

Оценивание упражнения перекладина

(из Правила вида спорта "Спортивная гимнастика" утв. приказом Министерства спорта РФ от 13 февраля 2018 г. N 130)

Статья 14 Перекладина



Высота снаряда - 260 см от поверхности мата, 280 см от пола.

Статья 14.1 Описание упражнения на перекладине

Современное упражнение на перекладине должно представлять собой динамичное представление, которое состоит из элементов с вращениями, маховых элементов и элементов с фазой полета, которые выполняются попеременно близко и с удалением от перекладины в различных хватах для того, чтобы продемонстрировать полный потенциал снаряда.

Статья 14.2 Содержание и построение упражнения

Статья 14.2.1 Информация об исполнении упражнения

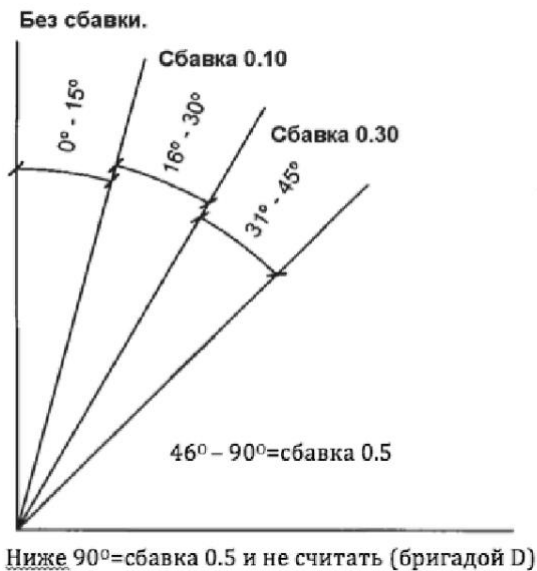
1. Из положения, стоя ноги вместе или после короткого разбега, спортсмен с или без помощи тренера запрыгивает в спокойный или слегка раскачивающийся вис на перекладине. Судейство начинается с момента, когда ступни спортсмена отрываются от пола.

2. Спортсмен должен включать в свое упражнение только те элементы, которые он может выполнять совершенно уверенно с эстетическим и техническим мастерством.

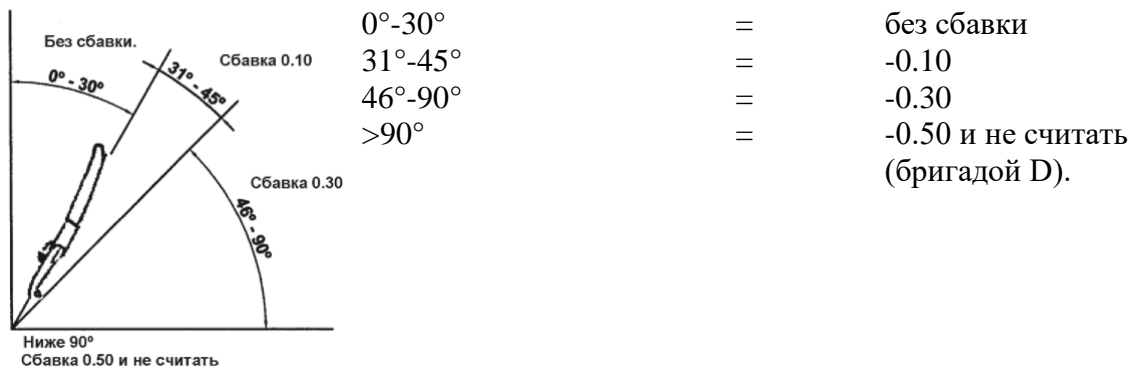
3. Требования к исполнению и композиции упражнения:

- упражнение состоит исключительно из маховых элементов, исполняемых без остановок или пауз;
- отклонения при исполнении маховых элементов в или через стойку на руках включающие повороты:

0°-15°	=	без сбавки
16°-30°	=	- 0.10
31°-45°	=	- 0.30
46°-90°	=	- 0.50
Ниже горизонтали	=	- 0.50 и не считать (судьи бригады D).



Сбавки за элементы с поворотами заканчивающиеся в обратный разнохват (микс) или обратный хват:



- элементы с фазой полета должны выполняться с видимым подлетом;

- исполнение махов назад в упор, которые просто меняют направление и ведут в более низкую позицию, наказываются сбавкой, как композиционные ошибки каждый раз в 0.30 балла.

Специфические примеры:

- после подъема разгибом отмах или подъем махом назад в стойку - далее в большой оборот, Штальдер, оборот не касаясь, 1/2 п. в обратный хват и т.д.,

- после маха назад перехват прыжком в хват сверху - далее в большой оборот, Штальдер, оборот не касаясь, и т.д.

(Так же все угловые ошибки должны быть применены к стойке на руках)

- после всех сальтовых перелетов необходим большой оборот или -0.3 (сбавка бригады E)

- для всех Адлер типа элементов - не обязательно начинать со стойки на руках.

4. Полный список ошибок и сбавок за исполнение упражнения - в статье 8 и 14.3.

Статья 14.2.2 Информация по оценке D

1. Существуют следующие группы элементов:

I. маховые элементы в висте с и без вращений;

II. перелеты;

III. элементы, исполняемые близко к перекладине и Адлер типа элементы;

IV. соскоки.

2. Информация относительно соединений.

Поощрительные баллы за соединения даются только в следующих случаях:

Перелет		Перелет		Бонус
C	+	C или выше	=	0.10
или наоборот				
D или выше	+	D или выше	=	0.20

Необязательно должны быть среди засчитанных элементов.

3. Дополнительная информация и правила:

- если нет других указаний, элементы, исполняемые из стойки, махом назад или другого положения, имеют в таблице групп трудности один и тот же номер, одну и ту же стоимость;

- если нет других указаний, элементы с "неправильным" или нетипичным хватом имеют ту же стоимость и тот же номер, что и элементы с обычным хватом;

- элементы, которые должны заканчиваться обратным хватом двумя руками, оцениваются на одну группу выше, чем те же элементы, заканчивающиеся обратным хватом одной рукой;

- если нет других указаний, элементы с опорой ступней о перекладину не разрешены (исключение, элементы Пиатти);

- хват одной рукой (или "неправильный" хват) перед или после перелетов имеет тот же номер и ту же стоимость, что и хват двумя руками;

- элементы с вращениями должны исполняться таким образом, чтобы вращение было составной частью элемента и вращение должно начинаться в процессе движения тела вверх (исключение элементы Эндо);
- элементы с вращением прыжком в стойку должны исполняться во время прыжка и хват должен осуществляться только после окончания вращения. Хват может осуществляться одной рукой, а затем второй рукой после окончания вращения. Элементы прыжком считаются до конца выполненными, когда обе руки возобновили хват;
- элементы обратным хватом исполняют требование только для той группы, в которую они входят:
- перелеты из обратного хвата относятся к группе II,
- соскоки из обратного хвата относятся к группе IV,
- Эндо обратным хватом относятся к группе III.

Пояснения для Рыбалко:

- непереносное условие - обратный хват обеими руками в конечном положении,
- видимый подскок с четким поворотом, без поворота на опорной руке;
- элементы с вращением на одной руке считаются законченными в момент, когда спортсмен возьмется второй рукой за перекладину;
- если нет других указаний, элемент, состоящий из двух разных элементов, в результате смены хвата будет разделен (т.е. Эндо хватом сверху, перехват одной руки в хват снизу и 1/1 поворот в обратный хват = B + C).

4. Если нет других указаний, определение групп трудности элементов из групп I и III осуществляются в соответствии со следующими принципами:

- базовый элемент имеет определенную стоимость:
- 1/2 поворота не повышает стоимость,
- 1/1 поворот повышает стоимость на 0.1 балла,
- 1/1 поворот и более в обратный хват обеими руками повышает стоимость на 0.2 балла,
- прыжок не повышает стоимость,
- приход в обратный хват двумя руками повышает стоимость на 0.1 балла;
- элементы имеют одинаковую стоимость и номер вне зависимости от того, была ли пересечена ось перекладины или нет, если только соблюдены требования к амплитуде.

5. Элементы с фазой полета обратным хватом и соскоки из обратного хвата или вися имеют ту же стоимость, что и элементы нормальным хватом.

6. Специальные повторы:

- разрешено выполнять только 2 элемента типа Адлер в обратный хват через стойку. В любом случае для оценивания будет выбрано два таких элемента с более высокой сложностью.

- элементы с вращениями: упражнение не должно содержать более одного варианта хвата одного и того же элемента. В этом случае будут засчитываться элементы с наивысшим значением сложности. В соответствии с правилом специальных повторов на всех других снарядах.

Например:

- если Рыбалко в обратный хват выполнен, другой Рыбалко в разнохват не разрешен,
- если Эндю с 1/2 п. в разнохват выполнен, другой Эндю с 1/1 п. в обратный хват не разрешен,
- если Штальдер с 1/2 п. в обратный хват выполнен, другой Штальдер с 1/2 п. в разнохват не разрешен.

7. Дохват после Ткачева с 1/2 или Ямаваки с 1/2 без достаточного поворота и без последующего выхода в стойку (или соединения с элементом с отпускаянием рук) получит ту же стоимость как элемент, указанный в правилах без 1/2 поворота.

8. Для того, чтобы оборот в обратном хвате или русский оборот был засчитан после Адлера или поворота в обратный хват, необходимо исполнить движение большим махом через перекладину.

9. Зоу Ли Мин выполненный с недостаточным поворотом (более 90° на первом вращении) ведет к непризнанию элемента судьями бригады D и сбавка 0.5 судьями бригады E. Такой элемент не может быть рассмотрен как оборот вперед на одной руке (группа B).

10. Ямаваки - пройти над перекладиной спортсмен должен с прямым телом и в вертикальном положении для того чтобы быть оцененным без сбавки. Чрезмерное сгибание или плохое вертикальное положение над перекладиной будет наказано сбавкой, а также может привести к засчитыванию элемента, как перелет группы B.

11. Ямаваки 1/2 п. необходимо продолжать поворот в ту же сторону, чтобы быть засчитанным и получить повышение в стоимости. Если при выполнении повороты выполняются в разные стороны, такой элемент не будет признан судьями бригады D. Этот элемент должен иметь ту же спецификацию поворотов, что и все другие элементы в Правилах.

12. Перелеты всегда получают группу сложности, если при дохвате двумя руками был продемонстрирован четкий вис до того, как произошло падение. Если дохват был выполнен одной рукой, группа сложности будет дана спортсмену в том случае, если обе руки все-таки оказались на перекладине или другой элемент был четко продолжен.

13. Рыбалко в одну руку с дополнительными 1/2 или 1/1 поворотами не допускаются.

14. Большой оборот назад с подскоком и 3/2 п. в оборот на одной руке (Рыбалко в оборот на одной руке) является, той же группой и находится в той же клетке что и Рыбалко в разнохват или микст обратный хват (элемент I.63)

Примечание: это правило также применяется ко всем элементам типа Штальдер, Рыбалко.

15. Оборот на одной руке вперед с 1/1 п. в обратный хват и 1/1 п. в хват снизу (Зо Ли Мин, Элемент I.27) не может быть соединен с любым другим элементом для повышения сложности.

16. Эндю в обратном хвате через стойку на руках (элемент IV.39): Поскольку руки находятся в обратном хвате во время закладки, подскок с перехватом в хват снизу, разнохват или хват сверху разрешается без потери сложности.

17. Как отдельно оценить комбинации в обратном хвате: оборот в обратном хвате (элемент IV.14) и русский оборот (элемент IV.15) требуют только прохождения через гриф перекладины для получения группы. Никакого специального количества движения в обратном хвате не требуется для признания элемента.

Примеры связок:

- Адлер в 50° отклонения от стойки, мах в обратном хвате проходя через вис и через перекладину, мах в обр. хвате проходя через вис и подскок в хват снизу = группа С за Адлер (и -0.5 за отклонение) и группа В за оборот в обратном хвате,

- Адлер в стойку на руках, мах в обратном хвате проходя через вис и через перекладину закладка в обратном хвате, Эндо в обратном хвате проходя через вис, подскок в хват снизу = группа С за Адлер, группа В за оборот в обратном хвате, группа С за Эндо в обратном хвате.

18. Перелеты с 1/2 п. в микст обратный хват должны выполняться с более чем 50% поворота законченным до прихода на перекладину, чтобы не получить сбавку за последующий подъем в стойку. Судьи бригады Е производит малую, среднюю и большую сбавку за любой недостаточный поворот до прихода на перекладину.

19. Прорыв в вис согнувшись и перемах ноги врозь в вис или упор (элемент III.103) - спортсмен может начинать элемент с большого оборота или маха вперед под любым углом.

20. Полный список правил относительно непризнания элементов и других аспектов оценки D в статье 6, основная информация об ошибках сбавки за ошибки - в статье 8.

Статья 14.3 Специфические сбавки на перекладине

Судьи бригады Е

Ошибки	Мелкая 0.1	Средняя 0.3	Грубая 0.5
Ноги врозь или другое плохое исполнение наскока или подъема на перекладину		+	
Недостаточный мах или остановка в стойке или где-то еще	+	+	
Недостаточная высота при выполнении перелетов	+	+	
Отклонение от плоскости движения	≤ 15°	> 15°	
Переход в более низкую позицию при выполнении маха назад		+	
Запрещенные элементы с использованием ступней		+	
Согнутые руки при возобновлении хвата после выполнения перелетов	+	+	
Согнутые колени при выполнении махового движения	каждый раз	каждый раз	
Элемент не продолжен в нужном направлении по ходу движения (применяется после элемента)			+
Любые сальтовые перелеты через перекладину без оборота после дохвата.		+	
Отклонение при входе в Эндо, Штальдер от стойки на руках.	+	+	+(и считать)

