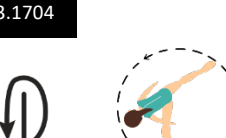
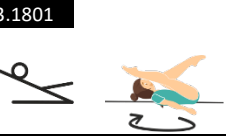

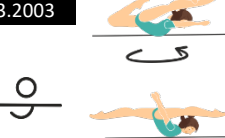
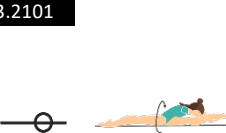
| | 0.10 p. | 0.20 p. | 0.30 p. | 0.40 p. | 0.50 p. | 0.60 p. | 0.70 p. |
|--|---------|---------|---|--|--|---------|---------|
| 7. Боковой шпагат с помощью или без помощи. | | | 3.703   | | 3.705   | | |
| 8. Боковой шпагат с помощью или без помощи, туловище в горизонтальном положении, также Рафаэли (RF) с согнутой свободной ногой | | | | 3.804   | 3.805   | | |
| 9. Арабеск: свободная нога в горизонтальном положении, также туловище горизонтально с наклоном вперед или с наклоном назад в горизонталь | | | 3.903   | 3.904   | 3.905   | | |
| | | | 3.1003  | | 3.1005  | | |


| | | | | | | | |
|--|--|--|---|---|---|--|--|
| <p>10. Задний шпагат с помощью или без помощи</p> | | |  | |  | | |
| <p>11. Задний шпагат с помощью: туловище горизонтально.</p> <p>Задний шпагат без помощи: туловище горизонтально, или ниже горизонтали, или с кольцом (Сакура): выполняется на релеве, на полной стопе, или комбинированно (релеве/полная стопа): +0.10 за каждое дополнительное вращение</p> | | | <p>3.1104</p>  | <p>3.1105</p>  | | | |

| | 0.10 p. | 0.20 p. | 0.30 p. | 0.40 p. | 0.50 p. | 0.60 p. | 0.70 p. |
|--|---------|---------|--|---------|---|---------|---------|
| <p>12. Аттитюд, также с наклоном туловища назад, также в кольцо без помощи</p> | | | <p>3.1203</p>  | | <p>3.1205</p>  | | |

| | | | | | | | |
|--|--|--|--|--|---|--|--|
| <p>13. Кольцо с помощью, также с ногой на плече</p> | | | <p>3.1303</p>  | | | | |
| <p>14. Передний шпагат с прогибом туловища назад ниже горизонтали, из положения сидя или стоя: свободная нога горизонтально (Кабаета) или согнута на 30° (Крамаренко).</p> | | | | | <p>3.1405</p>  | | |

| | | | | | | | |
|--------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|---------|
| | | | | | | | |
| | 0.10 p. | 0.20 p. | 0.30 p. | 0.40 p. | 0.50 p. | 0.60 p. | 0.70 p. |
| 3.1501 | | | | | | | |

| | | | | | | | |
|---|---|--|--|---|--|--|--|
| <p>15. Казак – свободная нога вперед.</p> |  | | | | | | |
| <p>16. Фуэте: Пасе или с выпрямленной ногой в горизонтальном положении вперед или в сторону</p> |  |  | | | | | |
| <p>17. Циркуль назад - наклон туловища назад горизонтально или ниже горизонтали</p> | | | |  | | | |
| Вращения на других частях тела | | | | | | | |
| <p>18. Раленкова (RL) – Вращение на спине.</p> |  | | | | | | |
| <p>19. Вращение на животе, ноги близко к кольцу.</p> | |  | | | | | |
| <p>20. Ашрам (ASH) – Вращение на животе/груди, ноги в положении подбива с помощью или в положении шпагата без помощи (Канаева).</p> | | |  | | | | |
| <p>21. Вращение в шпагате с помощью без прерывания с наклоном вперед.</p> |  | | | | | | |

| | | | | | | | |
|---|--|---|--|--|--|--|--|
| (без надбавок за дополнительные вращения) | | | | | | | |
| 22. Вращение в шпагате с помощью без прерывания с наклоном назад (без надбавок за дополнительные вращения) | | 3.2202  | | | | | |

С. АРТИСТИЗМ (А)

1. ОЦЕНИВАНИЕ БРИГАДОЙ СУДЕЙ В АРТИСТИЗМЕ

- 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.
- 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 темп, тему движений и структуру композиции; она не является 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 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 сообщить о неэтичных словах/текстах Президенту Верховного Жюри, который ответственен за сбавки в Артистизме
 - Музыка должна позволять гимнастке выступить 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.) – сбавка 0,30
- 2.5. Перед первым движением гимнастки допускается музыкальное вступление продолжительностью не более 4 секунд; музыкальное вступление продолжительностью **более 4 секунд** наказывается сбавкой 0,30.
- 2.6. 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 стиля движений в Танцевальных шагах, а также в соединительных движениях между Трудностями

или в самих Трудностях

- Выразительность тела и лица в движениях
- Эффекты – нужное расположение особых движений тела и предмета в упражнении для подчеркивания важных музыкальных моментов
- Динамические изменения: контрасты в темпе, характере и интенсивности движений как с предметом, так и с телом, которые отражают контрасты в музыке
- Стратегическое размещение определенных движений тела и предмета на определенных музыкальных акцентах или фразах для создания воздействия или эффекта: отличительные или желаемые ментальные или эмоциональные впечатления, произведенные на зрителя (т. е. момент, который предназначен для воздействия на зрителя и запоминается)
- 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 темпу музыки.
- Разнообразие в движениях и амплитуде: гимнастки переходят от одного движения к другому, устремляясь в разные стороны по разным причинам; когда гимнастка перемещается, чтобы изменить направление, траектории, модальности.

2.7. ОЦЕНИВАНИЕ

2.7.1. Сбавки не применяются, если Артистические компоненты имеют полный приоритет и полностью реализованы на протяжении всей композиции от начала до конца.

2.7.2. Артистические компоненты, которые недостаточно развиты или развиты только лишь в некоторых моментах, будут наказываться. Система сбавок состоит в следующих типах фаз:

- *Последовательность движений определяется как короткая часть упражнения, например, последовательность из 2-4 Трудностей и связей между ними, или Комбинация Танцевальных шагов.*
- *Часть упражнения определяется как 2 или более последовательностей движений (последовательно или отдельно), что составляет менее 50% от продолжительности упражнения.*
- *Большая часть упражнения определяется как более чем 50% продолжительности упражнения (непрерывно или в нескольких частях).*
- *Полное упражнение определяется как последовательность всех отдельных движений.*

2.7.3. Нарушения в соотношениях между движением и ритмом или нелогичные связи будут наказываться каждый раз

2.7.4. Чтобы быть засчитанным, каждый требуемый компонент (Комбинации Танцевальных шагов №5, эффект с музыкой №6, динамические изменения №7) должен быть выполнен без следующих технических ошибок:

- Потеря равновесия при опоре на одну или обе руки или на предмет
- Полная потеря равновесия и падение гимнастки

- Потеря предмета
- Гимнастка не прикасается к предмету в течение 4 и более секунд
- Статичный предмет
- Преакробатические элементы с использованием запрещенной техники

3. ГЛАВНАЯ ИДЕЯ И ХАРАКТЕР

3.1. Дефиниция

3.1.1 Главная идея - движения имеют четко определенный стиль, подчеркивающий уникальную интерпретацию гимнастикой характера музыки; этот стиль или характер движения развиваются от начала до конца.

3.1.2 Главная идея может включать развитие, например, когда изменения в характере музыки отражаются изменениями в характере движений, или она может быть статичной, например, с одним и тем же определением характера 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:

3.1.3.1. С разнообразием задействованных частей тела (лицо, голова, шея, плечи, предплечья, кисти рук, туловище, бедра, ноги, ступни).

3.1.3.2. С разнообразием типов движений и элементов, представляющих характер, например:

- 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**
- Во время бросков и при полете предмета
- Во время ловли
- Во время вращательных элементов
- Изменение уровней
- Соединительные элементы предмета, подчеркивающие ритм и характер
- Во время элементов **DA**

3.2. Оценивание

3.2.1. Комбинации Танцевальных шагов оцениваются по своим специфическим достоинствам, и они не включены в оценивание характера движения.

Разъяснения / примеры

- Идеальные Комбинации Танцевальных шагов не уменьшают сбавку за характер.
- Комбинации Танцевальных шагов продолжительностью менее 8 секунд не влияют на сбавку за характер.
- Прерванные Комбинации Танцевальных шагов не влияют на сбавку за характер.
- 1 - 2 пропущенные Комбинации Танцевальных шагов не увеличивают сбавку за характер.

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 разработано и реализовано” не означает, что каждое отдельное движение содержит детали характера, это означает, что нет последовательности движений, в которой характер кажется отсутствующим.
- Существует большое разнообразие в использовании различных частей тела.
- Существует большое разнообразие типов движений и элементов, представляющих характер.
- Уникальная идентичность достигается путем представления как минимум 1 допустимого эффекта с музыкой (см. п. 6.1).

3.2.3. 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 одной или нескольких последовательностях движений отсутствуют характерные детали.
- Существует большое разнообразие в использовании различных частей тела.
- Существует большое разнообразие типов движений и элементов, представляющих характер.

3.2.4. Сбавка в размере 0,60 балла взимается за выступление, в котором главная идея и характер являются приоритетными в части(ях) упражнения:

- Несколько последовательностей движений представлены с характером.
- Существует четкое единство между разными деталями движения и музыкой.
- Может отсутствовать разнообразие в использовании разных частей тела и предмета.
- Может отсутствовать разнообразие в типах движений и элементах, представляющих характер.

3.2.5. Сбавка в размере 1,00 применяется за выступление, в котором главная идея и характер не являются приоритетными:

- Может быть несколько изолированных деталей характера, без четкого единства друг с другом и музыкой.

Разъяснения / примеры

• Качество, сложность, уникальность и продолжительность каждой детали характера влияют на общую оценку. Следовательно, минимальное количество деталей для каждого уровня сбавок не определено:

• Например, за выступление с 8 последовательностями движений с уникальными деталями характера, включающими все части тела и предмет, может быть назначена меньшая сбавка, чем за выступление с 20 изолированными деталями, включающими только кисти рук.

4. ЭКСПРЕССИЯ

4.1. Дефиниция

4.1.1 Гимнастка превращает структурированное упражнение в художественное представление, основанное на выразительности.

4.1.2. Экспрессия тела – это соединение силы и мощи с красотой и изяществом движений.

4.1.3. Экспрессия лица – это передача чувств зрителям:

- Эмоции основаны на интерпретации гимнасткой музыки и выбранной главной идее, без преувеличений, гримасничания или передразнивания.

- Интенсивность экспрессии лица варьируется в зависимости от различных частей выступления, от моментов/последовательностей, в которых экспрессивности полностью отдается приоритет, до более технических моментов/последовательностей, где лицо естественным образом выражает меньше, не становясь полностью пустым, без перехода к сосредоточенному взгляду.

4.1.4. Красота и изящество могут быть выражены широким участием разных частей тела (головы, плеч, туловища, груди, кистей рук, ног, а также лица) следующими способами:

- Гибкие, пластичные и/или едва уловимые движения, передающие характер
- Выражение лица, передающее эмоциональную реакцию на музыку
- Расстановка акцентов
- Интенсивность характера движений

4.1.5. Независимо от физических габаритов или роста гимнастки, движения частями тела выполняются с максимальным размахом, шириной и объемом.

4.1.6. Гимнастка обладает выразительной, энергичной связью с музыкой, которая вовлекает зрителей в ее выступление.

4.2. Оценивание экспрессии тела

4.2.1. Сбавка не применяется, если экспрессия тела полностью развита в большинстве упражнений:

- Большинство последовательностей движений представлены с полным участием частей тела.
- В упражнении нет моментов, когда задействование частей тела кажется жестким или несостоятельным, например, негнувшиеся руки или туловище (ограниченная способность выразить свою интерпретацию музыки.)

4.2.2. Сбавка в размере 0,30 балла применяется, когда экспрессия тела полностью развита в части(ях) упражнения:

- Представлено несколько последовательностей движений с полным участием частей тела.
- Только несколько последовательностей движений в упражнении, в которых задействованы части тела, кажутся неуклюжими или отсутствуют вовсе, например, негнущиеся руки или туловище (ограниченная способность выражать свою интерпретацию музыки.)

4.2.3. Сбавка в размере 0,60 применяется, если экспрессия тела никогда не развивается полностью или развивается лишь на мгновение:

- Полное участие частей тела демонстрируется менее чем в двух последовательностях движений.
- Экспрессия тела может быть развита частично (отдельные сегменты) в последовательностях, частях выступления или во всем упражнении.

4.3. Оценивание экспрессии лица

4.3.1. Сбавка не применяется, если экспрессия лица присутствует на протяжении всего упражнения и полностью развита в части(ях) упражнения:

- Представлены несколько последовательностей движений с полностью расставленным приоритетом в экспрессии лица.
- В оставшейся части упражнения также задействовано лицо (допускается меньшая интенсивность).
- Есть только несколько отдельных моментов, когда лицо кажется пустым или слишком сосредоточенным.

4.3.2. Сбавка в размере 0,30 применяется, если экспрессия лица не развита полностью или проявляется лишь на мгновение:

- Экспрессии лица полностью отдается приоритет менее чем в двух последовательностях движений, и/или
- Существуют последовательности движений, в которых лицо кажется пустым или слишком сосредоточенным.

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 способов 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 и т. д.

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:

- Любые классические танцевальные шаги
- Любые балетные танцевальные шаги
- Любые фольклорные танцевальные шаги
- Любые современные танцевальные шаги
- и т. п.

5.2.3.2. Простые движения по ковру без определенного характера движения (например, ходьба, шаг, бег) с использованием предмета не допускаются.

5.2.3.3. Комбинации Танцевальных шагов должна включать в себя разнообразные движения, специально используемые для хореографических целей и создания характера и эффекта. **DB**, такие как Прыжок Кабриоль, Равновесие Пассе и т. д., которые имеют в своей основе в традиционный танец и ценность 0.10, могут быть включены сюда.

Разъяснения / примеры

Если характер нарушается, например, на 1 - 2 секунды во время выполнения элемента предмета с шагами без характера, то Комбинация Танцевальных шагов недействительна.

5.2.4. Разнообразие и объемность: способы 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 всех S).
- Часть S должна выполняться с перемещением (не полностью в одном месте на площадке).
- Часть S должна выполняться в вертикальном положении (не полностью лежа, на коленях, сидя и т.д.)

5.2.5. Преакробатические элементы, высокие броски, DA, DB с ценностью 0,20 балла и более, не могут выполняться.

5.3. Оценивание

5.3.1. Композиции, содержащие менее 2 допустимых Комбинаций Танцевальных шагов, будут наказаны сбавкой 0,60 за каждое пропущенное S.

5.3.2. Комбинация Танцевальных шагов будет недействительна, если нарушена какая-либо часть пункта 2.7.4 (потеря равновесия при опоре или падении, потеря предмета, недостаточный контакт 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).

Разъяснения / примеры

- Если гимнастка за 8 секунд, выполняя все требования пункта 5.2, теряет предмет, то она соответствует дефиниции, и Комбинация Танцевальных шагов действительна со всеми соответствующими сбавками в Исполнении.
- Когда гимнастка выполняет танцевальные шаги 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 одна из двух частей не соответствует каким-либо требованиям, то это – одна Комбинация танцевальных шагов.

7. ЭФФЕКТЫ С МУЗЫКОЙ

6.1. Дефиниция

6.1.1. 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).

6.1.2. 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.

6.1.3. Как простые, так и сложные движения могут создавать эффект, если выполняются с четким намерением, которое заключается в том, чтобы подчеркнуть важный момент в музыке.

6.1.3.1. Примеры сложных движений:

- ДВ с несколькими акцентами движения
- ДВ с некоторой продолжительностью, например, вращение
- Уникальный, инновационный или сложный технический элемент предмета

6.1.3.2. Примеры простых движений:

- Выполнение ДВ
- Принятие позиции (исключая исходную и конечную позиции в упражнении)
- Сильный мах ногой
- Простой технический элемент предмета, согласованный с движением тела 6.1.3.3.

Примеры движений, которые слишком малы или типичны, чтобы их можно было распознать как эффект:

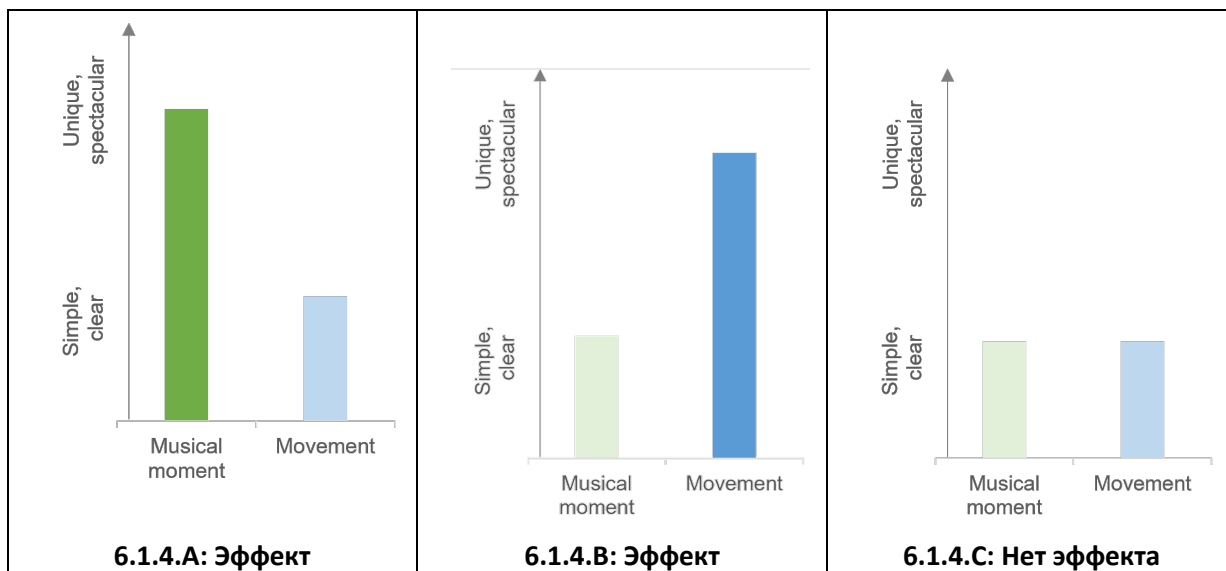
- Шассе
- Базовый бросок рукой
- Поза, созданная с использованием только рук/ головы

Разъяснения / примеры

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.

6.1.4. 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. 6.1.4. 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. 6.1.4. 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. 6.1.4. С).



6.2. Требования и оценивание

6.2.1. Упражнения, в которых отсутствует 1 эффект с музыкой, не обладают уникальной индивидуальностью и, следовательно, не могут не получить сбавку за характер (см. п. 3.2.2).

6.2.2. Эффект должен быть выполнен точно в такт музыке, которая должна быть распознана. Попытка создать эффект, выполненная немного раньше или после нужного момента в музыке, не будет признана.

6.2.3. Динамические изменения по своей природе создают свои собственные эффекты и оцениваются отдельно; следовательно, они не подходят для выполнения этого конкретного требования.

7. ДИНАМИЧЕСКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ: СОЗДАНИЕ КОНТРАСТОВ

7.1. Дефиниция

7.1.1 Композиция, структурированная вокруг определенного музыкального произведения, использует изменения **темпа** и интенсивности для построения главной идеи и создания визуальных эффектов, распознаваемых зрителем.

7.1.2. Скорость и интенсивность движений гимнастики, а также движения ее предмета должны отражать изменения **темпа** и динамичности музыки.

7.1.3. Отсутствие контраста в **темпе** может создать монотонность и потерю интереса публики.

7.1.4. Динамические изменения могут создавать контрасты по-разному, в гармонии с изменениями в музыке:

7.1.4.1. Контрасты в темпе или интенсивности движений от одной последовательности движений к другой.

7.1.4.2. Постепенное увеличение или уменьшение темпа или интенсивности движений в пределах последовательности движений.

7.1.4.3. Создание контраста с помощью определенного движения, включая мгновенные медленные движения или мгновенные быстрые движения.

7.1.5. 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.

7.2. Требования и оценивание

7.2.1. Композиции с менее чем 2 динамическими изменениями будут наказаны сбавкой 0,30 за каждое пропущенное динамическое изменение.

7.2.2. Динамические изменения могут быть в любой части упражнения.

7.2.3. 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.

7.2.4. 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 два других динамических изменения. Однако, за ритм применяет сбавка (см. п. 9.2.2).

8. СОЕДИНЕНИЯ

8.1. Дефиниция

8.1.1. Соединения – это “связи” между двумя движениями или Трудностями. Хорошо разработанные соединения и/или связующие шаги необходимы для создания гармонии и плавности выступления.

8.1.2. Все движения должны иметь логическую, намеренную связь между собой так, чтобы одно движение/элемент переходили бы в другое по определенной причине.

8.1.3. Эти связи между движениями также дают возможность усилить характер композиции.

8.1.4. Элементы соединяются плавно и логично без длительных приготовлений или ненужных остановок, которые не поддерживают характер композиции или не создают эффекта. Допускаются намеренные остановки, поддерживающие характер композиции и создающие динамические изменения.

8.1.5. Элементы, которые расположены вместе без четкого намерения, становятся серией несвязанных действий, которые препятствуют как полному развитию сюжета, так и уникальной идентичности композиции. Такие связи определяются так:

- 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

8.2. Оценивание

8.2.1. Композиции, построенные как серии несвязанных элементов, будут наказываться сбавками. Нелогичные соединения будут наказываться сбавкой 0.10 каждый раз, до 2.00 баллов.

8.2.2. 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 падение, пробежка из-за броска с неточной траекторией или остановка, чтобы распутать узел / обертывание.

9. РИТМ И ОКОНЧАНИЕ С МУЗЫКОЙ

9.1. Дефиниция

9.1.1. Движения тела, а также предмета должны точно соотноситься с музыкальными акцентами и музыкальными фразами

9.1.2. Движения тела, так и предмета должны подчеркивать ритм/темп музыки.

9.1.3. Конец упражнения должен точно совпадать с окончанием музыки.

9.2. Оценивание

9.2.1. Движения, выполняемые отдельно от акцентов или не связанные с темпом, установленным музыкой, наказываются каждый раз сбавкой 0.10 балла (до 2.00 баллов).

9.2.2. 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
- Когда музыка заканчивается затуханием, а гимнаст продолжает быстро двигаться, создавая сильные акценты движения на затухании

9.2.3. 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.

10. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРОСТРАНСТВА

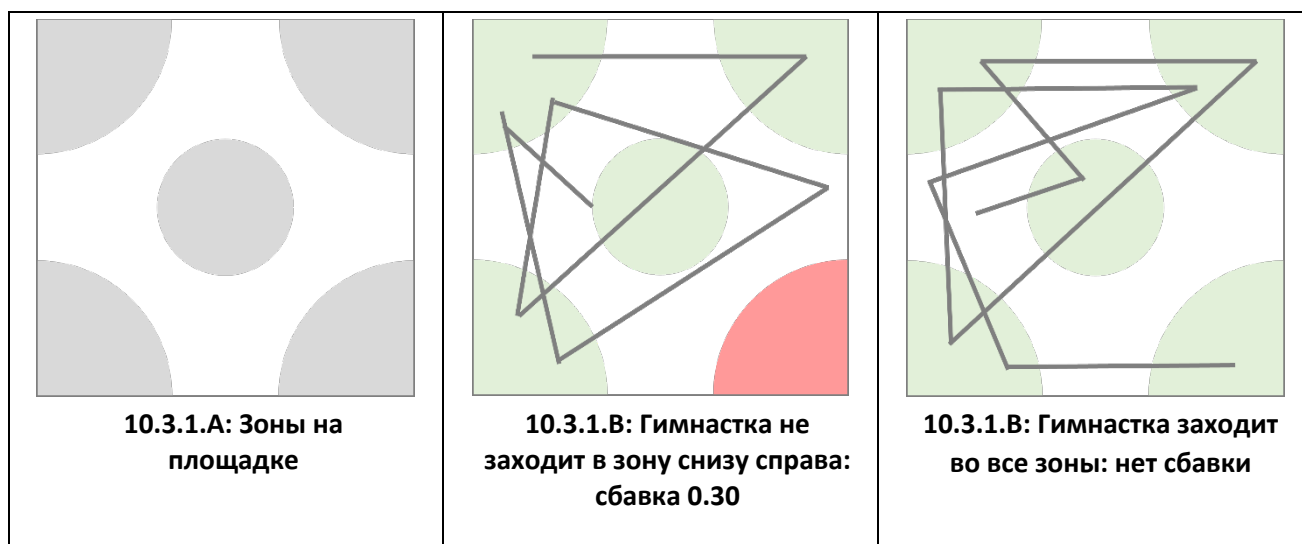
10.1. Все композиции должны быть очень разнообразны в использовании пространства по всей площадке.

Перемещения должны быть широкими и всеобъемлющими по всей площади ковра, с пересечениями, разными траекториями и разными направлениями.

10.2. Вся площадка должна быть занята движениями гимнастики. Она должна перемещаться через все части площадки (но без необходимости заходить физически во все четыре угла).

10.3. Направления движения гимнастики должны быть разнообразными по всей площадке, а не повторяющимися «вперед – назад» по одной и той же траектории. Гимнастка переходит от одного движения к другому, двигаясь в разных направлениях (вперед, назад, вбок), используя разные траектории (линии, изгибы, круги и т.д.). Способы перемещения варьируются в зависимости от расстояния, необходимого для прохождения, темпа и стиля конкретной музыки, и так далее. Такое разнообразие в путешествиях позволяет избежать монотонного передвижения.

10.3.1. Неполное использование всей площадки будет наказываться сбавкой 0,30.



10.4. Перемещение по площадке и смена различных уровней должны происходить непрерывно, без длительного пребывания в каком-либо месте на площадке:

10.4.1. После 3 DA, выполненных подряд в положении(ях), определяемом как “положение на полу”, гимнастка должна прекратить использовать любые “положения на полу” и выполнить минимум одно соединяющее движение или Трудность, которые не относятся к “положению на полу”, прежде чем можно будет вернуться в любое “положение на полу”.

10.4.2. Сбавка в размере 0,30 балла начисляется за 4 или более последовательных DA, выполненных в положении на полу (сбавка один раз за каждый набор DA).

11. ПЕРЫВАНИЕ НЕПРЕРЫВНОСТИ

11.1. Целью создания гармоничной взаимосвязи всех компонентов Артистизма вместе взятых является создание единой идеи. Непрерывность движений от начала до конца способствует гармонии и единству.

11.2. Одна или несколько серьезных технических ошибок, которые нарушают 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 заворачивания в предмет
- Гимнастка делает паузу, чтобы понять, с какого момента продолжить композицию.

11.3. 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 в 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, п. 2.2.1, 3.2.3).

Объяснения / примеры

Сбавка за прерывание непрерывности 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 нарушение непрерывности не применяется.

12. ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОШИБКИ В АРТИСТИЗМЕ

| СБАВКИ | 0.30 | 0.60 | 1.00 |
|--|--|---|--|
| ГЛАВНАЯ ИДЕЯ И ХАРАКТЕР ДВИЖЕНИЯ С ЭФФЕКТОМ (требование: 1) | В большей части упражнения: <ul style="list-style-type: none"> • Присутствует главная идея • Всего в одной/нескольких последовательностях отсутствует характер • Большое разнообразие частей тела, предмет • Большое разнообразие типов движений За характер применяется сбавка не менее 0,30, если эффект отсутствует | В некоторых частях упражнения: <ul style="list-style-type: none"> • Четкое единство между деталями и музыкой • 2 и более последовательности имеют характер • С разнообразием или без него (нет требований) | Не имеет приоритета: <ul style="list-style-type: none"> • В характере может быть несколько изолированных деталей без четкого единства |
| 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 2 последовательностях или до половины упражнения • Есть только несколько последовательностей (участие ограничено) | Частично развита или не развита в упражнении: <ul style="list-style-type: none"> • Нет полного участия или оно есть в 1 последовательности • Частичное участие в любом количестве у упражнении | |
| ЭКСПРЕССИЯ ЛИЦА | Частично развита или не развита в упражнении: <ul style="list-style-type: none"> • Нет полного участия или оно есть в 1 последовательности, и/или • Невыразительное или сосредоточенное лицо в 1 и более последовательностях | | |
| ДИНАМИЧЕСКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ (требование: 2) | За каждое отсутствующее Динамическое изменение | | |

| | | | | | | | | | | | |
|--------------------------------------|--|------|------|------|--|------|------|------|------|------|--|
| 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. 4 или более последовательные DA в положении на полу (сбавка каждый раз за каждую последовательность DA) | | | | | | | | | | |
| ПРЕРЫВАНИЕ НЕПРЕРЫВНОСТИ | | | | | Непрерывность композиции нарушена на 4 или более секунд из-за серьезной технической ошибки (сбавка один раз) | | | | | | |
| 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 | | | | | | | | | | |

D. ИСПОЛНЕНИЕ (E)

1. ОЦЕНИВАНИЕ БРИГАДОЙ СУДЕЙ ИСПОЛНЕНИЯ

- 1.1 Судейство Бригады Исполнения (E) 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 E.
- 1.3 Бригада E не имеет отношения к Трудности упражнения. Судьи E должны применять Сбавки в равной степени за одинаковые ошибки, независимо от Трудности элемента или соединения.
- 1.4 Судьи E 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
- 1.6 **Ошибки Исполнения наказываются сбавкой каждый раз и за каждый элемент**
- 1.7 **Окончательная оценка E** получается так: окончательная сбавка в Исполнении вычитается из **10.00 баллов**.

Разъяснение

Сбавки в зеленых ячейках таблиц: только одна (наивысшая) сбавка из данной линии применяется за каждую техническую ошибку

2. ДВИЖЕНИЯ ТЕЛА

| 2.1. Таблица сбавок в Исполнении за ДВИЖЕНИЯ ТЕЛА | | | |
|--|--|---|---|
| Сбавки | Малые 0.10 | Средние 0.30 | Большие 0.50 и более |
| Общее | Незаконченное движение или недостаток амплитуды в формах Волн | | |
| | Незаконченное движение или отсутствие амплитуды в форме Преакробатики | | |
| | Корректировка положения тела (примеры: в Равновесиях, во Вращениях на полной стопе или на других частях тела и т.д.) | Статичная гимнастика (4 и более сек.) | |
| Базовая техника: в ДВ и всех др. 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 и т.п.) | Потеря равновесия, дополнительное движение с перемещением (подпрыгивание на опорной ноге/стопе, лишний шаг, отклонение от оси и т.п.) | 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 | |
| | 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. Ось тела не в вертикали, окончание с 1 произвольным шагом | |
| Вращения (каждая сбавка применяется 1 раз за каждое вращение ДВ) | Неправильная форма с малым отклонением | Неправильная форма со средним отклонением | Неправильная форма с большим отклонением |
| | Произвольная опора на пятку во время Поворота Pivot | | |
| | | | |

| | | | |
|---|---------------------|--|--|
| Пре-акробатические элементы и элементы групп вертикального вращения | Тяжелое приземление | Запрещенная техника пре-акробатических элементов | |
| | | Ходьба на руках (2 или более смен опоры) | |

2.2. Разъяснения по сбавкам в Исполнении за движения тела

2.2.1. Когда происходит прерывание непрерывности выступления (см. Артистизм, п. 11), например, из-за того, что гимнастка стоит без движения, чтобы развязать узел, сбавка за “статичную гимнастку” не применяется.

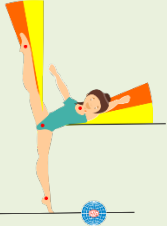
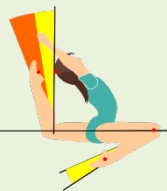
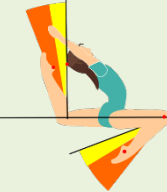
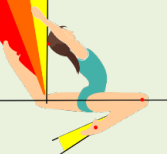
2.2.2. Когда гимнастка потеряла предмет и направляется за ним, и, в конечном счете, когда он возвращается на площадку (перед возобновлением выступления):

- Дополнительные сбавки за части тела и работу с предметом не применяются (таблица 3.1).
- В течение этого периода сбавки начисляются только за потерю равновесия (с опорой или без нее или с падением), а также за дополнительную потерю предмета.

2.2.3. Симметричное положение плеч и туловища во время Трудностей тела является важным аспектом техники тела, особенно в смысле здоровья гимнастки. Асимметричные позиции будут наказываться как “неправильные части тела”.

2.2.4. Отклонения в Трудностях тела:

- Каждая сбавка применяется отдельно за каждую ошибку. Если Трудность тела имеет две неправильные формы, сбавка применяется за каждое отклонение от идеальной формы.

| Разъяснения / примеры | | |
|---|---|---------------------|
| Выступление | Описание | Сбавки в Исполнении |
|  | Малое отклонение шпагата Малое 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 |
|  | Малое отклонение подбива Большое отклонение кольца | 0.10 + 0.50 |

2.2.5. Отклонения и неправильные части тела в равновесиях Фуэте:

- Равновесие Фуэте – это одна ДВ: за отклонение наказывается только самая слабая форма ДВ. Однако каждая форма может быть наказана несколькими сбавками за отклонения, например, шпагат + туловище.
- Каждая часть тела наказывается только один раз во время ДВ (колено опорной ноги максимум один раз, колено поднятой ноги максимум один раз и т.д.).

2.2.6. Если во время равновесия допущены следующие ошибки: форма не удерживается минимум 1 секунду и потеря оси с дополнительным шагом:

- Сбавка составляет 0,30 + 0,30

2.2.7. Прыжок с маховой техникой: прыжки, состоящие из более чем одного основного действия (например, прыжок в шпагат в кольцо), должны выполняться таким образом, чтобы во время полета они создавали единый и четко видимый образ фиксированной и четко определенной формы, а не два разных образа и формы. Если два образа/формы представлены в разное время, это наказывается как техника корректировочного движения «качели».

3. ТЕХНИКА КАЖДОГО ТИПА ПРЕДМЕТА

| 3.1. Таблица сбавок в Исполнении для техники каждого типа предмета | | | |
|--|---------------------|--------------|----------------------|
| Сбавки | Малые 0.10 | Средние 0.30 | Большие 0.50 и более |
| | Статичный предмет** | | |

| Обруч | | | |
|---------------------|--|---|--|
| Базовая техника | Неправильная работа с предметом или ловля: нарушение плоскости, вибрация, неравномерное вращение вокруг вертикальной оси | Работа с непроизвольным контактом с телом, например, зажатие обруча телом во время/после перекатов, вращений вокруг оси обруча и т.п. | |
| | Ловля после броска: контакт с предплечьем | Ловля после броска: контакт с рукой | |
| | Непроизвольно неполный перекат по телу | | |
| | Неправильный перекат с подпрыгиванием | | |
| | Скольжение по руке во время вращения | | |
| | | Зацепиться стопами за Обруч во время прохода в него | |
| * Статичный предмет | | | |
| 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 и т.п. | |

| | | | |
|------------------------|---|---|---|
| | Непроизвольный неполный перекат по телу | | |
| | Неправильный перекат с подпрыгиванием | | |
| | Ловля двумя руками (исключение: ловля 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 и т.п. | | |
| | Нарушение синхронности вращения 2 Булав в полете во время броска и ловли | | |
| | Недостаточная чистота в плоскостях работы во время асимметричных движений | | |
| Лента | | | |
| Базовая техника | Нарушение рисунка Ленты (змейки, спирали недостаточной плотности, неодинаковой высоты, амплитуды и т.п.) | | |
| | Неправильная работа с предметом: неточная передача, ненамеренное удержание палочки за середину, неправильная связка между рисунками, щелканье Лентой | | |
| | 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 |
| | Конец Ленты непреднамеренно остается на полу во время рисунков, бросков и Эшаппе и т.п. (до 1 м) | Часть Ленты непреднамеренно остается на полу во время рисунков, бросков и Эшаппе и т.п. (более 1 м) | |
| Скакалка | | | |
| | Неправильная работа с предметом: неточная амплитуда, форма, плоскость, скакалка не удерживается за оба конца | | |
| | Узел без прерывания упражнения | | Узел без прерывания упражнения |
| | Скакалка непреднамеренно касается пола или тела | Непроизвольное закручивание вокруг тела или его части без прерывания упражнения | Непроизвольное закручивание вокруг тела или его части с прерыванием упражнения |
| | | Потеря одного конца скакалки с короткой остановкой упражнения | |

| | | | |
|--|--|--|--|
| | | Ноги запутались в скакалке во время прыжка или подпрыгивания | |
|--|--|--|--|

3.2. Разъяснения по сбавкам в Исполнении за технику с каждым типом предмета

3.2.1. Если на ленте образуется маленький узел и после нескольких движений он становится средним/большим узлом, применяется только одна сбавка за узел (наиболее высокая сбавка).

3.2.2. Лента, лежащая на полу, наказывается, если ткань неподвижно лежит на полу. Если ткань движется по полу, сбавка не применяется.

3.2.3. Сбавка за то, что лента осталась на полу, не применяется, если гимнастка остановила упражнение из-за другой ошибки (узел, обертывание, потеря предмета и т.д.).

4. ТЕХНИКА ВСЕХ ПРЕДМЕТОВ

4.1. Таблица сбавок в Исполнении за технику всех предметов

| Сбавки | Малые 0.10 | Средние 0.30 | Большие 0.50 и более |
|---|--|--|--|
| Техника | | Статичный предмет (см. Трудность, п. 3.7) | |
| Траектории и ловля | Неточная траектория * и ловля в полете с помощью 1 шага или коррекции положения для сохранения предмета | Неточная траектория * и ловля в полете с помощью 2 шагов для сохранения предмета | Неточная траектория * и ловля в полете с помощью 3 или более шагов (или шассе) для сохранения предмета |
| | Неправильная ловля: Пример: ловля с произвольной помощью другой руки для сохранения предмета, произвольный захват за материал ленты и т.д. (см. также Мяч) | Неправильная ловля с произвольным касанием тела | |
| Потеря предмета <i>За потерю 2 булав последовательно: Судья назначает сбавку один раз в зависимости от общего количества шагов, сделанных для возврата дальней булав.</i> | | | Потеря и возврат предмета без перемещения |
| | | | Потеря и возврат предмета после 1 - 2 шагов: 0.70 |
| | | | Потеря и возврат предмета после 3 или более шагов: 1.00 |
| | | | Потеря предмета с выходом 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 с предметом в конце упражнения: 1.00 |

4.2. Разъяснения по сбавкам в Исполнении за технику всех предметов

4.2.1. Сбавка за неточную траекторию применяется, если видна явная техническая ошибка, вызванная неточным броском. Например, если гимнастке приходится пробежать или изменить намеченное направление, чтобы спасти предмет от потери.

4.2.2. Сбавка за неточную траекторию применяется только в том случае, если предмет пойман в полете: если неточность траектории приводит к потере предмета, наказывается только потеря предмета в соответствии с общим количеством сделанных шагов: Шаги во время полета предмета + шаги после падения предмета на пол.

4.2.3. При всех типах ловли ленты предмет, как правило, следует ловить 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 палку (но не за ее конец), применяется сбавка за "неправильную ловлю".

4.2.4. Все предметы должны быть пойманы без произвольной помощи другой руки. Исключения, когда другая рука может быть использована намеренно:

- Скакалка: с ловлей открытой скакалки
- Обруч: когда обруч вращается вокруг горизонтальной оси
- Мяч: при ловле за пределами поля зрения
- Булавы: при ловле конструкции из более чем 1 булавы
- Лента: при намеренной ловле за материал

4.2.5. Сбавка за неправильную ловлю применяется, когда предполагаемая ловля прерывается дополнительным движением гимнастки, чтобы спасти предмет от падения и/или перейти к следующему движению.

Е. ПРИЛОЖЕНИЕ

1. ПРОГРАММА ПО ПРЕДМЕТАМ

СЕНИОРКИ – 4 упражнения

| | | | | |
|--------------------|---|---|--|---|
| 2021 – 2024 |  |  |  |  |
| 2025 – 2028 |  |  |  |  |

ЮНИОРКИ – 4 упражнения

| | | | | |
|--------------------|---|---|--|---|
| 2021 – 2024 |  |  |  |  |
| 2025 – 2028 |  |  |  |  |

2. ТЕХНИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ЮНИОРОК – ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

2.1. **Общие положения:** все нормы общих положений для Индивидуальных Сениорок действительны для Индивидуальных Юниорок.

2.2. **Программа для Индивидуальных гимнасток:** Программа для Индивидуальных Юниорок обычно состоит из 4 упражнений (Художественная гимнастика, Программа предметов: Юниорки):

- Обруч
- Мяч
- Булавы
- Лента

2.2.1 Можно выполнять индивидуальные упражнения со скакалкой на местных международных и Национальных соревнованиях.

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

2.4. Нормы и характеристики каждого предмета для юниорок указаны в *Нормах по предметам ФИЖ*.

2.4.1 Юниоркам разрешается выступать с лентой для сениорок.

2.5. Каждый предмет, используемый гимнасткой, должен иметь логотип производителя и "Логотип одобрения FIG" в определенных местах для каждого предмета (Скакалка, Обруч, Мяч, Булавы, Лента). Ни одна гимнастка не имеет права соревноваться с неутвержденным предметом, иначе упражнение не будет оценено (0,0).

2.6. По требованию Верховного Жюри 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.

3. Требования к Трудности Индивидуальных Юниорок




3.1. Гимнастки должны включать в упражнения только те элементы, которые они могут выполнять безопасно и с высокой степенью эстетического и технического мастерства.

3.2. Существует два **компонента Трудности**:

- Трудность тела (**DB**), включая (**R**)
- Трудность предмета (**DA**)

3.3. **Требования к Трудности:**

| |
|-----------------------------|
| Компоненты Трудности |
|-----------------------------|

| Трудность Тела DB | Трудность Предмета DA |
|---|--|
| <p>Засчитываются 6 DB наивысшей ценности</p> | <p>DA Минимум 1, Максимум 12 (в порядке выполнения)</p> |
| <p><u>Особые Требования:</u></p> | <p><u>Особые Требования:</u></p> |
| <p>Трудности Групп тела:</p> <p>Прыжки  Минимум 1</p> <p>Равновесия  Минимум 1</p> <p>Вращения  Минимум 1</p> | <p>Полные Волны Тела:</p> <p>W Минимум 2</p> |
| <p>Динамические Элементы с Вращением – R Максимум 3 (в порядке выполнения)</p> | <p>Фундаментальные Технические элементы предмета Минимум 6 (см. Трудность инд. упр., п.3.2)</p> |

3.4. Судьи Трудности идентифицируют Трудности и записывают их в порядке их выполнения, независимо от того, засчитываются Трудности или нет:

- Первая подгруппа **Судей D (DB)**: оценивают количество и техническую ценность Трудностей (**DB**) и количество и ценность Динамических элементов с Вращением (**R**). Судьи записывают все элементы с помощью символов.
- Вторая подгруппа **Судей D (DA)**: оценивают количество и техническую ценность Трудностей предметов (**DA**), наличие требуемых Фундаментальных Технических элементов предметов и полных Волн тела **W**. Судьи записывают все элементы с помощью символов.

3.5. Порядок выполнения Трудностей не ограничен; однако расположение Трудностей должно соответствовать Артистическим компонентам (см. Артистизм).

4. ТРУДНОСТЬ ТЕЛА (DB)

4.1. Требование: 6 DB наивысшей ценности засчитываются в упражнении.

4.2. Все общие нормы для элементов **DB** для Индивидуальных Сениорок действительны также для Индивидуальных упражнений Юниорок (без лимита по ценности каждой **DB**), за исключением следующего:

4.2.1. Комбинированная Трудность тела не разрешена для юниорок. Такие Трудности тела не будут

оценены и не будут считаться как **DB**.

4.2.2. Можно выполнять **только один** Турлян на полной стопе или на релеве.

5. Фундаментальные и Нефундаментальные Технические элементы предметов




5.1. Все общие нормы технических элементов для Индивидуальных Сениорок действительны также для Индивидуальных упражнений Юниорок




5.2. Дополнительные требования для юниорок:





5.2.1. **2 DB** в упражнении с Мячом должны быть выполнены с Фундаментальными / Нефундаментальными Техническими элементами предмета **недоминирующей рукой, которая должна работать от начала до конца элемента предмета**. Эти две DB должны быть в упражнении (не требуется в 6 наивысших Трудностях) и могут быть выполнены как серии с одинаковой работой предмета.

5.2.2. **2 DB** в упражнении с Лентой должны быть выполнены с Фундаментальными / Нефундаментальными Техническими элементами предмета **недоминирующей рукой, которая должна работать от начала до конца элемента предмета**. Эти две DB должны быть в упражнении (не требуется в 6 наивысших Трудностях) и могут быть выполнены как серии с одинаковой работой предмета.

5.3. СВОДНАЯ ТАБЛИЦА ФУНДАМЕНТАЛЬНЫХ И НЕФУНДАМЕНТАЛЬНЫХ ТЕХНИЧЕСКИХ ГРУПП, СПЕЦИФИЧЕСКИХ ДЛЯ СКАКАЛКИ

| Количество, которое требуется в каждом упражнении | Специфические Фундаментальные Технические группы предмета | Нефундаментальные Технические группы предмета |
|---|--|--|
| 1 |  Проход всем телом или частью тела через открытую Скакалку, вращающуюся вперед, назад, в сторону, также с: <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 вдвое (в одной или в двух руках) Вращение (мин. 3), Скакалки, сложенной втрое или вчетверо |
| 2 |  <ul style="list-style-type: none"> Отпускание и ловля одного конца Скакалки, с вращением или без него (Пример: Эшаппе) <ul style="list-style-type: none"> Вращения свободного конца Скакалки, удерживаемой за один конец (Пример: Спирали) | <ul style="list-style-type: none"> Свободное вращение (мин. 1) вокруг части тела Вращение (мин. 1) прямой открытой Скакалки, удерживаемой за середину или за конец Мельницы (открытая Скакалка, удерживаемая за середину, сложенная |

| | | |
|---|---|--|
| | | вдвое или более). См. инд. Трудность, п. 3.5.3. |
| 1 | Подпрыгивания/подскоки с проходом через Скакалку  <ul style="list-style-type: none"> Серии (мин. 3): Скакалка, вращающаяся вперед, назад, в сторону. |  <ul style="list-style-type: none"> Закручивание вокруг части тела и раскручивание Спирали Скакалкой, сложенной вдвое |
| 2 | Ловля высокого броска открытой Скакалки по одному концу в каждой руке без опоры на другие части тела  | |

| Разъяснение | |
|--|--|
| <p>Скакалка может быть 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 в разных направлениях: вперед, назад, с поворотами и т.п.</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, и т.д.) должны совершить проход. Проход может быть всем телом туда и обратно, или только туда, 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 DB засчитывается, если отпускание либо ловля (но не оба этих действия) выполнены во время DB |
|  | <p>Ловля открытой Скакалки после броска должна быть выполнена по одному концу в каждую руку без поддержки стопой, коленом или другой частью тела.</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 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 DB засчитывается если отпускание либо ловля либо несколько спиральных вращений (2 или более) выполнены во время DB |



Закручивание:

- Закручивание или раскручивание возможны при **ДВ**; эти действия являются разной работой предмета

5.4. Нестабильный баланс

5.4.1 Одинаковые положения нестабильного баланса Скакалки:

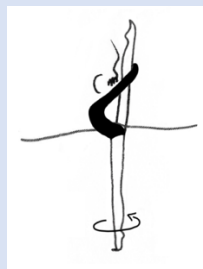
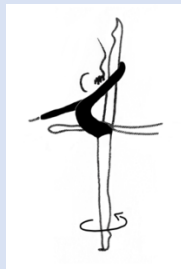
Разъяснение



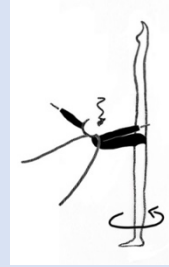
Открытая или сложенная вдвое Скакалка в балансе за спиной или подвешенная на части тела во время **ДВ** с вращением – это одно и то же положение **нестабильного баланса**.



Пример 1



Пример 2

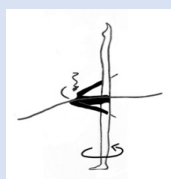


Недействительные положения нестабильного баланса:



Скакалка висит на шее во время Равновесия

Открытая Скакалка располагается на спине



6. ДИНАМИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ВРАЩЕНИЕМ (R)

6.1. Требования: оцениваются максимум 3 R в каждом упражнении в порядке их выполнения.

6.2. Все общие нормы R для Индивидуальных Сениорок также действительны для

Индивидуальных Юниорок (без ограничений по ценности каждого R).

6.3. Максимум 2 R в порядке выполнения могут быть сделаны с соединенными концами.

Дополнительные R с соединенными концами не засчитываются в R.

6.4. Специфические критерии для броска и ловли Скакалки:












| Символ | Специфический критерий при броске + 0.10 каждый раз | Символ | Специфический критерий при ловле + 0.10 каждый раз |
|--------|---|--------|---|
| | <p>Проход через Скакалку всем телом или частью тела во время броска</p> <p>Мин. 2 крупные части тела должны совершить проход через Скакалку</p> <p>Пример: голова + туловище; руки + туловище; туловище + ноги и т.д.</p> | | |
| | Высокий бросок открытой и прямой Скакалки, удерживаемой за один конец | | Ловля Скакалки по одному концу в каждую руку |
| | Высокий бросок открытой и прямой Скакалки, удерживаемой за середину | | |

7. ТРУДНОСТЬ ПРЕДМЕТА (DA)

7.1. Требования: оцениваются Минимум 1, Максимум 12 DA в каждом упражнении **в порядке их выполнения.**

7.2. Все общие нормы для Индивидуальных Сениорок действительны для Индивидуальных Юниорок, в дополнение есть Скакалка для Юниорок.

7.3 Таблица Баз и Критериев DA

| База | Символ | Ценность | Критерии | | | | | | | Особые критерии | | |
|--|---|----------|---|--------|--------|---|-----|-----|-----|---|--------------|----------|
| | | |  | \neq | \neq |  | $=$ | W | DB |  | \leftarrow | \times |
| Проход через Скакалку всем телом или частью тела (2 большие части тела) |  | 0.3 | v | V | N/A | v | v | v | v | v | v | v |
| Проход через Скакалку сериями подпрыгиваний/подскоков (минимум 3) |  | 0.3 | v | V | N/A | v | N/A | N/A | N/A | 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 | | | |
| Echappe и ловля |  | 0.3 | v | V | N/A | v | v | v | v | | | |
| Спирали: вращения свободного конца Скакалки одной рукой, Скакалка удерживается за один конец |  | 0.3 | v | V | N/A | v | v | v | v | | | |
| Свободное вращение (минимум 1) вокруг части тела |  | 0.2 | v | N/A | N/A | v | v | v | v | | | |
| Вращение (минимум 1) открытой Скакалки, удерживаемой за конец или за середину |  | 0.2 | v | V | v | v | v | v | v | | | |
| Мельницы открытой Скакалкой | \times | 0.2 | v | N/A | v | v | v | v | v | | | |
| Передача без помощи рук минимум 2 разными частями тела (кроме рук) |  | 0.2 | v | N/A | N/A | v | v | v | v | | | |
| Малый бросок/ловля, включая свободное падение | \rightarrow | 0.2 | v | V | v | v | N/A | v | v | | | |

| | | | | | | | | | | | | |
|---|---|-----|---|---|---|---|-----|---|-----|--|--|--|
| Отталкивание, отбив: разными частями тела, кроме рук/кистей | → | 0.2 | v | V | v | v | N/A | v | N/A | | | |
| Высокий бросок | ↗ | 0.2 | v | V | v | v | v | v | v | | | |
| Высокий бросок открытой Скакалки, удерживаемой за середину | = | 0.2 | v | V | v | v | v | v | v | | | |
| Высокий бросок открытой Скакалки, удерживаемой за конец | ↖ | 0.2 | v | V | v | v | v | v | v | | | |
| Ловля после высокого броска | ↓ | 0.3 | v | V | v | v | v | v | v | | | |

| Символ | Разъяснение: |
|--------|---|
| ∞ | Двойное (и более) вращение предмета во время прыжков или подпрыгиваний |
| ← | Скакалка вращается назад |
| X | Скрещивание рук во время прыжков или подпрыгиваний; в сериях подпрыгиваний; возможно выполнение попеременно со скрещенными и не скрещенными руками либо все время со скрещенными руками |

8. ОЦЕНКА ТРУДНОСТИ (D):

8.1. Судьи **D** оценивают Трудности, применяют частичные баллы и вычитают возможные сбавки:

8.2. Первая подгруппа Судей D (DB)

| Трудность | Минимум/Максимум | Сбавка 0.30 |
|---|--|--|
| Трудности тела (DB) | Минимум 1 каждой группы Трудностей тела | -Менее 1 Трудности каждой группы тела (\wedge , T, δ) |
| Равновесие "Турлян" | Максимум 1 на релеве или на полной стопе | Более 1 равновесия "Турлян" |
| Менее 2 DB выполнены недоминирующей рукой (мяч и лента) | | За каждый отсутствующий элемент |

8.3. Вторая подгруппа Судей D (DA)

| Трудность | Минимум/Максимум | Сбавка 0.30 |
|---|--------------------------|---------------------------------------|
| Трудность предмета (DA) | Минимум 1 Максимум 12 | Отсутствует минимум 1 |
| Специфические Фундаментальные Технические элементы предмета | Минимум 2 каждого | Сбавка за каждый отсутствующий |
| Фундаментальные Технические элементы предмета | Минимум 1 каждого | Сбавка за каждый отсутствующий |
| Полные Волны тела (W) | Минимум 2 | Сбавка за каждую недостающую W |

9. АРТИСТИЗМ и ИСПОЛНЕНИЕ

9.1. Все нормы Артистизма и все нормы Исполнения для Индивидуальных упражнений Сениорок также действительны для Индивидуальных упражнений Юниорок.

ЧАСТЬ 2
ГРУППОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ

ЧАСТЬ 2 – ГРУППОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ

А. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

ГРУППЫ

1. СОРЕВНОВАНИЯ И ПРОГРАММА

1.1. Официальные Чемпионаты по художественной гимнастике и программа соревнований: Индивидуальные, Групповые и Командные Соревнования.

1.1.1. Общая программа Сениорок в Групповых упражнениях состоит из 2 упражнений (см. Программу предметов ФИЖ для Групп Сениорок в Приложении):

- упражнение с одним типом предмета (5)
- упражнение с двумя типами предметов (3+2)

1.1.2. Программа Юниорок в Групповых упражнениях обычно состоит из 2 упражнений, каждое с одним типом предмета. Программа предметов ФИЖ на текущий год определяет предмет, используемый в каждом упражнении. (см. Программу предметов ФИЖ для Групп Юниорок в Приложении).

1.1.3. Продолжительность каждого Группового упражнения Сениорок и Юниорок составляет от 2 мин. 15 сек. до 2 мин. 30 сек.

1.1.4. Структура Групповых упражнений:

1.1.4.1. Многоборье и квалификации к финалам в Групповых упражнениях, с командным ренкингом: 2 упражнения:

- упражнение с одним типом предмета (5)
- упражнение с двумя типами предметов (3 + 2)

1.1.4.2. Командный ренкинг определяется суммой 8 лучших оценок Индивидуальных гимнасток команды плюс оценок в 2 Групповых упражнениях.

1.1.4.3. Финалы в Групповых упражнениях:

- упражнение с одним типом предмета (5)
- упражнение с двумя типами предметов (3+2)

Для уточнения деталей, касающихся официальных соревнований ФИЖ, обращайтесь к Техническому Регламенту (Раздел 1 и Раздел 3).

2. КОЛИЧЕСТВО ГИМНАСТОК

2.1. Официальные Чемпионаты по художественной гимнастике в Групповых упражнениях: каждая Национальная Федерация может представить пять или шесть гимнасток в общей программе Групповых упражнений. В случае шести гимнасток, все шесть гимнасток должны участвовать по крайней мере в одном упражнении (см. Технический Регламент, Раздел 1 и Раздел 3).

2.2. Каждое Групповое упражнение должно выполняться 5 гимнастками; оставшейся гимнастке разрешается находиться в зоне соревнований во время выполнения упражнения (на случай инцидента с одной из ее

партнерш).

2.2.1. Если гимнастка покидает Группу по уважительной причине во время упражнения, она может быть заменена резервной гимнасткой.

- **Сбавка Судьи на Линии:** 0,30 балла за то, что гимнастка(ки) Группы покинула площадку во время упражнения.

2.2.2. Если запасная гимнастка не используется и Группа прекращает упражнение, то упражнение будет оценено как при остановке из-за сломанного предмета (п. 10.4.5).

2.2.3. Если гимнастка, покинувшая Группу по уважительной причине, не будет заменена, и группа продолжит упражнение с 4 гимнастками, то упражнение не будет оценено.

3. ХРОНОМЕТРАЖ

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

3.2. Разрешается короткое музыкальное вступление не более 4 секунд без движений гимнасток/предметов.

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

Сбавка Судьи-Хронометриста: 0.05 балла за каждую лишнюю или недостающую секунду (считаются полные секунды).

Пример: 2'30"72 = нет сбавки; 2'31 = сбавка -0.05.

4. СУДЕЙСКИЕ БРИГАДЫ – официальные Чемпионаты и другие соревнования

4.1. Верховное Жюри: (см. Технический Регламент, Раздел 1 и Раздел 3)

4.2. Состав судейских бригад для Групповых упражнений:

4.2.1. Каждое Жюри для соревнований ФИЖ – Чемпионатов мира, Олимпийских игр – состоит из **3** групп Судей: **Трудность (бригада D)**, **Артистизм (бригада A)** и **Исполнение (бригада E)**.

4.2.2. Судьи в Трудности (**D**), Артистизме (**A**) и Исполнении (**E**) отбираются путем жеребьевки и назначаются Техническим Комитетом ФИЖ в соответствии с действующим Техническим Регламентом и Правилами для Судей.

4.2.3. Во время соревнований, за техническим столом, судьям запрещено использовать любые электронные устройства для разговоров, передачи или получения сообщений или информации (мобильные телефоны, мини-ноутбуки, компьютеры, электронные часы и т.д.), а также использовать камеры или видеоустройства (см. Технический Регламент, раздел 1, статья 5.4).

4.3. Состав судейских бригад в Групповых упражнениях

4.3.1. **Бригада Судей, оценивающих Трудность (D):** 4 судьи – делятся на 2 подгруппы:

- первая подгруппа (**D**) – 2 Судей **DB1** и **DB2**, работают независимо и выставляют общую оценку **DB**
- вторая подгруппа (**D**) – 2 Судей **DA1** и **DA2**, работают независимо и выставляют общую оценку **DA**

4.3.2. **Бригада Судей в Артистизме (A):** 4 Судьи (**A1, A2, A3, A4**)

4.3.3. **Бригада Судей в Исполнении (E):** 4 Судьи (**E1, E2, E3, E4**)

4.3.4. Минимальные стандарты для судейских бригад на официальных соревнованиях – см. Общие Правила для судей, ст. 11

4.4. Функции Бригады D

4.4.1. **Первая подгруппа (DB)** записывает содержание упражнения символами, оценивает количество и техническую ценность Трудностей тела (**DB**), Трудности Обменов (**DE**), количество и техническую ценность Динамических элементов с Вращением (**R**). **Эти Судьи** оценивают всё упражнение целиком независимо, без консультаций с другими судьями, и затем выставляют общую оценку **DB**.

4.4.2. **Вторая подгруппа (DA)** записывает содержание упражнения символами, оценивает количество и техническую ценность Трудностей с Сотрудничествами (**DC**), наличие требуемых Фундаментальных технических элементов предметов и требуемый минимум типов Сотрудничеств. **Эти Судьи** оценивают всё упражнение целиком независимо, без консультаций с другими судьями, и затем выставляют общую оценку **DA**.

4.4.3. **Записи судей:** по окончании потока/соревнований Президент Верховного Жюри может затребовать судейские записи содержания упражнений символами с указанием номеров, фамилий гимнасток, их Национальных Федераций и предметов.

4.4.4. **Окончательная оценка D** получается путем сложения оценок **DB** и **DA**.

4.5. Функции судей бригады A

4.5.1. **4 Судьи (A1, A2, A3, A4)** – оценивают Артистические ошибки с помощью сбавок, определяют общую сбавку независимо и без консультаций с другими судьями. Наивысшая и самая низкая сбавки отбрасываются, и **окончательная сбавка A** определяется как среднее арифметическое из 2 средних сбавок.

4.5.2. **Окончательная оценка A** = сумма Артистических сбавок вычитается из **10.00 баллов**.

4.6. Функции Судей бригады E

4.6.1. **4 Судьи (E1, E2, E3, E4)** – оценивают Технические ошибки с помощью сбавок и определяют общую Сбавку независимо и без консультации с другими судьями. Наивысшая и самая низкая сбавки отбрасываются, и **окончательная сбавка E** определяется как среднее арифметическое из 2 средних сбавок.

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

4.7. Функции Судей-Хронометристов и Судей на Линии

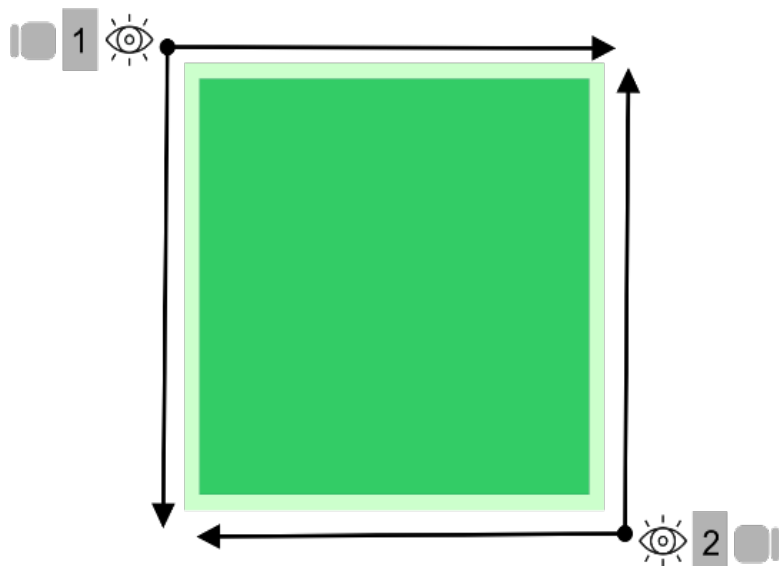
4.7.1 Судьи-Хронометристы и Судьи на Линии отбираются путем жеребьевки из Судей Бреве.

4.7.2. **Судьи-Хронометристы (1 или 2):**

- запускают секундомер, когда группа начинает готовиться к исходному положению, и контролируют общую задержку
- контролируют продолжительность упражнения

- фиксируют размер нарушения по хронометражу (в большую и меньшую стороны) при отсутствии компьютерного тайминга
- подают Главному Судье подписанные протоколы о нарушениях и сбавках
- если одна или более гимнасток теряет предмет в конце упражнения, не принимает финального положения или не возвращается в обозначенные пределы площадки из-за окончания музыки, то Судья-Хронометрист фиксирует момент возврата предмета (или покидания кромки площадки) последней гимнасткой группы в качестве последнего движения упражнения

Площадка и кромки (см. Нормы по предметам)



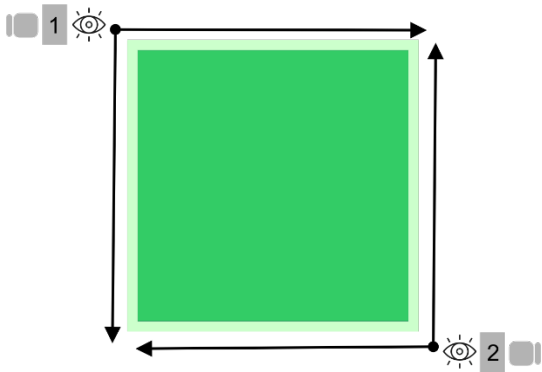
4.7.3. Судьи на Линии (2):

- фиксируют пересечение обозначенной линии площадки одной или двумя ногами, любой частью тела или предметом
- поднимают флаг при пересечении обозначенной линии площадки телом и/или предметом, если они выходят за пределы площадки
- подают Главному Судье соответствующие подписанные протоколы о нарушениях и сбавках

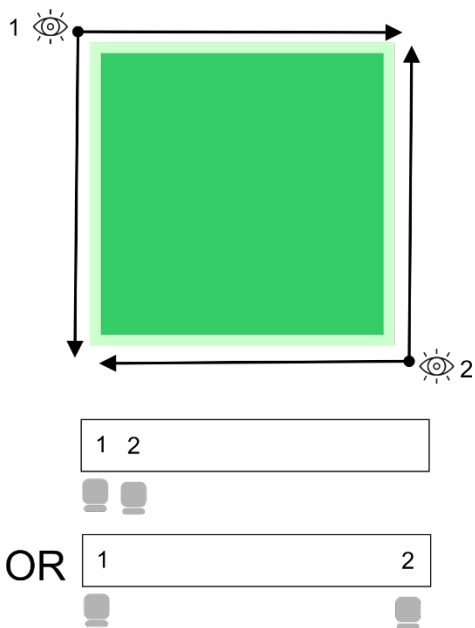
4.7.4. Апелляции к Верховному Жюри: если тренер имеет сомнения относительно сбавок, примененных Судьёй-Хронометристом и/или Судьёй на Линии, он может подать устный протест на рассмотрение Ответственного Судьи на общих условиях для подачи протестов (ТР, раздел 1, ст. 8.5 – Протесты по оценкам).

4.8. Позиции Судей на Линии:

Пример 1: Судьи на Линии располагаются на противоположных углах ковра и отвечают за две линии и угол по правой стороне от них.



Пример 2: Судьи на Линии располагаются за судьейским столом и наблюдают за линиями по монитору, с использованием вспомогательной видеокамеры.



4.9. Функции Секретаря

Секретари обычно назначаются Оргкомитетом и обязаны владеть компьютером и знать Правила судейства. Они подчиняются Президенту Верховного Жюри и отвечают за правильность внесения всех данных в компьютер, порядка выхода команд и гимнасток, за красный / зеленый свет, правильное отображение окончательных оценок на табло.

4.10. Функции Ответственного Судьи

Судья DA1 отвечает за все сбавки Ответственного судьи в сотрудничестве с Президентом Верховного Жюри. Все сбавки Ответственного судьи, включенные в Таблицу № 15, перепроверяются и передаются на официальном бланке судьи DA1 Ответственным Судьей Президенту Верховного Жюри.

4.11. Подробнее о Жюри, их структуре и функциях – см. Технический Регламент, Раздел 1, Пр. 7, а также Правила для Судей.

5. Подсчёт окончательной оценки

5.1. Правила определения окончательной оценки одинаковы для всех видов соревнований (*Многоборье в Групповых упражнениях и Финалы в Групповых упражнениях*).

5.2. Окончательная оценка в упражнении определяется путем сложения оценок D, A и E.

Сбавки (если есть) вычитаются из окончательной оценки.

6. ПРОТЕСТЫ ПО ОЦЕНКАМ (См. Технический Регламент, Раздел 1, ст. 8.5, Протесты по оценкам.)

7. СОВЕЩАНИЯ СУДЕЙ

- Перед каждым официальным Чемпионатом ФИЖ Технический Комитет должен провести совещание, чтобы проинформировать участвующих судей об организации судейства.
- Перед всеми другими Чемпионатами или турнирами такое же совещание должен провести Оргкомитет.
- Все судьи обязаны присутствовать на совещаниях и/или инструктажах, на протяжении всех дней соревнований, а также на церемониях награждения по окончании каждого соревнования.
- Инструктаж судей проводится с личным присутствием или виртуально. Все зарегистрированные судьи должны изучить все учебные материалы ФИЖ на соответствующих онлайн-платформах. Регистрируясь в качестве судьи, судья соглашается с тем, что его/ее участие в образовательной программе будет контролироваться и что неучастие может привести к отстранению от судейства.

Для всех других уточнений, касающихся судей и судейства соревнований см. Технический Регламент, Раздел 1, п. 7, Раздел 3 Общих Правил для Судей и Специальные Правила для Судей.

8. ВЫХОД НА ПЛОЩАДКУ

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

- **Сбавка 0,50 балла** применяется за невыполнение этого правила

9. ПЛОЩАДКА

9.1. Обязательно наличие ковра размером 13 X 13 м (**внешняя сторона линии**). Обязательно соответствие рабочего покрытия стандартам ФИЖ (см. Технический Регламент, Раздел 1)

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

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

9.3. Выход за пределы установленной регламентом площадки гимнастки или предмета наказываются Сбавкой:

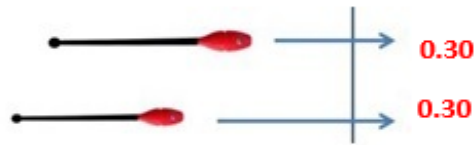
Сбавка Судьи на Линии: 0.30 балла для гимнастки при выходе за пределы площадки.

Сбавка Судьи на Линии: 0.30 балла при выходе предмета за пределы площадки.

9.4. Несколько предметов выходят за пределы площадки:

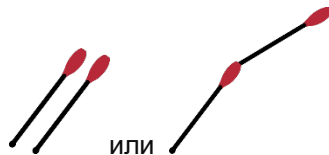
9.4.1. Последовательный выход обеих Булав за обозначенные пределы площадки –

Сбавка Судьи на Линии: 0.30 балла за одну Булаву + 0.30 Балла за другую Булаву



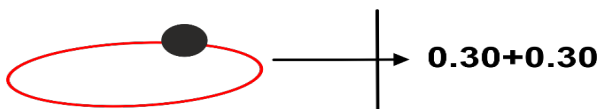
9.4.2. Одновременная потеря двух или более булав (соединенных или нет) одной и той же гимнасткой **с одновременным выходом** за пределы площадки **за одну и ту же линию**: 2 Булавы потеряны вместе, одновременно, и вышли за одну и ту же линию:

Сбавка Судьи на Линии: 0.30 балла один раз, как за один предмет



9.4.3. Одновременная потеря разными гимнастками двух или более предметов, одинаковых или разных, **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 за каждый предмет



9.4.4. Одновременная потеря двух или более **скреплённых между собой предметов** (предметы одного типа или разных типов) с выходом предметов за пределы площадки:

Сбавка Судьи на Линии: 0.30 балла один раз, как за один предмет



9.5. В Групповых упражнениях нет сбавки Судьи на линии в следующих случаях (в иных случаях применяются сбавки в соответствии с п. 9.2. – 9.4):

- если предмет и/или гимнастка касаются линии
- если предмет выходит за пределы площадки без касания пола
- при потере предмета на последнем движении упражнения и выходе предмета за пределы площадки после окончания упражнения и окончания музыки
- непригодный предмет удаляется за пределы площадки
- сломанный предмет удаляется за пределы площадки
- вторая булава намеренно удалена из пределов площадки, чтобы взять пару запасных булав
- предмет, самопроизвольно вернувшийся в пределы площадки, удален за пределы площадки

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

9.6. Все упражнения должны полностью выполняться в пределах обозначенной площадки:

9.6.1. Любая Трудность или компонент Артистизма, которая начата вне пределов площадки, не будет оцениваться

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

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

10. ПРЕДМЕТЫ

10.1. Нормы – Контроль

10.1.1. Нормы и характеристики всех предметов изложены в *Нормах ФИЖ по предметам*.

10.1.2. Каждый предмет, используемый каждой гимнасткой Группы, должен иметь логотип производителя и отметку 'FIG approved logo' в определенном для данного предмета месте (Обруч, Мяч, Булавы, Лента). Группам не разрешается выступать с предметами без утвержденных таким образом обозначений. За выступление с неразрешенными предметами упражнение группы не будет оценено.

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

10.1.4. По требованию Верховного Жюри, каждый предмет может быть проверен до входа Группы в зал соревнований либо контроль может быть произведен после окончания упражнения, либо проводится выборочная проверка предметов согласно жеребьевке.

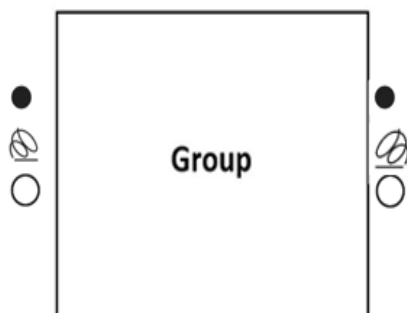
10.2. Запасные предметы

10.2.1. Обязательно размещение вокруг официальной площадки запасных предметов (в соответствии с Программой предметов на каждый год).

10.2.2. Оргкомитет должен разместить комплект одинаковых предметов (полный комплект предметов, необходимых гимнасткам Группы в соревнованиях) вдоль двух сторон ковра для использования любой Группой.

10.2.3. Свободной от предметов остаются линия официальной площадки непосредственно перед судьями и линия официальной площадки для входа и выхода на ковер. Предметы размещаются отдельно.

Пример:



10.2.4. Если во время упражнения предмет потерян и вышел за пределы официальной площадки (сбавка судьи на линии, см. п. 9.3), гимнастка может использовать запасной предмет (нет сбавки).

10.2.5. Гимнастка может использовать только тот запасной предмет, который был размещён за пределами площадки до начала упражнения. Группа может также снова взять свой предмет после использования запасного предмета.

Сбавка Судьи на Линии: 0.50 балла за использование предмета, не размещенного заранее за линией.

10.2.6. Группа может использовать максимум запасных предметов, размещенных Оргкомитетом за линией официальной площадки со всеми соотв. сбавками.

Пример: 2 Обруча размещены Оргкомитетом, как показано на рисунке выше. Группа может использовать оба, если необходимо, в одном упражнении.

10.2.7. Не разрешается использование запасного предмета, **если предмет при падении не выходит за пределы площадки**; группа может взять свой предмет в пределах официальной площадки. Если группа берет запасной предмет тогда, когда собственный предмет не вышел за пределы площадки:

Сбавка: 0.50 балла за неправомерное использование запасного предмета.

10.2.8. Если при потере предмет падает и выходит за пределы площадки (сбавка судьи на линии, п. 9.3), а затем сам возвращается на площадку, то группа может взять запасной предмет (нет сбавки), но должна удалить вернувшийся предмет за пределы площадки до конца упражнения (нет сбавки судьи на линии). В противном случае:

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

10.2.9. Если предмет падает и выходит за пределы площадки, а затем тренер или любое другое лицо возвращает этот предмет группе, то применяется сбавка за неправомерный возврат предмета.

Сбавка: 0.50 балла за неправомерный возврат предмета.

| 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: без 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. Гимнастка забирает свой собственный предмет обратно и убирает с площадки запасной предмет. | <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: без сбавки. |

10.3 Непригодный предмет

10.3.1. Если до начала упражнения гимнастка решит, что ее предмет непригоден (**например**, имеется узел на Ленте или Скакалке), **то она может взять запасной предмет**, который будет считаться одним из запасных предметов, разрешенных для использования:

Нет Сбавки за использование запасного предмета

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

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

Сбавка Судьи-Хронометриста: 0.50 балла за задержку соревнований при слишком долгой подготовке к упражнению

10.3.3. Если во время упражнения предмет становится непригоден (материал ленты, узлы и т.п.), то гимнастка может взять запасной предмет:

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

10.4. ПРЕДМЕТ ЛОМАЕТСЯ ИЛИ ЗАЦЕПЛЯЕТСЯ ЗА КОНСТРУКЦИЮ ПОТОЛКА

10.4.1. Если во время упражнения предмет **ломается**, группа не будет наказана за это сбавками; сбавки могут быть применены только лишь за последствия возможных технических ошибок.

10.4.2. Если во время упражнения предмет ломается, то не разрешается повтор упражнения.

В этом случае группа может:

- прекратить выполнение упражнения
- продолжить упражнение, взяв запасной предмет и удалив сломанный предмет за пределы официальной площадки (**Нет Сбавки**).

10.4.3. Если предмет **застрял** в потолке, то группа не будет наказана за это сбавками; сбавки могут быть применены только лишь за последствия возможных технических ошибок.

10.4.4 Если предмет застрял в потолке во время упражнения, то не разрешается начать упражнение снова.

В этом случае группа может:

- прекратить выполнение упражнения
- взять запасной предмет и продолжить упражнение (**Нет Сбавки**).

10.4.5. Если группа **прекращает упражнение** из-за сломанного предмета или предмета, застрявшего в потолке, то упражнение будет оцениваться следующим образом:

- Трудности, уже выполненные правильным способом, будут засчитаны
- Сбавка за Артистизм = 10.00
- Сбавка за Исполнение = 10.00
- Сбавки Хронометриста применяются в соответствии с продолжительностью выполненного упражнения

10.4.6. Если группа **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 за Артистизм

- В Исполнении будут применены все сбавки за время упражнения, включая “потерю предмета (нет контакта) в конце упражнения”

10.4.7. Если **запасной предмет** сломался в течение упражнения, то группа может **прекратить** упражнение и покинуть площадку. Если Председатель Верховного Жюри подтвердит проблему, группа будет повторно вызвана на ковер и выполнит упражнение еще раз в конце вертушки (или, при необходимости, в соответствии с решением Председателя Верховного Жюри). Если Председатель Верховного Жюри не подтвердит это, упражнение будет оцениваться так, как описано в пункте 10.4.5.

11. СПОРТИВНАЯ ОДЕЖДА ГИМНАСТОК

11.1.1 Специфика группы

- Купальники групповых гимнасток 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.

11.1.2 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 подниматься выше складки промежности и не должен опускаться ниже нижнего уровня промежности.
- Область таза/промежности и ягодицы, вплоть до верхней линии тазобедренных костей, должны быть покрыты непрозрачным материалом, не телесного цвета.
 - o Допускается наличие по бокам небольшой прозрачной/телесного цвета области для соединения/декорирования, если соблюдается следующее:
 - o Требуется сплошное цветное соединение между передней и задней частями купальника.
 - o Соединение может быть выполнено из ткани или аппликаций, но должно создавать впечатление цельного материала (а не отдельных кусков).
 - o Соединение должно быть на уровне тазобедренных костей или ниже.
 - o Технический Комитет рекомендует, чтобы вся область таза/промежности была покрыта непрозрачным материалом, не телесного цвета.

11.1.3. Рукава

- Леотард 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.

11.1.4. Ноги

- Разрешается надевать колготки в полный рост поверх леотардов, колготки в полный рост под леотарды, полностью комбинированные леотарды в полный рост или выступать с голыми ногами.
- Шорты, колготки средней длины и тому подобное не допускаются.

- Наряд "арлекин" запрещен: цвета ткани, покрывающей штанины, и длина основного цвета(ов) должны быть одинаковыми на обеих ногах. Отличаться может только стиль (детали покроя или украшения).

11.1.5. Юбка

- Поверх леотардов, 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).

11.1.6. Дизайн

- Дизайн, содержащий слова или символы, разрешен, если он соответствует Правилам рекламы на одежде для соревнований ФИЖ и Правилам судейства, п. 9.
- Допускаются декоративные аппликации или детали на одежде для соревнований:
 - o Декоративные детали не должны ставить под угрозу безопасность гимнастики.
 - o Запрещается украшать изделие светодиодами (LED).

11.1.7. Аксессуары

- Нижнее белье, надетое под леотард, не должно быть видно за швами самого леотарда.
- За исключением (возможно) колготок, леотарды должны быть цельными. Не допускаются леотарды и отдельные дополнительные "носки", "перчатки", "декоративные гетры", пояс и т.д.

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

Сбавка: 0,30 если это правило не выполняется, и одна или несколько гимнасток не соответствуют правилам

11.2. Гимнастки могут выполнять упражнение **босиком или в гимнастических тапочках**; сбавка Ответственного Судьи не применяется, если во время соревнований гимнастка случайно теряет тапочек(ки).

11.3. Не допускаются крупные ювелирные украшения или пирсинг, представляющие риск для безопасности гимнасток. Разрешены небольшие прилегающие серьги.

Сбавка: 0,30 если это правило не выполняется (1 раз для группы)

11.4. 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 если это правило не выполняется, 1 раз для группы

11.5. Макияж должен быть легким и четким – театральные грим не допускается. Запрещено поправлять макияж во время упражнения.

Сбавка: 0,30 если это правило не выполняется, 1 раз для группы

11.6. Не соответствующая официальным нормам соревнований эмблема или реклама:

Сбавка: 0,30 если это правило не выполняется, 1 раз для группы

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

телесного цвета.

Сбавка: 0,30 если это правило не выполняется, 1 раз для группы

12. ТРЕБОВАНИЯ К МУЗЫКАЛЬНОМУ АККОМПАНИМЕНТУ

12.1. Каждое упражнение в целом должно выполняться под музыку. Если музыка по какой-либо причине прекращается, группа должна прекратить упражнение (см. п. 12.4). Упражнение, в котором музыка пропадает (технические проблемы) в одной или нескольких частях, не оценивается.

12.2. Может быть дан звуковой сигнал до начала музыки.

12.3. Для музыки каждого упражнения должен использоваться отдельный высококачественный USB или музыка загружается из Интернета в соответствии с Рабочим Планом и Директивами официальных соревнований или Чемпионатов ФИЖ. Если местный Оргкомитет требует загрузки музыки в цифровом виде, то все участвующие Федерации оставляют за собой право использовать на соревнованиях USB.

На каждом USB должна быть записана следующая информация:

- страна (3 заглавные буквы, используемые ФИЖ для обозначения страны, которую представляет группа)
- названия предметов
- каждая музыкальная композиция должна быть на отдельном USB, с соответствующей информацией

12.4. В случае воспроизведения «неправильной» музыки (не соответствующей упражнению или искажённой музыки и т. п.) группа должна немедленно прекратить выполнять упражнение, как только она поймёт, что музыка не соответствует её упражнению. Протесты по несоответствию музыки после окончания упражнения не принимаются.

- Если играет неправильная музыка или группа не расслышала начала музыки: группа может остановиться на площадке, вернуться в исходное положение и немедленно выполнить упражнение под правильную музыку. Если правильная музыка не будет доступна немедленно, диктор попросит группу покинуть площадку, и о группе будет объявлено повторно, когда музыка будет доступна.
- Если после некоторого времени выполнения возникают проблемы с музыкой и музыка полностью исчезает: группа должна прекратить упражнение и покинуть площадку. Если Председатель Верховного Жюри подтвердит проблему, группа будет объявлена повторно и немедленно выполнит упражнение снова. Если Председатель Верховного Жюри это не подтвердит, упражнение будет оценено, как описано в пункте 10.4.5. Если группа завершает упражнение без музыки, то упражнение оценено не будет (0,00).
- Если после некоторого времени выполнения возникают проблемы с музыкой (искажения, короткие перерывы и т.д.): группа может завершить упражнение, выполняя его под искажённую музыку, и получить соответствующую оценку, или может прекратить упражнение и покинуть площадку. Если Председатель Верховного Жюри подтвердит проблему, группа будет объявлена повторно и немедленно выполнит упражнение снова. Если Председатель Верховного Жюри не подтвердит это, упражнение будет оцениваться так, как описано в пункте 10.4.5.

13. ДИСЦИПЛИНА ГИМНАСТОК

13.1. Гимнастки группы должны являться на место соревнований только после их вызова или через микрофон или когда загорается зелёный сигнал. В случае задержки Председатель Верховного Жюри выясняет ее причину (организационные проблемы или дисциплинированность гимнасток).

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

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

13.2. Разминки в зале соревнований запрещены. Возвращение на ковер после окончания упражнения

запрещено.

Сбавка: 0.50 балла за разминку гимнасток в зале соревнований

13.3. За несоответствие выбранного предмета стартовому порядку, производится следующее:

Группу попросят покинуть площадку, и она выступит позднее, в соответствии со своим стартовым порядком для правильного / второго предмета.

Пропущенное упражнение будет выполнено в конце потока, а группа будет наказана за это упражнение:

Сбавка: 0.50 балла (вычитается из пропущенного упражнения)

13.4. 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.)

13.5. Во время упражнения гимнастки группы не могут переговариваться друг с другом.

Сбавка: 0.50 балла, если это правило не выполняется

14. ДИСЦИПЛИНА ТРЕНЕРОВ

14.1. Во время выполнения упражнения тренеру группы (или любому другому члену делегации) не разрешается никаким образом общаться с гимнастками, музыкантами или судьями. Тренеры должны оставаться в зоне, обозначенной Оргкомитетом.

Сбавка: 0.50 балла, если это правило не выполняется

13. СБАВКИ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ СУДЬЕЙ-ХРОНОМЕТРИСТОМ, СУДЬЕЙ НА ЛИНИИ И ОТВЕТСТВЕННЫМ СУДЬЕЙ

Сумма этих сбавок вычитается из окончательной оценки

| 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 |
| 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 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 | 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 соответствующая официальным нормам эмблема и реклама | 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 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 упражнения | 0.50 |
| 16 | За уход гимнастки группы с ковра во время упражнения | 0.30 |
| 17 | За любые разговоры тренера с гимнастками или с судьями | 0.50 |

2. ОБЗОР ТРУДНОСТИ

- 2.1. Группа должна выполнять только элементы, которые она может выполнить безопасно и с высокой степенью эстетической и технической квалификации.
- 2.2. Очень плохо исполненные элементы не будут оценены Судьями Трудности (D) и будут наказаны Сбавкой Судей Исполнения (E).
- 2.3. Элемент, не содержащийся в Таблице Трудностей и не признаваемый бригадой D, не имеет ценности.
- 2.4. Существуют два компонента Трудности:
 - Трудность тела (DB), которая включает:
 - Трудность тела (DB) без Обмена
 - Трудность с Обменом (DE)
 - Динамические элементы с Вращением (R)
 - Трудность предмета (DA), которая включает:
 - Трудность с Сотрудничеством (DC)
- 2.5. Компоненты Трудности, свойственные только групповым упражнениям:
 - Обмены (DE) предметами между гимнастками
 - Сотрудничества (DC) между гимнастками / предметами

1.6. Требования к Трудности:

| Компоненты Трудности | | | |
|--|--|---|--|
| Трудность Тела (DB) | | Трудность Предмета (DA) | |
| Трудность без Обмена (DB) Минимум 3 Максимум 4 | | Трудность с Сотрудничеством (DC) Минимум 9 Максимум 14 (в порядке выполнения) | |
| Трудность с Обменом (DE) Минимум 3 Максимум 4 | | | |
| Особые Требования | | | |
| Трудности Групп Тела: Прыжки  Минимум 1 Равновесия  Минимум 1 Вращения  Минимум 1 | | Особые Требования | |
| Динамические Элементы с Вращением - R Максимум 1 | | Фундаментальные Технические элементы предмета Минимум 4 (см. п. 3.2) – не требуется для смешанных предметов | Сотрудничества CC: минимум 3 CR: минимум 3 Множественные броски/ловля: минимум 3 |

- 1.7. Судьи в Трудности идентифицируют и регистрируют Трудности в порядке их исполнения, независимо от того, действительны они или нет:
- Первая подгруппа Судей **D (DB)** оценивает количество и ценность Трудностей без обмена **DB**, количество и ценность Трудностей с обменом **DE**, количество и ценность Динамических элементов с Вращением **R**, и записывает все элементы с помощью символов
 - Вторая подгруппа Судей **D (DA)** оценивает количество и ценность Трудностей с Сотрудничеством **DC**, наличие требуемых Фундаментальных Технических элементов предмета и требуемого минимума типов Сотрудничества, и записывает все элементы с помощью символов.
- 1.8. Порядок исполнения Трудностей – свободный. Однако, расположение Трудностей должно быть организовано в соответствии с принципами Артистизма (см. раздел Артистизма).

2. ТРУДНОСТЬ ТЕЛА (DB)

2.1. Дефиниция:

2.1.1 Элементы **DB** (Прыжки, Равновесия, Вращения) содержатся в Таблицах Трудностей Правил судейства № 9, 11, 13 (\wedge , T , \circ).

2.1.2. Все элементы Трудности **DB** для индивидуальных упражнений действительны также и для групповых упражнений (Таблицы 9, 11, 13).

2.2 Процедура принятия новых Трудностей тела **DB**:

- См. Трудность в индивидуальных упражнениях, п. 2.2.

2.3. Требования:

2.4.3 Оцениваются минимум 3, максимум 4 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**.

2.3.2. Если группа выполняет более 4 элементов **DB**, будут оцениваться только первые 4 в порядке выполнения. Дополнительная **DB** сверх лимита засчитываться не будет (нет сбавки).

2.3.3. **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.

2.3.4. 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 в числе максимума из 4 **DB**, которые должны оцениваться.

2.3.5. **DB** может быть выполнена:

- одновременно или в очень быстрой последовательности

- 5 гимнастками вместе или в подгруппах
- с одинаковыми или разными типами и ценностью для 5 гимнасток

2.3.6. Минимум 1 элемент каждой Группы Трудностей тела должен присутствовать и выполняться одновременно всеми 5 гимнастами в числе первых 4 DB:

- Прыжки \wedge
- Равновесия T
- Вращения \circ

2.3.6.1. Эти требуемые трудности (минимум по одной из каждой группы) должны быть **изолированными** (не в R и не в DE).

2.3.6.2. 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 первой подгруппы (D): 0,30.

2.3.6.3. В случае, если DB не выполнена изолированно или одновременно, она может быть засчитана, если соответствует дефиниции.

2.3.7. Может быть выполнена другая возможная DB:

- Одновременно
- В быстрой последовательности
- В подгруппах
- В R
- В DE

| Разъяснения / примеры | |
|--|--|
| <i>Если в упражнении 2 DB и 6 DE (всего 8 Трудностей), будет ли сбавка за выполнение менее 3 DB?</i> | <i>Да, будет сбавка 0.30 за отсутствующую группу Трудностей тела (2.3.6.2) и только максимум 4 DE в порядке выполнения могут быть оценены.</i> |
| <i>Если DB выполнена в быстрой последовательности в подгруппах, будет ли сбавка?</i> | <i>В пункте 2.3.6 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.</i> |

2.3.8. Одновременное выполнение 3 и более разных DB всеми 5 гимнастками не допускается. В этом случае DB не засчитывается.

| Разъяснения / примеры |
|--|
| <i>3 разные DB, выполненные одновременно, не разрешаются. Пример:</i> |
| <ul style="list-style-type: none"> • 3 гимнастки: «жете ан турнан» • 1 гимнастка: прыжок Казак • 1 гимнастка: полная Волна тела со спиралью (“Тонно”) |

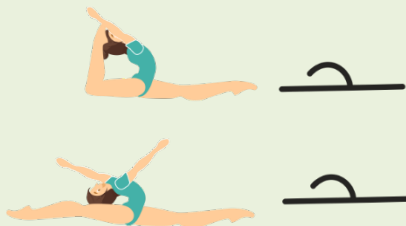
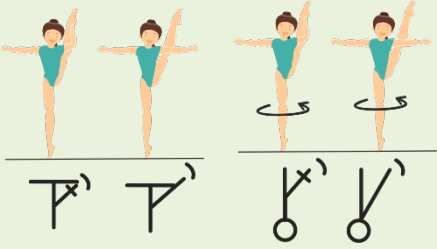
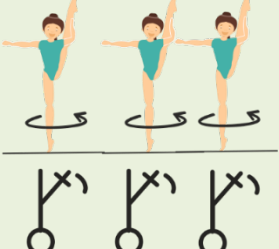
2.5 Одинаковые и разные Трудности

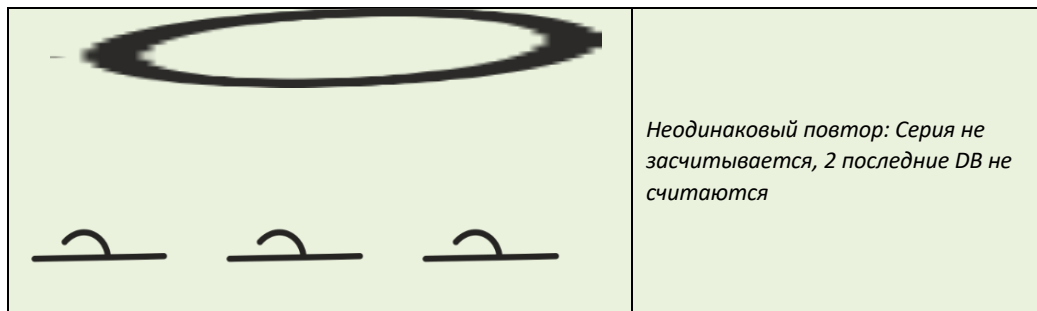
- 2.5.1 Каждая ячейка Таблиц 9, 11 и 13 содержит разные Трудности тела. Каждый рисунок в данной ячейке соответствует данной Трудности.
- 2.5.2 Каждая Трудность тела **DB** (в каждой ячейке) засчитывается только 1 раз. Если Трудность **DB** повторяется, то она не засчитывается (**Нет Сбавки**).

| Разъяснения / Примеры | |
|--|--|
| <p>Что, если гимнастка попытается принять форму DB, но потеряет равновесие и опустит ногу, или попытается поддержать свою ногу, но не сможет удержать ногу и попытается во второй раз?</p> | <p>Если гимнастка допускает техническую ошибку в подготовке и немедленно возобновляет подготовку, это не является повторением, и вторая попытка оценивается.</p> |

2.4.3 Возможно выполнение 2 и более идентичных (одинаковой формы) Прыжков или Поворотов в **Серии**. Одинаковый повтор – это повтор содержимого той же ячейки Таблиц 9, 11, 13.

- **Каждый** Прыжок или Поворот в серии оценивается отдельно
- **Каждый** Прыжок или Поворот в серии засчитывается как 1 Трудность Прыжка или Поворота.

| Разъяснения / Примеры | |
|---|---|
|  | <p>Одинаковые DB (одна ячейка)</p> |
|  | <p>Разные DB (разные ячейки)</p> <p>Одинаковые формы (одинаковые соотношения, отличие только в поддерживающей руке)</p> |
|  | <p>Одинаковый повтор: серия засчитывается</p> |



2.5 Ценность

2.5.1 Трудность тела DB засчитывается, если она выполняется в соответствии с техническими требованиями Таблицы Трудностей (№ 9, 11, 13).

2.5.2 Самая низкая ценность **DB**, выполненной одной гимнастикой, определяет ценность **DB** группы.

2.5.3 Ценность BD определяется формой тела, которая была представлена: для того, чтобы быть засчитанной, все **DB** 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 **DB**.

Примеры:

- положение шпагата 180 гр.
- касание любой части ноги в Трудностях с прогибом туловища назад
- положение замкнутого кольца
- положение подбива
- и т.п.

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

2.5.5. Если форма определяется **со средним отклонением** (11° – 20°) одной или более частей тела, то **DB** засчитывается **со Сбавкой в Исполнении 0.30** за среднее отклонение от формы за каждое неправильное положение части тела.

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

2.5.7. 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.

2.5.8. Если **DB** выполняется всеми 5 гимнастками с небольшим или средним отклонением каждой гимнастики, указывается ценность Трудности. Однако, если **DB** недостаточно распознаваема с большим отклонением (у 1 или более гимнасток), то Трудность недействительна.

Разъяснения

Как Судьи различат разницу между 10⁰ и 11⁰?

Углы используются только как ориентиры, рекомендации: Судьи научатся оперировать понятиями малых, средних и больших сбавок

2.6. Требования к работе предмета

2.6.1 Каждая **ДВ** должна быть выполнена с минимум 1 Фундаментальным Техническим элементом предмета, специфичным для каждого предмета и/или Нефундаментальным Техническим элементом предмета в соотв. с дефиницией в Таблицах п. 3.5-0.

2.6.2. **ДВ** находится в соединении с техническим элементом предмета (Фундаментальным и/или Нефундаментальным), **если элемент выполняется в начале, во время или ближе к концу Трудности.**

| Разъяснения / Примеры | |
|---|--|
| Что значит “в начале” и что “к концу” прыжка? | <p>Прыжок начинается, когда гимнастка теряет контакт с полом. “Ближе к концу” - это последняя часть фазы полета.</p> <p>Когда гимнастка восстанавливает контакт с полом, Трудность заканчивается.</p> |
| Что значит “в начале” и что “к концу” равновесия? | <p>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.</p> <p>Когда гимнастка покидает форму, Трудность заканчивается.</p> <p>Динамическое равновесие начинается с начала первого движения и заканчивается окончанием последнего движения.</p> <p>Когда гимнастка снова встает на обе ноги или ложится, Трудность заканчивается.</p> |
| Что значит “в начале” и что “к концу” вращения? | <p>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.</p> <p>Когда гимнастка покидает форму, Трудность заканчивается.</p> <p>Другие типы вращений начинаются с начала первого движения и заканчиваются окончанием последнего движения.</p> <p>Когда гимнастка перестает вращаться или снова встает на обе ноги, Трудность заканчивается.</p> |

2.6.3. 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, независимо от возможного наличия критерия для элемента **ДА** при броске и/или ловле. Только 2 первые **ДВ** будут оценены.
- Если предмет потерян после **ДВ** под полетом предмета, **ДВ** не засчитывается.

2.6.5 Серия Прыжков (с вращением или без) с **1 Трудностью под полетом** не засчитывается в групповых упражнениях (будет оценен только первый прыжок)

2.7. Комбинированные Трудности тела:

Комбинированные Трудности тела не засчитываются в групповых упражнениях. Они не будут считаться как 1 – 2 из 4 **ДВ**.

2.8. ДВ не будет засчитана в следующих случаях:

- Существенное изменение базовых характеристик для каждой группы **ДВ**
- Не выполнена всеми 5 гимнастками
- 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, или с одинаковым повтором (см. п. 3.8)
- Приземление на колено(и)

3. ФУНДАМЕНТАЛЬНЫЕ И НЕФУНДАМЕНТАЛЬНЫЕ ТЕХНИЧЕСКИЕ ГРУППЫ ПРЕДМЕТОВ

3.1. Дефиниция:

3.1.1. Каждый предмет (○, ●, ♯, ⊗) имеет 4 Фундаментальные группы Технических элементов. Каждый элемент представлен в соответствующей ячейке в Таблице п. 3.5.

3.1.2. Каждый предмет (○, ●, ♯, ⊗) имеет Нефундаментальные Технические элементы. Каждый элемент представлен в соответствующих ячейках в Таблицах п. 3.5-0.

3.2. Требования:

3.2.1. Все элементы Фундаментальной технической группы предметов не требуются в групповых упражнениях.

3.2.2. Каждое групповое упражнение с 1 типом предметов должно содержать минимальное количество указанных Фундаментальных технических элементов (см. 3.5), выполняемых всеми 5 гимнастками одновременно или в очень быстрой последовательности, чтобы они были засчитаны. **Примеры:**

- Одинаковые предметы: 2 гимнастки выполняют большой перекат. Сразу после этого 3 гимнастки выполняют большой перекат. Это считается одним Фундаментальным техническим элементом для выполнения большого переката.
- Разные предметы: Фундаментальные технические элементы предмета не требуются.

3.2.3. Базовые технические элементы могут выполняться во время Трудностей тела – DB, Трудностей Сотрудничества – DC, в Комбинациях танцевальных шагов или в соединительных элементах между Трудностями.

Сбавка: 0,30 за каждый пропущенный указанный базовый технический элемент предмета

3.2.4. Когда требуемые базовые технические элементы делают действительной DB, они должны быть разными (п. 3.8). В противном случае они могут повторяться/быть одинаковыми.

3.2.5. Сбавки за отсутствие минимально необходимого количества базовых технических элементов применяются, когда:

- По крайней мере одна из гимнасток вообще не пробовала выполнить элемент (за исключением случаев, когда ошибки в Исполнении приводят к тому, что 1 - 2 гимнастки не участвуют в выполнении),
- по крайней мере одна из гимнасток не выполнила элемент в соответствии с его дефиницией, или
- элемент не выполняется одновременно/в очень быстрой последовательности.

Примеры:

- Большой перекат с малыми отбивами: действителен со сбавкой E. Короткий перекат: недействителен (не соответствует дефиниции).
- 4 овальные спирали ленты: действительны со сбавкой E. 3 круга ленты: не засчитывается (не соответствует дефиниции).
- 4 гимнастки правильно выполняют большой перекат, 5-я гимнастка бежит за потерянным предметом: засчитывается со сбавкой E. 4 гимнастки правильно выполняют большой перекат, 5-я гимнастка выполняет короткий перекат: не засчитывается (не соответствует дефиниции).








3.3. Некоторые Технические элементы предмета, которые включают в себя два обязательных действия, чтобы быть засчитанными (отпускание предмета в любой форме и ловля), могут сделать действительным только одну **DB**; такие элементы включают в себя:

- Отбив Мяча
- Малый бросок / ловлю любого предмета (и все его варианты, см. п. 3.6.2)
- Отбив любого предмета (кроме Мяча) от пола
- Эшаппе Ленты или Скакалки
- Бумеранг Ленты

3.4. “Высокий бросок” и “ловля с высокого броска” – это две разные группы элементов предметом. Если “высокий бросок” правильно выполнен для элемента **DB**, но последующая “ловля с высокого броска” приводит к потере предмета, то “высокий бросок” действителен, а “ловля с высокого броска” не засчитывается.





3.5. СВОДНАЯ ТАБЛИЦА ФУНДАМЕНТАЛЬНЫХ И НЕФУНДАМЕНТАЛЬНЫХ ТЕХНИЧЕСКИХ ГРУПП, СПЕЦИФИЧНЫХ ДЛЯ КАЖДОГО ПРЕДМЕТА

3.5.1 Обруч








| Количество, требуемое в каждом упражнении | Специфическая Фундаментальная и Фундаментальная техническая группа предмета | Нефундаментальная техническая группа предмета |
|---|---|--|
| 2 |  Большой перекат Обруча через минимум 2 большие части тела |  Перекат Обруча по полу |
| 2 |  Вращения Обруча вокруг его оси между пальцами или вокруг / на части тела (мин. 1) |  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:

Технические движения Обруча (с броском и без него) должны выполняться в разных плоскостях, направлениях и вокруг разных осей

| | |
|---|--|
|  | <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>Во время большого переката Обруча необходим проход не менее двух больших частей тела без прерывания. 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): 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>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.</p> <p>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)</p> |
|  | <p>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</p> |


3.5.2. Мяч







| Количество, требуемое в каждом упражнении | Специфическая Фундаментальная и Фундаментальная техническая группа предмета | Нефундаментальная техническая группа предмета |
|---|--|---|
| 2 |  Большой перекат Мяча через минимум 2 большие части тела |  <ul style="list-style-type: none"> Перекат Мяча по полу (мин. 1) Перекат тела по Мячу на полу  <ul style="list-style-type: none"> Серия из 3 маленьких перекатов: комбинация маленьких перекатов по телу Серия из 3 сопровождаемых маленьких перекатов по телу |
| 2 |  Восьмерка Мячом с круговыми движениями рук(и) |  <ul style="list-style-type: none"> Движение с «выкрутом» Мяча (мин. 1) Вращение кисти (кистей) вокруг Мяча (мин. 2) Свободное вращение(я) Мяча на части тела, включая кончик пальца (мин. 1) |
| - |  Ловля Мяча одной рукой |  После высокого броска отбив от пола и сразу же ловля разными частями тела (кроме рук) |
| - |  Отбивы: <ul style="list-style-type: none"> Серии (мин. 3) малых отбивов от пола (ниже уровня колена) Мин. 1 высокий отбив от пола (на уровень колена или выше) | |

Разъяснения / примеры



Удержание Мяча двумя руками нетипично для этого предмета, поэтому это не должно превалировать в композиции.








Выполнение всех Технических групп с удержанием Мяча рукой корректно только с пальцами, сомкнутыми естественным образом, когда Мяч не касается предплечья.

|  | Маленький перекат | Большой перекат |
|---|---|---|
| | <p>Перека́т должен быть по минимум одной большой части тела</p> <p>Пример части тела: от руки к плечу; от плеча к плечу; от стопы к колену и т. д.</p> <p>Примечание: маленькие перека́ты засчитываются только в сериях по три</p> | <p>Перека́т должен быть по минимум двум большим частям тела без прерывания</p> <p>Например: от правой руки к левой руке через тело; туловище + ноги; рука + спина и т. д.</p> <p>Примечание по большим перека́там в равновесии DB (за исключением динамических равновесий): Импульс для перека́та и импульс для DB могут быть даны одновременно.</p> |

| | | |
|---|--|--|
| | | 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. |
|  | Восьмёрки Мячом с круговыми движениями руки (рук). Должны быть последовательно выполнены 2 полных круга. | |
|  | 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. DB может выполняться во время фазы толчка, во время контакта с полом или во время возврата. | |
|  | <ul style="list-style-type: none"> • Вращения кисти (кистей) вокруг Мяча. Требуется минимум 1 вращение. • Вращательное движение рукой вокруг Мяча только с пальцами, сомкнутыми естественным образом • Мяч постоянно касается кисти (нет фазы полета) • Вращение(я) выполняются всей кистью (не только кончиками пальцев) | |
|  | <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> | |
|  | <ul style="list-style-type: none"> • Перекаты Мяча на полу (1 или больше). Перекат может быть маленьким или большим. • Перекаты тела по Мячу по полу. Может быть по маленьким или большим частям тела. <p>DB может быть выполнена при придании импульса, или с проходом над мячом, или с возвратом мяча (не с мячом, произвольно катящимся возле гимнастки, выполняющей DB)</p> | |




3.5.3. Булавы

| Количество, требуемое в каждом упражнении | Специфическая Фундаментальная и Фундаментальная техническая группа предмета | Нефундаментальная техническая группа предмета |
|---|--|--|
| 2 |  Мельницы: не менее 4 – 6 малых кругов Булавами с задержкой по времени, с попеременным скрещиванием запястий/кистей каждый раз. Булавы удерживаются за конец (маленькая головка) |  <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 между собой или по полу (мин. 2) • Скольжение Булавы по мин. 2 крупным частям тела |

| | | |
|---|---|---|
| 2 |  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 (мин. 1) обеими Булавами, одновременно или последовательно, по одной Булаве в каждой руке, удерживаемых за конец (маленькая головка) |  Серии (мин.3) малых кругов одной Булавой |




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

| | |
|---|---|
|  | <ul style="list-style-type: none"> • “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: <ul style="list-style-type: none"> • Вертикальные – импульс вращения может быть как вниз, так и вверх • Горизонтальные – импульс может быть как вправо, так и влево. • Мельницы могут быть двух- и трехтактные: <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) |
|  | <ul style="list-style-type: none"> • Должны выполняться с разными движениями каждой Булавой по форме, или амплитуде <u>и</u> по рабочим плоскостям или направлению. • 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 • Постукивания не имеют четкой рабочей плоскости/направления и не могут быть частью асимметричных движений • В каждой руке должно быть по одной Булаве (нет бросков, ассиметричных бросков, каскадных бросков) |
|  | <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) |

3.5.4. Лента





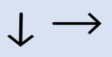
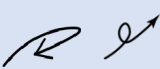


| Количество, требуемое в каждом упражнении | Специфическая Фундаментальная и Фундаментальная техническая группа предмета | Нефундаментальная техническая группа предмета |
|---|--|---|
| 2 |  <ul style="list-style-type: none"> • Спирали (мин. 4 – 5 кругов), плотных и одинаковых по высоте, выполняемых по воздуху или по полу. <p>и/или</p>  <ul style="list-style-type: none"> • «Фехтовальщик» (мин. 4 – 5 кругов) |  <ul style="list-style-type: none"> • Вращательное движение палочки Ленты вокруг кисти • Закручивание (раскручивание) • Движения Ленты вокруг части тела, которое создается, когда палочка Ленты удерживается различными частями тела (кисть, шея, колено, локоть) во время движений тела или Трудностей тела с |

| | | | |
|---|---|--|--|
| 2 |  | Змейки (мин. 4 – 5 волн), плотных и одинаковых по высоте, выполняемых по воздуху или по полу | вращением (не во время «Турляна»), обматывание материала ленты вокруг тела <ul style="list-style-type: none"> Средний круг Лентой |
| - |  | «Бумеранг»: отпускание палочки Ленты с удержанием конца Ленты, затем подтягивание палочки обратно и ловля. |  Большой пережат палочки Ленты по минимум двум крупным частям тела  Пережат палочки Ленты по части тела |
| - |  | «Эшаппе»: вращение палочки Ленты во время полета |  Проход через рисунок или над рисунком Ленты всем телом или частью тела |





Разъяснения / примеры

Все элементы, нетипичные по технике для Ленты (например, закручивание/раскручивание, соскальзывание палочки, отбивы/отталкивания) не должны преобладать в композиции.

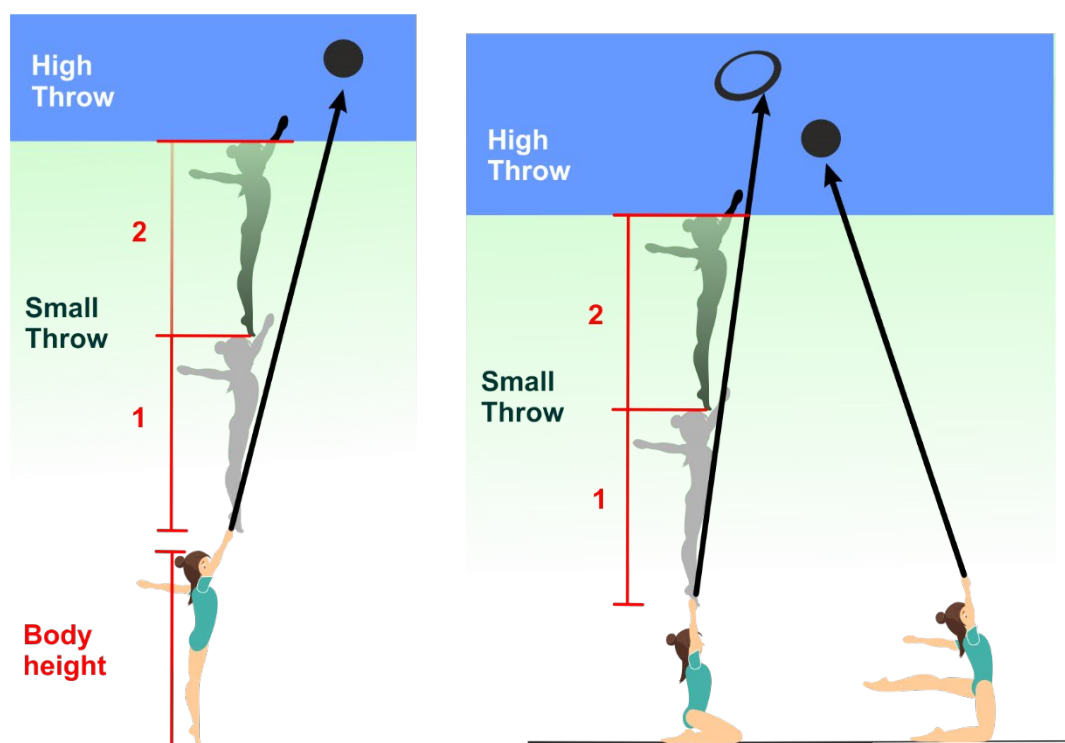
| | |
|--|--|
|  | «Фехтовальщик»: вся палочка Ленты вместе с рукой переходит в спиральный узор, образованный Лентой (палочка похожа на шпагу); выход палочки из спирального узора – на выбор: подтягивание назад руки/палочки или малый бросок/Эшаппе. |
|  | <p>«Бумеранг» состоит из 3 частей:</p> <ul style="list-style-type: none"> Отпускание (бросок) палочки в воздух или вдоль пола: <ul style="list-style-type: none"> 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. <ul style="list-style-type: none"> Бумеранг может быть выполнен с одним или несколькими оттягиваниями, прежде чем поймать палочку. Все действия между первоначальным отпусканием и ловлей палочки относятся к одному и тому же Техническому элементу предмета (а не к 2 или более отдельным «бумерангам»). Ловля палочки: элемент, включающий только подтягивание Ленты и ловлю палочки (без отпускания), не отвечает дефиниции «Бумеранга» |
|  | <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 |
|  | Эшаппе – 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 Эшаппе, в зависимости от высоты. |
|   | 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. |

3.6. Сводная таблица Нефундаментальных технических элементов, действительных для всех предметов

3.6.1. Высокие броски и ловля предметов

| | |
|---|---|
|  | Высокий бросок: <i>более чем 2 роста гимнастки стоя</i> |
|  | Высокий бросок 2 Булав: <i>более чем 2 роста гимнастки стоя</i> |
|  | Ловля предмета с полета после высокого броска |
|  | Ловля 2 Булав с полета после высокого броска |
| Разъяснения | |
| Что значит «ловля с полёта»? | После броска предмет находится в свободном полёте в воздухе. <u>Поймать</u> его – значит вернуть его из состояния полёта. Если вместо этого гимнастка умышленно позволяет предмету отскочить от пола перед ловлей, то это не ловля, а <u>отбив</u> . |
| Разъясните высоту бросков: с какой точки измеряется высота броска? | 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. См. также Разъяснения / примеры ловли ленты (п. 3.5.4). |

Пример 1: высокий бросок



3.6.2. Малые броски и ловля предметов

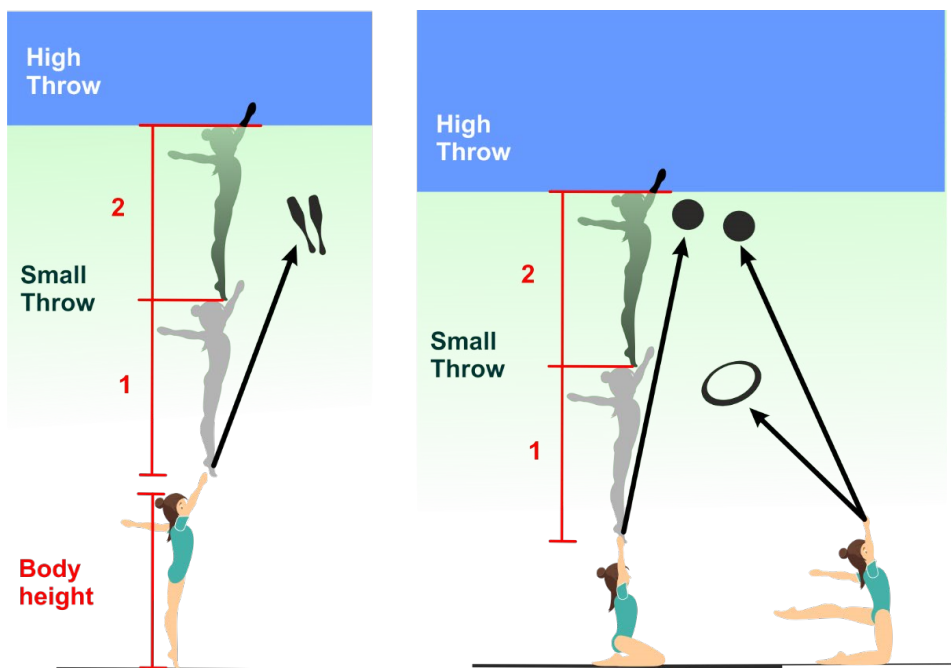


Малый бросок и ловля предмета с полёта: близко к телу, не более чем 2 роста гимнастки стоя, мин. 1 четко видимая фаза полёта:

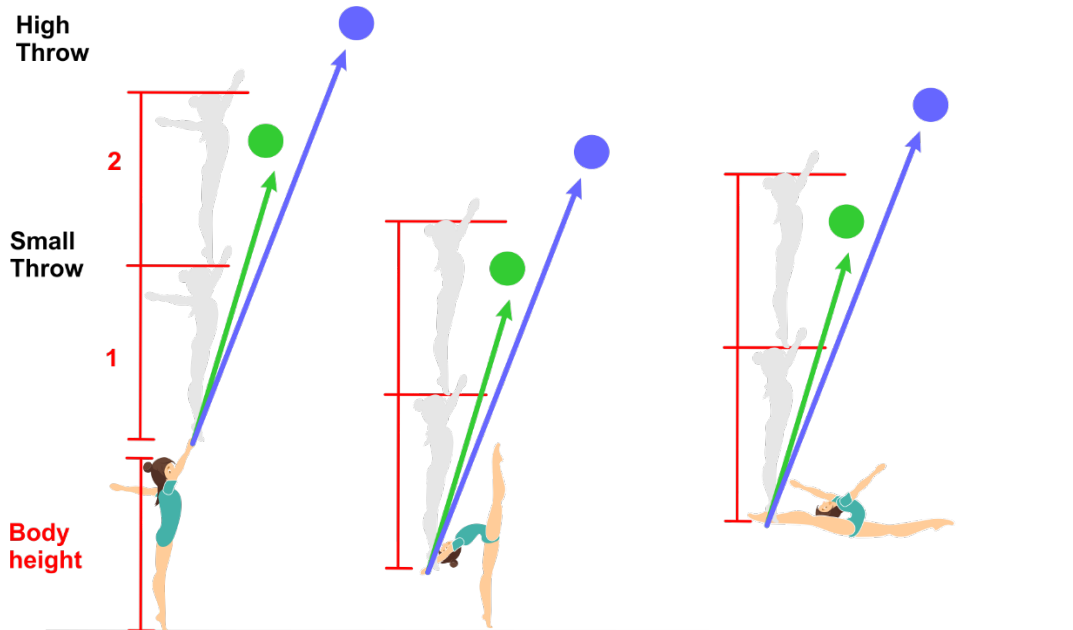
- С броском/толчком в воздух
- С отбивом от тела
- Свободное падение предмета с высоты
- Для броска одной Булавы: с вращением 360° или без вращения

Примечание: малый бросок 2 булав без вращения обеих булав на 360 гр. не засчитывается как Технический элемент предмета

Пример 2: малый бросок



Пример 3: высота бросков: высокие и малые броски, когда тело движется во время броска



3.6.3. ДВ под полётом предмета или при Бумеранге

| | |
|--|--|
| | ДВ выполняется под полётом предмета после высокого броска или Бумеранга (изолировано, п. 2.6.3, с сериями, п. 2.6.4) |
|--|--|

3.6.4. РАБОТА С ПРЕДМЕТОМ означает, что предмет должен быть в движении

| | |
|--------------------|---|
| | <ul style="list-style-type: none"> • Большие круги предметом • 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 • 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 | |
| | <i>Средний или большой круг: предмет должен показать полный круг 360 гр.</i> |
| | <i>Восьмерки: должны быть представлены 2 полных круга последовательно</i> |

3.6.5. НЕСТАБИЛЬНЫЙ БАЛАНС: сложная взаимосвязь тела и предмета с риском потери предмета. См. Индивидуальные упражнения, п. 3.6.5.

3.8. Статичный предмет

3.7.1. Предмет должен быть в движении или в нестабильном балансе, а не просто удерживаться или сжиматься долгое время.

3.7.2. 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.**

3.7.3. 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).

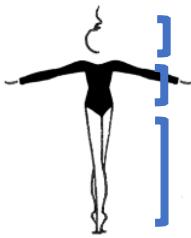


3.7.4 Преакробатический элемент, выполненный с опорой полностью на предмет без контакта любой части тела с полом, не допускается. Преакробатический элемент, выполненный таким способом, не засчитывается как критерий к соответствующей Трудности:



3.9. Технические элементы предметов во время выполнения DB должны быть разными:

| Разъяснения / примеры | |
|---|---|
| Технические элементы предметов разные, если выполнены: | <p>В разных плоскостях: Плоскости оцениваются относительно пространства: горизонтальная, фронтальная, сагиттальная • Критерий “плоскости” неприменим к <u>спиралям</u>. Спирали должны иметь разные направления и/или разный уровень.</p> |
| | <p>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 <u>туловищем</u> в двух разных направлениях, например: вертикально + вбок, вперед + назад, прогиб + вбок 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 перекал слева направо и справа налево</p> |

| | |
|--|--|
| | <p>На разных уровнях</p>  <ul style="list-style-type: none"> Уровень 1: голова-плечи Уровень 2: грудь-талия Уровень 3: ниже талии-стопы <p>Технический элемент, выполненный с использованием различных частей тела следующим образом:</p> <ul style="list-style-type: none"> • С помощью различных частей тела, например, отбив рукой, отбив коленом • На разных частях тела • Перекаты и скольжения по различным частям тела • Один раз <u>под ногой</u> и один раз <u>не под ногой</u> - разные отбивы (мяч проходит под ногой) • Разные части тела, проходящие через предмет, например, руки и туловище, ноги и туловище, тело целиком <p>С разной техникой бросков</p> |
|--|--|

3.8.1. Одинаковые Технические элементы предметов

- 3.9.1.1. **Две отдельные ДВ** с одинаковыми элементами предметов не засчитываются; вторая **ДВ** с элементом предмета (в порядке выполнения) не будет оценена (**Нет Сбавки**).
- 3.9.1.2. 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.
- 3.9.1.3. Одинаковые элементы предметов, выполненные **в двух разных ДВ** (из одной или разных Групп тела), не считаются разными элементами предмета.
- 3.9.1.4. Одинаковые элементы предметов, выполненные сначала правой, а потом левой рукой, не считаются разными элементами предмета.
- 3.9.1.5. В Равновесии Фуэте должен быть выполнен 1 Фундаментальный или Нефундаментальный Технический элемент предмета в любой фазе Равновесия, **чтобы была засчитана ДВ, которая не может быть повтором в соответствии с п. 3.8.** Если это требование выполнено, то можно выполнять дополнительные элементы предмета.

| Разъяснения / примеры |
|---|
| <p><i>Если группа выполняет один и тот же отбив мяча во время прыжка, а затем во время равновесия, то равновесие будет недействительно.</i></p> |
| <p><i>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.</i></p> |
| <p><i>Если группа выполняет прыжок с поворотом под полетом предмета, а затем в другой части упражнения выполняет поворот под полетом предмета, то поворот будет недействителен.</i></p> |
| <p><i>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.</i></p> |

3.8.1.7. Серия прыжков или поворотов может быть выполнена с использованием одинаковых или разных Технических элементов предмета для каждой DB. Одинаковый Технический элемент предмета может быть выполнен последовательно или раздельно. Также разрешается сочетать высокий бросок и ловлю (п. 2.6.4) с другими техническими элементами.

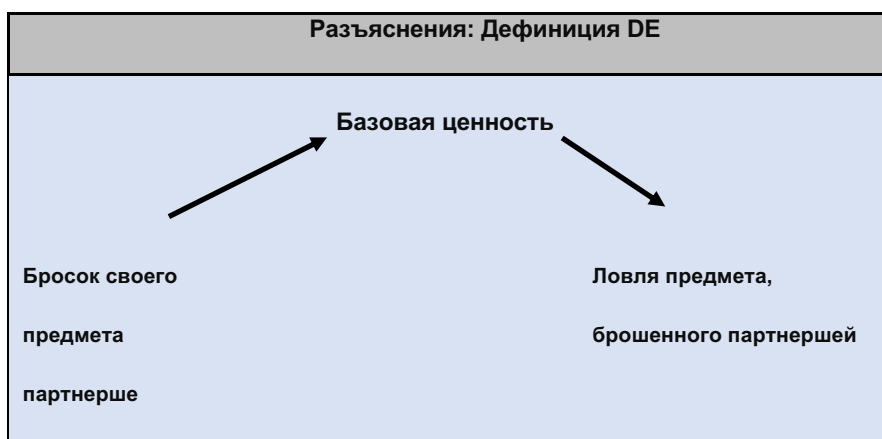
| Разъяснения / примеры | |
|-----------------------|---|
| Трудности | Разъяснение |
| | <p>В серии допускаются разные Технические элементы предмета (большой круг, спирали) и одинаковые Технические элементы предмета (дважды одинаковые спирали).</p> <p>4-й прыжок не идентичен и не является частью серии; повторение одинаковых спиралей не допускается:</p> <p>3 прыжка в шпагат содержат действительные Технические элементы, а 4-й прыжок не содержит действительного Технического элемента.</p> |
| | <p>Допускаются одинаковые спирали в двух местах в серии, повторяющиеся раздельно, также в сочетании с высоким броском и ловлей:</p> <p>Все 5 DB имеют действительные Технические элементы предмета.</p> |

4. ТРУДНОСТЬ С ОБМЕНОМ (DE)

4.1. Дефиниция DE:

4.1.1. 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



4.1.2. В качестве **DE** засчитываются только Обмены с **высокими или дальними бросками** предметов гимнастками (**не «Бумеранг»**). Обмен с не высоким или не дальним броском не засчитывается.

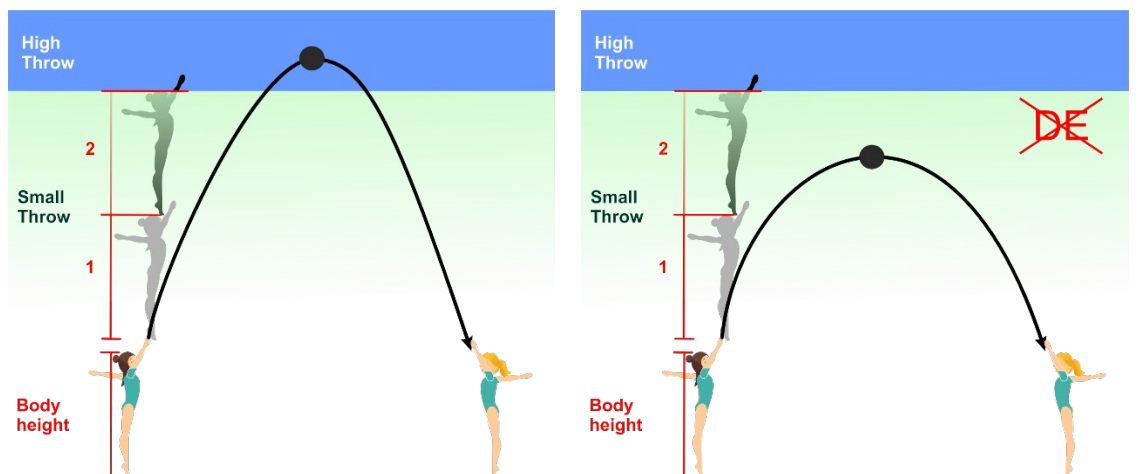
4.1.3. Каждая гимнастка должна поймать предмет, полученный от партнерши, чтобы DE была засчитана. DE с **прямым повторным броском партнерше, с отбивом партнерше или перекатом в сторону**

партнерши не засчитывается.

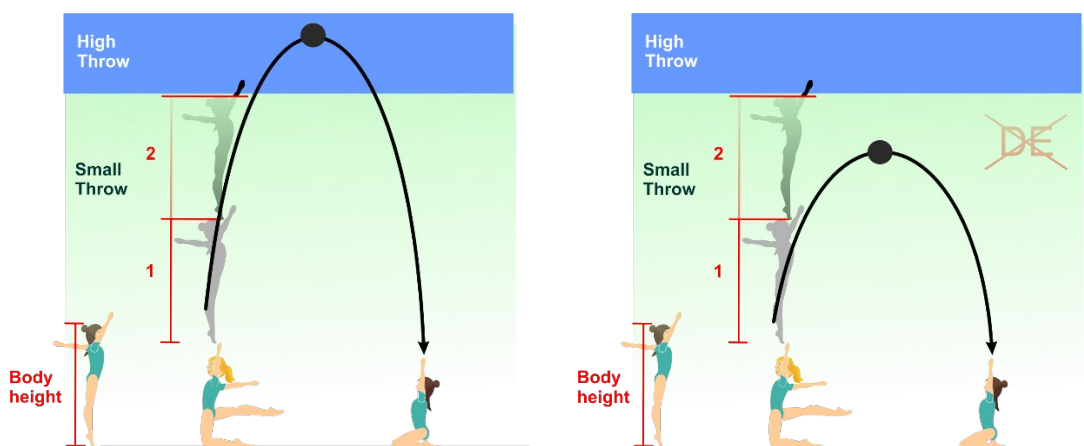
4.1.4. Типы бросков: высота/расстояние измеряются от точки отпускания предмета.

4.1.4.1. **Высокие броски** определяются требуемой высотой (более чем 2 роста гимнастки).

Пример: DE с высоким броском предмета из положения стоя (более чем 2 роста гимнастки)

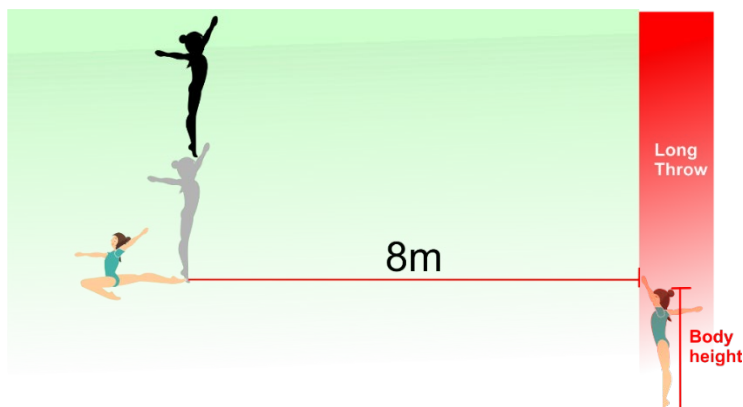


Пример: высокий бросок из положения на коленях – DE с высоким броском предмета из положения на коленях (более чем 2 роста гимнастки)

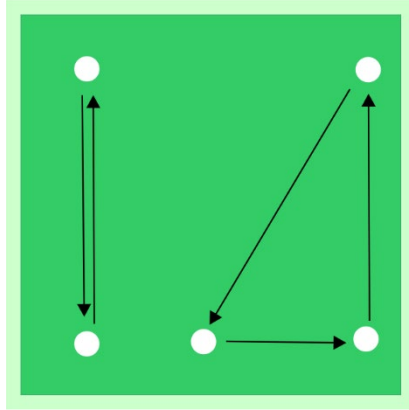
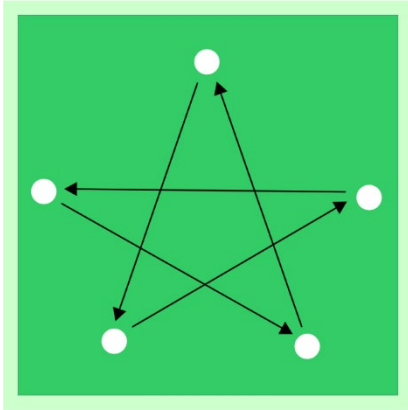
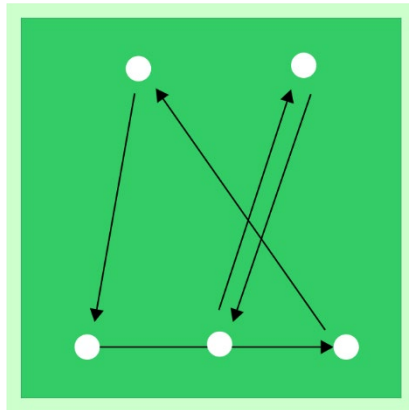
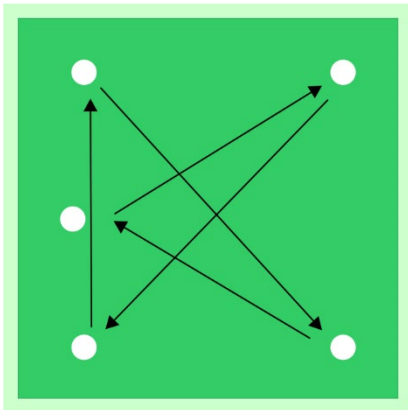


4.1.4.2. **Дальние броски** определяются расстоянием минимум 8 метров между гимнастками.

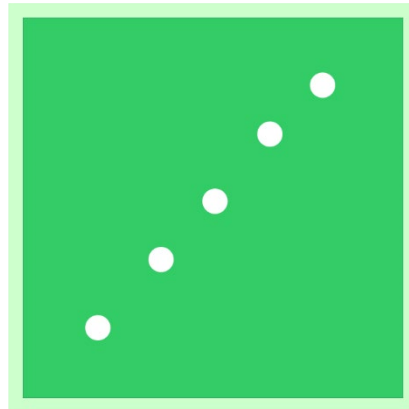
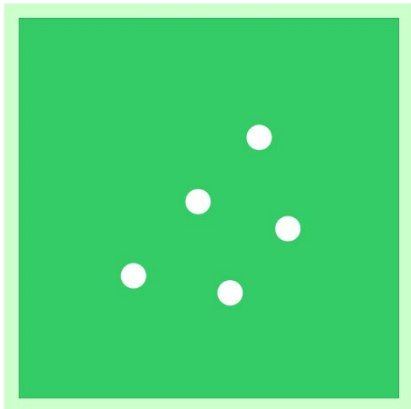
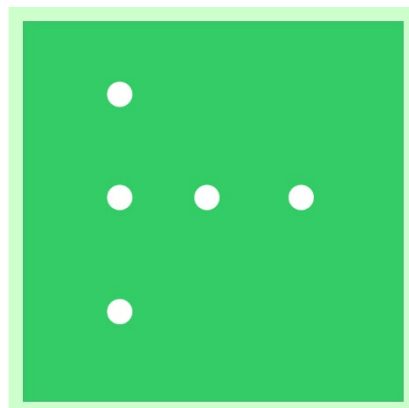
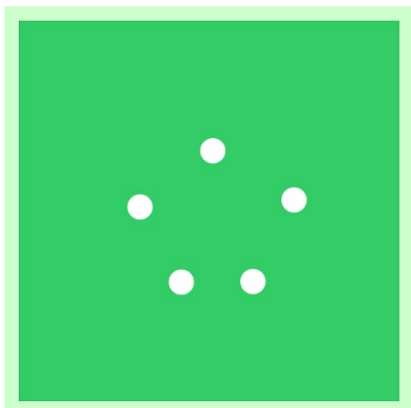
Расстояние **8 метров** должно быть между гимнастками, которые обмениваются друг с другом в момент броска и/или в момент ловли.



Примеры построений на 8 метров (независимо от высоты)



Примеры построений без дистанции в 8 метров



| Разъяснения / Примеры | |
|---|--|
| 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. |



4.1.5. Трудность с Обменом с 1 типом 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

4.1.6. 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 / Примеры | |
|---|--|
| 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 | |
|--|--|
| Мяч  | <p>Когда Мяч пойман 2 руками (независимо от количества гимнасток), Трудность с Обменом будет засчитана со Сбавкой в Исполнении каждый раз.</p> |
| Булавы  | <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 прибл. 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. |
|---|---|

4.2 Требования:

4.2.1. Минимум 3, максимум 4 DE будут оценены.

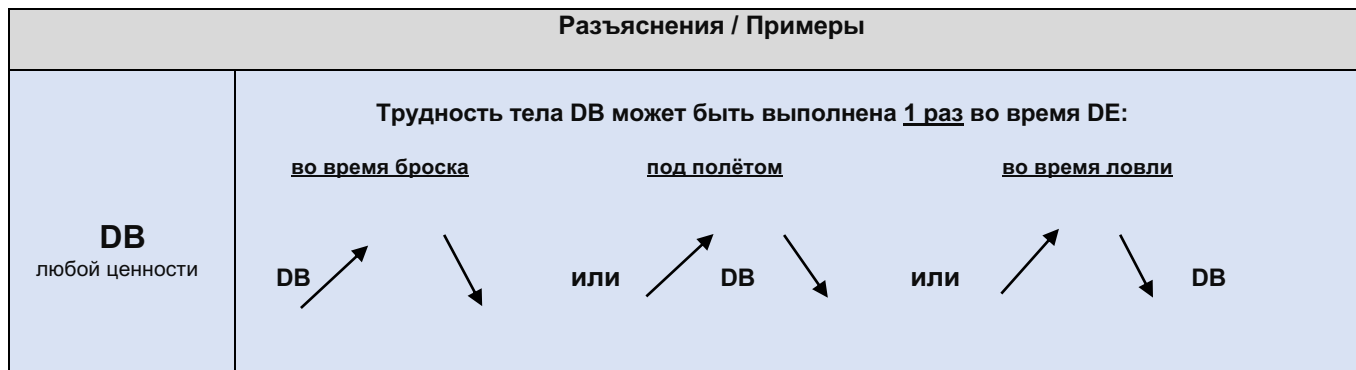
4.2.2. Если требование – минимум 3 DE не выполнено:

Сбавка Судей первой подгруппы (D): 0,30 балла.

4.2.3. Если Группа выполняет **более 4 DE**, то только первые 4 DE будет оцениваться (**нет Сбавки**).

4.3. DB, выполненные во время DE

4.3.1. 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:



4.3.2. DB, выполненная в DE, действительна только в том случае, если одна и та же DB выполняется всеми 5 гимнастками. Если выполняются разные DB, то DB недействительна, но регистрируется в числе максимума 4 DB.

4.3.3. 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. Повтор не будет засчитан и будет включен в общее количество DB.

4.3.4. Для каждой DB требуется действительный технический элемент предмета:

o Изолированная DB при высоком броске в может выполняться только один раз в каждом упражнении.

o Если DB выполняется с броском или ловлей, которые повторяются одинаково, DB не засчитывается.

4.3.5. Если DE недействительна, DB может быть засчитана, если она выполнена в соответствии с дефиницией и с действительным техническим элементом предмета.

4.3.6. DB, которая определяется вращением или положением на полу, может засчитываться только как DB, а не как дополнительный критерий.

4.3.7. Если во время обмена выполняется более одной DB, только первая DB будет оценена как DB и засчитана в общее количество DB. DE будет засчитана.

4.4. Ценность DE

4.4.1. Базовая ценность Трудности с Обменом: 0.20. ↗↓

4.4.2. 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.

4.4.3. 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 булавы):
 - 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.
- Вращение во время полета предмета или при броске: все вращения должны быть разными (разных групп), и каждое вращение выполняется одинаково всеми 5 гимнастками (из одной группы вращений и в одинаковом варианте).

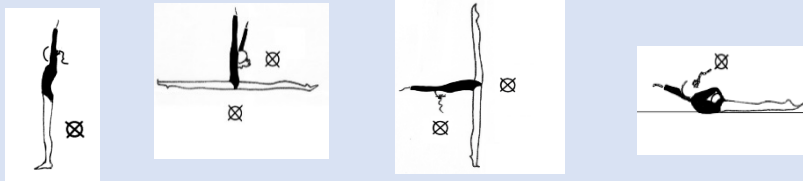

4.4.4. Критерии, выполненные непосредственно перед броском предмета или сразу после ловли, не учитываются в ценности DE.


4.4.5. Одинаковый повтор одного и того же критерия нельзя выполнять – одинаковое повторение не засчитывается (**Нет Сбавки**). Тем не менее, сам Обмен может быть засчитан.

4.5. Сводная Таблица Общих Критериев DE во время броска, под полетом и при ловле предмета








| Символ | Общие Критерии для всех предметов |
|--------|-----------------------------------|
| ⊗ | Без зрительного контроля |
| ≠ | Без помощи рук |

| | |
|---|----------|
| ○ | Вращение |
| = | На полу |

| Символ | Ценность | Разъяснения: Общие Дополнительные Критерии для DE |
|--------|----------|---|
| ⊗ | 0.10 | <p>Вне поля зрения:</p> <p><i>Примеры подобных зон:</i></p>  <p>Для бросков и/или ловли без помощи рук:</p>  <ul style="list-style-type: none"> - «Вне поля зрения» дается только при технике бросающей руки «вниз-вверх», а не «вверх/назад» (возле головы) - 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 <ul style="list-style-type: none"> • Элементы, выполненные спереди или сбоку от туловища, не засчитываются с этим критерием, даже если туловище прогнуто назад • Не считается, если мяч пойман 2 согнутыми руками за шей • 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” |
| ≠ | 0.10 | <p>Без помощи рук:</p> <p>Не засчитывается:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ловля Обруча сразу же во вращение на руке (○); • Бросок / ловля предмета внешней стороны руки(рук) • Ловля предмета тыльной стороной руки(рук) с использованием другой булавы |
| ○ | 0.10 | <p>Вращение:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Во время броска и/или ловли под полётом предмета: <ul style="list-style-type: none"> ○ Каждое вращение должно быть минимум 360° ○ Все вращения 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 <p>- Этот критерий действует для преакробатических вращений (см. Инд. Трудность, п. 4.4.1.) и вертикальных вращений (см. Инд. Трудность, п. 4.5.1.)</p> <p>- Этот критерий не засчитывается для ДВ, включающей вращение</p> <p>- Если преакробатический элемент соединен с ДВ или используется всеми 5 гимнастками для хореографии, эта группа преакробатических элементов не может быть повторена для DE</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:</p> <p>Бросок и/или ловля, выполненные лёжа на полу от начала до конца элемента: туловище должно быть полностью на полу (независимо от того, куда оно обращено – вверх, вниз или в сторону), и т.д. Положение ноги – свободное.</p> <p>Примеры:</p>  |
|---|------|---|

4.6. Сводная Таблица Специфических Критериев для DE во время броска и ловли предмета

| Символ | Специфический критерий: +0.10 за каждый бросок | Символ | Специфический критерий: +0.10 за каждую ловлю |
|--------|--|---|---|
| | |  | Проход через предмет во время ловли Обруча () всем телом или частью тела (мин. 2 крупные части тела совершают проход – голова и туловище, руки и туловище т.д.) |
| ↙ | Бросок после переката на полу.  : засчитывается только при выполнении вместе с \neq | ↙ | Непосредственный повторный бросок: сразу же, без остановок, от любой части тела – все предметы Критерий «отбив» не действует, когда отбив производится рукой(ами) или кистью(ями); Дополнительный критерий \neq дается за отбив рукой(руками) или другой частью тела |
| | | ↘ | Отбив от пола и сразу же возврат предмета от пола – засчитывается только при выполнении вместе с \neq (без помощи рук). Отбив – не выше уровня коленей. |
| | |  | Непосредственная ловля с перекатом предмета мин. по 2 крупным частям тела. Не считается: дополнительный критерий \neq при ловле рукой/кистью (независимо от положения ладони) Считается: дополнительный критерий \neq при выполнении любой части переката вне поля зрения |
| ↓ | Бросок 2 разъединённых Булав вместе: - одновременно - асимметричный бросок - каскадный бросок  Асимметричные броски могут выполняться одновременно одной или двумя руками. Движения двух Булав в полёте должны быть разной формы или | ↓ | Ловля 2 разъединённых Булав () одновременно |
| | | ↓ | Ловля Мяча () одной рукой без дополнительной помощи телом или другой рукой |

| | | | |
|--|---|---|---|
| | амплитуды (один бросок выше другого), и в разных плоскостях или направлениях. | G | Непосредственная ловля Обруча (O) во вращение на другой части тела. |
| | | | Не действителен дополнительный критерий ≠ «без помощи рук» для вращения на прямой руке. |

| Разъяснения / примеры |
|---|
| Оценивание каскадных бросков |
| <p><i>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> |

4.6.1. Прямой отбив без каких-либо остановок от тела или пола (L);

- Отбив является частью главного действия **DE** (часть первоначального броска для Обмена); необходимо поймать отбив, чтобы **DE** была засчитана.
- Отбив засчитывается только если предмет сначала пойман (не для другой булавы)
- Критерии, выполненные во время отбива, являются действительными. Каждый критерий дается максимум 1 раз, вместе для ловли и отбива
- Критерии во время ловли предмета после отбива не оцениваются как часть **DE**.

4.6.2. Повторный бросок в конце DE или сразу после DE относится к DE, но не дает никаких критериев (ни повторный бросок, ни, например, бросок без помощи рук).

4.6.3. Бросок двух разъединенных Булав: этот критерий дается только один раз для броска, который выполняется либо асимметрично, каскадом, либо одновременно. Критерии даны только для Булавы (Булав), которыми обмениваются с партнершей.

4.6.4. Ловля двух разъединенных Булав засчитывается только при одновременной ловле.

4.6.5. Прямая ловля Обруча на другой части тела (G): если выполняется **с помощью локтя, шеи или ноги и т.д. (не прямой рукой)**, этот критерий будет действителен в **DE**, так же, как и дополнительный критерий “без помощи рук”

4.7. 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

- Лента непреднамеренно поймана за ткань (по ошибке)
- Ловля предмета после окончания музыки

| Разъяснения | |
|--|---|
| Для DE с неточной траекторией и сбавкой 0.30 или 0.50 – засчитывается ли DE? | Да, DE засчитывается (см. п. 4.7), когда DE не засчитывается) |
| Если завязался узел на Ленте во время Трудности с Обменом, засчитывается ли DE? | Да, DE засчитывается (см. п. 4.7), когда DE не засчитывается) |

5. ДИНАМИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ВРАЩЕНИЕМ (R)

5.1. Дефиниция:

5.1.1. То же, что в индивидуальных упражнениях (см. Трудность, п. 4.1.)

5.2. Требования:

5.2.1. В упражнении засчитывается **максимум 1 R**.

5.2.2. Если в упражнении более **1 R**, то оценивается только **первый R (Нет Сбавки)**

5.2.3. **Вращения в R должны быть одинаковыми у всех гимнасток Группы** (из одной группы вращений и в одинаковых вариантах).

5.2.3.1. **R**, в который включены разные вращения, выполненные 5 гимнастками в базе, не засчитывается (**Нет Сбавки**).

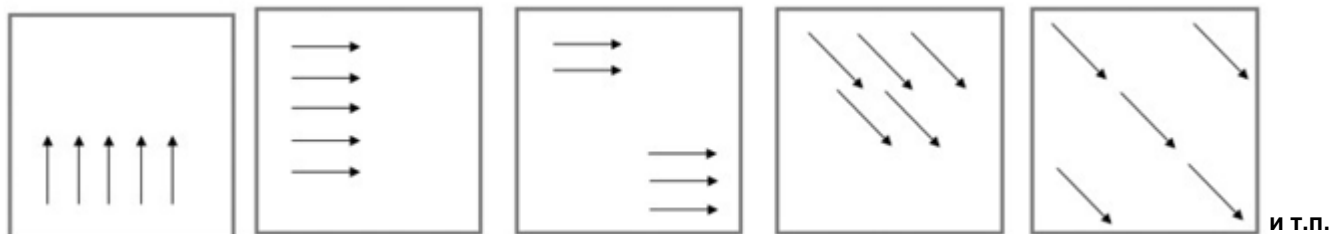
5.2.3.2. **R**, в который включены разные вращения, выполненные 5 гимнастками после базы, может быть засчитан без ценности каких-либо вращений, которые отличаются у разных гимнасток

5.2.4. **R** могут выполняться:

- Одновременно
- В очень быстрой последовательности
- В подгруппах

5.2.4.1. Если **R** выполняется **одновременно или в очень быстрой последовательности**, все 5 гимнасток должны выполнять **R** в одном направлении.

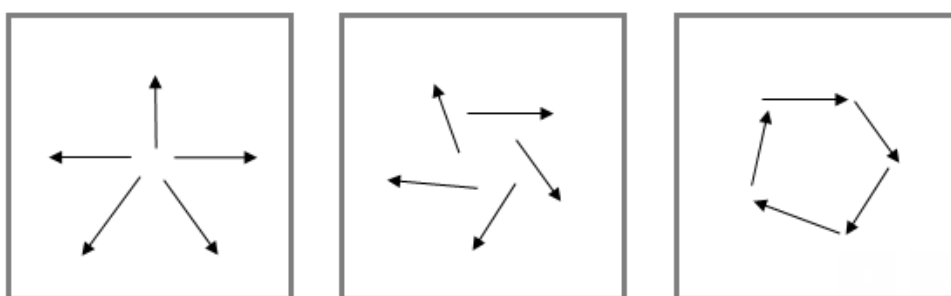
Пример 1: в одном направлении



| Разъяснения | |
|--|--|
| Что произойдет, если одна гимнастка совершит некорректный бросок и её траектория отклонится от задуманной? | 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.). |

5.2.4.2. Если гимнастки Группы выполняют круговые построения одновременно или в быстрой последовательности, то у всех гимнасток разные направления движения и **R** не засчитывается.

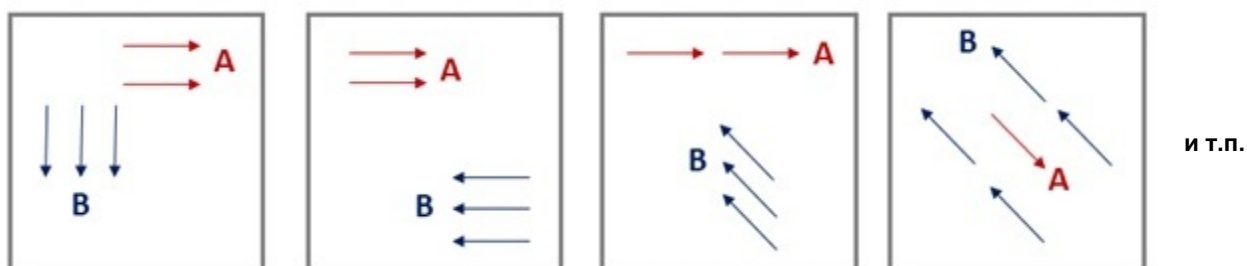
Пример 2: в разных направлениях



5.2.4.3. Если **R** выполняется **в подгруппах**, каждая подгруппа может двигаться **в своём отдельном направлении**.

Все гимнастки одной подгруппы должны двигаться в одном направлении; когда гимнастки подгруппы **A** заканчивают **R**, гимнастки подгруппы **B** начинают **R**. Если это требование не выполняется, то **R** не засчитывается. Окончание **R** зависит от того, какое действие выполняется последним: ловля, окончание последнего вращения или критерий броска (например, ловля повторного броска). Начало **R** зависит от того, какое действие выполняется первым: бросок, начало первого вращения, критерий броска (например, перекал по полу)

Пример 3: **R** выполняется в подгруппах



5.3. Выбор элементов вращения

5.3.1. Выбор элементов вращения – такой же, как в индивидуальной программе. См. раздел Трудность, п. 4.3.

5.3.2. 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.

5.3.3. Если преакробатический элемент соединен с DB или используется всеми 5 гимнастками для хореографии, эта группа преакробатических элементов не может быть повторена в R.

5.3.4. 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.

5.4. Ценность R

5.4.1. Критерии и расчет ценности R такие же, как в индивидуальной программе. Смотрите раздел Трудность, п. 4.7.49).

5.4.2. Ценность R для группы определяется наименьшим количеством выполненных вращений и количеством критериев у всех 5 гимнасток:

5.4.3. Все вращения должны быть одинаковыми для всех 5 оцениваемых гимнасток.

5.4.4. Критерии должны выполняться одинаково для каждого типа оцениваемого предмета.

5.4.5. Оценивается наименьшее количество критериев, выполненных всеми 5 гимнастками в броске.

5.4.6. Оценивается наименьшее количество критериев, выполненных всеми 5 гимнастками при ловле.

5.5. R не засчитывается в следующих случаях:

- малый бросок предмета
- нет полных 2 базовых вращений при полёте
- Одно или оба базовых вращения неполные (не 360 гр.)
- прерывание между двумя базовыми вращениями
- Базовые вращения, выполняемые каждой гимнасткой в группе, не одинаковы
- Требования к направлениям у всех 5 гимнасток/подгрупп не соблюдаются
- R выполняется в отдельных подгруппах, с разными предметами внутри подгруппы
- потеря предмета
- Ловля мяча с отбивом от пола выше колена и/или руками
- 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

- R выполняется с DB без вращения или с DB с дефиницией 180 гр.
- ловля предмета после окончания музыки
- **DB** ценностью 0,20 или более выполнена при полёте предмета
- Преакробатический элемент выполнен с запрещенной техникой

6. ТРУДНОСТЬ С СОТРУДНИЧЕСТВОМ (DC)

6.1. Дефиниция:

6.1.1. Групповое упражнение характеризуется **совместной работой**, когда каждая гимнастка входит во взаимодействие с одним или более предметов или с одной или более партнерш.

6.1.2. 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.)
- 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

6.2. Типы Сотрудничеств

6.2.1. Ниже приведены различные типы Сотрудничеств:

6.2.1.1. Сотрудничества без высоких или длинных бросков предмета (**CC**)

6.2.1.2. Сотрудничества с высокими бросками предмета и Динамическим Вращением тела во время полета предмета (**CR**)

6.2.1.3. Сотрудничества с бросками нескольких предметов ($C \nearrow$)

6.2.1.4. Сотрудничества с ловлей нескольких предметов ($C \Downarrow$)

6.3. Требования:

6.3.1. Минимум 9 (см. п. 6.3.3.), максимум 14 DC, оцениваются в порядке их выполнения

6.3.2. Если Группа выполняет более 14 DC, дополнительные DC сверх лимита не будут засчитаны (**нет Сбавки**)

6.2.3. Группа может определить, какие типы Сотрудничества следует выполнять в упражнении с Требованием следующих типов (в числе 14 DC в порядке выполнения):

- Минимум 3 CC
- Минимум 3 CR
- Минимум 3 $C \nearrow$ / $C \Downarrow$

6.4. Участие в Сотрудничестве:

6.4.1. Сотрудничество является действительным, если оно было успешно выполнено всеми 5 гимнастками. Окончание Сотрудничества – это когда гимнастка(ки), выполняющая главное действие(я), наконец, поймает свой предмет (последний бросок или ловля с повторного броска пойманы). Новое Сотрудничество начинается только тогда, когда предыдущая Трудность Сотрудничества будет выполнена, как описано выше.

6.4.2. Все гимнастки могут выполнять разные роли, когда все 5 гимнасток участвуют в действиях Сотрудничества (главное действие – связь с главным действием – создание препятствия – связь с препятствием), взаимодействуя друг с другом, чтобы Сотрудничество было засчитано:

- с прямым контактом,
- проход над, под и через гимнастку без контакта
- с помощью предмета

6.4.3. Участие в подгруппах

6.4.3.1. Подгруппы должны выполнять одну и ту же **DC** (см. п. 6.2); наименьшая ценность Сотрудничества, выполненного одной подгруппой, определяет ценность Сотрудничества всей Группы.

6.4.3.2. Две подгруппы должны быть связаны вместе, чтобы сформировать "единое" Сотрудничество; соединение может быть представлено броском, отбивом, скольжением или перекатом предмета между двумя подгруппами.

6.4.3.3. Можно выполнить одно Сотрудничество, разделенное на две 2 подгруппы с одинаковым типом движения (вращение, проход и т.д.), которые вместе соответствуют дефиниции основного Сотрудничества; в таком случае (идентичные движения) "связка" не требуется.

| Сотрудничества, выполненные в подгруппах |
|--|
| Разъяснения / Примеры |
| <i>Если 3 гимнастки выполняют один тип Сотрудничества и в то же время 2 другие гимнастки выполняют другое Сотрудничество, эти несвязанные/разные подгруппы не будут считаться единым Сотрудничеством, поскольку не все 5 гимнасток участвуют в одном общем Сотрудничестве.</i> |

6.5. Выбор элементов вращения

6.5.1. Элементы вращения для совместной работы могут быть любой версией следующих групп полных вращений на 360°, перечисленных в соответствующих таблицах:

- Преакробатические элементы (см. Трудность в индивидуальной программе, п. 4.4)

- Вертикальные вращения (включая DB с поворотом на 360° и более с ценностью 0,10) (см. Трудность инд. упр., п. 4.5)
- DB с вращением на 360° или более, ценность 0,20 или более (см. Трудность инд. упр., Таблицы №9, №13)

6.5.2. Преакробатические элементы

6.5.2.1. Все группы разрешенных преакробатических элементов могут быть включены в упражнение при условии, что они выполняются проходами, без полета или фиксации в положении стойки на руках, за исключением короткой паузы (максимум 1 секунда) для того, чтобы поймать предмет во время выполнения элемента.

6.5.2.2. Полет или фиксация в положении стойки на руках (более 1 секунды) являются запрещенными приемами выполнения преакробатических элементов. В этом случае преакробатический элемент недействителен. Сбавка в Исполнение 0,30.

6.5.2.3. Преакробатические элементы, выполняемые “с опорой” или “на полу”, считаются вариациями в пределах одной группы.

6.5.2.4. Когда от гимнасток группы требуется выполнять одинаковые вращения (одинаковые вариации в пределах одной и той же группы вращений), поддержка может выполняться на 1 или 2 руках в зависимости от работы предмета: опора на 1 руку и опора на 2 руки считаются одинаковыми.

6.5.2.5. Может использоваться одна и та же группа преакробатических элементов:

- один раз в CC, и
- один раз в CR, или в множественном броске, ИЛИ в множественной ловле

6.5.2.6. В рамках CR одна и та же группа преакробатических элементов может использоваться изолированно, сериями или повторяться в рамках CR в любом порядке.

6.5.2.7. Если группа преакробатических элементов повторяется в другом Сотрудничестве, независимо от других вариантов, это Сотрудничество не засчитывается.

6.5.2.8. Если преакробатический элемент соединен с DB или используется всеми 5 гимнастками для хореографии, эта группа преакробатических элементов не может быть повторена в Сотрудничестве.


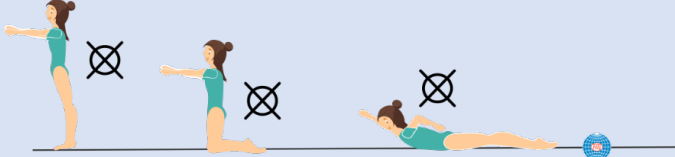

6.5.3. Вертикальные вращения и DB с вращением

6.5.3.1. Нет ограничений на использование групп вертикальных вращений и **DB** с вращениями в Сотрудничествах, каждая группа может свободно повторяться.

6.6. Сотрудничество без высоких или длинных бросков предмета (CC)

6.6.1. Дефиниция:

Разъяснения: дополнительные критерии для Сотрудничества СС

| | |
|---|---|
|  | <p>Вне поля зрения:</p> <p>Примеры подобных зон:</p>  <p>Критерий “вне поля зрения” оценивается в соответствии с положением руки или части тела, которая выполняет элемент(ы) предмета, по отношению к вышеуказанным зонам.</p> <p>Вне поля зрения оценивается в момент взаимодействия между гимнастками или импульс для взаимодействия между гимнастками (например, перекатывание обруча или отбив мяча партнерше путем инициирования броска/отбива вне поля зрения).</p> <p>Для СС, выполняемого с помощью руки(к):</p> <ul style="list-style-type: none"> • “Вне поля зрения” обычно дается только для техник, при которых рабочая рука опущена/отведена назад, а не там, где рабочая рука поднята/отведена назад (около головы). • Когда туловище прогнуто назад ниже горизонтали, для элементов, выполняемых в любом месте сзади туловища, дается “вне поля зрения”. • 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 и т.д. <p>- элементы, выполненные перед туловищем или сбоку, не засчитываются с этим критерием, даже с прогибом туловища назад</p> <p>- Чтобы получить критерий “вне поля зрения” для броска/отбива/повторного броска, недостаточно, чтобы предмет двигался назад: бросающая рука должна находиться в зоне, определенной как “вне поля зрения”, или часть тела, выполняющая бросок/отбив/повторный бросок, должна быть в зоне, определенной как “вне поля зрения”.</p> <p>- 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>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 после малого броска с вращением Обруча на руке (○); • ловля после малого броска Булав тыльной стороной руки(рук) (♯); • малый бросок/ловля предмета тыльной стороной руки(рук) |

6.7. Сотрудничество с высокими/длинными бросками предметов и Динамическим Вращением тела во время полета предмета (CR)

6.7.1. Требования к броску в CR:

6.7.1.1. Высокий бросок: более чем 2 роста гимнастки

6.7.1.2. Дальний бросок: дистанция мин. 8 метров

6.7.2. Дефиниция CR: определяется одним или несколькими гимнастками, выполняющими следующую последовательность элементов, называемых “главным действием”:

6.7.2.1. Высокий/дальний/большой бросок собственного предмета одной или несколькими гимнастками *с последующим:*

6.7.2.2. Динамическим элементом вращения тела во время полета предмета с потерей визуального контроля за предметом *с последующей:*

6.7.2.3. Немедленной ловлей собственного предмета или предмета партнерши после динамического элемента вращения тела во время полета предмета с потерей визуального контроля за предметом

6.7.3. Окончание Сотрудничества происходит, когда гимнастка(гимнастки), выполняющая главное действие(действия), наконец, ловит свой предмет (последний бросок или ловля после повторного броска пойманы).

6.7.4. Бросок предмета в CR

6.7.4.1. Бросок собственного предмета гимнастки означает начало **CR**

6.7.4.2. Бросок предмета может быть выполнен непосредственно партнерше или самой себе

6.7.4.3. Бросок может быть выполнен во время вращения с целью достижения дополнительных критериев при броске; однако должна быть выполнена базовая дефиниция по пункту 6.7.2.2 (**вращение под полетом**), и само вращение при броске не имеет дополнительной ценности.

6.7.5. Ловля предмета в CR

6.7.5.1. Ловля собственного предмета или предмет партнерши выполняется сразу после динамического элемента вращения

6.7.5.2. При ловле предмета партнерши сразу после динамического элемента вращения: предмет должен находиться в полете после высокого/длинного/большого броска, пока гимнастка выполняет вращение; и не быть брошен после того, как она завершит свое вращение; в противном случае Сотрудничество не засчитывается.

6.7.5.3. Вращение может быть включено в ловлю в целях получения дополнительных критериев по ловле; однако базовая дефиниция по пункту 6.7.2.2 должна быть выполнена (**вращение под полетом**), и само вращение при ловле не имеет дополнительной ценности.

6.7.5.4. Ловля предмета гимнасткой(ками), выполняющим главное действие, означает окончание **CR**. Новое Сотрудничество любого типа не будет оцениваться до окончания этого Сотрудничества.

6.7.5.5. Отбив предмета или перекат предмета могут быть “ловлей” предмета (с целью достижения дополнительных критериев в отношении ловли), когда отбив или перекат пойманы;

Сотрудничество заканчивается, когда ловля после отбива или перекаат завершены.

6.7.5.6. Ловля предмета с отбивом от пола не является опцией для CR. CR засчитывается только для ловли с полета.

6.7.6. Базовая ценность CR: 0.20

6.7.6.1. Базовая ценность **CR** может быть увеличена с помощью дополнительных критериев.

6.7.6.2. Дополнительные критерии должны быть выполнены гимнасткой(ками), выполняющими главное действие, чтобы быть засчитанными, и даются один раз за Сотрудничество (только при броске или только при ловле) в порядке выполнения. Критерии должны быть выполнены одинаково всеми гимнастками, выполняющими вращения, чтобы быть засчитанными:

- При выполнении **одним и тем же предметом** (т. е. двумя Мячами):
одинаковое исполнение (т. е. два Мяча ловятся одинаково “без помощи рук”)
- При выполнении **с разными предметами** (например, один Мяч и один Обруч):
одинаковые критерии, выполняемые с разными предметами (т. е. Мяч и Обруч ловятся “без помощи рук”)

| Разъяснения / примеры | |
|----------------------------------|---|
| CR2 с дополнительными критериями | |
| | <i>- 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)</i> |
| | <i>- CR2: Одна гимнастка ловит мяч между лодыжек + одна гимнастка ловит мяч локтями = критерии недействительны (требуется одинаковое выполнение для одного и того же предмета)</i> |
| | <i>- CR2: Одна гимнастка ловит мяч с большим перекаатом 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)</i> |

6.7.7. Таблицы Дополнительных Критериев для CR

| Символ | Критерии для каждой дополнительной гимнастки (максимум 2), выполняющей главное действие: +0.10, один раз на CR |
|-------------|--|
| CR2 или CR3 | 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 |

| Символ | Критерии только для CR (гимнастка(ки) выполняет главное действие): +0.20 |
|--------|---|
| S | Серии: 2 или более одинаковых, не прерываемых преакробатических элемента вокруг фронтальной или сагиттальной оси, выполняемые под полетом (бросок перед первым вращением и ловля после второго вращения). Гимнастки главного действия должны бросать и ловить предметы с этим критерием. +0,20 один раз для CR (дается 1 раз в упражнении) |

| Символ | Общие критерии во время броска и ловли предмета: +0.10, один раз на CR |
|--------------|---|
| ⊗ | Вне поля зрения для гимнастки(ок), выполняющих главное действие Сотрудничества |
| ≠ | Без помощи рук для гимнастки(ок), выполняющих главное действие Сотрудничества |
| Примечание | Когда гимнастка, выполняющая главное действие, поднимается партнершей при выполнении броска или ловли с критерием, обе гимнастки должны выполнить критерии, |

чтобы элемент был засчитан.

| Разъяснения / Примеры: один раз на CR | |
|---------------------------------------|------|
| ⊗ CR2 | 0.40 |
| CR2 | 0.50 |
| CR2 ≠ ⊗ | 0.50 |
| ≠ CR2 ⊗ | 0.40 |
| ≠ CR2 ⊗ ≠ | 0.40 |

| Символ | Особый Критерий под полетом предмета: +0.10, один раз на CR |
|--------|--|
| ⊖ | Проход через предмет, партнершу, или через замкнутую конструкцию предметов и/или гимнасток |

| Разъяснения / примеры |
|--|
| Критерии под полетом предмета |
| <i>Если гимнастка, выполняющая основное действие, использует тип передачи, который недействителен для +0,10, участие в Сотрудничестве остается в силе. Исключение: проход под полетом предмета не является участием (CR не засчитывается).</i> |
| <i>Передача должна выполняться всеми гимнастками, выполняющими основное действие, чтобы повысить ценность, и может быть разных типов.</i> |
| <i>- CR2: 1 гимнастка проходит через обруч + 1 гимнастка проходит над партнершей = недействительный проход</i> |
| <i>- CR2: 1 гимнастка проходит через обруч в полете + 1 гимнастка проходит через замкнутое построение партнерш = допустимый проход +0,10.</i> |

| Разъяснения / примеры |
|--|
| Базовая дефиниция для CR2/CR3 |
| <i>Каждое Сотрудничество оценивается в соответствии с количеством гимнасток, успешно выполнивших базовую дефиницию (высокий бросок, вращение, ловля). Примеры:</i> |
| <i>- 2 гимнастки пытаются выполнить основное действие, но одна гимнастка бросает слишком низко. Базовая дефиниция выполняется 1 гимнасткой: оценивается как CR1.</i> |
| <i>- 2 гимнастки пытаются выполнить основное действие, но вместе они ловят только один предмет. Базовая дефиниция выполняется 1 гимнасткой: оценивается как CR1.</i> |
| <i>- 3 гимнастки успешно выполняют основное действие. 2 гимнастки выполняют 3 критерия, 1 гимнастка не выполняет ни одного критерия. Базовая дефиниция выполняется 3 гимнастками: оценивается как CR3 без учета критериев.</i> |

- 2 гимнастки пытаются выполнить основное действие, но одна гимнастка теряет предмет: Сотрудничество недействительно из-за потери предмета (п. 6.11).

6.8. Сотрудничество с высокими/дальними бросками нескольких предметов (C²)

6.8.1. Дефиниция: одновременный высокий бросок (более чем 2 роста гимнастки) или дальний бросок (мин. 8 м) двух или более предметов, брошенных одной гимнасткой своим партнершам (не самой себе), выполняется одним из следующих способов:

6.8.1.1. Два предмета, брошенные в противоположных направлениях друг от друга:

Противоположные направления: каждый предмет бросается в направлении, противоположном на 180 гр. от другого предмета, один влево, другой вправо, или один назад, а другой вперед

6.8.1.2. Три или более предмета, броски высокие или длинные:

- могут быть брошены в противоположных направлениях
- могут быть брошены в одном направлениях
- могут быть брошены в соединенном виде

6.8.1.3. Множественные броски с использованием булав, все броски являются высокими или длинными:

- Противоположные направления: минимум 3 булавы в 2 направлениях, разъединенные или минимум в 2 конструкциях
- Одно и то же / схожее направление: минимум 4 булавы, разъединенные или минимум в 2 конструкциях, которые должны быть пойманы разными партнершами (Сотрудничество недействительно, если одна и та же партнерша ловит несколько предметов/конструкций).
- Объединенная конструкция: минимум 6 булав


6.8.1.4. Множественные броски с использованием булав + других предметов, все являются высокими или длинными:




- Противоположные направления: минимум 1 булава и 1 другой предмет
- Одинаковые/схожие направления: минимум 3 отдельных предмета (например, 1 обруч + 2 разъединенные булавы), которые должны быть пойманы разными партнершами (Сотрудничество недействительно, если одна и та же партнерша ловит несколько предметов).
- Объединенная конструкция: минимум 3 единицы (например, 2 обруча + 1 клюшка)

6.8.2. Базовая ценность множественного броска: 0,20

6.8.2.1. Ценность: дается один раз, независимо от количества гимнасток, которые выполняют бросок(ки)

6.8.2.2. Ценность дается, когда все пять гимнасток участвуют в множественном броске предметов, включая помощь партнерше в броске, создание препятствий во время броска, взаимодействие с гимнастками главного действия при полете, ловле, помощи партнерше при ловле и т.п.

6.8.2.3. Базовая ценность Сотрудничества с бросками нескольких предметов  может быть увеличена с помощью дополнительных критериев:

| Символ | Дополнительные Критерии для  + 0.10 при броске |
|---|---|
|  | Бросок одного или более предметов вне поля зрения |
|  | Бросок одного или более предметов без помощи рук |



| Explanations / Examples |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> - Если гимнастка бросает больше предметов, чем требуется, дополнительный предмет (например, 4-й) не нужно бросать высоко/далеко. Однако: - Не даются критерии для предмета, который не бросается ни высоко, ни далеко - Гимнастка, которая выполняет бросок, не может поймать ни один из брошенных ею предметов (Сотрудничество не будет засчитано) |

6.8.3. Чтобы Сотрудничество было засчитано с множественным броском, в нем должны участвовать все гимнастки. Если участвуют все гимнастки, но бросок (броски) не высокие/длинные или не соответствуют направлениям, Сотрудничество признается попыткой, но не засчитывается. Если броски не являются одновременными, попытка не оценивается.

6.9. Сотрудничество с множественной ловлей нескольких предметов после высоких/длинных бросков (C)

6.9.1. Дефиниция:

- Ловля двух или более предметов одной гимнасткой (основное 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) или с длинного броска (минимум 8 м).
- Предмет должен быть получен от разных партнерш (не основное действие), а не от самой гимнастки.

6.9.1.1. Не допускается, чтобы один и тот же предмет, брошенный вместе в , был также пойман в (C )

6.9.1.2. Если предметы ловятся в быстрой последовательности, у гимнастки должно быть в минимум 2 предмета одновременно, прежде чем она сможет раздать предметы.

6.9.1.3. Гимнастка должен ловить два предмета отдельно, а не одну конструкцию из нескольких предметов. Эти два предмета могут представлять собой два отдельных предмета, два отдельных набора соединенных булав, две отдельные конструкции или любую их комбинацию.

6.9.2. Базовая ценность множественной ловли: 0,20

6.9.2.1. Ценность дается один раз, независимо от количества гимнасток, выполняющих броски.

6.9.2.2. Ценность дается, когда все пять гимнасток участвуют в ловле предмета, включая броски, создание препятствия для гимнастки(ок) основного действия, помощь гимнастке(ам) основного действия в ловле и т.д.

6.9.2.3. Базовая ценность **Сотрудничества с ловлей нескольких предметов** ($C\Downarrow$) может быть увеличена с помощью дополнительных критериев.

| Символ | Дополнительные критерии для $C\Downarrow + 0.10$ при ловле |
|-----------|--|
| \otimes | Ловля одного или более предметов вне поля зрения |
| \neq | Ловля одного или более предметов без помощи рук |

6.9.3. Чтобы быть засчитанным как Сотрудничество с множественной ловлей, в нем должны участвовать все гимнастки. Если участвуют все гимнастки, но бросок (броски) не высокие/длинные, Сотрудничество признается попыткой, но не засчитывается. Если ловля не происходит в течение 1 секунды или если ловятся соединенные предметы, попытка не засчитывается.

6.10. Запрещенные элементы с Сотрудничеством

- Действия и позиции с опорой на одну или нескольких партнерш без контакта с полом на протяжении **более чем 4 секунд**.
- Нести или тащить гимнастку **по полу более 4 секунд**
- Проходить с более чем двумя точками опоры по одной или нескольким партнершам, сгруппированным вместе
- Опора на одну или две 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. 13)
- Преакробатика или вращательные элементы, выполненные с полетом

6.11. Сотрудничества недействительны, если:

- Все 5 гимнасток не участвуют в действиях Сотрудничества
- Трудность Сотрудничества не выполнена в соответствии с дефиницией
- Повтор преакробатического элемента гимнастками основного действия
- Преакробатические элементы с запрещенной техникой
- Запрещенный элемент
- Потеря предмета
- Потеря равновесия с опорой на руку или предмет
- Полная потеря равновесия с падением гимнастки
- Столкновение гимнасток
- Столкновение предметов, влияющее на траекторию
- Статика гимнастки или предмета
- Гимнастка без предмета на протяжении всего Сотрудничества
- Ловля/получение предмета после окончания музыки

Разъяснение: Трудность Сотрудничества

| | |
|--|---|
| Засчитывается ли Трудность Сотрудничества с узлом на Ленте? | См. п. 6.11. Трудность Сотрудничества засчитывается, если выполнены требования к Трудности. Применяется сбавка в Исполнении. |
| Засчитывается ли Трудность Сотрудничества, когда Мяч пойман двумя руками во время главного действия? | |
| Засчитывается ли Трудность Сотрудничества, если Обруч пойман неправильно, с произвольным контактом с телом? | |
| Засчитывается ли Трудность Сотрудничества, если после главного действия гимнастка ловит предмет в полете с 2 или более шагами? | |
| 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? | 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. |

7. ОЦЕНКА ТРУДНОСТИ (D):

7.1. Судьи D оценивают Трудности, применяют частичные баллы и вычитают возможные сбавки, соответственно:

7.2. Судьи D первой подгруппы (DB)

| Трудность | Минимум | Сбавка 0.30 |
|--|--|--|
| Трудности без Обмена (DB) в порядке выполнения | Минимум 3 | • Менее 1 Трудности из каждой группы тела (\wedge , T, ϕ), выполнено не одновременно, не выполнено вне DE или R |
| Трудности с Обменом (DE): в порядке выполнения | Минимум 3 | Выполнено менее 3 DE |
| Равновесие Турляна | Максимум 1 на релеве Максимум 1 на полной стопе | Более 1 на релеве Более 1 на полной стопе |

7.3. Судьи D второй подгруппы (DA)

| Трудность | Минимум/Максимум | Сбавка 0.30 |
|--|------------------|--|
| Сотрудничества CC | Минимум 3 | Сбавка за каждое недостающее CC |
| Сотрудничества CR | Минимум 3 | Сбавка за каждое недостающее CR |
| Сотрудничества $C \nearrow$ / $C \searrow$ | Минимум 3 | Сбавка за каждое недостающее $C \nearrow$ / $C \searrow$ |

| | | |
|--|-------------------|--|
| Специфические Фундаментальные элементы предмета (не требуется при разных типах предметов) | Минимум 2 каждого | Сбавка за каждый недостающий элемент, не выполненный одновременно или в быстрой последовательности |
|--|-------------------|--|

С. АРТИСТИЗМ (А)

ГРУППОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

1. ОЦЕНИВАНИЕ БРИГАДОЙ СУДЕЙ В АРТИСТИЗМЕ

- 1.1. Бригада Судей в Артистизме (**А**) оценивает композиции и артистическое исполнение по стандартам эстетического совершенства.
- 1.2. Бригада **А** не имеет отношения к Трудности упражнения. Судьи **А** должны применять сбавки в равной степени за одинаковые ошибки, независимо от Трудности элемента.
- 1.3. 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.
- 1.4. **Окончательная оценка в Артистизме:** сумма сбавок в Артистизме вычитается из **10.00 баллов**.

2. АРТИСТИЧЕСКАЯ СТРУКТУРА И ИСПОЛНЕНИЕ: ЦЕЛИ КОМПОЗИЦИИ

- 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 темп, тему движений и структуру композиции; она не является 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 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 сообщить о неэтичных словах/текстах Президенту Верховного Жюри, который ответственен за сбавки в Артистизме
 - Музыка должна позволять гимнастке выступить 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.) – сбавка 0,30
- 2.5. Перед первым движением гимнастки допускается музыкальное вступление продолжительностью не более 4 секунд; музыкальное вступление продолжительностью **более 4 секунд** наказывается сбавкой 0,30.
- 2.6. 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 стиля движений в Танцевальных шагах, а также в соединительных движениях между Трудностями или в самих Трудностях
- Выразительность тела и лица в движениях
- Эффекты – нужное расположение особых движений тела и предмета в упражнении для подчеркивания важных музыкальных моментов
- Динамические изменения: контрасты в темпе, характере и интенсивности движений как с предметом, так и с телом, которые отражают контрасты в музыке
- Стратегическое размещение определенных движений тела и предмета на определенных музыкальных акцентах или фразах для создания воздействия или эффекта: отличительные или желаемые ментальные или эмоциональные впечатления, произведенные на зрителя (т. е. момент, который предназначен для воздействия на зрителя и запоминается)
- 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 темпу музыки.
- Разнообразии в движениях и амплитуде: гимнастки переходят от одного движения к другому, устремляясь в разные стороны по разным причинам; когда гимнастка перемещается, чтобы изменить направление, траектории, модальности.
- Разнообразии в движениях предметов и тела, создаваемое 5 гимнастками с помощью построений, организации коллективной работы и типов Сотрудничеств.

2.7. ОЦЕНИВАНИЕ

2.7.1. Сбавки не применяются, если Артистические компоненты имеют полный приоритет и полностью реализованы на протяжении всей композиции от начала до конца.

2.7.2. Артистические компоненты, которые недостаточно развиты или развиты только лишь в некоторых моментах, будут наказываться. Система сбавок состоит в следующих типах фаз:

- *Последовательность движений определяется как короткая часть упражнения, например, последовательность из 2-4 Трудностей и связей между ними, или Комбинация Танцевальных шагов.*
- *Часть упражнения определяется как 2 или более последовательностей движений (последовательно или отдельно), что составляет менее 50% от продолжительности упражнения.*
- *Большая часть упражнения определяется как более чем 50% продолжительности упражнения (непрерывно или в нескольких частях).*
- *Полное упражнение определяется как последовательность всех отдельных движений.*

2.7.3. Нарушения в соотношениях между движением и ритмом или нелогичные связи будут наказываться каждый раз

2.7.4. Чтобы быть засчитанным, каждый требуемый компонент (Комбинации Танцевальных шагов №5, эффект с музыкой №6, динамические изменения №7, коллективная работа №8) должен быть выполнен без следующих технических ошибок:

- Потеря равновесия при опоре на одну или обе руки или на предмет
- Полная потеря равновесия и падение гимнастки
- Потеря предмета
- Гимнастка не прикасается к предмету в течение 4 и более секунд
- Статичный предмет
- Столкновение гимнасток и предметов
- Статичная гимнастка
- Запрещенный элемент (см. Трудность, п. 6.10)
- Преакробатические элементы с использованием запрещенной техники

3. ГЛАВНАЯ ИДЕЯ И ХАРАКТЕР

3.1. Дефиниция

3.1.1 Главная идея - движения имеют четко определенный стиль, подчеркивающий уникальную интерпретацию гимнасткой характера музыки; этот стиль или характер движения развиваются от начала до конца.

3.1.2 Главная идея может включать развитие, например, когда изменения в характере музыки отражаются изменениями в характере движений, или она может быть статичной, например, с одним и тем же определением характера 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:

3.1.3.1. С разнообразием задействованных частей тела (лицо, голова, шея, плечи, предплечья, кисти рук, туловище, бедра, ноги, ступни).

3.1.3.2. С разнообразием типов движений и элементов, представляющих характер, например:

- 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**
- Во время бросков и при полете предмета
- Во время ловли
- Во время вращательных элементов
- Изменение уровней

- Соединительные элементы предмета, подчеркивающие ритм и характер

3.2. Оценивание

3.2.1. Комбинации Танцевальных шагов оцениваются по своим специфическим достоинствам, и они не включены в оценивание характера движения.

| Разъяснения / примеры |
|---|
| <ul style="list-style-type: none"> • Идеальные Комбинации Танцевальных шагов не уменьшают сбавку за характер. • Комбинации Танцевальных шагов продолжительностью менее 8 секунд не влияют на сбавку за характер. • Прерванные Комбинации Танцевальных шагов не влияют на сбавку за характер. • 1 - 2 пропущенные Комбинации Танцевальных шагов не увеличивают сбавку за характер. |

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 разработано и реализовано” не означает, что каждое отдельное движение содержит детали характера, это означает, что нет последовательности движений, в которой характер кажется отсутствующим.
- Существует большое разнообразие в использовании различных частей тела.
- Существует большое разнообразие типов движений и элементов, представляющих характер.
- Уникальная идентичность достигается путем представления как минимум 2 допустимых эффектов с музыкой (см. п. 6.).

3.2.3. 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 одной или нескольких последовательностях движений отсутствуют характерные детали.
- Существует большое разнообразие в использовании различных частей тела.
- Существует большое разнообразие типов движений и элементов, представляющих характер.

3.2.4. Сбавка в размере 0,60 балла взимается за выступление, в котором главная идея и характер являются приоритетными в части(ях) упражнения:

- Несколько последовательностей движений представлены с характером.
- Существует четкое единство между разными деталями движения и музыкой.
- Может отсутствовать разнообразие в использовании разных частей тела и предмета.
- Может отсутствовать разнообразие в типах движений и элементах, представляющих характер.

3.2.5. Сбавка в размере 1,00 применяется за выступление, в котором главная идея и характер не являются приоритетными:

- Может быть несколько изолированных деталей характера, без четкого единства друг с другом и музыкой.

Разъяснения / примеры

• *Качество, сложность, уникальность и продолжительность каждой детали характера влияют на общую оценку. Следовательно, минимальное количество деталей для каждого уровня сбавок не определено:*

• *Например, за выступление с 8 последовательностями движений с уникальными деталями характера, включающими все части тела и предмет, может быть назначена меньшая сбавка, чем за выступление с 20 изолированными деталями, включающими только кисти рук.*

4. ЭКСПРЕССИЯ

4.1. Дефиниция

4.1.1 Группа превращает структурированное упражнение в художественное представление, основанное на выразительности.

4.1.2. Экспрессия тела – это соединение силы и мощи с красотой и изяществом движений.

4.1.3. Экспрессия лица – это передача чувств зрителям:

• Эмоции основаны на интерпретации гимнасткой музыки и выбранной главной идее, без преувеличений, гримасничания или передразнивания.

• Интенсивность экспрессии лица варьируется в зависимости от различных частей выступления, от моментов/последовательностей, в которых экспрессивности полностью отдается приоритет, до более технических моментов/последовательностей, где лицо естественным образом выражает меньше, не становясь полностью пустым, без перехода к сосредоточенному взгляду.

4.1.4. Красота и изящество могут быть выражены широким участием разных частей тела (головы, плеч, туловища, груди, кистей рук, ног, а также лица) следующими способами:

- Гибкие, пластичные и/или едва уловимые движения, передающие характер
- Выражение лица, передающее эмоциональную реакцию на музыку
- Расстановка акцентов
- Интенсивность характера движений

4.1.5. Независимо от физических габаритов или роста гимнастки, движения частями тела выполняются с максимальным размахом, шириной и объемом.

4.1.6. Гимнастка обладает выразительной, энергичной связью с музыкой, которая вовлекает зрителей в ее выступление.

4.2. Оценивание экспрессии тела

4.2.1. Сбавка не применяется, если экспрессия тела полностью развита в большинстве упражнений у всех гимнасток группы:

- Большинство последовательностей движений представлены с полным участием частей тела.
- В упражнении нет моментов, когда задействование частей тела кажется жестким или несостоятельным, например, негнущиеся руки или туловище (ограниченная способность выразить свою интерпретацию музыки.)

4.2.2. Сбавка в размере 0,30 балла применяется, когда экспрессия тела полностью развита в части(ях) упражнения у всех гимнасток группы:

- Представлено несколько последовательностей движений с полным участием частей тела.
- Только несколько последовательностей движений в упражнении, в которых задействованы части тела, кажутся неуклюжими или отсутствуют вовсе, например, негнущиеся руки или туловище (ограниченная способность выражать свою интерпретацию музыки.)

4.2.3. Сбавка в размере 0,60 применяется, если экспрессия тела никогда не развивается полностью или развивается лишь на мгновение у одной или нескольких гимнасток:

- Полное участие частей тела демонстрируется менее чем в двух последовательностях движений.
- Экспрессия тела может быть развита частично (отдельные сегменты) в последовательностях, частях выступления или во всем упражнении.

4.3. Оценивание экспрессии лица

4.3.1. Сбавка не применяется, если экспрессия лица присутствует на протяжении всего упражнения и полностью развита в части(ях) упражнения у всех гимнасток группы одновременно:

- Представлены несколько последовательностей движений с полностью расставленным приоритетом в экспрессии лица.
- В оставшейся части упражнения также задействовано лицо (допускается меньшая интенсивность).
- Есть только несколько отдельных моментов, когда лицо кажется пустым или слишком сосредоточенным.

4.3.2. Сбавка в размере 0,30 применяется, если экспрессия лица не развита полностью или проявляется лишь на мгновение у одной или нескольких гимнасток:

- Экспрессии лица полностью отдается приоритет менее чем в двух последовательностях движений, и/или
- Существуют последовательности движений, в которых лицо кажется пустым или слишком сосредоточенным.

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 способов 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 и т. д.

5.2. Требования

5.2.1. В Комбинации танцевальных шагов выбор шагов, направлений, уровней может варьироваться между гимнастками группы. В любом случае, все 5 гимнасток должны выполнять все 5 требований.

5.2.2. Минимальная продолжительность - **8 секунд при находящемся в движении предмете**: начиная с первого танцевального движения, все шаги должны быть четкими и видимыми в течение всех 8 сек. продолжительности шагов.

5.2.3. Движения находятся в гармонии с ритмом на протяжении 8 секунд.

5.2.4. Определенный характер в течение 8 секунд:

5.2.4.1. Определенный характер движения: шаги, отражающие стиль или тему движения, например:

- Любые классические танцевальные шаги
- Любые балетные танцевальные шаги
- Любые фольклорные танцевальные шаги
- Любые современные танцевальные шаги
- и т. п.

5.2.4.2. Простые движения по ковру без определенного характера движения (например, ходьба, шаг, бег) с использованием предмета не допускаются.

5.2.4.3. Комбинации Танцевальных шагов должна включать в себя разнообразные движения, специально используемые для хореографических целей и создания характера и эффекта. **DB**, такие как Прыжок Кабриоль, Равновесие Пассе и т. д., которые имеют в своей основе в традиционный танец и ценность 0.10, могут быть включены сюда.

Разъяснения / примеры

Если характер нарушается, например, на 1 - 2 секунды во время выполнения элемента предмета с шагами без характера, то Комбинация Танцевальных шагов недействительна.

5.2.5. Разнообразие и объемность: способы 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 всех S).
- Часть S должна выполняться с перемещением (не полностью в одном месте на площадке).
- Часть S должна выполняться в вертикальном положении (не полностью лежа, на коленях, сидя и т.д.)

5.2.6. Преакробатические элементы, высокие и длинные броски, CC, DB с ценностью 0,20 балла и более, не могут выполняться.

5.3. Оценивание

5.3.1. Композиции, содержащие менее 2 допустимых Комбинаций Танцевальных шагов, будут наказаны сбавкой 0,60 за каждое пропущенное S.

5.3.2. Комбинация Танцевальных шагов будет недействительна, если нарушена какая-либо часть пункта 2.7.4 (потеря равновесия при опоре или падении, потеря предмета, недостаточный контакт 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).

Разъяснения / примеры

- Если гимнастка за 8 секунд, выполняя все требования пункта 5.2, теряет предмет, то она соответствует дефиниции, и Комбинация Танцевальных шагов действительна со всеми соответствующими сбавками в Исполнении.
- Когда гимнастка выполняет танцевальные шаги 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 одна из двух частей не соответствует каким-либо требованиям, то это – одна Комбинация танцевальных шагов.

7. ЭФФЕКТЫ С МУЗЫКОЙ

6.1. Дефиниция

6.1.1. 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 гимнастикой (т.е. уникальной композицией, отличающейся от всех остальных).

6.1.2. 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.

6.1.3. Как простые, так и сложные движения могут создавать эффект, если выполняются с четким намерением, которое заключается в том, чтобы подчеркнуть важный момент в музыке.

6.1.3.1. Примеры сложных движений:

- ДВ с несколькими акцентами движения
- ДВ с некоторой продолжительностью, например, вращение
- СС
- Уникальный, инновационный или сложный технический элемент предмета

6.1.3.2. Примеры простых движений:

- Выполнение ДВ
- Принятие позиции (исключая исходную и конечную позиции в упражнении)
- Сильный мах ногой
- Простой технический элемент предмета, согласованный с движением тела 6.1.3.3.

Примеры движений, которые слишком малы или типичны, чтобы их можно было распознать как эффект:

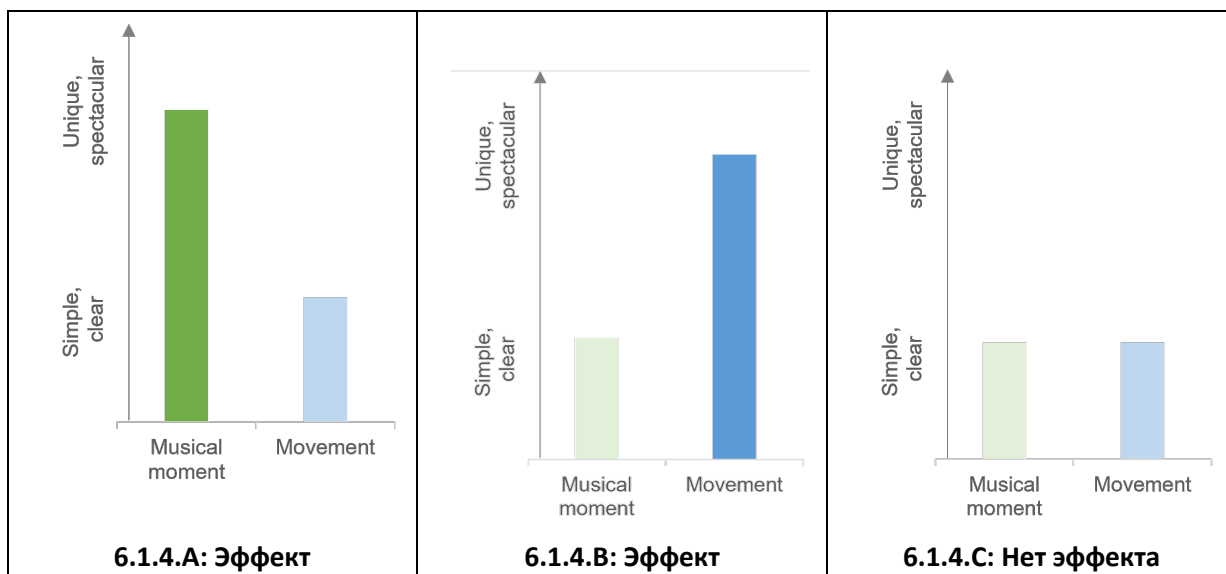
- Шассе
- Базовый бросок рукой
- Поза, созданная с использованием только рук/ головы

Разъяснения / примеры

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.

6.1.4. 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. 6.1.4. 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. 6.1.4. 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. 6.1.4. С).



6.2. Требования и оценивание

6.2.1. Упражнения, в которых отсутствует 2 эффекта с музыкой, не обладают уникальной индивидуальностью и, следовательно, не могут не получить сбавку за характер (см. п. 3.2.2).

6.2.2. Эффект должен быть выполнен точно в такт музыке, которая должна быть распознана. Попытка создать эффект, выполненная немного раньше или после нужного момента в музыке, не будет признана.

6.2.3. Динамические изменения по своей природе создают свои собственные эффекты и оцениваются отдельно; следовательно, они не подходят для выполнения этого конкретного требования.

7. ДИНАМИЧЕСКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ: СОЗДАНИЕ КОНТРАСТОВ

7.1. Дефиниция

7.1.1 Композиция, структурированная вокруг определенного музыкального произведения, использует изменения **темпа** и интенсивности для построения главной идеи и создания визуальных эффектов, распознаваемых зрителем.

- 7.1.2.** Скорость и интенсивность движений гимнастики, а также движения ее предмета должны отражать изменения **темпа** и динамичности музыки.
- 7.1.3.** Отсутствие контраста в **темпе** может создать монотонность и потерю интереса публики.
- 7.1.4.** Динамические изменения могут создавать контрасты по-разному, в гармонии с изменениями в музыке:
- 7.1.4.1. Контрасты в темпе или интенсивности движений от одной последовательности движений к другой.
- 7.1.4.2. Постепенное увеличение или уменьшение темпа или интенсивности движений в пределах последовательности движений.
- 7.1.4.3. Создание контраста с помощью определенного движения, включая мгновенные медленные движения или мгновенные быстрые движения.
- 7.1.5.** 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.

7.2. Требования и оценивание

- 7.2.1.** Композиции с менее чем 3 динамическими изменениями с участием всех 5 гимнасток будут наказаны сбавкой 0,30 за каждое пропущенное динамическое изменение.
- 7.2.2.** Динамические изменения могут быть в любой части упражнения.

7.2.3. 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.

7.2.4. 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 два других динамических изменения. Однако, за ритм применяет сбавка (см. п. 10.2.2).

8. КОЛЛЕКТИВНАЯ РАБОТА

8.1. Дефиниция

8.1.1. Введение

- 8.1.1.1. Типичной характеристикой группового упражнения является участие каждой гимнастки в однородной работе группы в духе сотрудничества.
- 8.1.1.2. 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).
- 8.1.1.3. Каждое упражнение должно иметь различные виды организации коллективной работы.
- 8.1.1.4. В качестве общего принципа хореографии четыре типа коллективной работы (п. 8.1.2-8.1.5) могут использоваться в любой части композиции, в том числе в Трудностях, в подгруппах, любой продолжительности, комбинируя различные виды коллективной работы и т.д.

8.1.1.5. Чтобы быть засчитанным обязательным компонентом для оценки Артистизма, каждый из четырех типов коллективной работы (п. 8.1.2-8.1.5) должен быть представлен вне компонентов Трудности (DB, DE, R, DC) и полностью соответствовать дефиниции, приведенной ниже:

8.1.2. Синхронное исполнение

8.1.2.1. Одновременное выполнение одного и того же движения (с одинаковой амплитудой, скоростью, динамизмом и т.д.)

8.1.2.2. Все 5 гимнасток должны выполнять синхронные движения.

8.1.2.3. Требуемая продолжительность для распознавания в качестве компонента артистизма: минимум 4 секунды в синхронизации.

8.1.3. “Хоральное” исполнение

8.1.3.1. Гимнастки, представляющие разные голоса хора, поющие вместе: одновременное выполнение различных движений, которые вместе образуют одно хореографическое целое.

8.1.3.2. Каждая из 5 гимнасток должна играть свою роль, в общей сложности - 5 различных ролей.

8.1.3.3. “Хореографическое единство” формируется путем демонстрации взаимоотношений между гимнастками; недостаточно выступать как 5 отдельных, независимых голосов.

8.1.3.4. 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.

8.1.3.5. Требуемая продолжительность, чтобы компонент Артистизма был засчитан: минимум 4 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.

8.1.4. Исполнение в “быстрой последовательности” или “канонадное исполнение”

8.1.4.1. Несинхронизированное выполнение одних и тех же или связанных движений: Движение повторяется разными гимнастками или подгруппами с равными временными интервалами.

8.1.4.2. Быстрая последовательность означает, что каждая гимнастка/подгруппа начинает последовательность движений сразу после того, как ее начала предыдущая гимнастка/подгруппа. Предыдущая гимнастка/подгруппа еще не завершила последовательность движений; при выполнении происходит перекрытие по времени.

8.1.4.3. Канонада означает, что каждая гимнастка/подгруппа начинает последовательность движений после того, как предыдущая гимнастка/подгруппа выполнила всю последовательность движений. При выполнении нет перекрытия по времени.

8.1.4.4. Все 5 гимнасток должны быть непосредственно задействованы, возможна разная организация и разные роли: например, одна гимнастка дает импульс другим четырем гимнасткам в быстрой последовательности, или две пары гимнасток обгоняют пятую гимнастку и т.д.

8.1.4.5. Требуемая продолжительность, которая должна быть оценена как компонент Артистизма: минимум 4 секунды с момента, когда первая гимнастка или подгруппа начинает последовательность движений, до тех пор, пока последняя гимнастка или подгруппа не завершит последовательность движений.

8.1.5. Контрастное исполнение

8.1.5.1. Одновременное выполнение двух различных типов движений, создающих контраст, с помощью одного из следующих вариантов:

- Контраст в скорости (медленно – быстро)
- Контраст по интенсивности (с усилием – мягко)
- Контраст по уровню (вертикально – у пола)

- Движение с контрастом: 2 группы гимнасток движутся в разных направлениях, пересекая друг друга; минимум одна из групп должна изменить направление.

8.1.5.2. Каждая из 5 гимнасток должна выполнить одно из двух контрастных действий.

8.1.5.3. Когда все гимнастки одновременно начинают элемент с контрастом, а затем меняются ролями, это расценивается как контраст, а не как быстрая последовательность/канонада.

8.1.5.4. Требуемая продолжительность для оценивания в качестве компонента Артистизма: минимум 4 секунды при непрерывном контрасте. Роли могут меняться, или типы контраста могут меняться с течением времени (например, 3 медленных и 2 быстрых - 3 быстрых и 2 медленных - 3 стоя и 2 на полу), при условии, что все 5 гимнасток продолжают находиться в контрасте в течение всего времени.

8.2. Требования и оценивание

8.2.1. Каждый из четырех видов коллективной работы (п. 8.1.2-8.1.5) должен быть представлен минимум один раз вне компонентов Трудности (DB, DE, R, DC) и полностью соответствовать дефинициям, приведенным выше.

8.2.2. Каждый вид коллективной работы будет засчитан при незначительных ошибках в хронометраже между гимнастками.

8.2.3. Сбавка: 0,30 за каждый вид коллективной работы, не признанный вне пределов компонентов Трудности или не выполненный в соответствии с дефиницией (п. 8.1.2-8.1.5).

9. СОЕДИНЕНИЯ

8.1. Дефиниция

9.1.1. Соединения – это “связи” между двумя движениями или Трудностями. Хорошо разработанные соединения и/или связующие шаги необходимы для создания гармонии и плавности выступления.

9.1.2. Все движения должны иметь логическую, намеренную связь между собой так, чтобы одно движение/элемент переходили бы в другое по определенной причине.

9.1.3. Эти связи между движениями также дают возможность усилить характер композиции.

9.1.4. Элементы соединяются плавно и логично без длительных приготовлений или ненужных остановок, которые не поддерживают характер композиции или не создают эффекта. Допускаются намеренные остановки, поддерживающие характер композиции и создающие динамические изменения.

9.1.5. Элементы, которые расположены вместе без четкого намерения, становятся серией несвязанных действий, которые препятствуют как полному развитию сюжета, так и уникальной идентичности композиции. Такие связи определяются так:

- 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

9.2. Дефиниция соединений в групповой работе

9.2.1. 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.

9.2.2. 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 и т.д.
- Гимнастки, движущиеся в одном направлении, но на разные расстояния
- 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
- Применение принципов коллективной работы

9.2.3. Элементы, которые расположены вместе путем разделения групповой работы на соединения – отсутствие взаимосвязи между гимнастками по построениям, направлению, типу движений и т.д. – наказываются сбавками. Примеры нелогичных связей 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 и т.д.
- Переходы, при которых некоторые гимнастки готовятся к следующему элементу раньше партнерш, останавливаясь и ожидая партнерш

9.3. Оценивание

9.3.1. Композиции, построенные как серии несвязанных элементов, будут наказываться сбавками.

9.3.2. Нелогичные соединения будут наказываться сбавкой 0.10 каждый раз, до 2.00 баллов.

9.3.3. Нелогичное соединение наказывается только один раз за каждое движение/соединение, независимо от количества гимнасток или предметов, допустивших ошибку, и независимо от того, что индивидуальные соединения и групповые соединения являются нелогичными одновременно.

9.3.4. 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 падение, пробежка из-за броска с неточной траекторией или остановка, чтобы распутать узел / обертывание.

10. РИТМ И ОКОНЧАНИЕ С МУЗЫКОЙ

10.1. Дефиниция

10.1.1. Движения тела, а также предмета должны точно соотноситься с музыкальными акцентами и музыкальными фразами

10.1.2. Движения тела, так и предмета должны подчеркивать ритм/темп музыки.

10.1.3. Конец упражнения должен точно совпадать с окончанием музыки.

10.2. Оценивание

10.2.1. Движения, выполняемые отдельно от акцентов или не связанные с темпом, установленным музыкой, наказываются каждый раз сбавкой 0.10 балла (до 2.00 баллов).

9.2.2. 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 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 музыка заканчивается затуханием, а группа продолжает быстро двигаться, создавая сильные акценты движения на затухании

10.2.3. Ожидается, что вся группа завершит упражнение в гармонии с музыкой, причем все 5 гимнасток закончат его в один и тот же момент. Если одна или несколько гимнасток 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.

11. ПОСТРОЕНИЯ

11.1. Построения должны быть созданы с разнообразием в следующем:

- *Размещение в различных областях площадки: центр, углы, диагонали, линии*
- *Рисунок: круги, линии во всех направлениях, треугольники и т.д.*
- *Амплитуда: размер/плотность построения (широкие, близкие и т.д.).*

11.2. Построения, в которых отсутствует такое разнообразие, будут наказаны сбавками 0,30, если одна форма преобладает по сравнению с другими.

11.3. Построения, в которых отсутствует разнообразие в амплитуде, будут наказаны сбавками 0,30, если один размер преобладает по сравнению с 2 другими.

11.4 Сбавка 0,30 каждый раз, когда одно и то же построение выполняется в одном и том же месте 3 или более Трудностей подряд.

Разъяснения / примеры

Подсчет количества Трудностей в одном построении в одном и том же месте:

- Когда DB и DE выполнены одновременно, это считается 1 Трудностью Difficulty.

12. ПРЕРЫВАНИЕ НЕПРЕРЫВНОСТИ

12.1. Целью создания гармоничной взаимосвязи всех компонентов Артистизма вместе взятых является создание единой идеи. Непрерывность движений от начала до конца способствует гармонии и единству.

12.2. Одна или несколько серьезных технических ошибок, которые нарушают 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 произвольного заворачивания в предмет
- Одна или более гимнасток делают паузу, чтобы понять, с какого момента продолжить композицию.

12.3. 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 в Исполнения 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, п. 2.2.1, 3.2.3).

Объяснения / примеры

Сбавка за прерывание непрерывности 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 выглядело как потеря, а похоже на выполнение упражнения с предметом (например, мяч медленно катится, а гимнастка танцует рядом с ним), то сбавка за нарушение непрерывности не применяется.

13. КОНСТРУКЦИИ / ПОЛОЖЕНИЯ ПОДЪЕМА/ПОДДЕРЖКИ

13.1. В начале, во время и/или в конце упражнения можно использовать элементы или позы, в которых одна гимнастка отрывается от пола, опираясь на другую гимнастку(ок) и/или предмет, при условии, что:

- Одновременно с пола поднимается не более 1 гимнастки
- Гимнастка отрывается от пола менее чем на 4 секунды

о Исходное положение: менее 4 секунд с момента первого движения первой гимнастки до того, как поднятая гимнастка окажется на полу.

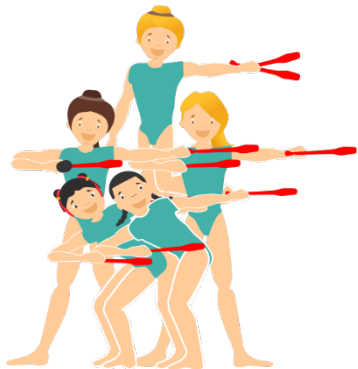
о Конечное положение: менее 4 секунд с момента отрыва гимнастки от пола до последнего движения последней гимнастки.

- 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.

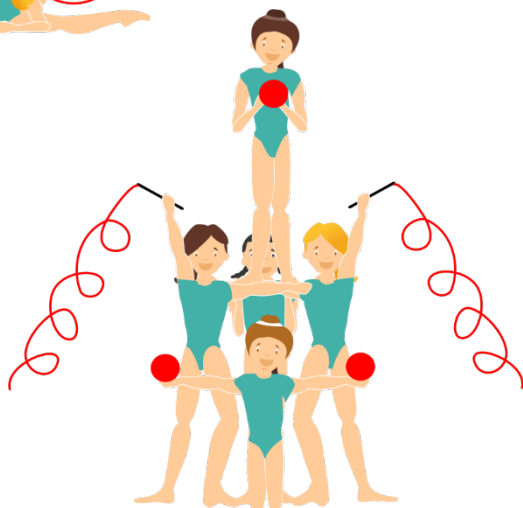
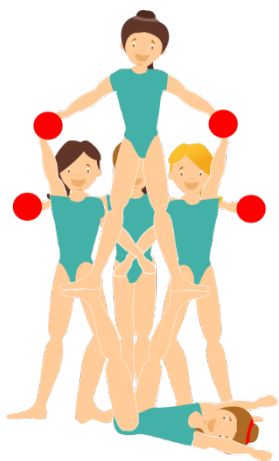
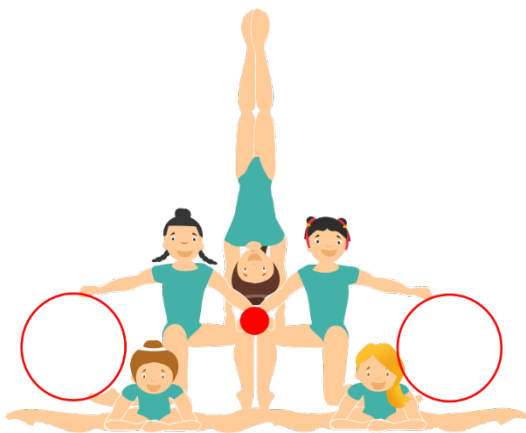
- Каждая поддерживающая гимнастка должна опираться ступнями, коленями или спиной на пол и не может находиться в какой-либо разновидности мостика.

13.2. Конструкция, которая не соответствует вышеуказанным требованиям, например, удерживается в течение 4 или более секунд, наказывается сбавкой.

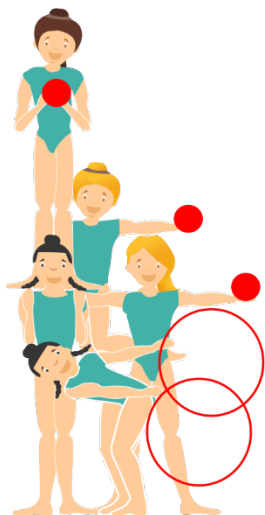
Пример 1: разрешенные положения подъема



Пример 2: запрещенные положения подъема (стойка на руках)



Пример 3: запрещенные положения (2 гимнастки подняты)



14. КОНТАКТ С ПРЕДМЕТАМИ И ГИМНАСТКАМИ

- 14.1. В начале упражнения** одна или несколько гимнасток могут находиться без предмета. Такой фрагмент упражнения не может быть **дольше 4 секунд**.
- 14.2.** Если предметы или гимнастки не начинают двигаться одновременно, то различные движения должны последовать одно за другим, в течение **максимум 4 секунд** во избежание статики одной или нескольких гимнасток/предметов.
- 14.3.** Во время упражнения одна или несколько гимнасток не могут оставаться без предмета **дольше 4 секунд**.
- 14.4.** Сбавка 0,30 применяется, если одна или несколько гимнасток остаются без предмета 4 или более секунд (один раз в упражнении).
- 14.5. В конце упражнения** каждая гимнастка может держать или находиться в контакте с 1 или несколькими предметами. В этом случае одна или несколько гимнасток могут быть без предметов в конце упражнения.
- 14.6.** Сбавка 0,60 применяется, если один или более предметов не находятся в контакте с гимнастками в исходном или финальном положении (ошибка композиции).

15. ГРУППОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ - ОШИБКИ В АРТИСТИЗМЕ

| СБАВКИ | 0.30 | 0.60 | 1.00 |
|---|--|---|--|
| ГЛАВНАЯ ИДЕЯ И ХАРАКТЕР ДВИЖЕНИЯ С ЭФФЕКТАМИ (требование: 2) | <p>В большей части упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Присутствует главная идея • Всего в одной/нескольких последовательностях отсутствует характер • Большое разнообразие частей тела, предмет • Большое разнообразие типов движений <p>За характер применяется сбавка не менее 0,30, если эффекты отсутствуют</p> | <p>В некоторых частях упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Четкое единство между деталями и музыкой • 2 и более последовательности имеют характер • С разнообразием или без него (нет требований) | <p>Не имеет приоритета:</p> <ul style="list-style-type: none"> • В характере может быть несколько изолированных деталей без четкого единства |
| ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ШАГИ (требование: 2) | | <p>За каждую отсутствующую Комбинацию Танцевальных шагов с ритмом и характером</p> | |
| ЭКСПРЕССИЯ ТЕЛА | <p>Полностью развита в части упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Полное участие в 2 последовательностях или до половины упражнения • Есть только несколько последовательностей (участие ограничено) | <p>Частично развита или не развита в упражнении:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Нет полного участия или оно есть в 1 последовательности • Частичное участие в любом количестве у упражнении | |
| ЭКСПРЕССИЯ ЛИЦА | <p>Частично развита или не развита в упражнении:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Нет полного участия или оно есть в 1 последовательности, и/или • Невыразительное или сосредоточенное лицо в 1 и более последовательностях | | |

| | | | | | | | | | | |
|---|--|------|------|------|------|------|------|------|------|------|
| ДИНАМИЧЕСКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ (требование: 3) | За каждое отсутствующее Динамическое изменение | | | | | | | | | |
| КОЛЛЕКТИВНАЯ РАБОТА (требования: 4 типа) | Для каждого отсутствующего типа 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 |
| СБАВКИ | 0.30 | 0.60 | | 1.00 | | | | | | |
| ПОСТРОЕНИЯ | Недостаточное разнообразие в конструкции 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). | | | | | | | | | |

| | | | |
|---|--|---|--|
| КОНСТРУКЦИИ / ПОДДЕРЖКИ | | Запрещенная конструкция или 4 и более секунд в положении поддержки | |
| КОНТАКТ С ГИМНАСТКАМИ И ПРЕДМЕТАМИ | Одна или несколько гимнасток находятся без предмета в течение 4 или более секунд (сбавка один раз за упражнение) | Один или несколько предметов не соприкасаются ни с одной гимнасткой в исходном или конечном положении (ошибка композиции) | |
| 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 | | |

1. ОЦЕНИВАНИЕ БРИГАДОЙ СУДЕЙ ИСПОЛНЕНИЯ

- 1.1. Судейство Бригады Исполнения (E) требует, чтобы элементы выполнялись эстетически и технически совершенно.
- 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 E.
- 1.3. Бригада E не имеет отношения к Трудности упражнения. Судьи E должны применять сбавки в равной степени за одинаковые ошибки, независимо от Трудности элемента или соединения.
- 1.4. Судьи E 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. 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.
- **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
- 1.6. Ошибки Исполнения наказываются сбавкой каждый раз и за каждый элемент
- 1.7. **Окончательная оценка E получается так:** сумма сбавок в Исполнении вычитается из **10.00 баллов**.

Разъяснения

Сбавки в голубых ячейках – последовательные, т. е. одна сбавка из данной линии (наивысшая) может применяться за техническую ошибку.

*Все перечисленные сбавки даются 1 раз, независимо от числа гимнасток, совершивших ошибки, если жирным шрифтом не указано, что сбавки даются **за каждую гимнастку**.*

2. РАБОТА ГРУППЫ

2.1. Таблица сбавок в Исполнении за работу группы

| Сбавки | малая 0.10 | средняя 0.30 | большая 0.50 или более |
|---------------------|--|--------------|------------------------|
| Синхронность | Отсутствие синхронности между индивидуальными движениями и движениями группы | | |

| | | | |
|---------------------|--|--|--|
| Построения | Неточность линий в построении | | |
| Столкновения | Столкновения гимнасток/предметов + все последствия | | |

3. ДВИЖЕНИЯ ТЕЛА

| 3.1. Таблица сбавок в Исполнении за ДВИЖЕНИЯ ТЕЛА | | | |
|---|---|---|--|
| Сбавки | Малые 0.10 | Средние 0.30 | Большие 0.50 и более |
| Общие Положения | Незаконченное движение или недостаток амплитуды в формах Волн | | |
| | Незаконченное движение или отсутствие амплитуды в форме Преакробатики | | |
| Базовая техника – ДВ и все другие движения | Корректировка положения тела (примеры: смещения в Равновесиях, во Вращениях на полной стопе или на других частях тела, на полу без потери равновесия и т.п.) | Статичная гимнастка (4 и более сек.) | |
| | Неправильное положение части тела во время движения (Сбавка каждый раз) включая, некорректное положение стопы/релеве и/или колена, согнутые локти, поднятые или асимметричные плечи, неправильное положение части тела во время и т.д. | | |
| | Потеря равновесия, дополнительное движение без перемещения (подпрыгивание, дрожание опорной ноги, произвольное корректировочное движение) | Потеря равновесия, дополнительное движение с перемещением (дополнительный шаг, подпрыгивание без перемещения, потеря оси с дополнительным шагом и т.п.) | Потеря равновесия с опорой на одну или две руки или на предмет Полная потеря равновесия с падением - 0,70 (каждая гимнастка) |
| Прыжки | Тяжелое приземление | Неправильное приземление: видимый прогиб спины во время финальной фазы приземления | |
| | Неправильная форма с малым отклонением Прыжок с движением «качели» | Неправильная форма со средним отклонением | Неправильная форма с большим отклонением |
| Равновесия | Неправильная форма с малым отклонением | Неправильная форма со средним отклонением | |
| | | Форма не удержана мин. 1 сек. | Неправильная форма с большим отклонением |
| | Неправильная форма с малым отклонением | Неправильная форма со средним отклонением | Неправильная форма с большим отклонением |

| | | | |
|--|--|--|--|
| Вращения (каждая сбавка применяется 1 раз за каждое вращение DB) | Опора на пятку во время Поворота Pivot | Ось тела не в вертикальном положении и в конце сделан 1 произвольный шаг | |
| | | | |
| 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) | |

3.2. Разъяснения по сбавкам в Исполнении за движения тела

3.2.1. Когда происходит прерывание непрерывности выступления (см. "Артистизм", п. 12), например, из-за того, что гимнастка останавливается, чтобы развязать узел, или некоторые гимнастки ждут, пока партнерша(и) вернется к выступлению, сбавка за статичность не применяется.

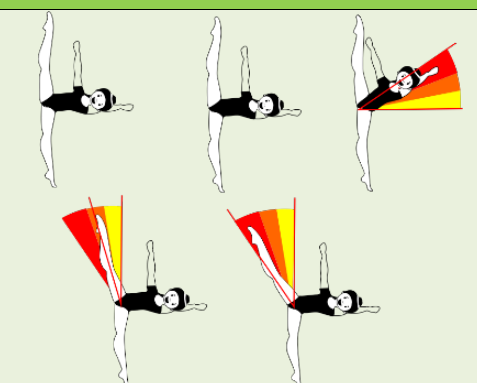
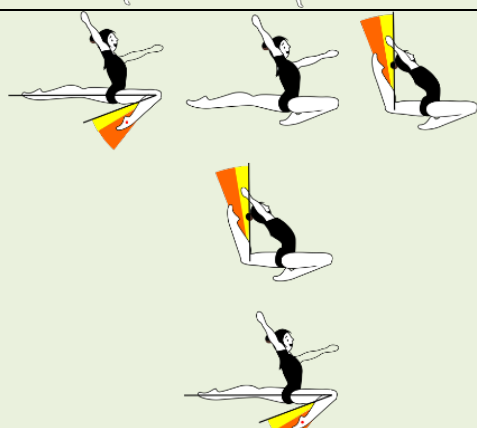
3.2.2. Когда гимнастка потерял предмет и направляется за ним, и, в конечном счете, когда он возвращается на площадку (перед возобновлением выступления):

- Дополнительные сбавки за части тела и работу предмета не применяются (таблица № 3.1).
- В течение этого периода сбавки применяются только за потерю равновесия (с опорой или без нее или падение), а также за дополнительную потерю предмета.

3.2.3. Симметричное положение плеч и туловища во время Трудностей тела является важным аспектом техники работы тела, особенно для здоровья гимнастки. Асимметричные позиции будут наказываться как "неправильная часть тела".

3.2.4. Отклонения в Трудностях тела:

- Каждая сбавка будет применена отдельно за каждую ошибку. Если Трудность тела имеет две неправильные формы, сбавка начисляется за каждое отклонение от идеальной формы.

| Разъяснения / примеры | | |
|---|--|---------------------|
| Выступление | Описание | Сбавки в Исполнении |
|  | <p>Большое отклонение шпагата</p> <p>Большое отклонение туловища</p> | 0.50 + 0.50 |
|  | <p>Среднее отклонение подбива</p> <p>Среднее отклонение кольца</p> | 0.30 + 0.30 |

3.2.5. Отклонения и неправильные части тела в Равновесиях Фуэте:

- Равновесие Фуэте – это одна DB: за отклонение наказывается только самая слабая форма DB. Однако каждая форма может получить несколько сбавок за отклонение, например, шпагат + туловище.
- Каждая часть тела наказывается только один раз во время DB (колени опорной ноги максимум один раз, колени поднятой ноги максимум один раз и т.д.).

3.2.6. Если во время 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)

3.2.7. Прыжок с махом: прыжки, состоящие из более чем одного основного действия (например, прыжок в шпагат с кольцом), должны выполняться таким образом, чтобы во время полета они создавали единый и четко видимый образ фиксированной и четко очерченной формы, а не два разных образа и формы. Если два образа/формы представлены в разное время, это наказывается за технику (движение «качели»).

4. ТЕХНИКА КАЖДОГО ТИПА ПРЕДМЕТА

4.1. Таблица сбавок в Исполнении за технику каждого типа предмета

| | | | | 0,10 | 0,30 | 0,50 и более |
|------------------------|--|---|--|------|------|--------------|
| Обруч | | | | | | |
| Базовая техника | | Непроизвольный контакт с телом (например, зажим обруча телом во время/после переката, вращения вокруг оси обруча и т.п.) | | | | |
| | | Ловля после броска: контакт с предплечьем | Ловля после броска: контакт с рукой | | | |
| | | 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 и т.п.) | | | |
| | | Непроизвольно неполный перекат по телу | | | | |
| | | Неправильный перекат с подпрыгиванием | | | | |
| | | Ловля 2 руками (исключение: ловля 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 и т.п. | | | | |

| | | | |
|------------------------|---|--|--|
| | Нарушение синхронности вращения 2 Булав в полете во время броска и ловли | | |
| | Недостаточная чистота в плоскостях работы во время асимметричных движений | | |
| Лента | | | |
| Базовая техника | Непроизвольное касание пола или тела | | |
| | Неправильная работа с предметом: амплитуда, форма, рабочие плоскости | | |
| | 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 |
| | Конец Ленты непреднамеренно остается на полу во время рисунков, бросков и Эшаппе и т.п. (до 1 м) | Часть Ленты непреднамеренно остается на полу во время рисунков, бросков и Эшаппе и т.п. (более 1 м) | |
| Скакалка | | | |
| Базовая техника | Непроизвольное касание пола или тела | | |
| | Неправильная работа с предметом: амплитуда, форма, рабочие плоскости, или скакалка не удерживается за оба конца | | |
| | | Непроизвольное закручивание вокруг тела или его части без прерывания | Непроизвольное закручивание вокруг тела с прерыванием упражнения |
| | Маленький узел без прерывания упражнения | Потеря одного конца с короткой паузой в упражнении | Узел с прерыванием упражнения |
| | | Ноги запутываются в скакалке во время прыжка | |

4.2. Разъяснения сбавок в Исполнении за технику каждого типа предмета

- 4.2.1. Если на ленте образуется маленький узел и после нескольких движений он становится средним/большим, применяется только одна сбавка за узел (самая высокая).
- 4.2.2. Лента, оставшаяся на полу, наказывается, если ткань неподвижно лежит на полу. Если ткань движется по полу, сбавка не применяется.
- 4.2.3. Сбавка за то, что лента осталась на полу, не применяется, если гимнастка остановила упражнение из-за другой ошибки (узел, обертывание, потеря предмета и т.д.).

5. ТЕХНИКА ВСЕХ ПРЕДМЕТОВ

5.1. Таблица сбавок в Исполнении за технику всех предметов

| Сбавки | малая 0.10 | средняя 0.30 | большая 0.50 или более |
|--------------------|---|--|---|
| Техника | | Статика предмета (см. Трудность, п. 3.7) | |
| Траектории и ловля | Неточность траектории и ловля в полете с 1 шагом или коррекцией положения , чтобы спасти предмет | Неточность траектории и ловля в полете с 2 шагами или коррекцией положения , чтобы спасти предмет | Неточность траектории и ловля в полете с 3 или более шагами или коррекцией |

| | | | |
|---|---|---|---|
| За неточность траектории у 2 или более гимнасток: сбавка 1 раз по наибольшему числу сделанных шагов | | | положения, чтобы спасти предмет (или шассе) |
| | Неправильная ловля: Пример: ловля с произвольной помощью другой рукой, чтобы спасти предмет, произвольная ловля за материал ленты и т.п. (см. также мяч) | Неправильная ловля с произвольным касанием тела | |
| Потеря предмета <i>Потеря последовательно 2 булав: сбавка 1 раз по наибольшему числу сделанных шагов, чтобы вернуть дальнюю булавку</i> | | | Потеря и возврат предмета без перемещения (для каждой гимнастки) |
| | | | Потеря и возврат предмета с 1 – 2 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) |

5.2. Разъяснения сбавок в Исполнении за технику всех предметов

5.2.1. Сбавка за неточную траекторию применяется, если видна явная техническая ошибка, вызванная неточным броском. Например, если гимнастке приходится бежать или менять намеченное направление, чтобы спасти предмет.

5.2.2. Сбавка за неточную траекторию применяется только в том случае, если предмет пойман в полете: если неточная траектория заканчивается потерей предмета, наказывается только потеря предмета в соответствии с общим количеством сделанных шагов: шаги во время полета предмета + шаги после падения предмета на пол.

5.2.3. 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 материал (по ошибке) или за палочку, но не за конец, применяется сбавка за “неправильную ловлю”.

5.2.4. Все предметы должны быть пойманы без произвольной помощи другой руки. Исключения, когда другая рука может быть использована намеренно:

- Скакалка: ловля открытой скакалки
- Обруч: когда обруч вращается вокруг горизонтальной оси

- Мяч: при ловле за пределами поля зрения
- Булавы: при ловле конструкции из более чем 1 булавы
- Лента: при намеренной ловле за материал

5.2.5. Сбавка за неправильную ловлю применяется, когда предполагаемая ловля прерывается дополнительным движением гимнастки, чтобы спасти предмет и/или перейти к следующему движению.

5.2.6. Потеря нескольких предметов: потеря предмета наказывается каждый раз (исключение: пара булав), а не в зависимости от количества гимнасток, потерявших предмет, или количества гимнасток, которые подняли предмет. Потерянная конструкция предметов, поднятых как единое целое, наказывается как за один предмет. Потерянная конструкция, которая развалилась на части, наказывается за каждый компонент.

Примеры:

- Две гимнастки теряют по одному предмету каждая. Одна гимнастка поднимает оба предмета: первый - после 3 шагов, а второй - еще через 1 шаг. Две отдельных сбавки: 1,00 + 0,70.
- Одна гимнастка теряет два предмета (не пару булав). Другая гимнастка поднимает оба: первый предмет после 3 шагов и второй предмет еще через 1 шаг: 1,00 + 0,70.
- Одна гимнастка теряет конструкцию из 3 обручей. Другая гимнастка поднимает конструкцию как единое целое после 3 шагов. Одна сбавка: 1,00.

Е. ПРИЛОЖЕНИЕ

ГРУППОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ

1. ПРОГРАММА ПО ПРЕДМЕТАМ

СЕНИОРКИ: 2 упражнения

| | | |
|--------------------|----------------|--------------------------------|
| 2025 | 5 ЛЕНТ | 3 МЯЧА + 2 ОБРУЧА |
| 2026 - 2028 | 5 МЯЧЕЙ | 3 ОБРУЧА + 2 ПАРЫ БУЛАВ |

ЮНИОРКИ: 2 упражнения

| | | |
|--------------------|--------------------|-------------------|
| 2025 | 5 ПАР БУЛАВ | 5 ОБРУЧЕЙ |
| 2026 - 2028 | 5 МЯЧЕЙ | 5 ЛЕНТ |
| 2028 - 2029 | 5 ОБРУЧЕЙ | 5 СКАКАЛОК |

2. ТЕХНИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ЮНИОРОК – ГРУППОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

2.1. Общие положения: все нормы общих положений для Групп Сениорок действительны для Групп юниорок.

2.2. **Программа для гимнасток Групп:** Программа для гимнасток Групп Юниорок обычно состоит из 2

упражнений: Программа предметов: 2 упражнения с 5 одинаковыми предметами

2.2.1 Программа ФИЖ для групп юниорок может включать скакалку

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

2.4. Нормы и характеристики каждого предмета для Юниорок указаны в *Нормах по предметам ФИЖ*.

2.4.1. Юниорки допускаются к соревнованиям с лентой для сениорок.

2.5. Все 5 предметов должны иметь лого производителя и "FIG approved logo" в указанном месте. Группам не разрешается выступать с не утвержденными предметами. **В этом случае упражнение не будет оценено (0,00)**

2.6. По требованию Верховного Жюри 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.

3. Требования к Трудности упражнений Групп Юниорок

3.1. Гимнастки группы должны включать в упражнения только те элементы, которые они могут выполнять безопасно и с высокой степенью эстетического и технического мастерства.

3.2. Существует два компонента **Трудности для Групп:**

- Трудность тела (**DB**) состоит из:

- Трудность без Обмена (**DB**)
- Трудность с Обменом (**DE**)
- Динамические элементы с Вращением (**R**)

- Трудность предмета (**DA**) состоит из:




- Трудности с Сотрудничеством (**DC**)

3.3. Компоненты Трудности, характерные только для Групповых упражнений:

- **Обмен (DE)** предметами между гимнастками
- **Сотрудничество (DC)** между гимнастками / предметами

3.4. Требования к Трудности:

| Компоненты Трудности | |
|----------------------|--|
| Трудность Тела (DB) | |

| | | | |
|--|--|--|------------------------|
| | | Трудность Предмета (DA) | |
| | | Трудность с Сотрудничеством (DC) | |
| Трудность без Обмена DB 3 | Трудность с Обменом DE 3 | Минимум 6 Максимум 10 в порядке выполнения | |
| Особые Требования | | | |
| Трудности Групп Тела: | | Фундаментальные | Сотрудничества: |
| Прыжки  | Минимум 1 | Технические элементы | CC: минимум 2 |
| Равновесия  | Минимум 1 | предмета: | CR: минимум 2 |
| Вращения  | Минимум 1 | минимум 4 | Множественные |
| Динамические Элементы с Вращением (R) | | (см. Трудность для групп, п. 3.2) | броски/ловля: |
| Максимум 1 | | | минимум 2 |

3.5. Судьи Трудности идентифицируют Трудности и записывают их в порядке их выполнения, независимо от того, засчитываются Трудности или нет:

- **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
- **Вторая подгруппа Судей D (DA):** оценивают количество и техническую ценность Трудностей с Сотрудничествами (DC), наличие требуемых Фундаментальных Технических элементов предметов, требуемый минимум типов Сотрудничества. Судьи записывают все элементы с помощью символов

3.6. 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 (см. Артистизм).

4. ТРУДНОСТЬ ТЕЛА (DB)

- 4.1. **Требование: минимум 3, максимум 3 DB в порядке их выполнения** оцениваются в упражнении, включая любые DB ценностью 0,10, если они выполнены в S, любые DB ценностью 0,20 или более, использованные в R, и любые DB, использованные в DE.
- 4.2. Если группа выполняет более 3 элементов DB, то оцениваются только первые 3 в порядке выполнения. Сверхлимитные DB не оцениваются (нет сбавки).
- 4.3. Все общие нормы для элементов DB Групп Сениорок действительны также для Групповых упражнений Юниорок, за исключением следующего:

- 4.3.1. Комбинированная Трудность тела не разрешена для групп юниорок. Она не будет оцениваться и не считается DB.

4.3.2. Можно выполнять **только один** Турлянь на полной стопе или на релеве.







5. Фундаментальные и Нефундаментальные технические элементы предметов

5.1. Все общие нормы групп сениорок действительны также для групп юниорок.






5.2. Сводная Таблица Фундаментальных и Нефундаментальных Технических групп

предмета, специфических для Скакалки




| Количество, которое требуется в каждом упражнении | Специфические Фундаментальные и Фундаментальные Технические Группы Предмета | Нефундаментальные Технические Группы Предмета |
|---|---|---|
| - |  Проход всем телом или частью тела через открытую Скакалку, вращающуюся вперед, назад, в сторону, также с: <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 вдвое (в одной или в двух руках) Вращение (мин. 3), Скакалки, сложенной втрое или вчетверо Свободное вращение (мин. 1) вокруг части тела Вращение (мин. 1) прямой открытой Скакалки, удерживаемой за середину или за конец Мельницы (открытая Скакалка, удерживаемая за середину, сложенная вдвое или более). См. Трудность инд. упр., п. 3.5.3. |
| 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) | |
| - | Подпрыгивания/подскоки с проходом через Скакалку  <ul style="list-style-type: none"> Серии подпрыгиваний с проходом через предмет (мин. 3): Скакалка, вращающаяся вперед, назад, в сторону. |  <ul style="list-style-type: none"> Закручивание вокруг части тела и раскручивание Спирали Скакалкой, сложенной вдвое |
| 2 | Ловля высокого броска открытой Скакалки по одному концу в каждой руке без поддержки другими частями тела  | |

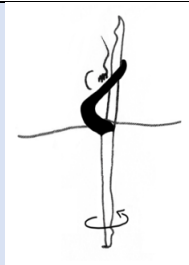
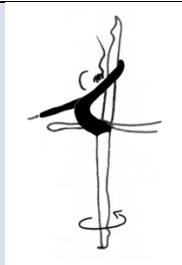
Разъяснения

| | |
|---|--|
| <p>Скакалка может быть 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.</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, и т.д.) 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 DB засчитывается, если либо отпускание либо ловля (но не оба этих действия) выполнены во время DB |
|  | <p>Ловля открытой Скакалки после высокого броска должна быть выполнена по одному концу в каждую руку без опоры на стопу, коленом или другой частью тела.</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 DB засчитывается если либо отпускание либо ловля либо несколько спиральных вращений (2 или более) выполнены во время DB |
|  | <p>Закручивание:</p> <ul style="list-style-type: none"> Закручивание или раскручивание возможны при DB; эти действия являются разной работой предмета |

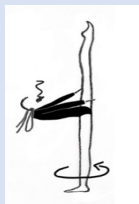
5.3. Нестабильный баланс

5.3.1. Положения неустойчивого баланса Скакалки считаются одинаковыми.

| Разъяснения | |
|---|--|
|  | <p>Открытая или сложенная вдвое Скакалка в балансе за спиной или подвешенная на части тела во время DB с вращением – это одно и то же положение неустойчивого баланса (не для Турляна).</p> <p>Пример 1</p> |



Пример 2

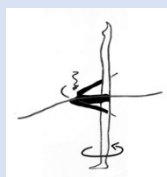


Недействительные положения нестабильного баланса:



Скакалка висит на шее во время баланса

Открытая Скакалка на спине



6. ТРУДНОСТЬ ОБМЕНА





6.1. Требования: будут оценены минимум 3, максимум 3 DE.

6.2. Если группа выполняет более 3 элементов DE, то оцениваться будут только первые 3 в порядке выполнения. Дополнительные DE, превышающие лимит, засчитываться не будут (нет сбавки).

6.3. Все общие нормы для групп сениорок по DE также действительны для групп юниорок (без каких-либо ограничений по ценности каждой DE).

6.4. Для упражнений с 5 скакалками: максимум 2 DE в порядке выполнения могут быть выполнены со связанными вместе концами. Дополнительные DE со связанными вместе концами не засчитываются как DE.

6.5. Сводная Таблица Дополнительных Специфических Критериев для DE при броске и ловле Скакалки





| Символ | Специфический Критерий при броске + 0.10 каждый раз | Символ | Специфический Критерий при ловле + 0.10 каждый раз |
|---|--|---|---|
|  | Проход через Скакалку всем телом или частью тела во время броска Мин. 2 крупные части тела должны совершить проход через Скакалку Пример: голова + туловище; руки + туловище; туловище + ноги и т.д. | | |
|  | Высокий бросок открытой и прямой Скакалки, удерживаемой за один конец |  | Ловля Скакалки по одному концу в каждую руку |
|  | Высокий бросок открытой и прямой Скакалки, удерживаемой за середину | | |

7. ДИНАМИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ВРАЩЕНИЕМ (R)

7.1. Требования: оценивается максимум 1 R в каждом упражнении.

7.2. Все общие нормы R для Групп Сениорок также действительны для Групп Юниорок (без лимита по ценности R).

7.3. Специфические критерии при броске и ловле скакалки

| Символ | Специфический Критерий при броске + 0.10 каждый раз | Символ | Специфический Критерий при ловле + 0.10 каждый раз |
|---|--|---|---|
|  | <p>Проход через Скакалку всем телом или частью тела во время броска</p> <p>Мин. 2 крупные части тела должны совершить проход через Скакалку</p> <p>Пример: голова + туловище; руки + туловище; туловище + ноги и т.д.</p> | | |
|  | Высокий бросок открытой и прямой Скакалки, удерживаемой за один конец |  | Ловля Скакалки по одному концу в каждую руку |
|  | Высокий бросок открытой и прямой Скакалки, удерживаемой за середину | | |

8. ТРУДНОСТЬ ПРЕДМЕТА (DA):

8.1. Требования: минимум 6, максимум 10 Трудностей с Сотрудничеством (DC), оцениваются в порядке выполнения.

8.2. Если группа выполнит более 10 DC, то DC сверх лимита не будут засчитаны (нет сбавки).

8.3. Все общие нормы DC для Групп Сениорок также действительны для Групп Юниорок.

8.4. Для упражнения с 5 скакалками: максимум 3 элемента DC в порядке выполнения могут быть сделаны со связанными концами. Дополнительные подобные DC не будут засчитаны как DC.

9. ОЦЕНКА ТРУДНОСТИ (D)

9.1. Судьи D оценивают Трудности, применяют частичные баллы и вычитают возможные Сбавки:

9.2. Первая подгруппа Судей D (DB)

| Трудность | Минимум/Максимум | Сбавка 0.30 |
|--|-----------------------|--|
| Трудности без Обмена (DB) в порядке выполнения | Минимум 3, максимум 3 | <ul style="list-style-type: none"> Менее 1 Трудности каждой группы тела (\wedge, T, ϕ), не одновременно, не выполнены вне DE или R |
| Трудности с Обменом (DE): в порядке выполнения | Минимум 3, максимум 3 | Выполнено менее 3 DE |

| | | |
|----------------------|---|------------------------------|
| Равновесие “Турлянь” | Максимум 1 на релее или на полной стопе | Более 1 равновесия “Турлянь” |
|----------------------|---|------------------------------|

9.3. Вторая подгруппа Судей D (DA)

| Трудность DC | Минимум/Максимум | Сбавка 0.30 |
|---|-------------------|--|
| Сотрудничества CC | Минимум 2 | Сбавка за каждое отсутствующее CC |
| Сотрудничества CR | Минимум 2 | Сбавка за каждое отсутствующее CR |
| Сотрудничества $c^{\nearrow} / c^{\searrow}$ | Минимум 2 | Сбавка за каждое отсутствующее $c^{\nearrow}, c^{\searrow}$ |
| Специфические Фундаментальные Технические Группы предмета | Минимум 2 каждого | Сбавка за каждый отсутствующий, не одновременно или в быстрой последовательности |

10. АРТИСТИЗМ И ИСПОЛНЕНИЕ

Все нормы Артистизма и Исполнения для Групп Сениорок также действительны для Групп Юниорок.