

Оценивание упражнения

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

Статья 5.1 Общие правила

1. На каждом снаряде существуют две отдельные оценки - D и E.

2. Судьи бригады D ставят оценку D, определяя содержание упражнения. Судьи бригады E выставляют оценку E за исполнение упражнения в соответствии с требованиями к композиции, технике и осанке.

3. Оценка D складывается из:

- стоимости 10 элементов (у юниоров 8), лучшие 9 (7 для юниоров), но не более 5 элементов из одной группы среди лучших засчитанных, плюс стоимость соскока. Если судье нужно выбрать 9 засчитываемых (у юниоров 7) элементов из элементов одной и той же стоимости, но принадлежащих к разным группам элементов, он должен выбрать в пользу спортсмена. После определения 9 лучших элементов и соскока судья должен подсчитать среди них не более 5 элементов из одной и той же группы (на вольных упражнениях элементы группы соскоков подсчитываются первыми).

Пример 1:

I	III	I	II	III	III	III	III	I	II	IV
A	B	B	B	B	B	B	C	C	C	D
	B	B	B	B	B	B	C	C	C	D

Пример 2:

III	III	I	II	II	II	III	III	III	III	I	IV
B	B	B	B	B	B	B	D	D	D	D	D
B		B	B	B	B		D	D	D	D	D

- жирным выделены элементы, входящие в зачет

- стоимости соединений, основанной на специальных правилах для каждого снаряда;

- стоимости требований групп элементов, исполненных среди 10 элементов, входящими в зачет оценки D (8 для юниоров).

4. Оценка E определяется путем вычитания из 10 баллов сбавок, производимых в десятых балла за:

- общие сбавки за эстетические ошибки и ошибки исполнения;

- общие сбавки за технические и композиционные ошибки.

5. Высшая и низшая сбавки за ошибки исполнения, эстетики, техники и композиции, подсчитанные в десятых долях балла, отбрасываются. Средняя из оставшихся сумм сбавок вычитается из 10 баллов. Результат является оценкой E.

Статья 5.2 Определение окончательной оценки

1. Окончательная оценка за упражнение - сумма оценок D и E.
2. Правила судейства и выведения окончательной оценки одинаковы для всех видов соревнований (квалификация, командный финал, финал многоборья, финалы в отдельных дисциплинах), кроме опорного прыжка, специальные требования к которому в квалификации и в финале (смотреть статью 12).
3. Результат спортсмена в многоборье представляет собой сумму окончательных оценок, полученных им на шести видах программы.
4. Командный результат подсчитывается в соответствии с Положением.
5. Квалификация спортсмена и участие в командном финале, финальных соревнований в многоборье и финалах в отдельных дисциплинах осуществляется в соответствии с Положением.
6. Окончательная оценка подсчитывается судейским персоналом соревнований.
7. На всех соревнованиях должны быть показаны оценка D, оценка E и финальная оценка.

Статья 5.3 Короткое упражнение

За представление упражнения спортсмен может набрать максимум оценку судей бригады E в 10.00 баллов.

Судьи бригады D произведут специальную нейтральную сбавку за короткое упражнение с окончательной оценки:

- 7-10 элементов	0.0 баллов
- 5-6 элементов	4.0 балла
- 3-4 элемента	6.0 баллов
- 1-2 элемента	8.0 баллов
- Без элементов	10.0 баллов

Статья 6 Правила относительно оценки D

Статья 6.1 Трудность

1. Во всех видах соревнований на вольных упражнениях, коне, кольцах, параллельных брусьях и перекладине существует следующая стоимость трудности элементов:

Группы	A	B	C	D	E	F	G	H	I
Стоимость	0.1	0.2	0.3	0.4	0.5	0.6	0.7	0.8	0.9.

2. Элементы спортивной гимнастики размещены в таблицах правил ФИЖ. Данные таблицы элементов действуют применительно к данным Правилам. По возможности, в таблицы элементов включены только отдельные элементы. Каждый элемент имеет свою собственную стоимость и свой номер.

3. Элементы, не входящие в таблицы элементов, должны быть представлены заместителю главного судьи для оценки за 24 часа до начала тренировок.

4. Элемент (или элемент с тем же номером) может быть повторен, но он не будет учтен при выведении оценки D. Смотри дополнительные правила в главах о коне и кольцах (статьи 10 и 11).

5. Элемент, которого нет в действующих правилах судейства, обычно не разрешен к исполнению или является элементом ниже стоимости A.

6. Элементы, находящиеся в одной клетке с разными группами трудности, могут быть

исполнены в одном упражнении и будут засчитаны бригадой D.

Статья 6.2 Требования к группам элементов и соскокам

1. Этим фактором судья оценивает требуемые формы движения, которые наряду с личными склонностями и индивидуальными техническими способностями спортсмена должны дополнить композицию упражнения.

2. На каждом снаряде есть 3 группы элементов, обозначенных в правилах цифрами I, II, III, группа IV - группа соскоков, за исключением вольных упражнений.

3. Спортсмен должен включить в свое упражнение как минимум один элемент из каждой группы элементов.

4. Один элемент может выполнить требование только к той группе элементов, в которой он записан в таблице.

5. Каждое выполненное требование к группе элементов (элементами, входящими в 10 оцениваемых) поощряется судьями D в размере 0.5 балла.

6. Все упражнения должны заканчиваться элементами, входящими в группу соскоков (смотри статьи 9 и 12 для специфических правил для вольных упражнений и опорного прыжка).

Соскок не считается выполненным, если:

- соскок выполнен толчком ступней о снаряд (кроме вольных упражнений);
- соскок выполнен частично или не закончен;
- спортсмен приземлился не на ноги (включая кувырок на вольных упражнениях);
- спортсмен приземлился боком к снаряду.

Примечание: подобные элементы не засчитываются бригадой D ни как элемент, ни как группа элементов.

7. Применяются следующие правила выполнения требований к группе соскоков:

- | | |
|---------------------|-------------------------------------|
| - соскок A или B | 0.0 балла (требование не выполнено) |
| - соскок C | +0.3 балла (частичное выполнение) |
| - соскок D или выше | +0.5 балла (полностью выполнено) |

у юниоров:

- | | |
|---------------------|-------------------------------------|
| - соскок A | 0.0 балла (требование не выполнено) |
| - соскок B | +0.3 балла (частичное выполнение) |
| - соскок C или выше | +0.5 балла (полностью выполнено) |

Статья 6.3 Баллы за соединения

1. В распоряжении судей бригады D имеются надбавки для поощрения спортсменов за исполнение специальных соединений. Кроме того, эти баллы служат лучшей дифференциации упражнений, которые содержат специальные соединения, что описано на каждом снаряде.

2. Баллы за соединения даются только за прямое соединение засчитанных элементов высших групп трудности, выполненных без грубых ошибок.

Статья 6.4 Оценивание судейской бригады D

1. Судейская бригада D несет ответственность за оценивание содержания упражнения и выставление правильной оценки D. За исключением случаев, судьи обязаны засчитать и оценить каждый правильно выполненный действующий элемент.

2. Спортсмен обязан включать в свое упражнение только те элементы, которые он может выполнить достаточно уверенно, эстетично и технически правильно. Очень плохо выполненные элементы не засчитываются судьями бригады D, и за них производится сбавка судьями бригады E.

3. Каждый элемент оценивается в зависимости от качества его исполнения вплоть до финального положения.

4. Не признанный судьями бригады D элемент не получает ценности трудности.

5. Судьи бригады D не засчитывают элемент, если он был выполнен с существенным отклонением от описанного исполнения. Также не засчитывается элемент в следующих случаях (но не только в этих):

- на вольных упражнениях спортсмен выполнил элемент с началом за линией ковра (смотри статья 9.2.1);

- выполнен недействительный (статья 12) опорный прыжок;

- на перекладине элемент выполнен толчком ног о перекладину или с перекладины (статья 14);

- на любом снаряде выполнен статический или силовой элемент с разведенными ногами, если он не описан таким образом в таблице трудности;

- во время исполнения элемент изменен так сильно, что невозможно определить его номер и стоимость (смотри Дополнения, п. 2), например:

- силовой элемент выполнен махом;

- маховый элемент почти полностью выполнен силой;

- элемент прогнувшись, выполнен в группировке или согнувшись (или наоборот). В таком случае оценивается выполненный элемент;

- силовой элемент, исполняемый ноги вместе, выполнен ноги врозь;

- силовой статический элемент выполнен существенно согнутыми руками;

- на кольцах элемент в стойке или с приходом в стойку выполняется с контролированием ногами или ступнями троса или тросов колец;

- элемент выполняется с помощью страхующего;

- спортсмен падает на или со снаряда, изменяет элемент или прерывает исполнение упражнения по какой-либо другой причине;

- во время исполнения элемента спортсмен падает на или со снаряда, не достигнув конечного положения, которое позволило бы ему по меньшей мере махом продолжить упражнение, или другие ошибки не позволяют спортсмену сохранить контроль над элементом до момента приземления или возобновления хвата за снаряд;

- спортсмен не удерживает силовую статику или просто статику;

- подъем или опускание из силовой статики, которая не была по каким-либо причинам засчитана;

- на большинстве снарядов элемент с вращением, которое выполнено с перекрутом или недокрутом от 90° и более или маховой элемент с отклонением от правильного положения на 45° и более (смотри Дополнение, п. 2). В подобных случаях, особенно на опорном прыжке, недокрут или перекрут на 90° может привести к переоценке стоимости элемента судьями бригады D;

- на коне при исполнении элементов в упоре поперек или продольно отклонение на 45° и более от правильного положения в большей части исполнения элемента;

- на любом снаряде отклонение на 45° и более от правильного горизонтального положения туловища, рук или ног при выполнении силовой статики или просто статики. Это означает, например:

- при выполнении креста в стойке голова спортсмена полностью находится выше колец (обычно $>45^\circ$),

- при выполнении креста подмышки полностью выше колец (обычно $>45^\circ$),

- (смотри статью 8.2.).

6. Всегда судьи бригады D должны принимать решение, основываясь на логике и принимать решение в интересах спортивной гимнастики. Во всех спорных случаях судьи

бригады D должны принимать решение в пользу спортсмена.

7. Элементы, которые выполнены настолько плохо, что не могут быть засчитаны судьями бригады D, должны также быть наказаны судьями бригады E существенными сбавками.

8. В случае специальных повторов, элементы с более высокой трудностью будут считаться первыми.

9. Для подсчета сложности на вольных упражнениях и коне соскок всегда будет считаться первым.

Статья 6.5 Повторы

1. Упражнение не может быть повторено, если только спортсмен не был вынужден прервать его исполнение по не зависящим от него причинам.

2. Если спортсмен падает на или со снаряда, он может продолжить выполнение упражнения с момента падения или повторить для оценки элемент, на котором произошло падение (смотри дополнительно статью 8.2).

3. Никакой элемент (с одинаковым номером) не может быть повторен для учета его трудности или для поощрительных баллов за соединение. Это касается и элементов, повторенных в соединениях (исключение: определенные элементы и круги на коне - стоимость повышается, если они исполняются дважды подряд в специальных соединениях и кольцах - см. статьи 10 и 11).

4. Если по какой-либо причине трудность элемента не была засчитана, этот элемент не может выполнить требование к группам элементов.

Статья 6.6 Судейство бригады D

Действия спортсмена	Действие судьи
Выполнение требования к группам элементов	0.5 балла за каждое
Выполнение требований к группе соскоков	Соскок А или В = +0.0
	Соскок С = +0.3 балла
	Соскок D и сложнее = +0.5 балла
Юниоры	Соскок А = +0.0
	Соскок В = +0.3 балла
	Соскок С и сложнее = +0.5
Ошибки, влекущие за собой не признание элемента (смотри статьи 6.4 и 8.4)	Не считается трудность
Оказание помощи страхующим во время выполнения элемента	Не считается трудность
Статичное положение не удерживается	Не считается трудность
Повторение элемента	Разрешено, но без оценки
Соскок, выполненный толчком ног, или другой неразрешенный соскок	Не считается выполнение элемента и требования к группе соскоков
Силовая статика ноги врозь или другие запрещенные элементы	Не засчитывается выполнение элемента

Статья 7 Правила относительно оценки E

Статья 7.1 Описание представления упражнения

1. Исполнение упражнения состоит только из факторов, касающихся техники современного упражнения и отсутствия которых, влекущих за собой сбавки, производимых судьями Е. К этим факторам относятся: техника, композиция (общие представления о конструкции упражнения), эстетика и исполнение.

2. Максимальная оценка за исполнение упражнения - 10.0 баллов.

Статья 7.2 Подсчет сбавок судейской бригадой Е

1. Судьи бригады Е оценивают упражнение и определяют сбавки независимо друг от друга в течение 20 секунд после окончания упражнения.

2. Каждое упражнение оценивается с точки зрения безошибочного исполнения. Все отклонения от такого исполнения наказываются сбавками. Сбавки за ошибки эстетики и композиции, техники и исполнения суммируются до 10.0 баллов за представление упражнения.

Статья 7.3 Указания спортсмену

1. Спортсмен должен включать в свое упражнение только те элементы, которые он способен исполнить уверенно и с высоким эстетическим и техническим мастерством. Ответственность за безопасность спортсмена возлагается полностью на самого спортсмена. Судьи бригады Е обязаны строго наказывать спортсмена за любую ошибку эстетики, исполнения, композиции и техники.

2. Спортсмен не должен пытаться увеличить трудность или оценку D в ущерб эстетике и технике исполнения.

3. Все наскоки должны выполняться из основной стойки (ноги вместе), с короткого разбега (только на параллельных брусьях и перекладине) или из виса. Не разрешается исполнение каких-либо предварительных элементов или промежуточных элементов перед наскоком. Это правило не касается опорного прыжка, где действуют специальные правила для снаряда.

4. Соскоки со всех снарядов, а также вольные упражнения и опорные прыжки должны заканчиваться в основной стойке, ноги вместе. За исключением вольных упражнений, запрещено исполнять соскок толчком ног.

Статья 8 Технические директивы

Статья 8.1 Работа судейской бригады Е

1. Судьи бригады Е несут ответственность за оценку всех технических и эстетических аспектов исполнения и соблюдение требований к композиции упражнения на снаряде. Судьи бригады Е следят за технически правильным исполнением элемента и за тем, чтобы элемент заканчивался в правильной позиции (смотри Дополнение, п. 2).

2. Спортсмен должен включать в свое упражнение только те элементы, которые он способен выполнить уверенно и с высоким техническим и эстетическим мастерством. Все нарушения этих параметров строго наказываются судьями бригады Е.

3. Судьи бригады Е не принимают во внимание выполнение требований к трудности и группам элементов. Судьи обязаны производить сбавки в соответствии с величиной ошибки вне зависимости от сложности исполняемого элемента или соединения.

4. Судьи бригады Е (и судьи бригады D) должны постоянно обновлять свои знания современной гимнастики и быть в курсе последних требований к исполнению элементов, изменений основных направлений развития вида спорта. В связи с этим они должны знать - что

возможно, что разумно требовать, что является исключением и что представляет собой частный случай (смотри Дополнение, п. 4).

5. Судьи бригады Е могут не производить сбавок в случае исполнения элементов, которые не содержат ошибки, а способ исполнения их направлен на достижение особого эффекта или конкретной цели.

Например:

- на параллельных брусьях исполнение оборота или большого оборота с фазой полета и сменой позиции и с поздним возобновлением хвата для специального эффекта и цели не должно наказываться сбавкой, если только эти элементы не заканчиваются в стойке на руках. Спортсмен должен стремиться к тому, чтобы его намерения были понятными и недвусмысленными;

- на перекладине спортсмены часто исполняют большие обороты таким образом, что они являются подготовительными перед элементами с фазой полета или соскоком. За это не должна производиться сбавка, даже если спортсмен не проходит через стойку, потому что в этом нет необходимости и не нарушают тем самым требования к эстетике и технике исполнения.

6. Если по какой-либо причине судья бригады Е колеблется в принятии решения, он должен разрешить свои сомнения в пользу спортсмена.

7. В том случае, если при исполнении одного элемента спортсмен допустил две ошибки, судья бригады Е обязан наказать его дважды, например, если элемент выполнен с эстетической ошибкой и технической ошибкой. Это может произойти, например, на параллельных брусьях при исполнении элемента "оберучный" с недостаточной амплитудой и согнутыми коленями.

Статья 8.2 Определение ошибок исполнения и техники

1. Каждый элемент должен исполняться технически правильно с приходом в правильное конечное положение (смотри также Часть IV).

2. Все отклонения от правильного исполнения рассматриваются как ошибки исполнения или технические ошибки и соответственно оцениваются судьями. Величина сбавки за мелкие, средние и грубые ошибки определяется градусом отклонения от правильного исполнения. Сбавки одинаковы, независимо от того, идет ли речь о руках, ногах или туловище.

3. Существуют следующие сбавки за все эстетические и технические отклонения по отношению к правильному исполнению. Эти сбавки должны применяться в независимости от трудности элемента или упражнения:

Мелкая ошибка	0.1
Средняя ошибка	0.3
Грубая ошибка	0.5
Падение	1.0.

3.1 Мелкая ошибка (сбавка = 0.1 балла):

- маленькая неточность или легкое отклонение от правильного конечного положения, или исполнения;

- небольшое исправление положения рук, ног или туловища;

- все другие мелкие нарушения правильной эстетики и техники исполнения.

3.2 Средняя ошибка (сбавка = 0.3 балла):

- заметное или значительное отклонение от правильного исполнения или правильного конечного положения;

- заметное или значительное исправление положения рук, ног или туловища;

- все другие значительные отклонения от правильной эстетики и техники исполнения.

3.3 Грубая ошибка (сбавка = 0.5 балла):

- сильное отклонение от правильного исполнения или правильного конечного положения;

- существенное исправление положения рук, ног или туловища;

- полный междумах;

- все другие сильные отклонения от правильной эстетики и техники исполнения.

Падение или оказание помощи страхующим (сбавка = 1.0 балл):

- падение на или со снаряда во время исполнения элемента до того, как спортсмен достиг конечного положения, позволяющего ему как минимум махом продолжить упражнение (например, на перекладине четкий вис или на коне четкий упор после сомнительного элемента) или, если спортсмен не в состоянии показать моментальный контроль над элементом во время приземления или хвата;

- 1.0 балл является максимальной сбавкой за элемент с падением и включает в себя все шаги, касания или опоры на мат/ковёр перед падением. Другие ошибки исполнения (высота, открывание перед приземлением, недокрученные винты) учитываются;

- оказание помощи страхующим что помогает окончить элемент.

4. На всех снарядах в конце упражнения спортсмен не выполнил соскок, но приземлился намеренно на ноги, сбавка за падение не производится.

5. Упражнение, прерванное падением, может быть продолжено в течение 30 секунд после падения. Спортсмен может использовать необходимое количество движений или элементов для принятия положения, позволяющего ему продолжить упражнение. Все эти элементы и движения должны выполняться с идеальным исполнением. Спортсмену разрешено повторить тот элемент, на котором произошло падение, с тем, чтобы этот элемент был учтен при оценивании, исключением является падение при выполнении соскока (кроме упражнения на коне или на опорном прыжке).

6. Такие ошибки исполнения, как согнутые руки или колени, неправильное положение туловища, плохая осанка, нарушения ритма, недостаточная амплитуда, изложены в статьях 8.2 и 8.4 и наказываются в зависимости от величины допущенной ошибки или отклонения от правильной техники исполнения.

7. Такие ошибки исполнения, как согнутые руки, ноги и туловище, классифицируются следующим образом:

Мелкая ошибка: незначительное сгибание.

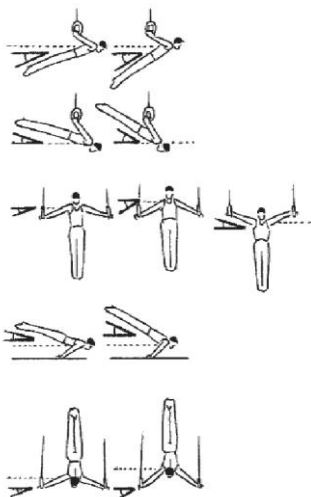
Средняя ошибка: сильное сгибание.

Грубая ошибка: чрезмерное сгибание.

8. В силовой статике и в статике степень технической ошибки и величина сбавки зависит от угла отклонения от правильного положения:

Мелкая ошибка до 15°	Средняя ошибка 16-30°	Грубая ошибка >30°	Не засчитывается (судьи бригады D) >45°.
-------------------------	--------------------------	-----------------------	---

Примеры:



В статических элементах отклонение на 30° и более наказывается как грубая ошибка судьями бригады Е. Кроме этого, отклонение на 45° и более влечет за собой непризнание данного элемента судьями бригады D.

9. Если трудность элемента силовой статики не была засчитана по какой-либо причине, не засчитывается и трудность подъема силой из этого элемента.

10. Если предшествующий элемент силовой статики, в связи с неправильным техническим исполнением был наказан сбавкой, то за последующий подъем силой в стойку или упор производится такая же сбавка (максимум до 0.5 балла), так как тем самым упрощается исполнение. Это правило касается только тех случаев, когда более высокое положение или технически плохо выполненная статика облегчает последующий подъем (т.е. это не касается подъемов из плохо выполненного угла, глубокого хвата или за время удержания статического, силового элемента). Эта сбавка применяется только за ошибки угла отклонения между двумя силовыми элементами.

11. Сбавки за отклонения от правильного конечного положения могут быть применены к маховым элементам. В большинстве случаев правильным конечным положением считается стойка на руках или при выполнении кругов на коне четкая позиция упора поперек или продольно. Для маховых элементов применяется следующее правило:

- на вольных упражнениях, коне, кольцах, параллельных брусьях и перекладине спортсмен в маховых элементах должен выполнять их точно через стойку, иначе будет нарушен ритм упражнения. Поэтому допускается небольшое отклонение до 15°, позволяющее до конца выполнить элемент. Производится маленькая сбавка, если это отклонение составляет от 16° до 30°;

- на коне круги и большинство других элементов должны исполняться из и в безупречный упор поперек или продольно с максимальным отклонением до 15°. Каждый раз, когда в упражнении наблюдается определенное отклонение, производится сбавка. Это означает, что судьи бригады Е производят сбавки за косое исполнение кругов, а судьи бригады D не засчитывают элемент, если есть отклонение в 45° и более от правильного положения упора во время исполнения большей части элемента.

12. Для маховых элементов, исполняемых через стойку или в стойку (смотри дополнительно статью 14.2 для перекладины) отклонения от правильного положения наказываются следующим образом:

до 15°	Без сбавки.
16-30°	Мелкая ошибка.
31-45°	Средняя ошибка.
>45°	Грубая ошибка и не засчитывается судьями D.

Примечание: В случае отклонения в конечном положении на 45° и более (или на 90 градусов и более при исполнении элементов с вращением вдоль продольной оси) судьями бригады Е производится сбавка за грубую ошибку, а судьи бригады D не засчитывают выполнение данного элемента. В некоторых случаях неполного выполнения вращения вдоль продольной оси можно засчитать более низкую группу трудности, учитывая количество правильно исполненных вращений.

13. На кольцах, при выполнении маховых элементов в силовую статику или силовых дожиманиях плечи не должны быть выше конечного положения. В противном случае производится сбавка:

- Мелкая ошибка	до 15°
- Средняя ошибка	16-30°
- Грубая ошибка	>30°

- Не засчитывается >45° (судьи бригады D)

14. Все статические элементы должны удерживаться не менее 2 секунд с момента, когда спортсмен принял неподвижное положение. Статические элементы, которые не удерживаются, наказываются судьями бригады E как грубая ошибка и не засчитываются судьями бригады D:

- 2 секунды без сбавки
- Менее 2 секунд средняя ошибка
- Без остановки грубая ошибка и не засчитывается

15. Сбавки за плохое приземление изложены ниже. Правильное приземление - это такое приземление, которое спортсмен был готов выполнить, а не то, которое по счастливой случайности закончилось в положении стоя. Техническое мастерство спортсмена должно быть таковым, чтобы он имел время уменьшить вращение и/или выпрямить туловище перед приземлением.

16. Приземления и соскоки на ноги без ошибок.

Для обеспечения безопасности, спортсмен может приземлиться со стопами врозь (так, чтобы должным образом соединить пятки вместе) после выполнения любого сальто. Спортсмен должен завершить приземление, соединив пятки вместе без перемещения и поднимания передней части стопы. Это делается, приподнимая пятки с мата и соединяя их вместе без поднимания передней части стопы. Руки так же должны находиться под контролем без каких-либо ненужных взмахов.

17. Дополнительные технические сбавки изложены в статье 8, а также в разделах по отдельным снарядам.

Действие (без шагов, подскоков или махов руками)	Результат
Приземление со стопами незначительно врозь и спортсмен, приподнимая пятки, соединяет их вместе без перемещения и поднимания передней части стопы.	Без сбавки
Приземление со стопами незначительно врозь или менее ширины плеч, спортсмен поднимает стопу, чтобы соединить обе ноги вместе или вообще не соединяет ноги вместе приподнимая только пятки.	0.1 сбавка за приземление ноги врозь
Приземление ноги врозь со стопами более ширины плеч, спортсмен поднимает стопу, чтобы соединить обе ноги вместе или вообще не соединяет ноги вместе.	0.3 сбавка за приземление ноги врозь

Примечание: Все другие ошибки исполнения (во время фазы полета или недостаточное выпрямление перед приземлением) должны всегда рассматриваться в дополнение к требованиям приземления, отмеченных выше.

Статья 8.3 Требования к построению композиции упражнения

1. Общие требования к построению композиции упражнения - это аспекты упражнения, которые определяют смысл гимнастического выступления на каждом снаряде. Например: использование всего ковра на вольных упражнениях, исполнение махов без остановок, отсутствие повторов и т.д. Эти требования определены для каждого снаряда в соответствующих статьях Правил.

2. Ошибками в композиции являются следующие моменты, но ими этот вопрос не ограничивается:

- беспричинное разведение ног (средняя ошибка = 0.3 балла производится судьями бригады E).

При выполнении элемента спортсмен не должен допускать разведения ног, если это выполняется без какой-либо определенной цели, - это противоречит эстетике упражнения. Например: выполнение на параллельных брусьях поворота на 180° в стойке на руках или "оберучного" с разведенными ногами не допускается; на перекладине и кольцах нельзя выполнять элементы со скрещенными ногами, на кольцах - "крест", "самолет" и стойку с разведенными ногами. Большинство элементов, при выполнении которых разрешено или необходимо разведение ног, указаны в таблицах групп трудности;

- повтор элементов.

Повторы элементов разрешены, но они не будут учитываться в поощрительных баллах за трудность или соединение. Но судьи бригады Е будут оценивать их как все остальные элементы;

- переход в более низкое положение при махе назад, полумеждумах или полный междумах (средняя или грубая ошибка = 0.3 или 0.5 балла судьями Е):

- полумеждумахом является мах, в конце которого спортсмен не выполняет никакого элемента, не меняет положение упора, виса или хвата (средняя ошибка судьями Е);

- полный междумах состоит из двух следующих друг за другом полумеждумахов (грубая ошибка судьями Е);

- переход в более низкое положение при махе назад представляет собой обычно мах назад в упор или упор на руках, при котором меняется только направление и принимается более низкое положение (даже если при этом происходит смена хвата) (средняя ошибка судьями бригады Е).

- опускание ног на махах в стойку на руках.

Таблица ниже показывает действия судейских бригад при опускании ног во время махов в стойку.

Действия судей бригады Е и судей бригады D	Отклонение от оригинальной позиции
-0.1 мелкая	0-15°
-0.3 средняя	16°-30°
-0.5 грубая	31°-45°
-0.5 грубая и не засчитано	>45°

3. Основные требования к композиции и сбавкам, применяемым на каждом снаряде, описаны в соответствующих статьях.

Статья 8.4 Сбавки, производимые бригадой Е

Сбавки, приведенные в данной таблице, касаются всех снарядов, производятся судьями бригады Е. Специфические для отдельных снарядов ошибки и сбавки изложены в статьях 9-14.

Ошибки	Мелкая 0.1	Средняя 0.3	Грубая 0.5
Ошибки эстетики и исполнения			
Нечеткое положение туловища (в группировке, согнувшись, прогнувшись).	+	+	+
Корректировка положения рук или хвата, каждый раз.	+		
Хожение в стойке или подскоки (за каждый шаг или подскок).	+		
Касание снаряда или пола.	+		
Удар о снаряд или пол.			+

Касание спортсмена страхующим во время исполнения упражнения без оказания ему поддержки.		+	
Остановка в выполнении упражнения без падения.			+
Согнутые руки, ноги, разведенные ноги	+	+	+
Плохая осанка или попытки исправить осанку в конце элемента.	+	+	+
Исполнение сальто с разведенными коленями или ногами.	≤ ширины плеч	> ширины плеч	
Разведенные ноги при приземлении.	≤ ширины плеч	> ширины плеч	
Неуверенность, несущественные исправления положения ступней или чрезмерное размахивание руками при приземлении.	+		
Потеря равновесия во время приземления без падения или опоры руками (максимум -1.0 балл всего за шаги, подскоки)	Маленький шаг или подскок - 0.1 за каждый шаг	Большой шаг или подскок, касание мата 1 или 2 руками	
Падение при выполнении приземления или опора на 1 или 2 руки			1.0
Падение при приземлении без касания мата ступнями			1.0 и не засчитан судьями бригады D
Нетипичное разведение ног		+	
Другие ошибки эстетики	+	+	+
Технические ошибки			
Отклонения при исполнении махов в или через стойку, при исполнении кругов	15°-30°	31°-45°	>45° и не засчитан
Отклонения в статических положениях	до 15°	16°-30°	31°-45° >45° и не засчитан
Выход силой из плохо выполненной статики	Сбавки в соответствии со сбавками за статику (максимально - 0,3)		
Вращение не выполнено полностью	до 30°	31°-60°	61°-90° >90° и не засчитан
Недостаточная высота или амплитуда выполнения сальто и элементов с фазой полета	+	+	
Дополнительная или промежуточная опора рукой	+		
Мах, выполненный силой, или наоборот	+	+	+
Продолжительность остановки в статическом положении (2 сек.)		Менее 2 сек.	Без остановки и не засчитан
Остановка при выполнении подъемов	+	+	+
Опускание ног на элементах в стойку на руках (от оригинальной позиции)	0-15°	16°-30°	31°-45° >45° не

			считать
Две или более попытки принять статическое положение или выполнить силовой элемент		+	+
Неуверенность или потеря равновесия при выполнении стойки	+	Мах или грубое нарушение	Падение
Падение на или со снаряда			1.0
Междумах или переход в более низкое положение при махе назад		Полумеждумах или переход	Междумах
Помощь, оказываемая страхующим при выполнении элемента			1.0 и не засчитан судьями бригады D
Туловище недостаточно выпрямлено в процессе подготовки к приземлению	+	+	
Другие технические ошибки	+	+	+

Часть IV Дополнения

Дополнительные объяснения и интерпретации

1. Текст в таблице трудности является приоритетным над иллюстрациями.

2. Пояснения к статье 6.4 п.5):

- вращения вдоль продольной оси на всех шести снарядах не будут признаны, если они перекручиваются или не докручиваются на 1/4 поворота (90°) по сравнению с определением, данным для соответствующего элемента;

- маховые элементы на всех соответствующих снарядах не будут признаны, если они заканчиваются положением с отклонением на 45° или более от предписанного. На перекладине это означает, например, оборот не касаясь, который выполнен с отклонением от стойки более чем на 45°, не засчитывается судьями бригады D. На параллельных брусьях махом вперед поворот на 180° в упор должен быть выполнен не менее чем 45° над горизонталью, чтобы судьи бригады D засчитали его. Положение прогнувшись, рассматривается, как согнувшись, если в какой-либо момент выполнения элемента наблюдается угол 45° и более.

3. Пояснение к статье 8.1. Правильное выполнение означает, что соответствующий элемент выполнен с определенной позицией тела.

Сюда относятся следующие определения:

- прогнувшись - плечи, бедра и ступни образуют одну прямую линию при выполнении статических элементов, такое же прямое или слегка согнутое впереди или назад положение туловища при выполнении маховых элементов. Если бедра в какой-то момент выполнения элемента согнуты более чем на 45°, засчитывается исполнение элемента, в положении согнувшись;

- согнувшись - колени прямые, бедра согнуты не менее чем на 90°. Неправильным исполнением положения согнувшись считается, если бедра согнуты менее чем на 90° в требуемом положении и/или дополнительно согнуты колени. Если колени в какой-либо момент выполнения элемента образуют угол более чем 45°, засчитывается исполнение элемента в группировке;

- группировка - бедра сильно согнуты, согнутые колени - оба не менее чем на 90° - прижаты к груди. Неправильное положение в группировке - бедра и/или колени согнуты менее чем на 90° в требуемом положении;

- положение прогнувшись, с согнутыми назад на 90° коленями засчитывается как таковое с грубой ошибкой исполнения. В подобном случае элемент может быть не засчитан судьями бригады D;

- положение ноги врозь включает в себя максимальное разведение ног, при котором не нарушается эстетическая и техническая природа элемента;

- любое сальто - в группировке, согнувшись, прогнувшись, ноги врозь - должны выполняться таким образом, чтобы не возникало сомнения относительно положения;

- под стойкой на руках на всех снарядах подразумевается такое положение, при котором тело представляет собой прямую линию без перегиба. На вольных упражнениях при выполнении стойки широко разведенными руками голова спортсмена должна находиться от пола на ширине ладони;

- при выполнении силовых элементов на соответствующих снарядах требуется, в зависимости от элемента, чтобы полностью горизонтальными были руки и/или тело и/или ноги;

- определенные маховые элементы, если они выполнены плохо, можно спутать с другими элементами. Некоторые типичные примеры:

- элементы с вращениями на всех снарядах, которые не докручены или перекручены более чем на 90°;

- конь - переход в упоре поперек с отклонением более чем на 45° и переход в упоре продольно;

- опорный прыжок - переворот вперед с сальто вперед (группа элементов I) и прыжок с 1/4 поворота в первой фазе полета и 1/4 поворота в сальто вперед (группа элементов II).

Во всех подобных случаях спортсмен обязан показать элемент, который стоит у него в программе в четкой и безошибочной манере. Если бы он не смог справиться с этим, то в связи с этим будут произведены большие сбавки со стороны судей бригады E, а элемент не будет засчитан судьями бригады D (или на прыжке к понижению стоимости элемента и, как в примере, приведенном выше, к определению прыжка в группу элементов I);

- исключения возможны, если правильное техническое исполнение элемента требует модификации определения.

4. Пояснения к статье 8.1 п. 5. Эта статья содержит важнейшие для всех судей указания, касающиеся правильного конечного положения элементов с определенными исключениями. В каждом случае судья должен применять свое знание и понимание гимнастической техники. Следующие примеры призваны продемонстрировать это утверждение:

- такие элементы как Ткачев на перекладине, можно исполнять в стойку. Но в настоящее время мы можем пока только говорить о пожелании такого исполнения. В любом случае надо исходить из того, что элемент должен исполняться технически таким образом, чтобы у спортсмена было время подготовиться к возобновлению хвата, чтобы происходило это прямыми руками, и чтобы упражнение было продолжено полноценным махом;

- на кольцах можно выполнить из виса прогнувшись, подъем махом - высокий выкрут. Но это тоже пока только ожидание. Если элемент не заканчивается в стойке на руках, это не влечет за собой сбавку;

- некоторые элементы выполняют специальную функцию или обладают специальным эффектом. Если эта функция выполняется отчетливо и не нарушается эстетичность элемента, можно отказаться от обычных требований к амплитуде;

- на параллельных брусьях можно выполнить махом назад обратный "оберучный" в упор через стойку на руках, но в принципе это другой элемент (приведен в таблице групп трудности), и к нему не должны применяться обычные требования как к обратному "оберучному";

- существует ограниченное количество элементов (согнутые руки во время исполнения стоек силой с прямыми руками на некоторых снарядах, различные углы при выполнении равновесий на вольных упражнениях, промежуточные положения высокого угла и высокого угла Манна на некоторых снарядах, горизонтальный упор и самолет на кольцах), судьейство которых затруднительно для судей. Спортсмены должны выполнять элементы таким образом, чтобы не возникали сомнения, относительно того, какой именно элемент или какое именно положение

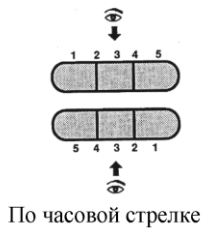
исполнения он выбрал. В противном случае судьи бригады Е могут произвести сбавки, а судьи бригады D не засчитать выполнение элемента.

5. Части коня.

Для помощи в определении кругов и переходов в упоре продольно или упоре поперек части коня обозначаются в соответствии со следующими диаграммами.



Элементы в упоре продольно



Элементы в упоре поперек

