

FEDERATION INTERNATIONALE DE GYMNASTIQUE



FONDEE 1881

---

**ПРАВИЛА  
ПО ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ  
2013-2016**



**Технический комитет  
по художественной гимнастике**

Официальным является текст на английском языке

*Version September 19, 2012*

Approved by the FIG Presidential Commission on September 19, 2012  
An update including minor amendments and clarifications will be published after the  
Intercontinental Judges Course

# FEDERATION INTERNATIONALE DE GYMNASTIQUE



FONDEE 1881

## СОДЕРЖАНИЕ

	Стр.
<b>ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ</b> .....	<b>3</b>
<b>1. СОРЕВНОВАНИЯ И ПРОГРАММА</b> .....	<b>3</b>
1.1. Официальные Чемпионаты по художественной гимнастике и Программа Соревнований .....	3
1.2. Программа для Индивидуальных упражнений.....	3
1.3. Программа для Групповых упражнений .....	3
1.4. Хронометраж .....	3
1.5. Музыка .....	3
<b>2. СУДЕЙСКИЕ БРИГАДЫ</b> .....	<b>4</b>
2.1. Состав Судейских Бригад – Официальные Чемпионаты и другие соревнования.....	4
2.2. Распределение и подсчет оценок.....	4
2.3. Международные Турниры.....	4
2.4. Инструктаж судей.....	4
<b>3. ПЛОЩАДКА</b> (Индивидуальные и Групповые Упражнения).....	<b>5</b>
<b>4. ПРЕДМЕТЫ</b> .....	<b>5</b>
4.1. Нормы – Контроль.....	5
4.2. Размещение предметов рядом с площадкой – Запасные предметы.....	5
4.3. Предмет ломается или цепляется за конструкцию потолка.....	6
<b>5. СПОРТИВНАЯ ФОРМА ГИМНАСТОВ</b> (Индивидуальные и Групповые Упражнения).....	<b>6</b>
<b>6. ДИСЦИПЛИНА</b> (Гимнастов и Тренеров).....	<b>7</b>
<b>ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ</b> .....	<b>8</b>
<b>1. ТРУДНОСТЬ (D)</b> .....	<b>8</b>
1.1. Трудность тела.....	8
1.2. Комбинация танцевальных шагов.....	10
1.3. Фундаментальные и другие Технические группы движений предметами.....	10
1.4. Динамические элементы с Вращением и броском .....	12
1.5. Преакробатический элемент.....	13
1.6. Мастерство владения предметом.....	14
1.7. Оценка Трудности упражнения (D).....	15
1.8. Сбавки судей D.....	15
1.9. Таблицы Трудностей.....	15
<b>2. ИСПОЛНЕНИЕ (E)</b> .....	<b>20</b>
2.1. Артистический компонент Исполнения.....	20
2.2. Технические ошибки Исполнения.....	21
2.3. Сбавки за ошибки Исполнения (Артистические и Технические).....	21
2.4. Оценка Исполнения (E).....	24
<b>ГРУППОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ</b> .....	<b>25</b>
<b>1. ТРУДНОСТЬ (D)</b> .....	<b>26</b>
1.1. Трудность (D).....	26
1.1.1. Трудность без обмена (Трудность тела).....	26
1.1.2. Трудность с Обменом.....	26
1.2. Комбинация танцевальных шагов .....	27
1.3. Динамические элементы с Вращением и броском.....	27
1.4. Элементы Сотрудничества между гимнастками с и без Вращения тела.....	27
1.5. Оценка Трудности упражнения(D).....	30
1.6. Сбавки Судей D .....	30
<b>2. ИСПОЛНЕНИЕ (E)</b> .....	<b>31</b>
2.1. Артистический компонент.....	31
2.2. Сбавки за ошибки Исполнения (Артистические и Технические).....	32
2.3. Оценка Исполнения (E).....	35
<b>ПРИЛОЖЕНИЕ</b> .....	<b>36</b>

## ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

### 1. СОРЕВНОВАНИЯ И ПРОГРАММА

#### 1.1. ОФИЦИАЛЬНЫЕ ЧЕМПИОНАТЫ ПО ХУДОЖЕСТВЕННОЙ ГИМНАСТИКЕ И ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ (см. Технический Регламент, Раздел 1 и Раздел 3)

#### 1.2. ПРОГРАММА ДЛЯ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЙ

- 1.2.1. Программа для индивидуальных упражнений сеньорок и юниорок, как правило, состоит из 4 упражнений.
- 1.2.2. Продолжительность каждого упражнения от 1'15" до 1'30".

#### 1.3. ПРОГРАММА ДЛЯ ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ

- 1.3.1. Программа для групповых упражнений сеньорок обычно состоит из 2 упражнений: первое – с одним типом предметов, второе – с разными типами предметов.
- 1.3.2. Программа для групповых упражнений юниорок обычно состоит из 2 упражнений, каждое с одним типом предметов.
- 1.3.3. Продолжительность каждого упражнения от 2'15" до 2'30".

#### 1.4. ХРОНОМЕТРАЖ

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

**Сбавка Судьи-Координатора:** 0.05 балла за каждую лишнюю или недостающую секунду.

#### 1.5. МУЗЫКА

- 1.5.1. Все упражнения должны полностью выполняться с музыкальным сопровождением. Допускаются короткие произвольные паузы, продиктованные композицией.
- 1.5.2. Гимнастке/группе разрешается повторить упражнение только в случае «форс-мажорной» ошибки со стороны страны-организатора соревнований и подтвержденной Высшим жюри (например: отключение электричества, неисправность звуковой аппаратуры), воспроизведение не соответствующей упражнению музыки и т.д.)
- 1.5.3. Музыка может исполняться на одном или нескольких инструментах или музыкантом, а также голосом, используемым как музыкальный инструмент. Разрешены все инструменты при условии, что они выражают музыку со всеми характерными особенностями, необходимыми для сопровождения упражнения по художественной гимнастике – ясно и структурно четко.

\* Только одно упражнение может быть выполнено под музыку с голосом и словами (в соответствии с этическими нормами) в соревнованиях по Групповым упражнениям и одно упражнение - в Индивидуальной программе. Тренер должен указать, в каком именно упражнении используется музыка с голосом и словами и записать это в официальной D карточке (см. Приложение стр.42, 43).

**Сбавка Судьи по Трудности (D):** 0.50 балла за исполнение более одного упражнения под музыку с голосом и словами.

\* **Примечание:** ТК/ХГ ФИЖ после Чемпионата мира 2013 примет решение относительно дальнейшего использования музыкального сопровождения упражнений с голосом и словами.

- 1.5.4. Музыка должна иметь цельный и законченный характер (разрешена аранжировка). Бессвязное соединение разных музыкальных фрагментов не допускается.
- 1.5.5. Не разрешается использовать не типичную для художественной гимнастики музыку/ звуки (например: слова, сирены, шум двигателя автомобиля и т.п.)
- 1.5.6. Каждое упражнение должно выполняться под высококачественную запись на CD. Перед музыкой разрешается записать звуковой сигнал. Для каждого упражнения следует использовать отдельный CD (если музыкальное сопровождение не осуществляется музыкантом).
- 1.5.7. На каждом CD должна быть записана следующая информация:
  - фамилия гимнастки,
  - страна (3 заглавные буквы, используемые ФИЖ для обозначения страны, которую представляет гимнастка),

символ предмета,  
фамилия автора(ов) и название музыкального произведения(ий),  
продолжительность музыки.

**Сбавка Судьи-Координатора:** 0.50 балла за музыку, не соответствующую требованиям.

## 2. СУДЕЙСКИЕ БРИГАДЫ

### 2.1. СОСТАВ СУДЕЙСКИХ БРИГАД – Официальные Чемпионаты и другие соревнования

#### 2.1.1. ВЫСШЕЕ ЖЮРИ

(см. Технический Регламент, Раздел 1 и Раздел 3)

#### 2.1.2. СОСТАВ СУДЕЙСКИХ БРИГАД ДЛЯ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ И ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ:

Каждое жюри (в индивидуальных и в групповых упражнениях), состоит из 2 групп судей:  
Трудность и Исполнение.

##### Трудность (D)

4 D судьи оценивают Трудность упражнения

Трудность (D): 4 судьи, средняя из 2 центральных оценок

+ 2 Рефери судьи для Чемпионатов мира/Олимпийских игр и других Мультиспорт Игр, перечисленных в Техническом регламенте, Раздел 4.11.4.1 А.

##### Исполнение (E)

5 судей + 2 Рефери судьи для Чемпионатов мира/Олимпийских игр и других Мультиспорт Игр, перечисленных в Техническом регламенте, Раздел 4.11.4.1 А.

4-5 судей для международных соревнований

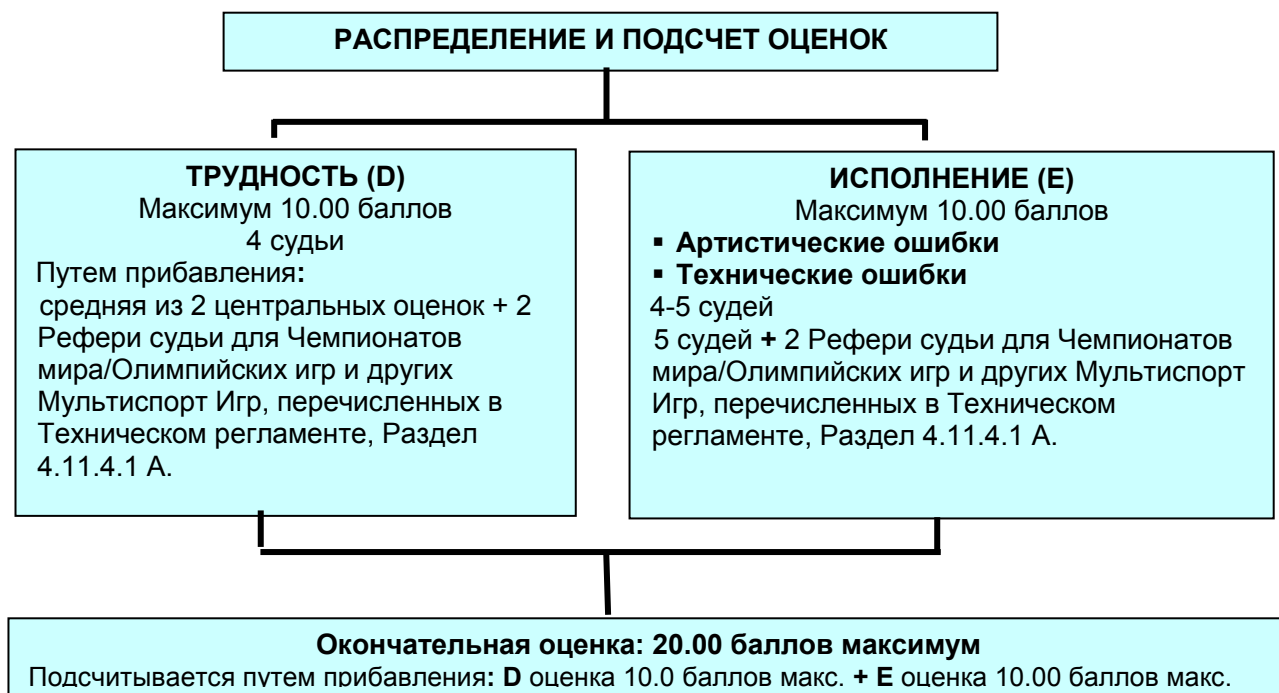
Итоговая оценка E (путем вычитания) 5 судей: средняя из 3 центральных оценок

Итоговая оценка E (путем вычитания) 4 судей: средняя из 2 центральных оценок

#### 2.1.3. СУДЬЯ №1 БРИГАДЫ (D) ЯВЛЯЕТСЯ СУДЬЕЙ-КООРДИНАТОРОМ

- Судья-Координатор (D1) применяет сбавки, указанные в Приложении.
- Высшее Жюри должно утвердить сбавки Судьи-Координатора.

### 2.2 РАСПРЕДЕЛЕНИЕ И ПОДСЧЕТ ОЦЕНОК (Примечание: для гимнасток-юниорок см. Приложение)



#### 2.2.1. ПРОТЕСТЫ (См. Технический регламент, Раздел 1, п. 8.4.)

### 2.3. МЕЖДУНАРОДНЫЕ ТУРНИРЫ

2.3.1. Каждой судейской бригаде помогает Судья-координатор (см. п. 2.1.4).

2.3.2. Присутствие нейтрального судьи, выполняющего обязанности Высшего жюри, обязательно.

2.3.3. Турнир, в котором большинство судей представляют страну-организатора, не засчитывается для оценки работы судей.

## 2.4. ИНСТРУКТАЖ СУДЕЙ

- Перед каждым официальным Чемпионатом ФИЖ Техком должен провести совещание, чтобы проинформировать участвующих судей об организации судейства.
- Перед каждым другими Чемпионатами или турнирами такое совещание должен провести Оргкомитет.

## 3. ПЛОЩАДКА

### 3.1. ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ И ГРУППОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

3.1.1. Выход за границы установленной регламентом площадки с опорой вне площадки: предмета, одной или обеих стоп, какой-либо части тела; выход предмета за площадку и самопроизвольное его возвращение наказываются сбавкой.

- **Сбавка** Судьи-Координатора: 0.30 балла каждый раз для гимнастики в индивидуальном упражнении для каждой допустившей ошибку гимнастики группы или для предмета каждый раз.

**Нет Сбавки** в случае выхода предмета за площадку (в результате его потери на последнем движении) после окончания упражнения и музыки.

**Судья на линии** должен поднять флаг в случае выхода предмета или какой-либо части тела гимнастики за площадку и должен поднять 2 флага, если за площадку выходят предмет и часть тела гимнастики; должен записать сбавку в специальную карточку и передать карточку Судье-Координатору.

3.1.2. Сбавка не применяется, если предмет выходит за пределы площадки, не касаясь пола.

3.1.3. Каждое упражнение должно полностью выполняться на одной и той же площадке.

- **Сбавка** Судьи-Координатора: 0.30 балла, если гимнастка или каждая гимнастка группы меняет площадку, или заканчивает упражнение вне пределов той же площадки, или уходит с площадки во время упражнения
- **Судья на линии** должен поднять флаг, если гимнастка или каждая гимнастка группы меняет площадку, или заканчивает упражнение вне пределов той же площадки, или уходит с площадки во время упражнения; должен записать сбавку в специальную карточку и передать карточку Судье-Координатору.

## 4. ПРЕДМЕТЫ

### 4.1. НОРМЫ - КОНТРОЛЬ

4.1.1. Характеристики всех предметов приводятся в Нормах ФИЖ для гимнастических предметов.

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

4.1.3. Все предметы должны пройти контроль до входа гимнастики/группы в зал соревнований. Другой контроль может быть произведен после окончания упражнения по требованию Высшего жюри.

4.1.4. За любое использование предмета, не соответствующего нормам:

**Сбавка** Судьи-Координатора: 0.50 балла в индивидуальном и групповом упражнениях.

### 4.2. РАЗМЕЩЕНИЕ ПРЕДМЕТОВ РЯДОМ С ПЛОЩАДКОЙ – ЗАПАСНЫЕ ПРЕДМЕТЫ

4.2.1. Разрешается размещение вокруг площадки запасных предметов:

Оргкомитет должен разместить комплект одинаковых предметов (полный комплект предметов, необходимых индивидуальным гимнастками или группе в соревнованиях) вдоль 3 из 4 сторон ковра (не используя линию входа на ковер)

Гимнастка может использовать только тот запасной предмет, который был размещен рядом с площадкой до начала упражнения.

**Сбавка** Судьи-Координатора: 0.50 балла за каждый дополнительный предмет.

4.2.2. Разрешается использование запасного предмета, если при падении предмет выходит за пределы площадки.

**Сбавка** Судьи Исполнения (Е): 0.70 балла за потерю предмета с выходом его за пределы площадки, независимо от расстояния между гимнасткой и запасным предметом.

**Сбавка** Судьи-Координатора: 0.30 балла за выход предмета за пределы площадки

**Судья на линии** должен поднять флаг в случае выхода предмета за пределы площадки и должен записать сбавку в специальную карточку и передать карточку Судье-Координатору.

4.2.3. Если при падении предмет **выходит** за пределы площадки и его возвращает гимнастке

официальный представитель или кто-то из публики, то производится сбавка:

**Сбавка** Судьи-Координатора: 0.50 балла за неразрешенный возврат предмета.

4.2.4.. Не разрешается использование запасного предмета, если предмет при падении **не выходит** за пределы площадки.

- **Сбавка** Судьи Исполнения (Е): 0.70 балла за потерю предмета.
- **Сбавка** Судьи-Координатора: 0.50 балла за использование запасного предмета.

#### **4.3. ПРЕДМЕТ ЛОМАЕТСЯ ИЛИ ЦЕПЛЯЕТСЯ ЗА КОНСТРУКЦИЮ ПОТОЛКА**

4.3.1. Если во время упражнения предмет ломается или цепляется за конструкцию потолка, гимнастке или группе не разрешается начинать упражнение заново,

4.3.2. Гимнастка или группа наказываются не за сломанный или зацепившийся за потолок предмет, а только за последующие технические ошибки.

4.3.3. В этом случае гимнастка или группа могут:  
прекратить выполнение упражнения,  
продолжить упражнение, **взяв запасной предмет.**

4.3.4. **Не разрешается продолжать упражнение со сломанным предметом ни гимнастке, ни группе.**

**Сбавки:**

если гимнастка или группа прекращают выполнение упражнения, то упражнение не оценивается;

если гимнастка или группа продолжают выполнять упражнение с запасным предметом, то сбавки такие же, как и за потерю предмета и использование запасного предмета (см. §§ 4.2.2 и 4.2.3);

если гимнастка или группа продолжают выполнять упражнение со сломанным предметом, упражнение не оценивается.

4.3.5. Если предмет ломается в конце упражнения (на последнем движении) и гимнастка или группа заканчивают свое упражнение со сломанным предметом или без предмета, то дается сбавка, как и в случае «Потеря предмета в конце упражнения».

- **Сбавка** Судьи Исполнения (Е): 0.70 балла.

### **5. СПОРТИВНАЯ ФОРМА ГИМНАСТОК**

#### **5.1. ГИМНАСТКИ ИНДИВИДУАЛЬНОГО И ГРУППОВОГО УПРАЖНЕНИЙ**

5.1.1. Гимнастический купальник

Купальник должен быть корректным и непрозрачным; под кружевными вставками должна быть подкладка (зона туловища до груди).

Вырез на спине и груди (декольте) – не более чем до середины грудной кости и не ниже, чем до конца лопаток;

Купальник может быть с рукавами или без (купальники с тонкими бретельками не разрешаются)

Вырез на ногах не должен заходить за паховую складку (максимум).

Купальник должен хорошо облегать фигуру, чтобы дать возможность судьям оценивать правильное положение разных частей тела

Купальники гимнасток группы должны быть из одного материала, одинаковыми по форме, дизайну и цвету. Однако, если купальники выкроены из одной и той же ткани с рисунком, то допускаются небольшие отличия.

5.1.2. Разрешается надевать:

длинные, до щиколоток, колготки на или под купальник;

длинный (до щиколоток) цельный купальник, прилегающий к телу и ногам;

длина и цвет (цвета) ткани колготок должны быть одинаковыми на обеих ногах (эффект «арлекина» не разрешается). Разным может быть только рисунок (покрой или орнамент);

прилегающую к бедрам юбочку, прикрывающую только таз, сверху купальника. или колготок, или длинного цельного купальника;

рисунок (покрой и орнамент) юбки – произвольный, но она должна всегда прилегать к бедрам (эффект балетной «пачки» не разрешается);

гимнастки могут выполнять упражнение босиком или в гимнастических тапочках;

прическа, так же как и декоративная косметика, должна быть аккуратной и скромной.

5.1.3. Не разрешаются любого вида ювелирные украшения и пирсинг, которые могут представлять риск для безопасности гимнасток.

▪ **Сбавки** Судьи-Координатора:

- Не соответствующие регламенту спортивная форма и внешний вид для индивидуальных гимнасток и группы: 0.30 балла.
- Не соответствующие официальным нормам эмблема или реклама: 0.30 балла.

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

- **Сбавка** Судьи Координатора 0.30 балла, если это правило не выполняется.

## **6. ДИСЦИПЛИНА**

### **6.1. ДИСЦИПЛИНА ГИМНАСТОК И ТРЕНЕРОВ**

6.1.1. Индивидуальные гимнастки и шесть (6) гимнасток группы должны являться на место соревнований только после их вызова или через микрофон, или Судьей-Координатором, или когда загорается зеленый сигнал.

▪ **Сбавки** Судьи-Координатора:

- Слишком ранний или поздний выход гимнастки или группы: 0.50 балла.
- Разминка гимнасток в зале соревнований: 0.50 балла.
- Переговоры во время выполнения упражнения между гимнастками группы: 0.50 балла.

6.1.2. Индивидуальные гимнастки и Группы должны выходить на соревновательную площадку и занимать стартовую позицию без задержки или длительных приготовлений предметов, что задерживает соревнования.

**Сбавки** Судьи-Координатора: 0.50 балла (см. Приложение).

6.1.3. Во время выполнения упражнения тренеру гимнастки или группы (или любому другому члену делегации) не разрешается никаким образом общаться с гимнасткой, группой, музыкантом или судьями.


- **Сбавка** Судьи-Координатора: 0.50 балла.



**Общая сумма сбавок вычитается из итоговой оценки.**

## ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ ТРУДНОСТЬ (D)

1. ТРУДНОСТЬ (D) Индивидуальных упражнений складывается из:



В официальной карточке Трудности все элементы композиции (**D**, **S** , **R** , **M**) должны быть записаны в порядке их исполнения.

**1.1. Трудность тела:** в упражнении должны быть представлены Трудности из каждой группы движения тела (мин 2, макс 4 из каждой группы): Прыжки , Равновесия **T**, Вращения 

1.1.1. Каждая **Трудность тела** считается только один раз: либо изолированная, либо в составе Мультипл Трудности, либо в составе Микс Трудности (не может повторяться).

1.1.2. Трудности Вращения: в случае неполного вращения по сравнению с тем, что было заявлено в официальной карточке, Трудность Вращения оценивается исходя из количества выполненных вращений.

1.1.3. **Мультипл Трудность Вращения (Повороты)**

**Все Повороты** считаются как **1 Трудность**



2 или более Вращений **разной** формы

Переход от одного Вращения к другому **без опускания на пятку**



Подсчет ценности: ценность базы 1-ого Поворота + ценность базы 2-ого Поворота (только в случае, если минимальное базовое вращение в каждой форме выполнено без технической ошибки - подпрыгивание или прерывание). **Бонус за соединение не добавляется.**



**Примеры:**



Запись: в официальной карточке после символа каждого поворота указывается

количество вращений: ( 1  2) = 0.20+0.20 = 0.40 балла

В случае невыполнения гимнастикой любой Трудности, входящей в Мультипл Трудность Вращения (невыполнение минимального базового вращения), другие Трудности Вращения, которые выполнены правильно, засчитываются.

~~( 1  1)~~ = 0.00 + 0.10 = 0.10 балла

( 1 ~~ 1~~) = 0.20 + 0.00 = 0.20 балла

( 2  1) = 0.40 (720°) + 0.10 (360°) = 0.50 балла



В случае прерывания Вращения (скольжение или подскок) ценность выполненного Вращения будет засчитана до его прерывания

$$(\text{♯} \text{ 1 } \text{♯}) = 0.20 (360^\circ + \text{подскок}) + 0.00 = 0.20 \text{ балла}$$

В случае прерываний вращения во время перехода от одной формы Трудности к другой (скольжение или подпрыгивание) ценность полностью выполненного Вращения до момента прерывания будет засчитана (но не после момента прерывания вращения)

$$(\text{♯} \text{ 2 } + \text{подпрыгивание} + \text{♯}) = 0.40 + 0.00 = 0.40 \text{ балла}$$

#### 1.1.4. Мультипл Трудность Вращения («Фуэте»)

Считается как **1 Трудность**

2 и более **одинаковых или разных** по форме «Фуэте» соединяются с опусканием на пятку (**бонус за соединение не добавляется**)

Можно выполнять 2 и более «Фуэте» одинаковой формы 1 раз **или комбинацию из разных форм «Фуэте» 1 раз (0,10 балла за соединение не дается)**

Примеры:

$$- (\text{♯} \text{ 221}) = 0.50 \text{ балла}$$

$$(\text{♯} \text{ 221}) = 0.50 \text{ балла}$$

$$(\text{♯} \text{ 222 } \text{♯} \text{ 2}) = 0.80 \text{ балла}$$

#### 1.1.5. Микс Трудность

2 или более различных Трудностей, принадлежащих к одной или разным группам Трудностей тела

**Каждый компонент** считается как **1 Трудность**

Соединения:

- без промежуточного шага ( $\wedge$ )

- с опускания на пятку или без ( $\text{T}$ )

- в случае Вращения ( $\text{♯}$ ) как на плие-релеве, так и с опусканием на всю стопу после релеве, или на различных частях тела в зависимости от типа Вращения.

Каждое соединение **без прерывания движения: + 0.10 балла**

**Пример:** ( $\wedge + \wedge$ ) или ( $\text{T} + \text{T}$ ) или ( $\text{♯} + \text{♯}$ ) или ( $\wedge + \text{T}$ ) или ( $\text{T} + \text{♯}$ ) или ( $\wedge + \text{♯}$ ) и т.п..

**Пример:** ( $\text{♯} \text{ 1 } \text{♯} \text{ 1}$ ) = 0.40 + 0.40 + 0.10 за соединение = 0.90 балла

- В случае невыполнения гимнасткой одной из Трудностей, входящих в Микс Трудность, другие Трудности, которые выполнены правильно, засчитываются, но 0.10 балла за соединение (я) аннулируется.

**Пример:** ( $\text{♯} \text{ 1 } \text{♯} \text{ 1}$ ) = 0.00 + 0.40 + 0.00 за соединение = 0.40 балла

- В случае, если гимнастка выполнила каждую Трудность правильно, но допустила ошибку (подпрыгивание или прерывание) во время соединения Трудностей, ценности обеих Трудностей засчитываются, но 0.10 балла за их соединение (я) аннулируется.

**Пример:** ( $\text{♯} \text{ 1}$  + подпрыгивание +  $\text{♯} \text{ 1}$ ) = 0.40 + 0.40 + 0.00 за соединение = 0.80 балла

#### 1.1.6. «Одинаковая форма»:

Идентичное взаимодействие туловища/ ног/ рук во время всего развития Трудности;

**Повторение одинаковой формы** - вне зависимости от наличия/отсутствия вращения, или переворота, или количества градусов вращения тела, или турляна. или волны – **не засчитывается.**

**Исключение:** серия (макс. 3) одинаковых Прыжков и одинаковых Трудностей Вращения (Повороты), соединенных с опусканием на пятку.

#### 1.1.7. Трудность тела засчитывается при условии, что она выполнена:

**С минимум 1** элементом из Фундаментальных Технических групп, специфических для каждого предмета, и/или элементом из Других Технических групп движений предметами **во время изолированной Трудности** или каждого компонента **Мультипл Трудности Вращения (Повороты) и Микс Трудности;**

**Без** одной или более следующих **значительных технических ошибок**:

- Серьезное нарушение базовых характеристик, присущих каждой группе движений тела.
- Вращения: любые вращения, выполненные после подпрыгивания или перемещения (скольжения) во время вращения (ошибки Исполнения), не засчитываются. Засчитываются только вращения, выполненные до указанных ошибок.
- Потеря предмета во время Трудности, в том числе 1 или 2 булав.
- Потеря равновесия во время Трудности с опорой одной или двумя кистями на пол или на предмет, либо падение.
- Статика предмета.

1.1.8. Трудности, выполненные с более низкой ценностью, чем заявлено в официальной карточке, не засчитываются

Исключение Трудности Вращений: в случае неполного вращения, по сравнению с тем, что было заявлено в официальной карточке, Трудность оценивается исходя из количества выполненных вращений.

Трудности, выполненные с более высокой ценностью, сохраняют ценность, указанную в официальной карточке.

Исполнение Трудности с большей амплитудой, по сравнению с нормой, не меняет ценность, предусмотренную для данной Трудности.

1.1.9. В упражнении гимнастка может выполнить только **одну** Трудность с турляном **на релеве** или на всей стопе. Ценность: 0.10 балла + ценность Трудности (см. Таблицу).

Не разрешается выполнять турляны на колене, на предплечьях и в положении «Казак».

1.1.10. Элементы с вращением тела, такие как перевороты, кувырки и/или полная волна телом, выполненная в положении стоя или лежа на полу (которая не является Трудностью, указанной в таблице) могут быть добавлены до или после Трудности тела при условии, что эти добавленные движения заканчиваются в соответствующей позиции Трудности без прерывания или начинаются без остановки сразу после Трудности. В этом случае символ (☺) и волна (∩) прибавляются **до или после** символа Трудности.

Ценность: 0.10 балла + ценность Трудности.

**Повторение** одинаковых вращений (различными техническими приёмами или из разных исходных положений) **не разрешается**.

В случае если гимнастка повторила одинаковые ☺ или ∩, или не выполнила должным образом ☺ или ∩, Трудность тела засчитывается, аннулируется только ценность (+ 0.10 балла) добавленных элементов.

1.1.11. Трудность движений тела считается связанной с броском предмета:

если бросок предмета выполняется в начале, во время или к концу Трудности;  
если ловля предмета выполняется в начале, во время или к концу Трудности;  
в серии 3 прыжков Трудности возможно выполнить бросок предмета на первом прыжке и ловлю предмета на третьем прыжке. Второй прыжок, выполняемый под броском предмета (без Технического движения предмета), засчитывается как Трудность.

1.2. **Комбинация танцевальных шагов S → Ценность 0.30 балла:** последовательное соединение танцевальных шагов (шаги бального танца, фольклора, модерн и т.п.), которое демонстрирует различные ритмические «рисунки» в сочетании с движениями предметом на протяжении всей комбинации и выполняются:

В течение минимум 8 сек. в точном соответствии с темпом и ритмом музыки

С передачей характера и содержания музыки через пластику движений телом и работу предметом

Частично или все шаги с продвижением

Скоординировано с **Фундаментальными и с Другими Техническими группами (группой) движений предметом:**

- Одинаковыми и/или различными, или в серии
- Без больших бросков (близкое взаимодействие с предметом)
- Требуется минимум 1 Фундаментальная Техническая группа движений предметом,

1.3. **Фундаментальные и Другие Технические группы движений предметами**

Фундаментальные Технические группы движения предметом **должны доминировать в упражнении (более, чем 50%).**

**Сбавка** Судьи по Трудности (D): 0.50 балла за отсутствие доминирования Фундаментальных Технических групп







































Элементы, входящие в Техническую группу движений предметом, могут использоваться




Без ограничений при условии, что они не являются идентичными.

**Примеры:**




- Круги и «восьмерка» – по плоскости выполнения и по амплитуде;
- Нестабильный баланс булав – на различных частях тела;
- Перекаты булав и палочки ленты по различным частям тела.

### 1.3.1. Суммарная таблица Фундаментальных и Других Технических групп движений предметами

Предметы	Фундаментальные Технические группы движений предметами	Другие Технические группы движений предметами
	 Проход прыжком через скакалку, вращающуюся вперед, назад, в сторону	 Вращений скакалки, сложенной вдвое (серия – мин. 3)
	 Проход мелкими прыжками/ скачками через скакалку, вращающуюся вперед, назад, в сторону (серия – минимум 3)	 Вращение раскрытой и натянутой скакалки, удерживаемой за середину или за конец
	 Эшаппе и ловля; Спирали	 Проход над обручем всего тела или части тела
	 Проход через обруч всего тела или части тела	
	 Перекат через мин. 2 сегмента тела  Перекат по полу	 Маленький бросок/ловля
	 Вращения обруча на кисти руки (серия – мин. 3)	
	 Вращения обруча вокруг своей оси: 1 свободное вращение на части тела Серия (минимум 3) вращений на полу	 Движение с выкрутом мяча Вращения кисти вокруг мяча Сопровождаемые маленькие перекаты (серия – минимум 3) ▪ Перекат тела по мячу на полу
	 Перекат через мин. 2 сегмента тела  Перекат по полу	
	 Отбивы: Серия (мин. 3) маленьких отбивов Один большой/ высокий отбив Видимый отбив от части тела	 Маленький бросок/ловля
	 Широкие круговые движения руками в виде 8 с выкрутом мяча и широким движением туловища	 Ловля мяча одной рукой
	 Мельница: мин. 4 круга, которые выполняются каждый раз с отставанием, чередуя скрещенные и не скрещенные запястья/ руки	 <ul style="list-style-type: none"> <li>▪ Свободное вращение 1 или 2 булав на части тела или на полу</li> <li>▪ Перекат 1 или 2 булав по части тела или по полу</li> <li>▪ Отталкивание 1 или 2 булав от тела</li> <li>▪ Движение «соскальзывание»</li> <li>▪ Постукивание</li> </ul>
	 Маленькие круги (серии – минимум 3) обеими булавами	 Маленькие круги (серии – минимум 3) 1 булавой
	 Асимметричные движения 2 булавами должны быть различными по форме или амплитуде, по плоскостям работы или направлениям	 Маленький бросок/ловля 1 булавы
	 Маленькие броски/ ловля с вращением 2 булав одновременно или последовательно	 Броски/ловля 2 булав одновременно  (↑) Ассиметричный бросок/ловля 2 булав
		 Каскадные броски/ловля (двойные или тройные)
	 Спирали (4-5 витков), плотных и одинаковых по высоте	 Бумеранг
	 Спирали по полу	
	 Змейки (4-5 витков), плотных и одинаковых по высоте	


	 Змейки по полу		Вращательное движение палочки ленты вокруг кисти Перекат палочки ленты по части тела Отталкивание палочки ленты от части тела
	 Проход в рисунок или над рисунком ленты		
	 Эшаппе		


### 1.3.2. Суммарная таблица общих для всех предметов Других Технических групп

	Броски и ловля
	Работа предметом (предмет должен быть в движении): Движение в виде «восьмерки» с широким амплитудным движением тела Большие круги Передача предмета вокруг любой части тела или под ногой/ ногами Закручивание (скакалка, лента), отскоки (отталкивания) и т.п.
	Нестабильный баланс предмета на части тела

#### 1.3.3. Нестабильный баланс предмета:

Предмет удерживается без помощи кистей рук на ограниченной поверхности (шея, стопа, тыльная сторона ладони) либо при сложном взаимодействии тела с предметом, с риском потери предмета (в том числе, когда мяч удерживается на открытой ладони во время Трудности Вращения).

Предмет не может быть зажат какой-либо частью тела, чтобы считаться в положении нестабильного баланса .

Неправильно выполненный элемент нестабильного баланса предмета  считается Статикой предмета.

**Исключение:** мяч и булава(ы) за спиной (нестабильный баланс) во время движения с вращением тела или Трудности Вращения.

#### 1.3.4. Статика предмета.

Предмет крепко удерживается или зажат одной/двумя руками.

Предмет крепко удерживается или зажат одной или несколькими частями тела во время одного или более движений тела.

Предмет удерживается во время подготовительного движения к Трудности и самой Трудности или на протяжении двух Трудностей подряд.

Сбавка Судьи Исполнения (E): 0.30 балла – Статика предмета.

### 1.4. Динамические элементы с Вращением и броском () состоят из большого броска предмета и:

Минимум 2 вращения тела вокруг любой оси во время броска или полета предмета;

Потери зрительного контроля за предметом;

С переходом на пол или без перехода;

Ловли предмета во время или в конце вращения(ий), выполненной без технической ошибки во время ловли.



#### 1.4.1. Ценность динамических элементов с Вращением () может повышаться при следующих условиях:

способ броска;

количество вращений тела во время броска или полета предмета;


способ ловли во время или в конце финального вращения.

#### 1.4.2. Базовая ценность и критерии

Базовая ценность	Критерии
 2 = 0.20	2 динамических элемента с вращением тела
 3 = 0.30 или более	3 или более динамических элементов с вращением тела (0.10 за каждое дополнительное вращение тела)

#### 1.4.3. Дополнительные критерии для

Дополнительный критерий может быть выполнен во время броска и/или ловли предмета и/или во время вращений тела (см. Суммарная таблица дополнительных критериев)

За каждый дополнительный критерий Базовая ценность  увеличивается на 0.10 балла.















В случае, если гимнастка не выполнила 1 или несколько критериев или указанное

количество вращений, ценность  $R^{\uparrow}$  понижается на ценность невыполненных критериев до тех пор, пока не останутся минимум 2 выполненных базовых вращений тела.  
В официальной карточке Трудности указывается количество вращений и дополнительные критерии соответствующими символами.

Пример:  $R^{\uparrow} 3 \otimes \oplus = 0.50$

Пример:  $\oplus \otimes R^{\uparrow} 2 \otimes = 0.50$

#### 1.4.4. Суммарная таблица дополнительных критериев для $R^{\uparrow}$

Дополнительные критерии $R^{\uparrow}$	
	Изменение оси вращения тела под броском или во время ловли предмета
	Без зрительного контроля при броске/ловле
	Без помощи кистей рук при броске/ловле
	Изменение уровня гимнастки (без перемещения и «подстраивания» под предмет) при броске или ловле
	Проход в предмет при броске/ловле
Специфические броски предмета	
	С вращением вокруг диаметра; в горизонтальной или вертикальной плоскости
	Наклонная плоскость
	Бросок/ловля 2-х булав
	Асимметричный бросок 2 булав Смешанная ловля скакалки/ булав
	Булавы: каскадные или последовательные броски
	Раскрытая скакалка
Специфическая ловля предметов	
	Прямая ловля в перекаат предмета
	Обратный бросок/отбив
	Ловля сразу во вращение предмета

1.4.5. В комбинациях  $R^{\uparrow}$  можно использовать Трудности тела с вращением ценностью 0.10 балла, не записывая их в официальную карточку Трудности и не оценивая при подсчете ценностей Трудности тела.

1.4.6. Элемент с Вращением («Шене») может выполняться в упражнении как часть  $R^{\uparrow}$  только один раз изолированный или в серии из 2-3 «Шене»

1.4.7. Если во время ловли  $R^{\uparrow}$  гимнастка выполняет небольшое дополнительное корректирующее движение - «подстраивание» под предмет (1 небольшой шаг, стоя или на полу), **но все же ловит предмет правильно, то ценность  $R^{\uparrow}$  понижается на 0.10 балла.**

**1.5. Преакробатический элемент** может выполняться **один раз** в упражнении:

Как часть Трудности тела с вращением различными техническими приемами.

Тот же самый элемент может выполняться как часть  $R^{\uparrow}$  изолированный или в серии из 2-3 элементов.

Преакробатический элемент, который выполнялся в серии, не может быть повторен ещё раз в составе  $R^{\uparrow}$  как изолированный.

Все преакробатические элементы выполняются без остановки в позиции, не нарушая непрерывности движения, возможна только короткая остановка при ловле предмета.

1.5.1. Разрешены только следующие группы преакробатических элементов:

кувырки вперед, назад, в сторону без полета;  
 перевороты вперед, назад, в сторону без полета;  
 в “переворотах” различные виды опоры (на груди, предплечьях, кисти/ кистях рук)  
 рассматриваются как разные преакробатические элементы;  
 «Рыбка» - переворот на полу на плече, с переходом через вертикаль выпрямленным телом;



«Нырок» - Прыжок шагом с наклоном корпуса вперед, сразу переходящий в один или несколько кувырков – засчитывается как  $\overset{\curvearrowright}{R}$  (Динамический элемент с Вращением)

**Пример:** «Нырок», выполняемый непосредственно перед 2 кувырками =  $\overset{\curvearrowright}{R}$  3 (3 Динамических элемента с Вращением).

1.5.2. Разрешаются следующие элементы, которые не считаются преакробатическими:  
 задняя опора на плечах;

боковой или передний шпагат в опоре на полу, без остановки в позиции;  
 опора на одной или обеих кистях или на предплечьях без иного контакта с полом,  
 без переворота тела и без остановки в вертикальном положении.

1.5.3. Все группы разрешенных преакробатических элементов могут включаться в упражнение при условии, что:

они выполняются во взаимодействии с Техническим движением предмета  
 гимнастка должна находиться в контакте с предметом в начале, в конце или во время всего преакробатического элемента

## 1.6. Мастерство владения предметом (M)

1.6.1. Основные требования: является комбинацией элементов с предметом:

Обязательное выполнение **неординарных/оригинальных комбинаций** элементов с предметом

Засчитывается только в случае **безошибочного исполнения элементов**

Элементы Мастерства с каждым предметом **должны быть разными (не повторяться)**

В официальной карточке Трудности Мастерство записывается как **M**

Мастерство состоит из:

- БАЗА: Фундаментальные и/или другие Технические группы движений предметами (см. п.1.3.1)

- + минимум 3 критерия. Пример: **M** ( ~~⊗~~ ~~⊕~~ ~~↻~~ )

**или**

- БАЗА: Фундаментальные и/или другие Технические группы движений предметами (см. п.1.3.1)

- + минимум 2 критерия + вращение тела. Пример: **M** ( ~~⊗~~ ~~⊕~~ ~~⊙~~ )

1.6.2. Элементы Мастерства владения предметом могут выполняться во время:

- Трудности тела (D)
- Комбинации танцевальных шагов S→

1.6.3. Таблица критериев Мастерства - Примеры

	Без зрительного контроля
	Без помощи кистей руки/рук
	Проход в предмет при броске/ловле (U°, O)
	Двойное вращение U°, O во время Трудности ^ Очень быстрое вращение булавы/булавы в полете
	С вращением тела
	3 передачи предмета без помощи рук – минимум 2 различные части тела
	2 или 3 переката предмета по различным частям тела O, ●,   , ⊙
	Передача ленты из одной руки в другую, не прерывая рисунок, а также круг спиралью или змейкой над головой в горизонтальной плоскости ⊙
	Ловля в перекат предмета по телу O, ●,
	Ловля с проходом в предмет U°, O
	Проход в предмет с последующим броском U°, O, ⊙, ⊙, ⊙ Ловля и сразу повторный бросок с

	вращением предмета вокруг оси
	Ловля сразу во вращение предмета
	Каскадные броски/ловля (двойные, тройные)
	Маленькие броски/ловля с вращением 2 булав одновременно или последовательно
	Асимметричный бросок 2 булав/ Смешанная ловля ,
	Бросок/ловля под ногами
	Повторный бросок
	Бросок раскрытой, натянутой скакалки
	Бросок ленты «Бумеранг», ловля во время Трудности тела
	Для броска без помощи кистей рук, который следует за другой Базой (не бросок) Прим. , ) Перекат без зрительного контроля во время вращения тела, который заканчивается броском предмета без помощи кистей рук )
<b>NEW</b>	Новые оригинальные элементы

### 1.7. Оценка Трудности упражнения (D)

Судья, оценивающий Трудность (D), должен действовать следующим образом:

Оценить и проверить действительность всех Трудностей тела (максимум 9) в соответствии с порядком их исполнения.

Добавить, при необходимости, в официальную карточку Трудности не заявленные Трудности тела.

Проконтролировать выполнение минимум 1 Комбинации танцевальных шагов **S**

Проконтролировать выполнение максимум 3 динамических элементов с Вращением

Проконтролировать выполнение элементов Мастерства владения предметом (**M**)

Выставить соответствующую оценку.

Вычесть сбавки.

### 1.8. Сбавки Судей D

Сбавки	0.30	0.50
	Карточка/упражнение содержит менее 2 Трудностей из каждой группы тела. Сбавка - за каждую недостающую Трудность. Карточка/упражнение содержит более 4 Трудностей из каждой группы тела. Сбавка - за каждую сверх разрешенного количества Трудность (Все Трудности, в порядке их исполнения сверх нормы, вычеркиваются). Если упражнение случайно прерывается на долгое время (серьезная ошибка исполнения), и гимнастке невозможно Выполнить элементы, указанные в форме, то в этом случае нет сбавки за пропущенные Трудности.	Отсутствие доминирования Фундаментальных Технических групп движений предметом (менее 50%)  Заявлено более 9 Трудностей (в этом случае будут оцениваться только первые 9 выполненных Трудностей)
	Если в карточке неправильно подсчитана: Сумма ценности всех Трудностей Ценность каждого компонента Трудности: <b>D</b> , , <b>S</b> , <b>M</b>	Карточка/упражнение не содержит 1 Комбинацию танцевальных шагов <b>S</b>
	Более одного «турляна» в упражнении	Карточка/упражнение содержит более 3 динамических элементов с Вращением
	За каждое исполнение Трудности, не заявленной в карточке	Исполнение более одного упражнения под музыку с голосом и словами

1.8.1. Если символ Трудности неправильно записан, Трудность не засчитывается (**Нет Сбавки**)

1.8.2. В случае расхождения между описанием Трудности и ее рисунком в таблице Трудности, главным является текст.

### 1.9. Таблицы Трудностей

### 1.9.1 Таблица Трудностей Прыжков (∧)

#### 1.9.1.1. Базовые характеристики:

четкая и фиксированная форма во время полета, высота, позволяющая выполнить данную форму.

1.9.1.2. Для прыжков, **не имеющих** в базе вращение туловища, кольцо или наклон туловища назад; за каждое вращение 180° или кольцо + 0.10 балла, наклон туловища назад + 0.20 балла.

В данном случае к символу существующего прыжка надо добавить следующие символы: вращение туловища ∪, кольцо ∟, наклон туловища назад ∩.

Примеры: — (0.20) + вращение 180° = ∪ (0.30); ∟ (0.50) + кольцо = ∟ (0.60); ∟ (0.50) + наклон туловища назад = ∩ (0.70)

	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50
1. Вертикальные прыжки с вращением всего тела на 180°, а также на 360°	<p>180°</p> <p>назад, в сторону</p>	<p>360° 360°</p>			
2. «Кабриоль» (вперед, в сторону, назад); «прогнувшись»					
3. Прыжки со сменой ног в различных положениях; в кольцо	<p>Горизонталь</p>	<p>Выше горизонтали (вперед, назад)</p>			
4. «Щука» ноги врозь					
5. «Казак» ноги в различных положениях; в кольцо			<p>Толчок и приземление на одну и ту же ногу</p>		
6. Кольцо					
7. «Фуэте» ноги в различных положениях					



	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50
8. Перекидной ноги в различных положениях					
9. Прыжок шагом и подбивной: в кольцо; с наклоном туловища назад; с вращением туловища. Эти прыжки могут выполняться толчком одной или двумя стопами и считаются как разные Трудности. В случае, когда прыжки выполняются толчком двумя стопами, символ  следует добавить под символом прыжка					
10. Прыжок со сменой выпрямленных или согнутых ног в шпагат: подбивной, в кольцо, с наклоном туловища назад и/или с вращением туловища					
11. Прыжки жете ан турнан: ноги в различных положениях, а также с наклоном туловища и/или со сменой ног					
12. «Баттерфляй»					





## 1.9.2. Таблица Трудностей Равновесий (Т)

### 1.9.2.1. Базовая характеристика:

**четко выраженная и фиксированная форма (стоп позиция)**


выполняется на релеве, на всей стопе или на различных частях тела

### 1.9.2.2. Турлянь:

Разрешается выполнять 1 турлянь на релеве или на всей стопе в выбранной форме Равновесия. Ценность турляня определяется прибавлением 0.10 балла к базовой стоимости Равновесия за 180° и более. В данном случае к символу существующего равновесия снизу следует добавить  или . (Пример: ; )

В случае, если турлянь во время Трудности Равновесия выполнен с ошибкой, то ценность Трудности + ценность турляня аннулируется.

**Не разрешается выполнять турлянь на колене, на предплечьях и в положении «Казак».**

1.9.2.3. Трудности № 2 и № 3 могут выполняться на полной стопе. Ценность данных Равновесий понижается на 0.10 балла. К символу нужно добавить стрелку вниз (Пример:  = 0.40 балла)

	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50
1. Свободная нога ниже горизонтали: пассе с наклоном туловища вперед или назад					
2. Свободная нога горизонтально в различных направлениях; наклон туловища вперед, назад, в сторону					
3. Свободная нога вверх в разных направлениях; туловище горизонтально или ниже; с помощью или без					
4. Фуэте (мин 3 разные формы на релеве, с мин 1 поворотом на 90° или 180°). Каждая форма Равновесия должна быть четко зафиксирована			 Фуэте Нога горизонтально минимум в 2 формах + минимум 1 поворот		 Фуэте Нога выше горизонтали минимум в 2 формах + минимум 1 поворот
5. «Казак»: свободная нога горизонтально или выше; с изменением уровня гимнастики					
6. Равновесия с опорой на различные части тела					
7. Динамическое равновесие с полной волной телом					
8. Динамическое равновесие с движением или без движения ног с опорой на различные части тела	 (движение вперед в положение - опора на локтях)	 (движение назад в положение - опора на локтях)			

### 1.9.3. Таблица Трудностей Вращений (♫)

#### 1.9.3.1. Базовые характеристики:

базовое вращение минимум 360° (кроме Вращений №3 ↓↱, ↱↱)

чёткая и фиксированная форма до конца вращения

выполняется на полупальцах (Поворот), на полной стопе или на различных частях тела

#### 1.9.3.2. Дополнительные вращения:

Каждое дополнительное вращение **на релеве** на 360° повышает уровень Трудности на базовую ценность для изолированной и Мультипл Трудности Вращения, и в составе Микс Трудности.

Каждое дополнительное вращение **на всей стопе или другой части тела** на 360° повышает уровень Трудности на 0.20 балла.

Вращение с наклоном туловища назад (№3, ценность 0.40 и 0.50): разные исходные положения («стоя», «с пола») обуславливают разную технику выполнения, поэтому данные Вращения считаются разными. В упражнении возможно выполнять 1 раз Вращение из положения «стоя», 1 раз из положения «с пола» независимо от выбранных базовых вращений (180°/360°).

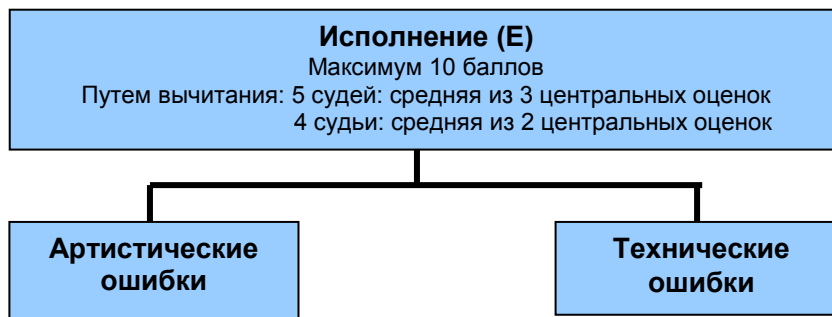
**Возможное изменение уровня гимнастики** (постепенное сгибание опорной ноги; подъем - выпрямление ноги) + 0.10 балла за каждое. В этом случае справа от символа поворота следует Прибавить стрелку (стрелки), указывающую направление.

Примеры: ♫<sub>1</sub><sup>↓</sup> постепенное сгибание опорной ноги; ♫<sub>1</sub><sup>↑</sup> постепенное выпрямление опорной ноги; ♫<sub>3</sub><sup>↓↑</sup> постепенное сгибание опорной ноги и ее выпрямление.

	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50
1. Свободная нога ниже горизонтали: пассе; наклон туловища вперед или назад; спиральный поворот с волной ("tonneau")					
2. Свободная нога выпрямлена или согнута горизонтально; наклон туловища горизонтально					
3. Свободная нога вверх с помощью или без помощи; туловище горизонтально или ниже					
4. «Казак» (свободная нога горизонтально); наклон туловища вперед					
5. «фуэте»					
6. Циркуль вперед, в сторону, назад; спиральный поворот с полной волной; вращение "penche"					
7. Вращения на различных частях тела					

## ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ ИСПОЛНЕНИЕ (Е)

### 2. Исполнение (Е) индивидуального упражнения складывается из:



#### 2.1. Артистический компонент Исполнения.

##### 2.1.1. Единство композиции

- 2.1.1.1. Основная задача артистической составляющей Исполнения – создать художественный образ посредством движений тела и предмета, обрисовать в танце действие, характер, который продиктован выбранной музыкой.
- 2.1.1.2. Гимнастка должна донести до зрителей эмоции, выразить идею созданной композиции, единую тему упражнения от начала до конца.
- 2.1.1.3. Композиция должна развиваться с использованием технических, эстетических привязок к музыке через непрерывную работу тела/ предмета, когда одно движение тела/ предмета гармонично переходит в другое. Должна быть контрастность движений по скорости/ интенсивности (динамизм), амплитуде и уровням высоты. Должно быть полное соответствие движений характеру музыкального сопровождения.
- 2.1.1.4. Композиция не должна быть бессвязным соединением Трудностей тела или движений предмета. Все движения взаимосвязаны, переход от одного движения к другому должен быть логичен (без длительной подготовки к работе предмета и Трудностям тела).
- 2.1.1.5. В начале и в конце упражнения гимнастка должна быть в контакте с предметом. Позиция гимнастки в начале упражнения обусловлена и используется для начального движения предмета. Стартовая и финальная позиции не должны быть экстремальными.

##### 2.1.2. Музыка – движение

- 2.1.2.1. При исполнении упражнения должно быть полное слияние движений с музыкой, достигаемое посредством:  
контрастности движений в соответствии с **темпом, ритмом и музыкальными акцентами**; умением выразить характер и содержание музыки через движения телом и непрерывную работу предметом.
- 2.1.2.2. Если движения согласуются с музыкой только в начале и в конце упражнения, то считается, что используется «музыкальный фон».

##### 2.1.3. Выразительность движений тела характеризуется:

- Сочетанием силы, красоты движений и изящности.
- Участием в работе всего тела (головы, плеч, туловища, рук, ног).
- Выражением лица, которое должно быть в соответствии с темой музыки и характером композиции.
- Разнообразием в скорости и интенсивности (динамизм) движений гимнастки/ предмета, отражающим динамизм музыки.
- Непрерывностью движений от начала до конца упражнения, отсутствием неоправданных остановок и длительной подготовки к элементам.

##### 2.1.3. Использование пространства (разнообразие):

- Площадь ковра должна быть использована полностью:
- Различные **уровни высоты** движения гимнастки (в полете, стоя, на полу и т.п.),
- Разнообразие **направлений/траекторий** движений тела/предмета (вперед, назад и т.п.),
- Различные **способы перемещения** гимнастки.

**Сбавка** Судьи Исполнения (Е): 0.30 балла за отсутствие разнообразия в использовании уровней высоты, направлений/траекторий движений и способов перемещения.

## 2.2. Технические ошибки Исполнения

### 2.2.1. Работа правой/левой руками (50% движений предметами)

Должна быть равномерно распределена в упражнении;

Должна быть в индивидуальном упражнении: обруч, мяч, лента;

Не требуется в групповом упражнении.

Отсутствие равномерной работы правой/левой рукой.

**Сбавка Судьи Исполнения (Е): 0.30 балла**

### 2.3. Сбавки за ошибки Исполнения (Артистические и Технические).

Сбавки	0.10	0.30	0.50 и более
<b>Артистические ошибки</b>			
Единство Композиции		Экстремальная стартовая или финальная позиции	Отсутствие единства музыки и композиции упражнения в части упражнения
			Отсутствие единства музыки и композиции упражнения во всем упражнении – <b>1.00</b>
Музыка - движение	Отсутствие гармонии между ритмом и характером музыки и движениями, отдельные нарушения (каждый раз 0.10 балла)		Отсутствие гармонии между ритмом и характером музыки и движениями в части упражнения
			Отсутствие гармонии между ритмом и характером музыки и движениями во всем упражнении – полное отсутствие ритма и характера <b>-1.00</b>
Выразительность движений тела	Отдельные сегментарные движения	Отсутствие выразительности лица и движений тела в значительной части упражнения	Полное отсутствие в упражнении выразительности лица и движений тела (сегментарные движения)
Использование пространства (разнообразие)		Отсутствие разнообразия в использовании уровней высоты, направлений/ траекторий движений и способов перемещения	
<b>Технические ошибки</b>			
Музыка		Отсутствие согласованности между музыкой и движением в конце упражнения из-за потери предмета: <b>0.30 + сбавка за потерю предмета</b>	Отсутствие согласованности между музыкой и движением в конце упражнения
<b>Движения телом</b>			
Общие положения	Незаконченное движение		
	Непроизвольное перемещение без броска: уточнение позиции на площадке		
Базовая техника	Неправильное положение части тела во время движения <b>(каждый раз макс до 1.00)</b>		
	Потеря равновесия: дополнительное движение без перемещения	Потеря равновесия: дополнительное движение с перемещением	Потеря равновесия с опорой на одну или обе кисти, либо с опорой на предмет Полная потеря равновесия с падением – <b>0.70</b>
		Статика гимнастики *	
Прыжки	Недостаточная амплитуда формы; тяжелое приземление		

Сбавки	0.10	0.30	0.50 и более
Равновесия	Недостаточная амплитуда формы; нечеткая и неудерживаемая форма		
Вращения	Недостаточная амплитуда формы; нечеткая и нефиксированная форма		
	Опора на пятку во время части вращения, выполняемого на релеве	Ось тела не вертикальна и шаг в конце	
	Перемещение (скольжение) во время вращения	Подпрыгивания во время вращения или прерывание вращения	
Преакробатические элементы	Тяжелое приземление	Неразрешенный преакробатический элемент	
	Неправильная техника	Разрешенный преакробатический элемент, выполненный с неразрешенной техникой	

**\* Статика гимнастики: гимнастка не должна оставаться неподвижной, если в какой-то момент она не находится в контакте с предметом (например: броски, перекаты предмета по полу и т.п.)**

#### Техника движений предметом

Потеря предмета (потеря 2-х булав последовательно: судья дает сбавку один раз, основываясь на подсчете количества шагов необходимых для того, что взять самую дальнюю булаву)			Потеря и возвращение предмета после перемещения (1-2 шага)
		Потеря и возвращение предмета без перемещения	Потеря и возвращение предмета после большого перемещения (3 шага или более) или за пределами ковра, независимо от дистанции – <b>0.70</b>
			Потеря предмета и использование запасного предмета – <b>0.70</b>
			Потеря предмета (отсутствие контакта) в конце упражнения – <b>0.70</b>
Техника	Неточная траектория и ловля в полете с 1-2 шагами	Неточная траектория и ловля в полете с 3 или более шагами	
	Неправильная ловля или с помощью кисти, или тела. Непроизвольный контакт с телом с нарушением траектории	Статика предмета <b>**</b>	
	Непроизвольная ловля мяча двумя руками (Исключение: ловля без зрительного контроля)		
		Отсутствие равномерной работы правой/левой рукой	

Сбавки	0.10	0.30	0.50 и более
<b>Скакалка</b>			
<b>Базовая техника</b>	Неправильная работа: по амплитуде или форме, или плоскости работы, либо скакалка не удерживается за оба конца: <b>(каждый раз макс до 1.00)</b>		
	Потеря одного конца скакалки с короткой остановкой в упражнении		
	Зацепиться стопами за скакалку в прыжках или подскоках		
	Узел на скакалке	Непроизвольное закручивание вокруг тела или его части с перерывом в упражнении	
<b>Обруч</b>			
<b>Базовая техника</b>	Неправильная работа: нарушение плоскости, вибрация: <b>(каждый раз макс до 1.00)</b> . Неточное вращение вокруг вертикальной оси		
	Ловля после броска: контакт с предплечьем	Ловля после броска: контакт с рукой	
	Неправильный перекат с подпрыгиванием, а также непроизвольно неполный перекат по телу		
	Скольжение по руке во время вращений		
	Зацепиться стопами за обруч во время прохода в него		
<b>Мяч</b>			
<b>Базовая техника</b>	Неправильная работа и мяч прижат к предплечью, захват мяча <b>(каждый раз макс до 1.00)</b>		
	Неправильный перекат с подпрыгиванием, а так же непроизвольно неполный перекат		
<b>Булавы</b>			
<b>Базовая техника</b>	Неправильная работа: <b>каждый раз 0.10 балла и макс до 1.00</b>		
	Неточные движения или прерванное движение во время небольших кругов и мельниц, а также слишком широко разведенные руки в мельницах		
	Нарушение синхронности вращения 2 булавы в полете во время броска и ловли		
	Недостаточная чистота в плоскостях работы во время асимметричных движений		

Сбавки	0.10	0.30	0.50 и более
<b>Лента</b>			
<b>Базовая техника</b>	Нарушение рисунка ( <b>каждый раз макс до 1.00</b> )		
	Неправильная работа: неточная передача, ненамеренное удерживание палочки за середину, неправильная связка между рисунками, щелканье лентой ( <b>каждый раз макс до 1.00</b> )	Непроизвольное закручивание вокруг тела или его части с перерывом в упражнении	
	Змейки и Спирали: слишком растянутые круги или гребни; круги или гребни с разной амплитудой (по высоте и длине) ( <b>каждый раз макс до 1.00</b> )		
	Узел, не приводящий к перерыву в исполнении упражнения	Узел, приводящий к перерыву в исполнении упражнения	
	Конец ленты непреднамеренно остается на полу во время бросков и эшапе		

**\*\* Статика предмета** (см. Индивидуальные упражнения п.1.3.4).

**2.4. Оценка Исполнения (Е):** каждый Судья Исполнения (Е) должен отметить все Артистические и Технические ошибки Исполнения и дать общую сумму сбавок



## ГРУППОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

### 1. Количество гимнасток

1.1. Каждая группа состоит из 6 гимнасток. В каждом упражнении участвуют 5 гимнасток. Оставшейся гимнастке разрешено присутствовать в соревновательной зоне во время выполнения упражнения (чтобы иметь возможность заменить одну из гимнасток в случае инцидента).

1.2. Если во время исполнения упражнения гимнастка вынуждена уйти из состава ансамбля по уважительной причине, то:

а) **Может быть произведена замена на другую гимнастку.**

**Сбавки Судьи-Координатора:**

- 0.30 балла – за уход гимнастки из состава команды (Группы)
- 0.50 балла – за использование «новой гимнастки»

б) **Если замена на другую гимнастку не производится.**

**Упражнение не оценивается**

### 2. Выход группы на площадку

2.1. Выход группы на площадку должен производиться:

Быстро и без музыкального сопровождения;

**Сбавка Судьи-Координатора - 0.20 балла за нарушение данного правила.**

Пятью гимнастками, каждая со своим предметом, либо одна или несколько гимнасток со всеми 5 предметами, которые она/они быстро перебросят или передадут своим партнерам.

### 3. Контакт с предметом

#### 3.1. В начале и в конце упражнения

3.1.1. В начале упражнения одна или несколько гимнасток не могут оставаться без предмета более 4 движений тела (более 4 секунд).

**Сбавка Судьи Исполнения (Е) - 0.30 балла, если одна или несколько гимнасток остаются без предмета более 4 движений (более 4 секунд).**

3.1.2. Если начало движения предметов и гимнасток не происходит одновременно, то разные движения должны быстро следовать одно за другим, чтобы не была заметна неподвижность некоторых гимнасток в течение более 4 движений.

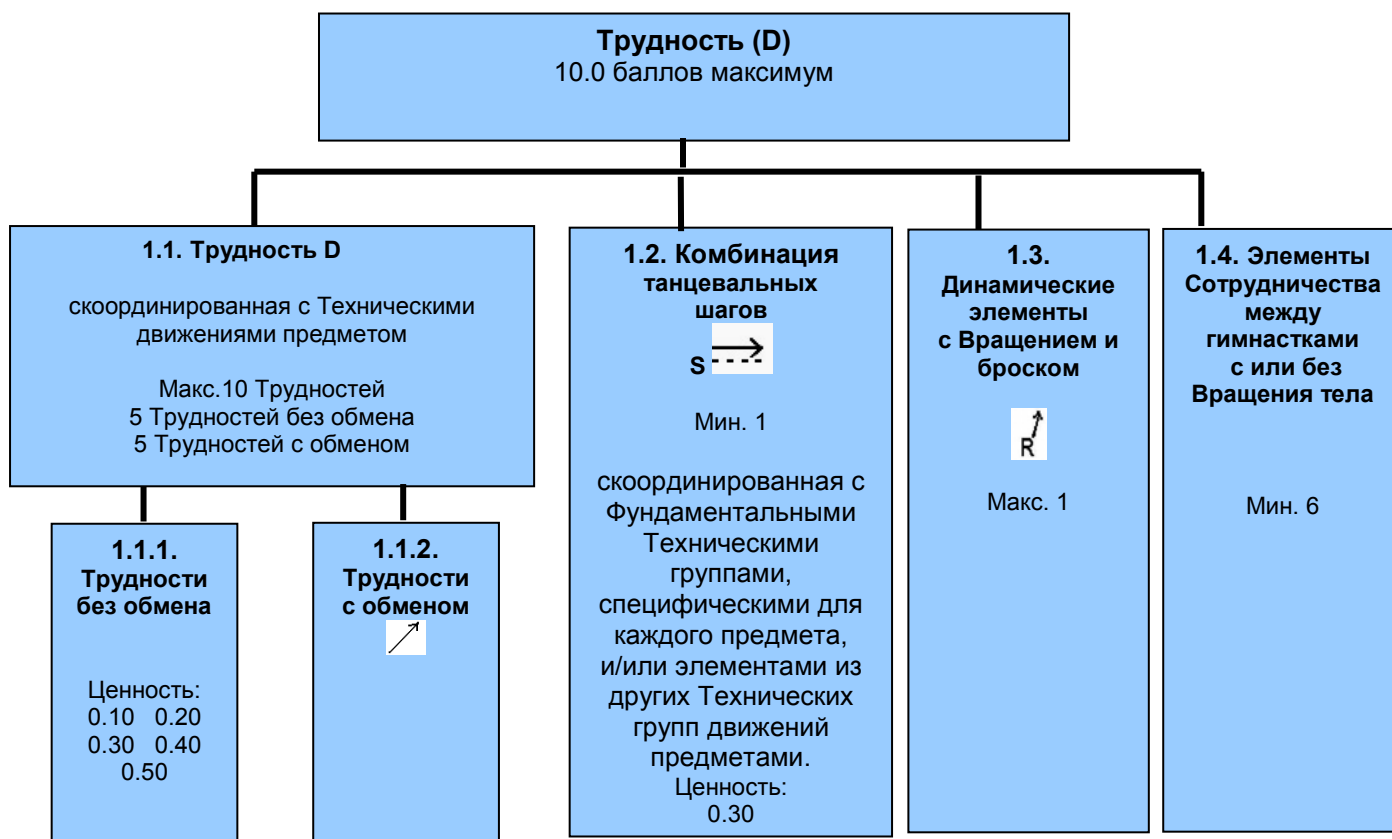
**Сбавка Судьи Исполнения (Е) - 0.30 балла за видимую неподвижность более 4 движений (более 4 секунд) одной/нескольких гимнасток или предметов.**

3.1.3. В конце упражнения каждая гимнастка может держать или быть в контакте с одним или несколькими предметами. В этом случае одна или несколько гимнасток могут быть без предметов в финальной позиции.

**Сбавка Судьи Исполнения (Е) - 0.30 балла, если все 5 гимнасток не находятся в контакте с предметом в финальной позиции.**

## ГРУППОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ ТРУДНОСТЬ (D)

1. Трудность (D) группового упражнения складывается из:



В официальной карточке Трудности (D) все компоненты (см. п. 1.1, 1.2, 1.3, 1.4) должны быть записаны в порядке их исполнения.

### 1.1. Трудность (D)

Каждое групповое упражнение может содержать макс **10 Трудностей**

#### 1.1.1. Трудность без обмена (Трудность тела) - 5

Все Трудности тела, предусмотренные в индивидуальных упражнениях, являются действительными и для группового упражнения.

Действительны только изолированные Трудности тела.




1.1.1.1. Трудности тела могут быть как одного и того же типа и уровня для всех 5 гимнасток, так и разного. Ценность Трудности для группы определяется по самой низкой Трудности, выполняемой одной из гимнасток.

1.1.1.2. Трудности не засчитывается при условии, если они не выполняются всеми 5 гимнастками независимо от причины – ошибка композиции или техническая ошибка гимнастки/ гимнасток (см. раздел «Индивидуальные упражнения» п.1.1.6; 1.1.7)

1.1.1.3. Одновременное выполнение 5 гимнастками **3 или более разных Трудностей тела не разрешается.**

**Пример:** одновременно 3 гимнастки выполняют «жете ан турнан», 1 гимнастка – Прыжок «Казак» и 1 гимнастка - «спиральный поворот» с полной волной (“Топнеау”).

**Сбавка** Судьи по Трудности (D) – 0.30 балла. Указанные 3 Трудности не засчитываются.

1.1.1.4. В групповом упражнении должны быть представлены все группы движения тела (; ; ) , как минимум 1 Трудность из каждой группы.

#### 1.1.2. Трудность с обменом () – 5

1.1.2.1. **При подсчете Трудностей** в официальной карточке обмена считают следующим образом:

1 Трудность = 1 движение тела или более при обмене

Ценность Трудности с обменом: Базовая ценность 0.10 балла и должен быть выполнен минимум 1 критерий, чтобы обмен был засчитан

Пример: 1 движение телом (Трудности тела нельзя выполнять во время обменов).

- 1.1.2.2. **Трудностями обмена** считаются только обмены с помощью бросков.  
Обмены могут быть как одного уровня для всех 5 гимнасток, так и разных уровней.  
Ценность обмена группы определяется по ценности самого простого обмена
- 1.1.2.3. Обязательным условием является выполнение разных типов обменов с различными бросками или ловлей (минимум 5 различных типов).  
**Сбавка** Судьи по Трудности (D) – 0.30 балла за нарушение данного правила.
- 1.1.2.4. Обмены могут выполняться:  
одновременно или в очень быстрой последовательности  
на одном месте или с перемещением  
всеми 5 гимнастками или подгруппами  
одним типом предметов или разными
- 1.1.2.5. Обмены считаются таковым лишь тогда, когда все гимнастки участвуют в 2 его действиях, т.е.:  
**В броске** своего предмета  
**В ловле** предмета от партнера
- 1.1.2.6. Если во время обмена падает 1 или несколько предметов, Трудность обмена не засчитывается
- 1.1.2.7. Критерии, скоординированные с движением тела (во время броска или ловли предмета), повышают ценность Трудностей с обменом, каждый раз на 0.10 балла:  
Дистанция: 6 метров ( $\longrightarrow$  6) в момент броска или ловли предмета (**если это обусловлено хореографией упражнения**)  
Ловля на полу ( $\equiv$ ) Гимнастка должна уже находиться на полу, а не переходить на пол во время ловли  
Бросок и/или ловля двух булав вместе ( $\nearrow$ )  
Бросок и/или ловля, выполненная без зрительного контроля ( $\otimes$ ) или без помощи кистей рук ( $\dagger$ )  
элемент с Вращением (не Трудность) во время полета предмета ( $\circ$ )  
обратный бросок ( $\downarrow$ )
- 1.1.2.8. Технические требования для обменов:  
**Скакалка/лента:** Обмен броском скакалки или ленты засчитывается только в том случае, когда весь предмет в течение более или менее продолжительного времени свободно находится в пространстве.  
**Булавы:** обмен засчитывается как броском 1, так и 2 булавами.  
**Лента:** При обмене броском ленты предмет следует, как правило, ловить за конец палочки. Тем не менее, разрешается намеренно ловить предмет за ленту, при условии, что ловля производится в зоне примерно 50см от места крепления для дальнейшего действия гимнастки.
- 1.2. **Комбинация танцевальных шагов S  $\dashrightarrow$  (минимум 1)**  
Одинаковая или разная для всех 5 гимнасток.  
Одинаковая или разная для подгрупп (См. раздел «Индивидуальные упражнения»).
- 1.3. **Динамические элементы с Вращением и броском R  $\uparrow$  (максимум 1)**. в которых задействованы все 5 гимнасток (см. раздел «Индивидуальные упражнения»).
- 1.4. **Элементы Сотрудничества между гимнастками с или без Вращения тела (минимум 6)**  
**Сбавка** Судьи по Трудности (D) – 0.30 балла за каждый отсутствующий элемент Сотрудничества между гимнастками (в дополнение к обменам)
- 1.4.1. **Элементы Сотрудничества между гимнастками без Вращения тела: C, CC, C  $\nearrow$**
- 1.4.1.1. Элементы Сотрудничества предполагают:  
Все 5 гимнастки вместе или подгруппами (пары, тройка и т.п.) находятся в прямом контакте или в контакте посредством предметов  
Гимнастки выполняют взаимодействие различными способами (без броска предмета, с броском предмета одной или несколькими гимнастками, перемещаясь различными способами в разных направлениях, используя разные перестроения и т.п.)  
Элементы взаимодействия неразрывно связаны с движениями предметом

1.4.1.2. Элементы Сотрудничества засчитываются при следующих условиях:

Если элементы Сотрудничества организованы подгруппами, где каждая подгруппа выполняет Сотрудничество с разной ценностью, то засчитывается самая низкая ценность. Элементы Сотрудничества засчитываются только в случае безукоризненного исполнения **(Пример: неточная траектория броска предмета во время Сотрудничества и ловля предмета в полете после 2 и более шагов)**.

В случае, если количество гимнасток, участвующих в Сотрудничестве, или тип Сотрудничества отличается от указанных в официальной карточке, Сотрудничество не оценивается.

1.4.2. Элементы Сотрудничества между гимнастками с Вращением тела - CR, CRR, CRRR

Все 5 гимнасток должны принимать участие в Сотрудничестве

«Потеря зрительного контроля» за предметом в полёте во время Сотрудничества с Вращением тела вокруг любой оси всегда имеет отношение к предмету, который надо поймать: собственному предмету выполняющей ловлю гимнастки или предмету её партнёра.

1.4.3. Контакт с предметом во время элемента Сотрудничества:

Допускается, что одна или несколько гимнасток владеют двумя или более предметами, в то время, как у партнеров их нет. Это возможно, если данная ситуация весьма кратковременна, не более 4 движений (4 секунды)

Различные перемещения должны быстро следовать одно за другим, чтобы избежать видимой (более 4 движений – 4 секунды) неподвижности гимнасток и/или предметов.

**Сбавка Судьи Исполнения (E):**

- 0.30 балла – одна или несколько гимнасток без предмета более 4 движений (более 4 секунд)
- 0.30 балла – видимая неподвижность одной или нескольких гимнасток и/или предметов более 4 движений (более 4 секунд).

1.4.4. Запрещенные элементы Сотрудничества

Действия или позиции в опоре на одном или нескольких партнерах, без контакта с полом, в течение более 4 движений (4 секунды)

Нести или тащить гимнастку по ковру более 2 шагов

Шагать (более одной опоры) по одной или нескольким гимнасткам, группированным вместе;

Строить пирамиды

**Сбавка Судьи Исполнения (E) – 0.30 балла за каждый запрещенный элемент.**  
Сотрудничество в данном случае не оценивается

### 1.4.5. Критерии и ценность элементов Сотрудничества между гимнастками

Ценность					Типы Сотрудничества
0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	
C					Без броска и с броском предмета: все 5 гимнасток подгруппы (пары, тройка, 4+1) поддержка (поднятие) одной или нескольких гимнасток с помощью предметов и/ или гимнасток
CC					Множественные обмены: мин 2 обмена, выполненные каждой гимнасткой использование различных движений предметами (отбивы, перекаты по полу, броски и т.п.)
	C <sup>+</sup>				Бросок 2 или более предметов (максимум 2 раза) одновременно или в быстрой последовательности одной и той же гимнасткой
	CR				Бросок своего предмета одной или несколькими гимнастками и немедленная ловля своего предмета или предмета партнера: под броском предмета, динамический элемент с вращением с потерей зрительного контроля за предметом с помощью партнера/партнеров или предметов - поддержка/ поднятие (этот вариант не обязателен)
		CRR 1-2 gymnasts	CRR3 3 gymnasts		Бросок своего предмета одной или несколькими гимнастками и ловля своего предмета или предмета партнера: под броском предмета, динамический элемент с вращением с потерей зрительного контроля за предметом проход над, под или через 1 или несколько предметов и/или партнеров. проход может также выполняться с помощью 1 или нескольких партнеров и/или предметов 1 или нескольких партнеров) ловля предмета может также выполняться гимнасткой, которую поднимают партнеры
				CRRR	Бросок своего предмета одной или несколькими гимнастками и немедленная ловля своего предмета или предмета партнера: проход гимнастки через летящий предмет партнера ( <b>предмет не удерживается ни партнером, ни гимнасткой, осуществляющей проход</b> ) с динамическим элементом с вращением, с потерей зрительного контроля за предметом

Дополнительные критерии:

Ценность Сотрудничества повышается каждый раз на 0.10 балла, когда больше, чем 1 гимнастка выполняют бросок или ловлю предмета в соответствии со следующими критериями:



- без помощи кистей рук,



- без зрительного контроля.

### 1.5. Оценка Трудности упражнения (D)

Судья, оценивающий Трудность (D), должен действовать следующим образом:

Оценить 10 Трудностей в соответствии с порядком их исполнения

Добавить, при необходимости, в официальную карточку Трудности не заявленные Трудности

Проконтролировать выполнение 5 Трудностей без обмена

Проконтролировать выполнение 5 Трудностей с обменом ↗ с 5 различными типами бросков или ловли

Проконтролировать выполнение минимум 1 Комбинации танцевальных шагов S →

Проконтролировать выполнение максимум 1 Динамического элемента с Вращением R ↗

Оценить элементы Сотрудничества между гимнастками с и без Вращения тела (минимум 6)

Выставить соответствующую оценку

Вычесть сбавки.

### 1.6. Сбавки Судей D

Сбавки	0.30	0.50
Одновременное выполнение 3 и более различных Трудностей тела всеми 5 гимнастками во время Трудностей без обмена		Заявлено более 10 Трудностей (в этом случае будут оцениваться только первые 10 выполненных Трудностей)
Если в карточке неправильно указана: сумма ценности всех Трудностей ценность отдельной Трудности		Карточка/упражнение содержит менее 5 Трудностей без обмена
Более одного «турляна» в упражнении		Карточка/упражнение содержит менее 5 Трудностей с обменом ↗
За каждое исполнение Трудности, не заявленной в карточке		Карточка/упражнение не содержит 1 Комбинации танцевальных шагов S →
Отсутствие 5 различных типов бросков или ловли в Трудностях с обменом		Карточка/упражнение содержит более 1 R ↗
Отсутствие группы движения тела или предмета		Исполнение более одного упражнения под музыку с голосом и словами
За каждый отсутствующий элемент Сотрудничества между гимнастками (в дополнении к обменам)		

## ГРУППОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ ИСПОЛНЕНИЕ (Е)

2. Исполнение (Е) группового упражнения складывается из:



### 2.1. Артистический компонент

2.1.1. Единство композиции, Выразительность движений, Музыка – движение  
Все нормы, предусмотренные в индивидуальных упражнениях, действительны для групповых упражнений

2.1.2. Организация коллективной работы

Характерной особенностью группового упражнения является участие каждой гимнастки в совместной работе ансамбля единым образом и в духе коллективизма.

2.1.3. В каждой Композиции, должны быть различные способы организации коллективной работы:

Когда все гимнастки выполняют **одинаковые** движения:

Организация синхронного исполнения;

Организация исполнения в быстрой последовательности;

Организация поочередного исполнения;

Организация «контрастного» исполнения.

Когда все гимнастки или подгруппы выполняют **разные** движения:

Организация "хорового" исполнения;

Организация исполнения в Сотрудничестве.

Ни один из этих способов организации работы не должен преобладать.

2.1.4. Разнообразие движений, включая динамизм (скорость и интенсивность движений)

### 2.1.5. Использование пространства (разнообразие):

Площадь ковра должна использоваться полностью:

**Перестроения: минимум 6** (различных по амплитуде и рисунку)

Различные **уровни высоты** движения гимнастки (в полете, стоя, на полу и т.п.),

Разнообразие **направлений/траекторий** движений тела/предмета (вперед, назад и т.п.),

Различные **способы перемещения** гимнастки.

**Сбавка** Судьи Исполнения (Е): 0.30 балла за отсутствие минимум 6 перестроений (различных по амплитуде и рисунку)

**Сбавка** Судьи по Исполнению (Е): 0.30 балла за отсутствие разнообразия в использовании уровней высоты, направлений/траекторий движений тела/предмета и способов перемещения.

## 2.2. Сбавки за ошибки Исполнения (Артистические и Технические).

Сбавки	0.10	0.30	0.50 и более
<b>Артистические ошибки</b>			
Единство Композиции		Экстремальная стартовая или финальная позиции	Отсутствие единства музыки и композиции упражнения в части упражнения Отсутствие единства музыки и композиции упражнения во всем упражнении – <b>1.00</b>
	Музыка - движение	Отсутствие гармонии между ритмом и характером музыки и движениями, отдельные нарушения (каждый раз 0.10 балла)	Отсутствие гармонии между ритмом и характером музыки и движениями в части упражнения
Отсутствие гармонии между ритмом и характером музыки и движениями во всем упражнении – полное отсутствие ритма и характера <b>-1.00</b>			
Выразительность движений тела	Отдельные сегментарные движения	Отсутствие выразительности движений в значительной части упражнения	Полное отсутствие в упражнении выразительности движений (сегментарные движения)
Организация коллективной работы	Отдельные нарушения в организации коллективной работы	В большей части упражнения отсутствует разнообразие в организации коллективной работы	Полное отсутствие разнообразия в организации коллективной работы
		Запрещенные элементы Мастерства Сотрудничества	
Использование пространства (разнообразие)		Отсутствие минимум 6 перестроений (различных по амплитуде и рисунку)	
		Длительная остановка в рисунке перестроения	
		Отсутствие разнообразия в использовании уровней высоты, направлений/траекторий движений тела/предмета и способов перемещения	
<b>Технические ошибки</b>			
Музыка - движение (каждая гимнастка)	Недостаточная синхронность между индивидуальным ритмом и ритмом группы		Отсутствие согласованности между музыкой и движением в конце упражнения
		Отсутствие согласованности между музыкой и движением в конце упражнения из-за потери: <b>0.30 + сбавка за потерю предмета</b>	
Синхронность и гармония	Недостаточная синхронность в скорости, амплитуде или выразительности (каждый раз максимум до 1.00)		
Перестроения и перемещения	Нарушение построения		Столкновение между гимнастками/предметами (+ все последствия)
	Неточность в направлении и форме перемещения		



Сбавки	0.10	0.30	0.50 и более
<b>Движения телом</b>			
<b>Общие положения</b>	Незаконченное движение		
	Непроизвольное перемещение без броска: уточнение позиции на площадке		
<b>Базовая техника</b>	Неправильное положение части тела во время движения ( <b>каждый раз до макс. 1.00</b> )		
	Потеря равновесия: дополнительное движение без перемещения ( <b>каждая гимнастка</b> )	Потеря равновесия: дополнительное движение с перемещением ( <b>каждая гимнастка</b> )	Потеря равновесия с опорой на одну или обе кисти, либо с опорой на предмет ( <b>каждая гимнастка</b> )
		Полная потеря равновесия с падением: <b>0.70 (каждая гимнастка)</b>	
		В начале упражнения одна или несколько гимнасток без предмета более 4 движений (более 4 секунд). Во время Сотрудничества одна или несколько гимнасток без предмета или неподвижны более 4 движений (более 4 секунд) Статичность гимнастки * (каждая гимнастка) Все 5 гимнасток не находятся в контакте с предметом в финальной позиции	
<b>Прыжки</b>	Недостаточная амплитуда формы; тяжелое приземление		
<b>Равновесия</b>	Недостаточная амплитуда формы; нечеткая и не удерживаемая форма		
<b>Повороты</b>	Недостаточная амплитуда формы; нечеткая и не удерживаемая форма		
	Опора на пятку во время вращения, выполняемого на релеве Перемещение (скольжение) во время вращения	Ось тела не вертикальна и шаг в конце вращения Подпрыгивание во время вращения или прерывание вращения	
<b>Преакробатические элементы</b>	Тяжелое приземление	Неразрешенные акробатические элементы	
	Неправильная техника	Разрешенный преакробатический элемент, выполненный с неразрешенной техникой	

\* Статика гимнастки/гимнасток:

- гимнастка не должна оставаться неподвижной, если в какой-то момент она не находится в контакте с предметом (Пример: броски, перекаты предмета по полу и т.п.)
- видимая неподвижность одной или нескольких гимнасток более 4 движений (более 4 секунд) во время Сотрудничества.

Сбавки	0.10	0.30	0.50 и более
<b>Техника движений предметом</b>			
<b>Потеря и ловля предмета</b> (потеря 2-х булав последовательно: судья дает сбавку один раз, основываясь на подсчете количества шагов необходимых для того, что взять самую дальнюю булаву) <b>(каждая гимнастка)</b>		Потеря и возвращение предмета без перемещения	Потеря и возвращение предмета после перемещения (1-2 шага)
			Потеря и возвращение предмета после большого перемещения (3 шага или более) или за пределами ковра, независимо от дистанции: <b>0.70</b>
			Потеря предмета и использование запасного предмета: <b>0.70</b>
<b>Техника движения предметом</b> <b>(каждая гимнастка)</b>	Неточная траектория, ловля в полете с 1-2 шагами	Неточная траектория, ловля в полете с 3 или более шагами	
	Неправильная ловля кистью или с помощью тела. Непроизвольный контакт с телом с нарушением траектории	Статика предмета **	
	Непроизвольная ловля мяча двумя руками (Исключение: ловля без зрительного контроля)		
<b>Скакалка</b>			
<b>Базовая техника</b>	Неправильная работа: по амплитуде или форме, или плоскости работы, либо скакалка не удерживается за оба конца: <b>(каждый раз макс до 1.00 балла)</b>		
	Потеря одного конца скакалки с короткой остановкой в упражнении <b>(каждая гимнастка)</b>		
	Зацепиться стопами за скакалку в прыжках или подскоках <b>(каждая гимнастка)</b>		
	Узел на скакалке <b>(каждая гимнастка)</b>	Непроизвольное закручивание вокруг тела или его части с перерывом в упражнении <b>(каждая гимнастка)</b>	
<b>Обруч</b>			
<b>Базовая техника</b>	Неправильная работа: нарушение плоскости, вибрация: <b>(каждый раз макс до 1.00 балла).</b> Неточное вращение вокруг вертикальной оси		
	Ловля после броска: контакт с предплечьем	Ловля после броска: контакт с рукой	
	Неправильный перекат с подпрыгиванием, а также непроизвольно неполный перекат по телу		
	Скольжение по руке во время вращений		
	Зацепиться стопами за обруч во время прохода в него <b>(каждая гимнастка)</b>		

Сбавки	0.10	0.30	0.50 и более
<b>Мяч</b>			
Базовая техника	Неправильная работа и мяч прижат к предплечью, захват мяча <b>(каждый раз макс до 1.00 балла)</b>		
	Неправильный перекат с подпрыгиванием, а так же произвольно неполный перекат		
<b>Булавы</b>			
Базовая техника	Неправильная работа: <b>каждый раз 0,10 и макс до 1.00 балла</b>		
	Неточные движения или прерванное движение во время небольших кругов и мельниц, а также слишком широко разведенные руки в мельницах		
	Нарушение синхронности вращения 2 булавы в полете во время броска и ловли		
	Недостаточная чистота в плоскостях работы во время асимметричных движений		
<b>Лента</b>			
Базовая техника	Нарушение рисунка <b>(каждый раз макс до 1.00 балла)</b>		
	Неправильная работа: неточная передача, ненамеренное удерживание палочки за середину, неправильная связка между рисунками, щелканье лентой <b>(каждый раз макс до 1.00 балла)</b>	Непроизвольное закручивание вокруг тела или его части с перерывом в упражнении	
	Змейки и Спирали: слишком растянутые круги или гребни; круги или гребни с разной амплитудой (по высоте и длине) <b>(каждый раз макс до 1.00 балла)</b>		
	Узел, не приводящий к перерыву в исполнении упражнения <b>(каждая гимнастка)</b>	Узел, приводящий к перерыву в исполнении упражнения <b>(каждая гимнастка)</b>	
	Конец ленты непреднамеренно остается на полу во время бросков и эшапе .		

**\*\* Статика предмета: видимая неподвижность одного или нескольких предметов более 4 движений (более 4 секунд) во время элемента Сотрудничества; см. Индивидуальные упражнения п.1.3.4.**

**2.3. Оценка Исполнения (Е):** каждый Судья Исполнения (Е) должен отметить все Артистические и Технические ошибки Исполнения и дать общую сумму сбавок.



## **Приложение**

- **Сбавки Судьи-Координатора**
- **Программа соревнований: сеньорки, юниорки**
- **Техническая Программа для юниорок - Индивидуальные упражнения**
- **Техническая Программа для юниорок - Групповые упражнения**
- **Примеры:**
  - Официальная карточка Трудности: Индивидуальное упражнение (D)**
  - Официальная карточка Трудности: Групповое упражнение (D)**
  - Официальная карточка Исполнения: Индивидуальное упражнение (E)**
  - Официальная карточка Исполнения: Групповое упражнение D)**

**СБАВКИ СУДЬИ-КООРДИНАТОРА для ИНДИВИДУАЛЬНЫХ и ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ**

1	Продолжительность упражнения: за каждую лишнюю или недостающую секунду	<b>0.05</b>
2	За музыку, не соответствующую требованиям	<b>0.50</b>
3	За каждый выход за границы установленной регламентом площадки с опорой вне площадки: предмета, одной или обеих стоп, какой-либо части тела; выход предмета за площадку и самопроизвольное его возвращение	<b>0.30</b>
4	Гимнастка или каждая гимнастка группы меняет площадку, или заканчивает упражнение вне пределов той же площадки, или уходит с площадки во время упражнения	<b>0.30</b>
5	За любое использование предмета, не соответствующего нормам (Индивидуальное и Групповое упражнения)	<b>0.50</b>
6	За каждый лишний, сверх разрешенного количества, запасной предмет	<b>0.50</b>
7	За неразрешенный возврат предмета	<b>0.50</b>
8	Использование запасного предмета, если упавший предмет остается на площадке	<b>0.50</b>
9	Не соответствующая регламенту спортивная форма гимнастки/гимнасток	<b>0.30</b>
10	Не соответствующая официальным нормам эмблема и реклама	<b>0.30</b>
11	Не соответствующий регламенту бинт (бандаж) или другой перевязочный материал	<b>0.30</b>
12	Слишком ранний или поздний выход гимнастки/гимнасток на площадку	<b>0.50</b>
13	Разминка гимнастки/гимнасток в зале соревнований	<b>0.50</b>
14	Переговоры во время выполнения упражнения между гимнастками группы	<b>0.50</b>
15	Принятие стартовой позиции с задержкой или длительными приготовлениями предметов, что задерживает соревнования	<b>0.50</b>
16	Переговоры тренера с гимнасткой/гимнастками, музыкантом или судьями во время выполнения упражнения	<b>0.50</b>
17	За уход гимнастки из состава команды (Группы)	<b>0.30</b>
18	За использование «новой гимнастки», если гимнастка вынуждена уйти из состава ансамбля по уважительной причине	<b>0.50</b>
19	Выход группы на площадку не соответствует требованиям	<b>0.50</b>









## ПРОГРАММА ДЛЯ СЕНЬОРОК

### 1. ВОЗРАСТ ГИМНАСТОК



Год	Года рождения
<b>2013:</b>	1997 - и старше
<b>2014:</b>	1998 - и старше
<b>2015:</b>	1999 - и старше
<b>2016:</b>	2000 - и старше

### 2. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

#### 2.1. Индивидуальная программа: 4 упражнения

2013	—				
2014	—				
2015	—				
2016	—				

#### 2.2. Программа для Групп: 2 упражнения

2013	10 	3  2 
2014	10 	3  2 
2015	5 	6  2 
2016	5 	6  2 

















## ПРОГРАММА ДЛЯ ЮНИОРОК

### 1. ВОЗРАСТ ГИМНАСТОК









Год	Года рождения
<b>2013:</b>	2000 - 1999 - 1998
<b>2014:</b>	2001 - 2000 - 1999
<b>2015:</b>	2002 - 2001 - 2000
<b>2016:</b>	2003 - 2002 - 2001

### 2. ПРОГРАММА СОРЕВНОВАНИЙ

#### 2.1. Индивидуальная программа: 4 упражнения

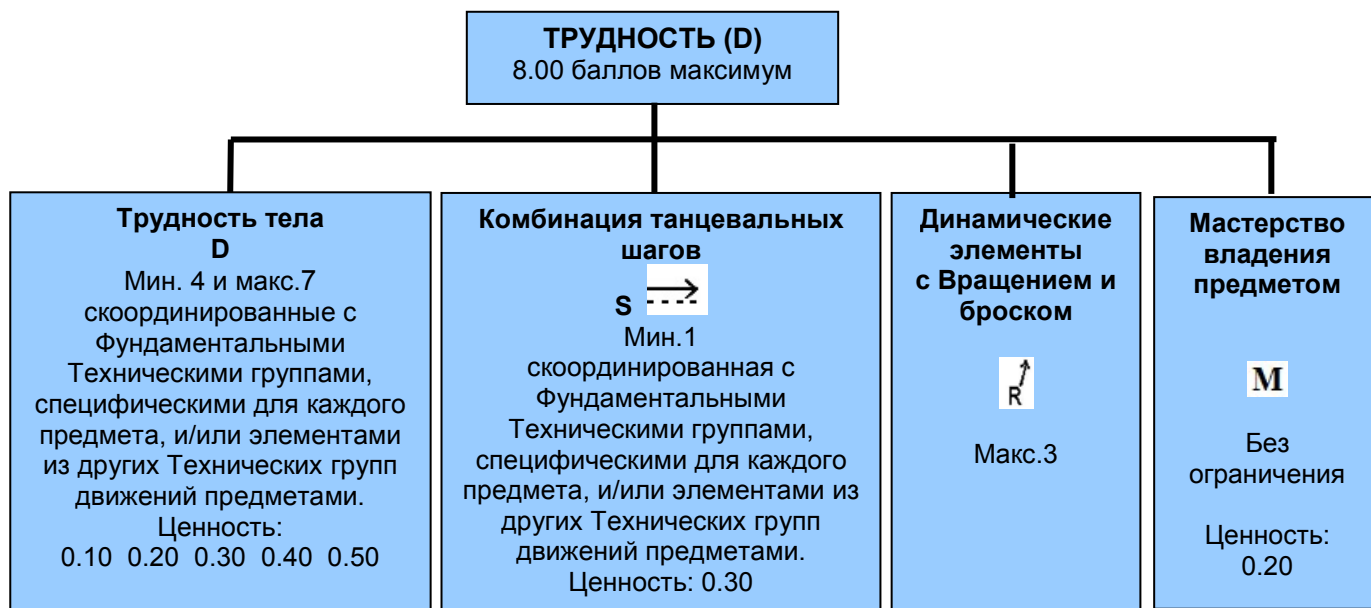
2013	—				
2014	—				
2015					—
2016					—



#### 2.2. Программа для Групп: 2 упражнения



2013	5 	10 
2014	5 	10 
2015	5 	5 
2016	5 	5 

**Примечание:** для гимнасток-юниорок длина ленты 5 метров.

### 3. ТЕХНИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ЮНИОРОК - ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ



В официальной карточке Трудности все элементы Трудности (**D**, **S** , **R** , **M**) должны быть записаны в порядке их исполнения.

- 3.1. Трудность тела:** в упражнении должны быть представлены Трудности из каждой группы движения тела (мин 1, макс 3 из каждой группы): Прыжки , Равновесия **T**, Вращения 
- 3.1.1. Каждая **Трудность тела** считается только один раз: либо изолированная, либо в составе Мультипл Трудности, либо в составе Микс Трудности (**не может повторяться**)
- 3.1.2. Ценность каждой **Трудности тела** (изолированной, Мультипл или Микс): **1.00 балл максимум**
- 3.1.3. В официальной карточке Трудности все заявленные Трудности должны быть максимум 1.00 балл.
- 3.1.4. Каждая Трудность, превышающая 1.00 балл, не засчитывается (0.00 балла) - нет сбавки
- 3.1.5. Для Трудностей с Вращением (Повороты) ценность Трудности засчитывается до 1.00 балла.
- 3.1.6. Общие нормы Трудности для Индивидуальных упражнений сеньорок также действительны для Индивидуальных упражнений юниорок (см. п. 1.1.2 - 1.6)


#### 3.2. Оценка Трудности упражнения (D)

Судья, оценивающий Трудность (D), должен действовать следующим образом:

Оценить и проверить действительность всех Трудностей тела (мин.4 и макс.7) в соответствии с порядком их исполнения.

Добавить, при необходимости, в официальную карточку Трудности не заявленные Трудности тела.

Проконтролировать выполнение мин.1 Комбинации танцевальных шагов **S** 

Проконтролировать выполнение макс.3 Динамических элементов с Вращением **R** 

Проконтролировать выполнение элементов Мастерства владения предметом (**M**)

Выставить соответствующую оценку

Вычесть сбавки

### 3.3 Сбавки Судей D

Сбавки	0.30	0.50
	<p>Карточка/упражнение содержит менее 1 Трудностей из каждой группы движения тела. Сбавка - за каждую недостающую Трудность.</p> <p>Карточка/упражнение содержит более 3 Трудностей из каждой группы движения тела. Сбавка - за каждую сверх разрешенного количества Трудность (все Трудности, в порядке их исполнения сверх нормы, вычеркиваются).</p> <p>Если упражнение случайно прерывается на долгое время (серьезная ошибка исполнения), и гимнастке невозможно выполнить элементы, указанные в форме, то в этом случае нет сбавки за пропущенные Трудности.</p>	<p>Отсутствие доминирования Фундаментальных Технических групп движений предметом (менее 50%)</p> <p>Заявлено менее 4 и более 7 Трудностей (в этом случае будут оцениваться только первые 7 выполненных Трудностей)</p>
	<p>Если в карточке неправильно подсчитана: Сумма ценности всех Трудностей</p>	<p>Карточка/упражнение не содержит 1 Комбинации танцевальных шагов <math>S \dashrightarrow</math></p>
	<p>Ценность каждого компонента Трудности: <math>D, R, S \dashrightarrow M</math></p>	<p>Карточка/упражнение содержит более 3 Динамических элементов с Вращением <math>R</math></p>
	<p>Более одного «турляна» в упражнении</p>	<p>Исполнение более одного упражнения под музыку с голосом и словами</p>
	<p>За каждое исполнение Трудности, не заявленной в карточке</p>	

3.3.1. Если символ Трудности неправильно записан, Трудность не засчитывается (**Нет Сбавки**)

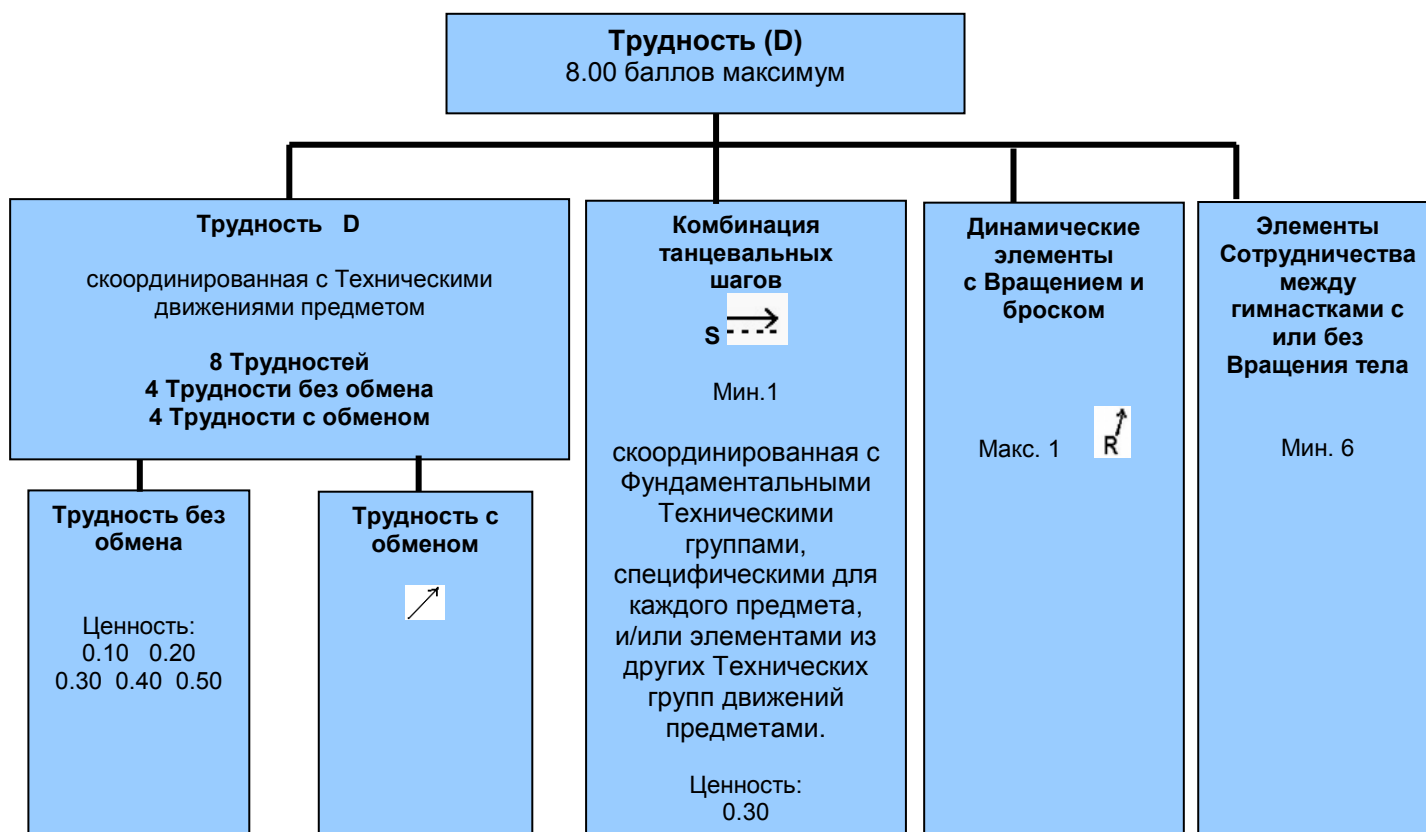
3.3.2. В случае расхождения между описанием Трудности и ее рисунком в таблице Трудности, главным является текст.

3.3.3. Таблицы Трудностей: см. Индивидуальные упражнения сеньорок п.1.9.

#### 4. ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ: ИСПОЛНЕНИЕ (E)

Общие нормы «Индивидуальные упражнения сеньорок - Исполнение» также действительны для Индивидуальных упражнений юниорок (см. п. 2 - 2.4.)

#### 5. ТЕХНИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ ЮНИОРОК



В официальной карточке Трудности (D) все компоненты (см. п. 1.1, 1.2, 1.3, 1.4) должны быть записаны в порядке их исполнения.



### 5.1. Трудность (D)

Каждое групповое упражнение может содержать **8 Трудностей**

5.1.1. Ценность каждой Трудности без обмена: **1.00.балл максимум**

5.1.2. Общие нормы Трудности для Индивидуальных упражнений юниорок действительны для Групповых упражнений юниорок (см. п. 3.1.1 - 3.1.4)

5.1.3. Общие нормы Трудности для Групповых упражнений сеньорок действительны для Групповых упражнений юниорок (см. п. 1.1.1 - 1.4.5)

### 5.2. Оценка Трудности упражнения (D)

Судья, оценивающий Трудность (D), должен действовать следующим образом:

Оценить 8 Трудностей (D) в соответствии с порядком их исполнения

Добавить, при необходимости, в официальную карточку Трудности не заявленные Трудности

Проконтролировать выполнение 4 Трудностей без обмена

Проконтролировать выполнение 4 Трудностей с обменом ↗ с 4 различными типами бросков или ловли

Проконтролировать выполнение минимум 1 Комбинации танцевальных шагов S →

Проконтролировать выполнение максимум 1 Динамического элемента с Вращением R ↗

Оценить элементы Сотрудничества между гимнастками с и без Вращения тела (минимум 6)

Выставить соответствующую оценку

Вычесть сбавки.

### 5.3. Сбавки Судей D

Сбавки	0.30	0.50
	Одновременное выполнение 3 и более различных Трудностей тела всеми 5 гимнастками во время Трудностей без обмена	Заявлено более 8 Трудностей (в этом случае будут оцениваться только первые 8 выполненных Трудностей)
	Если в карточке неправильно указана: сумма ценности всех Трудностей ценность отдельной Трудности	Карточка/упражнение содержит менее 4 Трудностей без обмена
	Более одного «турляна» в упражнении	Карточка/упражнение содержит менее 4 Трудностей
	За каждое исполнение Трудности, не заявленной в карточке	с обменом ↗
	Отсутствие 4 различных типов бросков или ловли в Трудностях с обменом	Карточка/упражнение не содержит 1 Комбинации танцевальных шагов S →
	Отсутствие группы движения тела или предмета	Карточка/упражнение содержит более 1 R ↗
	За каждый отсутствующий элемент Сотрудничества между гимнастками (в дополнение к обменам)	Исполнение более одного упражнения под музыку с голосом и словами

## 6. ГРУППОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ: ИСПОЛНЕНИЕ (E)

Общие нормы «Групповое упражнение – Исполнение» сеньорок действительны для Групповых упражнений юниорок (см. п. 2. – 2.3.)

# Individual Exercise

JUDGE

**Difficulty (D)**

Judge №°

Date

Country

№ gymnast



Difficulty		JUDGE	Difficulty		JUDGE	Difficulty		JUDGE
Value			Value			Value		
Value			Value			Value		
Value			Value			Value		
Value			Value			Value		
Value			Value			Value		
Value			Value			Value		
Value			Value			Value		
Value			Value			Value		
Value			Value			Value		
Value			Value			Value		
Value			Value			Value		
Value			Value			Value		
<b>Use music with voice and words</b>						<b>TOTAL</b>		
<b>Incorrect calculation of:</b> Total value of all the Difficulties Value of each Difficulty component: D, R, S, M			<input type="checkbox"/> More than 9 Difficulties declared <input type="checkbox"/> Less than 2/ more than 4 Difficulties of each Body Group <input type="checkbox"/> Min. 1 S → <input type="checkbox"/> Max. 3 R			<b>Penalty</b>		
<input type="checkbox"/> For absence of Fundamental groups predominance (less than 50%)								

Coach Signature.....

Judge Signature.....

**Group Exercise**

**Difficulty (D)**

Judge №°

1 type of Apparatus

2 types of Apparatus

№ Group

Country

Date

Difficulty		JUDGE	Difficulty		JUDGE	Difficulty		JUDGE
Value			Value			Value		
Value			Value			Value		
Value			Value			Value		
Value			Value			Value		
Value			Value			Value		
Value			Value			Value		
Value			Value			Value		
Value			Value			Value		
Value			Value			Value		
Value			Value			Value		
Value			Value			Value		

Use music with voice and words

**TOTAL**

**Incorrect calculation of:**

Total value of all the Difficulties  
Value of one Difficulty

More than 10 Difficulties  
Less than 5 Difficulties without exchange  
Less than 5 Difficulties with exchange  
Min. 1 S →  
Max. 1 R ↑  
Min. 6 elements with Collaboration


**Penalty**

5 different types of throw/catches during Difficulties with exchange  
Absence of an apparatus or a body movement group

**FINAL SCORE JUDGE**

Coach Signature.....

Judge Signature.....

<b>INDIVIDUAL EXERCISE</b>		<b>EXECUTION (E)</b>	
			
<b>Country</b>	<b>№ Gymnast</b>	<b>№ Judge</b>	<b>Date</b>
<b>Artistic and Technical Faults</b>		<b>Penalty</b>	
Unity of Composition			
Music-movement			
Body Expression			
Use of Space (variety)			
Technical Faults			
<b>TOTAL EXECUTION PENALTY</b>			

Judge Signature.....

<b>GROUP EXERCISE</b>		<b>EXECUTION (E)</b>		1 type of Apparatus	2 types of Apparatus
<b>Country</b>	<b>№ Group</b>	<b>№ Judge</b>	<b>Date</b>		
<b>Artistic and Technical Faults</b>			<b>Penalty</b>		
Unity of Composition					
Music-movement					
Body Expression					
Organization of the collective work					
Use of Space (variety)					
Technical Faults					
<b>TOTAL EXECUTION PENALTY</b>					

Judge Signature.....