



Оценивание упражнения на бревне

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

Артистичность

Исполнение упражнения с артистичностью

При исполнении упражнения с артистичностью гимнастка превращает хорошую композицию в "представление". В этом упражнении она должна показать творчество, уверенность, индивидуальный стиль и безупречную технику.

Артистичность это не "что" выполняет гимнастка, а "как" она выполняет.

Композиция и хореография

Композиция упражнения на бревне состоит из комплекса элементов выполняемых гимнасткой, а также хореографией этих элементов, то есть, распределением гимнастических и акробатических элементов по бревну с хорошим ритмом и вариацией темпа. Композиция должна балансировать сложные элементы с артистичностью, чтобы создать связанное упражнение.

Структура и композиция упражнения включают:

1. богатый и разнообразный выбор элементов из различных групп таблицы элементов;
2. различные уровни (стоя и на бревне);
3. изменения в направлении (вперед, назад, боком);
4. изменения в ритме и темпе;
5. творческие и оригинальные движения, связки и переходы;

Структура и композиция это "что" выполняет гимнастка.

Ритм и темп

Ритм и темп должны меняться, иногда быть быстрыми, иногда медленными, но в основном динамичными и без остановок.

Переход между движениями должен быть гладким и плавным:

- без ненужных остановок или,
- долгих подготовительных движений перед элементами.

Упражнение не должно быть комплексом отдельных элементов.

Статья 11.1 Общее

Судейство упражнения начинается с момента отталкивания от мостика или матов. Дополнительные подставки (например, доска под мостиком) не разрешаются.

Наскоки.

1. Если гимнастка при первой попытке касается мостика или снаряда:
 - сбавка -1.00;
 - она должна начать упражнение;
 - не дается ДВ за наскок;
 - делается сбавка "наскок не из таблицы элементов".
 2. Второй разбег для наскока разрешается (со сбавкой), если гимнастка при первой попытке не коснулась мостика или снаряда - сбавка -1.00.
 3. Третья попытка не разрешается.
- Судьи бригады D делают сбавку из окончательной оценки.

Информация об изменениях:

Раздел изменен. - Приказ Минспорта России от 19 февраля 2019 г. N 134

Хронометраж

Длительность упражнения на бревне не должна превышать 1:30 мин (90 секунд).

1. Судья по времени 1 (хронометристка) включает секундомер, когда гимнастка отталкивается от мостика или мата. Секундомер останавливается, когда гимнастка касается матов после окончания упражнения.
2. За десять (10) секунд до истечения максимального времени и по истечении максимального времени (1.30) дается сигнал (гонг) означающий, что упражнение должно быть закончено.
3. Если гимнастка, приземляется после соскока в момент второго сигнала, сбавка не производится.
4. Если гимнастка приземляется после второго сигнала, производится сбавка за превышение времени.
5. Если длительность упражнения более 1:30 мин (90 сек), производится сбавка за превышение времени -0.10.
6. Элементы, выполненные после 90 секунд, засчитываются судьями бригады D и оцениваются судьями бригады E.
7. Судья-хронометрист подает письменное сообщение о превышении времени судьям бригады D, которые делают сбавку из окончательной оценки.

Пауза при падении

1. В случае падения возможна пауза в выполнении упражнения на десять (10) сек.
2. Судья-хронометрист, включает секундомер в тот момент, когда гимнастка встает на ноги после падения.
3. Время паузы фиксируется отдельно и не включается в общее время упражнения.
4. Пауза заканчивается, когда ступни гимнастки отрываются от матов, чтобы встать на бревно.
5. Хронометраж упражнения продолжается судьей-хронометристкой 1 с момента первого движения гимнастки на бревне (движение которое продолжает упражнение).
6. Время паузы при падении будет показано в секундах на табло. По истечении 10 секунд подается сигнал (гонг).
7. Если гимнастка не встала на бревно в течение 10 секунд - сбавка 0.30 балла.
8. Если гимнастка не встала на бревно в течение 60 секунд - упражнение считается оконченным.

Статья 11.2 Содержание и построение упражнения

Максимум 8 сложнейших элементов, включая соскок засчитываются в ДВ.

Состав 8 элементов должен быть минимальным:

- 3 танцевальных;
- 3 акробатических;
- 2 элемента по выбору.

Информация об изменениях:

Статья 11.3 изменена. - Приказ Минспорта России от 19 февраля 2019 г. N 134

Статья 11.3 Требования к композиции (СР) - судьи бригады D 2.0 Б

Специальные требования:

1. Одна связка из минимум 2х разных танцевальных элементов: (один из которых, прыжок в шпагат разведение ног 180° вдоль или поперёк) - 0,5.
2. Поворот группа 3 - 0.5.
3. Одна акробатическая связка, минимум 2 элемента с фазой полета*, - 0.5. один из элементов сальто (элементы могут быть одинаковыми).
4. Элементы в различных направлениях (вперед/боком и назад). - 0.5.
Элементы с фазой полета могут быть с или без опоры.

Примечание:

- СР 1-4 должны быть выполнены на бревне;
- Кувырки, стойки и удержания не могут быть использованы для выполнения СР.

Статья 11.4 Надбавки за соединения (СВ) - и соединения-бонус (СБ)

Судьи бригады D

1. Прямые соединения могут получить надбавки.
2. Надбавки СВ и за соединения добавляются в оценку D.
3. Надбавки за соединения даются за связки трех или больше акробатических элементов.

Формулы для прямых соединений

Акробатические	
0.10	0.20
2 акробатических элемента с фазой полета, включая наскок и соскок (мин. F). Все соединения должны быть выполнены с отскоком	
С + С В + Е	*С / D + D (или сложнее) В + D (Оба элемента вперед) В + F
Надбавки за соединения (СБ) +0.10 Р. Дается за танц./смешанные и акросоединения (с и без отскока) В + В + С и сложнее в любом порядке, включая наскок и соскок (мин. С). Надбавка дополнительна к СВ. Пример 1: В + В + С = +0.10 надбавка СБ	

D + B + C = +0.10 надбавка СБ

C + C + C

CV+0.1 CV+0.1

Пример

+0.10 надбавка за соединение

Сумма СВ + надбавка за соединение = 0.30

* Соединения с отскоком развивают скорость в одном направлении.

- Приземление (на две ноги) с первого элемента с полетом (с или без опоры руками) и сразу же отскок на второй элемент или,

- Приземление с первого элемента на одну ногу, подставить свободную ногу и сразу же отскок двумя ногами на второй элемент.

** В соединениях более 2х элементов можно использовать акробатические элементы без фазы полета (кроме "удержаний") чтобы получить СБ.

Танцевальные и смешанные (только акробатические с полетом), кроме соскока

C + C или сложнее

A + C (только повороты)

B + D (смешанные)

D + A (сальто в равновесие на 1ой ноге)

(в этом порядке без шага) D (сальто) + A (танцевальный.)

D + D или сложнее

Примечание: Повороты могут выполняться на той же опорной ноге или с шагом в поворот на другой ноге (разрешается небольшое деми-плие на одной или двух ногах).

Следующие элементы группы В с фазой полета и опорой могут выполняться 2 раза в упражнении и/или соскоке для получения СВ и СБ, но не будут засчитываться 2ой раз для СР:

1. Фляк с приземлением на две ноги.
2. Фляк с приземлением на одну ногу.
3. Ауэрбах фляк.
4. Рондат.
5. Темповой переворот вперед.

Статья 11.5 Сбавки за артистичность и хореографию (судьи бригады Е)

Ошибки	0.10	0.30	0.50
Артистичность			
Недостаточная артистичность, включая:			
- Уверенность,			
- Индивидуальный стиль	X		
Ритм и темп	X		
- Недостаточная вариация в ритме и темпе движений (не в ДВ)	X		
- Исполнение всего упражнения как комплекс отдельных элементов	X		
Композиция			


- Наскок без ДВ	X		
Недостаточное использование всего бревна:			
- Недостаточное использование длины бревна	X		
- Нет движений боком (без ДВ)	X		
- Отсутствие движения близко к бревну	X		
- Недостаточная сложность или оригинальность движений	X		
Использование однообразных элементов			
- Больше чем один поворот на 180 на 2х ногах	X		
Нет соскока (судьи бригады D)			X

Статья 11.6 Специфические сбавки на снаряде (судьи бригады E)

Ошибки	0.10	0.30	0.50 или больше
- Неправильный ритм при исполнении соединений (с ДВ)	X		
Чрезмерная подготовка	каждый		
Перестановка (ненужные шаги и движения)	X		
- Пауза (2 сек.)/чрезмерная подготовка перед элементами	каждый X		
- Чрезмерные махи руками перед танцевальными элементами	каждый X		
- Плохая осанка во всем упражнении			
- Стопы не натянуты, расслаблены, косолапые	X		
- Осанка, положение головы	X		
- Недостаток движений в релее	X		
- Амплитуда (ширина движений)	X		
- Дополнительная опора одной ногой о Бревно		X	
- Не выполнены технические требования к исполнению элемента из за дополнительной опоры		X	
- Хват за бревно для того, чтобы не упасть			X
- Дополнительные движения тела для сохранения равновесия	X	X	X
- Не было попытки выполнения соскока (D)			X

* Соскоки с падением:

1. если сальто (соскок) не началось (не было начала вращения), и гимнастка падает или,
2. не было попытки выполнения соскока (приземление на ноги или падение после приземления на ноги).

Пример 1:  и прыжок с бревна.

Оценка:

- нет СР (судьи бригады D);
- нет ДВ - засчитать только 7 элементов (судьи бригады D);
- 0.50 нет попытки выполнения соскока (судьи бригады D);
- падение -1.00 или сбавки за приземление если нет падения (судьи бригады E).

3. Если гимнастка начала вращение на сальто и упала:

Пример 2:  гимнастка начала сальто, потом упала без приземления на ноги.

Оценка:

- нет СР (судьи бригады D);
- Нет ДВ - засчитать только 7 элементов (судьи бригады D);

- Падение -1.00 (судьи бригады Е).

Статья 11.7 Примечания

Падения - гимнастка должна приземлиться на бревно ступнями или туловищем, чтобы получить ДВ за выполнение акробатических и танцевальных элементов.

1. При приземлении на одну или две ноги или в предписанное положение на бревне - ДВ засчитывается.

2. Без приземления на одну или две ноги или в предписанное положение на бревне - ДВ не засчитывается (можно повторить элемент, чтобы получить ДВ).

Наскоки

1. Перед наскоком на бревно разрешается выполнить только один акробатический элемент.

2. Наскоки типа "кувырок, стойка на руках, статические элементы" могут выполняться и упражнении, но ДВ элемента засчитывается только один раз.

Статические элементы


1. Для получения ДВ при выполнении статических элементов требуется сохранять положение не менее 2-х секунд (стойки без поворотов). Если при выполнении элемента не была сохранена стойка на руках в течение 2-х секунд, и такого элемента нет в таблице элементов, то засчитывается трудность на одну группу ниже (стойка или положение статического элемента должно быть выполнено).

2. Для получения СР, надбавки за соединение (СВ) и СБ (соединения-бонус) статические акробатические элементы могут быть выполнены последним элементом в акробатических или смешанных сериях.

3. Если при выполнении элементов  и  гимнастка не держит стойку 2 секунды, то трудность этих элементов понизится на одну группу.

4. Если гимнастка выполняет тот же элемент второй раз в упражнении и держит стойку 2 секунды - ДВ не дается.

Оноди Тик Так

-  может быть выполнен только последним элементом в акробатической серии, чтобы выполнить СР "акробатическое соединение" и для СВ;

- может быть выполнен как любой элемент в СБ;

- Засчитывается таким же элементом как Оноди.