



Оценивание опорного прыжка у гимнасток

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

Статья 9 Опорный прыжок

Статья 9.1 Общее

В зависимости от специальных требований ко дню соревнований, гимнастка должна выполнить один или два прыжка из таблицы прыжков.

1. Максимальная длина разбега 25 метров, измеряется от передней стороны стола до внутренней стороны палки, прикрепленной к концу дорожки.

2. Прыжок выполняется с разбега и с отталкиванием от мостика двумя ногами:

- лицом к коню или;

- спиной к коню.

3. Прыжки с отталкиванием от моста и/или с приземлением боком не разрешаются.

4. Все прыжки должны выполняться с отталкиванием двумя руками от прыжкового стола.

5. Гимнастка должна использовать "мат безопасности" предоставленный организаторами соревнований для прыжков с рондата фляка в 1й фазе полета.

Использование мата для рук разрешается только для прыжков Юрченко.

6. У всех прыжков есть номер.

7. Перед выполнением прыжка гимнастка должна показать номер планируемого прыжка (вручную, или на электронном табло).

8. После включения зеленого света или сигнала судьи D1 на опорном прыжке, гимнастка должна выполнить первый прыжок и затем вернуться к концу дорожки для разбега и показать номер второго прыжка.

9. Начиная с отталкивания от мостика, оцениваются следующие фазы прыжка:

- 1-ая фаза полета;

- фаза отталкивания;

- 2-ая фаза полета и приземление.

Статья 9.2 Попытки

Разрешаются следующие попытки, со сбавкой 1.00 за попытку без исполнения прыжка (если гимнастка не коснулась мостика или снаряда).

1. Когда требуется 1 прыжок, разрешается вторая попытка со сбавкой.
2. Третья попытка не разрешается.
3. Когда требуется 2 прыжка, разрешается третья попытка со сбавкой.
4. Четвертая попытка не разрешается.

Судьи бригады D сделают сбавки из окончательной оценки выполненного прыжка.

Статья 9.3 Группы прыжков

Прыжки классифицированы в следующие группы:

| | |
|----------|---|
| Группа 1 | Прыжки без исполнения сальто (перевороты вперед, Ямасита, с рондата) с или без вращения вокруг продольной оси в 1-й и/или во 2-й фазе полета. |
| Группа 2 | Перевороты вперед с/без поворота на 1/1 (360°) в 1-й фазе полета - сальто вперед или назад с/без вращения вокруг продольной оси во 2-й фазе полета. |
| Группа 3 | Перевороты вперед с поворотом на 1/4 - 1/2 (90°-180°) в 1-й фазе полета (Цукахара) - сальто назад с/без вращения вокруг продольной оси во 2-й фазе полета. |
| Группа 4 | С рондат фляка (Юрченко) с/без поворота на 3/4 (270°) вокруг продольной оси в 1-й фазе полета - сальто назад с/без вращения вокруг продольной оси во 2-й фазе полета. |
| Группа 5 | С рондат фляка с поворотом на 1/2 (180°) в 1-й фазе полета - сальто вперед или назад с/без вращения вокруг продольной оси во 2-й фазе полета. |

Информация об изменениях:

Статья 9.4 изменена. - Приказ Минспорта России от 19 февраля 2019 г. N 134

Статья 9.4 Требования

1. Номер планируемого прыжка должен быть показан до его исполнения (на электронном табло или вручную).
2. В квалификационных соревнованиях, в командных финальных соревнованиях и в соревнованиях многоборья: требуется выполнить один прыжок.

3. В квалификационных соревнованиях оценка 1го прыжка идет в зачет командного результата и/или в результат многоборья.

4. Финальные соревнования на опорном прыжке.

Гимнастка желающая принять участие в финальных соревнованиях должна выполнить 2 прыжка в соответствии с правилами финальных соревнований на опорном прыжке.

Финальные соревнования на опорном прыжке

1. Гимнастка должна выполнить два прыжка, выводится средняя окончательная оценка.

2. Прыжки должны быть из разных групп.

3. Должны показать разную 2ую фазу полета.

Вывод окончательной оценки:

(Оценка первого прыжка + оценка второго прыжка) / 2 = окончательная оценка.

Пример:

1. Если 1-й прыжок из группы 4: рондат фляк сальто прогнувшись с поворотом на 2 1/2 (900°), то 2-й прыжок можно выполнить: Цукахара прогнувшись с поворотом на 2/1 (720°) или переворот вперед - поворот 1/1 во 2-й фазе полета;

2. Если 1-й прыжок из группы 2: переворот вперед сальто вперед, то на 2-й прыжок можно выполнить:

- Рондат фляк сальто прогнувшись или;

- Цукахара согнувшись.

Статья 9.4.1 Ограничительные линии (коридор)

Ориентиром для сбавок за отклонения при приземлении от прямого направления является размеченный коридор (линии) по центру мата для приземления. Гимнастка должна приземлиться и закончить прыжок в устойчивом положении в этой зоне.

Судья D1 (с письменным сообщением от судьи на линии) производит следующие сбавки за отклонение от прямого направления:

- приземление или шаг за линию коридора одной ногой/рукой (частью ноги/руки) 0.10;

- приземление или шаг за линию коридора двумя ногами/руками (частью ног/рук) 0.30.

Статья 9.4.2 Специфические сбавки (судьи бригады D)

Из окончательной оценки выполненного прыжка

1. Разбег длиннее, чем 25 м - 0.5 балла.

2. Попытка без выполнения прыжка - 1.00 балл.

3. Касание прыжкового стола одной рукой (сбавка из окончательной оценки) - 2.00 балла.

В квалификационных соревнованиях для финала в отдельных дисциплинах и в финальных соревнованиях в отдельных дисциплинах:

- когда выполнен один прыжок;

- когда один из прыжков получает "0" (смотри статью 9.4.3).

Оценка:

Оценка выполненного прыжка / 2 = окончательная оценка.

Когда два прыжка не из разных групп или без разных 2х фаз полета

Оценка:

$\{(\text{окончательная оценка 1го прыжка}) + (\text{окончательная оценка 2го прыжка} - 2.00 P)\} / 2 = \text{окончательная оценка.}$

Статья 9.4.3 Прыжки считаются недействительными (оценка 0.00)

1. Разбег с касанием мостика или стола, и без исполнения прыжка.

2. Выполнение, прыжка без касания прыжкового стола.

3. Выполнение, прыжка без мата безопасности для прыжков с рондата фляка в 1-й фазе полета.

4. Страховка (касание гимнастки).

5. При приземлении не на ступни.

6. Прыжок выполнен так плохо, что его невозможно определить или гимнастка оттолкнулась от стола ногами.

7. Выполнение недопустимого прыжка (ноги врозь, недопустимый элемент перед мостиком, задуманное приземление боком).

8. Второй прыжок повторяет первый прыжок в квалификации или в финальных соревнованиях в отдельных дисциплинах.

Примечание: "0" баллов выставляют судьи бригады D, судьи бригады E не оценивают прыжок.

Если прыжок получил оценку 0.0, производится видеоповтор (если есть такая возможность) судьями бригады D и заместителем главного судьи соревнований.

Статья 9.5 Вывод оценки

Судьи бригады D: вводят трудность прыжка и показывают на табло судьям бригаде E символ выполненного прыжка (если он отличается от показанного прыжка). Оценка 1-го прыжка должна быть показана до того как гимнастка выполнит 2-й прыжок.

Статья 9.6 Специфические сбавки за исполнение (судьи бригады E)

| Ошибки | 0.10 | 0.30 | 0.50 |
|---|--------------|------|------|
| Первая фаза полета | | | |
| - За недостаточные градусы поворота вдоль продольной оси в фазе полета: | | | |
| - группа 1 с поворотом на 1/2 (180°) группа 4 с поворотом на 3/4 (270°) | ≤45° >45° | ≤90° | |
| - группа 1 или 2 с поворотом на 1/1 (360°) | ≤45° | ≤90° | >90° |
| Плохая техника | | | |
| - Угол в тазобедренном суставе | X | X | |
| - Непрохождение положения вертикали | X | | |
| - Прогибание | X | X | |
| - Согнутые колени | X | X | X |
| - Разведенные ноги или колени | X | X | |
| Фаза отталкивания | | | |
| - Плохая техника | | | |
| - Поочередная постановка рук в прыжках выполняемых вперед из Группы 1, 2 и 5. (за исключением сальто вперед прогнувшись с поворотом вдоль продольной оси) | X | X | |
| - Угол в плечах | X | X | |
| - Нет прохождения положения вертикали | X | | |
| - Поворот вдоль продольной оси начат слишком рано (на столе) | X | X | |
| - Согнутые руки | X | X | X |
| Вторая фаза полета | | | |
| - Чрезмерный курбет | X | X | |
| - Высота | X | X | X |
| - Точность поворотов вокруг продольной оси (включает Куэрво) | X | | |
| - Положение тела | X | | |
| - Неспособность сохранять прямое положение тела | X | X | |
| - Недостаточное и/или позднее раскрытие (прыжки в группировке и согнувшись) | X | X | |
| - Согнутые колени | X | X | X |
| - Разведенные ноги или колени | X | X | |

Недокручивание сальто

| | | | |
|---------------------|--------------|---|--|
| - Без падения | X | | |
| - С падением | | X | |
| Длина | | | |
| Недостаточная длина | X | X | |
| Приземление | См. статью 7 | | |