



FEDERATION
INTERNATIONALE DE
GYMNASTIQUE

Правила **ФИЖ**
по художественной
гимнастике
2025-2028



МЕЖДУНАРОДНАЯ ФЕДЕРАЦИЯ ГИМНАСТИКИ



FONDÉE EN 1881

2025 – 2028 ПРАВИЛА

по художественной гимнастике

Утверждены Исполнительным Комитетом ФИЖ 25 апреля 2024 г.

Вступают в силу с 1 января 2025 г.

Официальным является текст на английском языке.

В случаях несоответствий в иллюстрациях см. текст.

Перевод выполнен Всероссийской федерацией художественной гимнастики

Версия перевода от 22 августа 2024 г.

СОДЕРЖАНИЕ

ЧАСТЬ 1 - ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ 7

A. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ 7

1. СОРЕВНОВАНИЯ И ПРОГРАММА.....	7
2. ХРОНОМЕТРАЖ.....	7
3. СОСТАВ СУДЕЙСКИХ БРИГАД: ОФИЦИАЛЬНЫЕ ЧЕМПИОНАТЫ И ДРУГИЕ СОРЕВНОВАНИЯ..	8
4. СУДЕЙСКИЕ СОВЕЩАНИЯ / ИНСТРУКТАЖ.....	11
5. ПОДСЧЕТ ОКОНЧАТЕЛЬНЫХ ОЦЕНОК.....	11
6. ПРОТЕСТЫ ПО ОЦЕНКАМ.....	11
7. ПЛОЩАДКА.....	12
8. ПРЕРЫВАНИЕ УПРАЖНЕНИЯ.....	13
9. ПРЕДМЕТЫ.....	13
10. СПОРТИВНАЯ ОДЕЖДА ГИМНАСТОВ.....	17
11. ТРЕБОВАНИЯ К МУЗЫКАЛЬНОМУ АККОМПАНеМЕНТУ.....	18
12. ДИСЦИПЛИНА ГИМНАСТОВ.....	20
13. ДИСЦИПЛИНА ТРЕНЕРОВ.....	20
14. СБАВКИ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ СУДЬЕЙ-ХРОНОМЕТРИСТОМ, СУДЬЕЙ НА ЛИНИИ И ОТВЕТСТВЕННЫМ СУДЬЕЙ В ИНДИВИДУАЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЯХ.....	21

B. ТРУДНОСТЬ (D) ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ 22

1. ОБЗОР ТРУДНОСТИ.....	22
2. ТРУДНОСТЬ ТЕЛА (DV).....	22
3. ТЕХНИЧЕСКИЕ ГРУППЫ ПРЕДМЕТОВ.....	27
4. ДИНАМИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ВРАЩЕНИЕМ (R).....	43
5. ТРУДНОСТЬ ПРЕДМЕТА (DA).....	59
6. НОВЫЕ ОРИГИНАЛЬНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ ПРЕДМЕТОВ.....	75
7. ОЦЕНКА ТРУДНОСТИ (D).....	75
8. ПРЫЖКИ.....	76
9. ТАБЛИЦА ТРУДНОСТИ ПРЫЖКОВ.....	81
10. РАВНОВЕСИЯ.....	89
11. ТАБЛИЦА ТРУДНОСТЕЙ РАВНОВЕСИЙ.....	95
12. ВРАЩЕНИЯ.....	100
13. ТАБЛИЦА ТРУДНОСТЕЙ ВРАЩЕНИЙ.....	107

C. АРТИСТИЗМ (A) ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПРОГРАММА 113

1. ОЦЕНИВАНИЕ БРИГАДОЙ СУДЕЙ В АРТИСТИЗМЕ.....	113
2. АРТИСТИЧЕСКАЯ СТРУКТУРА И ИСПОЛНЕНИЕ: КОМПОЗИЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ.....	113
3. ГЛАВНАЯ ИДЕЯ И ХАРАКТЕР.....	114
4. ЭКСПРЕССИЯ.....	116
5. КОМБИНАЦИИ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ ШАГОВ (S).....	118
6. ДИНАМИЧЕСКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ: СОЗДАНИЕ КОНТРАСТОВ И ЭФФЕКТЫ С МУЗЫКОЙ.....	119
7. СОЕДИНЕНИЯ.....	122
8. РИТМ И ОКОНЧАНИЕ С МУЗЫКОЙ.....	123
9. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРОСТРАНСТВА.....	123
10. ПРЕРЫВАНИЕ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ.....	124
11. ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОШИБКИ В АРТИСТИЗМЕ.....	125

D. ИСПОЛНЕНИЕ (E) ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПРОГРАММА 127

1. ОЦЕНИВАНИЕ БРИГАДОЙ СУДЕЙ ИСПОЛНЕНИЯ.....	127
2. ПОЯСНЕНИЯ К СБАВКАМ В ИСПОЛНЕНИИ.....	127

3.	ДВИЖЕНИЯ ТЕЛА	132
4.	ТЕХНИКА КАЖДОГО ТИПА ПРЕДМЕТА	133
5.	ТЕХНИКА ВСЕХ ПРЕДМЕТОВ	135
Е. ПРИЛОЖЕНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПРОГРАММА		136
1.	ПРОГРАММА ПО ПРЕДМЕТАМ	136
2.	ТЕХНИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ЮНИОРОК – ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ	137
3.	ТРЕБОВАНИЯ К ТРУДНОСТИ ДЛЯ ЮНИОРОК. ИНДИВИДУАЛЬНАЯ ПРОГРАММА	138
4.	ТРУДНОСТЬ ТЕЛА (DV)	138
5.	ТЕХНИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ ПРЕДМЕТОВ	139
6.	ДИНАМИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ВРАЩЕНИЕМ (R)	142
7.	ТРУДНОСТЬ ПРЕДМЕТА (DA)	142
8.	ОЦЕНКА ТРУДНОСТИ (D)	145
9.	АРТИСТИЗМ И ИСПОЛНЕНИЕ	145
ЧАСТЬ 2 – ГРУППОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ		147
А. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ ГРУППОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ		147
1.	СОРЕВНОВАНИЯ И ПРОГРАММА	147
2.	КОЛИЧЕСТВО ГИМНАСТОК	147
3.	ХРОНОМЕТРАЖ	148
4.	СУДЕЙСКИЕ БРИГАДЫ: ОФИЦИАЛЬНЫЕ ЧЕМПИОНАТЫ И ДРУГИЕ СОРЕВНОВАНИЯ	148
5.	СУДЕЙСКИЕ СОВЕЩАНИЯ / ИНСТРУКТАЖ	152
6.	ПОДСЧЕТ ОКОНЧАТЕЛЬНОЙ ОЦЕНКИ	152
7.	ПРОТЕСТЫ ПО ОЦЕНКАМ	152
8.	ВЫХОД НА ПЛОЩАДКУ	152
9.	ПЛОЩАДКА	152
10.	ПРЕРЫВАНИЕ УПРАЖНЕНИЯ	154
11.	ПРЕДМЕТЫ	154
12.	СПОРТИВНАЯ ОДЕЖДА	157
13.	ТРЕБОВАНИЯ К МУЗЫКАЛЬНОМУ АККОМПАНеМЕНТУ	159
14.	ДИСЦИПЛИНА ГИМНАСТОК	160
15.	ДИСЦИПЛИНА ТРЕНЕРОВ	161
16.	СБАВКИ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ СУДЬЕЙ-ХРОНОМЕТРИСТОМ, СУДЬЕЙ НА ЛИНИИ И ОТВЕТСТВЕННЫМ СУДЬЕЙ	162
В. ТРУДНОСТЬ (D) ГРУППОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ		163
1.	ОБЗОР ТРУДНОСТИ	163
2.	ТРУДНОСТЬ ТЕЛА (DV)	164
3.	ТЕХНИЧЕСКИЕ ГРУППЫ ПРЕДМЕТОВ	169
4.	ТРУДНОСТЬ С ОБМЕНОМ (DE)	182
5.	ДИНАМИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ВРАЩЕНИЕМ (R)	193
6.	ТРУДНОСТЬ С СОТРУДНИЧЕСТВОМ (DC)	196
7.	ОЦЕНКА ТРУДНОСТИ (D)	210
С. АРТИСТИЗМ (А) ГРУППОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ		211
1.	ОЦЕНИВАНИЕ БРИГАДОЙ СУДЕЙ В АРТИСТИЗМЕ	211
2.	АРТИСТИЧЕСКАЯ СТРУКТУРА И ИСПОЛНЕНИЕ: ЦЕЛИ КОМПОЗИЦИИ	211
3.	ГЛАВНАЯ ИДЕЯ И ХАРАКТЕР	212
4.	ЭКСПРЕССИЯ	214
5.	КОМБИНАЦИИ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ ШАГОВ (S)	217
6.	ДИНАМИЧЕСКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ: СОЗДАНИЕ КОНТРАСТОВ И ЭФФЕКТЫ С МУЗЫКОЙ	219
7.	КОЛЛЕКТИВНАЯ РАБОТА	222
8.	СОЕДИНЕНИЯ	224
9.	РИТМ И ОКОНЧАНИЕ С МУЗЫКОЙ	226

10. ПОСТРОЕНИЯ	226
11. ПРЕРЫВАНИЕ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ	228
12. КОНСТРУКЦИИ / ПОЛОЖЕНИЯ ПОДЪЕМА/ПОДДЕРЖКИ	228
13. КОНТАКТ С ПРЕДМЕТАМИ И ГИМНАСТКАМИ	230
14. ГРУППОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ - ОШИБКИ В АРТИСТИЗМЕ	231
D. ИСПОЛНЕНИЕ (E) ГРУППОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ	234
1. ОЦЕНИВАНИЕ БРИГАДОЙ СУДЕЙ ИСПОЛНЕНИЯ	234
2. РАЗЪЯСНЕНИЕ ПО СБАВКАМ В ИСПОЛНЕНИИ	234
3. РАБОТА ГРУППЫ	239
4. ДВИЖЕНИЯ ТЕЛА	239
5. ТЕХНИКА С КАЖДЫМ ТИПОМ ПРЕДМЕТОВ	240
6. ТЕХНИКА ВСЕХ ПРЕДМЕТОВ	241
E. ПРИЛОЖЕНИЕ ГРУППОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ	243
1. ПРОГРАММА ПО ПРЕДМЕТАМ	243
2. ТЕХНИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ЮНИОРОК – ГРУППОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ	244
3. ТРЕБОВАНИЯ К ТРУДНОСТИ ДЛЯ ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ ЮНИОРОК	244
4. ТРУДНОСТЬ ТЕЛА (DV)	245
5. ТЕХНИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ ПРЕДМЕТОВ	246
6. ТРУДНОСТЬ С ОБМЕНОМ (DE)	248
7. ДИНАМИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ВРАЩЕНИЕМ (R)	248
8. ТРУДНОСТЬ ПРЕДМЕТА (DA)	249
9. ОЦЕНКА ТРУДНОСТИ (D)	249
10. АРТИСТИЗМ И ИСПОЛНЕНИЕ	250
ЧАСТЬ 3 – СПИСОК ПРИЛОЖЕНИЙ	251

Технический Комитет ФИЖ по художественной гимнастике (FIG RG TC) любезно представляет вам Правила судейства по художественной гимнастике, которые будут действовать с 1 января 2025 года по 31 декабря 2028 года.

Основные цели Правил судейства включают в себя руководства для тренеров и спортсменок в разработке упражнений по художественной гимнастике и предоставление стандартизированных, объективных средств оценки выступлений в художественной гимнастике.

В Правила судейства по художественной гимнастике 2022 – 2024 гг. были внесены значительные изменения по большинству компонентов оценки. На момент завершения работы над Правилами судейства 2025 – 2028 гг. общее понимание и полный эффект изменений, внесенных в 2022 – 2024 годах, только начинают стабильно проявляться. Таким образом, Исполнительный Комитет ФИЖ пришел к выводу, что было бы преждевременно заново разрабатывать компоненты оценки. Вместо этого целью настоящих изменений было:

- устранить некоторые проблемы, выявленные в течение цикла 2022 – 2024 годов,
- включить разъяснения, которые были предоставлены в течение цикла 2022 – 2024 годов,
- упростить некоторые аспекты оценивания
- расширить возможности для здоровой спортивной карьеры спортсменок.

В ходе изменений был получен, рассмотрен и согласован ценный материал, поступивший от ряда организаций и групп:

- Комиссии ФИЖ по антидопингу, медицинскому и психическому здоровью
- Встречи с 10 ведущими тренерами
- Отзывы от Федераций - членов ФИЖ
- Консультации за круглым столом с Федерациями - членами ФИЖ во время Чемпионатов мира
- Континентальные Союзы и их Президенты Технических Комитетов по художественной гимнастике
- Встречи представителей спортсменок с самими спортсменками
- Регулярные диалоги со спортсменками и судьями в течение цикла

Благодарность:

Членами Технического Комитета ФИЖ 2022 – 2024 гг., ответственными за данную редакцию Правил судейства, являются:

Президент ФИЖ:	Noha ABOU SHABANA	Египет
1-й Вице-Президент:	Isabell SAWADE	Германия
2-й Вице-Президент:	Maria PETROVA MIHAYLOVA	Болгария
Член ТК:	Natalya BULANOVA	Азербайджан
Член ТК:	Marcia Regina AVERSANI LORENCO	Бразилия
Член ТК:	Liubou CHARKASHYNA	Беларусь
Секретарь:	Marie M. H. MOLTUBAKK	Норвегия
Представитель спортсменок:	Siyana VASILEVA	Азербайджан
Спортивный Менеджер ФИЖ:	Sylvie MARTINET	
Пиктограммы:	Gerald BIDAULT (FIG)	
	Natalya BULANOVA	Азербайджан
	Liubou CHARKASHYNA	Беларусь
Иллюстрации:	Gerald BIDAULT (FIG)	
	Marie M. H. MOLTUBAKK	Норвегия
Редактор:	Marie M. H. MOLTUBAKK	Норвегия

От имени Технического Комитета ФИЖ по художественной гимнастике,



Ноха Абу Шабана
Президент

ЧАСТЬ 1: ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

ЧАСТЬ 1 - ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

А. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

ПРИМЕЧАНИЕ: в настоящем документе под словом «пол», употреблённом в отношении какого-либо лица, подразумевается любой пол, если иного не указано отдельно.

1. СОРЕВНОВАНИЯ И ПРОГРАММА

1.1. **Официальные Чемпионаты и программа соревнований по художественной гимнастике** Индивидуальные, Групповые и Командные Соревнования

Индивидуальные Соревнования:

- Квалификационные соревнования для Финала Многоборья, Командного рейтинга,
- Финалов в отдельных видах
- Финал многоборья – 4 Предмета
- Финалы в отдельных видах – 4 Предмета

Командный рейтинг:

Определяется по сумме 8 лучших оценок Индивидуальных гимнасток команды + 2 оценок упражнений Группы.

Программа Предметов ФИЖ на текущий год определяет предметы, требуемые для каждого упражнения (см. Приложение Е).

Для уточнения деталей, касающихся официальных соревнований ФИЖ, см. *Технический Регламент* (Раздел 1 и Раздел 3).

1.2. **Программа для Индивидуальных гимнасток**

1.2.1. Программа для Индивидуальных упражнений Сениорок и Юниорок, как правило, состоит из 4 упражнений (см. в Приложении Е Программу Предметов ФИЖ для сениорок и юниорок):

- Обруч
- Мяч
- Булавы
- Лента

1.2.2. Продолжительность каждого упражнения от 1'15" до 1'30".

2. ХРОНОМЕТРАЖ

2.1. Хронометр включают с началом движения гимнастки и выключают, как только гимнастка полностью прекращает движение.

2.2. Разрешается короткое музыкальное вступление не более 4 секунд без движений гимнастки и/или предметов (см. Артистизм, п. 2.5).

2.3. Во всех упражнениях хронометраж (подготовка перед началом упражнения, его продолжительность) ведется интервалами по полной секунде.



Сбавка Судьи-Хронометриста: 0.05 балла за каждую лишнюю или недостающую секунду (считаются полные секунды).

Пример: 1'30.59 = нет сбавки; 1'31.00 = сбавка 0.05.

3. СОСТАВ СУДЕЙСКИХ БРИГАД: ОФИЦИАЛЬНЫЕ ЧЕМПИОНАТЫ И ДРУГИЕ СОРЕВНОВАНИЯ

3.1. Верховное Жюри

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

3.2. Судейские Бригады для Индивидуальных Упражнений:

3.2.1. Каждое Жюри для официальных соревнований ФИЖ, Чемпионатов мира, Олимпийских игр состоит из **3** групп Судей: **Трудность** (бригада **D**), **Артистизм** (бригада **A**) и **Исполнение** (бригада **E**)

3.2.2. Судьи в Трудности (**D**), Артистизме (**A**) и Исполнении (**E**) отбираются путем жеребьевки и назначаются Техническим Комитетом ФИЖ в соответствии с действующим *Техническим Регламентом, Общими Правилами для Судей и Специальными Правилами для Судей*.

3.2.3. Во время соревнований за техническим столом судьям будет запрещено использовать любые электронные устройства для разговора, передачи или получения сообщений или информации (мобильные телефоны, мини-ноутбуки, компьютеры, подключенные часы и т.д.), а также использовать любые камеры или видеоустройства (см. *Технический Регламент, Раздел 1, Статья 5.4*).

3.3. Состав Судейских Бригад

3.3.1. Бригада Судей, оценивающих Трудность (D): 4 судьи – делятся на 2 подгруппы:

- 1-ая подгруппа (**D**) – 2 судей **DB1** и **DB2**, работают независимо, выставляют свои индивидуальные оценки и затем **общую оценку DB**.
- 2-ая подгруппа (**D**) – 2 судей **DA1** и **DA2**, работают независимо, выставляют свои индивидуальные оценки, и затем **общую оценку DA**.

3.3.2. Бригада Судей в Артистизме (A): 4 Судьи (**A1, A2, A3, A4**)

3.3.3. Бригада Судей в Исполнении (E): 4 Судьи (**E1, E2, E3, E4**)

3.3.4. Минимальные требования к судейским бригадам для разных групп соревнований ФИЖ – см. *Общие Правила для судей, Ст. 11*.

3.4. Функции Бригады D

3.4.1. 1 - ая подгруппа (DB) записывает содержание упражнения символами, оценивает количество и техническую ценность Трудностей тела (**DB**), и количество и техническую ценность Динамических элементов с Вращением (**R**).

3.4.2. Эти Судьи оценивают всё упражнение целиком независимо, без консультаций с другими судьями, выставляют свои индивидуальные оценки (с целью оценивания судей), и затем выставляют общую оценку **DB*** (см. п. 3.8.).

3.4.3. 2 - ая подгруппа (DA) записывает содержание упражнения символами, оценивает количество и техническую ценность Трудностей предмета (**DA**).

3.4.4. Эти Судьи оценивают всё упражнение целиком независимо, без консультаций с другими судьями, выставляют свои индивидуальные оценки (с целью оценивания судей) и затем выставляют общую оценку **DA*** (см. п. 3.8.).

3.4.5. Окончательная оценка D: получается путем сложения общих оценок **DB** и **DA**.

3.5. Функции Судей Бригады А

- 3.5.1. 4 судьи (**A1, A2, A3, A4**) оценивают Артистические ошибки с помощью сбавок. Эти судьи оценивают все упражнение целиком, независимо, и выставляют свои индивидуальные общие сбавки*. (см. п. 3.8).
- 3.5.2. Когда Артистизм оценивают **4 судьи**, наивысшая и самая низкая сбавки отбрасываются, и **окончательная сбавка А** определяется как среднее арифметическое из **2** средних сбавок.
- 3.5.3. Когда Артистизм оценивают **2 - 3 судьи**, **окончательная сбавка А** определяется как среднее арифметическое из **всех сбавок**.
- 3.5.4. **Окончательная оценка А** представляет собой окончательную сбавку в Артистизме, которую вычитают из **10.00 баллов**.

3.6. Функции Судей Бригады Е

- 3.6.1. 4 судьи **E1, E2, E3, E4** – оценивают Технические ошибки с помощью сбавок. Эти судьи оценивают упражнение целиком, независимо, и выставляют свои индивидуальные общие сбавки*. (см. п. 3.8).
- 3.6.2. Когда Исполнение оценивают **4 судей**, наивысшая и самая низкая сбавки отбрасываются, и **окончательная сбавка Е** определяется как среднее арифметическое из **2** средних сбавок.
- 3.6.3. Когда Исполнение оценивают **2 - 3 судей**, **окончательная сбавка Е** определяется как среднее арифметическое из **всех сбавок**.
- 3.6.4. **Окончательная оценка Е** представляет собой окончательную сбавку в Исполнении, которую вычитают из **10.00 баллов**.

3.7. Судейские записи

Во время соревнований, в конце потока и/или по окончании соревнований, Президент Верховного Жюри может запросить судейские записи, в которых указаны номер, имя гимнастки, Национальная Федерация и предмет, а также оценка за каждое упражнение.

3.8. Возможность технологического усовершенствования систем подсчета баллов (*)

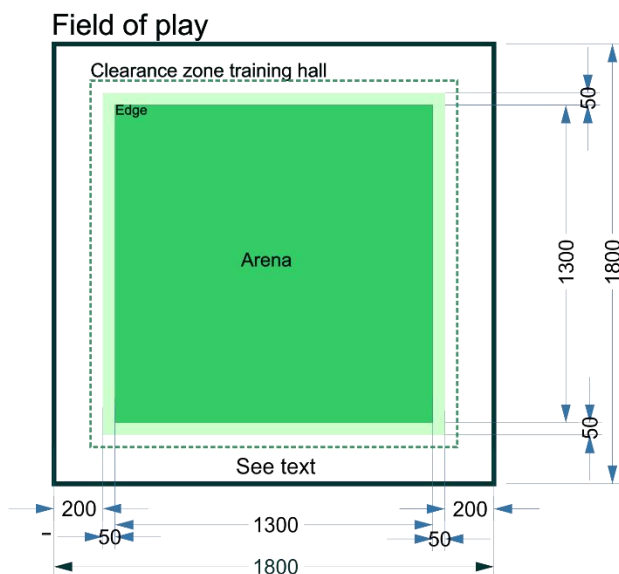
Возможно, что технический прогресс в течение цикла позволит подавать сбавки, ценности и/или оценки в разных форматах с разной разбивкой. В этом случае пункты, описывающие подачу баллов/сбавок и помеченные (*), могут быть соответствующим образом изменены.

3.9. Функции Судей-Хронометристов и Судей на Линии

3.9.1. Ответственность Судей-Хронометристов (1 или 2):

- запускают секундомер при подготовке каждой гимнастки к стартовому положению для контроля продолжительности возможной задержки (см. п. 9.3.3.)
- контролируют продолжительность упражнения
- фиксируют размер нарушения по хронометражу (в большую и меньшую стороны) при отсутствии компьютерного тайминга
- подают Президенту Верховного Жюри подписанные протоколы о нарушениях и сбавках
- если гимнастка теряет предмет в конце упражнения и **не принимает окончательное положение или не возвращается в обозначенные пределы площадки** из-за окончания музыки, то Судья-Хронометрист **фиксирует момент возврата гимнасткой предмета или покидания clearance-зоны вокруг площадки в качестве последнего движения упражнения**.

На иллюстрации показана **clearance-зона вокруг площадки** (см. *Нормы ФИЖ по предметам*):

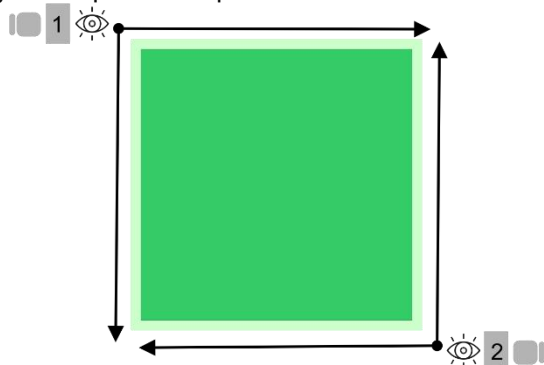


3.9.2. Ответственность Судей на Линии (2):

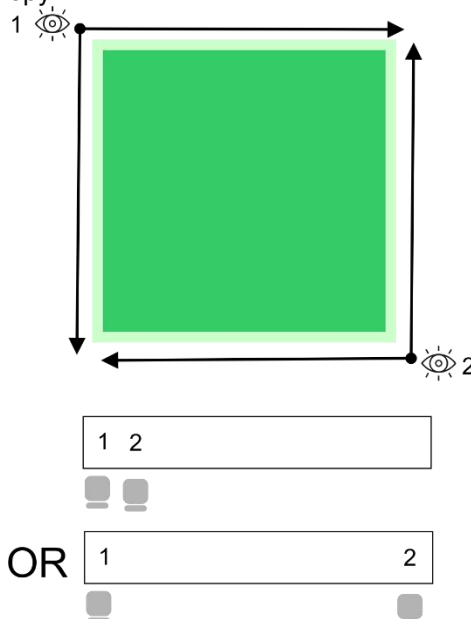
- фиксируют **пересечение** обозначенной линии официальной площадки предметом, одной или двумя ногами, любой частью тела, а также **выход** предмета за официальную площадку.
- поднимают флаг при пересечении обозначенной линии официальной площадки телом и/или предметом, если они пересекают линию или выходят за пределы официальной площадки
- поднимают флаг, если гимнастка выходит за обозначенные пределы официальной площадки во время упражнения
- подают Президенту Верховного Жюри соответствующие подписанные протоколы о нарушениях и сбавках
- Судья на линии должен отслеживать и применять сбавки за любое пересечение линии **до последнего движения** гимнастки: после последнего движения сбавка за пересечение линии не применяется, даже если музыка все еще играет.

3.9.3. Позиции Судей на Линии:

Пример 1: Судьи на Линии сидят в противоположных углах и отвечают за 2 линии и угол с правой стороны от них



Пример 2: Судьи на Линии сидят за судьейским столом и наблюдают за линиями и углом по монитору



3.9.4. Апелляции по поводу сбавок Хронометриста или Судьи на линии: если тренер имеет сомнения относительно этих Сбавок, примененных Судьёй-Хронометристом и/или Судьёй на Линии, он может подать устный протест судьё, ответственному за протесты, на тех же условиях и в те же временные рамки, что и для обычных протестов (см. *Технический Регламент ФИЖ*, Раздел 1, ст. 8).

3.10. Функции Секретаря

Секретари обычно назначаются Оргкомитетом и обязаны владеть компьютером и знать Правила судейства. Они подчиняются Президенту Верховного Жюри и отвечают за правильность внесения всех данных в компьютер, порядка корректного выхода гимнасток, за оперирование красным / зеленым светом, правильное отображение окончательных оценок на табло.

3.11. Функции Ответственного Судьи

Судья DA1 отвечает за все сбавки Ответственного судьи в сотрудничестве с Президентом Верховного Жюри. Все сбавки Ответственного судьи, включенные в Таблицу № 14, подаются на официальном бланке судьей DA1 и будут проверены Президентом Верховного Жюри.

3.12. Подробнее о Жюри, их структуре и функциях – см. *Технический Регламент* (Раздел 1, п. 7, Раздел 3), а также *Общие Правила для Судей* и *Специальные Правила для Судей*.

4. СУДЕЙСКИЕ СОВЕЩАНИЯ / ИНСТРУКТАЖ

- Перед каждым официальным Чемпионатом ФИЖ Технический Комитет организует совещание, чтобы проинформировать участвующих судей об организации судейства.
- Перед всеми другими Чемпионатами или турнирами Оргкомитет может провести аналогичное совещание.
- Все судьи обязаны присутствовать на инструктаже и/или совещании судей, присутствовать на полной продолжительности всего соревнования, а также на церемониях награждения в конце каждого соревнования.
- Инструктаж судей проводится с личным присутствием или виртуально. Все зарегистрированные судьи должны изучить все учебные материалы, указанные ФИЖ, на соответствующих онлайн-платформах. Регистрируясь в качестве судьи, судья соглашается с тем, что его/ее участие в образовательной программе будет контролироваться, и что неучастие может привести к отстранению от судейства.

5. ПОДСЧЕТ ОКОНЧАТЕЛЬНЫХ ОЦЕНОК

5.1. Правила определения **Окончательной оценки** одинаковы для всех видов соревнований (*Индивидуальные квалификации, Многоборье и Финалы в отдельных видах*).

5.2. **Окончательная оценка** в упражнении определяется путем сложения оценок D, A и E. Сбавки (если есть) вычитаются из Окончательной оценки.

6. ПРОТЕСТЫ ПО ОЦЕНКАМ

См. *Технический Регламент*, Раздел 1, п. 8.5.

7. ПЛОЩАДКА

7.1. Обязательно наличие ковра размером 13 X 13 м (**внешняя сторона линии**). Обязательно соответствие рабочего покрытия стандартам ФИЖ (см. *Технический Регламент*, Раздел 1)

7.2. Выход за пределы установленной регламентом площадки любой части тела или предмета с **касанием ковра** вне площадки наказываются:



Сбавка Судьи на Линии: 0.30 балла каждый раз.

7.3. Выход за пределы установленной регламентом площадки гимнастики или предмета или окончание упражнения за пределами площадки наказываются:



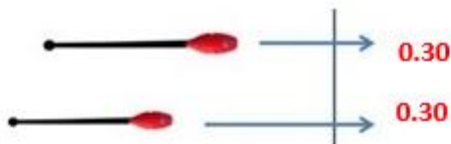
Сбавка Судьи на Линии: 0.30 балла каждый раз

7.4. Несколько предметов с выходом за пределы площадки:

7.4.1. **Последовательная потеря** обеих Булав с выходом за обозначенные пределы площадки:



Сбавка Судьи на линии: 0.30 балла за 1 Булаву + 0.30 балла за 2-ую Булаву



7.4.2. **Одновременная потеря** 2 Булав с **одновременным выходом** за пределы официальной площадки **за одну и ту же линию**: 2 Булавы (соединенные или нет) потеряны вместе, одновременно, и вышли за одну и ту же линию:



Сбавка Судьи на линии: 0.30 балла один раз, как за 1 предмет



7.4.3. **Одновременная потеря** 2 Булав с **одновременным выходом за 2 разные линии**: 2 Булавы потеряны вместе, одновременно, и вышли за 2 разные линии:



Сбавка Судьи на линии: 0.30 балла + 0.30 балла

7.5. В Индивидуальных упражнениях **нет сбавки Судьи на линии** в следующих случаях:

- предмет и/или гимнастка касаются линии
- предмет выходит за пределы официальной площадки без касания пола
- непригодный предмет удаляется за пределы официальной площадки
- сломанный предмет удаляется за пределы официальной площадки
- 2-ая Булава преднамеренно выброшена за пределы площадки для того, чтобы взять пару запасных Булав
- предмет, который был заменен (более не используется), удалён за пределы площадки
- предмет застрял в потолке (конструкциях, прожекторах, табло и т. п.)
- Судья на линии должен отслеживать и применять сбавки за любое пересечение линии до последнего движения гимнастки: сбавка за пересечение линии не применяется после последнего движения, даже если музыка все еще играет. **Во всех остальных случаях** применяются сбавки, указанные в пунктах 7.2 - 7.4.

7.6. Все упражнения должны **полностью** выполняться в пределах **обозначенной поверхности ковра**:

7.6.1. Любая Трудность или элемент Артистизма, которые начаты **вне пределов** официальной площадки, не будут оцениваться.

7.6.2. Если Трудность или элемент Артистизма **начаты в пределах официальной площадки** и завершены вне пределов официальной площадки, то они будут оценены.

7.6.3. Сбавки в Исполнении и Артистизме **применяются** в течение всего упражнения, включая все движения вне пределов официальной площадки.

8. ПРЕРЫВАНИЕ УПРАЖНЕНИЯ

8.1. Если гимнастка **прекращает упражнение** из-за сломанного предмета (п. 9.4.2) или предмета, застрявшего в потолке (п. 9.4.4), из-за несоответствия или проблем с музыкой (п.11.4), из-за травмы или по другим непредвиденным причинам (п. 12.4), то упражнение будет оцениваться следующим образом:

- Трудности, уже выполненные правильным способом, будут засчитаны, включая все соответствующие сбавки за отсутствие компонентов Трудности
- Сбавка за Артистизм = 10.00
- Сбавка за Исполнение = 10.00
- Сбавки Хронометриста применяются в соответствии с продолжительностью выполненного упражнения
- Сбавка Судьи на линии за покидание пределов площадки не применяется, если упражнение было прервано.

9. ПРЕДМЕТЫ

9.1. Нормы и контроль

9.1.1. Нормы и характеристики всех предметов изложены в *Нормах ФИЖ по Предметам*.

9.1.2. Все предметы, используемые гимнастками, должны иметь логотип производителя и отметку «FIG approved logo» в определенном для данного предмета месте. Гимнасткам не разрешается выступать с предметами без утвержденных обозначений. В таких случаях упражнение не оценивается (0.0).

9.1.3. По требованию Президента Верховного Жюри, все предметы должны быть проверены до входа гимнастки в зал соревнований, либо контроль может быть произведен после окончания упражнения, и/или проводится выборочная жеребьевка для проверки предметов.

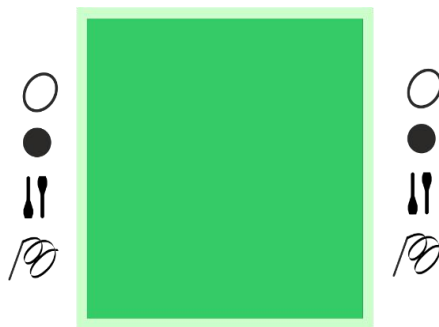
9.2. Запасные предметы

9.2.1. Обязательно размещение вокруг площадки запасных предметов (в соответствии с программой предметов на каждый год).

9.2.2. Оргкомитет должен разместить 2 комплекта одинаковых предметов (полный комплект предметов, необходимых гимнасткам в соревнованиях) вдоль двух сторон ковра для использования любой гимнасткой.

9.2.3. Свободной от предметов остаются линия непосредственно перед судьями и линия входа и выхода на ковер. Предметы размещаются отдельно.

Пример:



9.2.4. Если во время упражнения предмет потерян и **вышел** за пределы официальной площадки (Сбавка Судьи на линии, см. п. 7.3), гимнастка **может** использовать запасной предмет (нет сбавки).

9.2.5. Гимнастка может использовать только тот запасной предмет, который был размещён за пределами официальной площадки до начала упражнения. Однако, она может снова взять свой предмет после использования запасного предмета.



Сбавка: 0.50 балла за использование любого предмета, не размещенного заранее за линией официальной площадки

9.2.6. Гимнастка может использовать максимум запасных предметов, размещенных Оргкомитетом за линией официальной площадки с соответствующими сбавками. **Пример:** 2 Обруча размещены Организационным Комитетом согласно рисунку выше. Гимнастка может использовать оба предмета в одном упражнении, если необходимо.

9.2.7. Не разрешается использование запасного предмета, **если предмет при падении не выходит** за пределы официальной площадки. Гимнастка должна будет взять свой собственный предмет в пределах официальной площадки. Если она использует при этом запасной предмет, то:



Сбавка: 0.50 балла за неправомерное использование запасного предмета.

9.2.8. Если при потере предмет падает и выходит за пределы официальной площадки (сбавка Судьи на линии, см. п. 7.3), **а затем сам возвращается на площадку**, то гимнастка **может** взять запасной предмет (без сбавки).

9.2.9. Если гимнастка по какой-либо причине **решит заменить предмет**, то должна будет удалить неиспользуемый предмет за пределы площадки (без сбавки) до конца упражнения. Если замененный предмет или часть его остаются на площадке до конца упражнения, то:



Сбавка: 0.30 балла за не вынос за пределы площадки замененного предмета.

9.2.10. Если предмет падает и выходит за пределы официальной площадки, а затем тренер или любое другое лицо возвращает этот предмет гимнастке:



Сбавка: 0.50 балла за неправомерный возврат предмета.

Разъяснения / Примеры	
Ситуация	Оценивание
<ul style="list-style-type: none"> Гимнастка теряет свой предмет, и он выходит за пределы площадки. Гимнастка берет запасной предмет. Потерянный предмет закатывается обратно на площадку. Гимнастка не убирает вернувшийся предмет с площадки. 	<ul style="list-style-type: none"> Судья Исполнения: 1,00 одновременно за потерю предмета. Судья на линии: 0,30 за потерянный предмет, покинувший площадку. Ответственный судья: 0.30 за неубранный предмет, который вернулся на площадку.

<ul style="list-style-type: none"> • Гимнастка теряет свой предмет, и он выкатывается за пределы площадки. • Гимнастка берет запасной предмет. • Потерянный предмет закатывается обратно на площадку. • Гимнастка убирает вернувшийся предмет с площадки и продолжает работу с новым предметом. 	<ul style="list-style-type: none"> • Судья Исполнения: 1,00 одновременно за потерю предмета. • Судья на линии: 0,30 за потерянный предмет, покинувший площадку. • Ответственный судья: без сбавки.
<ul style="list-style-type: none"> • Гимнастка теряет свой предмет, и он выкатывается за пределы площадки. • Гимнастка берет запасной предмет. • Потерянный предмет закатывается обратно на площадку. • Гимнастка забирает свой собственный предмет обратно и убирает с площадки запасной предмет. 	<ul style="list-style-type: none"> • Судья Исполнения: 1,00 одновременно за потерю предмета. • Судья на линии: 0,30 за потерянный предмет, покинувший площадку. • Ответственный судья: нет сбавки.
<ul style="list-style-type: none"> • Гимнастка теряет свой предмет, и он выкатывается за пределы площадки. • Потерянный предмет закатывается обратно на площадку. • Гимнастка берет запасной предмет. • Гимнастка убирает вернувшийся предмет с площадки и продолжает выступление с замененным предметом 	<ul style="list-style-type: none"> • Судья Исполнения: 1,00 одновременно за потерю предмета. • Судья на линии: 0,30 за потерянный предмет, покинувший площадку. • Ответственный судья: нет сбавки.

9.3. непригодный предмет

9.3.1. Если до начала упражнения гимнастка решит, что ее предмет непригоден (например, имеется узел на Ленте), то она может взять запасной предмет (без сбавки).

9.3.2. Судья-Хронометрист запускает секундомер, когда каждая гимнастка готовится принять исходное положение, для контроля возможной задержки по времени.

9.3.3. Если гимнастка **задерживает** соревнования более чем на 30 секунд, например, пытается распутать узел перед тем, как решает взять запасной предмет, то:



Сбавка Судьи-Хронометриста: 0.50 балла за слишком долгую подготовку к упражнению, приводящую к задержке соревнований.

9.3.4. Если **во время упражнения** предмет становится непригоден (материал Ленты зацепился за крепление палочки, узел/узлы, которые не развязываются), то гимнастка **может взять запасной предмет** (без сбавки). Нет сбавок ни за Линию, ни по Исполнению за добровольный вынос непригодного предмета за пределы площадки.

9.4. Предмет ломается или зацепляется за конструкцию потолка

9.4.1. Если во время упражнения предмет **ломается**, гимнастка не будет наказана за это сбавками; сбавки могут быть применены только лишь за последствия (возможные технические ошибки).

9.4.2. Если во время упражнения предмет ломается, то гимнастке не разрешается повтор упражнения. В этом случае гимнастка может:

- Удалить сломанный предмет за пределы официальной площадки (нет сбавки ни за Линию, ни по Исполнению), и продолжить упражнение с запасным предметом.
- Прекратить выполнение упражнения (см. п. 8. Прерывание упражнения).

9.4.3. Если предмет **застрял в потолке**, то гимнастка не будет наказана за это сбавками; сбавки могут быть применены только лишь за последствия (возможные технические ошибки).

9.4.4. Если предмет застрял в потолке во время упражнения, то гимнастке не разрешается начать упражнение снова. В этом случае гимнастка может:

- Взять запасной предмет и продолжить упражнение (нет сбавки).
- Прекратить выполнение упражнения (см. п. 8. Прерывание упражнения)

- 9.4.5.** Если гимнастка **прекращает** упражнение из-за сломанного предмета или предмета, застрявшего в потолке **в конце упражнения (последнее движение)**, то упражнение будет оценено следующим образом:
- Трудности, уже выполненные правильным способом, будут засчитаны
 - Будут применены сбавки за Артистизм
 - В Исполнении будут применены все сбавки за время упражнения, включая «потерю предмета в конце упражнения (нет контакта)».
- 9.4.6.** Если **запасной предмет сломался** в течение упражнения, то гимнастка должна взять 2-ой запасной предмет и продолжить упражнение до конца. После окончания упражнения Президент Верховного Жюри объявит, будет ли гимнастка повторно вызвана на ковер и выполнит ли упражнение еще раз в конце потока (или, при необходимости, в момент времени в соответствии с решением Президента Верховного Жюри). Если гимнастке не будет разрешен повтор упражнения, то упражнение будет оцениваться так, как оно было выполнено.

10. СПОРТИВНАЯ ОДЕЖДА ГИМНАСТОВ

10.1. Требования к купальнику

10.1.1 Покрой и ткань

- Корректный гимнастический купальник должен быть из **непрозрачного материала** от зоны туловища до груди. Поэтому под кружевными прозрачными вставками должна быть подкладка (зона туловища до груди).
- Все части купальника должны быть **облегающими**, чтобы дать возможность судьям оценивать правильное положение разных частей тела.
- **Линия выреза** на шее спереди и сзади купальника должен быть не ниже половины грудины и нижней линии лопаток.
- Вырез купальника **в верхней части ног** не должен быть выше паховой складки и не должен быть ниже уровня промежности.
- **Область таза/промежности** и ягодицы, впереди вплоть до верхней линии тазобедренных костей (для справки: передняя верхняя подвздошная ость), должны быть покрыты непрозрачным материалом, не телесного цвета.
 - Допускается наличие по бокам **небольшой** прозрачной/телесного цвета области для соединения/декорирования, если соблюдается следующее:
 - Требуется сплошное цветное соединение между передней и задней частями купальника.
 - Соединение может быть выполнено из ткани или аппликаций, но должно создавать впечатление цельного материала (а не отдельных кусков).
 - Соединение должно быть на уровне тазобедренных костей или ниже.
 - Технический Комитет рекомендует, чтобы область таза/промежности была покрыта непрозрачным материалом, не телесного цвета.

10.1.2. Рукава

- Купальник может быть как с рукавами любой длины, так и без рукавов. Также допускаются узкие бретельки.
- Рукава могут быть изготовлены из прозрачного материала.
- Все части рукавов должны быть плотно подогнаны и прилегать.

10.1.3. Ноги

- Разрешается надевать колготки в полный рост поверх купальников, колготки в полный рост под купальники, полностью комбинированные купальники в полный рост (комбинезоны) или выступать с голыми ногами.
- Шорты, колготки средней длины и тому подобное не допускаются.
- Цвета ткани, покрывающей штанины, и длина основного цвета(ов) должны быть одинаковыми на обеих ногах. Отличаться может только стиль (детали покроя или украшения).

10.1.4. Юбка

- Поверх купальников, колготок или комбинезона допускается юбка, которая не опускается ниже области таза.
- Фасон юбки (покрой или украшения) свободный, но внешний вид балетной «пачки» запрещен.
- Юбка должна быть прочно прикреплена к талии купальника (не может быть отдельной деталью).

10.1.5. Дизайн

- Дизайн, содержащий слова или символы, разрешен, если он соответствует Правилам рекламы на одежде для соревнований ФИЖ и Правилам судейства, п. 10.
- Допускаются декоративные аппликации или детали на одежде для соревнований:
 - Декоративные детали не должны ставить под угрозу безопасность гимнастки.
 - Запрещается украшать изделие светодиодами (LED).
 - Любые аппликации должны прилегать к основе (ложиться ровно на ткань), когда одежда неподвижна; они не должны чрезмерно выступать.

10.1.6. Аксессуары

- Нижнее белье, надетое под купальник, не должно быть видно за швами самого купальника.
- За исключением (возможно) колготок, купальники должны быть цельными. Не допускаются купальники и отдельные дополнительные «носки», «перчатки», «декоративные гетры», пояс и т.д.

10.1.7. Контроль одежды для соревнований

- Все купальники будут проверены перед входом гимнастки в зал соревнований.
- Дополнительно, произвольный контроль может быть проведен



Сбавка: 0.30 если одежда для соревнований гимнастки не соответствует требованиям

10.2. Гимнастки могут выполнять упражнение **босиком или в гимнастических тапочках**; сбавка Ответственного Судьи не применяется, если во время соревнований гимнастка случайно теряет тапочек(ки).

10.3. Не допускаются крупные ювелирные украшения или пирсинг, представляющие риск для безопасности гимнасток. Разрешены небольшие плотно прилегающие серьги и небольшой, плотно прилегающий пирсинг.



Сбавка: 0,30 если это правило не выполняется

10.4. Прическа должна быть аккуратной и компактной, без громоздких дополнительных украшений. Декоративные детали допускаются, но они не должны быть громоздкими и/или опасными для гимнасток. Украшения для волос должны располагаться компактно к волосам/близко к пучку, не должны распространяться с волос на любую часть кожи. Запрещается поправлять прическу во время упражнения.



Сбавка: 0,30 если это правило не выполняется

10.5. Макияж должен быть легким и четким. Театральный грим не допускается. Запрещено поправлять макияж во время упражнения.



Сбавка: 0,30 если это правило не выполняется

10.6. Национальная эмблема и **любая реклама** должны соответствовать официальным нормам соревнований:



Сбавка: 0,30 если это правило не выполняется

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



Сбавка: 0,30 если это правило не выполняется

11. ТРЕБОВАНИЯ К МУЗЫКАЛЬНОМУ АККОМПАНеМЕНТУ

11.1. Каждое упражнение художественной гимнастики, в целом, должно выполняться под музыку. Если музыка по какой-либо причине прекращается, гимнастка должна прекратить упражнение (см. п. 11.4). Упражнение, в котором музыка пропадает (технические проблемы) в одной или нескольких частях, не оценивается.

11.2. Может быть дан звуковой сигнал до начала музыки.

11.3. Для музыки каждого упражнения должен использоваться отдельный высококачественный USB или музыка загружается из Интернета в соответствии с *Рабочим Планом и Директивами* официальных Чемпионатов или соревнований ФИЖ. Если местный Оргкомитет требует загрузки музыки в цифровом виде, то национальные федерации оставляют за собой право использовать на соревнованиях USB.

На каждом USB должна быть записана следующая информация:

- Национальная Федерация (3 заглавные буквы, используемые ФИЖ для обозначения Национальной Федерации, которую представляет гимнастка)
- Имя гимнастки
- Название предмета

11.4. В случае воспроизведения «неправильной» музыки: как только гимнастка поймет, что музыка не соответствует её упражнению, это ответственность гимнастки прекратить выполнение упражнения. **Протесты** по несоответствию музыки после окончания упражнения не принимаются.

11.4.1. Если играет неправильная музыка или гимнастка не расслышала начала музыки:

- Гимнастка может **остановиться на площадке**, вернуться в исходное положение и немедленно выполнить упражнение под правильную музыку.
- Если правильная музыка не будет доступна немедленно, диктор попросит гимнастку покинуть площадку, и об этом гимнастке будет объявлено повторно, когда музыка будет доступна.

11.4.2. Если после некоторого времени выполнения возникают проблемы с музыкой, и музыка полностью исчезает:

- Гимнастка должна **прекратить упражнение и покинуть площадку**.
- Если гимнастка продолжает упражнение без музыки, Президент Верховного Жюри дает сигнал остановить выполнение упражнения.
- После подтверждения Президента Верховного Жюри гимнастка будет объявлена повторно и немедленно выполнит упражнение снова.
- Если Президент Верховного Жюри это не подтвердит, упражнение будет оценено, как описано в пункте 8 (Прерванное упражнение).

11.4.3. Если временные проблемы с музыкой (искажение, прерывания, и т.п.) появляются во время упражнения:

- Гимнастка может выбрать **завершить упражнение, выступив под искаженную музыку** и быть оцененной соответственно ИЛИ
- Гимнастка может выбрать **прекратить выполнение упражнения и покинуть площадку**
- После подтверждения Президента Верховного Жюри гимнастка будет объявлена повторно и немедленно выполнит упражнение снова.
- Если Президент Верховного Жюри это не подтвердит, упражнение будет оценено, как описано в пункте 8 (Прерванное упражнение).

12. ДИСЦИПЛИНА ГИМНАСТОК

- 12.1. Гимнастки должны являться на место соревнований только после их вызова или через микрофон или когда загорается зеленый сигнал. В случае задержки Президент Верховного Жюри выясняет ее причину (организационные проблемы или дисциплина гимнастки).



Сбавка: за слишком ранний (до вызова) или поздний выход гимнасток (дисциплина гимнастки): 0.50 балла.

- 12.2. Разминки в зале соревнований запрещены. Возвращение на ковер после окончания упражнения запрещено.



Сбавка: 0.50 балла если это правило не соблюдается

- 12.3. За **несоответствие выбранного предмета** стартовому порядку, производится следующее: гимнастку попросят покинуть площадку, и она выступит позднее в соответствии со стартовым порядком для корректного предмета/для предмета, указанного в стартовом порядке. Пропущенное упражнение будет выполнено в конце потока.



Сбавка: 0.50 балла (сбавка вычитается из пропущенного упражнения)

- 12.4. Если гимнастка **прекратит упражнение** из-за травмы или непредвиденных обстоятельств, то упражнение будет оценено как прекращение упражнения из-за сломанного предмета (п. 8).

- 12.5. Гимнастки могут **повторять упражнения** только при чрезвычайных обстоятельствах (по вине Оргкомитета) и с разрешения Президента Верховного Жюри, **например**, сбой электропитания, сбой музыкальной системы и т.п.).

13. ДИСЦИПЛИНА ТРЕНЕРОВ

- 13.1. Во время выполнения упражнения тренеру гимнастки (или любому другому члену делегации) не разрешается никаким образом общаться с гимнасткой, музыкантами или судьями. Тренеры, сопровождающие гимнастку, должны оставаться в зоне, обозначенной Оргкомитетом.



Сбавка: 0.50 балла, если это правило не выполняется.

14. СБАВКИ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ СУДЬЕЙ-ХРОНОМЕТРИСТОМ, СУДЬЕЙ НА ЛИНИИ И ОТВЕТСТВЕННЫМ СУДЬЕЙ В ИНДИВИДУАЛЬНЫХ УПРАЖНЕНИЯХ

Сумма этих сбавок вычитается из окончательной оценки

Сбавки Судьи-Хронометриста		
1	За каждую лишнюю или недостающую секунду во время выполнения упражнения (считается интервалами по полной секунде)	0.05
2	За задержку при подготовке к упражнению, которая задерживает соревнования (более 30 секунд)	0.50
Сбавки Судьи на Линии		
1	За каждый выход за границу установленной регламентом площадки с касанием вне площадки: предмета или какой-либо части тела	0.30
2	За выход гимнастки или предмета за пределы официальной площадки	0.30
3	Гимнастка заканчивает упражнение за пределами официальной площадки	0.30
Сбавки Ответственного Судьи		
1	За использование любого предмета, который ранее не был размещён до начала упражнения (не применяется, если снова повторно используется собственный потерянный предмет гимнастки).	0.50
2	За неразрешенное использование запасного предмета (собственный предмет остается на площадке)	0.50
3	Запасной предмет или его любая часть остается на площадке до конца упражнения	0.30
4	За неразрешенный возврат предмета и его использование	0.50
5	Не соответствующая требованиям спортивная форма гимнасток	0.30
6	Использование неразрешенных ювелирных украшений или неразрешенного пирсинга	0.30
7	Причёска не соответствует правилам	0.30
8	Макияж не соответствует правилам	0.30
9	Национальная эмблема или реклама не соответствует правилам	0.30
10	Бинт (бандаж) или другой перевязочный материал не соответствует правилам	0.30
11	Слишком ранний или поздний выход гимнастки	0.50
12	Разминка гимнастки в зале соревнований	0.50
13	Неправильно выбранный предмет, не соответствующий стартовому порядку (сбавка вычитается из упражнения, выполненного в неправильном порядке)	0.50
14	За нарушение дисциплины тренером	0.50

1. ОБЗОР ТРУДНОСТИ

- 1.1. Гимнастка должна включать только элементы, которые она может выполнить безопасно и с высокой степенью эстетической и технической квалификации.
- 1.2. Очень плохо исполненные элементы не будут оценены Судьями Трудности (D) и будут наказаны Сбавкой Судей Исполнения (E).
- 1.3. Элемент, не содержащийся в Таблице Трудностей и не признаваемый бригадой D, не имеет ценности.
- 1.4. Существуют 2 компонента Трудности:
 - Трудность тела (DB), включая Динамические элементы с вращением (R)
 - Трудность предмета (DA)

1.5. Требования к Трудности:

Компоненты Трудности									
<p>Трудность тела (DB) Засчитываются 8 с наивысшей ценностью</p>	<p>Трудность предмета (DA) Максимум 15 (в порядке выполнения)</p>								
<p>Динамические элементы с вращением (R) Максимум 4 (в порядке выполнения)</p>									
<p>Особые требования</p>									
<p>Группы Трудностей тела:</p> <table style="width: 100%; border-collapse: collapse;"> <tr> <td style="width: 30%;">Прыжки</td> <td style="width: 10%; text-align: center;">△</td> <td style="width: 60%;">Минимум 1</td> </tr> <tr> <td>Равновесия</td> <td style="text-align: center;">T</td> <td>Минимум 1</td> </tr> <tr> <td>Вращения</td> <td style="text-align: center;">⊖</td> <td>Минимум 1</td> </tr> </table>		Прыжки	△	Минимум 1	Равновесия	T	Минимум 1	Вращения	⊖
Прыжки	△	Минимум 1							
Равновесия	T	Минимум 1							
Вращения	⊖	Минимум 1							

- 1.6. Судьи в Трудности идентифицируют и регистрируют Трудности в порядке их исполнения, независимо от того, действительны они или нет:
 - 1 - ая подгруппа Судей D (DB) оценивает количество и ценность Трудностей тела (DB), количество и ценность Динамических элементов с вращением (R) и записывает все элементы с помощью символов.
 - 2 - ая подгруппа Судей D (DA) оценивает количество и ценность Трудностей предмета (DA) и записывает все элементы с помощью символов.
- 1.7. Порядок исполнения Трудностей – свободный; однако, расположение Трудностей должно быть организовано в соответствии с принципами Артистизма (см. раздел Артистизм).

2. ТРУДНОСТЬ ТЕЛА (DB)




2.1. Дефиниция

- 2.1.1. Элементы DB – это Прыжки, Равновесия, Вращения из Таблиц Трудностей (№ 9, 11, 13) в Правилах судейства (△, T, ⊖).
- 2.1.2. В случае текстуальных расхождений между описанием Трудности DB и рисунком в Таблицах Трудности тела **преимущество имеет текст** (таблицы и разъяснения).

2.2. Процедура принятия Новых Трудностей тела DB

- 2.2.1. Тренеры приглашаются к представлению **новых Трудностей DB**, которые ранее не выполнялись и/или ещё не фигурировали в Таблицах Трудностей тела **DB**.
- 2.2.2. Новые элементы **DB** должны быть **официально представлены** Национальной Федерацией в Технический Комитет ФИЖ через Офис ФИЖ по почте или электронной почте.
- 2.2.3. Запрос на рассмотрение/оценивание такого элемента следует сопроводить описанием на английском языке, рисунком элемента и видео.
- 2.2.4. Технический Комитет ФИЖ после получения нового элемента **DB** рассматривает его на своём ближайшем заседании.
- 2.2.5. Письменное решение о принятии элемента поступает в скором времени в Соответствующую Федерацию.
- 2.2.6. После того, как утвержденный элемент **DB** выполнен 1-ый раз на Официальных соревнованиях ФИЖ 1, 2 или 3 группы, новый элемент **публикуется в официальном Бюллетене** и может выполняться любой гимнасткой на любых соревнованиях.
- 2.2.7. Иногда ТК не одобряет новый элемент.
- 2.2.8. После проведения каждого очередного Чемпионата мира/ Олимпийских игр в Таблицы Трудностей тела могут добавляться утвержденные **Новые Трудности тела DB**.

2.3. Требования

- 2.3.1. **Засчитываются 8 Трудностей наивысшей ценности в упражнении.**
- 2.3.2. По крайней мере **1** элемент из каждой «Группы Трудностей Тела» должен присутствовать (не обязательно в 8 наивысших Трудностях):
 - Прыжки 
 - Равновесия 
 - Вращения 
- 2.3.3. Упражнение, в котором **отсутствует 1** или более «Групп Трудностей Тела» (п. 2.1.1.) наказывается. Сбавка применяется, если даже не было попытки выполнить «Группу Трудностей Тела».



Сбавка: 0.30 за каждую отсутствующую «Группу Трудностей Тела»

2.4. Одинаковые и разные Трудности

- 2.4.1. Каждая ячейка Таблиц (№ 9, 11 и 13) содержит разные Трудности тела. Каждый рисунок внутри **одной и той же ячейки** рассматривается как **одна и та же DB**.
- 2.4.2. Каждая Трудность тела DB (в каждой ячейке) засчитывается только 1 раз. Если одна и та же Трудность DB **повторяется** (одна ячейка), то она **не засчитывается (Нет Сбавки)**.

Разъяснения / Примеры

Что, если гимнастка попытается принять форму DB, но потеряет равновесие и опустит ногу, или попытается поймать свою ногу, но не сможет удержать ногу и попытается во второй раз?

Если гимнастка допускает техническую ошибку в подготовке и немедленно возобновляет подготовку, это не является повторением, и вторая попытка оценивается.

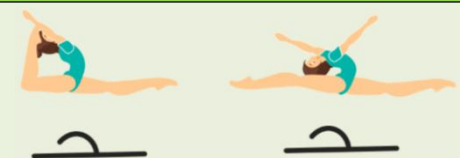
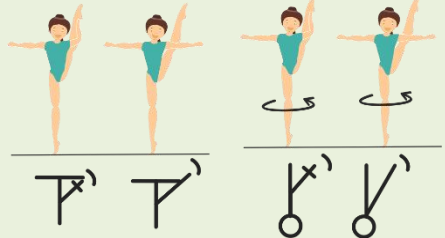

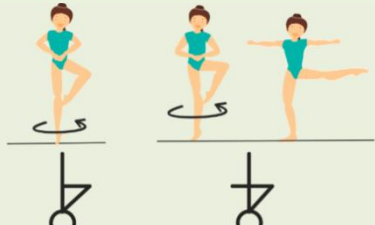
- 2.4.3. Возможно выполнение 2 и более одинаковых Прыжков или Поворотов в **серии**. «Одинаковая Трудность» означает одну и ту же ячейку в таблицах (№ 9, 11, 13).
 - Каждый Прыжок или Поворот в серии оценивается отдельно
 - Каждый Прыжок или Поворот в серии засчитывается как 1 Трудность Прыжка или Поворота.

Разъяснения / Примеры

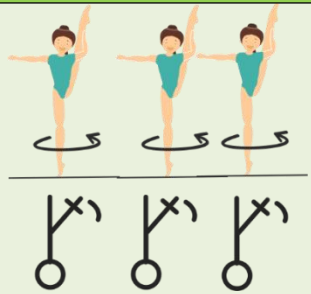

Одинаковые DB: эта группа рисунков может быть использована в одном и том же упражнении только 1 раз (изолированно или в серии)

Разные DB: каждая из этих рисунков может быть использована в одном и том же упражнении

Изолированные DB

	Одинаковые DB (одна ячейка)
	Разные DB (разные ячейки)
	Разные DB (разные ячейки)
	Разные DB (разные ячейки)

Серии DB

	Одна ячейка: Серия засчитывается
	Одна ячейка: Серия засчитывается

2.5. Ценность

2.5.1. Трудность тела DB засчитывается, если она выполняется в соответствии с техническими требованиями Таблиц Трудностей (№ 9, 11, 13).

Ценность DB определяется формой тела, которая была представлена. **Для того, чтобы быть засчитанной**, все DB должны быть выполнены **с фиксированной и определённой формой**, это значит, что туловище, ноги и все соответствующие части тела находятся в правильных положениях, означающих правильную форму DB.

Примеры:

- положение шпагата 180°
- касание любой части ноги в Трудностях с прогибом туловища назад
- положение замкнутого кольца
- положение подбива

2.5.2. Если форма определяется с **малым отклонением** (10° или менее) одной или более частей тела, то **ДВ** засчитывается с сбавкой в Исполнении (см. Исполнение, п. 2.1.3.).



Сбавка: 0.10 за небольшое отклонение от формы за каждое неправильное положение части тела.

2.5.3. Если форма определяется **со средним отклонением** ($11^{\circ} - 20^{\circ}$) одной или более частей тела, то **ДВ** засчитывается со сбавкой в Исполнении (см. Исполнение, п. 2.1.3.).



Сбавка: 0.30 за среднее отклонение от формы за каждое неправильное положение части тела.

2.5.4. Если форма в общем не определяется с **большим отклонением** (более 20°) одной или более частей тела, то **ДВ** не засчитывается со сбавкой в Исполнении (см. Исполнение, п. 2.1.3.).



Сбавка: 0.50 за каждое большое отклонение за каждое неправильное положение части тела.

2.5.5. Исключение: критерий «прогиб туловища назад», выполненный с большим отклонением будет наказан сбавкой в Исполнении, но базовая ценность Трудности может быть засчитана, если она содержится в Таблице без «прогиба назад» и выполнена в соответствии с базовыми характеристиками.

Разъяснения	
Как Судьи различат разницу между 10° и 11° ?	Углы используются только как ориентиры: Судьи научатся оперировать понятиями малых, средних и больших сбавок.

2.6. Требования к работе предмета

2.6.1. Каждая ДВ должна быть выполнена с минимум **1 техническим элементом предмета**, в соответствии с дефиницией в Таблицах п. 3.3-3.4.

2.6.2. ДВ находится в соединении с техническим элементом предмета, **если элемент выполняется в начале, во время или ближе к концу Трудности.**

Разъяснения / Примеры	
<p>Что значит «в начале» и что значит «ближе к концу» прыжка?</p>	<p>Прыжок начинается, когда гимнастка теряет контакт с полом. «Ближе к концу» — это последняя часть фазы полета.</p> <p>Когда гимнастка восстанавливает контакт с полом, Трудность завершена.</p>
<p>Что значит «в начале» и что значит «ближе к концу» равновесия?</p>	<p>Равновесие (за исключением Динамических) начинается в тот момент, когда гимнастка достигает требуемой формы. «Ближе к концу» — это последний момент, когда гимнастка все еще находится в требуемой форме и все еще находится на релеве (если равновесие выполняется на релеве).</p> <p>Когда гимнастка покидает форму или релеве (если равновесие выполняется на релеве), Трудность завершена.</p> <p>Динамическое равновесие начинается с начала первого движения и заканчивается окончанием последнего движения.</p> <p>Когда гимнастка снова встает на обе ноги или ложится, Динамическое равновесие завершено.</p>
<p>Что значит «в начале» и что значит «ближе к концу» вращения?</p>	<p>Вращение в фиксированной форме начинается в тот момент, когда гимнастка достигает требуемой формы. «Ближе к концу» — это последний отрезок времени, в течение которого гимнастка все еще находится в требуемой форме и все еще находится на релеве (если вращение определено на релеве).</p> <p>Когда гимнастка покидает форму или релеве (если вращение определено в релеве), Трудность заканчивается.</p> <p>Другие типы вращений начинаются с начала первого движения и заканчиваются окончанием последнего движения.</p> <p>Когда гимнастка перестает вращаться или снова встает на обе ноги, Трудность заканчивается.</p>

2.6.3. Изолированная DB под полетом предмета во время высокого броска предмета или бумеранга действительна в соответствии со следующим:

- Изолированная DB под полетом предмета во время высокого броска предмета или бумеранга действительна в упражнении, если DB выполняется гимнасткой в соответствии с базовыми характеристиками, необходимыми для того, чтобы она была засчитана.
- Изолированная DB, выполненная **под малым броском**, не засчитывается.
- Изолированная DB «под полетом предмета» — это разновидность работы предмета, и поэтому она может быть выполнена **только один раз в каждом упражнении**, независимо от типа броска/бумеранга.
- Если изолированная DB выполняется под полетом предмета, то нельзя выполнить другую **DB любой ценности** с этим броском и/или ловлей, даже если эта DB выполняется только как критерий для элемента **DA**, или подобное. Только первая **DB** будет оценена.
- Если предмет потерян после **DB** под полетом предмета, **DB** не засчитывается.

2.6.4 Серия Прыжков DB (с вращением или без) с 1 Трудностью **под полетом**:

- Бросок предмета во время первой **DB**, вторая **DB** во время полета предмета и ловля во время третьей **DB**, **может быть выполнена** только 1 раз в каждом упражнении, независимо от типа броска.
- Если предмет потерян во время 3-ей **DB**, то не засчитываются ни DB во время полёта, ни DB во время ловли. Действительна только 1-ая DB, выполненная во время броска предмета.





- Если предмет пойман до или после 3-ей DB, то не засчитываются ни DB во время полёта, ни DB во время ловли. Действительна только 1-ая DB, выполненная во время броска предмета.
- Эти серии допускаются в дополнение к изолированной DB при выполнении 1 раз под полётом предмета (это – не повтор того же технического элемента предмета «DB под полетом предмета»).
- Любое другое соединение, например, с 2 DB под полетом или без правильной серии, невозможна: «Под полетом» не будет засчитываться как технический элемент предмета; будут оцениваться только DB во время броска и ловли.

2.7. DB не будет засчитана в следующих случаях:

- Существенное изменение базовых характеристик, специфичных для каждой группы DB
- Потеря равновесия с опорой на одну или обе руки или на предмет
- Полная потеря равновесия и падение гимнастки во время выполнения DB
- Потеря предмета во время выполнения DB
- Работа с предметом, не выполненная в соответствии с дефиницией, или с одинаковым повтором (см. п. 3.6)
- Приземление на колено(и)
- Трудность началась за пределами площадки
- Какая-либо часть Трудности выполнена после окончания музыки

3. ТЕХНИЧЕСКИЕ ГРУППЫ ПРЕДМЕТОВ

3.1. Дефиниция

3.1.1. Каждый предмет ( ,  ,  , ) имеет группы технических элементов. Каждая группа представлена в соответствующей ячейке в Таблицах п. 3.3 - 3.4.

3.2. Оценивание








3.2.1. Некоторые Технические элементы предмета, которые включают в себя 2 или более действия, чтобы быть действительными (отпускание предмета в любой форме и ловля), могут сделать действительным только 1 DB или 1 DA; такие элементы включают в себя:





- Отбив Мяча
- Малый бросок / ловлю любого предмета (и все его варианты, см. п. 3.4.2)
- Отбив любого предмета (кроме Мяча) от пола
- Эшаппе Ленты или Скакалки
- Бумеранг Ленты

3.2.2. «Высокий бросок» и «ловля с высокого броска» – это 2 разные группы элементов предметом/базы. Если «высокий бросок» правильно выполнен для DB или DA, но последующая «ловля с высокого броска» приводит к потере предмета, то технический элемент/база «высокий бросок» действителен, а технический элемент/база «Ловля с высокого броска» не засчитывается.

3.3. Сводные таблицы технических групп предмета, специфичных для каждого предмета









3.3.1. ОБРУЧ

Технические группы предмета	
 Большой перекат Обруча через минимум 2 большие части тела	 Перекат Обруча по полу
 Вращения Обруча вокруг его оси: вокруг пальцев или вокруг или на части тела (мин. 1)	 Вращение Обруча вокруг оси на полу (мин. 1)
 Вращение Обруча вокруг кисти или вокруг части тела (мин.1)	 Скольжение Обруча по минимум 2 крупным частям тела.
 Проход через Обруч всем телом или частью тела (2 большие части тела)	

Разъяснения / Примеры:	
<p>Технические движения Обруча (с броском и без него) должны выполняться в разных плоскостях, направлениях и вокруг разных осей.</p>	
	<p>Минимум 2 большие части тела должны пройти через Обруч Пример: голова/шея + туловище; руки + туловище; туловище + ноги Проход может быть: всем телом туда-обратно, или только туда, или только обратно</p>
	<p>Большой перекат: минимум 2 большие части тела должны быть пройдены без прерывания. Пример: из правой руки в левую руку по всему телу; туловище + ноги; рука + спина и т. д.</p> <p>Примечание по большим перекатам в равновесии DB (за исключением динамических равновесий): Импульс для переката и импульс для DB могут быть даны одновременно. Ожидается, что после первоначального импульса равновесие DB будет зафиксировано на протяжении переката. Если этого нет, то критерий DB недействителен для большого переката DA, а большой перекат не является действительным Техническим элементом предмета для равновесия DB.</p>
	<p>Во время вращения Обруча на полу рука/пальцы гимнастки могут находиться в контакте с Обручем, либо это может быть «свободное» вращение Обруча.</p> <p>DB может быть выполнена при придании импульса, или при проходе над обручем, или при возврате обруча (не с Обручем, свободно вращающимся рядом с гимнасткой, выполняющей DB).</p>
	<p>Перекал может быть маленьким или большим. DB может выполняться при придании импульса, или при проходе над обручем, или при возврате Обруча (не с Обручем, свободно вращающимся рядом с гимнасткой, выполняющей DB).</p>

3.3.2. МЯЧ









Технические группы предмета	
 <p>Большой перекат Мяча через минимум 2 большие части тела</p>	 <ul style="list-style-type: none"> • Перекат Мяча по полу (мин. 1)  <ul style="list-style-type: none"> • Серия из 3 маленьких перекатов: комбинация маленьких перекатов по телу • Серия из 3 сопровождаемых маленьких перекатов по телу
 <p>Восьмерка Мячом с круговыми движениями рук(и)</p>	 <ul style="list-style-type: none"> • Движение с «выкрутом» Мяча (мин. 1) • Вращение кистей вокруг Мяча (мин. 2) • Свободное вращение(я) Мяча на части тела, включая кончик пальца (мин. 1)
 <p>Ловля Мяча одной рукой</p>	 <p>После высокого броска отбив от пола и сразу же ловля разными частями тела (кроме рук)</p>
 <p>Отбивы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Серии (мин. 3) малых отбивов от пола (ниже уровня колена) • Высокий отбив (на уровень колена или выше) от пола (мин.1) 	





Разъяснения / Примеры

Удержание Мяча двумя руками нетипично для этого предмета, поэтому это не должно превалировать в композиции.

Выполнение всех Технических групп с удержанием Мяча рукой корректно только с пальцами, сомкнутыми естественным образом, когда Мяч не касается предплечья.

	Маленький перекат	Большой перекат
	<p>Перека́т должен быть по минимум одной части тела</p> <p>Пример части тела: от руки к плечу; от шеи к пояснице; от стопы к колену и т. д.</p> <p>Примечание: маленькие перека́ты засчитываются только в сериях по 3.</p>	<p>Перека́т должен быть по минимум 2 большим частям тела без прерывания</p> <p>Например: от правой руки к левой руке через тело; туловище + нога(ноги); рука + спина и т. д.</p> <p>Примечание по большим перека́там в равновесии DB (за исключением динамических равновесий): Импульс для перека́та может быть дан одновременно с импульсом для DB или после импульса для DB. После первоначального импульса ожидается, что равновесие DB будет зафиксировано на протяжении перека́та. Если этого нет, то критерий DB недействителен для большого перека́та DA, а большой перека́т не является действительным Техническим элементом предмета для равновесия DB.</p>
	<p>Восьме́рки Мячом с круговыми движениями руки (рук). Должны быть последовательно выполнены 2 полных круга.</p>	
	<p>Должно быть выполнено после большого броска (не после малого броска или отталкивания), без дополнительной поддержки телом или другой рукой.</p>	
	<p>Активный отбив состоит из активного отталкивания (гимнастка толкает Мяч на пол) и возврата. Элементы, в которых Мяч пассивно падает на пол, не относятся ни к одной Технической группе предметов. DB может выполняться во время фазы толчка, во время контакта с полом или во время возврата.</p>	
	<p>Движение с «выкрутом» («обволакиванием») Мяча:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Вращательное движение 1 кисти вокруг Мяча или вращение Мяча вокруг 1 кисти • Мяч находится в постоянном контакте с рукой (фаза полета отсутствует) • Минимум 1 вращение <p>Вращения руками вокруг Мяча:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Вращательное движение руками вокруг Мяча, при этом пальцы рук естественным образом соединяются • Мяч находится в постоянном контакте с рукой (фаза полета отсутствует) • Вращения должны выполняться всей рукой/ладонью (а не только кончиками пальцев). • Минимум 2 вращения <p>Свободное вращение(я) Мяча на части тела. •Минимум 1 Вращение.</p>	
	<p>Перека́т Мяча по полу может быть маленьким или большим. DB может быть выполнена при придании импульса, или с возвратом Мяча (не с проходом над катящимся Мячом, и не с Мячом, произвольно катящимся возле гимнастки, выполняющей DB).</p>	





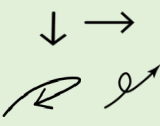
3.3.3. БУЛАВЫ

Технические группы предмета	
<p>✕ Мельница(ы): 1 мельница состоит из минимум 4 – 6 малых кругов Булавами с задержкой по времени, с попеременным скрещиванием запястий/кистей каждый раз. Булавы удерживаются за конец (маленькая головка).</p>	<p> • Свободное вращение 1 или 2 Булав (соединенных или не соединенных между собой) на части тела или вокруг части тела, или вокруг другой Булавы.</p> <p>• Постукивание Булав между собой (мин.1) или постукивание по полу (мин. 2)</p> <p>• Скольжение Булавы по мин. 2 крупным частям тела</p>
<p>⇒ Малые броски 2 несоединенных Булав С вращением мин на 360: вместе одновременно или последовательно</p>	<p> Малый бросок 2 соединенных Булав.</p>
<p>+ Асимметричные движения 2 Булав</p>	<p> Большой перекат через минимум 2 большие части тела 1 или 2 Булав</p> <p> Перекаты 1 или 2 Булав по части тела или по полу</p>
<p>○ Малые круги (мин. 1) обеими Булавами, одновременно или последовательно, по 1 Булаве в каждой руке, удерживаемых за конец (маленькая головка).</p>	<p>○ Серии (мин.3) малых кругов 1 Булавой, удерживаемых за конец (маленькая головка).</p>
Разъяснения / Примеры	
<p><i>Типичная техническая характеристика – это движение обеими Булавами одновременно, по 1 в каждой руке, маленькая головка удерживается внутри ладони. Эта техника должна доминировать в композиции. Любые другие способы удержания Булав такие как удержание Булавы за тело или шейку, или 2 Булавы, соединенные вместе, не должны доминировать.</i></p> <p><i>Постукивания, перекаты булав, вращение, отбивы, соскальзывания также не должны преобладать в композиции.</i></p>	
<p>✕</p>	<ul style="list-style-type: none"> • «Мельница» состоит как минимум из 4 малых кругов Булавами (Пример: по 2 с каждой стороны) с задержкой по времени и чередованием скрещенных и не скрещенных запястий каждый раз. Кисти должны быть как можно ближе друг к другу. • Мельницы могут выполняться в вертикальной или горизонтальной плоскости: <ul style="list-style-type: none"> • Вертикальные мельницы – импульс вращения может быть как вниз, так и вверх, по часовой стрелке или против часовой стрелки. • Горизонтальные – импульс может быть как вправо, так и влево. <p>Мельницы могут быть двух- и трехтактные:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Двухтактные (двойные) мельницы – мин. 4 чередующихся малых кругов Булавами (по 2 с каждой стороны). Запястья/кисти скрещены, затем разомкнуты. • Трехтактные (тройные) мельницы – 6 чередующихся малых кругов Булавами (по 3 с каждой стороны с перекрещиванием кистей каждый раз).
<p>+</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Должны выполняться с разными движениями каждой Булавой по форме, или амплитуде и по рабочим плоскостям или направлению. • Малые круги с задержкой по времени или выполненные в разных направлениях не считаются асимметричным движением предмета, потому что они имеют одинаковую форму и одинаковую амплитуду • Постукивания не имеют четкой рабочей плоскости/направления и не могут быть частью асимметричных движений • В каждой руке должно быть по одной Булаве (не броски, не асимметричные броски, не каскадные броски).
<p>○</p>	<p>- Постукивание 2 Булав одной по другой (мин. 1)</p> <p>- Постукивание одной или двух Булав по полу: мин. 2 последовательных постукивания (не имеет значения, одновременно ли постукивают 2 Булавами).</p>

3.3.4. ЛЕНТА



Технические группы предмета	
 <ul style="list-style-type: none"> Спирали (мин. 4 круга), плотных и одинаковых по высоте, выполняемых по воздуху или по полу. <p>ИЛИ</p>  <ul style="list-style-type: none"> «Фехтовальщик» (мин. 4 круга) 	 <ul style="list-style-type: none"> Вращательное движение палочки Ленты вокруг кисти Закручивание (раскручивание) Палочка Ленты удерживается различными частями тела (кисть, шея, колено, локоть) во время движений тела или Трудностей тела с вращением (не во время «Турляна»), с созданием рисунка полного круга тканью Ленты вокруг тела
 <p>Змейки (мин. 4 волны), плотных и одинаковых по высоте, выполняемых по воздуху или по полу</p>	
 <p>«Бумеранг»: отпускание, затем подтягивание обратно за конец Ленты, и ловля палочки.</p>	 <p>Большой перекат палочки Ленты по минимум двум крупным частям тела</p>  <p>Перекат палочки Ленты по части тела</p>
 <p>«Эшаппе»: Вращение палочки Ленты во время ее полета и ловля палочки</p>	 <p>Проход через рисунок или над рисунком Ленты всем телом или частью тела</p>

Разъяснения / примеры	
<p>Все элементы, нетипичные по технике для Ленты (например, закручивание/раскручивание, перекаты или соскальзывание палочки, отбивы/отталкивания) не должны преобладать в композиции.</p>	
	<p>«Фехтовальщик»: вся палочка Ленты вместе с рукой переходит в спиральный рисунок, образованный Лентой (палочка похожа на «шпагу»); выход палочки из спирального рисунка – на выбор: подтягивание назад руки/палочки или малый бросок/эшаппе.</p>
	<p>«Бумеранг» состоит из 3 частей:</p> <p>1.Отпускание (бросок) палочки в воздух или вдоль пола:</p> <ul style="list-style-type: none"> Нет никаких ограничений в отношении ткани Ленты: конец можно удерживать, ткань может скользить по телу/через руку, или Лента может быть полностью свободна в течение любого отрезка времени, при условии, что конец будет возвращен до того, как палочка коснется пола или останется на полу. <p>2.Оттягивание назад: достигается удерживанием за конец ткани (максимум на расстоянии 50 см от конца) и выполняется, когда ткань вытягивается в воздухе (с касанием палочкой пола или без него) или лента вытягивается вдоль пола.</p> <ul style="list-style-type: none"> Возврат может быть выполнен: <ul style="list-style-type: none"> во время полета немедленно в конце полета с возвращением по полу. Также возможно после короткого периода времени нахождения на полу. Бумеранг может быть выполнен с 1 или несколькими оттягиваниями, прежде чем поймать палочку. Все действия между первоначальным отпусканием и ловлей палочки относятся к одному и тому же Техническому элементу предмета (а не к 2 или более отдельным «бумерангам»). <p>3.Ловля палочки: элемент, включающий только подтягивание Ленты и ловлю палочки (без отпускания), не отвечает дефиниции «Бумеранга».</p>
	<p>Минимум 2 крупных части тела должны совершить проход через рисунок Ленты. (Пример: голова/шея + туловище; руки + туловище; туловище + ноги и т. д.).</p> <p>Проход через рисунок или над рисунком Ленты может быть: всем телом туда-обратно, или только туда, или только обратно или наоборот.</p>
	<p>Эшаппе – это тип малого броска, включающего вращение палочки в полете и ловлю палочки. Техника вращения палочки в полете возможна в высоком броске и будет оцениваться как высокий бросок, (не как Эшаппе), в зависимости от высоты.</p>
	<p>При всех типах ловли ленты предмет, как правило, следует ловить за конец палочки. Допускается намеренная ловля ленты за ее материал в зоне примерно 50 см от крепления, при условии, что это оправдано для следующего движения или финального положения. Если лента непреднамеренно поймана за ткань (по ошибке), Технический элемент недействителен и не может сделать действительной какую-либо Трудность.</p>

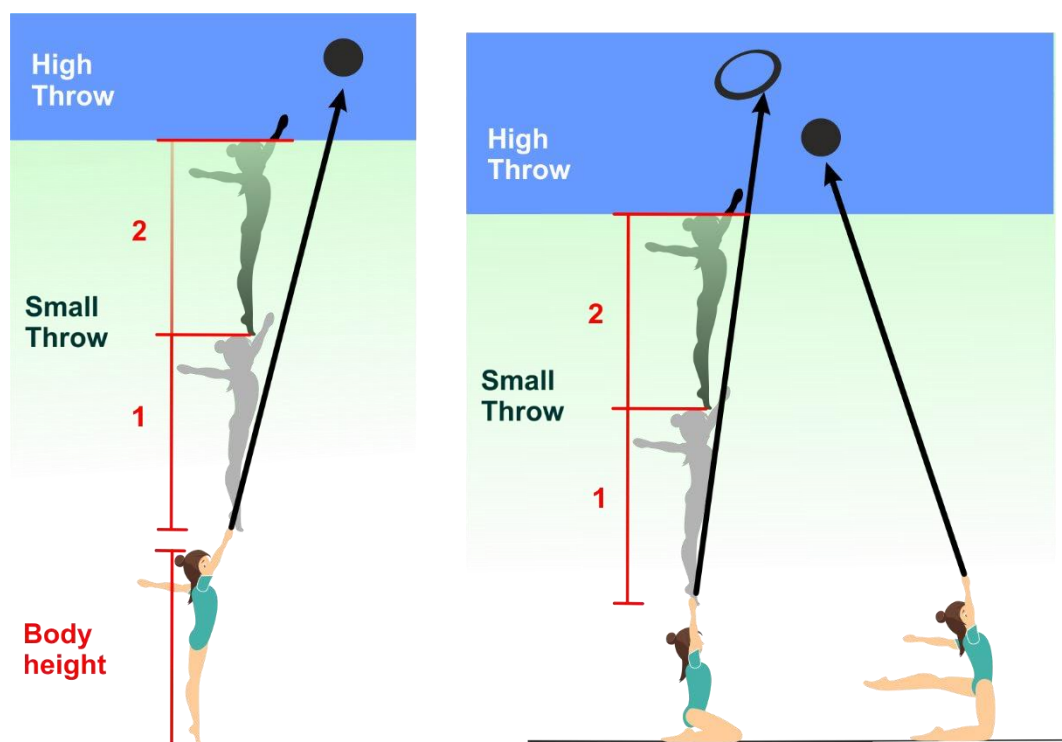
3.4. Сводная таблица Технических групп предметов, действительных для всех предметов

3.4.1. Высокие броски и ловля предметов

↗	Высокий бросок: более чем 2 роста гимнастки стоя
↗↗	Высокий бросок 2 Булав: более чем 2 роста гимнастки стоя. Для асимметричных и каскадных бросков: 1 Булава должна соответствовать требованию по высоте полета.
↓	Ловля предмета с полета после высокого броска
↓↓	Ловля 2 Булав одновременно с полета после высокого броска. Для обеих Булав обязательно соблюдение требования по высоте в полете.

Разъяснения/Примеры	
Что значит «ловля с полёта»?	После броска предмет находится в свободном полёте в воздухе. <u>Поймать</u> его – значит вернуть его из состояния полёта. Если вместо этого гимнастка умышленно позволяет предмету отскочить от пола перед ловлей, то это не ловля, а <u>отбив</u> .
Разъясните высоту бросков: с какой точки измеряется высота броска?	Высота броска измеряется от точки отпускания предмета.
Действительна ли ловля, если предмет касается пола?	Если гимнастка ловит предмет контролируемым образом и в то же время часть предмета контактирует с полом, то ловля засчитывается, с возможным применением сбавки Е. (см. Исполнение, п. 2.3.8.) Если предмет касается пола до того, как гимнастка поймает его контролируемым образом, это ловля не действительна и будет применена сбавка по Исполнению за потерю предмета. См. также Разъяснения / примеры ловли Ленты (Исполнение, п. 3.3.4).

Пример 1: Высокий бросок



3.4.2. Малые броски и ловля предметов



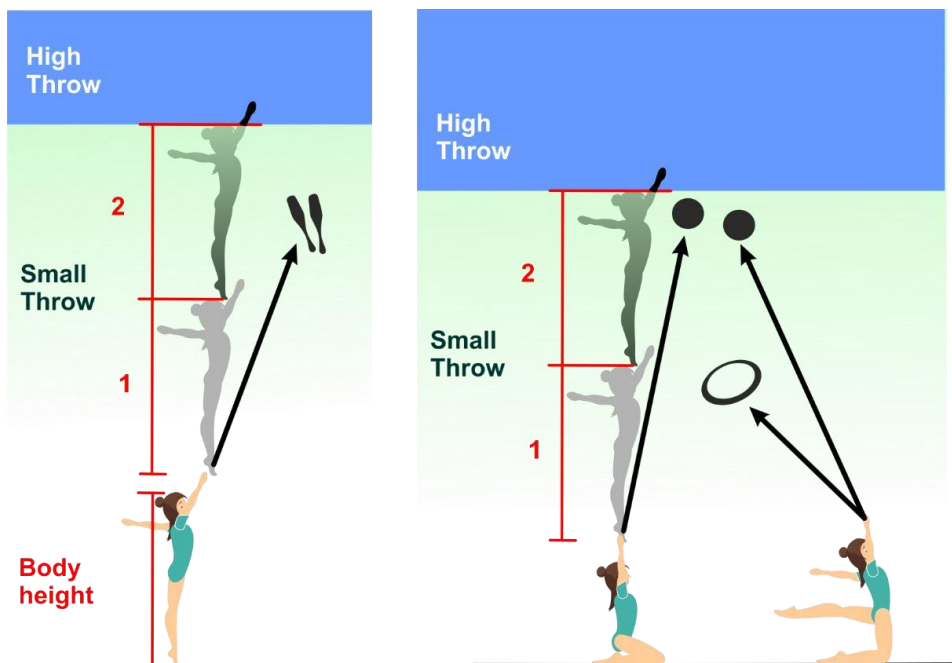
Малый бросок и ловля предмета с полёта:

Близко к телу, не более чем 2 роста гимнастки стоя, с мин. 1 четко видимой фазой полета:

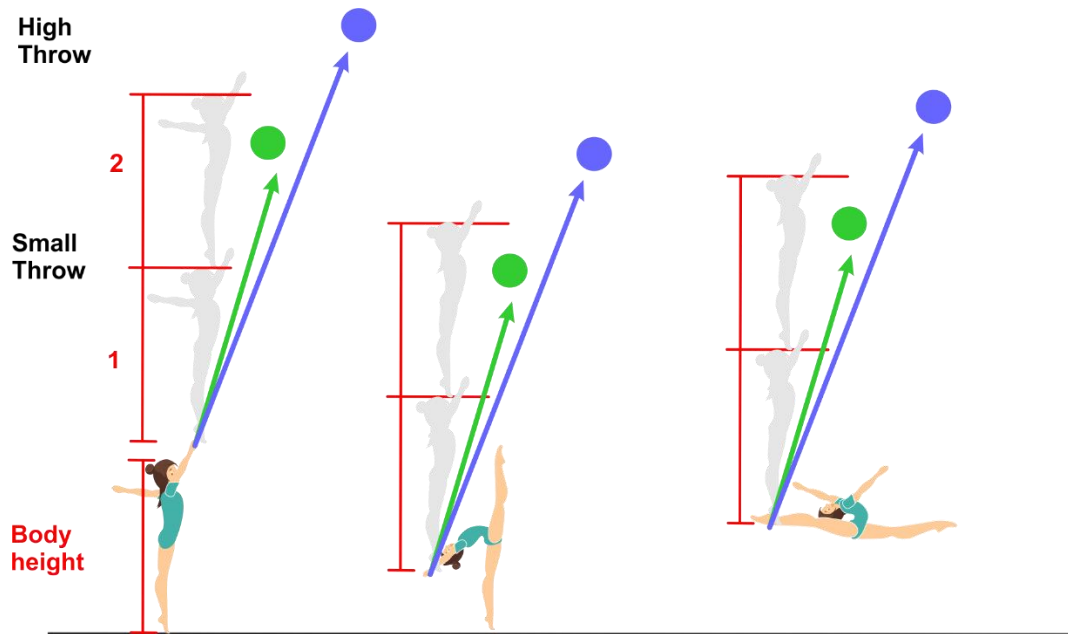
- С броском/толчком в воздух
- С отбивом от тела
- Свободное падение предмета с высоты
- Для броска 1 Булавы: с вращением 360° или без вращения

Примечание: малый бросок 2 Булав без вращения обеих булав на 360° не засчитывается как технический элемент предмета.


Пример 2: Малый бросок





Пример 3: Высота бросков: высокие и малые броски, когда тело движется во время броска



3.4.3. ДВ под полётом предмета или при бумеранге

	ДВ выполняется под полётом предмета после высокого броска или бумеранга (изолировано, п. 2.6.3, с сериями, п. 2.6.4)
---	---

3.4.4. Работа предметом

	<ul style="list-style-type: none"> • Большой круг(и) предметом • Для Ленты: Круг(и) могут быть средними или большими – оба размера относятся к <u>одному и тому же</u> Техническому элементу предмета (все другие параметры одинаковые) • Движения «Восьмерки» (не для Мяча) • Передача предмета вокруг любой части тела или под ногами (ногой), (с помощью или без помощи рук) • Проход над предметом целиком или частью тела без передачи предмета из руки или части тела в другую руку или часть тела.
Разъяснения/Примеры	
	Средний или большой круг: предмет должен показать полный круг 360°
	Восьмерки: должны быть представлены 2 полных круга последовательно

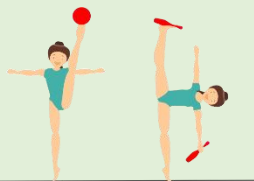
3.4.5. Нестабильный баланс: сложная взаимосвязь тела и предмета с риском потери предмета, делится на 3 подгруппы:

1. Предмет свободно балансирует (не зажат) на небольшой поверхности
2. Предмет зажат между частями тела/предметом
3. Предмет свободно подвешен (не зажат)

3.4.5.1. Предмет свободно балансирует (не зажат) на небольшой поверхности:

Разъяснения / Примеры

Примеры: небольшая поверхность или часть тела (предмет не зажат)



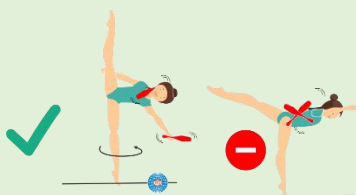
На стопе поднятой ноги:
С вращением или без вращения



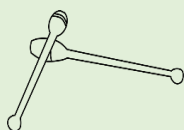
На груди: только для Мяча, не зажатого другими частями тела.
С вращением или без вращения.



Открытая ладонь: только для Мяча во время Вращения DB.



Шея (не на спине): только во время Вращения DB.
1 Булава удерживаемая в положении неустойчивого баланса засчитывается, т. к. 2 - ая Булава выполняет техническое движение.
Не засчитывается для 2 Булав, скрещенных на шее.



1 Булава балансирует на другой – это считается неустойчивым балансом во время любого типа DB с вращением (недействительно для «Турляна»)

Примеры и разъяснения: открытая ладонь



Правильное выполнение	Мяч удерживается предплечьем	Мяч удерживается предплечьем и зажат	Мяч схвачен и зажат
Нет сбавки	Е - 0,10 балла	Е - 0,10 балла	Е - 0,10 балла
Засчитывается	Засчитывается	Не засчитывается	Не засчитывается

3.4.5.2. Предмет зажат между частями тела/предметом:

Разъяснения / Примеры

**Предмет зажат с использованием стопы/стоп:
С вращением или без вращения**


**Предмет зажат между любыми другими частями тела/предмета
Только во время вращательного элемента**



Засчитывается, только если Мяч зажат между маленькими и/или большими частями тела во время элемента вращения, а не во время Равновесия DB

Булава, удерживаемая другой булавой на внутренней стороне руки, не считается нестабильным балансом.


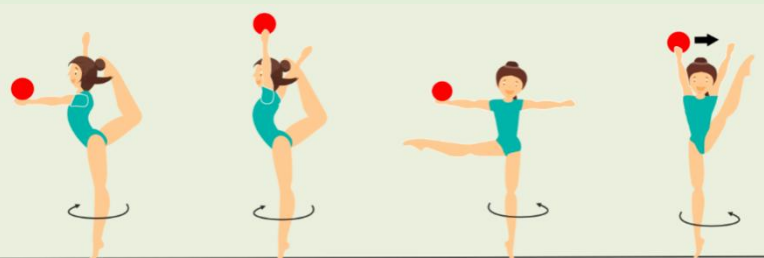

Предмет, зажатый между рукой и любой другой частью тела НЕ ЗАСЧИТЫВАЕТСЯ	
	

3.4.5.3. Предмет свободно свисает / подвешен (не зажат):

Разъяснения / Примеры	
Предмет свободно свисает/подвешен (не зажат) Только во время Вращений DB	
	

Предмет свободно свисает/подвешен с дополнительной поддержкой НЕ ЗАСЧИТЫВАЕТСЯ	
	<p>Предмет, удерживаемый на части тела с дополнительной поддержкой рук не оценивается в качестве «свободно свисающего/подвешенного положения» для нестабильного баланса.</p> 

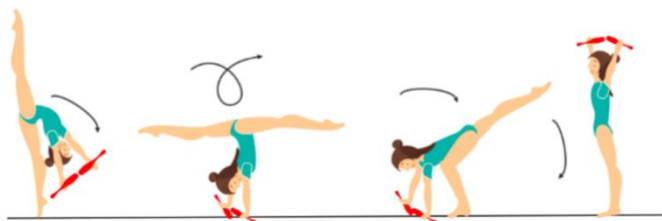
3.4.5.4. Положения нестабильного баланса, считающиеся одинаковыми / разными:

Разъяснения / Примеры	
	<p style="text-align: center;"><u>Одинаковые</u></p> <p>Во время Трудностей Вращения Мяч удерживается впереди левой рукой, а затем впереди правой рукой (это одинаковые положения)</p> <p style="text-align: center;"><u>Разные</u></p> <p>Разные нестабильные положения: Мяч удерживается на открытой руке во время вращений DB: рука должна быть чётко впереди, в сторону, вверх и т.п., или должно заметно измениться положение нестабильного баланса от одной руки к другой во время вращения DB.</p> <p>Примеры:</p> <div style="text-align: center;"></div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; width: fit-content; margin-left: auto; margin-right: auto;"><p>Видимое изменение от одной руки к другой</p></div>
	<p style="text-align: center;"><u>Разные</u></p> <p>Разные нестабильные положения: 1 Булава удерживается другой Булавой на внешней стороне руки во время вращения DB: Положение руки должно заметно измениться чтобы считаться разным: спереди от туловища или в сторону от туловища.</p>

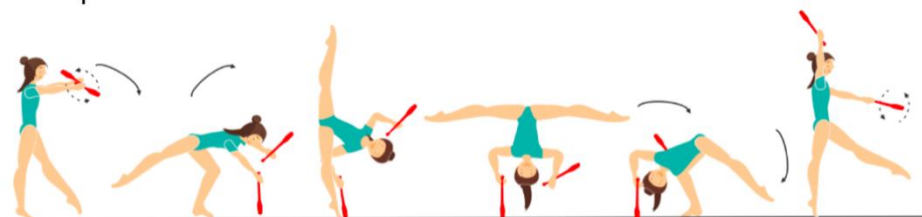
3.5. Статичный предмет

- 3.5.1. Предмет должен быть в движении или в нестабильном балансе, а не просто удерживаться/сжиматься **долгое время**.
- 3.5.2. Статичный предмет – это предмет, удерживаемый или зажатый:
- «Предмет удерживается» означает, что предмет крепко держат 1 или 2 руками и/или 1 или более частью(частями) тела (не в нестабильном положении)
 - Предмет, удерживаемый «*долгое время*» означает **4 или более секунд**.
- 3.5.3. Когда 1 Булава в работе или в полете, то допускается, что другая Булава может быть без движения (нет сбавки за статичный предмет).
- 3.5.4. Не разрешается статическая опора на предмет (ошибка композиции или исполнения). Однако, допускается выполнение преакробатических элементов с предметом, лежащим под рукой на полу непродолжительное время (**менее чем 4 секунды**).

Пример: переворот назад с опорой на 2 руки, Булавы лежат на полу по одной под каждой рукой (этот преакробатический элемент может быть также выполнен с опорой на 1 руку с тем же положением Булавы).



3.5.5. Преакробатический элемент, выполненный с опорой полностью на предмет без контакта любой части тела с полом, **не допускается**. Сбавка в Исполнении: **0,30** за запрещенную технику:



3.6. Технические элементы предметов во время выполнения ДВ должны быть разными:

Разъяснения / Примеры

Технические элементы предметов считаются разными, если выполнены:

В разных плоскостях

Плоскости оцениваются относительно пространства:

Горизонтальная, фронтальная, сагиттальная

• Критерий «плоскости» неприменим к спиралям. Спирали должны иметь разные направления (см. ниже) и/или разный уровень.

Разные направления оцениваются следующим образом:

Проход через предмет: Вход в предмет – выход из предмета, полный проход вперед – полный проход назад – полный проход в сторону – считаются разными.

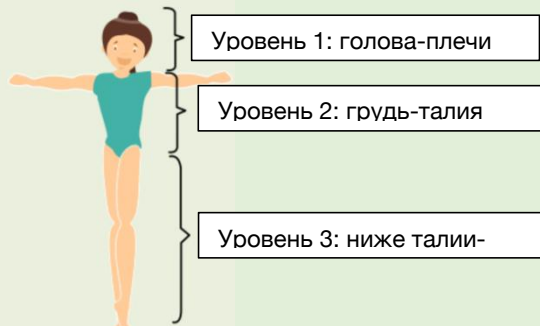
Технические элементы с предметом в разных направлениях относительно тела считаются разными: например: спирали с рукой перед телом, спирали с рукой в сторону, спирали с рукой позади тела.

Каждый технический элемент предмета может быть повторен с туловищем в 2 разных направлениях, например: туловище вертикально + в сторону, туловище вперед + назад, туловище в сторону + с прогибом назад, и т.д.

Все остальные варианты направлений считаются одним и тем же техническим элементом предмета, например:

- Одни и те же мельницы вперед и назад
- Одинаковые малые круги обеими Булавами внутрь и малые круги одной Булавой внутрь + другой Булавой наружу
- Одинаковые спирали внутрь и спирали наружу
- Один и тот же большой круг внутрь и большой круг наружу
- Один и тот же большой перекат слева направо и справа налево

На разных уровнях



Технический элемент, выполненный с использованием различных частей тела следующим образом:

- С помощью различных частей тела, например, отбив рукой, отбив коленом
- На разных частях тела
- Перекаты и скольжения по различным частям тела
- Один раз под ногой и один раз не под ногой - разные отбивы
- Разные части тела, проходящие через предмет, например, руки и туловище, ноги и туловище, тело целиком

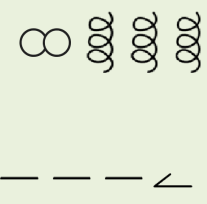
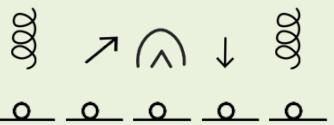
Разная техника бросков

3.6.1. Одинаковые технические элементы предметов

- 3.6.1.1. Если технический элемент предмета **выполнен одинаково** во время 2 отдельных DB, вторая DB в порядке исполнения не будет оценена (нет сбавки).
- 3.6.1.2. Для того, чтобы каждая DB была оценена, должен быть представлен минимум один новый технический элемент предмета (не выполнявшийся ни в одном предыдущем DB в упражнении); дополнительные технические элементы предмета могут повторяться.
- 3.6.1.3. Одинаковые технические элементы предметов, выполненные **в 2 разных DB** (из одной или разных Групп тела), **не считаются «разными»** техническими элементами предмета.
- 3.6.1.4. Одинаковые технические элементы предметов, **выполненные сначала правой, а потом левой рукой, не считаются «разными»** техническими элементами предмета.
- 3.6.1.5. В Равновесии Фуэте должен быть выполнен 1 технический элемент предмета в любой фазе Равновесия для того, **чтобы была засчитана DB**. Этот технический элемент **не может быть повтором в соответствии с п. 3.6**. Если это требование выполнено, то можно выполнять дополнительные технические элементы предмета.

Разъяснения / Примеры
<i>Если гимнастка выполняет один и тот же отбив Мяча во время прыжка, а затем во время равновесия, то равновесие будет недействительно.</i>
<i>Если гимнастка выполняет спирали Ленты во время поворота, а затем в другой части упражнения выполняет другой поворот с теми же спиралями, второй поворот (в порядке выполнения) будет недействителен.</i>
<i>Если гимнастка выполняет прыжок с поворотом под полетом предмета, а затем в другой части упражнения выполняет поворот под полетом предмета, то поворот будет недействителен.</i>
<i>Если гимнастка выполняет спирали + большой круг над головой в равновесии Фуэте, а затем в другой части упражнения выполняет другой поворот с таким же большим кругом над головой, то поворот будет недействительным.</i>

- 3.6.1.6 **Серия** прыжков или поворотов может быть выполнена с использованием одинаковых или разных технических элементов предмета для каждой DB. Одинаковый технический элемент предмета может быть выполнен последовательно или раздельно. Также разрешается сочетать высокий бросок и ловлю (п. 2.6.4) с другими техническими элементами.

Разъяснения / Примеры	
Трудности	Разъяснение
	<p><i>В серии допускаются разные технические элементы предмета (большой круг, спирали) и одинаковые технические элементы предмета (дважды одинаковые спирали).</i></p> <p><i>4-й прыжок не из одной и той же ячейки и не является частью серии; повторение одинаковых спиралей не допускается:</i></p> <p>3 прыжка в шпагат содержат действительные технические элементы, а 4-й прыжок не содержит действительного технического элемента.</p>
	<p><i>Допускаются одинаковые спирали в двух местах внутри серии, повторяющиеся раздельно, также в сочетании с высоким броском и ловлей:</i></p> <p>Все 5 DB имеют действительные технические элементы предмета.</p>

4. ДИНАМИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ВРАЩЕНИЕМ (R)

4.1. Дефиниция

4.1.1. R – это комбинация высокого броска, 2 или более элементов с вращением и ловли предмета.

4.1.2. R должен состоять из 3 компонентов и засчитывается только тогда, когда все 3 компонента выполнены:

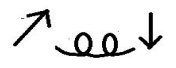
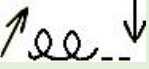
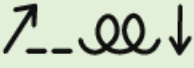
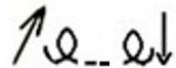


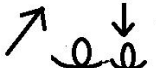

4.1.2.1. **Высокий бросок** предмета (**более чем 2 роста гимнастки стоя**), выполненный до первого вращения или во время первого вращения. Малый бросок не засчитывается (см. п.3.4.2.).

4.1.2.2. **Базовые вращения: минимум 2 полных динамических элемента с вращением тела:**

- Минимум 2 базовых вращения должны выполняться **во время полёта** предмета.
- Каждое базовое вращение должно выполняться на 360°
- Базовые вращения могут выполняться вокруг любой оси
- Базовые вращения могут быть как с изменением оси вращения тела, так и без него
- Базовые вращения могут быть как с переходом на пол, так и без него
- 2 базовых вращения должны выполняться **без какого-либо дополнительного шага (шагов)** между базовыми вращениями. Допускается пауза без какого-либо шага или смещения между базовыми вращениями.
- Для дополнительного шага (шагов), выполненных до или после двух действительных базовых вращений: R засчитывается, сбавка Исполнения.

4.1.2.3. **Ловля предмета после базового вращения:** во время последнего дополнительного вращения или после вращений.

- **Дополнительные вращения** оцениваются после 2 базовых вращений и будут действительны даже с дополнительными шагами между вращениями/после них, со сбавкой в Исполнении.
- Предмет должен быть пойман **после полета**. R с ловлей после отбива от пола не засчитывается.
- **Примечание для Ленты:** любая часть палочки должна быть поймана, чтобы быть засчитанной (с возможной сбавкой в Исполнении за неправильную ловлю).

Разъяснения / Примеры		
Элемент R	Разъяснение:	Оценивание
	Высокий бросок, 2 базовых вращения под полётом, ловля	R2 - требования выполнены
	Высокий бросок, 2 базовых вращения под полётом, 2 шага, ловля	R2 - требования выполнены; Сбавка в Исполнении 0.10 за неточность траектории с 2 шагами
	Высокий бросок, 2 шага, 2 базовых вращения под полётом, ловля	R2 - требования выполнены; Сбавка в Исполнении 0.10 за неточность траектории с 2 шагами.
	Высокий бросок, первое базовое вращение, 2 дополнительных шага, второе базовое вращение, ловля	Не засчитывается: Прерывание между двумя базовыми вращениями, Сбавка в Исполнении 0.10 за неточность траектории с 2 шагами.
	Высокий бросок, 1 базовое вращение под полётом, ловля	Не засчитывается: Нет 2 вращений под полётом.
	Высокий бросок во время вращения, ловля во время вращения	Не засчитывается: Нет 2 вращений под полётом.
	Высокий бросок, первое базовое вращение под полётом, ловля на втором базовом вращении	Не засчитывается: Нет 2 вращений под полётом.
	Высокий бросок на первом вращении, 1 вращение под полётом, ловля	Не засчитывается: Только 1 вращение под полётом.

4.1.3. Дефиницию R с 3 одинаковыми DB с прыжками и поворотами, см. в п. 4.7.

4.2. Ценность R

4.2.1. Базовая ценность (минимум 2 базовых вращения с полными 360° для каждого вращения) R: 0,20.

4.2.2. Ценность R может быть увеличена с помощью дополнительных критериев, см. п. 4.8 - 4.10.

Дополнительные критерии могут выполняться во время броска предмета, под полетом и/или во время ловли.

4.3. Требования

4.3.1. Максимум 4 R в упражнении могут быть оценены, в порядке их выполнения.

4.4. Выбор элементов вращения

4.4.1. Два базовых вращения и любые дополнительные вращения могут быть любыми вариантами следующих групп элементов с поворотом на 360°, перечисленных в соответствующих таблицах для:

- Преакробатических элементов (см. п. 4.4)
- Вертикальных вращений (включая DB с поворотом на 360° и более с ценностью 0,10) (п. 4.5)
- DB с поворотом на 360° и более, ценностью 0,20 или более (таблицы Трудности тела №9, №13)

4.4.2. Вертикальные вращения - группа 1 (вертикально) может использоваться **в 2 R**: либо изолированно, в сериях, либо с повтором в любом порядке в пределах R. Выбор использования вариаций является свободным: оба R могут иметь одинаковую вариацию, разные вариации или любую комбинацию вариаций. Если эта группа повторяется в дополнительном R (независимо от другого варианта), то **R не будет засчитан**.

4.4.2.1. Хотя группа 1 вертикальных вращений может повторяться, каждый отдельный **R** должен отличаться: либо техникой броска, либо вариацией вращательных элементов, либо количеством вращений, либо техникой ловли. **Если 2 R выполняются одинаково, то 2-й R будет недействительным.**

4.4.3. Все остальные типы вращений могут использоваться **только в 1 R**: либо изолированно, в сериях, либо повторяться в любом порядке в пределах R. Если вращение **повторяется в другом R** (независимо от другого варианта), то **R будет недействительным**.

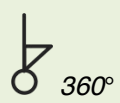
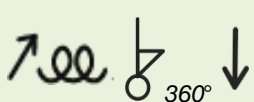
4.4.4. DB с поворотом на 360° или более с ценностью 0,20 или более может использоваться максимум **1 раз в каждом R** и будет действительна в качестве элемента вращения:

4.4.4.1. **DB** может выполняться **только во время броска или ловли**.

4.4.4.2. Если **DB** выполняется во время броска, но предмет теряется в конце **R**, то DB действительна, (**R** не засчитывается).

4.4.4.3. В R могут использоваться только те DB, **которые определены с поворотом на 360° или более и с ценностью 0,20 или более**.

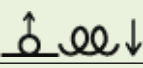
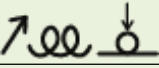
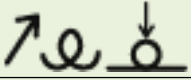
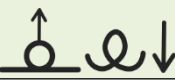

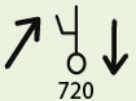
4.4.4.4. Использование вертикальных вращений, созданных на основе DB с ценностью 0,10, не считается DB и не учитывается в максимальном количестве 1 DB на каждый R. Эти вращения считаются **только вертикальными вращениями** и не записываются как DB.

Разъяснения / Примеры		
R с вертикальным вращением из DB ценностью 0.10		
Трудность	Оценивание	
1.		<i>Изолированный поворот Пассе 360° Судьи DB записывают DB 0.10</i>
2.		<i>R с 2 Шене + поворот Пассе 360° Судьи DB записывают R с 3 вращениями из группы 1 вертикальных вращений (только).</i>

4.4.4.5. DB без вращения или DB **с поворотом на 180°**, не допускается (R не засчитывается).

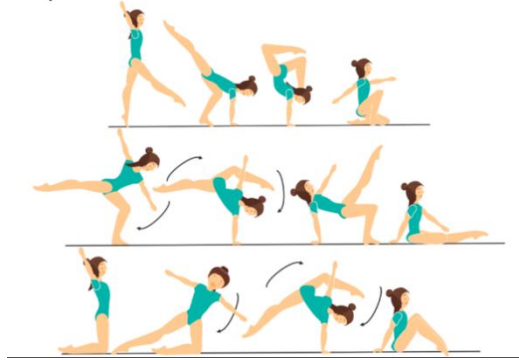


4.4.4.6. Последнее вращение в R не может быть использовано **в качестве подготовки к DB** без вращения (R не засчитывается).

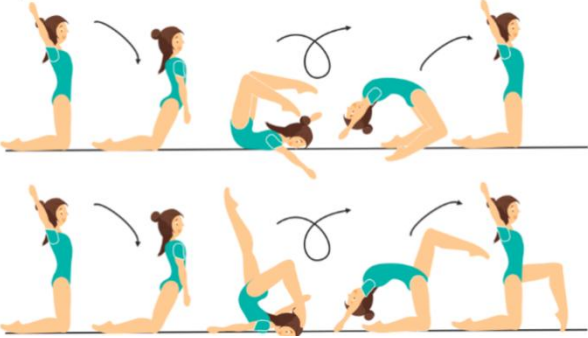

- 4.4.4.7. Попытка выполнения DB с вращением, выполненная недопустимым образом, не считается вращением (R засчитывается, если базовая дефиниция выполняется без этого вращения).
- 4.4.4.8. **Повтор DB** ценностью 0,20 или более, использованного ранее в упражнении, не допускается: повтор DB на 0,20 или более не засчитывается как вращение (R действителен, если базовая дефиниция выполняется без этого вращения).
- 4.4.4.9. **DB** засчитывается как **1 вращение**, даже когда DB включает в себя несколько вращений от одного импульса.

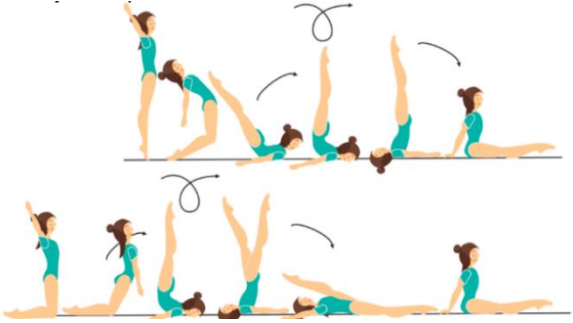
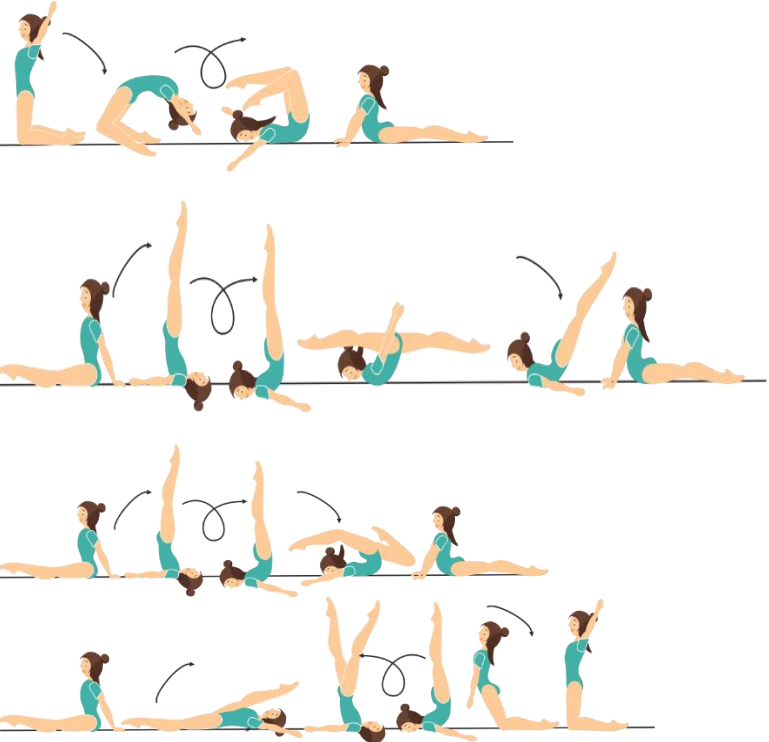

Разъяснения / Примеры		
DB с вращением в R		
Элемент R	Разъяснение	Ценность
	Высокий бросок во время 1-ого вращения (DB), 2 базовых вращения под полетом, ловля	R3 = 0.30 1 DB засчитывается
	Высокий бросок, 2 базовых вращения под полетом, ловля во время 3-его вращения DB	R3 = 0.30 1 DB считается
	Высокий бросок, 1-ое вращение под полетом, ловля во время 2-ого вращения (DB)	R не считается Отсутствуют 2 базовых вращения под полетом 1 DB считается
	Высокий бросок во время 1-ого вращения (DB), 2-ое вращение под полетом, ловля	R не считается Отсутствуют 2 базовых вращения под полетом 1 DB считается
	Высокий бросок, 1-ое вращение под полетом, 2-ое вращение под полетом (DB), 3-е вращение под полетом, ловля	R не считается (п. 4.4.4.1) DB не считается
	Высокий бросок, поворот Аттитюд на 720°, ловля	R не считается (п. 4.4.4.9) 1 DB считается под полетом (п. 2.6.3)

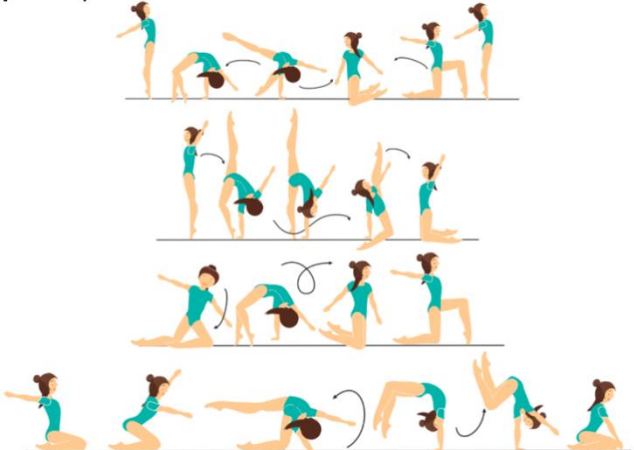
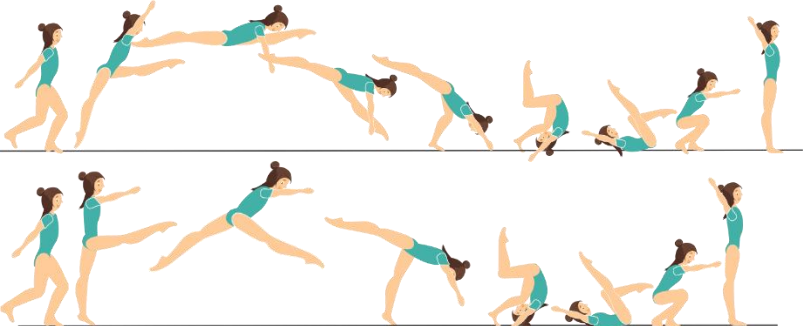

4.5. Преакробатические элементы

4.5.1. Таблица групп преакробатических элементов

№	Группа	Возможные варианты	
1	Переворот вперед	<p>Исходное положение:</p> <p>Промежуточная опора:</p> <p>Финальное положение:</p> <p>Движения ног:</p> <p>Примеры:</p>	<p>Стоя, на коленях, сидя и т. д.</p> <p>1 рука, 2 руки, локти, голова и т. д.</p> <p>Стоя, на коленях, сидя, на 1 ноге*, и т. д.</p> <p>Передний шпагат, боковой шпагат, ноги вместе в любой фазе, смена ног, кабриоль/с подбивом, ронд, велосипед и т. д., с выпрямленным или согнутым коленом(ями).</p> 
2	Переворот назад	<p>Исходное положение:</p> <p>Промежуточная опора:</p> <p>Финальное положение:</p> <p>Движения ног:</p> <p>Пример (один из вариантов):</p>	<p>Стоя, на коленях, сидя и т. д.</p> <p>1 рука, 2 руки, локти, голова и т. д.</p> <p>Стоя, на коленях, сидя, на одной ноге*, и т. д.</p> <p>Передний шпагат, боковой шпагат, ноги вместе в любой фазе, смена ног с круговым движением, ронд, кабриоль/с подбивом, со сменой ног и т. д., с выпрямленным или согнутым коленом(ями).</p>  <p>*Примечание: переворот вперед / назад может быть завершен в положении на 1 ноге с опущенным туловищем с целью равновесия DB. Это засчитывается, если есть поворот на 360°, но такое соединение с DB запрещено в R (п. 4.4.4.6).</p>
3	Колесо	<p>Исходное положение:</p> <p>Промежуточная опора:</p> <p>Финальное положение:</p> <p>Движения ног:</p>	<p>Стоя, на коленях и т. д.</p> <p>1 рука, 2 руки, локти, голова, грудь, шея и т. д.</p> <p>Стоя, на коленях, сидя и т. д.</p> <p>Боковой шпагат, ноги вместе в любой фазе, смена ног, с подбивом, и т. д., с выпрямленным или согнутым коленом(ями).</p> <p>Примечание: Колесо, которое заканчивается положением лёжа на полу, считается полным вращением на 360°.</p> 

4	Кувырок вперед	Исходное положение: Техника: Финальное положение: Движения ног:	<p>Стоя, на коленях и т. д. Через голову, через плечо и т.п.</p> <p>Стоя, на коленях, сидя, через шпагат и т. д.</p> <p>Ноги вместе, последовательно, шпагат и т. д., с выпрямленным или согнутым коленом(ями).</p> <p>Примечание: перекат может заканчиваться положением лёжа на полу с целью ловли предмета (считается полным вращением на 360°).</p>
5	Кувырок назад	Исходное положение: Техника: Финальное положение: Движения ног:	<p>Стоя, на коленях, сидя и т. д. Через голову, через плечо и т.п.</p> <p>Стоя, на коленях, сидя, через шпагат, с положением подбива и т.д.</p> <p>Ноги вместе, последовательно, шпагат и т. д., с выпрямленным или согнутым коленом(ями).</p>
6	Перекат на грудь вперед	Исходное положение: Финальное положение: Движения ног:	<p>Стоя, на коленях, лёжа и т. д.</p> <p>Сидя, на коленях, в шпагате и т. д.</p> <p>Ноги вместе, последовательно, шпагат, и т. д. с выпрямленным или согнутым коленом(ями).</p> <p>Примеры (возможные варианты):</p> 
7	Перекат на грудь назад	Исходное положение: Финальное положение: Движения ног:	<p>Стоя, на коленях и т. д.</p> <p>Лёжа на полу, на коленях, через шпагат и т.д.</p> <p>Ноги вместе, последовательно, шпагат и т. д., с выпрямленным или согнутым коленом(ями).</p> <p>Пример (вариант):</p> 
8	Перекат вперед Рыбка (прогиб назад, перекат на грудь, проход через плечо с движением «качели», перекат через спину).	Исходное положение: Финальное положение: Движения ног:	<p>Стоя, на коленях и т. д.</p> <p>Сидя, и т. д.</p> <p>Ноги вместе, последовательно, со шпагатом, согнутые колени, велосипед, выпрямленные ноги, одна нога за другой и т. д.</p> <p>Примеры возможных вариантов:</p>

		
9	<p>Перекат назад Рыбка (перекат на спину, проход через плечо с движением «качели», прогиб назад, перекат на грудь)</p>	<p>Исходное положение: Стоя, сидя и т. д.</p> <p>Финальное положение: Лежа, на коленях, через шпагат и т. д.</p> <p>Движения ног: Согнутые колени, выпрямленные ноги, одна нога за другой, ноги вместе, велосипед, шпагат и т. д.</p> <p>Примечание: Рыбка, которая начинается или заканчивается положением лёжа на полу, считается полным вращением на 360°.</p> <p>Примеры возможных вариантов:</p> 
10	<p>Боковое вращение, проход через мостик с выбросом ноги в шпагат</p>	<p>Исходное положение: На коленях, стоя и т.д.</p> <p>Финальное положение: Стоя</p> <p>Движения ног: Шпагат с прогибом назад в положение стоя</p> <p>Примечание: это только преакробатический элемент, финальное положение – не DB. Пример возможного варианта:</p> 

11	Боковое вращение с прогибом назад	<p>Исходное положение: Промежуточная опора: Опоры на выбор:</p> <p>Финальное положение: Движения ног:</p>	<p>Стоя, на коленях и т. д.</p> <p>На 1 руку, на 2 руки, на локоть, грудь и т.д.</p> <p>С проходом через мостик на 1 – 2 ногах, или с отрывом ног от пола</p> <p>Стоя, на коленях, лежа и т. д. Ноги вместе, одна нога за другой, шпагат, выпрямленные или согнутые колени и т. д.</p> <p>Примеры возможных вариантов:</p>  <p>Примечание: этот элемент оценивается с того момента, как гимнастка начинает прогибаться назад, образуя мостик. Вращение может продолжаться на коленях без перерыва до полного поворота на 360°.</p>
12	Прыжок-нырок	<p>Полет: Техника: Финальное положение: Движения ног:</p>	<p>Со шпагатом 180°, без шпагата 180° Прямо, через плечо, и т.д.</p> <p>Стоя, на коленях, через шпагат и т.д. Согнутые или выпрямленные колени, ноги последовательно и т.п. (для кувырка)</p> <p>Примеры возможных вариантов:</p> 
13	Циркуль	<p>Средняя фаза: Финальное положение: Движения ног Примечание:</p>	<p>Туловище горизонтально или ниже, с опорой на руки или без нее</p> <p>Туловище в разных направлениях, с окончанием на коленях и т. д.</p> <p>Колено(и) согнуты в любой фазе, или выпрямлены</p> <p>Циркуль засчитывается при повороте на 360° в вертикальной плоскости: из вертикального положения, проходя через согнутое положение, и обратно в вертикальное положение. Циркуль не требует поворота на 360° в горизонтальной плоскости: нет необходимости начинать и заканчивать вращение в одном направлении.</p> <p>Пример возможного варианта:</p> 

- 4.5.2. «Прыжок-нырок» (требуется фаза полёта, шпагат не требуется): особый тип преакробатического элемента, состоящего из прыжка с наклоном туловища вперед с последующим 1 кувырком:
- Критерий «смена уровня» дается при выполнении Прыжка-нырка в R
 - Прыжок-нырок засчитывается в R (только как 1-ое вращение); для того, чтобы R был оценен, после этого прыжка должно быть минимум 1 дополнительное вращение (требуется 2 базовых вращения).
Пример: «Прыжок-нырок» с последующим вращением/перекатом = R2 Z
 - Если Прыжок-нырок выполняется после базового вращения, он не засчитывается как вращение (R считается, если базовая дефиниция соблюдена без этого вращения).
- 4.5.3. Если гимнастка изменяет ось или технику вращения тела во время преакробатического элемента, первая фаза вращения тела определяет классификацию преакробатического элемента.
- Пример: Переворот вперед, заканчивающийся боком как Колесо = Переворот вперед
 - Пример: Боковое вращение с прогибом туловища, заканчивающееся перекатом через грудь = боковое вращение
- 4.5.4. Все группы разрешенных преакробатических элементов могут быть включены в упражнение при условии, что они выполняются плавно без полета или фиксации в положении стойки на руках, за исключением короткой паузы (не более 1 секунды) для того, чтобы поймать предмет во время элемента.
- 4.5.5. Полет или фиксация в положении стойки на руках (более 1 секунды) являются запрещённой техникой преакробатических элементов. В этом случае, преакробатические элементы, выполненные с такой техникой, засчитываются для Трудности, но со сбавкой в Исполнении 0.30 за запрещенную технику.

4.6. Вертикальные вращения

4.6.1. Таблица групп вертикальных вращений

№	Группа	Возможные варианты
1	Прямо: Прыжок/подпрыгивание/ подскок с поворотом. Шаги с поворотами с вращением на 1 или 2 ногах	С прыжком/подпрыгиванием/подскоком или без. Свободный выбор положения ног: Любые комбинации – выпрямленная нога (ноги), согнутое колено (колени), поднятое колено (колени), с фиксированной формой или с динамическим положением. Свободный выбор положения туловища: выпрямлено, с наклоном вперед, с прогибом назад, с фиксированной формой или с динамическим положением.
2	Сидя: Вращение в положении сидя или на коленях, с проходом через шпагат или без него	Туловище выпрямлено; Вращение может начинаться стоя или лежа, но всегда заканчивается в положении сидя на полу. Свободный выбор положения ног, включая возможный проход через любое положение шпагата. Примечание: боковой перекат сидя относится к группе «сидя», независимо от исходного положения.

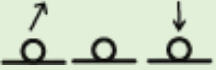
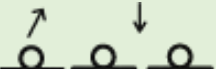
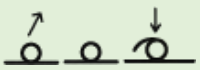
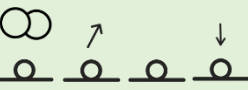
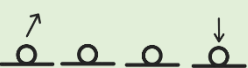
3	Лежа: Боковой кувырок	<p>Боковое вращение тела, лёжа на полу от начала до конца вращения или с проходом с колен на спину. Свободный выбор положения ног.</p> <p>Примеры возможных вариантов:</p> 
----------	----------------------------------	--

Разъяснения / Примеры

Для тех компонентов Трудности, где повтор вращательных элементов не допускается, каждый судья должен записать выбранные типы вращений. Каждый судья может разработать свою собственную систему обозначений.

4.7. R с сериями из 3 одинаковых DB с прыжками с поворотом

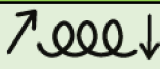
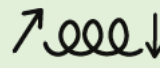
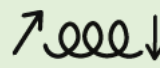
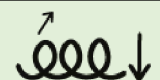
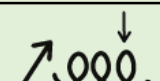
- 4.7.1. Серия из одинаковых Прыжков с поворотом (Таблица № 9, Трудности 33 – 36) может быть использована в **одном R** в упражнении, выполняемом следующим образом:
- Бросок предмета во время 1-ой **DB**
 - 2-ая **DB** под полетом
 - Ловля во время 3-ей **DB**
- 4.7.2. «Серии» означает, что DB с прыжком взята из одной и той же ячейки Таблицы DB (п. 2.4.3). Если Серия не засчитывается, например, с другими DB, то R не засчитывается.
- 4.7.3. Этот особый тип R будет оценен, и ценность будет увеличена на 0,20 для серии с **1 прыжком с поворотом под полетом**. Дополнительные вращения в ходе полета не допускаются.
- 4.7.4. Этот тип R может выполняться во время серий из **более чем 3** одинаковых прыжков с поворотом, при условии, что любые прыжки с поворотом, выполняемые до и/или после R, выполняются с использованием технических элементов предмета в соответствии с п. 2.6.1.
- 4.7.5. Если предмет пойман **до или после 3-ей DB** или потерян, R не засчитывается.

Разъяснение/Примеры:		
R с сериями из 3 одинаковых DB с прыжками с поворотом		
Элемент R	Разъяснение	Ценность
	Высокий бросок на прыжке с поворотом, 2-ой прыжок с поворотом во время полёта, ловля на 3-ем прыжке с поворотом	R3 + серии $0,30 + 0,20 = 0,50$ 3 DB
	Высокий бросок на прыжке с поворотом, 2-ой прыжок с поворотом во время полёта, ловля перед 3-им прыжке с поворотом	R не засчитывается (нет серий из 3) Только 1-ый DB оценивается 2-ая DB не считается с использованием «под полетом» 3-я DB не имеет технического элемента предмета.
	Высокий бросок на прыжке с поворотом, 2-ой прыжок с поворотом во время полёта, ловля на прыжке с поворотом с прогибом назад	R не засчитывается (нет одинаковых DB = нет серии) Только 1-я и 3-я DB оцениваются. Вторая DB не считается с использованием «под полетом»
	Большой круг на прыжке с поворотом, высокий бросок на 2-ом прыжке с поворотом, 3-ий прыжок с поворотом во время полёта, ловля на 4-м прыжке с поворотом	R3 + серии: $0.30 + 0.20 = 0.50$ 4 DB
	Высокий бросок на прыжке с поворотом, 2 прыжка с поворотом во время полёта, ловля на 4-м прыжке с поворотом	R не засчитывается (2 DB под полетом не разрешены) Только 1-я и 4-я DB оцениваются. 2-я и 3-я DB имеют неправильное использование критерия «под полетом»

4.8. Сводная Таблица критериев для броска и при полёте предмета

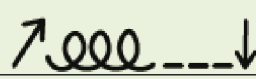
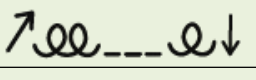
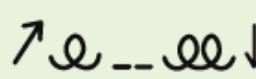
4.8.1. Сводная таблица для R: общие критерии во время броска, полета и ловли предмета

Символ	Ценность	Общие критерии
R ₃ , R ₄ и т.д.	0,10 каждый	Дополнительное полное вращение 360° тела вокруг любой оси при броске, при полете предмета или на ловле в координации с любой фазой последнего вращения.
Z	0,10	Смена оси вращения или смена уровня во время вращения. В каждом R действителен только один критерий (не оба вместе) Примечание* : 2 уровня засчитываются: 1. полет/стоя и 2. на полу
S	0,20	Серии из 3 или более одинаковых непрерывных преакробатических вращений (п. 4.5.1) или в сериях DB из 3 одинаковых прыжков с поворотом с броском и ловлей (п. 4.7). Примечание* : «одинаковые» означает, что преакробатические элементы взяты из одной группы и исполнены в одном и том же варианте.

Разъяснения / Примеры		
Общие критерии во время броска и полета предмета		
Элемент	Разъяснение	Ценность
	Высокий бросок, 3 вращения Шене под полётом, ловля	$R3 = 0,30$ Нет Серии <u>преакробатических элементов</u>
	Высокий бросок, 3 кувырка вперед под полетом, ловля	$R3 S = 0.50$ Серия <u>преакробатических элементов</u>
	Высокий бросок, 3 кувырка вперед под полетом, последний выполнен с ногами вместе, затем ловля	$R3 = 0.30$ Не <u>одинаковые преакробатические элементы</u>
	Высокий бросок во время 1-ого кувырка вперед, 2 кувырка вперед под полетом, затем ловля	$R3 = 0.30$ Серии не полностью <u>под полетом</u>
	Высокий бросок, 2 кувырка вперед под полетом, ловля при продолжении вращения в 3-ем кувырке	$R3 = 0.30$ Серия не полностью <u>под полетом</u>

4.8.2.1 **дополнительное вращение** оценивается во время броска перед двумя базовыми вращениями, при условии, что это вращение соединено с базой без дополнительных шагов и что бросок происходит во время, а не после этого вращения. Допускается пауза без шагов и перемещения.

4.8.3. **Дополнительные вращения после 2 базовых вращений** действительны даже с дополнительными шагами: все правильно выполненные критерии засчитываются **со Сбавкой в Исполнении** за неточность траектории и дополнительные технические ошибки.

Разъяснения / Примеры		
	Высокий бросок, 3 вращения под полетом, 3 шага, ловля	$R3 = 0,30$ Сбавка $E 0.30$ за неточную траекторию с 3 шагами
	Высокий бросок, 2 вращения вокруг своей оси без прерывания, за которыми следуют 3 шага и третье вращение, ловля	$R3 = 0,30$ Сбавка $E 0.30$ за неточную траекторию с 3 шагами
	Высокий бросок, 1 вращения, за которым следуют 2 шага, 2 вращения, ловля	$R2 = 0,20$ Сбавка 0.10 за неточную траекторию с 2 шагами, Дополнительное вращение перед 2 базовыми вращениями должно иметь соединение без дополнительных шагов

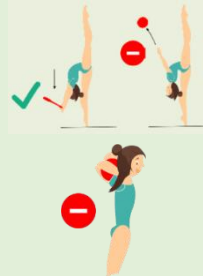
4.8.4. Любое вращение, заверщенное перед броском и любое вращение, начатое после ловли предмета, не засчитывается.

Разъяснения / Примеры		
	1 вращение, высокий бросок после вращения, затем 2 базовых вращения и ловля	R2 = 0,20 Требования выполнены (база), но первое вращение не связано с броском
	Высокий бросок, 2 базовых вращения под полетом, ловля предмета с последующим 3 - им вращением	R2 = 0,20

4.9. Общие Критерии при броске и ловле предмета

Символы	Общие критерии для всех предметов во время броска и во время ловли + 0.10 каждый раз
	Вне зрительного контроля
	Без помощи рук

Разъяснения / Примеры	
Общие критерии для всех предметов во время броска или во время ловли	
	<p>Вне зрительного контроля Примеры зон, определяемых как зоны «вне зрительного контроля»:</p> <p>- Для <u>всех</u> типов бросков/ловли:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Броски/ловля, выполненные спереди или сбоку от туловища, не считаются с этим критерием, даже с прогибом туловища назад. - Для получения критерия «вне поля зрения» за бросок/отбив недостаточно, чтобы предмет двигался назад. <u>Бросающая рука или другая часть тела, выполняющая бросок/отбив, должна быть в зоне, определяемой как «вне поля зрения».</u> <p>- Для бросков/ловли, выполняемых <u>с помощью руки (рук)</u>:</p> <ul style="list-style-type: none"> - Критерий «вне поля зрения» <u>обычно</u> дается только для техники, при которой бросающая рука <u>опущена/отведена назад</u>, а не там, где бросающая рука поднята назад (около головы), за исключением 2 следующих случаев: <ul style="list-style-type: none"> - Когда туловище прогнуто назад ниже горизонтали, «вне поля зрения» дается <u>для броска и для ловли</u>, в любой позиции за спиной/задняя часть туловища.

	<ul style="list-style-type: none"> - Когда туловище прогнуто назад ниже горизонтали, «вне поля зрения» дается для <u>ловли</u>, перед туловищем/передняя часть тела <u>на уровне груди или ниже</u>. • «Вне поля зрения» недействителен для Мяча, пойманного 2 руками за шей обеими согнутыми руками. 
≠	<p>Без помощи рук: Не засчитывается в:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ловля сразу же во вращение на вытянутой руке (⊙) • Бросок/ловля предмета тыльной стороной ладоней • Ловля Булавы внутренней стороной кисти/предплечья с использованием второй Булавы

4.10. Специфические критерии во время броска и во время ловли предмета

4.10.1. Сводная Таблица для R: Специфические критерии во время броска и ловли предмета

Символ	Специфические критерии для броска + 0.10 каждый раз	Символ	Специфические критерии для ловли + 0.10 каждый раз
		⊖	<p>Проход через Обруч (⊙) всем телом или частью тела во время ловли. Минимум 2 большие части тела должны пройти через Обруч. Пример: голова/шея + туловище; Руки + туловище; туловище + ноги, и т.д.</p>
✓	<p>Бросок после переката по полу (⊙) Засчитывается только при выполнении вместе с ≠</p>	✓	<p>Непосредственный обратный отбив телом без остановки, без руки(рук) или кисти(кистей): (⊙ ●)</p> <p>Примечание: Отбивы рукой (руками) и кистью (кистями) не засчитываются как ✓, но критерий ≠ дается за отбив рукой (руками), или другими частями тела.</p>
		⊖	<p>Непосредственная ловля в перекат предмета по минимум 2 большим частям тела.</p> <p>Не засчитывается: дополнительный критерий ≠ не дается при ловле рукой/кистью, независимо от положения ладони.</p> <p>Засчитывается: дополнительный критерий ⊗ дается, если любая часть переката находится вне поля зрения.</p>
↗	<p>Бросок 2 разъединённых Булав (⚡): <ul style="list-style-type: none"> • одновременный бросок • асимметричный бросок • каскадный бросок </p>	<p>⇓</p> <p>⇓</p>	<p>Одновременная ловля 2 разъединённых Булав (⚡)</p> <p>Ловля Мяча (●) 1 рукой без дополнительной помощи телом или другой рукой</p>

<p>Асимметричные броски могут выполняться одновременно 1 или 2 руками. Движения 2 Булав в полёте должны быть разной амплитуды (1 бросок выше другого) и в разных плоскостях или направлениях.</p> <p>Каскадные броски</p>	G	<p>Непосредственная ловля Обруча (O) во вращение другой частью тела, без помощи кистей рук.</p> <p>Не действителен: дополнительный критерий «без помощи рук» ≠ не дается для вращения на прямой руке.</p>
---	---	--

Разъяснение/Примеры
Оценивание каскадных бросков
<ul style="list-style-type: none"> • Каскадные броски – это броски 2 Булав, 1 за другой, причем обе Булавы должны находиться в полете в один момент времени. • Для R с каскадом: максимум оцениваются только 2 броска. Критерий не дается ни для третьего броска в каскаде, ни для повторного броска, используемого как третий бросок). <ul style="list-style-type: none"> • Минимум 1 бросок должен быть высоким, с 2 базовыми вращениями под полетом предмета. Другой бросок может иметь любую высоту. Порядок бросков разной высоты свободный (высокий – низкий, низкий – высокий). • Вращения оцениваются только по отношению к 1 полету. • Каждый критерий дается максимум 1 раз за действие броска и максимум 1 раз за действие ловли (а не по одному разу для каждой Булавы). • Любой бросок или ловля, выполненные до или во время базового вращения, оцениваются как часть «действия броска». • Любой бросок или ловля, выполненные после базовых вращений, оцениваются как часть «действия ловли».

4.10.2. Непосредственный отбив телом без остановки (V):

- Отбив – это часть главная составляющая R (часть начального броска для R); необходимо поймать повторный отбив, чтобы R был засчитан.
- Критерии, выполненные во время отбива, засчитываются: каждый критерий дается максимум 1 раз, вместе для ловли и отбива.
- Критерии для ловли предмета после отбива не оцениваются ни как часть R, ни как DA.

4.10.3. Повторный бросок в конце R или немедленно после R относится к R, но не дает никаких критериев (не существует критериев для «повторного броска», и другие критерии не даются, например, бросок без помощи рук). Этот тип броска или его ловли никогда не оценивается как DA.

4.10.4. R не будет засчитан при выполнении бумеранга в любой фазе.

4.10.5. Бросок 2 разъединенных Булав: этот критерий даётся только 1 раз за бросок, который выполняется асимметрично, каскадом или одновременно. Для асимметричных и каскадных бросков важно, чтобы одна булава соответствовала требованиям по высоте броска.

4.10.6. Прямая ловля Обруча с вращением вокруг другой части тела (a): если выполняется с помощью локтя, шеи или ноги и т. д. (не прямой рукой), этот критерий будет действителен, как и дополнительный критерий «без помощи рук».

4.11. R не засчитывается в следующих случаях:

- Без высокого броска предмета
- Отсутствуют 2 базовых вращения во время полёта предмета
- Неполные 1 или оба базовые вращения (нет 360°)
- Прерывание между 2 базовыми вращениями
- Потеря предмета
- Ловля с отбива от пола
- Ловля Ленты за материя (вместо ловли за палочку Ленты)
- Выполнение с бумерангом в любой фазе

- Полная потеря равновесия с падением гимнастки
- Повтор вертикальной группы № 1 в более чем 2 **R**
- Повтор вертикальных групп №2 или № 3 в более чем 1 **R**
- Повтор группы преакробатического элемента в более чем 1 **R**
- **R** выполнен с **DB** без вращения или с **DB**, определяемой как 180°, включая последнее вращение в **R**, используемое в качестве подготовительного к таким **DB**
- **R** выполнен с 2 **DB** ценностью 0,20 или более, 1 на броске и 1 на ловле (кроме серий прыжков с поворотом)
- **DB** ценностью 0,20 или более выполнена под полётом предмета (разрешено только в сериях прыжков с поворотом)
- **R** с сериями **прыжков с поворотом**: прерывание между любыми вращениями
- **R** с сериями **прыжков с поворотом**: неправильный хронометраж броска/ловли:
 - бросок до/после первого прыжка с поворотом
 - ловля до/после третьего прыжка с поворотом
- Трудность началась вне пределов площадки
- Ловля предмета после окончания музыки

5. ТРУДНОСТЬ ПРЕДМЕТА (DA)

5.1. Дефиниция

5.1.1. Трудность предмета (DA) – это технический элемент предмета («база»), выполняемый со специфическими критериями предмета.

5.1.2. Базы DA включают некоторые (но не все) технические элементы предметов (п. 3.3. и 3.4.).

5.1.3. Элементы DA состоят из следующей комбинации базы (баз) и критериев:

5.1.3.1. 1 база предмета + минимум 2 критерия, которые выполняются во время 1 базы.

5.1.3.2. «Ловля после высокого броска» + 2-ая база предмета + минимум 1 критерий, который выполняется во время обеих баз.

- В принципе, база «ловля высокого броска» ↓ также действительна для ↓ (Мяч и Булавы), ↓↓ (Булавы).
- 2 базы должны быть выполнены без прерывания и без паузы между ними.



5.2. Требования

5.2.1. В каждом упражнении оцениваются максимум 15 DA в порядке их выполнения (независимо от технического исполнения DA). Дополнительные элементы DA не оцениваются (нет сбавки).

5.3. Ценность DA


5.3.1. Когда DA состоит из 1 базы предмета + 2 критериев: ценность базы определяет ценность DA.

Пример: Обруч и Мяч

База	Ценность	Критерий	Ценность DA
<i>Большой перекат</i> 	0.30		0.30

5.3.2. Когда DA состоит из «Ловли после высокого броска» + 2-ой базы предмета + 1 критерия: Ценность наивысшей базы + дополнительные 0.10 балла за 2-ую базу определяют ценность DA.

Пример: Обруч и Мяч

База	Ценность	База	Ценность	Критерий	Ценность DA
<i>Ловля после высокого броска</i> ↓	0.30	<i>Большой перекат</i> 	0.30		<i>0.30 (наивысшая база) + 0.10 (2-ая база) = 0.40</i>

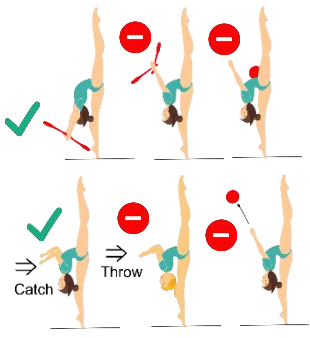

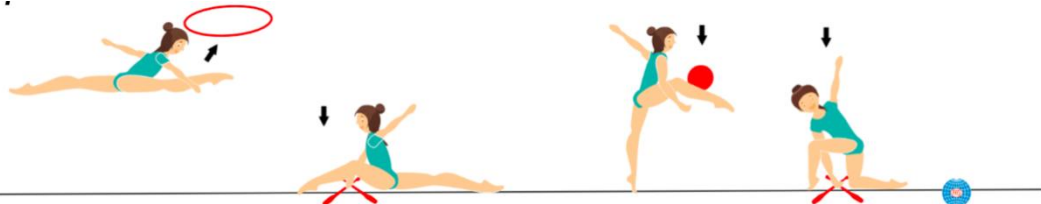
5.4. Критерии для DA

5.4.1. Критерии действуют на условиях, перечисленных в таблице 5.4.2.

5.4.2. Критерии, помеченные в таблицах DA как N/A (п. 5.8 – 5.11), недоступны для данной базы и не засчитываются в числе минимум 2 критериев.

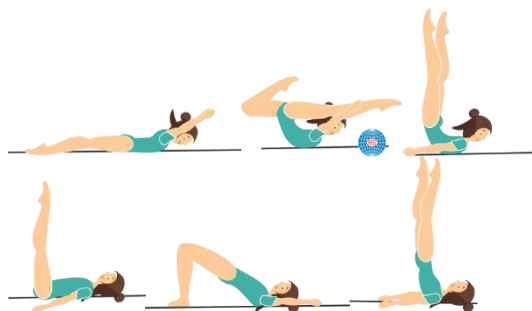
5.4.3. Таблица критериев для ДА, действительных для всех предметов

Разъяснения / Примеры	
Критерии для ДА	
✗	<p>Вне поля зрения:</p> <p>Примеры зон, определяемых как «вне поля зрения»:</p>  <p>- Для всех типов элементов предметов:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Критерий «вне поля зрения» оценивается для положения руки, кисти (только для спиралей и змеек, см. ниже) или части тела, которой выполняется элемент(ы), в соответствии с вышеуказанными зонами. • Элементы, выполняемые спереди или сбоку от тела, не подпадают под этот критерий, даже если туловище наклонено назад. • Полная база предмета или одно из 2 или более определенных действий должны выполняться вне поля зрения. Исключения: <ul style="list-style-type: none"> о <u>Большие перекаты и скольжение</u> находятся «вне поля зрения», если какая-либо часть (начало, середина или конец) переката выполняется в зоне, определенной как «вне поля зрения». о <u>Мельницы</u> считаются как «вне поля зрения», если минимум 2 из 4 кругов выполнены в зоне, определенной как «вне поля зрения». <p>- Для бросков/отбивов/повторных бросков:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Недостаточно, чтобы предмет перемещался назад: <u>бросающая рука или другая часть тела, выполняющая бросок/отбив/повторный бросок</u>, должна находиться в зоне, определенной как «вне поля зрения». <p>- Для выполнения элементов предмета с помощью руки(рук):</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Вне поля зрения» <u>обычно</u> дается только для техник, при которых рабочая рука <u>опущена/отведена назад</u>, а не для техник, при которых рабочая рука поднята/отведена назад (около головы), за исключением следующих 3 пунктов: <ul style="list-style-type: none"> о Для <u>спиралей и змеек</u> «вне поля зрения» также дается, когда рабочая рука поднята вверх/отведена назад и рабочая кисть находится за вертикальной линией.  о Когда <u>туловище наклонено назад</u> ниже горизонтали «вне поля зрения» дается, для выполнения баз в любом месте <u>сзади туловища</u>. 

	<p>о Когда туловище наклонено назад ниже горизонтали, «вне поля зрения» дается для баз, выполняемых на туловище/спереди туловища на уровне груди или ниже. Этот пункт не применяется ни к какому типу бросковых действий, кроме ловли после малых бросков и т.д.</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Когда гимнастка лежит на полу лицом вверх: базы, выполняемые с помощью рук, с руками, поднятыми выше головы, не получают критерий «вне поля зрения». • «Вне поля зрения» не считается для мяча, пойманного двумя согнутыми руками за шей. 
<p>≠</p>	<p>Без помощи рук:</p> <p>Предмет должен совершать самостоятельное техническое движение, начатое:</p> <ul style="list-style-type: none"> • импульсом от другой части тела • начальным импульсом кисти руки (рук), но после этого предмет должен двигаться самостоятельно без помощи кисти руки (рук) <p>Не засчитывается в:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ловля сразу же во вращение на вытянутой руке (○); • Бросок / ловля тыльной стороной рук(и); • Ловля Булавы внутренней стороной кисти/предплечья с использованием другой Булавы
<p>✗</p>	<p>Под ногой(ами): в сложной взаимосвязи тела и предмета под ногой(ами).</p> <p>Примеры:</p>  <p>Примечание для Булав: когда мельницы выполняются с 1 рукой с каждой стороны ноги, они сами по себе получают под ногой, и критерий «под ногой» действителен независимо от положения тела.</p>
<p>=</p>	<p>Положение на полу</p> <p>Элементы предмета выполняются лежа на полу от начала до конца элемента DA:</p> <ul style="list-style-type: none"> • На полу, опора на любую часть живота и/или груди • На полу, опора на любую часть спины и/или шеи • Полностью лежа на боку <p>Положение ног свободное.</p>

Для баз с 2 или более действиями (см. пункт 3.2.1.) важно находиться в положении на полу во время выполнения действия, которое соответствует 2 критериям (отпускание или ловля).

Примеры положений, ДЕЙСТВИТЕЛЬНЫХ в качестве «положение на полу»:



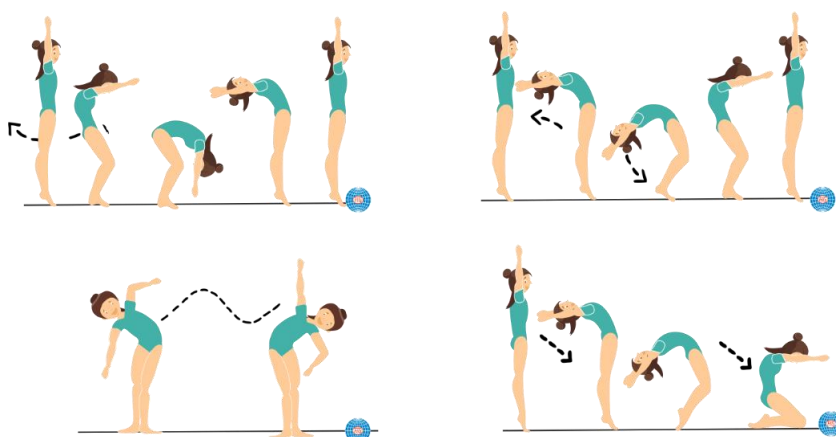
Примеры положений, НЕ ДЕЙСТВИТЕЛЬНЫХ в качестве «положение на полу»:



W

Полная волна тела

Дефиниция:




- Полная волна всего тела — это последовательное сокращение и расслабление всех мышц тела вдоль «цепочки» сегментов тела, подобно «электрическому току».
- В полных волнах тела задействованы все сегменты тела, от головы, через таз, до стоп и наоборот.
- Участие рук не обязательно: их возможное использование определяется предметом и/или хореографией.
- Амплитуда волны — на выбор.

Примеры полных волн телом:

Вперед, назад, в стороны, назад с опусканием на пол, полная волна телом со спиральным поворотом и т.д.

Оценивание критерия в соответствии с дефиницией:

- Наклоны вперед и назад **без последовательного движения через тело** (сегменты участвуют одновременно, а не последовательно): не засчитывается.
- Последовательное сокращение всех сегментов тела, **но без их расслабления**: не засчитывается.
- Последовательное сокращение и расслабление мышц от бедер к голове, **без участия**

	<p>коленных и голеностопных суставов: не засчитывается.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Последовательное сокращение и расслабление мышц от лодыжек к голове, без участия рук: допустимо – участие рук не обязательно. • Последовательное сокращение и расслабление мышц от лодыжек к голове с ограниченной амплитудой движений в области шеи: засчитывается со сбавкой в Исполнении. <p>Все полные волны тела должны быть разными: отличаются волны вперед /назад /в стороны /с положением ног вместе или врозь, но идентичное повторение считается как одинаковое, то же самое.</p>
<p>DB</p>	<p>Трудности Тела</p> <ul style="list-style-type: none"> • Выполняется с DB ценностью 0,10 или более • DB, определяемая вращением или положением на полу, может засчитываться только как DB • Во время каждой DB возможно выполнение максимум 1 DA. Все дополнительные DA в том же DB (например, в равновесии Фуэте или повороте Фуэте), считаются попытками DA и не зачитываются. • Серии прыжков и вращений: допускается 1 DA для каждой DB в серии, если она выполнена в соответствии с требованиями DA. Например, одинаковый повтор DA считается как попыткой DA и не зачитывается). <p>Примечание для большого переката в DB равновесия (кроме динамических равновесий): импульс для переката может быть выполнен одновременно с импульсом для DB, или после импульса DB.</p> <p>После первоначального импульса предполагается, что равновесие DB будет зафиксировано на время выполнения переката. Если этого нет, то критерий DB недействителен для большого переката DA, а большой перекат не является допустимым техническим элементом предмета для равновесия DB.</p>
<p></p>	<p>Вращение</p> <ul style="list-style-type: none"> • Минимум 360° • На какой-то фазе вращения должна быть показана полная дефиниция базы. Допустимо, чтобы база была завершена до завершения вращения. Для больших перекатов импульс для переката и импульс для вращения могут подаваться одновременно. • Этот критерий недействителен для DB с вращением. • Этот критерий может быть скомбинирован с «положением на полу», если вращение на 360° выполняется при сохранении положения на полу от начала до конца базы.

5.4.4. Для **DA**, сочетающей **ловлю с высоким броском и большим перекатом:** если ловля/перекат начинается с руки вперед или в сторону, критерий «вне поля зрения» недействителен для ловли. «Вне поля зрения» не дается, так как минимум 1 критерий должен быть выполнен во время обеих баз. Как при ловле, так и при большом перекате требуется другой критерий, чтобы засчитать эту DA с 2 базами предмета.

5.4.5. **Любой повтор DB** (включая формы, выполняемые в равновесии Фуэте) с DA или без DA в этой Трудности, **не будет засчитан** в качестве критерия DB.

Разъяснения / Примеры

Пример 1:

- Прыжок подбивной, без выполнения DA
- Позднее в упражнении выполнен Прыжок подбивной с DA: повтор Прыжка подбивного, DA не оценивается

Пример 2:

- Равновесие Фуэте с формой Пассе, без выполнения DA
- Равновесие Пассе с DA: повтор Пассе, DA не оценивается

5.4.6. В положении на полу может быть выполнено максимум 3 последовательных DA:

- - После 3 последовательных DA, выполненных в положении(ях), определяемых как «положение на полу», гимнастка должна выполнить минимум одно соединяющее движение или Трудность, которые не относятся к «положению на полу», прежде чем гимнастка сможет вернуться в любое «положение на полу».
- - все дополнительные последовательные DA на полу (до тех пор, пока гимнастка встанет с пола) считаются попытками выполнения DA и не засчитываются, (независимо от 2 других действительных критериев). Применяется сбавка судьями DA:

Сбавка судей DA: 0.30 за каждый набор из 4 последовательных DA в положении на полу

5.4.7. Для критерия «вращение» может быть выполнено максимум 3 преакробатических элемента, каждый из разных групп преакробатических элементов:

- Преакробатические элементы оцениваются в порядке их выполнения: будут оценены первые 3 Элемента.
- Наличие любой дополнительной DA с преакробатическим элементом считается попыткой выполнения DA и не засчитывается, независимо от 2 других действительных критериев. Нет сбавки.
- Повтор одного и того же преакробатического элемента в 2 (или более) отдельных элементах DA считается попыткой и не засчитывается, (независимо от 2 других действительных критериев). Нет сбавки.
- Преакробатический элемент в DA может быть таким же или отличным от тех, которые использовались в R.

5.4.8. Когда преакробатический элемент соединен с DB (с DA или без нее) или использован в целях хореографии, этот преакробатический элемент засчитывается как 1 из 3 преакробатических элементов. И эта группа преакробатических элементов не может повторяться в DA.

5.4.9. Когда DA продолжается во время преакробатического элемента и DB, это считается 1 из 3 преакробатических элементов. (См. также п. 5.5.2.).

5.4.10. Выбор вертикальных вращений не фиксируется судьями DA. Вертикальные вращения могут быть выполнены как микс вертикальных вращений из разных групп и вертикальные вращения могут повторяться произвольно при условии выполнения п. 5.6.2.







Разъяснения / Примеры

Могут ли технические элементы предметов, выполненные в полной волне тела, быть одинаковым образом повторены в DB?

Да. Полные волны тела – не являются DB и возможные технические элементы с предметом не регистрируются судьями DB.

5.5. Комбинации из 2 баз

5.5.1. **2 последовательные базы предмета** оцениваются как 2 отдельных DA только в том случае, если есть четкое окончание (остановка после) 1-ой базы, прежде чем начнется 2-ая база.



Разъяснения/Примеры					
База	Ценность	База	Ценность	Критерий	Ценность DA
Спирали 	0.30	Высокий бросок 	0.20		0.30 Спирали выполняются вне поля зрения во время вращения
Большой пережат 	0.30	Малый бросок/ловля 	0.20		0.30 Большой пережат от шеи к ногам, прямой и без остановки, малый бросок ногами, ловля Мяча за спиной. Малый бросок сочетается с пережатом, то есть его ловля не является новой DA.

5.5.2. **2 последовательные одинаковые базы предмета**, выполненные в одном и том же соотношении тело-предмет, без остановки предмета, для **2 или более последовательных элементов тела/Трудностей тела** оцениваются как 1 DA.

Разъяснения / Примеры
<i>Одна и та же спираль с Лентой выполняется в одном и том же положении руки в 2 последовательных элементах тела: переворот вперед с переходом в равновесие «свободная нога вперед без помощи, прогиб туловища назад ниже горизонтали» оценивается как 1 DA: Спираль (вне поля зрения + вращение и DB). Это считается 1 из 3 преакробатических элементов. (См. п. 5.4.9.)</i>

5.5.3. Когда выполнены **2 базы предмета в одном элементе тела / Трудности тела**, это оценивается как 2 DA. 2-ая DA считается попыткой DA и не засчитывается.

5.5.4. Когда **скомбинированы 2 базы предмета** без «Ловли с высокого броска» и выполнен **только 1 критерий**, это не оценивается как DA.

Разъяснения / Примеры					
База	Ценность	База	Ценность	Критерий	Ценность DA
Спирали (удержание за материал) 	0.30	Высокий бросок 	0.20		не DA

5.5.5. Когда скомбинированы **2 базы предмета** и выполняются **2 критерия**: действительной будет база, которая выполняется с 2 критериями. Если обе базы выполняются с 2 критериями, то ценность будет определяться наивысшей базой.

5.5.6. Все базы с 2 или более действиями (п. 3.2.1.) засчитываются как 1 база для каждого элемента, а не, к примеру, 1 база малый бросок для 1-ой фазы + 1 база отбив телом для 2-ой фазы.

5.6. Оценивание

- 5.6.1. DA будет действительна, если будут выполнены определенные требования к базе предмета и определенные требования к критериям.

Разъяснения / Примеры
















Гимнастка пытается выполнить DA с базой «перекат Мяча по 2 большим частям тела» (○○○○), но Мяч не перекачивается по 2 большим частям тела. Эта DA не засчитывается, т.к. не соблюдена дефиниция базы. Применяется соответствующая сбавка в Исполнении в зависимости от переката (см. Таблицу Исполнения).



- 5.6.2. **Одинаковый повтор DA** (повторение всей комбинации базы(баз) и критерия(ев) не засчитывается.
- 5.6.3. Для всех баз с **2 или более действиями** (см. п. 3.2.1.) 2 критерия должны выполняться в одном и том же действии (к примеру, не 1 при броске и 1 при ловле). Действия оцениваются в хронологическом порядке:
- 5.6.3.1. Если во время малого броска выполняются 2 критерия, но 1 или 2 критерия недействительны: DA «малый бросок» оценивается как попытка DA и не засчитывается как DA, независимо от 2 действительных критериев во время ловли.
- 5.6.3.2. Если во время отпускания бумеранга выполняется 1 критерий, а во время ловли Бумеранга выполняются 2 критерия, то DA «бумеранг» действительна.
- 5.6.4. Различие между **DA** и неправильно выполненным **R**:
- 5.6.4.1. Высокий бросок и ловля с поворотом на 360° или более под полетом – это свойственно R. Такие элементы всегда оцениваются как R, но никогда как DA.
- 5.6.4.2. Когда гимнастка не выполняет вращение под полетом: бросок во время вращения и/или ловля во время вращения будут оцениваться как DA, если выполнена дефиниция DA.

5.7. DA не действительны в следующих случаях:












- База или критерий не выполнены в соответствии с дефиницией
- Потеря предмета
- Более **3 DA** с преакробатическим элементом как критерий «вращение», оценены в порядке выполнения
- Выполнены последовательно более **3 DA** в положении на полу
- Преакробатический элемент одной и той же группы выполнен в более чем **1 DA**
- Потеря равновесия с опорой на 1 или 2 руки либо с опорой на предмет
- Полная потеря равновесия с падением гимнастки
- Выполнение в любой фазе **R**
- Лента поймана за материал (по ошибке)
- Трудность началась вне пределов площадки
- Любая часть Трудности выполнена после окончания музыки

5.8. ТАБЛИЦА БАЗ И КРИТЕРИЕВ ДА

База	Символ базы	Ценность	Критерии						
				\neq	\neq		$=$	w	DB
Большой перекат Обруча через мин. 2 крупные части тела		0.30	V	V	N/A	V	V	V	V
Свободное вращение Обруча вокруг оси: вокруг части тела или на части тела (не считается на открытой ладони)		0.30	V	V	N/A	V	V	V	V
Вращение (мин. 1) Обруча вокруг части тела (кроме кистей рук)		0.20	V	N/A	N/A	V	V	V	V
Проход через Обруч всем телом или частью тела (2 большие части тела)		0.20	V	V	V	V	V	V	V
Пережат Обруча по полу		0.20	V	V	N/A	V	N/A	V	V
Вращение (мин. 1) Обруча на полу вокруг оси		0.20	V	V	N/A	V	N/A	V	V
Передача без помощи рук между минимум 2 разными частями тела (кроме кистей)		0.20	V	N/A	N/A	V	V	V	V
Скольжение Обруча по мин.2 крупным частям тела		0.20	V	V	N/A	V	V	V	V
Малый бросок/ловля (включая свободное падение)		0.20	V	V	V	V	N/A	V	V
Отталкивание, толчок, отбив от разных частей тела кроме рук/кистей рук		0.20	V	V	V	V	N/A	V	N/A
Высокий бросок		0.20	V	V	V	V	V	V	V
Высокий бросок с вращением вокруг оси		0.30	V	V	V	V	V	V	V
Ловля Обруча после высокого броска		0.30	V	V	V	V	V	V	V


















Символ	Разъяснение/Примеры
	<p>Высокий бросок с вращением Обруча вокруг своей оси во время полета:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Бросок Обруча путем вращения его вокруг вертикальной или горизонтальной оси в полете, сохраняя плоскость вращения от начала до конца полета Обруча. • Начальный импульс задается во время броска Обруча 1 или 2 руками или другой частью тела.
	<p>Можно комбинировать 2 базы «Ловли с высокого броска» с «отбивом от тела» в 1 ДА</p>

5.9. ТАБЛИЦА БАЗ И КРИТЕРИЕВ DA

База	Символ базы	Ценность	Критерии						
				\neq	\neq		$=$	w	DB
Большой перекат Мяча через мин. 2 крупные части тела		0.30	v	v	N/A	v	v	v	v
Ловля Мяча после высокого броска 1 рукой		0.30	v	N/A	v	v	v	v	v
Отбив	1 высокий отбив (уровень колена или выше) от пола	0.20	v	v	N/A	v	v	v	v
	Серии (мин.3) маленьких отбивов от пола	0.20	v	v	N/A	v	v	v	v
Свободное вращение Мяча на части тела		0.20	v	N/A	N/A	v	v	v	v
Передача Мяча без помощи рук между минимум 2 разными частями тела (кроме кистей)		0.20	v	N/A	N/A	v	v	v	v
Малый бросок/ловля (включая свободное падение)		0.20	v	v	v	v	N/A	v	v
Отталкивание, толчок, отбив разными частями тела, кроме рук/кистей рук		0.20	v	v	v	v	N/A	v	N/A
Высокий бросок		0.20	v	v	v	v	v	v	v
Ловля после высокого броска		0.30	v	v	v	v	v	v	v
Отбив от пола после высокого броска и непосредственного возврата предмета (любая высота, без помощи рук/кистей рук)		0.30	v	v	N/A	v	v	v	v













Символ	Разъяснение/Примеры
↓	DA засчитывается только в том случае, если Мяч пойман 1 рукой. Если гимнастка пытается поймать Мяч 1 рукой и «спасает» Мяч, используя другую руку или тело, это засчитывается как попытка выполнения DA и не засчитывается, со сбавкой в Исполнении.
∨	Серия (мин. 3) небольших отбивов от пола: 2 критерия должны выполняться в одном и том же действии (например, не 1 критерий при 1-м отбиве, а другой критерий при 3-м отбиве). Действия оцениваются в хронологическом порядке.
↓ ↓ ↘	Только 1 база ловли Мяча после высокого броска действительна в одном элементе: либо ↓ (ловля Мяча в полете с высокого броска), либо ↓ (ловля Мяча 1 рукой с высокого броска), либо ↘ (отбив от пола после высокого броска и непосредственно возврата предмета), но не все вместе как 2 базы в 1 DA.
↓ →	Можно комбинировать 2 базы «Ловли с высокого броска» с «отбивом разными частями тела», кроме рук/кистей в 1 DA.

5.10. ТАБЛИЦА БАЗ И КРИТЕРИЕВ DA

База	Символ базы	Ценность	Критерии						
				\neq	\neq		$=$	w	DB
Мельницы – мин. 4 – 6 кругов		0.30	v	N/A	v	v	v	v	v
Малый бросок 2 разъединенных Булав/ловля		0.30	v	v	v	v	N/A	v	v
Малые круги 2 Булав		0.20	v	N/A	v	v	v	v	v
Большой перекат через мин. 2 крупные части тела		0.30	v	v	N/A	v	v	v	v
Свободные вращения 1 или 2 Булав на или вокруг части тела или вокруг другой Булавы		0.20	v	v	N/A	v	v	v	v
Передача без помощи рук между минимум 2 разными частями тела (кроме кистей)		0.20	v	N/A	N/A	v	v	v	v
Скольжение Булавы мин. по 2 крупным частям тела		0.20	v	v	N/A	v	v	v	v
Малый бросок 2 соединенных Булав		0.20	v	v	v	v	N/A	v	v
- Малый бросок/ловля (включая свободное падение) - Отбив от пола		0.20	v	v	v	v	N/A	v	v
Отталкивание, толчок, отбив: используя разные части тела (кроме рук/кистей рук)		0.20	v	v	v	v	N/A	v	N/A
Высокий бросок		0.20	v	v	v	v	v	v	v
Высокий бросок 2 Булав		0.30	v	v	v	v	v	v	v
Ловля Булавы после высокого броска		0.30	v	v	v	v	v	v	v
Ловля после высокого броска 1 Булавы в 1 руку, другая Булава уже находится в этой же руке		0.30	v	N/A	v	v	v	v	v
Одновременная ловля 2 разъединенных Булав после высокого броска		0.30	v	v	v	v	v	v	v

Символ	Разъяснения / Примеры
⇒	<p>Малые броски 2 разъединенных булав/ловля: минимум 2 критерия должны быть выполнены при одном и том же действии (например, ловля). Критерии могут выполняться: 2 с одной и той же Булавой, по 1 с каждой Булавой, или более чем по 1 с каждой Булавой. В каждом случае это 1 DA.</p>
↗	<p>Высокий бросок 2 разъединенных булав: 2 Булавы могут быть брошены:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Вместе, параллельно • Асимметрично • В каскаде <p>Для асимметричных и каскадных бросков важно, чтобы 1 Булава соответствовала требованию по высоте броска.</p> <p>Каскад: 2 Булавы должны находиться в воздухе во время части каскадного броска. Этот тип броска является 1 базой; поэтому необходимые критерии могут быть выполнены с 1-ым или 2-ым броском Булавы, если хотя бы 1 Булава – в высоком броске. Минимум 2 критерия должны быть представлены в 1 действии (бросок №1 или бросок №2), независимо от высоты.</p>
⇓	<p>Одновременная ловля 2 разъединенных Булав: Булавы могут быть пойманы за любую часть</p>
↓ ↓ ↓	<p>Только 1 база ловли Булав после высокого броска действительна в одном элементе: ↓ (ловля Булавы в полете с высокого броска) или ↓↓ (ловля 2 Булав в полете с высокого броска) или ↓ (ловля одной Булавы в полете с высокого броска, с другой Булавой в той же руке), но не все вместе в одной ловле как 2 Базы в 1 DA.</p> <p>Ловля 2 Булав после каскадного броска – это 1 база, 1 раз.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Если после каскадного броска 2 Булавы пойманы одновременно: может быть оценена база «одновременная ловля 2 Булав». • Если после каскадного броска 2 Булавы не пойманы одновременно: база «ловля с высокого броска» может быть оценена 1 раз. DA не будет оценена за ловлю с возможного малого броска (нет новой базы), а также во второй раз за «ловлю с высокого броска».

5.11. ТАБЛИЦА БАЗ И КРИТЕРИЕВ DA

База	Символ базы	Ценность	Критерии						
				\neq	\neq		$=$	w	DB
Спирали / «Фехтовальщик» (\neq не засчитывается)		0.30	v	v	N/A	v	v	v	v
Змейки		0.30	v	v	N/A	v	v	v	v
Бумеранг в воздухе		0.40	v	v	v	v	v	v	v
Бумеранг с отпусканием и/или оттягиванием по полу		0.30	v	v	v	v	v	v	v
Эшаппе / ловля		0.20	v	v	v	v	v	v	v
Большой перекат палочки Ленты через мин. 2 крупные части тела		0.30	v	v	N/A	v	v	v	v
Проход через рисунок Ленты или над ним всем телом или частью тела		0.20	v	N/A	v	v	v	v	v
Движения материала Ленты вокруг тела палочкой, удерживаемой без помощи рук разными частями тела (шея, колено, локоть) во время движений тела или DB с Вращением (не для «Турляна» с созданием полного круга материала Ленты вокруг тела).		0.20	v	v	N/A	N/A	v	v	v
Передача без помощи рук между минимум 2 разными частями тела кроме кистей/рук		0.20	v	N/A	N/A	v	v	v	v
Малый бросок/ловля (включая свободное падение)		0.20	v	v	v	v	N/A	v	v

Отталкивание, толчок, отбив разными частями тела (кроме кистей/рук)	→	0.20	v	V	v	V	N/A	v	N/A
Высокий бросок	↗	0.20	v	V	v	V	V	v	v
Высокий бросок после скольжения на полу	↗ ↻	0.30	v	V	v	V	V	v	v
Ловля Ленты после высокого броска	↓	0.30	v	V	v	V	V	v	v

Символ	Разъяснение / Примеры
↻	<p>Скользящее движение Ленты на полу перед броском</p> <p>Удерживая Ленту за конец (или на расстоянии 50 см от ее конца) и выполняя большой круг рукой, чтобы придать Ленте импульс, который вызывает скользящее движение Ленты по полу (на протяжении всего скользящего движения Лента должна двигаться, а не лежать на полу). Бросок должен произойти сразу же после захвата ткани / палочки рукой или ногой.</p>

6. НОВЫЕ ОРИГИНАЛЬНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ ПРЕДМЕТОВ: Ⓞ

- 6.1. Тренеры приглашаются к подаче оригинальных Трудностей предметов (DA)
- 6.2. Оригинальные Трудности предметов (DA) будут рассматриваться как элементы, представляющие **Базы предметов, которые в настоящее время отсутствуют или ранее отсутствовали в Правилах судейства**, и не выполнялись на соревнованиях.
- 6.3. Оригинальный элемент предмета DA должен быть официально представлен на рассмотрение соответствующей Национальной Федерацией в Технический комитет через офис ФИЖ электронной почтой или письмом по почте.
- 6.4. Запрос на утверждение/оценивание элемента должно сопровождаться описанием элемента на английском языке, видео элемента и ещё одного видео с полной композицией, в которой представлен этот элемент на соревнованиях.
- 6.5. Технический комитет рассматривает оригинальный элемент на своем ближайшем заседании.
- 6.6. О решении будет сообщено в соответствующую Национальную Федерацию в письменном виде.
- 6.7. Если элемент будет утвержден, Технический Комитет установит ценность этого элемента как базы соответствующего предмета с добавлением в Таблицу технических элементов предметов; соответствующая гимнастка получит **Бонус за Оригинальность 0.30** бригадой DA за этот оригинальный элемент DA, что будет опубликовано в Бюллетене.
- 6.8. Любая гимнастка может выполнять ту же базу предмета, без надбавки за оригинальность.
- 6.9. Если оригинальный элемент DA выполняется с небольшой ошибкой исполнения, DA засчитывается без бонуса за Оригинальность.

7. ОЦЕНКА ТРУДНОСТИ (D):

7.1. Судьи D оценивают Трудности, применяют частичные баллы и вычитают возможные сбавки, соответственно:

7.2. Судьи D 1-ая подгруппа (DB)

Трудность	Минимум/Максимум	Сбавка 0.30
Трудности тела (DB)	Минимум 1 каждой группы Трудностей тела Максимум 8	∧ - нет попытки выполнения T - нет попытки выполнения ⊙ - нет попытки выполнения
Равновесие «Турлян»	Максимум 1 на релеве Максимум 1 на полной стопе	Более чем 1 на релеве Более чем 1 на полной стопе
Динамические элементы с вращением R	Максимум 4	Нет сбавки

7.3. Судьи D 2-ая подгруппа (DA)

Трудность	Минимум/Максимум	Сбавка 0.30
Трудность предмета (DA)	Максимум 15	Нет сбавки
Последовательные DA в положении на полу	Максимум последовательно 3	Сбавка за каждый набор из 4 последовательных

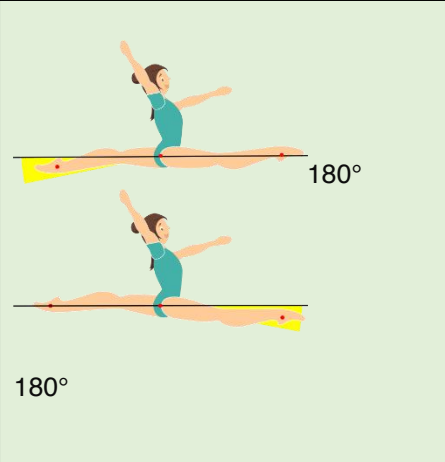
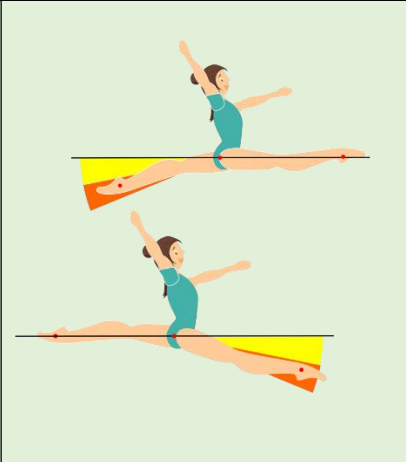
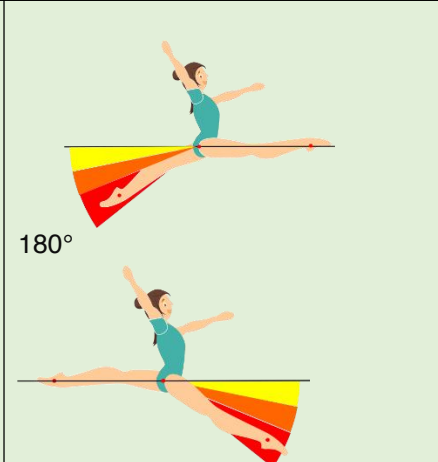
8. ПРЫЖКИ

8.1. Общее

8.1.1. Все Трудности Прыжков должны иметь **следующие базовые характеристики:**

- **Определенная и фиксированная** форма в полете
- **Высота** должна быть достаточной для соответствующей формы

8.1.2 Прыжок **без хорошо видимой формы** (в соответствии с дефиницией в Таблице №9) и **достаточной высоты для того, чтобы зафиксировать хорошо видимую форму**, будет наказан сбавкой в Исполнении (п. 2.5.2. - 2.5.4.).

Разъяснения / Примеры		
Прыжки с ценностью и отклонениями		
<i>DB засчитывается: 0.30</i>	<i>DB засчитывается: 0.30</i>	<i>DB не засчитывается: 0.00</i>
		
<i>Маленькое отклонение частей тела в шпагате</i>	<i>Среднее отклонение частей тела в шпагате</i>	<i>Большое отклонение частей тела в шпагате</i>
<i>Сбавка в Исполнении 0.10</i>	<i>Сбавка в Исполнении 0.30</i>	<i>Сбавка в Исполнении 0.50</i>

8.2. Прыжки с **отталкиванием 1 или 2 ногами** считаются **одинаковыми**.

8.3. Для всех **прыжков, включающих вращение(я)**: ценность Прыжка определяется выполненным вращением(ями). Для прыжка с вращением менее 180°, базовая ценность Трудности (без вращения) дается, если она содержится в таблице без вращения, и правильно выполнена в соответствии с базовыми характеристиками.

8.4. Вращение тела (на 180° или 360°) во время полета оценивается от **положения плие** для отталкивания до положения плие для приземления.

8.5. Каждая DB может быть выполнена только один раз, **независимо от количества оборотов** в воздухе: Одна и та же форма, выполненная один раз с поворотом на 180°, а другой раз с поворотом на 360°, считается тем же самым DB.

8.6. Во всех Трудностях Прыжков **с кольцом** стопа или другая часть ноги должны находиться в положении замкнутого кольца. Для достижения правильной формы необходимо касание любой части головы (включая прическу/пучок).

8.6.1. DB без касания, с отклонением максимум на 20°, допустима со сбавкой в Исполнении (п. 2.5.2 - 2.5.3).

8.7. Во всех Трудностях Прыжка **с прогибом туловища назад** голова должна касаться ноги. **Для достижения правильной формы необходимо касание любой части ноги.**

8.7.1. DB без касания, с отклонением максимум на 20°, допустима со сбавкой в Исполнении (п. 2.5.2 - 2.5.3).

8.7.2. **Исключение:** Критерий «прогиб туловища назад», выполненный с большим отклонением, будет наказан сбавкой в Исполнении (п. 2.5.4), но базовая ценность Трудности может быть дана (см. п. 2.5.5), если она указана в таблице без «прогиба назад» и выполнена в соответствии с базовыми характеристиками.

8.8. Прыжки, состоящие **более чем из одного основного действия** (например, прыжок в шпагат с кольцом), должны выполняться таким образом, чтобы во время полета они создавали **единое и четко видимое представление фиксированной и четко определенной формы**, а не 2 разных образа и формы (техника исполнения «качели»: см. Исполнение, п. 2.1.5). При оценивании таких прыжков применяются принципы отклонений, изложенные в п. 2.5.2 - 2.5.4. Если нет момента (нет образа), когда все действия выполняются с отклонением не более чем на 20° одновременно, Трудность считается недействительной.

8.9. Повтор прыжков из одной и той же ячейки (п. 2.4.1) недопустим, за исключением серии (п. 2.4.3).

8.10. Можно выполнять прыжки с отталкиванием и приземлением на 1 ногу **серией**. Серия прыжков состоит из 2 или более последовательных **одинаковых прыжков** (п. 2.4.4), выполняемых с промежуточным шагом или без него (в зависимости от типа прыжка):

- Каждый прыжок в серии оценивается отдельно
- Каждый прыжок в серии засчитывается как **1 Трудность прыжка**

8.10.1. Если гимнастка выполняет **серию** прыжков и 1 или более прыжков в серии выполняются с **большим отклонением** в форме (см. п. 8.7.2), принцип «серии» не применяется, но все выполненные формы действительны, с соответствующими сбавками в Исполнении, а также в том случае, если Технический элемент предмета повторяется одинаковым образом (см. п. 3.6.1.6).

Разъяснения / Примеры		
Пример 1: Серия прыжков		
<i>DB засчитывается: 0.50</i>	<i>DB засчитывается: 0.50</i>	<i>DB засчитывается: 0.50</i>

Пример 2: Серии прыжков с отклонениями + изолированный Прыжок:			
<i>DB засчитывается: 0.50</i>	<i>DB засчитывается: 0.30</i>	<i>DB засчитывается: 0.50</i>	<i>DB не засчитывается: повтор</i>
<i>Серии</i>			<i>Изолированно</i>
Сбавка в Исполнении			
<i>Отклонение прогиба назад 0.10</i>	<i>Отклонение прогиба назад 0.50</i>	<i>Отклонение прогиба назад 0.10</i>	<i>Нет сбавки в Исполнении</i>

Пример 3: Изолированный прыжок + серии прыжков с отклонениями


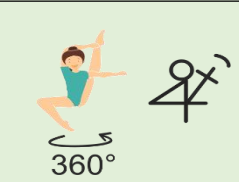
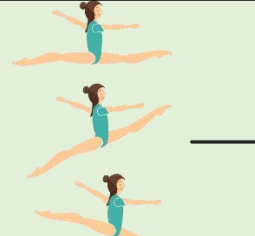
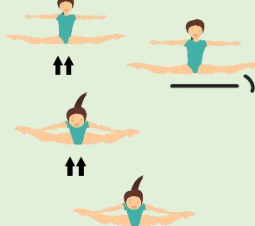
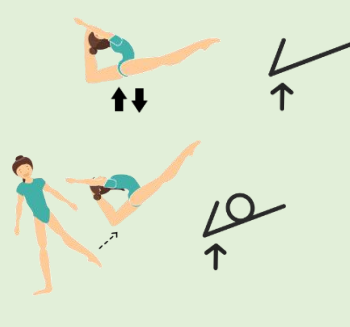
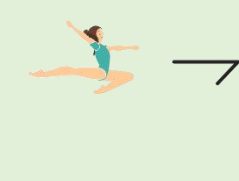


<i>DB засчитывается: 0.30</i>	<i>DB засчитывается: 0.50</i>	<i>DB не засчитывается: повтор</i>	<i>DB не засчитывается: повтор</i>
			
Изолированно	Серии		
Сбавка в Исполнении			
Нет сбавки в Исполнении	Отклонение прогиба назад 0.10	Отклонение прогиба назад 0.50	Отклонение прогиба назад 0.10

- 8.11. Прыжки должны быть выполнены с **минимум 1** техническим элементом предмета в соответствии с дефиницией – см. таблицы в п. 3.3 – 3.4.
- 8.12. «Прыжок-Нырок» (Прыжок с туловищем, наклоненным вперед, сразу заканчивающийся кувырком) не считается Трудностью прыжка, но считается **преакробатическим элементом**.

Разъяснения / Примеры	
	Преакробатический элемент «Прыжок-Нырок» Не оценивается как DB Считается 1 элементом вращения
	DB Прыжок в шпагат + преакробатический элемент «кувырок вперед» Прыжок в шпагат оценивается как DB Кувырок вперед считается 1 элементом вращения

























8.13. Техника специфических Трудностей Прыжка:

















Разъяснения / Примеры	
	«Кабриоль» вперед, назад или в сторону. Во время отталкивания маховая нога поднимается вперед, назад или в сторону на 45° (или больше). Опорная нога, отрываясь от пола, ударяет по ранее поднятой ноге на 45° (или более). В завершение, гимнастка приземляется на опорную ногу.
	Прыжок «Ножницы» со сменой ног сзади, в кольцо. Прыжок с отталкиванием 1 ногой, смена ног сзади в кольцо: Кольцо должно быть выполнено обеими ногами.
	Прыжок «Щука», ноги вместе или врозь. Прыжок всегда выполняется с наклоном туловища вперед над ногами или между ног.
	Прыжок «Казак» с разными положениями ног или с поворотом. Стопа согнутой ноги должна доходить до уровня таза, колено должно быть горизонтально или выше.

	
	<p>Прыжок «Казак» Жуковой (ЗК). Прыжок с прямой ногой сбоку высоко вверх, вся стопа выше головы, с помощью руки, противоположной прямой ноге. Стопа согнутой ноги должна доходить до уровня таза, колено должно быть горизонтально или выше. Поворот 360° в сторону, противоположную поднятой ноге.</p>
	<p>Прыжок в шпагат (отталкивание 1 или 2 ногами) Положение шпагата 180° требуется в наивысшей точке прыжка. Шпагат может быть в горизонталь, а также засчитывается, если положение 180° удерживается 1 ногой выше или ниже горизонтального положения.</p>
	<p>Прыжок в боковой шпагат (отталкивание 1 или 2 ногами) Положение шпагата 180° в горизонталь требуется в наивысшей точке прыжка</p>
	<p>Прыжки «Зариповой» ZR и «Аджирджиукулезе» AG Отталкивание и приземление на заднюю ногу. Во время этих Трудностей требуется оба критерия «шпагат» и «кольцо».</p>
	<p>Прыжок Подбивной: отталкивание 1 или 2 ногами. Выполняется с максимально согнутой ногой, стопа ближе к бедру в горизонталь. Ноги должны быть врозь на 180°. Подбив может быть в горизонталь и также засчитывается, когда положение 180° удерживается 1 ногой выше или ниже горизонтали.</p>
	<p>Прыжок Подбивной: отталкивание 1 или 2 ногами с кольцом или прогибом туловища назад. Выполняется с максимально согнутой передней ногой, бёдра врозь на 180°. Подбив может быть в горизонталь и также засчитывается, когда положение 180° удерживается 1 ногой выше или ниже горизонтали. Кольцо: задняя нога должна быть в положении закрытого кольца. Требуется касание любой части головы для фиксации правильной формы. Прогиб туловища назад: требуется касание ногой для правильности формы.</p>
	<p>Прыжок в шпагат со сменой прямых ног. Перед сменой ног передняя нога поднимается минимум на 45°. После видимой смены ног требуется положение шпагата 180° в наивысшей точке прыжка.</p>


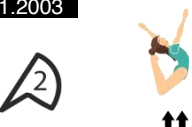

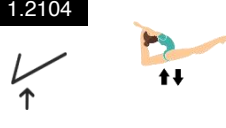
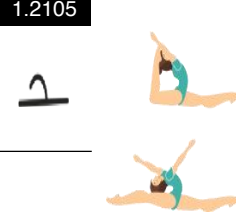
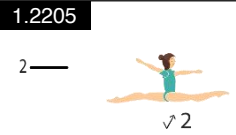
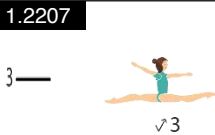
	<p>Прыжок в шпагат со сменой согнутой ноги. <i>Перед сменой ног передняя нога поднимается в горизонталь (пассе). После видимой смены ног требуется положение шпагата 180° в наивысшей точке прыжка.</i></p>
	<p>«Фуэте» <i>Смены ног не требуется. Выполняется с поворотом на 180° в полёте, над продольной осью маховой ноги и с приземлением на толчковую ногу.</i></p>
	<p>«Entrelace» <i>Смена ног требуется. Выполняется с поворотом на 180° в полёте, над продольной осью маховой ноги. Приземление на маховую ногу.</i></p>
	<p>Прыжок «Баттерфляй» <i>Ноги последовательно делают полукруг в воздухе. Наивысшая точка для каждой ноги должна быть на горизонтали или выше, чем горизонтальное положение. Во время полёта туловище находится горизонтально или слегка ниже горизонтали. Туловище не может быть вертикально вниз. Поворот минимум на 180° от отталкивания до приземления.</i></p>





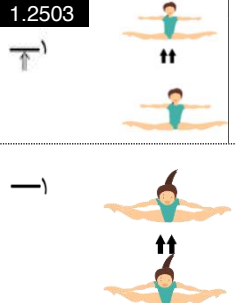
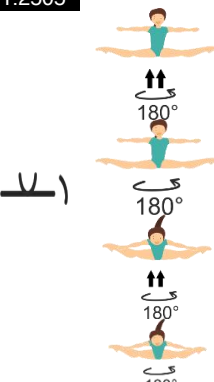



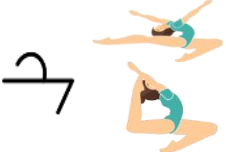
9. ТАБЛИЦА ТРУДНОСТИ ПРЫЖКОВ (∧)


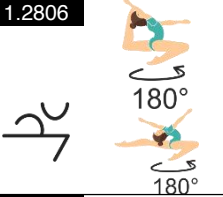

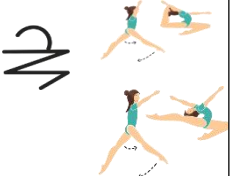
Типы Прыжков	Ценность						
	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,60	0,70
1. Прыжок, согнув ноги с поворотом в полете на 360° Отталкивание 2 ногами	1.101  360°  360°						
2. «Ножницы» со сменой согнутых ног вперед с поворотом на 360° в полете («кошачий прыжок»)	1.201  360° 						
3. Прыжок вертикальный с прямыми ногами и поворотом, отталкивание 2 ногами	1.301  360° 		1.303  720° 				
4. Прыжок вертикальный с согнутой ногой (Пассе) с поворотом	1.401  360° 		1.403  720° 				
5. Прыжок вертикальный со свободной прямой ногой вперед в горизонталь, с поворотом		1.502  180° 	1.503  360° 				
6. Прыжок вертикальный со свободной прямой ногой в сторону в горизонталь, с поворотом		1.602  80° 	1.603  360° 				
7. Прыжок вертикальный со свободной прямой ногой назад в горизонталь, с поворотом		1.702  180° 		1.704  360° 			

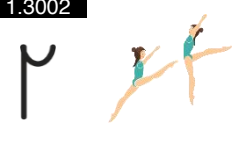


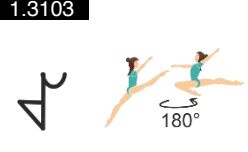
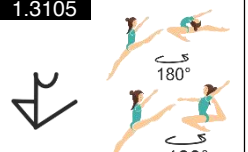


Типы Прыжков	Ценность						
	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,60	0,70
8. Прыжок вертикальный со свободной согнутой ногой назад в горизонталь (аттитюд)		1.802 180° 		1.804 360° 			
9. «Кабриоль» вперед	1.901  						
10. «Кабриоль» в сторону	1.1001  						
11. «Кабриоль» назад	1.1101  						
12. «Ножницы» со сменой ног вперед. Ноги последовательно в горизонталь	1.1201  						
13. «Ножницы» со сменой ног назад: на 45°или в кольцо	1.1301  	1.1302  					
14. Прыжок «Щука», ноги вместе или врозь, отталкивание 1 или 2 ногами			1.1403  				



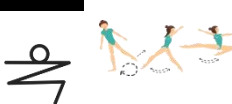



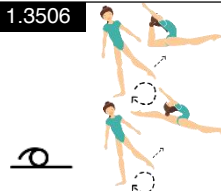



Типы Прыжков	Ценность						
	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,60	0,70
15. «Казак», прямая нога вперед горизонтально, с наклоном или без наклона туловища вперед, также с вращением	1.1501 		1.1503 				
16. «Казак», прямая нога вперед вверх, вся стопа выше головы, с помощью, также с поворотом		1.1602 		1.1604 			
17. «Казак», прямая нога вперед вверх, вся стопа выше головы, без помощи, также с поворотом			1.1703 		1.1705 		
18. «Казак», прямая нога в сторону вверх, вся стопа выше головы, с помощью рукой с той же стороны, также с поворотом. Прыжок Жуковой (ZK) с помощью руки с противоположной стороны и с поворотом на 360°		1.1802 		1.1804 	1.1805 ZK 		
19. «Казак» – нога в сторону вверх, вся стопа выше головы, без помощи, также с поворотом			1.1903 		1.1905 		

Типы Прыжков	Ценность					
	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,70
20. Кольцо 1 ногой или 2 ногами, (Кабаева), отталкивание 1 или 2 ногами		1.2002 	1.2003 			
21. Прыжок в шпагат, также в кольцо/с прогибом назад, отталкивание 1 или 2 ногами. Зарипова (ZR): прыжок в шпагат в кольцо, отталкивание и приземление на одну и ту же ногу			1.2103 	1.2104 	1.2105 	
22. Два или три последовательных прыжка в шпагат со сменой толчковой ноги. (Оценивается как 1 DB).					1.2205 	1.2207 

Типы Прыжков	Ценность						
	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,60	0,70
23. Прыжок в шпагат со сменой прямых ног, также с кольцом/прогибом назад					1.2305 		1.2307 
24. Прыжок в шпагат со сменой согнутых ног, также с кольцом/прогибом назад				1.2404 		1.2406 	
25. Прыжок в боковой шпагат, отталкивание 1 или 2 ногами, также с наклоном туловища вперед, также с поворотом			1.2503 		1.2505 		
26. Прыжок в боковой шпагат со сменой согнутых ног, также со сменой прямых ног (с поворотом на 90°)				1.2604 	1.2605 		
27. Прыжок подбивной, отталкивание 1 или 2 ногами, также в кольцо/с прогибом туловища назад		1.2702 		1.2704 			

<p>28. Прыжок подбивной, отталкивание 1 или 2 ногами с поворотом тела, также в кольцо/с наклоном туловища назад. Прыжок Бессоновой (BS) с 1 ноги</p>				<p>1.2804</p> 		<p>1.2806</p> 	
<p>29. Прыжок подбивной со сменой прямых ног, также в кольцо/ с наклоном туловища назад.</p>				<p>1.2904</p> 		<p>1.2906</p> 	

Типы Прыжков	Ценность						
	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,60	0,70
30. «Фуэте»: нога в горизонталь, или с большей амплитудой, также в кольцо / с прогибом туловища назад		1.3002 	1.3003 				
31. «Фуэте» с кабриолем, с подбивом или в кольцо / с прогибом туловища назад		1.3102 	1.3103 		1.3105 		
32. «Entrelace»: ноги в горизонталь или с большей амплитудой, также в кольцо / с прогибом туловища назад			1.3203 		1.3205 		

Типы Прыжков	Ценность						
	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,60	0,70
33. Прыжок подбивной с поворотом, также в кольцо/с прогибом туловища назад			1.3303 		1.3305 		
34. Прыжок подбивной с поворотом со сменой прямой ноги, также в кольцо/с прогибом туловища назад					1.3405 		1.3407 
35. Прыжок в шпагат с поворотом («Жете ан турнан»), также в кольцо/с прогибом туловища назад. Аджирджиукулезе: Прыжок в шпагат с поворотом в кольцо, отталкивание и приземление на одну и ту же ногу.				1.3504 	1.3505 	1.3506 	
36. Прыжок в шпагат с поворотом со сменой прямых ног, также в кольцо/с прогибом туловища назад						1.3606 	1.3607 0.80 1.3608 
37. Прыжок «Баттерфляй» с поворотом мин. 180 от отталкивания до приземления					1.3705 		

10. РАВНОВЕСИЯ

10.1 Общие положения




10.1.1. Существует 3 типа Трудностей Равновесия, в зависимости от техники равновесий и типа опоры:




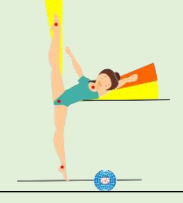


- 1) Выполняются на стопе: на полупальцах на релеве или на полной стопе
- 2) Выполняются на других частях тела: на груди, и т.д.
- 3) Выполняются в движении: «Динамические равновесия»

10.1.2. Основные характеристики 3 типов Трудностей равновесия:

- 1) Равновесия, выполненные на стопе: на полупальцах / на релеве или на полной стопе
 - Имеют **определенную** и четко **фиксируемую форму**
 - **Положение остановки** фиксации формы **минимум на 1 секунду**
- 2) Равновесия на других частях тела: грудь, и т.д.
 - Имеют **определенную** и четко **фиксируемую форму**
 - **Положение остановки** фиксации формы **минимум на 1 секунду**
- 3) Равновесия, выполняемые в движении: «Динамические равновесия»
 - **Имеют определенную и четкую форму:** все части тела в правильном положении в определённый момент времени
 - Исполняются **мягкими плавными движениями** от одной формы к другой

10.1.3. Трудности равновесия без чётко определяемой формы (в соответствии с дефиницией в таблице № 11) не будут засчитываться как Трудности и получат сбавки в Исполнении (п. 2.5.2.- 2.5.4).

Разъяснения / Примеры		
Равновесия с ценностью и отклонениями		
<i>ДВ засчитывается: 0.50</i>	<i>ДВ засчитывается: 0.50</i>	<i>ДВ не засчитывается: 0.00</i>
		
<i>Маленькое отклонение шпагата</i>	<i>Среднее отклонение шпагата</i>	<i>Большое отклонение шпагата</i>
<i>Сбавка в Исполнении 0.10</i>	<i>Сбавка в Исполнении 0.30</i>	<i>Сбавка в Исполнении 0.50</i>

Разъяснения /Примеры				
Равновесия с ценностями и отклонениями				
Пиктограмма	Отклонение	Сбавка в Исполнении	Ценность	
1		Маленькое отклонение шпагата	0.10	DB засчитывается
2		Маленькое отклонение туловища	0.10	DB засчитывается
3		Среднее отклонение шпагата	0.30	DB засчитывается
4		Маленькое отклонение шпагата Среднее отклонение туловища	0.10+0.30	DB засчитывается
5		Среднее отклонение шпагата Среднее отклонение туловища	0.30+0.30	DB засчитывается
6		Большое отклонение туловища	0.50	DB не засчитывается



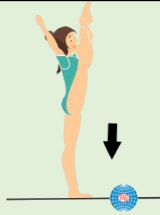
10.2. Трудности равновесия, выполняемые на стопе (на полупальцах на релеве или на полной стопе), и выполняемые на других частях тела, должны выполняться с положением остановки минимум на 1 секунду с фиксацией формы.

10.2.1. Фиксация этих Трудностей равновесия должна быть выполнена **без каких-либо дополнительных движений** тела и ног во время фиксированного положения (ног и туловища). Если во время фиксированного положения происходит потеря равновесия без перемещения, например, «дрожание» опорной ноги, движение голеностопа во время релеве или поднятие части опорной стопы, то Трудность засчитывается с соответствующей **Сбавкой(ами) в Исполнении.**

10.2.2. Если форма равновесия хорошо определена и технический элемент предмета выполнен правильно (пример: боковой шпагат без помощи с отбивом Мяча во время представленной формы), но положение остановки не читается (**менее 1 секунды**), то равновесие **засчитывается со сбавкой в Исполнении: 0.30** – «форма не удержана минимум 1 секунду».

10.2.3. Если положение **остановки совсем не определяется** (маховое движение), то **DB не засчитывается** (серьезное изменение базовой характеристики).

10.3. Равновесия на стопе могут выполняться **на полупальцах на релеве** или **на полной стопе**. На полной стопе Трудность снижается на 0.10, а символ включает стрелку:

Разъяснения / Примеры			
Ценность равновесий			
Выполнено на полупальцах (на релеве)		Выполнено на полной стопе	
			
DB засчитывается: 0.30		DB засчитывается: 0.20	

10.3.1. Одни и те же Трудности равновесий (из одной ячейки) нельзя выполнять на полупальцах (на релеве) и на полной стопе в одном упражнении.

10.4. **Опорная нога** - прямая или согнутая, не меняет ценность Трудности равновесия.

10.5. Опирается на **опорную ногу** или удерживать **опорную ногу** рукой (руками) или предметом нельзя. DB не будет засчитана (существенное изменение базовых характеристик; дефиниция формы. Допускается только легкое прикосновение).

10.6. Во всех Трудностях равновесия с **кольцом** стопа или другая часть ноги должны быть в положении замкнутого кольца. **Требуется касание любой части головы (включая прическу/ «пучок»)** для фиксации правильной формы.

10.6.1. DB без касания с отклонением не более 20° будут засчитаны со сбавкой в Исполнении (п. 2.5.2. и 2.5.3.).

10.7. Во всех Трудностях равновесия с **наклоном туловища назад** голова должна касаться ноги. **Требуется касание любой части ноги для фиксации правильной формы.**

10.7.1. DB без касания с отклонением не более 20° будут засчитаны со Сбавкой в Исполнении (п. 2.5.2. – 2.5.3.).

10.7.2. **Исключение:** Критерий «прогиб туловища назад», выполненный с большим отклонением, будет наказан Сбавкой в Исполнении (2.5.4), но базовая ценность Трудности может быть дана (см. 2.5.5), если она есть в таблице без «прогиба назад» и выполнена в соответствии с базовыми характеристиками.

10.8. Чтобы быть действительным, Трудности равновесия должны быть выполнены как минимум с **1 Техническим элементом предмета**, выполненного в соответствии с дефиницией в таблицах № 3.3 - 3.4.

10.9. **Равновесия с «турляном»**

10.9.1. В упражнении возможно выполнение Равновесия с «турляном» с соблюдением следующих требований:

- «Турлян» должен быть на 180° и более

- В упражнении могут быть только 2 Трудности с «турляном» – одна на релеве и одна на полной стопе. Эти Трудности должны быть из разных ячеек.
- «Турлян» возможно выполнять с группой равновесий, которые выполняются на стопе, за исключением положения «Казак». «Турлян» не засчитывается с группой «динамических равновесий».

10.9.2. Ценность равновесия с «турляном»:

- 0.10 за полную стопу + ценность элемента Трудности
- 0.20 за релеве + ценность элемента Трудности

10.9.3. «Турлян» должен выполняться только после того, как начальное положение Трудности будет зафиксировано, и с не более чем $\frac{1}{4}$ оборота при каждом импульсе. Вращение, которое возникает от одного общего импульса, приводит к аннулированию ценности Трудности.

10.9.4. Во время выполнения Трудностей с «турляном» тело не должно «колебаться» (т.е. с движением тела и плеч вверх-вниз). Такая неправильная техника исполнения приводит к аннулированию ценности Трудности «турляна».

10.9.5. Равновесие с неправильно выполненным «турляном» не засчитывается.

10.9.6. Повторы равновесий одной и той же формы с «турляном» или без него, не засчитываются.

10.9.7. «Турлян» не считается вращением тела.

10.10. Динамические Равновесия

10.10.1. Динамические Равновесия выполняются плавными **последовательными движениями** с переходом одной формы в другую без необходимости положения остановки в любой части равновесия. Если гимнастка выполняет динамическое равновесие с положением остановки, то Трудность засчитывается (нет сбавки).

10.10.2. Равновесие Фуэте является одной Трудностью равновесия, которая состоит из:

- Минимум 3 одинаковых или разных форм, выполняемых на релеве с обязательной опорой на пятку между каждой формой, без подпрыгиваний, без каких-либо смещений, без касания пола поднимаемой ногой, рукой (руками) или другой частью тела;
- Каждая форма показана с чётким акцентом (**чёткое положение**), без какого – либо вращения в форме;
- С помощью рук или без помощи рук
- Минимум с 1 поворотом на 90°, 180° или 270°, выполненных между 2 формами

10.10.2.1. Возможен повтор одной и той же формы в одном равновесии Фуэте, но нельзя повторять любые из этих равновесий позднее в том же самом упражнении.


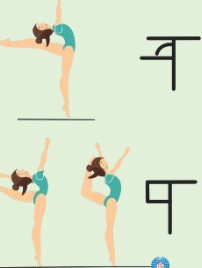


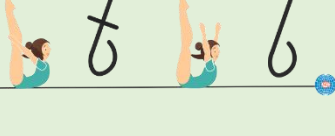

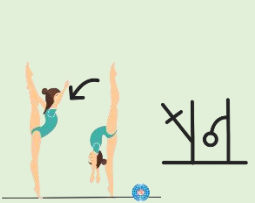
10.10.2.2. Каждое упражнение может содержать максимум 1 равновесие Фуэте: или 0,50 или 0,30. 2-ое Фуэте не оценивается, независимо от ценности (нет сбавки).

10.10.3. Динамическое равновесие «Утяшева» не меняет ценности вне зависимости от выполнения упражнения на релеве или на полной стопе.

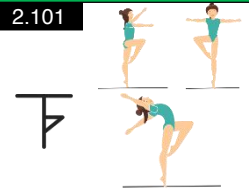

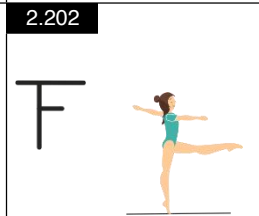
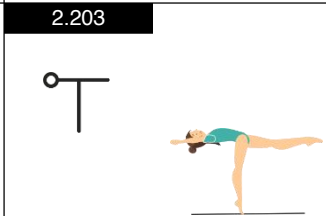
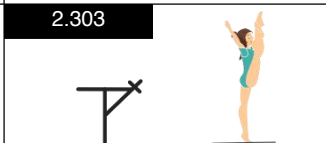
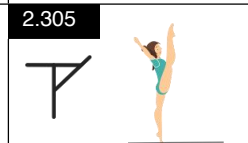
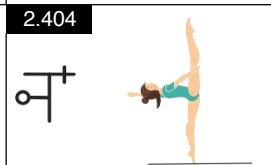
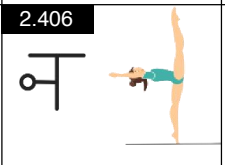
10.10.4. Чтобы быть засчитанными, Трудности с динамическим равновесием должны выполняться **как минимум с использованием 1 технического элемента предмета**, выполненного в соответствии с дефиницией в таблицах № 3.3 - 3.4, **в любой фазе Трудности, включая фазу маха.**

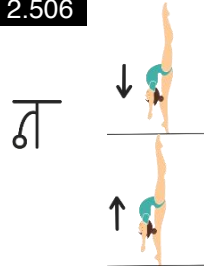
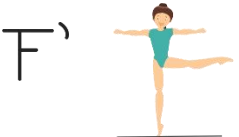
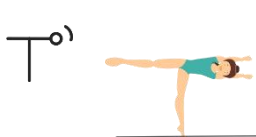
10.11. Техника определённых Трудностей равновесия

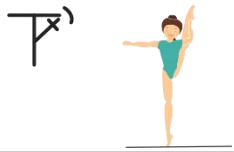
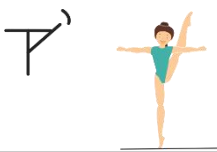
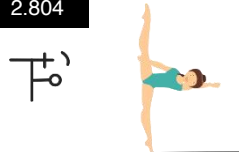
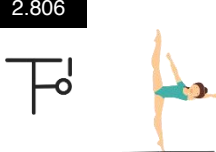
Разъяснения / Примеры	
	<p>Свободная нога горизонтально вперед (прямая или согнутая) в сторону или назад (Арабеск) Горизонтальное положение свободной ноги (бедро) и максимально вертикальное положение тела</p>
	<p>Свободная нога горизонтально вперед с туловищем назад в горизонтальном положении Туловище и свободная нога должны находиться на одной горизонтальной линии или свободная нога немного выше горизонтали. Туловище прямое, без прогиба назад.</p>
	<p>Передний шпагат с отклонением туловища назад в горизонталь. Требуется шпагат. Туловище прямое, без прогиба назад.</p>
	<p>Передний шпагат без помощи, туловище назад ниже горизонтали Исходное положение стоя или сидя. Требуется шпагат. Это равновесие можно выполнять: - с касанием опорной ноги головой или без него - с касанием/удержанием опорной ноги рукой или без него</p>
	<p>Передний шпагат с помощью и без помощи. Боковой шпагат с помощью и без помощи. Требуется шпагат.</p>
	<p>Свободная нога расположена горизонтально, в сторону, туловище в сторону – горизонтально. Свободная нога расположена горизонтально, назад, туловище вперед – горизонтально. Горизонтальное положение головы, туловища и свободной ноги (или свободной ноги немного выше горизонтали) должно быть зафиксировано, туловище должно быть прямым, без прогиба назад.</p>
	<p>Боковой шпагат с туловищем в горизонталь в сторону, с помощью или без помощи Требуется шпагат. Туловище следует держать прямо, в горизонталь. Положение шеи и головы свободное.</p>
	<p>Задний шпагат с помощью. Требуется шпагат; Касание НЕ требуется.</p>


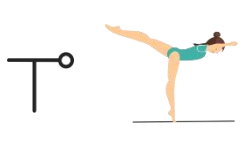
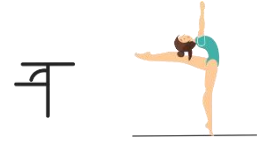


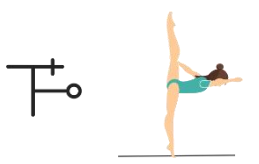
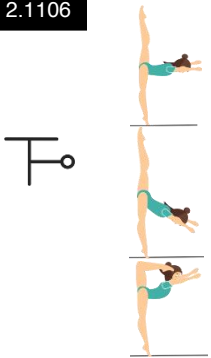



	<p>Свободная нога поднята высоко назад, без помощи. Шпагат НЕ требуется; требуется поднять всю стопу над головой. Касание НЕ требуется.</p>
	<p>Арабеск с туловищем, прогнутым назад в горизонталь. Аттитюд с туловищем, прогнутым назад. Кольцо без помощи. Касание обязательно.</p>
	<p>Аттитюд Свободная нога (бедро) должна находиться в фиксированном горизонтальном положении, а тело – максимально в вертикальном положении.</p>
	<p>Кольцо с помощью Кольцо с ногой на плече, с помощью руки или без помощи. Требуется касание.</p>
	<p>На груди с помощью или без помощи: «Кабаева» Голова и плечи не касаются пола. Ноги прямые – они могут быть вместе или на ширине плеч.</p>
	<p>Динамическое Равновесие от положения на коленях до положения стоя. Переход с колен в положение стоя, через пальцы, с прогибом туловища назад или без него (обе техники допустимы). Ноги вместе или слегка разведены в стороны.</p>
	<p>Динамическое равновесие «Утяшева» 2 или 3 позиции, порядок на выбор. Опорная нога прямая. Требуется шпагат в каждом положении. С поворотом на 180° и более или без вращения в любой позиции (позициях). Выполняется плавными и непрерывными движениями; положение остановки не требуется. Равновесие может выполняться: - с касанием опорной ноги головой или без касания - с касанием/удержанием опорной ноги рукой/кистью или без него</p>




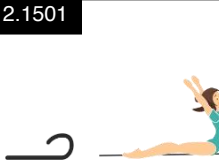


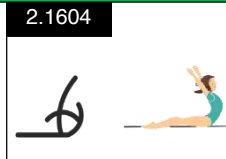
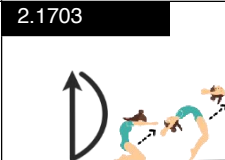
11. ТАБЛИЦА ТРУДНОСТЕЙ РАВНОВЕСИЙ (Т)


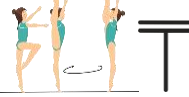
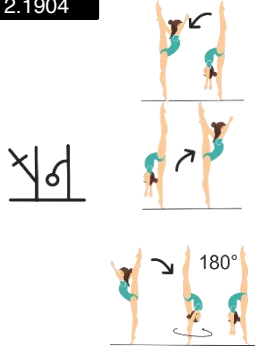
Типы Равновесий	Ценность						
	0.10 р.	0.20 р.	0.30 р.	0.40 р.	0.50 р.	0.60 р.	0.70 р.
1. Пасе вперед или в сторону (горизонтальная позиция), также с наклоном верхней части спины и плеч назад.	2.101 						
2. Свободная нога горизонтально вперед прямая или согнутая на 30°, также с туловищем назад в горизонтальном положении	2.201 	2.202 	2.203 				
3. Передний шпагат с помощью и без помощи			2.303 		2.305 		
4. Передний шпагат с помощью и без помощи, наклон туловища назад в горизонталь				2.404 		2.406 	

<p>5. Передний шпагат без помощи, наклон туловища назад ниже горизонтали. Из положения стоя или сидя</p>						<p>2.506</p> 	
<p>6. Свободная нога в сторону в горизонталь, также туловище в сторону в горизонталь</p>		<p>2.602</p> 	<p>2.603</p> 				

<p>Типы Равновесий</p>	<p>Ценность</p>						
	<p>0.10 р.</p>	<p>0.20 р.</p>	<p>0.30 р.</p>	<p>0.40 р.</p>	<p>0.50 р.</p>	<p>0.60 р.</p>	<p>0.70 р.</p>
<p>7. Боковой шпагат с помощью или без помощи</p>			<p>2.703</p> 		<p>2.705</p> 		
<p>8. Боковой шпагат с помощью или без помощи, туловище в сторону в горизонталь</p>				<p>2.804</p> 		<p>2.806</p> 	

<p>9. Арабеск: свободная нога горизонтально назад, также с туловищем вперед в горизонтальном положении, также с прогибом назад</p>		<p>2.902</p> 	<p>2.903</p> 	<p>2.904</p> 			
<p>10. Задний шпагат с помощью, также стопа выше головы без помощи</p>			<p>2.1003</p> 		<p>2.1005</p> 		
<p>11. Задний шпагат с помощью или без помощи, наклон туловища вперед в горизонталь или ниже, или в кольцо без помощи</p>				<p>2.1104</p> 		<p>2.1106</p> 	
<p>12. Аттитюд, также кольцо с помощью/нога на плече, также кольцо без помощи/аттитюд с наклоном туловища назад</p>		<p>2.1202</p> 	<p>2.1203</p> 	<p>2.1204</p> 			

Тип Равновесий	Ценность						
	0.10 р.	0.20 р.	0.30 р.	0.40 р.	0.50 р.	0.60 р.	0.70 р.
13. «Казак»: Свободная нога вперед или в сторону (горизонтально)	2.1301 						
14. «Казак»: Свободная нога вперед, стопа выше головы с помощью или без помощи		2.1402 	2.1403 				
Равновесия, выполняемые на разных частях тела							
15. Лёжа на полу с подъёмом туловища. Кабаева: на груди с помощью или без помощи	2.1501 		2.1503 	2.1504 			
Равновесия, выполняемые в движении							
16. Переход из положения лежа на полу с поднятым туловищем, к положению на груди				2.1604 			
17. Переход из положения на коленях в положение стоя, через релеве, с прогибом назад или без него			2.1703 				

<p>18. Фуэте, состоит из минимум 3 одинаковых или разных форм. Оценивается как 1 DV.</p>			<p>2.1803 Нога в горизонталь для мин. 2 форм + мин. 1 Поворот</p> 		<p>2.1805</p>  <p>Нога выше горизонтали для мин. 2 форм + мин. 1 Поворот</p>		
<p>19. Утяшева: 2 или 3 формы: из заднего шпагата с помощью в передний шпагат с наклоном туловища назад, с окончанием на другой ноге и возвратом к первой форме. Или наоборот. Возможно с поворотом на 180° или более в любой форме (формах)</p>				<p>2.1904</p> 			

12. ВРАЩЕНИЯ

12.1. Общее

12.1.1. Есть 2 типа Трудностей вращений:

- 1) Вращения на 1 ноге, обычно на полупальцах на релеве
- 2) Вращения на других частях тела

Разъяснения / Примеры

Pivot – Трудность вращения, выполняемая на полупальцах (на релеве) опорной ноги. Поворот должен выполняться **на высоком релеве**. Если Поворот выполняется на низком релеве, Трудность засчитывается с применением сбавки в Исполнении.

Pivot может выполняться по ходу - *En dedans* (в направлении опорной ноги) или против хода - *En dehors* (в противоположном направлении). Эти повороты, выполненные в одном и другом направлениях, считаются одинаковыми Трудностями.

12.1.2. Все Трудности Вращений должны иметь следующие базовые характеристики:

- Иметь **фиксированную и хорошо определенную форму**
- Минимальное **базовое вращение 180°** с представленными формами: № 3.505, № 3.804, № 3.805, № 3.1405, № 3.2003
- Минимальное **базовое вращение 360°** во всех других Трудностях Вращения

Разъяснения / Примеры

Хорошо определяемая форма означает, что правильная форма, взятая гимнасткой, удерживается фиксируемой во время минимального базового вращения (360° или 180°).

12.1.3. Трудности вращения без чётко определяемой формы для минимум базового вращения (в соответствии с дефиницией Таблицы № 13) или не узнаваемые, или не зафиксированные, не будут оценены как Трудности и будут применены сбавки в Исполнении (п. 2.5.2 - 2.5.4.).

Разъяснения / Примеры

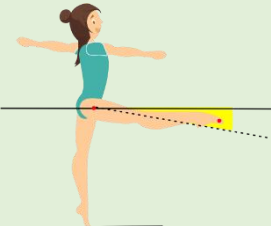
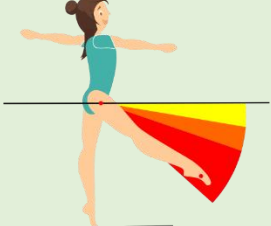
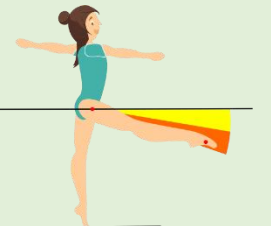
Повороты с ценностью и отклонениями

База <i>DB</i> засчитана: 0.30	База <i>DB</i> засчитана: 0.30	База <i>DB</i> не засчитана: 0.00
		
Маленькое отклонение свободной ноги	Среднее отклонение свободной ноги	Большое отклонение свободной ноги
Сбавка в Исполнении 0.10	Сбавка в Исполнении 0.30	Сбавка в Исполнении 0.50

12.2. Трудности Вращения будут оцениваться в соответствии с количеством выполненных вращений:

12.2.1. Количество вращений будет оцениваться с момента, как только будет показана хорошо определяемая форма, до момента, когда гимнастка начнет выход из этой формы.

12.2.2. После того, как заканчивается хорошо определяемая форма или представлена форма с **большим отклонением**, дальнейшие вращения не оцениваются.



Разъяснения / Примеры		
Изолированный поворот с дополнительными вращениями, выполненный с разными отклонениями		
Первые 360°:	Следующие 360°:	Последние 720°:
		
Малое отклонение свободной ноги	Большое отклонение свободной ноги	Среднее отклонение свободной ноги
Ценность DB: 0.30 за первые 360°		
После того, как заканчивается хорошо определяемая форма, дальнейшие вращения не оцениваются		
Сбавка в Исполнении: 0.50 за большое отклонение		
Наибольшая сбавка в Исполнении дается 1 раз за одно и то же положение тела во время 1 DB.		

12.2.3. В Поворотах на релее дополнительные вращения должны быть выполнены без опоры пятку. При опоре на пятку дальнейшие вращения не оцениваются.

Разъяснения / Примеры
- Если во время Поворота (который выполняется на релее) гимнастка опирается на пятку во время части вращения:
- Если выполненное количество вращений меньше, чем требуемое базовое вращение, то Трудность не засчитывается.
- Если выполненное количество вращений больше, чем требуемое базовое вращение и Технический элемент предмета уже выполнен, то ценность вращения (й), уже выполненных до опоры, будет засчитана.
- Для вращений, выполняемых с подпрыгиванием/соскальзыванием: последующее вращение(я) будут оценены с соответствующей сбавкой в Исполнении.

12.2.4. Если гимнастка **теряет предмет** или **теряет равновесие с опорой/падением** в любой части Трудности вращения (также после успешно выполненного базового вращения), **то вся DB не засчитывается** (см. п. 2.7.).

12.2.5. Ценность Трудности вращения **увеличивается на 0,10 для каждого дополнительного вращения свыше базовых 360°** для:

- Поворотов с базовой ценностью 0,10
- Поворотов Фуэте (№ 3.1601 – 3.1602), независимо от того, выполняются ли дополнительные вращения с опорой на пятку или без неё.
 - Пример  : $360^\circ + 360^\circ + 360^\circ + 1080^\circ = 6$ вращений = база 0.10 + 5 дополнительных вращений $\times 0.10 =$ итого 0.60.
 - Пример:  : $360^\circ + 720^\circ + 720^\circ = 5$ вращений = база 0.20 + 4 дополнительных вращения $\times 0.10 =$ итого 0.60.
- Вращения в заднем шпагате без помощи: туловище в горизонталь, ниже горизонтали или с кольцом (Сакура) (№3.1105)
- Вращения на другой части тела (№ 3.1801, 3.1902)

12.2.6. Ценность Трудности Вращения **увеличивается на 0,20 для каждого дополнительного вращения свыше базовых 360°** для:

- Поворотов с базовой ценностью 0,20 и более
- Циркулей назад (№ 3.1704)

12.2.7. Ценность Трудности Вращения **увеличивается на 0,10 для каждого дополнительного вращения свыше базовых 180°** для Вращений на другой части тела (№ 3.2003)

12.2.8. Ценность Трудности Вращения **увеличивается на 0,20 для каждого дополнительного вращения свыше базовых на 180°** для Поворотов № 3.505; 3.804, 3.805, 3.1405.

12.3. Разные вращения – это вращения из разных ячеек, независимо от количества выполненных вращений.

12.4. Опорная нога, независимо от того, вытянута она или согнута, не меняет ценность Трудности.

12.5. Опирается на опорную ногу или удерживать опорную ногу рукой (руками) или предметом нельзя: DB не будет засчитана (существенное изменение базовых характеристик; дефиниция). Допускается только легкое прикосновение.

12.6. Для всех Трудностей **с кольцом** стопа или другая часть ноги должны находиться в положении замкнутого кольца. **Для достижения правильной формы необходимо касание любой части головы (включая прическу/пучок).**

12.6.1. DB без касания, с отклонением максимум на 20°, допустима со сбавкой в Исполнении (п. 2.5.2 – 2.5.3).

12.7. Для всех Трудностей **с прогибом туловища назад** голова должна касаться ноги. **Для достижения правильной формы необходимо касание любой части ноги.**

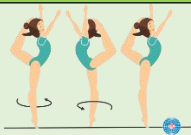
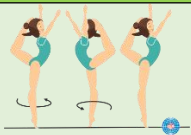
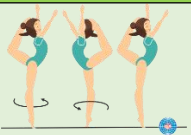






12.7.1. DB без касания, с отклонением максимум на 20°, допустима со сбавкой в Исполнении (п. 2.5.2-2.5.3).

12.7.2. Исключение: Критерий «прогиб туловища назад», выполненный с большим отклонением, будет наказан сбавкой в Исполнении (см. 2.5.4), но базовая ценность Трудности может быть засчитана (см. п 2.5.5), если она содержится в таблице без «прогиба назад» и выполнена в соответствии с базовыми характеристиками.

12.8. Можно выполнять повороты **в серии**:

- Серия поворотов состоит из 2 или более **последовательных одинаковых поворотов**, выполняемых один за другим без перерыва и соединенных с опорой на пятку, без подпрыгивания или соскальзывания.
- **Каждый поворот** в серии **оценивается отдельно**
- **Каждый поворот** в серии считается **одной Трудность**
- **Исключение:** Серия одинаковых поворотов «Фуэте», которая считается одной Трудностью (см. 12.11).

12.8.1. Если гимнастка выполняет серию поворотов, и один или несколько поворотов в серии выполняются **с большим отклонением** в форме или с неполным базовым вращением, принцип «серии» не засчитывается, но все **выполненные формы будут действительны** с соответствующими **сбавками в Исполнении**, также как в случае одинакового повтора Технического элемента предмета (см. 3.6.1.6).

Разъяснения / Примеры		
Повороты в сериях: с отклонением и неполной базой		
		
360°	360°	360°
Засчитывается 1 DB	Засчитывается 1 DB	Засчитывается 1 DB
		
360°	360°	360°
Засчитывается 1 DB	Не засчитывается Большое отклонение	Засчитывается 1 DB Среднее отклонение
		
360°	180°	360°
Засчитывается 1 DB	Не засчитывается Неполная база	Засчитывается 1 DB

12.9. Трудности вращения должны сочетаться с **минимум 1 техническим элементом предмета**, выполняемым в любой фазе вращения, в соответствии с дефиницией в таблицах 3.3 - 3.4.

- Для **всех Трудностей вращения**, выполненных с большим отклонением, технические элементы предмета не регистрируются.
- При **поворотах**, выполненных на полной стопе, технические элементы предмета не регистрируются.

12.10. Вращение в заднем шпагате без помощи: туловище горизонтально, ниже горизонтали или с кольцом (Сакура)

- Это вращение может выполняться на релеве, на полной стопе или с комбинацией релеве и полной стопы.
- Независимо от релеве / полной стопы, это оценивается как 1 Трудность и может быть использовано только 1 раз в упражнении.
- Независимо от релеве / полной стопы, ценность увеличивается на 0,10 за каждое дополнительное вращение (п. 12.2.1).



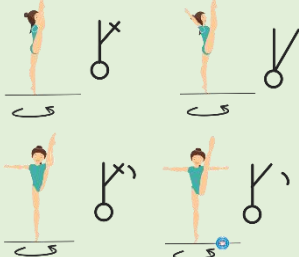

12.11. Поворот «Фуэте»

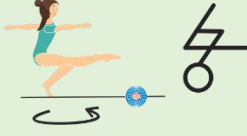
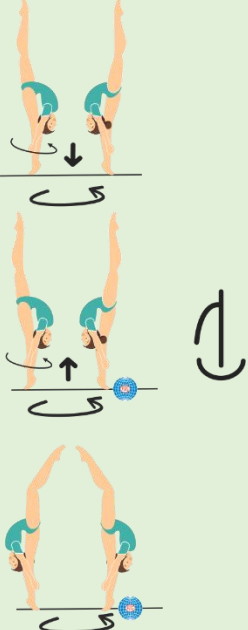

- 2 или более одинаковые формы, **связанные с опорой на пятку**, считаются **1 Трудностью**.
- Повороты Фуэте могут быть выполнены в каждом упражнении **1 раз**, используя 1 из описанных форм (Пассе 0,10 ИЛИ вперед 0.20, или в сторону 0.20). Если сочетаются разные формы, то оцениваются только вращения, выполненные в 1-й форме (до смены форм)
- Для **первых 2** вращений Фуэте требуется **1 технический элемент предмета** (не позднее опоры на пятку в конце 2-ого вращения).
- **Дополнительные вращения** не требуют дополнительных технических элементов предмета: любые технические элементы, представленные в дополнительных вращениях, не регистрируются судьями ДВ и могут быть использованы в других Трудностях.





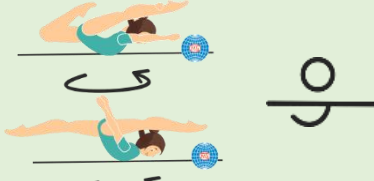
12.12. Циркуль

- Циркуль назад выполняется с **минимальным базовым вращением на 360°** и без опоры рукой о пол.
- Во время вращения поднятая нога должна быть прямой
- Множественные Циркули засчитываются как 1 Трудность
- Циркули будут оцениваться в соответствии с количеством выполненных вращений с сохранением требуемой формы:
 - Может выполняться с опорой на пятку или без нее: на полной стопе опорной ноги или на релеве, без изменения ценности Трудности.
 - Множественные вращения должны быть без смены опорной ноги, без шага, без опоры о пол.
- **1 Технический элемент предмета** требуется для **первых 2 Циркулей**
- **Дополнительные Циркули** не требуют дополнительных технических элементов предмета: любые технические элементы, представленные в дополнительных вращениях, не регистрируются судьями ДВ и могут быть использованы в других Трудностях.



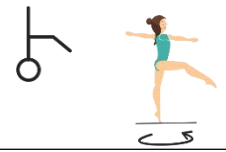



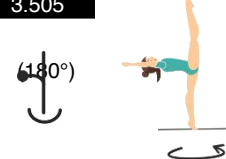
12.13. Техника определённых Трудностей Вращения

Разъяснения / Примеры	
	<p>«Пассе» вперед или в сторону Вход в поворот и фиксация положения Пассе могут осуществляться: путем немедленного сгибания свободной ноги или круговым движением свободной ноги. База поворота 360°.</p>
	<p>Спиральный Поворот («Тонно») на 1 ноге. Во время базового поворота на 360° гимнастка должна последовательно выполнить 2 положения тела:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Прогиб туловища назад с движением головы назад • Туловище и голова наклоняются вперед <p>Во время вращения должна быть достигнута иллюзия спиральных волн. Все возможные дополнительные вращения должны выполняться одним и тем же определённым способом.</p> <p>Положение ноги – свободное. Стопа может быть возле колена или ниже. Не требуется фиксация свободной ноги для 360°.</p>
	<p>Шпагат вперед или в сторону с помощью или без помощи. Во время вращения необходимо зафиксировать положение шпагата. Вращение оценивается после того, как опорная нога принимает положение релеве, а свободная нога принимает положение шпагата до тех пор, пока эта форма не будет больше удерживаться. База поворота 360°</p>
	<p>Боковой шпагат с туловищем горизонтально в сторону, с помощью или без помощи Требуется шпагат Туловище следует держать прямо, в горизонтальном положении. Положение шеи и головы свободное.</p>

	База поворота 360
	<p>Шпагат назад с помощью или без помощи. Требуется положение шпагата. Вращение оценивается после того, как опорная нога примет положение релее, а свободная нога – положение шпагата, до тех пор, пока эта форма не будет больше удерживаться. Касания головы ногой не требуется. База Поворота 360°</p>
	<p>Поворот «Казак»: Первоначальный импульс с помощью руки/рук от пола. Градусы вращения отсчитываются с момента, когда рука (руки) оторвется от пола, а свободная нога окажется в горизонтальном положении. Положение поворота считается правильным, даже если гимнастка «сидит» на пятке опорной ноги – пятка поднята от пола. Возможно выполнить разные исходные положения вращения, а также выполнить разные концовки, но главная цель состоит в том, чтобы последнее вращение было контролируемым и чистым (без падения). База поворота 360°</p>
	<p>Передний шпагат, туловище прогнуто назад ниже горизонтали из положения стоя или из положения сидя на полу («Кабаета»).</p> <p>Требуется шпагат и наклон туловища назад ниже горизонтали. Вращение оценивается после того, как гимнастка примет требуемую форму поворота.</p> <p>«Крамаренко»: свободная нога согнута на 30° (положение «Тире-Бюшон»), которое должно сохраняться в течение всего вращения.</p> <p>Вращение может выполняться: - С касанием головой опорной ноги или без него - С касанием/удержанием рукой(ами) опорной ноги или без него</p> <p>Базовый Поворот 180°</p>
	<p>Фуэте: пассе Состоит из серий повторяющихся поворотов <i>un dehors</i> в высоком темпе и на одном месте.</p> <p>Каждый компонент имеет вращение на релее в пассе + открытое положение с плие.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Минимальное вращение на 360° между каждым плие. - В открытом положении свободная нога выпрямляется в сторону под углом 90°. - Для последнего поворота серии открытое положение – на выбор. Последний компонент будет засчитан как с открытым положением, так и без него. <p>Подсчет оборотов Фуэте начинается сразу после плие и отталкивания.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разрешается использовать это первое вращение, чтобы поднять свободную ногу в пассе: это вращение засчитывается, и сбавка за отклонение за это вращение не применяется, пока свободная нога достигает 90° за время до первого плие. - Для последующих вращений свободная нога должна находиться в пассе на протяжении всего вращения и в открытом положении на 90°: (При отклонениях до 20°, вращение засчитывается со сбавкой в Исполнении). <p>Повороты Фуэте с Пассе могут выполняться с использованием другой техники, при которой рабочая нога проходит через <i>rond de jambe en l'air</i> в воздухе и выпрямляется в сторону на 90°. Если поворот Фуэте выполняется с использованием этой техники, <i>rond de jambe en l'air</i> в воздухе может быть выполнен до вращения в форме.</p>


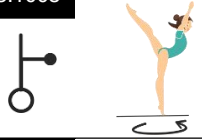
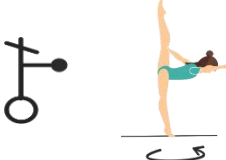
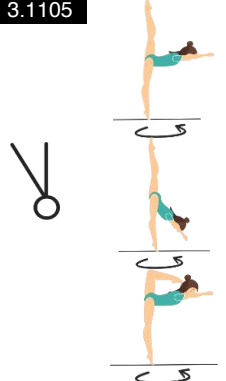
	<p>Фуэте: прямая нога в горизонтальном положении (вперед или в сторону). Выполняется сериями повторяющихся поворотов <i>un dehors</i> в высоком темпе и на одном месте.</p> <p>Каждый компонент имеет вращение на релеве с прямой ногой в горизонтальном положении + плие.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Минимальное вращение на 360° между каждым плие. - Свободная нога постоянно под углом 90°. - Для последнего поворота серии – выполнение плие на выбор: последний компонент будет действителен как с плие, так и без плие. <p>Подсчет оборотов Фуэте начинается сразу после плие и отталкивания.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Разрешается использовать это 1-ое вращение, чтобы поднять свободную ногу в горизонтальное положение: это вращение засчитывается, и сбавка за отклонение за это вращение не применяется, пока свободная нога достигает 90° в момент для первого плие. (При отклонениях до 20°, вращение засчитывается со сбавкой в Исполнении). - Для последующих вращений свободная нога должна быть в горизонтальном положении (90°) на протяжении всего вращения и открытой позиции. (При отклонениях до 20°, вращение засчитывается со сбавкой в Исполнении).
	<p>Задний шпагат без помощи, горизонтальное положение туловища, ниже горизонтали, «Сакура» Вращение на релеве, на полной стопе или с комбинацией релеве и полной стопы. Туловище должно оставаться в горизонтальном положении или ниже горизонтали во время всего базового вращения и возможных дополнительных вращений. Требуется шпагат.</p> <p>«Сакура»: стопа свободной ноги должна быть близко к голове, положение замкнутого кольца, касание обязательно. База вращения 360°.</p>
	<p>Вращение в шпагате с помощью руки, с наклоном тела вперед или назад. Без дополнительной ценности за дополнительные вращения. Базовое вращение 360°.</p>
	<p>Вращение на животе, ноги ближе к кольцу. Отталкивание руками для создания вращения. Голова должна быть близко к какой-либо части ноги. Базовое вращение 360°.</p>
	<p>Вращение «Ашрам» Вращение «Канаева» Отталкивание руками для создания вращения. Вращение выполняется на груди/животе «Ашрам»: ноги высоко подняты в положение подбива с помощью «Канаева»: ноги высоко подняты в положение шпагата, руки в стороны или вверх. Базовое вращение 180°.</p>


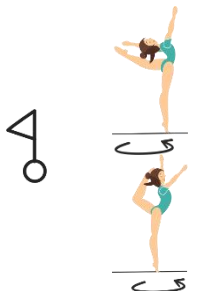
13. ТАБЛИЦА ТРУДНОСТЕЙ ВРАЩЕНИЙ (♯)

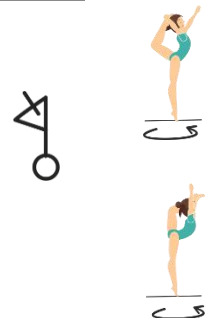
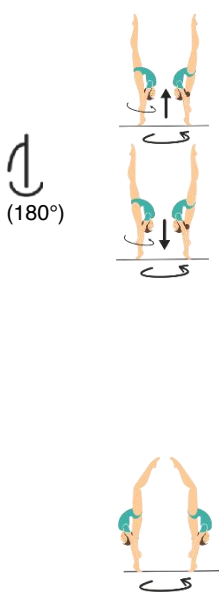
Типы Вращений	Вращения на релее опорной ноги						
	Ценность						
	0.10 р.	0.20 р.	0.30 р.	0.40 р.	0.50 р.	0.60 р.	0.70 р.
1. Пассе (вперед или в сторону), горизонтальное положение	3.101 						
2. Спиральный поворот («Тонно») на 1 ноге			3.203 				
3. Вперед: свободная нога в горизонтальном положении, выпрямленная или согнутая на 30°	3.301 		3.303 				
4. Передний шпагат с помощью или без помощи			3.403 		3.405 		
5. Передний шпагат с наклоном туловища назад в горизонталь (180°)					3.505 		




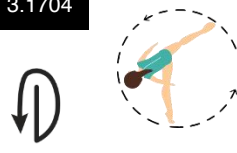


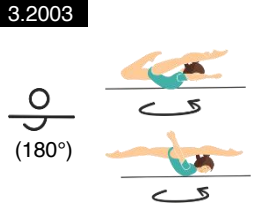
6. Свободная нога в сторону в горизонтальном положении, также с наклоном туловища в сторону в горизонталь			3.603		3.604			



Типы Вращений	Ценность						
	0.10 р.	0.20 р.	0.30 р.	0.40 р.	0.50 р.	0.60 р.	0.70 р.
7. Боковой шпагат с помощью или без помощи.			3.703 		3.705 		
8. Боковой шпагат с помощью или без помощи, туловище в горизонтальном положении (180°), также Раффаэли с согнутой свободной ногой (180°).				3.804 	3.805 		
9. Арабеск: свободная нога в горизонтальном положении, также туловище горизонтально с наклоном вперед или с наклоном назад в горизонталь			3.903 	3.904 	3.905 		

<p>10. Задний шпагат с помощью, также стопа выше головы без помощи.</p>			<p>3.1003</p> 		<p>3.1005</p> 		
<p>11. Задний шпагат с помощью, туловище горизонтально.</p> <p>Задний шпагат без помощи, туловище горизонтально, или ниже горизонтали, или с кольцом (Сакура): Выполняется на релеве, на полной стопе, или комбинированно (релеве/полная стопа): +0.10 за каждое дополнительное вращение</p>			<p>3.1104</p> 	<p>3.1105</p> 			

Типы Вращений	Ценность						
	0.10 р.	0.20 р.	0.30 р.	0.40 р.	0.50 р.	0.60 р.	0.70 р.
<p>12. Аттитюд, также кольцо без помощи/аттитюд с прогибом назад</p>			<p>3.1203</p> 		<p>3.1205</p> 		

<p>13. Кольцо с помощью/с ногой на плече</p>			<p>3.1303</p> 				
<p>14. Передний шпагат, с наклоном туловища назад ниже горизонтали, из положения сидя или стоя (180°) свободная нога прямая («Кабеева») или согнута на 30° («Крамаренко»).</p>					<p>3.1405</p> 		

Типы Вращений	Ценность						
	0.10 р.	0.20 р.	0.30 р.	0.40 р.	0.50 р.	0.60 р.	0.70 р.
15 «Казак»: свободная нога вперед.	3.1501 						
16. Фуэте: Пасе или с выпрямленной ногой в горизонтальном положении вперед или в сторону	3.1601 	3.1602 					
17. Циркуль назад - наклон туловища назад горизонтально или ниже горизонтали				3.1704 			
Вращения на других частях тела							
18. Раленкова: Вращение на спине.	3.1801 						
19. Вращение на животе, ноги близко к кольцу.		3.1902 					
20. Вращение на животе/груди, ноги в положении подбива с помощью («Ашрам») (180°) или в положении шпагата без помощи («Канаева») (180°)			3.2003 				

<p>21. Вращение в шпагате с помощью с наклоном вперед. (без надбавок за дополнительные вращения)</p>	<p>3.2101</p> 						
<p>22. Вращение в шпагате с помощью с наклоном назад. (без надбавок за дополнительные вращения)</p>		<p>3.2202</p> 					

1. ОЦЕНИВАНИЕ БРИГАДОЙ СУДЕЙ В АРТИСТИЗМЕ

- 1.1. Бригада судей в Артистизме (А) оценивает композицию и артистическое исполнение с точки зрения эстетического совершенства.
- 1.2. Судьи бригады А не имеют отношения к уровню Трудности. Судьи А должны применять одинаковые сбавки соответственно за любые ошибки одинаковой степени независимо от Трудности элемента или соединения.
- 1.3. Судьи бригады А должны быть в курсе тенденций современной художественной гимнастики, всегда знать, каковы должны быть самые современные ожидания от исполнения композиции, и знать, как меняются стандарты по мере развития этого вида спорта. В этом контексте они также должны знать, что возможно, чего разумно было бы ожидать, что является исключением и что является особенностью.
- 1.4. **Итоговая оценка А:** сумма сбавок в Артистизме вычитается из **10.00 баллов**

2. АРТИСТИЧЕСКАЯ СТРУКТУРА И ИСПОЛНЕНИЕ: КОМПОЗИЦИОННЫЕ ЗАДАЧИ

- 2.1. Гимнастика характеризуется **уникальными композициями**, построенными вокруг определенного выбора музыки; все компоненты композиции находятся в гармоничных отношениях друг с другом. Специфика музыки определяет выбор всех движений и все компоненты композиции создаются в гармоничном соотношении друг с другом.
- 2.2. **Музыка** вдохновляет **хореографию**, устанавливая структуру композиции и темп/скорость. Музыка способствует созданию главной идеи (истории или теме композиции) и устанавливает эмоции. Музыка не должна являться фоном для элементов тела и предмета.
- 2.3. При **выборе музыки** следует учитывать следующее:
 - Характер музыки должен быть выбран с учетом возраста, технического уровня и артистических качеств гимнастки, а также этических норм
 - За несоблюдение **этических норм** применяется сбавка 0,30 за «музыку, не соответствующую правилам». Эта сбавка применяется за неприличные слова, за неэтичные темы без неприличных слов. Неэтичные темы включают, но не ограничиваются проклятиями, ругательствами, призывами к насилию и дискриминации, и т.п.
 - Судьи Артистизма говорят на многих языках. Они должны немедленно сообщить о неэтичных словах/текстах Президенту Верховного Жюри, который даст указания на возможное применение сбавки судьям в Артистизме.
 - Музыка должна позволять гимнастке выступить на максимуме её возможностей
 - Музыка должна способствовать наилучшему исполнению
- 2.4. Запрещены звуки **нетипичного для художественной гимнастики музыкального характера** (например, сирены, автомобильные двигатели и т.д.) и наказываются сбавкой 0,30 за «музыку, не соответствующую правилам». **Произнесенные слова** без мелодического сопровождения (инструментов) и не относящиеся к какому-либо песенному жанру «а капелла» (например, рэп — это песенный жанр) считаются «нетипичным музыкальным характером» и будут наказываться сбавками.
- 2.5. Перед первым движением гимнастки допускается **музыкальное вступление** продолжительностью не более 4 секунд. Музыкальное вступление продолжительностью **более 4 секунд** наказывается сбавкой 0,30 за «музыкальное вступление».
- 2.6. Художественное совершенство достигается тогда, когда сама композиция и артистическое исполнение четко и полно развивают следующие компоненты для создания главной идеи - «истории» упражнения от начала до конца:
 - Характер и уникальный стиль движений содержится: в Комбинациях Танцевальных шагов, в соединительных движениях между Трудностями и в самих Трудностях.

- Выразительность тела и лица в движениях очевидна.
- Динамические изменения: контрасты в темпе/скорости и интенсивность движений как с предметом, так и в движениях тела, отражают контрасты в музыке.
- Эффект(ы) – стратегическое расположение особых движений тела и/или движений предмета в упражнении для подчеркивания важных музыкальных моментов.
- Связи между движениями или Трудностями тела, которые намеренно и стратегически хореографически связаны и соединяют одно движение с другим плавным и гармоничным образом.
- Ритм: движения тела и предмета должны точно соответствовать музыкальным акцентам и музыкальным фразам; и тело, и предмет должны подчиняться структуре музыки.
- Разнообразие в амплитуде и использовании пространства: Перемещения по площадке широкие и четкие, в постоянном развитии с использованием разнообразных траекторий, направлений, модальностей.

2.7. Общее оценивание

- 2.7.1. Сбавки не применяются, если каждый артистический компонент полностью развит и реализован на протяжении всей композиции от начала до конца.
- 2.7.2. Артистические компоненты, которые не развиты, недостаточно развиты или развиты только лишь в некоторых фазах упражнения, **будут наказываться**. Система сбавок ссылается на следующие типы фаз:
- *Часть* – определяется как короткий фрагмент упражнения, например, последовательность из 2-4 Трудностей и соединений между ними, или Комбинация танцевальных шагов.
 - *Большая часть упражнения* - определяется как более 50 процентов от продолжительности упражнения (представлена последовательно или в нескольких отдельных частях).
 - *Полное упражнение* - определяется как все части, от начала до конца.
- 2.7.3. **Нелогичные соединения** - нарушения в соотношениях между движением и ритмом и будут наказываться каждый раз.
- 2.7.4. Чтобы быть засчитанным, каждый требуемый компонент (Комбинации танцевальных шагов п. 5 и Эффект с музыкой п. 6) должны быть выполнены без следующих композиционных и технических ошибок:
- Потеря равновесия при опоре на 1 или 2 руки или на предмет
 - Полная потеря равновесия и падение гимнастки
 - Потеря предмета
 - Гимнастка находится без контакта с предметом в течение 5 или более секунд
 - Статичный предмет
 - Артистические компоненты начаты вне пределов площадки

3. ГЛАВНАЯ ИДЕЯ И ХАРАКТЕР

3.1. Дефиниция

- 3.1.1. Главная идея, дающая исполнению уникальную неповторимость, имеет четко определенный стиль, подчеркивающий уникальную интерпретацию гимнасткой характера музыки.
- 3.1.2. Главная идея может включать развитие (историю), например, когда изменения в характере музыки отражаются изменениями в характере движений, или она может быть неизменной (постоянной темой), например, с одним и тем же определенным характером от начала до конца.
- 3.1.3. Этот идентифицируемый характер и стиль развивается и полностью реализуется в разнообразных движениях тела и предмета во всем упражнении от начала до конца:
- С разнообразием задействованных **частей тела** (лицо, голова, шея, плечи, предплечья, кисти рук, туловище, бедра, ноги, стопы).
 - Разнообразием типов **движений и элементов**, представляющих характер, например:
 - Использование как предмета, так и тела
 - Комбинации Танцевальных шагов

- Подготовительные движения до Трудностей
- Переходные движения между Трудностями
- Во время **DB** и/или при выходе из **DB**
- Волны тела
- Стилизованные соединительные шаги, связывающие **DB, R, DA**
- Под броском/во время полета предмета
- Во время ловли
- Во время вращательных элементов
- Изменение уровней
- Соединительные элементы предмета, подчеркивающие ритм и характер
- Во время элементов **DA**

3.2. Оценивание

- 3.2.1.** Характер оценивается на протяжении всего упражнения, во всех движениях от начала до конца.
- 3.2.2. Сбавка не применяется** за выступление, в котором главная идея и характер **полностью развиты и реализованы** от начала до конца:
- Четкая руководящая идея объединяет все части выступления, делая его уникальным, непохожим на другие.
 - «Полностью развито и реализовано» не означает, что каждое отдельное движение содержит детали характера, это означает, что такой части, в которой проявления характера отсутствуют.
 - Существует большое разнообразие в использовании различных частей тела.
 - Существует большое разнообразие типов движений и элементов, представляющих характер.
- 3.2.3. Сбавка 0,30 балла** применяется за выступление, в котором главная идея и характер являются приоритетными **в большей части упражнения**:
- Представлена главная идея.
 - В большей части упражнения представлен характер.
 - Существует большое разнообразие в использовании различных частей тела.
 - Существует большое разнообразие типов движений и элементов, представляющих характер.
- 3.2.4. Сбавка 0,60 балла** применяется за выступление, в котором главная идея и характер являются приоритетными **в частях упражнения**:
- Представлено четкое единство между разными деталями движений и музыкой – единый образ.
 - Минимум 4 части представлены с характером.
 - Может отсутствовать разнообразие в использовании разных частей тела и предмета.
 - Может отсутствовать разнообразие в типах движений и элементах, представляющих характер.
- 3.2.5. Сбавка 1,00 балл** применяется за выступление, в котором главная идея и характер не являются приоритетными:
- Представлено менее 4 частей с характером, и/или без четкого единства между различными деталями характера.

Разъяснения / Примеры

• Качество, сложность, уникальность и продолжительность каждой детали характера влияют на общую оценку. Следовательно, Правила не определяют специфическое количество деталей для разных сбавок (нет сбавки – 0,3 – 0,6 – 1,0)

• Например, выступление с 5 частями с высоко уникальными деталями характера, включающими все части тела и предмет, может быть назначена меньшая сбавка, чем за выступление с 20 изолированными деталями, включающими только руки / кисти рук.

4. ЭКСПРЕССИЯ

4.1. Дефиниция

- 4.1.1. Гимнастка превращает структурированное упражнение в художественное представление, используя выразительность тела и выразительность лица.
- 4.1.2. Экспрессия тела – это соединение силы и мощи с красотой, пластикой и изяществом движений. Язык тела используется для выражения физической и эмоциональной силы, уверенности в себе и полного контроля над выступлением:
- Экспрессия тела достигается за счет активного участия различных сегментов тела, таких как голова, шея, плечи, кисти, туловище, грудная клетка, бедра, ноги, стопы.
 - Экспрессия тела проявляется как в качестве естественных движений гимнастки, так и в качестве и интенсивности представления хореографических деталей характера.
 - Экспрессия тела может быть усилена путем изменения темпа / интенсивности движений (например, быстрые – медленные – быстрые движения руками, сокращение – расслабление, приостановка – опускание, движение – вдох и т.д.).
 - Независимо от физических данных или роста гимнастки, движения сегментов тела выполняются с максимальной амплитудой, широтой и размахом.
- 4.1.3. **Экспрессия лица** – это передача чувств зрителям:
- Ощущения основаны на эмоциональной реакции гимнастки на музыку и выбранной главной идеи.
 - Чувства передаются без преувеличения, гримасничанья, мимики или подыгрывания губами.
 - Глаза используются для выражения эмоций и сюжета / темы, а также для привлечения внимания аудитории.
 - Интенсивность экспрессии лица варьируется в зависимости от различных частей упражнения: от частей, в которых основное внимание уделяется выразительности, до технических частей, где лицо естественным образом менее выразительно, но не кажется полностью пустым и сосредоточенным.
- 4.1.4. Гимнастка обладает выразительной, энергичной связью с музыкой, которая вовлекает зрителей в ее выступление.
- 4.1.5. Возможно вовлечение предмета в развитие экспрессии тела и экспрессии лица.

4.2. Оценивание экспрессии тела

- 4.2.1. **Сбавка не применяется**, если экспрессия тела **полностью развита в большей части упражнения**:
- Большинство упражнения представлено с полным участием частей тела.
 - В упражнении нет частей, когда задействование частей тела кажется непластичным, скованным или несостоятельным, например, жесткие руки или туловище (ограниченная способность выражать интерпретацию музыки).
- 4.2.2. **Сбавка 0,30 балла** применяется, когда экспрессия тела **полностью развита в частях упражнения**:
- Представлено **минимум 2 части** с полным участием частей тела.
 - Менее, чем в 4 изолированных моментах, задействованные части тела кажутся непластичным, скованным и несостоятельными или их вовлеченность отсутствует вовсе, например, жесткие руки или туловище (ограничена способность выражать интерпретацию музыки).
- 4.2.3. **Сбавка в 0,60 балла** применяется, если экспрессия тела никогда не развивается полностью или развивается лишь **на мгновение**:
- Полное участие частей тела демонстрируется в менее, чем в 2 частях, и/или
 - В 4 или более изолированных моментах вовлечение частей тела кажется скованным или отсутствует, например, жесткие руки или туловище (ограничена способность выражать интерпретацию музыки).

4.3. Оценивание экспрессии лица

4.3.1. Сбавка не применяется, если экспрессия лица присутствует на протяжении всего упражнения и полностью развита **в частях упражнения**:

- Представлены **минимум 2 части** с полностью расставленным приоритетом в экспрессии лица.
- В оставшейся части упражнения также задействовано лицо - допускается меньшая интенсивность в выразительности лица.
- **Менее в чем 4 изолированных моментах** лицо кажется безучастным или слишком сосредоточенным.

4.3.2. Сбавка **0,30 балла** применяется, если экспрессия лица не развита полностью или проявляется лишь **на мгновение**:

- Экспрессии лица полностью отдается приоритет менее чем в 2 частях, и/или
- В 4 или более изолированных моментах лицо кажется безучастным или слишком сосредоточенным.

Разъяснения / Примеры		
<p><i>Экспрессия тела:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • Сбавка <i>0.30</i> дается <u>не</u> за то, что «экспрессия тела представлена <u>некоторыми</u> частями тела»: судьи должны определить, какая часть упражнения выполнена с <u>полной</u> экспрессией тела. • Поэтому, если в упражнении нет частей с полностью развитой экспрессией, применяется сбавка <i>0.60</i>, даже если экспрессия кажется частично развитой (изолированные сегменты тела, попытки экспрессии) в нескольких частях или во всем упражнении. <p><i>Экспрессия лица:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> • В отличие от экспрессии тела, нельзя ожидать, что экспрессия лица всегда будет полностью развитой, и Правила не требуют «максимальной» экспрессии лица. • За преувеличенную мимику, гримасы, подражание, подыгрывание губами и тому подобное не предусмотрено специального наказания. Однако, эти техники не оцениваются как «экспрессия лица», и, следовательно, чрезмерное использование этих техник увеличивает риск недостаточной экспрессии лица. 		
Общая система сбавок за экспрессию		
Разъяснение	Тело	Лицо
Полностью развита в большей части упражнения. Ни одна часть упражнения не кажется жесткой / безучастной / сконцентрированной.	Нет сбавки	Нет сбавки
Полностью развита в минимум 2 частях упражнения. Менее 4 моментов кажутся жесткими / безучастными / сконцентрированными.	0.30	Нет сбавки
Полностью развита в менее чем 2 частях упражнения. 4 или более моментов кажутся жесткими / безучастными / сконцентрированными.	0.60	0.30

5. КОМБИНАЦИИ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ ШАГОВ (S)

5.1. Дефиниция

- 5.1.1. Комбинации танцевальных шагов – это определенная последовательность движений тела и предмета, предназначенная для выражения стилистической интерпретации музыки: поэтому **Комбинация Танцевальных шагов должна иметь определенный характер в движении**. Они подбираются в соответствии с **характером, ритмом, темпом и акцентами музыки**.
- 5.1.2. Стилизованные движения частей тела, темп и интенсивность движений, а также выбор модальностей передвижения должны быть тщательно подобраны для конкретной музыки, под которую они исполняются.
- 5.1.3. Построение движений должно быть направлено на то, чтобы охватить все части тела, соответствующие конкретной музыке, включая голову, плечи, руки, кисти рук, бедра, ноги, стопы.

5.2. Требования

- 5.2.1. Минимальная продолжительность – **8 секунд при находящемся в движении предмете**: начиная с первого танцевального движения, все шаги должны быть четкими и видимыми в течение всей продолжительности шагов.
- 5.2.2. Движения находятся **в гармонии с ритмом** на протяжении 8 секунд.
- 5.2.3. **Определенный характер** в течение 8 секунд:
- 5.2.3.1. **Определенный характер движения**: шаги, отражающие стиль или тему движения, например такие, но ограничиваются ими:
- Любые классические танцевальные шаги
 - Любые балетные танцевальные шаги
 - Любые фольклорные танцевальные шаги
 - Любые современные танцевальные шаги
 - и т. п.
- 5.2.3.2. Простые движения/модальности без определенного характера движения (например, **ходьба, шаги, бег**) по площадке не имеют определенного характера движений и **не могут быть использованы**.
- 5.2.3.3. Комбинации Танцевальных шагов должна включать в себя разнообразные движения, специально используемые для хореографических целей и создания характера **DB**, такие как прыжок кабриоль, равновесие пасса и т. д., которые имеют в своей основе в традиционный танец и ценность 0.10, могут быть включены.

Разъяснения / Примеры

Если характер прерывается, например, на 1 - 2 секунды во время выполнения элемента предмета с шагами без характера, то Комбинация Танцевальных шагов недействительна.

- 5.2.4. **Разнообразие и перемещение**: модальности передвижения (способ, которым гимнастка перемещается по площадке) должны быть разнообразными и разноплановыми, в гармонии с определенным стилем музыки.
- Необходимо выполнить минимум 2 различных типа шагов (не повторять один и тот же тип шагов в течение всей S).
 - Часть S должна выполняться с перемещением (не полностью вся S на одном месте на площадке).
 - Часть S должна выполняться в вертикальных положениях (не полностью S лежа, на коленях, сидя и т.д.)

5.2.5. Преакробатические элементы, высокие броски, DA, DB с ценностью 0,20 балла и более, **не могут выполняться.**

5.3. Оценивание

5.3.1. Композиции, содержащие **менее 2 действительных Комбинаций Танцевальных шагов**, будут наказаны сбавкой 0,30 за каждую пропущенную S.

5.3.2. Комбинация танцевальных шагов будет **недействительна, если нарушена какая-либо часть пункта 2.7.4** (потеря равновесия с опорой или падением, потеря предмета, 5 или более секунд без контакта с предметом, статичный предмет).

5.3.3. Комбинация танцевальных шагов **должна быть выполнена с соблюдением всех требований пункта 5.2, чтобы она была оценена**; отсутствие любого из требований аннулирует танцевальные шаги (8 секунд, в ритме, с характером, с разнообразием и перемещением, без запрещенных элементов).

Разъяснения / Примеры	
Что если гимнастка танцует 8 секунд, выполняя все требования пункта 5.2, а после этого, еще танцует, теряет предмет?	Гимнастка соответствует дефиниции, и Комбинация танцевальных шагов действительна. Сбавка в Исполнении за потерю предмета.
Что если гимнастка выполняет танцевальные шаги последовательно в течение 16 секунд?	Если это 2 комбинации по 8 секунд, каждая из которых соответствует всем требованиям пункта 5.2, то будут оценены 2 комбинации. Если какая-либо из частей не соответствует каким-либо требованиям, но все требования выполнены в течение 16 секунд, то это – одна Комбинация танцевальных шагов.

6. ДИНАМИЧЕСКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ: СОЗДАНИЕ КОНТРАСТОВ И ЭФФЕКТЫ С МУЗЫКОЙ

6.1. Динамические изменения: Дефиниция

6.1.1. Композиция, структурированная вокруг определенного музыкального произведения, использует изменения **темпа** и **интенсивности** для построения главной идеи и создания контрастов, распознаваемых зрителем.

6.1.1.1. Темп известен также как «бит» - частота тактов или пульсация в музыке.

6.1.2. Скорость и интенсивность движений гимнастки, а также движения ее предмета должны отражать изменения **темпа** и **интенсивности** музыки, чтобы создавать Динамические изменения.

6.1.3. Отсутствие контраста в **темпе** и **интенсивности** может создать монотонность и потерю интереса публики.

6.1.4. Динамические изменения могут создавать контрасты по-разному, в гармонии со структурой музыки:

6.1.4.1. Контрасты в темпе или интенсивности движений **возникают немедленно** от одной части упражнения к другой.

6.1.4.2. **Постепенное увеличение или уменьшение** темпа или интенсивности движений в пределах части упражнения.

6.1.4.3. Создание контраста с помощью определенного движения (ий), которое намеренно демонстрирует(ют) **темп/интенсивность**, **противоположные** общему

темпу/интенсивности. Примеры включают в себя выполнение движений в течение нескольких музыкальных бита(ов) / фразы(фраз) очень медленно или очень быстро.

- 6.1.5. Существует множество других методов изменения темпа и интенсивности, например, короткие остановки/паузы/позы или одиночные движения с непрерывным изменением темпа/интенсивности в ходе движения. **Только 3 метода**, указанные в пункте 6.1.4, признаются необходимыми компонентами для оценивания Артистизма. **Другие методы** изменения темпа и интенсивности могут способствовать развитию основной идеи, выразительности и/или создавать Эффекты.
- 6.1.6. Даже если сама музыка не содержит четких Динамических изменений, гимнастка может создавать Динамические изменения с помощью движений. Такие изменения должны быть выполнены очень четко, чтобы их можно было распознать как контраст в темпе или интенсивности.

6.2. Эффекты с музыкой: Дефиниция

6.2.1. Стратегическое расположение **определенных движений тела и/или предмета**, поставленное хореографом для выделения **значимых музыкальных моментов**, создающее уникальное сочетание, привлекающее внимание зрителей, признается «**Эффектом с музыкой**». Эффект способствует созданию оригинальной взаимосвязи между конкретной музыкой и движениями, разработанными гимнасткой (т.е. уникальной композиции, отличающейся от всех остальных).

6.2.2. **Музыкальным моментом** может быть сильный акцент, длинный тон, короткая последовательность акцентов и т.д. Музыкальный момент должен быть значительным – он должен четко выделяться на фоне акцентов или тонов до и после него своей интенсивностью или своим качеством/характером. Такие музыкальные моменты доступны во всех типах музыкальных композиций, и нет необходимости добавлять какие-либо «звуковые эффекты» поверх оригинальных музыкальных композиций.

6.2.3. **Как простые, так и сложные движения** могут создавать эффект, если выполняются с четким намерением, которое заключается в том, чтобы подчеркнуть важный момент в музыке.

6.2.3.1. Примеры сложных движений:

- ДВ с несколькими акцентами движения
- ДВ с некоторой продолжительностью, например, вращение
- Уникальный, инновационный или сложный технический элемент предмета

6.2.3.2. Примеры простых движений:

- Выполнение ДВ
- Принятие позиции (исключая исходную и конечную позиции в упражнении)
- Сильный мах ногой
- Простой технический элемент предмета, согласованный с движением тела

6.2.3.3. Примеры движений, которые слишком малы или типичны, чтобы их можно было распознать как эффект:

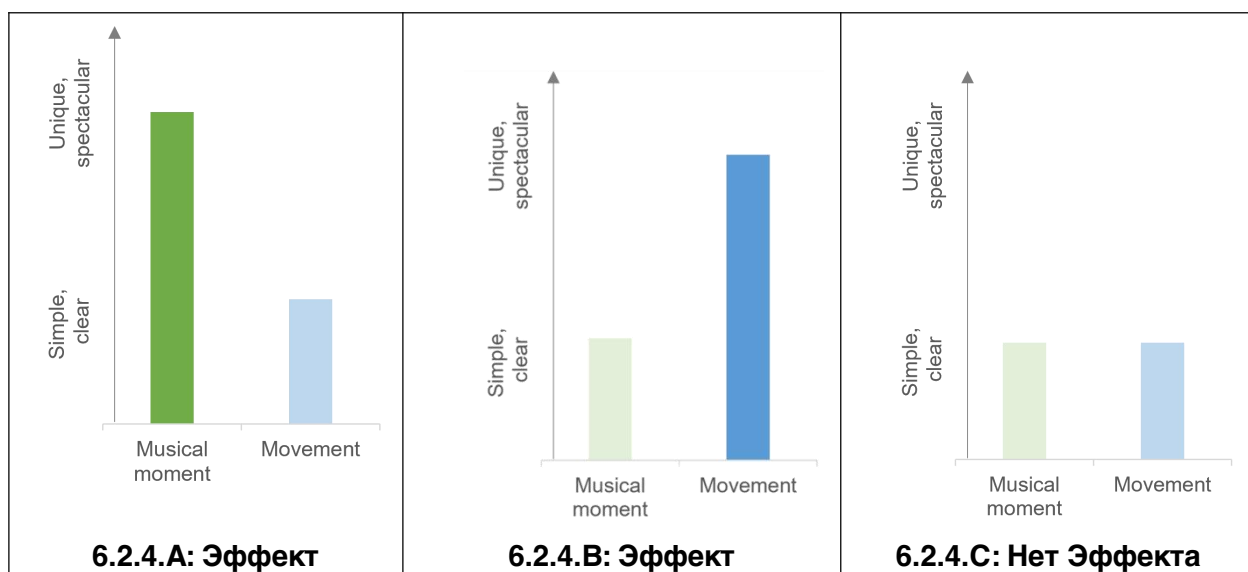
- Шассе
- Базовый бросок рукой(ами)
- Поза, созданная с использованием только рук / головы

Разъяснения / Примеры

Природа Комбинации Танцевальных шагов заключается в том, чтобы уделять приоритетное внимание гармонии между способами передвижения и музыкой (ритмом и акцентами). Следовательно, сами модальности не будут признаваться в качестве Эффекта. Если Комбинация Танцевальных шагов содержит дополнительное объединение определенных движений, подчеркивающих определенные акценты, в дополнение к модальностям, это может быть расценено как Эффект.

6.2.4. Эффект создается благодаря **уникальному сочетанию** движения и музыки. Вместе движение и музыка должны оказывать достаточное воздействие, чтобы оставить впечатление у публики.

- Если **музыкальный момент** очень примечателен – **выделяется из всех других** частей музыки – объединение может быть осуществлено с помощью стратегически поставленного «простого» или «стандартного» движения (рис. 6.2.4. А).
- Если **элемент тела и/или предмета** очень примечателен – **неожиданный, инновационный, зрелищный**, – единство может быть достигнуто за счет идеального выбора музыкального момента, который является сильным и ясным, но не уникальным по интенсивности, качеству или характеру (рис. 6.2.4. В).
- Если музыкальный момент не уникален по интенсивности, качеству или характеру, а движение простое или стандартное, их сочетание обычно не оказывает достаточного воздействия для создания Эффекта (рис. 6.2.4. С).



6.3. Требования

- 6.3.1.** Минимум 2 Динамических изменения (как определено в п. 6.1.4) или музыкальных Эффекта (как определено в п. 6.2). Примеры: 2 Динамических изменения + 0 Эффектов, 1 Динамическое изменение + 1 Эффект или 0 Динамических изменений + 2 Эффекта.
- 6.3.2.** Упражнения, в которых присутствуют **менее 2** Динамических изменений или Эффектов с музыкой, будут наказываться сбавкой 0.30 за каждое отсутствующее.

6.4. Оценивание

- 6.4.1.** Динамические изменения могут быть в любой части упражнения, включая Комбинации Танцевальных шагов.
- 6.4.2.** Трудности и полные волны тела, которые включают в себя явное изменение темпа или интенсивности, например, быстрый Поворот Фуэте, серию прыжков, выполняемых с широким интенсивным перемещением, очень медленную Волну тела или очень быстрые вращения в R, считаются динамическими изменениями только в том случае, если они сопровождаются явным изменением в музыке и исполнены с четким контрастом по темпу/интенсивности по сравнению с элементами до и после.
- 6.4.3.** Если в музыке есть явное Динамическое изменение, которое гимнастка не может подчеркнуть своими движениями, это не наказывается автоматически как пропущенное Динамическое

изменение: в упражнении могут быть 2 других Динамических изменения/Эффекта. Однако, за темп / интенсивность / ритм применяется сбавка (см. п. 8.2.2).

6.5. Эффекты с музыкой: Оценивание

- 6.5.1. Чтобы Эффект был оценен, он должен быть выполнен точно в такт музыке. Попытка создать Эффект, выполненная чуть раньше или после нужного музыкального момента, не будет оценена.

7. СОЕДИНЕНИЯ

7.1. Дефиниция

- 7.1.1. Соединение – это «связь» между двумя движениями или Трудностями. Хорошо разработанные соединения и/или связующие шаги необходимы для создания гармонии и плавности выступления.
- 7.1.2. Все движения должны иметь логическую, намеренную связь между собой так, чтобы одно движение/элемент переходили бы в другое по определенной причине.
- 7.1.3. Эти связи между движениями также дают возможность усилить характер композиции.
- 7.1.4. Элементы соединяются плавно и логично без длительных приготовлений или ненужных остановок, которые не поддерживают характер композиции. Допускаются намеренные остановки, поддерживающие характер композиции или создающие стратегические паузы.
- 7.1.5. Элементы, которые расположены вместе без четкого намерения и логики, становятся серией несвязанных действий, которые препятствуют как полному развитию сюжета, «истории», так и уникальной идентичности композиции. Примеры нелогичных соединений:
- Переходы от одного движения тела или предмета/Трудности к другому, которые являются резкими или нелогичными
 - Резкое изменение между положением стоя и положением на полу без четкой цели и логики
 - Резкий поворот лицом в другую сторону без четкой цели и логики
 - Резкое изменение направления движения без четкой цели и логики
 - Резкое изменение плоскости или направления движения предмета без плавного перехода
 - Длительные переходы от одного движения к другому, например, требуют времени для подготовки к следующему элементу
- 7.1.6. Нелогичные связи могут быть результатом композиционных ошибок, недостаточно проработанной техники или корректировок во время исполнения (например, использование коротких путей/пропуск элементов).

7.2. Оценивание

- 7.2.1. Композиции, содержащие серии несвязанных элементов, будут наказываться сбавками.
- 7.2.2. **Нелогичные соединения будут наказываться сбавкой 0.10 каждый раз, до 2.00 баллов.**
- 7.2.3. Сбавка за соединение не применяется, если гимнастка останавливает/приостанавливает выполнение своей композиции из-за серьезных ошибок, таких как потеря предмета, потеря равновесия с опорой или падением, пробежка из-за броска с неточной траекторией или остановка, чтобы распутать узел / запутывание.

8. РИТМ И ОКОНЧАНИЕ С МУЗЫКОЙ

8.1. Дефиниция

- 8.1.1. Движения тела, а также предмета должны точно соотноситься с музыкальными акцентами и музыкальными фразами.
- 8.1.2. Движения как тела, так и предмета должны подчеркиваться темпом музыки.
- 8.1.3. Конец упражнения должен точно совпадать с окончанием музыки.

8.2. Оценивание

- 8.2.1. Движения, выполняемые отдельно от акцентов или не связанные с темпом, установленным музыкой, наказываются **каждый раз сбавкой 0.10 балла (до 2.00 баллов)**.
- 8.2.2. **Примеры, когда гимнастка наказывается за «ритм» :**
- Когда движения заметно подчеркнуты до или после акцентов
 - Когда четкий акцент в музыке «пропущен» и не подчеркнут движением
 - Когда гимнастка создает сильный акцент в движении, в то время как музыка не имеет соответствующего акцента
 - Когда движения непреднамеренно начинаются перед музыкальной фразой или после нее
 - Когда темп меняется, а гимнастка не отражает изменение темпа/скорости/интенсивности
 - Когда музыка заканчивается затуханием, а гимнастка продолжает быстро двигаться, создавая сильные акценты движения на затухании
- 8.2.3. Когда гимнастка завершает свое упражнение и принимает окончательное положение **до окончания музыки или после того, как музыка закончилась**, это отсутствие гармонии между музыкой и движением в конце упражнения наказывается сбавкой.

9. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРОСТРАНСТВА

- 9.1. Все композиции должны быть очень разнообразны в использовании пространства по всей площадке, покрывать все части площадки, постоянно развивать перемещения по площадке, с использованием разных линий, разных траекторий и разных направлений.
- 9.2. Перемещения должны быть широкими и всесторонними, вся площадка должна быть занята движениями гимнастки. Она должна перемещаться через все зоны площадки, как определено п. 9.2.1.А. Но без необходимости заходить физически во все четыре угла.
- 9.2.1. Недостаточное использование всей площадки (нет перемещения во все зоны площадки) будет наказываться сбавкой 0,30.



- 9.3. Направления**, в которых движется гимнастка, должны варьироваться по всей площади площадки. Гимнастка переходит от одного движения к другому, двигаясь в разных направлениях (вперед, назад, в сторону) с четким намерением, используя различные **траектории** (линии, изгибы, круги и т.д.), и **модальности передвижения** варьируются в зависимости от необходимого расстояния, темпа и стиля конкретной музыки, и т. п. Такое разнообразие в перемещениях позволяет избежать монотонного движения и может способствовать развитию главной идеи.
- 9.4.** Перемещение по площадке и смена различных уровней должны происходить непрерывно, без **длительного пребывания в каком-либо месте** на площадке:
- 9.4.1. Сбавка 0,30 балла каждый раз** начисляется, когда одно и то же расположение на площадке сохраняется на протяжении 3 или более Трудности подряд.

Разъяснения / Примеры

Для целей подсчета количества Трудностей с одинаковым расположением на площадке:

- Когда DB и DA выполняются одновременно, это засчитывается как 1 Трудность.
- DA с «высоким броском» и последующая DA с «ловлей высокого броска» – это 2 Трудности.
- Трудность, которая начинается на том же месте, но включает в себя перемещение
- (например, R, прыжки), не засчитывается в число Трудностей на том же месте.

10. ПРЕРЫВАНИЕ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ

- 10.1.** Целью создания гармоничной взаимосвязи всех компонентов Артистизма вместе взятых является создание единой идеи. Непрерывность движений от начала до конца способствует гармонии и единству.
- 10.2. Серьезная техническая ошибка**, которая нарушает непрерывность композиции, вынуждая гимнастку прекратить исполнение композиции или приостановить изображение художественного образа **на 4 или более секунд**, наказываются сбавкой 0,60 один раз в качестве **общей сбавки** в конце упражнения. Примеры ситуаций, которые могут привести к прерыванию непрерывности:
- Потеря предмета с большим перемещением
 - Замена потерянного, сломанного или непригодного для использования предмета
 - Распутывание узлов на скакалке или ленте
 - Устранение непровольного запутывания в предмет
 - Гимнастка делает паузу, чтобы понять, с какого момента продолжить композицию.
- 10.3.** Во время прерывания на 4 или более секунды **никакие другие компоненты Артистизма не оцениваются**: никаких дополнительных сбавок за Ритм и т.д. Кроме того, судьи Исполнения наказывают гимнастку только за первоначальную техническую ошибку, они не применяют никаких дополнительных сбавок во время прерывания (статичный предмет, Лента на полу и т.д.) (см. Исполнение, п. 2.2.3, 2.4.1).
- 10.4.** Когда техническая(ие) ошибка(и) нарушают непрерывность **менее чем на 4 секунды** (1 или несколько раз в упражнении), сбавка за «прерывание последовательности» не применяется, а Ритм в течение прерываний оценивается.

Разъяснения / Примеры

Сбавка за прерывание последовательности применяется в каждом случае потери предмета на 4 или более секунд, даже если гимнастка продолжает танец: если предмет неконтролируемо движется и/или лежит неподвижно в течение 4 или более секунд, это является прерыванием последовательности упражнения с предметом.

Если гимнастке удастся замаскировать потерю предмета так, чтобы это вообще не выглядит как потеря, а похоже на выполнение упражнения с предметом (например, Мяч медленно катится, а гимнастка танцует рядом с ним), то сбавка за прерывание последовательности не применяется.

11. ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОШИБКИ В АРТИСТИЗМЕ

Полные объяснения к таблице см. в тексте пунктов 2 – 10.

В ячейках с несколькими маркерами все маркеры должны быть «проверены», если только в ячейке не указано «или».

СБАВКИ	0.30	0.60	1.00
ГЛАВНАЯ ИДЕЯ И ХАРАКТЕР ДВИЖЕНИЯ	<p>Представлено в большей части упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Присутствует главная идея • Большая часть упражнения имеет характер • Большое разнообразие частей тела • Большое разнообразие типов движений 	<p>Представлено в некоторых частях упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Четкое единство между деталями и музыкой • Минимум 4 части имеют характер • С разнообразием или без него (нет требований) 	<p>Не имеет приоритета:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Менее 4 частей имеют характер
ЭКСПРЕССИЯ ТЕЛА	<p>Полностью развита в части упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Полное участие в минимум 2 частях • Менее 4 моментов с недостаточным участием 	<p>Частично развита или не развита в упражнении:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Полное участие менее чем в 2 частях <i>или</i> • 4 или более моментов с недостаточным участием <p><i>Может быть частичное участие за любую продолжительность упражнения</i></p>	
ЭКСПРЕССИЯ ЛИЦА	<p>Частично развита или не развита в упражнении:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Полный приоритет менее чем в 2 частях <i>или</i> • 4 или более моментов с безучастным и сосредоточенным лицом 		
ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ШАГИ (требование: 2)	<p>За каждую отсутствующую Комбинацию Танцевальных шагов с ритмом и характером</p>		
ДИНАМИЧЕСКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ и ЭФФЕКТЫ (требование: всего 2)	<p>За каждое отсутствующее Динамическое изменение / Эффект</p>		

СОЕДИНЕНИЯ	Сбавки									
	0.10	0.02	0.03	0.04	0.05	0.06	0.07	0.08	0.09	1.00
	1.10	1.20	1.30	1.40	1.50	1.60	1.70	1.80	1.90	2.00
РИТМ	Сбавки									
	0.10	0.02	0.03	0.04	0.05	0.06	0.07	0.08	0.09	1.00
	1.10	1.20	1.30	1.40	1.50	1.60	1.70	1.80	1.90	2.00
СБАВКИ	0.30			0.60			1.00			
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПЛОЩАДКИ	Неполное использование всей площадки.									
	Положение на площадке не меняется в течение 3 и более Трудностей подряд (сбавка за каждый набор Трудностей).									
ПРЕРЫВАНИЕ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ				Последовательность композиции нарушена на 4 или более секунд из-за серьезной технической ошибки (сбавка 1 раз в упражнении)						
МУЗЫКАЛЬНОЕ ВСТУПЛЕНИЕ	Музыкальное вступление из 4 и более секунд									
СООТВЕТСТВИЕ МУЗЫКИ НОРМАМ	Музыка не соответствует правилам									
Музыка - движение в КОНЦЕ УПРАЖНЕНИЯ	Отсутствие гармонии между музыкой и движением в конце упражнения									

1. ОЦЕНИВАНИЕ БРИГАДОЙ СУДЕЙ ИСПОЛНЕНИЯ

- 1.1 Судейство Бригады Исполнения (E) требует, чтобы элементы выполнялись эстетически и технически совершенно.
- 1.2 Гимнастки должны включать в свои упражнения только те элементы, которые они могут исполнить абсолютно безопасно и с высокой степенью технического мастерства. Все отклонения от подобных ожиданий ведут к сбавкам Бригады судей E.
- 1.3 Бригада E не имеет отношения к Трудности упражнения. Судьи E должны применять сбавки в равной степени за одинаковые ошибки, независимо от Трудности элемента или соединения.
- 1.4 Судьи E должны максимально соответствовать современному уровню художественной гимнастики, всегда знать, чего следует ожидать от современного исполнения элементов в упражнении и как меняются сегодня стандарты по мере развития спорта. В этом контексте судьи также должны знать, что возможно и чего вполне разумно ожидать, и что представляет собой исключение либо что-то особенное.
- 1.5 Все отклонения от корректного исполнения считаются техническими ошибками и должны быть соответственно оценены судьями. Размер сбавки за небольшие, средние и серьезные ошибки обусловлен степенью отклонения от корректного исполнения. Нижеследующие сбавки будут применены за каждое видимое техническое отклонение от ожидаемого совершенного исполнения.
- **Маленькая ошибка 0.10** – малая степень отклонения от совершенного технического исполнения
 - **Средняя ошибка 0.30** – заметная степень отклонения от совершенного технического исполнения
 - **Большая ошибка 0.50 или более** – большая и серьезная степень отклонения от совершенного технического исполнения
- 1.6. **Ошибки Исполнения наказываются сбавкой каждый раз и за каждый элемент**
- 1.7. **Окончательная оценка E:** окончательная сбавка в Исполнении вычитается из **10.00 баллов**.

Разъяснения / Примеры

Сбавки в зеленых ячейках таблиц показывают, что только 1 сбавка – наивысшая применяемая сбавка - из данной линии применяется за каждую техническую ошибку.

2. ПОЯСНЕНИЯ К СБАВКАМ В ИСПОЛНЕНИИ

2.1. Пояснения к сбавкам за выполнение движений тела

2.1.1. За «неправильное положение части тела во время движения тела» начисляется 1 сбавка «за каждый неправильный сегмент», и эта сбавка начисляется «каждый раз». Это означает, что:

2.1.1.1. Один и тот же сегмент обеих сторон туловища:

- Оба колена согнуты одновременно: 0,10 за колени 1 раз
- Обе стопы не натянуты одновременно: 0,10 за стопы 1 раз

2.1.1.2. Прыжок(и) с подготовкой:

- 1 прыжок в шпагат с неправильным положением обоих коленей и обеих стоп: 0,10 за колени и 0,10 за стопы = 0,20
- Шассе с неправильным положением обоих коленей и обеих стоп + прыжок в шпагат с неправильным положением обоих коленей и обеих стоп: 0,10 за колени и 0,10 за стопы в шассе + 0,10 за колени и 0,10 за стопы в прыжке = 0,40
- Шассе с неправильным положением обоих коленей и обеих стоп + прыжок в шпагат с неправильным положением обоих коленей и обеих стоп + прыжок в шпагат с неправильным положением обоих коленей и обеих стоп: 0,10 за колени и 0,10 за стопы в шассе + 0,10 за колени и 0,10 за стопы при 1-м прыжке + 0,10 за колени и 0,10 за стопы при 2-м прыжке = 0,60.

2.1.1.3. Вращательные элементы:

- Серия вертикальных вращений, например, 3 шене, каждое с согнутыми коленями: 0,10 за колени 1 раз = 0,10.
- Серия преакробатических элементов, например, 3 кувырка, каждый с согнутыми коленями: 0,10 за колени за каждый преакробатический элемент = 0,30.
- R с переворотом + 3 шене + 2-й переворот, каждый с согнутыми коленями: 0,10 за 1-ый переворот, 0,10 за шене, 0,10 за 2-ой переворот = 0,30.

2.1.1.4. Различные виды перемещения:

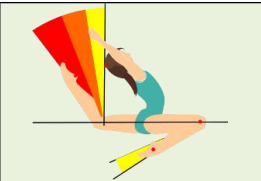
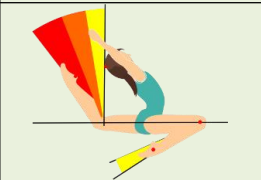
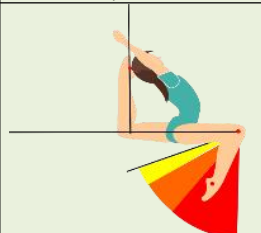
- 6 шагов (ходьба), выполненных с неправильным положением стоп = 1 модальность = 0,10 - 1 раз
- 4 шага («марш»), выполненных с неправильным положением стоп = 1 модальность = 0,10 - 1 раз
- 1 Комбинация Танцевальных шагов из 3-х разных модальностей, выполненная с неправильным положением стоп = сбавка за каждую модальность = 0,30.

2.1.2. Симметричное положение плеч и туловища при выполнении Трудностей тела является важным аспектом техники выполнения движений тела, особенно для здоровья гимнастки. Асимметричные положения будут наказываться как «**неправильное положение части тела**».

2.1.3. Отклонения при выполнении Трудностей тела:

- Каждая сбавка будет применяться отдельно за каждую ошибку. Если Трудность тела имеет несколько неправильных форм, сбавка начисляется за каждое отклонение от правильной формы.

Разъяснения / Примеры		
Выступление	Описание	Сбавки в Исполнении
	Среднее отклонение шпагата Среднее отклонение туловища	0.30 + 0.30
	Малое отклонение подбива Среднее отклонение кольца	0.10 + 0.30
	Среднее отклонение подбива Среднее отклонение кольца	0.30 + 0.30

	<p><i>Нет отклонения подбива</i> <i>Большое отклонение</i> <i>кольца</i></p>	<p><i>0.50</i></p>
	<p><i>Малое отклонение</i> <i>подбива</i> <i>Большое отклонение</i> <i>кольца</i></p>	<p><i>0.10 + 0.50</i></p>
	<p><i>Большое отклонение</i> <i>подбива</i> <i>Нет отклонения кольца</i></p>	<p><i>0.50</i></p>

2.1.4. Отклонения и неправильные положения частей тела в Равновесиях Фуэте:

- Равновесие Фуэте – это **1 ДВ**: за отклонение наказывается только **самая слабая форма ДВ**. Однако для каждой формы может быть предусмотрено несколько сбавок за отклонение, например, шпагат + туловище.
- Каждый **сегмент тела** наказывается только один раз во время **ДВ** (колено опорной ноги - максимум 1 раз, колено поднятой ноги - максимум 1 раз и т.д.).

2.1.5. Прыжок с техникой «качели»: Прыжки состоят из 3 фаз: отталкивание, фаза полета и приземление. Гимнастка должна полностью раскрыть потенциал прыжка (требуемой формы) во время наивысшей фазы полета, а не выполнять 2 разные формы. Если это требование не выполняется, то применяется сбавка за «маховую технику» (движение «качели»).

2.1.6. Если во время Трудности равновесия происходит следующие: форма не удерживается минимум 1 секунду и потеря оси с дополнительным шагом:

- Сбавка составит 0,30 + 0,30.

2.1.7. В Трудностях с вращением могут возникать скольжение, подпрыгивания и потеря равновесия в сочетании:

- «Скольжение» означает небольшое, плавное смещение во время вращения, возникающее в результате смещения центра тяжести гимнастки в сторону от опорной стопы/ноги.
- «Подпрыгивание» – это потеря равновесия при движении, сопровождающаяся внезапным и значительным смещением во время вращения. «Подпрыгивание» не обязательно означает, что гимнастка теряет физический контакт с полом. Подскок происходит из-за того, что центр гимнастки больше не находится над опорной стопой/ногой, что требует срочной коррекции для восстановления контроля.
- В одной и той же Трудности вращения гимнастка наказывается только один раз за скольжение или за потерю равновесия, даже если в разные моменты в Трудности были допущены различные технические ошибки: скольжение в начале, потеря равновесия с подпрыгиванием в середине и потеря оси при дополнительном шаге в конце = всего 0,30.

2.2. Разъяснения по сбавкам Исполнения за технику для каждого типа предмета

- 2.2.1. Если на Ленте образуется **маленький узелок**, который после нескольких движений превращается в средний/большой узел, применяется только 1 сбавка за узел (более высокая сбавка - за средний/большой узел).
- 2.2.2. Если ткань Ленты неподвижно лежит на полу, то это наказывается сбавкой. Если ткань движется по полу, сбавка не применяется.
- 2.2.3. Сбавка за то, что Лента осталась на полу, не применяется, если гимнастка остановила упражнение из-за другой ошибки (узел, запутывание, потеря предмета и т.д.).

2.3. Пояснения к сбавкам Исполнения за технику всех предметов

- 2.3.1. Сбавка за «простое переступание на месте с ноги на ногу под полетом предмета» применяется, когда траектория полета кажется подходящей, но гимнастка – намеренно или непреднамеренно – выполняет небольшой, простой шаг (шаги) на месте без явного смещения в определенном направлении, чтобы поймать предмет, причем без очевидной связи с конкретным ритмом и характером музыки.
- 2.3.2. Сбавка за **неточную траекторию** применяется, если есть видимая техническая ошибка, вызванная неточным броском. Например, если гимнастке приходится бежать или менять намеченное направление, чтобы спасти предмет от потери.
- 2.3.3. В таблице сбавок в линии за простое движение на месте/неточную траекторию **применяется только самая высокая из возможных применяемых сбавок**. Пример:
- Сразу после броска гимнастка выполняет 4 простых шага на месте. После этого гимнастка понимает, что траектория неточна, и делает 3 шага по направлению к предмету, который ловится в полете. Общая сбавка = 0,30 за неточную траекторию с 3 шагами для спасения предмета от потери.
- 2.3.4. Сбавка за **неточную траекторию** применяется только в том случае, если предмет пойман в полете: если неточная траектория заканчивается потерей предмета, то наказывается только потеря предмета в соответствии с общим количеством пройденных шагов: шаги во время полета предмета + шаги после падения предмета на пол.
- 2.3.5. При всех типах **ловли Ленты** предмет, как правило, должен быть пойман **за конец палочки**. Допускается намеренная ловля ленты за материю в зоне примерно 50 см от крепления, при условии, что такая ловля оправдана для следующего движения или финального положения. Если Лента непреднамеренно поймана за материю (по ошибке) или за палочку, но не за ее конец, применяется сбавка за «неправильную ловлю».
- 2.3.6. Все предметы должны быть пойманы без произвольной помощи другой рукой, за исключением случаев, когда другая рука может быть использована намеренно:
- Скакалка: при ловле открытой Скакалки
 - Обруч: когда Обруч вращается вокруг горизонтальной оси
 - Мяч: при ловле вне поля зрения
 - Булавы: при ловле соединенных Булав
 - Лента: при намеренной ловле за материю
- 2.3.7. Сбавка за **неправильную ловлю** применяется, когда запланированная ловля прерывается дополнительным движением гимнастки, чтобы спасти предмет от потери и/или продолжить выполнение следующего движения.
- 2.3.8. Если во время ловли предмет **касается пола одновременно** с касанием предмета гимнасткой, и гимнастка немедленно получает контроль над предметом, то это не является потерей предмета. В зависимости от типа ловли, за неправильную ловлю может быть применена сбавка в Исполнении. Примеры:
- Обруч ловится рукой в тот момент, когда нижняя часть Обруча касается пола: сбавка за неправильную ловлю.

- Обруч прижат к полу ногами одновременно с тем, как нижняя часть Обруча касается пола: правильная ловля, сбавки нет.
- Палочка Ленты зажимается между коленями в тот момент, когда кончик палочки Ленты касается пола: правильная ловля, сбавки нет.

2.4. Пояснения к комбинациям сбавок

- 2.4.1. При нарушении **непрерывности последовательности** выступления (см. Артистизм, п. 11), например, из-за того, что гимнастка стоит неподвижно, пытаясь распутать узел, сбавка за «статичную гимнастку» не применяется.
- 2.4.2. Если гимнастка (гимнастки) совершает (совершают) несколько ошибок Исполнения с предметом в течение **одной и той же ДВ**, каждая ячейка таблицы сбавок применяется один раз. Пример: Поворот Фуэте с изменением рисунка (спирали) + изменение рисунка (змейки) + произвольное запутывание вокруг тела. Сбавка 0,10 за изменение рисунка + сбавка 0,30 за запутывание = 0,40.
- 2.4.3. Когда гимнастка теряет предмет и направляется за ним, и, в конечном счете, когда он возвращается на площадку (перед возобновлением выступления):
- В течение этого времени не применяются дополнительные сбавки за работу частей тела и предмета.
 - В течение этого времени применяются сбавки только за потерю равновесия (с опорой или без нее, а также за падение) и за дополнительные потери предмета.

3. ДВИЖЕНИЯ ТЕЛА

3.1. Таблица сбавок в Исполнении за движения тела

Сбавки	Малые 0.10	Средние 0.30	Большие 0.50 и более
Общее	Незаконченное движение или недостаток амплитуды в формах полных волн тела		
	Незаконченное движение или отсутствие амплитуды в форме преакробатики		
	Корректировка положения тела (Пример: при подготовке смещение положения руки на полу без потери равновесия и т.д.)	Статичная гимнастика (4 и более сек.)	
Базовая техника <i>Во время любых соединений, элементах вращения, во всех типах Трудностей</i>	Неправильное положение части тела во время движения (1 сбавка за некорректный сегмент применяется каждый раз) включая, некорректное положение стопы/релеве, положение колена, согнутые локти, неконтролируемое положение рук, поднятые или асимметричные плечи, асимметричное положение туловища и т.д.		
	Потеря равновесия: дополнительное движение без перемещения (например: подскок без перемещения, смещение передней части стопы или дрожание опорной стопы/ноги, непроизвольное корректировочное компенсаторное движение и т.п.)	Потеря равновесия: дополнительное движение с перемещением (например: дополнительный шаг, подпрыгивание на опорной стопе/ноге с перемещением, потеря оси с дополнительным шагом т.п.)	Потеря равновесия с опорой на 1 или 2 руки или на предмет Полная потеря равновесия с падением: 0,70
Прыжки	Неправильная форма с малым отклонением	Неправильная форма со средним отклонением	Неправильная форма с большим отклонением
	Прыжок с техникой «качели» Тяжелое приземление	Неправильное приземление: Видимый прогиб спины во время финальной фазы приземления	
Равновесия	Неправильная форма с малым отклонением	Неправильная форма со средним отклонением Форма не удержана минимум 1 секунду	Неправильная форма с большим отклонением
	Неправильная форма с малым отклонением Непроизвольная опора на пятку во время Поворота	Неправильная форма со средним отклонением	Неправильная форма с большим отклонением
Вращения <i>Каждая сбавка применяется 1 раз за вращение DB</i>	Непроизвольная опора на пятку во время Поворота		
	Скольжение		
Пре-акробатические элементы и элементы групп вертикального вращения	Тяжелое приземление	Запрещенная техника пре-акробатических элементов	
		Ходьба на руках (2 или более смен опоры)	

4. ТЕХНИКА КАЖДОГО ТИПА ПРЕДМЕТА

4.1. Таблица сбавок в Исполнении для техники каждого типа предмета

Сбавки	Малые 0.10	Средние 0.30	Большие 0.50 и более
Обруч 			
Базовая техника	Неправильная работа с предметом: Нарушение плоскости, вибрация, неравномерное вращение вокруг вертикальной оси, и т.п.	Работа с произвольным контактом с телом, (Например, зажатие Обруча телом во время/после перекатов, вращений вокруг оси Обруча и т.п.)	
	Ловля после броска: контакт с предплечьем	Ловля после броска: контакт с рукой	
	Произвольный неполный перекат по телу		
	Неправильный перекат с подпрыгиванием		
	Скольжение по руке во время вращения Обруча		
	Проход в Обруч: Зацепиться стопами за Обруч		
Мяч 			
Базовая техника	Неправильная работа: Мяч прижат к предплечью («захват») или явно зажат пальцами	Работа с произвольным контактом с телом: (Например, зажатие Мяча телом во время/после перекатов, после отбива и т.п.)	
	Произвольный неполный перекат по телу		
	Неправильный перекат с подпрыгиванием		
	Ловля 2 руками (Исключение: ловля вне зрительного контроля с использованием 2 рук)		
Булавы 			
Базовая техника	Неправильная работа: Неточные движения, руки слишком разведены во время выполнения мельницы, прерывание движения во время малых кругов и т.п.		
	Нарушение синхронности вращения 2 Булав в полете во время броска и ловли		

	Недостаточная чистота в плоскостях работы Булав во время асимметричных движений		
Лента 			
Базовая техника	Неправильная работа: неточная передача, ненамеренное удержание палочки Ленты за середину, неправильная связка между рисунками, шелканье Лентой		
	Нарушение рисунка Ленты: Змейки или спирали недостаточной плотности, неодинаковой высоты, амплитуды и т.п.		
	Непроизвольный контакт с телом	Непроизвольное закручивание вокруг тела или его части, или вокруг палочки без прерывания упражнения	Непроизвольное закручивание вокруг тела или его части, или вокруг палочки с прерыванием упражнения
	Маленький узел с минимальным влиянием на работу предмета-		Средний/большой узел, оказывающий влияние на работу предмета
	Конец Ленты непреднамеренно остается на полу во время рисунков, бросков, эшаппе и т.п. (до 1 метра)	Часть Ленты непреднамеренно остается на полу во время рисунков, бросков, эшаппе и т.п. (более 1 метра)	









5. ТЕХНИКА ВСЕХ ПРЕДМЕТОВ

5.1. Таблица сбавок в Исполнении за технику всех предметов









Сбавки	Малые 0.10	Средние 0.30	Большие 0.50 и более
Техника		Статичный предмет (см. Трудность, п. 3.5)	
Траектории и ловля	Неточная траектория и ловля в полете с коррекцией положения или с помощью 1 – 2 шагов для спасения предмет или Простые шаги на месте	Неточная траектория и ловля в полете с помощью 3 - 4 шагов для спасения предмета	Неточная траектория и ловля в полете с помощью 5 или более шагов для спасения предмета
	Неправильная ловля: Пример: ловля с произвольной помощью другой руки для спасения предмета, произвольный захват за материал Ленты и т.д. (см. также Мяч, исключение: для 2 рук)	Неправильная ловля с произвольным касанием тела	
Потеря предмета <i>За потерю 2 Булав последовательно: Судья назначает сбавку 1 раз в зависимости от общего количества шагов, сделанных для возврата дальней Булавы.</i>			Потеря и возврат предмета без перемещения
			Потеря и возврат предмета после 1 - 2 шагов: 0.70
			Потеря и возврат предмета после 3 или более шагов: 1.00
			Потеря предмета с выходом за пределы площадки (независимо от расстояния): 1.00
			Потеря предмета без выхода за пределы площадки и использование запасного предмета: 1.00
			Потеря предмета в конце упражнения: 1.00

1. ПРОГРАММА ПО ПРЕДМЕТАМ





СЕНИОРКИ: 4 упражнения

2025-2028				
2029-2032				

ЮНИОРКИ: 4 упражнения

2025-2028				
2029-2032				

2. ТЕХНИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ЮНИОРОК – ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

- 2.1. **Общие положения:** Все нормы «Общих положений» для индивидуальных сениорок действительны для индивидуальных юниорок.
- 2.2. Программа для индивидуальных гимнасток: Программа для индивидуальных юниорок обычно состоит из 4 упражнений (см. Программа предметов ФИЖ для сениорок и юниорок в Приложении Е):
- Обруч 
 - Мяч 
 - Булавы 
 - Лента 
- 2.2.1. Можно выполнять индивидуальные упражнения со Скакалкой в индивидуальной программе на местных международных и национальных соревнованиях.
- 2.3. Продолжительность каждого упражнения составляет от 1'15» до 1'30.»
- 2.4. Нормы и характеристики каждого предмета для юниорок указаны в *Нормах по предметам ФИЖ*.
- 2.4.1. Юниоркам разрешается выступать с предметами для сениорок.
- 2.5. Каждый предмет, используемый каждой гимнасткой, должен иметь логотип производителя и «Логотип одобрения FIG» в определенных местах для каждого предмета (Скакалка, Обруч, Мяч, Булавы, Лента). Ни одна гимнастка не имеет права соревноваться с неутвержденным предметом, иначе упражнение не будет оценено (0,0).
- 2.6. По требованию Президента Верховного Жюри каждый предмет может быть проверен до входа гимнасток в соревнованиях или в конце упражнения и/или может быть проведена произвольная жеребьевка для контроля предметов.

3. ТРЕБОВАНИЯ К ТРУДНОСТИ ДЛЯ ЮНИОРОК. ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ.

- 3.1. Гимнастки должны включать в упражнения только те элементы, которые они могут выполнять безопасно и с высокой степенью эстетического и технического мастерства.
- 3.2. Существует 2 компонента Трудности:
- Трудность тела (DB), включая (R)
 - Трудность предмета (DA)
- 3.3. Требования к Трудности:

Компоненты Трудности	
Трудность тела (DB) Засчитываются 6 с наивысшей ценностью	Трудность предмета (DA) Максимум 12 (в порядке выполнения)
Динамические элементы с вращением (R) Максимум 3 (в порядке выполнения)	
Особые требования	
Группы Трудности тела: Прыжки  Минимум 1 Равновесия  Минимум 1 Вращения  Минимум 1	

- 3.4. Судьи Трудности идентифицируют Трудности и записывают их в порядке их выполнения, независимо от того, засчитываются Трудности или нет:
- 1- ая подгруппа **Судей D (DB)**: оценивают количество и техническую ценность Трудностей (DB) и количество и ценность Динамических элементов с вращением (R). Судьи записывают все элементы с помощью символов.
 - 2 - ая подгруппа **Судей D (DA)**: оценивают количество и техническую ценность Трудностей предметов (DA). Судьи записывают все элементы с помощью символов.
- 3.5. Порядок выполнения Трудностей не ограничен; однако расположение Трудностей должно соответствовать Артистическим компонентам (см. Артистизм).

4. ТРУДНОСТЬ ТЕЛА (DB)







- 4.1. **Требование: 6 DB наивысшей ценности засчитываются** в упражнении.
- 4.2. Все общие нормы для элементов DB для индивидуальных сениорок действительны также для индивидуальных упражнений юниорок (без лимита по ценности каждой DB), за исключением следующего:
- 4.2.1. Можно выполнять **только 1** турляна на полной стопе или на релеве. Второй турляна не оценивается.

5. ТЕХНИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ ПРЕДМЕТОВ

5.1. Все общие нормы технических элементов для индивидуальных сениорок действительны также для индивидуальных упражнений юниорок, за исключением следующего:

5.1.1. Для Ленты: минимум 3 круга в спиралях, минимум 3 круга в «фехтовальщике», минимум 3 волны в змейках.

5.2. Сводная таблица технических групп, специфичных для Скакалки

Технические Группы Предмета	
 <p>Отпускание и ловля 1 конца Скакалки, с вращением или без вращения (Пример: Эшаппе)</p> <p>Вращение свободного конца Скакалки, удерживаемой за 1 конец (Пример: Спирали).</p>	 <ul style="list-style-type: none"> Вращения (мин. 1), Скакалки, сложенной в 2 раза: <ul style="list-style-type: none"> - 2 конца в одной руке - по 1 концу в каждой руке - 2 конца в 1 руке, середина Скакалки в другой руке Вращения (мин. 3), Скакалки, сложенной в 3 или в 4 раза Свободное вращение (мин. 1) вокруг части тела Вращение (мин. 1) прямой открытой Скакалки, удерживаемой за середину или за конец Мельницы (Открытая Скакалка, удерживаемая за середину/сложенная в 2 раза или более). (См. Трудность, п. 3.3.3.)
 <p>Ловля с высокого броска открытой Скакалки по 1 концу каждой рукой, без поддержки другими частями тела</p>	
 <p>Проход всем телом или частью тела через открытую Скакалку, вращающуюся вперед, назад, в сторону, также с:</p> <ul style="list-style-type: none"> Скакалка сложена в 2 раза или более раз Двойное вращение Скакалки 	
 <p>Подпрыгивания/подскоки с проходом через Скакалку: Серии (мин. 3) подпрыгиваний/подскоков с проходом через Скакалку: Скакалка вращается вперед, назад или в сторону.</p>	 <ul style="list-style-type: none"> Закручивание или раскручивание вокруг части тела Спирали Скакалкой, сложенной в 2 раза

Разъяснения / Примеры

Скакалка может быть открытой, сложенной в 2, 3 или 4 раза (1 или 2 руками), но базовая техника – по 1 концу открытой Скакалки в каждой руке во время прыжков, подпрыгиваний, подскоков, выполняемых в разных направлениях: вперед, назад, с поворотами и т.п.

Такие элементы, как закручивание, отбивы, мельницы, движения сложенной или завязанной в узел Скакалки, нетипичны для этого предмета. Поэтому они не должны преобладать в композиции.



- Минимум 2 большие части тела (Пример: голова/шея + туловище; руки + туловище; туловище + ноги, и т.д.) должны совершить проход.
- Проход может быть: Всем телом туда и обратно, или только туда, или наоборот



Eshappé – это движение из 2 действий:

- Отпускание одного конца Скакалки
- Ловля за конец Скакалки рукой или другой частью тела после полуоборота Скакалки
- **ДВ** засчитывается, если отпускание либо ловля (но не оба) выполнены во время **ДВ**



Ловля открытой Скакалки после броска должна быть выполнена по одному концу в каждую руку без поддержки стопой, коленом или другой частью тела.



Варианты Спирали:

- Отпускание как в «*Eshappé*», затем несколько (2 или более) спиральных вращений 1 конца Скакалки и ловля за конец рукой или другой частью тела
- открытая и натянутая Скакалка, удерживаемая за 1 конец после предыдущего движения (движения открытой Скакалкой, ловли, с пола и т.д.) с переходом в спиральные вращения (2 или более) 1 конца, ловля рукой или другой частью тела
- **ДВ** засчитывается если отпускание либо ловля либо несколько спиральных вращений (2 или более) выполнены во время **ДВ**



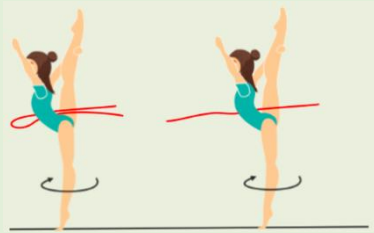
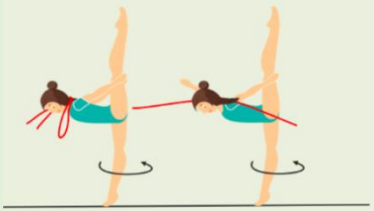





Закручивание:


- «Закручивание» или «раскручивание» возможны при **ДВ**; эти действия являются разной работой предмета





5.3. Нестабильный баланс

5.3.1. Одинаковые положения неустойчивого баланса Скакалки:

Разъяснение	
 	<p>Скакалка в балансе за спиной или подвешенная на части тела во время ДВ с вращением, Скакалка открытая или сложенная вдвое – это <u>одно и то же</u> положение неустойчивого баланса.</p> <p>Пример 1: Один и тот же технический элемент</p>  <p>Пример 2: Один и тот же технический элемент</p> 
	<p><i>Недействительные положения неустойчивого баланса:</i></p>  <p><i>Скакалка висит на шее во время равновесия</i></p>  <p><i>Открытая Скакалка располагается на спине</i></p>

6. ДИНАМИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ВРАЩЕНИЕМ (R)

- 6.1. Требования: максимум 3 R оцениваются в каждом упражнении в порядке их выполнения.
- 6.2. Все общие нормы R для индивидуальных сениорок также действительны для индивидуальных юниорок (без ограничений по ценности каждого R).
- 6.3. Максимум 2 R в порядке выполнения могут быть сделаны с концами, связанными вместе. Дополнительные R с концами, связанными вместе, не засчитываются.
- 6.4. Специфические критерии для броска и ловли Скакалки: 


















Символ	Специфический критерий при броске + 0.10 каждый раз	Символ	Специфический критерий при ловле + 0.10 каждый раз
	<p>Проход через Скакалку всем телом или частью тела во время броска</p> <p>Минимум 2 крупные части тела должны совершить проход через Скакалку</p> <p>Пример: голова + туловище; руки + туловище; туловище + ноги и т.д.</p>		
	<p>Высокий бросок открытой и прямой Скакалки, удерживаемой за 1 конец</p>		<p>Ловля Скакалки по 1 концу в каждую руку</p>
	<p>Высокий бросок открытой и прямой Скакалки, удерживаемой за середину</p>		





7. ТРУДНОСТЬ ПРЕДМЕТА (DA)




- 7.1. Требования: Максимум 12 DA оцениваются в каждом упражнении в порядке их выполнения.
- 7.2. Все общие нормы для индивидуальных сениорок действительны для индивидуальных юниорок. В дополнение есть Скакалка для юниорок.

7.3. ТАБЛИЦА БАЗ И КРИТЕРИЕВ DA

СКАКАЛКА 

База	Символ базы	Ценность	Критерии							Особые критерии			
				\neq			$=$	W	DB				
Проход через Скакалку всем телом или частью тела (2 большие части тела)		0.3	V	V	N/A	V	V	v	v	v	v	v	V
Проход через Скакалку сериями подпрыгиваний/подскоков (минимум 3)		0.3	V	V	N/A	V	N/A	N/A	N/A	v	v		v
Ловля открытой Скакалки по 1 концу в каждую руку без поддержки другими частями тела		0.3	V	N/A	v	V	V	v	v				
Ешарре и ловля		0.3	V	V	N/A	V	V	v	v				
Спирали: Вращения свободного конца Скакалки 1 рукой, Скакалка удерживается за 1 конец		0.3	V	V	N/A	V	V	v	v				
Свободное вращение (минимум 1) вокруг части тела		0.2	V	N/A	N/A	V	V	v	v				
Вращение (минимум 1) открытой Скакалки, удерживаемой за конец или за середину		0.2	V	V	v	V	V	v	v				
Мельницы открытой Скакалкой		0.2	V	N/A	v	V	V	v	v				
Передача без помощи рук минимум 2 разными частями тела (кроме кистей)		0.2	V	N/A	N/A	V	V	v	v				
Малый бросок/ловля, включая свободное падение		0.2	V	V	v	V	N/A	v	v				
Отталкивание, толчок, отбив: разными частями тела, кроме кистей/рук		0.2	V	V	v	V	N/A	v	N/A				

Высокий бросок		0.2	v	v	v	v	v	v	v			
Высокий бросок открытой Скакалки, удерживаемой за середину		0.2	v	v	v	v	v	v	v			
Высокий бросок открытой Скакалки, удерживаемой за конец		0.2	v	v	v	v	v	v	v			
Ловля после высокого броска		0.3	v	v	v	v	v	v	v			

Символ	Разъяснение :
	<i>Двойное (и более) вращение предмета во время прыжков или подпрыгиваний/подскоков</i>
	<i>Скакалка вращается назад</i>
	<i>Скрещивание рук во время прыжков или подпрыгиваний/подскоков; в сериях подпрыгиваний/подскоков; возможно выполнение попеременно со скрещенными и не скрещенными руками, либо все время со скрещенными руками.</i>

8. ОЦЕНКА ТРУДНОСТИ (D):

8.1. Судьи D оценивают Трудности, применяют частичные баллы и вычитают возможные сбавки:

8.2. 1-ая подгруппа Судей D (DB)

Трудность	Минимум/Максимум	Сбавка 0.30
Трудности тела (DB)	Минимум 1 из каждой группы Трудностей тела Максимум 6	∧ – нет попытки выполнения T – нет попытки выполнения ⊙ - нет попытки выполнения
Равновесие «Турлян»	Максимум 1: на релеве или на полной стопе	Более 1 равновесия «Турлян»
Динамические элементы с вращением (R)	Максимум 3	Нет сбавки

8.3. 2-ая подгруппа Судей D (DA)

Трудность	Минимум/Максимум	Сбавка 0.30
Трудность предмета (DA)	Максимум 12	Нет сбавки
Последовательные DA в положении на полу	Максимум 3 последовательно	За каждый набор из 4 последовательных

9. АРТИСТИЗМ И ИСПОЛНЕНИЕ

9.1. Все нормы для Артистизма и все нормы для Исполнения для индивидуальных упражнений сениорок также действительны для индивидуальных упражнений юниорок.

9.2. Таблица сбавок в Исполнении для Скакалки

Сбавки	Малая 0.10	Средняя 0.30	Большая 0.50 и более
Скакалка ∩			
Базовая техника	Неправильная работа предмета: Амплитуда, форма, рабочая плоскость, или Скакалка не удерживается за оба конца		
	Скакалка произвольно касается тела или пола	Непроизвольное закручивание вокруг части тела или всего тела без прерывания упражнения	Непроизвольное закручивание вокруг части тела или всего тела с прерыванием упражнения
	Узел без прерывания упражнения		Узел с прерыванием упражнения
		Потеря 1 конца Скакалки	
		Стопы запутались в Скакалке во время прыжков или подпрыгиваний/подскоков	

ЧАСТЬ 2: ГРУППОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ

ЧАСТЬ 2 – ГРУППОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ

А. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

ГРУППОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ

1. СОРЕВНОВАНИЯ И ПРОГРАММА

1.1. **Официальные Чемпионаты и программа соревнований по Художественной гимнастике:** Индивидуальные, Групповые и Командные Соревнования.

1.1.1. Общая программа **сениорок в групповых упражнениях** состоит из 2 упражнений (см. Программу Предметов ФИЖ для групп сениорок в Приложении Е):

- упражнение с одним типом предмета (5)
- упражнение с двумя типами предметов (3+2)

1.1.2. Программа **юниорок в групповых упражнениях** обычно состоит из 2 упражнений, каждое с одним типом предмета. Программа Предметов ФИЖ на текущий год определяет предмет, используемый в каждом упражнении. (см. Программу Предметов ФИЖ для групп юниорок в Приложении Е).

1.1.3. Структура соревнований в Групповых упражнениях:

1.1.3.1. Общие соревнования и Квалификации к Финалам в Групповых упражнениях, Командный Ренкинг: 2 упражнения:

- Упражнение с 1 типом предмета (5)
- Упражнение с 2 типами предметов (3 + 2)

1.1.3.2. Командный Ренкинг определяется суммой 8 лучших оценок индивидуальных гимнасток команды плюс оценок в 2 групповых упражнениях.

1.1.3.3. Финалы в Групповых упражнениях:

- Упражнение с 1 типом предмета (5)
- Упражнение с 2 типами предметов (3+2)

Для уточнения деталей, касающихся официальных соревнований ФИЖ, обращайтесь к *Техническому Регламенту* (Раздел 1 и Раздел 3).

1.1.4. Продолжительность группового упражнения – от 2'15" до 2'30"

2. КОЛИЧЕСТВО ГИМНАСТОК

2.1. **Официальные Чемпионаты по Художественной Гимнастике в Групповых упражнениях:** каждая Национальная Федерация может представить 5 или 6 гимнасток в общей программе Групповых упражнений. В случае 6 гимнасток, все 6 гимнасток должны участвовать по крайней мере в 1 упражнении (см. *Технический Регламент*, Раздел 1 и Раздел 3).

2.2. Каждое Групповое упражнение должно выполняться 5 гимнастками; оставшейся гимнастке разрешается находиться в зоне соревнований во время выполнения упражнения (на случай инцидента с 1 из ее партнерш).

2.2.1. Если гимнастка покидает группу из-за травмы или по уважительной причине во время упражнения, она может быть заменена резервной гимнасткой.



Сбавка судьи на Линии: 0,30 балла за то, что гимнастка Группы покинула площадку во время упражнения.

- 2.2.2. Если запасная гимнастка не используется, и **группа прекращает упражнение**, то упражнение будет оценено как прерванное упражнение (см. п. 10).
- 2.2.3. Если гимнастка, покинувшая группу по уважительной причине, не будет заменена, и группа продолжит упражнение **с 4 гимнастками**, то упражнение не будет оценено (0,00).

3. ХРОНОМЕТРАЖ

- 3.1. Хронометр включают с началом движения 1-ой гимнастки группы и выключают, как только последняя гимнастка группы полностью прекращает движение.
- 3.2. Разрешается короткое музыкальное вступление - не более 4 секунд - без движений гимнасток/предметов (см. Артистизм, п. 2.5).
- 3.3. Во всех упражнениях хронометраж (начало упражнения, продолжительность упражнения гимнастки) ведется интервалами по 1 секунде.



Сбавка судьи-Хронометриста: 0.05 балла за каждую лишнюю или недостающую секунду (считаются полные секунды).

Пример: 2'30"59 = нет сбавки; 2'31.00 = сбавка -0.05.

4. СУДЕЙСКИЕ БРИГАДЫ: ОФИЦИАЛЬНЫЕ ЧЕМПИОНАТЫ И ДРУГИЕ СОРЕВНОВАНИЯ

4.1. Верховное Жюри

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

4.2. Состав судейских бригад для групповых упражнений:

- 4.2.1. Для официальных соревнований ФИЖ, Чемпионатов мира и Олимпийских игр – каждая бригада состоит из **3** групп судей: **Трудность (бригада D)**, **Артистизм (бригада A)** и **Исполнение (бригада E)**.
- 4.2.2. Судьи в Трудности, Артистизме и Исполнении отбираются путем жеребьевки и назначаются Техническим Комитетом ФИЖ в соответствии с действующим *Техническим Регламентом*, *Общими Правилами для Судей* и *Специальными Правилами для Судей*.
- 4.2.3. Во время соревнований, за техническим столом, судьям запрещено использовать любые электронные устройства для разговоров, передачи или получения сообщений или информации (мобильные телефоны, мини-ноутбуки, компьютеры, электронные часы и т.д.), а также использовать камеры или видеоустройства (см. *Технический Регламент*, раздел 1, статья 5.4).

4.3. Состав судейских бригад в групповых упражнениях

- 4.3.1. **Бригада Судей, оценивающих Трудность (D):** 4 судьи – делятся на 2 подгруппы:
- 1 - ая подгруппа (D) – 2 Судьи (DB1, DB2) работают независимо, выставляют свои индивидуальные оценки и затем выставляют общую оценку **DB**.
 - 2 - ая подгруппа (D) – 2 Судьи (DA1, DA2) работают независимо, выставляют свои индивидуальные оценки и затем выставляют общую оценку **DA**.
- 4.3.2. **Бригада Судей в Артистизме (A):** 4 Судьи (A1, A2, A3, A4).
- 4.3.3. **Бригада Судей в Исполнении (E):** 4 Судьи (E1, E2, E3, E4).
- 4.3.4. Минимальные стандарты для судейских бригад для различных групп зарегистрированных соревнований ФИЖ – см. *Общие Правила для Судей*, ст. 11.

4.4. Функции Бригады D

- 4.4.1. **1- ая подгруппа (DB)** записывает содержание упражнения символами, оценивает количество и техническую ценность Трудностей тела (**DB**), Трудности Обменов (**DE**), количество и техническую ценность Динамических элементов с вращением (**R**).
- 4.4.2. Эти Судьи оценивают всё упражнение целиком независимо, выставляют свои индивидуальные оценки (с целью оценивания судей) без консультации с другими судьями, затем **выставляют общую оценку DB*** (см. 4.8.).
- 4.4.3. **2 - ая подгруппа (DA)** записывает содержание упражнения символами, оценивает количество и техническую ценность Трудностей с Сотрудничествами (**DC**) и требуемый минимум типов Сотрудничеств.
- 4.4.4. Эти судьи оценивают всё упражнение целиком независимо, выставляют свои индивидуальные оценки (с целью оценивания судей) без консультаций с другими судьями, затем выставляют общую оценку **DA*** (п. 4.8.).
- 4.4.5. **Окончательная оценка D** получается путем сложения оценок **DB** и **DA**.

4.5. Функции судей бригады A

- 4.5.1. 4 судьи (**A1, A2, A3, A4**) – оценивают Артистические ошибки с помощью сбавок. Эти судьи оценивают все упражнение целиком независимо, и выставляют свою индивидуальную общую сбавку* (п. 4.8.) без консультаций с другими судьями.
- 4.5.2. Когда Артистизм оценивают **4 судьи**, наивысшая и самая низкая сбавки отбрасываются, и **окончательная сбавка A** определяется как среднее арифметическое из 2 средних сбавок.
- 4.5.3. Когда Артистизм оценивают **2 - 3 судьи**, **окончательная сбавка A** определяется как среднее арифметическое всех сбавок.
- 4.5.4. **Окончательная оценка A** = сумма Артистических сбавок вычитается из **10.00 баллов**.

4.6. Функции Судей бригады E

- 4.6.1. 4 судьи (**E1, E2, E3, E4**) оценивают технические ошибки с помощью сбавок. Эти судьи оценивают все упражнение целиком независимо, выставляют свою индивидуальную общую сбавку* (см. 4.8.) без консультаций с другими судьями.
- 4.6.2. Когда Исполнение оценивают **4 судьи**, наивысшая и самая низкая сбавки отбрасываются, и **окончательная сбавка E** определяется как среднее арифметическое из **2 средних сбавок**.
- 4.6.3. Когда Исполнение оценивают **2 - 3 судьи**, **окончательная сбавка E** определяется как среднее арифметическое из всех сбавок.
- 4.6.4. **Окончательная оценка E** представляет собой сумму Технических сбавок, которую вычитают из **10.00 баллов**.

4.7. Судейские записи

Во время соревнований, в конце потока и/или по окончании соревнований, Президент Верховного Жюри может запросить судейские записи, в которых указаны номер, имя гимнастки, Национальная Федерация и предмет, а также оценивание каждого упражнения.

4.8. Возможность технологического усовершенствования систем подсчета баллов (*)

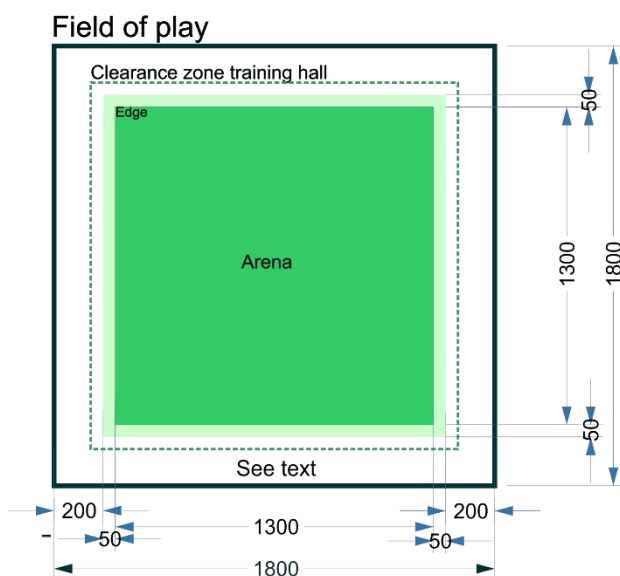
Возможно, что технический прогресс в течение цикла позволит подавать сбавки, ценности и/или оценки в разных форматах с разной разбивкой. В этом случае пункты, описывающие подачу баллов/сбавок и помеченные (*), могут быть соответствующим образом изменены.

4.9. Функции Судей-Хронометристов и Судей на Линии

4.9.1. Судьи-Хронометристы (1 или 2):

- Запускают секундомер, когда группа начинает готовиться к исходному положению, и контролируют возможную продолжительность задержки (11.3.3.)
- Контролируют продолжительность упражнения
- Фиксируют размер нарушения по хронометражу (в большую и меньшую стороны) при отсутствии компьютерного тайминга
- Подают Президенту Верховного Жюри соответствующие протоколы о нарушениях и сбавках
- Если любая гимнастка(и) теряет(ют) предмет в конце упражнения, и **не принимает финального положения** или **не возвращается** в обозначенные пределы площадки из-за окончания музыки, то Судья-Хронометрист фиксирует момент возврата предмета последней гимнасткой группы или покидания «clearance зоны» площадки последней гимнасткой группы **в качестве последнего движения**.

Иллюстрация «clearance зон» площадки для соревнований (см. *Нормы по Предметам ФИЖ*):

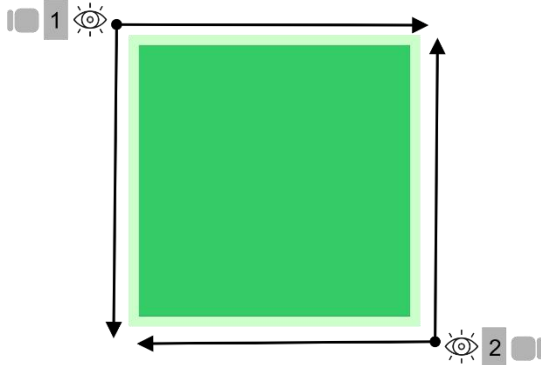


4.9.2. Судьи на Линии (2):

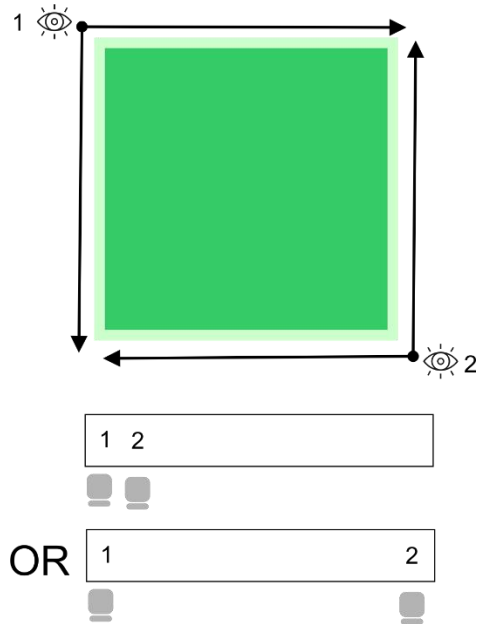
- Фиксируют пересечение обозначенной линии площадки 1 или 2 ногами, любой частью тела или предметом, а также выход предметов за пределы площадки
- Поднимают флаг при пересечении обозначенной линии площадки телом и/или предметом, если они выходят за пределы площадки
- Подают Президенту Верховного Жюри соответствующие протоколы о нарушениях и сбавках
- Судья на линии должен отслеживать и применять сбавки за любое пересечение линии до последнего движения последней гимнастки в группе: после последнего движения сбавка за пересечение линии не применяется, даже если музыка все еще играет.

4.9.3. Позиции Судей на линии:

Пример 1: Судьи на Линии сидят в противоположных углах и отвечают за 2 линии и угол с правой стороны от них



Пример 2: Судьи на Линии сидят за судьейским столом и наблюдают за линиями и углом по монитору



4.9.4. Апелляции по пересмотру сбавок за Линию/Время: если тренер имеет сомнения относительно сбавок, примененных Судьёй-Хронометристом и/или Судьёй на Линии, он может подать устный протест судье, ответственному за протесты, на тех же условиях и в те же временные рамки, что и для обычных протестов (см. *Технический Регламент*, раздел 1, ст. 8.5).

4.10. Функции Секретаря

Секретари обычно назначаются Оргкомитетом и обязаны владеть компьютером и знать Правила судейства. Они подчиняются Президенту Верховного Жюри и отвечают за правильность внесения всех данных в компьютер, порядка выхода групп, за красный / зеленый свет, правильное отображение Окончательных оценок.

4.11. Функции Ответственного Судьи

Судья DA1 отвечает за все сбавки Ответственного судьи в сотрудничестве с Президентом Верховного Жюри. Все сбавки Ответственного судьи, включенные в Таблицу № 16, подаются на официальном бланке судьей DA1 и будут проверены Президентом Верховного Жюри.

4.12. Прочие детали, касающиеся Жюри, их структуры или функций, см. *Технический Регламент* (Раздел 1, ст. 7, Раздел 3), *Общие Правила для Судей* и *Специальные Правила для Судей*.

5. СУДЕЙСКИЕ СОВЕЩАНИЯ / ИНСТРУКТАЖ

- Перед каждым официальным Чемпионатом ФИЖ Технический Комитет организует совещание, чтобы проинформировать участвующих судей об организации судейства.
- Перед всеми другими Чемпионатами или турнирами Оргкомитет может провести аналогичное совещание.
- Все судьи обязаны присутствовать на инструктаже и/или совещании судей, присутствовать в течение всего соревнования, а также на церемониях награждения в конце каждого соревнования.
- Инструктаж судей проводится с личным присутствием или виртуально. Все зарегистрированные судьи должны изучить все учебные материалы, указанные ФИЖ, на соответствующих онлайн-платформах. Регистрируясь в качестве судьи, судья соглашается с тем, что его/ее участие в образовательной программе будет контролироваться, и что неучастие может привести к отстранению от судейства.

6. ПОДСЧЕТ ОКОНЧАТЕЛЬНОЙ ОЦЕНКИ

- 6.1. Правила определения **окончательной оценки** одинаковы для всех видов соревнований (*Многоборье в Групповых упражнениях, Финалы в Групповых упражнениях*).
- 6.2. Окончательная оценка в упражнении определяется путем сложения оценок D, A и E. Сбавки (если есть) вычитаются из окончательной оценки.

7. ПРОТЕСТЫ ПО ОЦЕНКАМ

См. *Технический Регламент*, Раздел 1, ст. 8.5.

8. ВЫХОД НА ПЛОЩАДКУ

- 8.1. Группы должны выходить на площадку быстрым маршем без музыкального сопровождения и сразу же принимать стартовое положение.



Сбавка: 0,50 балла за невыполнение этого правила

9. ПЛОЩАДКА

- 9.1. Обязательно наличие ковра размером 13 X 13 м (**внешняя сторона линии**). Обязательно соответствие рабочего покрытия стандартам ФИЖ (см. *Технический Регламент*, Раздел 1).

- 9.2. Выход за пределы установленной регламентом площадки любой части тела или предмета с **касанием** вне площадки наказываются сбавкой.



Сбавка судьи на Линии: 0.30 балла каждый раз за каждой гимнастку и за каждый предмет.

- 9.3. Выход за пределы установленной регламентом площадки гимнастки или предмета наказываются сбавкой:

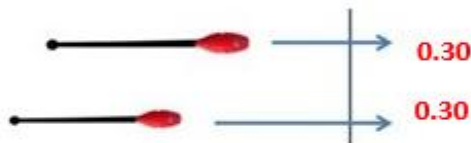


Сбавка судьи на Линии: 0.30 балла каждый раз за каждую гимнастку и за каждый предмет

9.4. Несколько предметов выходят за пределы площадки:

9.4.1. Последовательный выход обеих Булав за обозначенные пределы площадки

Сбавка Судьи на Линии: 0.30 балла за 1-ую Булаву + 0.30 балла за 2-ую Булаву



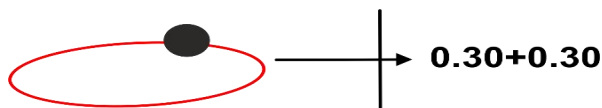
9.4.2. Одновременная потеря 2 Булав (соединенных или несоединенных) одной и той же гимнасткой с одновременным выходом за пределы площадки за одну и ту же линию:

Сбавка Судьи на Линии: 0.30 балла 1 раз, как за 1 предмет



9.4.3. Одновременная потеря 2 или более предметов (одинаковых или разных), с одновременным выходом за пределы площадки за разные линии или разными гимнастками:

Сбавка Судьи на Линии: 0.30 балла за каждый предмет



9.4.4. Одновременная потеря 2 или более скреплённых между собой предметов (предметы одного типа или разных типов) с выходом предметов за пределы площадки:

Сбавка Судьи на Линии: 0.30 балла 1 раз, как за 1 предмет



9.5. В Групповых упражнениях нет сбавки Судьи на линии в следующих случаях:

- Если предмет и/или гимнастка касаются линии
- Если предмет выходит за пределы площадки без касания пола
- непригодный предмет удаляется за пределы площадки
- Сломанный предмет удаляется за пределы площадки
- 2-ая Булава намеренно удалена из пределов площадки, чтобы взять пару запасных Булав
- Предмет, который был заменен (более не используется), удалён за пределы площадки
- Предмет застрял в потолке (конструкциях, прожекторах, табло и т. п.)
- Судья на линии должен отслеживать и применять сбавки за любое пересечение линии до последнего движения последней гимнастки в группе: Сбавка за пересечение линии не применяется после последнего движения, даже если музыка все еще играет.

В остальных случаях сбавки применяются в соответствии с п. 9.2. – 9.4.

9.6. Все упражнения должны полностью выполняться в пределах обозначенной площадки:

- 9.6.1.** Любая Трудность или компонент Артистизма, которая начата вне пределов площадки, не будет оцениваться
- 9.6.2.** Если Трудность или компонент Артистизма начата в пределах площадки и завершена вне пределов площадки, то такая Трудность будет оценена.
- 9.6.3.** Сбавки в Исполнении и Артистизме применяются на протяжении всего упражнения, включая все движения вне пределов площадки.

10. ПРЕРЫВАНИЕ УПРАЖНЕНИЯ

10.1. Если группа **прекращает упражнение** из-за сломанного предмета (11.4.2) или предмета, застрявшего в потолке (п. 11.4.4), из-за несоответствия или проблем с музыкой (п. 13.4), из-за травмы или по другим непредвиденным причинам (п. 2.2.2), то упражнение будет оцениваться следующим образом:

- Трудности, уже выполненные правильным способом, будут засчитаны, включая все соответствующие сбавки за отсутствие компонентов Трудности
- Сбавка за Артистизм = 10.00
- Сбавка за Исполнение = 10.00
- Сбавки Хронометриста применяются в соответствии с продолжительностью выполненного упражнения
- Сбавка Судьи на линии за покидание пределов площадки не применяется, если упражнение было прервано.

11. ПРЕДМЕТЫ

11.1. Нормы и контроль

11.1.1. Нормы и характеристики всех предметов изложены в *Нормах ФИЖ по Предметам*.

11.1.2. Каждый предмет, используемый каждой гимнасткой Группы, должен иметь логотип производителя и отметку 'FIG approved logo' в определенном для данного предмета месте. Группам не разрешается выступать с предметами без утвержденных таким образом обозначений. За выступление с неразрешенными предметами упражнение не будет оценено (0.00).

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

11.1.4. По требованию Президента Верховного Жюри, каждый предмет может быть проверен до входа группы в зал соревнований, либо контроль может быть произведен после окончания упражнения, либо проводится выборочная проверка предметов согласно жеребьевке.

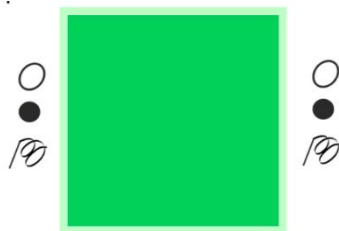
11.2. Запасные предметы

11.2.1. Обязательно размещение вокруг официальной площадки полного набора запасных предметов, используемых группой в соревновании.

11.2.2. Оргкомитет должен разместить 2 комплекта одинаковых предметов (полный комплект предметов, необходимых гимнасткам группы в соревнованиях) вдоль двух сторон ковра для использования любой группой.

11.2.3. Свободной от предметов остаются линия официальной площадки непосредственно перед судьями и линия официальной площадки для входа и выхода на ковер. Комплекты предметов размещаются отдельно.

Пример:



11.2.4. Если во время упражнения предмет потерян и вышел за пределы официальной площадки (сбавка судьи на Линии, см. п. 9.3), гимнастка **может** использовать запасной предмет (нет сбавки).

11.2.5. Группа может использовать только тот запасной предмет, который был размещён за пределами площадки до начала упражнения. Группа может также снова взять свой предмет после использования запасного предмета.



Сбавка Судьи на Линии: 0.50 балла за использование предмета, не размещенного за линией заранее до начала упражнения.

11.2.6. Группа может использовать максимум запасных предметов, размещенных Оргкомитетом за линией официальной площадки со всеми соответствующими сбавками. Пример: 2 Обруча размещены Оргкомитетом, как показано на рисунке выше. Группа может использовать оба, если необходимо, в одном и том же упражнении.

11.2.7. Не разрешается использование запасного предмета, **если предмет при падении не выходит за пределы площадки**. Группа может взять свой предмет в пределах площадки. Если группа берет запасной предмет тогда, когда собственный предмет не вышел за пределы площадки:



Сбавка: 0.50 балла за неправомерное использование запасного предмета.

11.2.8. Если при потере предмет падает и выходит за пределы площадки (сбавка судьи на Линии, п. 9.3), **а затем сам возвращается на площадку**, то группа может взять запасной предмет (нет сбавки).

11.2.9. Если группа по каким-либо причинам решает заменить предмет, то предмет, который больше не используется, должен быть за пределы площадки до конца упражнения (нет сбавки судьи на Линии). Если запасной предмет или какая-либо его часть остаются на площадке до окончания упражнения:



Сбавка: 0.30 балла за то, что запасной предмет не удален за пределы площадки

11.2.10. **Если предмет падает и выходит за пределы площадки**, а затем тренер или любое другое лицо возвращает этот предмет группе, то применяется сбавка за неправомерный возврат предмета.



Сбавка: 0.50 балла за неправомерный возврат предмета.

Пояснения / Примеры	
Ситуация	Оценивание
<ul style="list-style-type: none"> • Гимнастка теряет предмет, и он выходит за пределы площадки. • Гимнастка берет запасной предмет. • Потерянный предмет возвращается обратно на площадку. • Гимнастка не убирает вернувшийся предмет с площадки. 	<ul style="list-style-type: none"> • Судья Исполнения: 1,00 1 раз за потерю предмета. • Судья на линии: 0,30 за потерянный предмет, покинувший площадку. • Ответственный судья: 0.30 за неубранный предмет, который вернулся на площадку.
<ul style="list-style-type: none"> • Гимнастка теряет предмет, и он выкатывается за пределы площадки. • Гимнастка берет запасной предмет. • Потерянный предмет закатывается обратно на площадку. • Гимнастка убирает вернувшийся предмет с площадки и продолжает работу с запасным предметом. 	<ul style="list-style-type: none"> • Судья Исполнения: 1,00 1 раз за потерю предмета. • Судья на линии: 0,30 за потерянный предмет, покинувший площадку. • Ответственный судья: нет сбавки.
<ul style="list-style-type: none"> • Гимнастка теряет предмет, и он выкатывается за пределы площадки. • Гимнастка берет запасной предмет. • Потерянный предмет закатывается обратно на площадку. • Гимнастка берет свой собственный предмет обратно и убирает с площадки запасной предмет. 	<ul style="list-style-type: none"> • Судья Исполнения: 1,00 1 раз за потерю предмета. • Судья на линии: 0,30 за потерянный предмет, покинувший площадку. • Ответственный судья: нет сбавки.
<ul style="list-style-type: none"> • Гимнастка теряет предмет, и он выкатывается за пределы площадки. • Потерянный предмет сам возвращается на ковер • Гимнастка берет запасной предмет. • Гимнастка удаляет вернувшийся предмет с площадки и продолжает упражнение с запасным предметом 	<ul style="list-style-type: none"> • Судья Исполнения: 1,00 1 раз за потерю предмета. • Судья на линии: 0,30 за потерянный предмет, покинувший площадку. • Ответственный судья: нет сбавки.

11.3. непригодный предмет

11.3.1. Если до начала упражнения гимнастка решит, что ее предмет непригоден (**например**, имеется узел на Ленте), **то она может взять запасной предмет**, который будет считаться одним из запасных предметов, разрешенных для использования (нет сбавки).

11.3.2. Судья-Хронометрист запускает секундомер, когда группа готовится принять исходное положение, для контроля возможной задержки по времени.

11.3.3. Если группа **задерживает** соревнования более чем на 30 секунд, (**например**, пытается распутать узел на Ленте) перед тем, как решает взять запасной предмет, то:



Сбавка Судьи-Хронометриста: 0.50 балла за слишком долгую подготовку к упражнению, которая приводит к задержке соревнований

11.3.4. Если **во время упражнения** предмет становится **непригоден** (материал Ленты застрял в креплении палочки, узел(ы), которые не развязываются и т.п.), то гимнастка может взять запасной предмет (нет сбавки). Нет сбавок ни судьи на Линии, ни судьи Исполнения за намеренный вынос непригодного предмета за пределы площадки.

11.4. Предмет ломается или зацепляется за конструкцию потолка

- 11.4.1. Если во время упражнения предмет **ломается**, группа не будет наказана за это сбавками; сбавки могут быть применены только лишь за последствия (возможные технические ошибки).
- 11.4.2. Если во время упражнения предмет ломается, то группе не разрешается начать упражнение снова. В этом случае группа может:
- Удалить сломанный предмет за пределы площадки (нет сбавки ни судьи на Линии, ни судей Исполнения) и продолжить упражнение с запасным предметом (нет сбавки)
 - Прекратить выполнение упражнения (см. п. 10, Прерывание упражнения).
- 11.4.3. Если предмет **застрял** в потолке во время упражнения, то группа не будет наказана за это сбавками; сбавки могут быть применены только лишь за последствия (возможные технические ошибки).
- 11.4.4. Если предмет застрял в потолке во время упражнения, то не разрешается начать упражнение снова. В этом случае группа может:
- Продолжить упражнение с запасным предметом (нет сбавки).
 - Прекратить выполнение упражнения (см. п. 10, Прерывание упражнения).
- 11.4.5. Если группа **прекращает** упражнение из-за сломанного предмета или предмета, застрявшего в потолке **в конце упражнения (последнее движение)**, то упражнение будет оценено следующим образом:
- Трудности, уже выполненные правильным способом, будут засчитаны
 - Будут применены соответствующие сбавки за Артистизм
 - В Исполнении будут применены все сбавки за время упражнения, включая «потерю предмета в конце упражнения» (нет контакта с предметом).
- 11.4.6. Если **запасной предмет** сломался во время упражнения, то группа должна взять 2-ой запасной предмет и продолжить упражнение до конца. Если Президент Верховного Жюри подтвердит проблему, группа, возможно, будет повторно вызвана на ковер и выполнит упражнение еще раз в конце потока либо в назначенное время (или, при необходимости, в соответствии с решением Президента Верховного Жюри). Если Президент Верховного Жюри не подтвердит это, упражнение будет оцениваться так, как оно было выполнено.

12. СПОРТИВНАЯ ОДЕЖДА ГИМНАСТОК

12.1. Требования к спортивной одежде

12.1.1. Специфика группового упражнения

- Купальники гимнасток группы должны быть одинаковыми (из одного материала, фасона, дизайна и цвета). Если купальник сшит из материала с рисунком, допускаются некоторые незначительные отличия из-за покроя.
- Гимнастические тапочки групповых гимнасток должны быть одинакового цвета.

12.1.2. Требования к купальнику

- Купальник должен быть корректным и **непрозрачным**; под кружевными прозрачными вставками должна быть подкладка (зона туловища до груди).
- Купальник должен **хорошо облегать фигуру**, чтобы дать возможность судьям оценивать правильное положение разных частей тела.
- **Вырез** спереди и сзади купальника должен быть не ниже половины грудины и нижней линии лопаток.
- Вырез купальника в **верхней части ног** не должен быть выше паховой складки и не должен быть ниже уровня промежности.

- Область таза/промежности и ягодицы, впереди вплоть до верхней линии тазобедренных костей (для справки: передняя верхняя подвздошная ость), должны быть покрыты непрозрачным материалом, не телесного цвета.
 - Допускается наличие по бокам небольшой прозрачной/телесного цвета области для соединения/декорирования, если соблюдается следующее:
 - Требуется сплошное цветное соединение между передней и задней частями купальника.
 - Соединение может быть выполнено из ткани или аппликаций, но должно создавать впечатление цельного материала (а не отдельных кусков).
 - Соединение должно быть на уровне тазобедренных костей или ниже.
 - Технический Комитет рекомендует, чтобы вся область таза/промежности была покрыта непрозрачным материалом, не телесного цвета.

12.1.3. Рукава

- Купальник может быть как с рукавами любой длины, так и без рукавов. Также допускаются узкие бретельки.
- Рукава могут быть изготовлены из прозрачного материала.
- Все части рукавов должны быть плотно подогнаны и прилегать.

12.1.4. Ноги

- Разрешается надевать колготки в полный рост поверх купальников, колготки в полный рост под купальники, полностью комбинированные купальники в полный рост (комбинезоны) или выступать с голыми ногами.
- Шорты, колготки средней длины и тому подобное не допускаются.
- Цвета ткани, покрывающей штанины, и длина основного цвета(ов) должны быть одинаковыми на обеих ногах. Отличаться может только стиль (детали покроя или украшения).

12.1.5. Юбка

- Поверх купальников, колготок или комбинезона допускается юбка, которая не опускается ниже области таза.
- Фасон юбки (покрой или украшения) свободный, но внешний вид балетной «пачки» запрещен.
- Юбка должна быть прочно прикреплена к талии купальника (не может быть отдельной деталью).

12.1.6. Дизайн

- Дизайн, содержащий слова или символы, разрешен, если он соответствует Правилам рекламы на одежде для соревнований ФИЖ и Правилам судейства, п. 12.
- Допускаются декоративные аппликации или детали на одежде для соревнований:
 - Декоративные детали не должны ставить под угрозу безопасность гимнастики.
 - Запрещается украшать изделие светодиодами (LED).
 - Все аппликации должны плотно прилегать к материалу, когда костюм неподвижен (они не должны слишком выступать).

12.1.7. Аксессуары

- Нижнее белье, надетое под купальник, не должно быть видно за швами самого купальника.
- За исключением (возможно) колготок, купальники должны быть цельными. Не допускаются купальники и отдельные дополнительные «носки», «перчатки», «декоративные гетры», пояс и т.д.

- 12.1.8. Все купальники будут проверены перед входом гимнастки в зал соревнований. Возможны дополнительные проверки. Если спортивная форма гимнастки не соответствует требованиям, то будет применена сбавка:



Сбавка: 0,30 если это правило не выполняется, и 1 или более гимнасток не соответствуют правилам

12.2. Гимнастки могут выполнять упражнение **босиком или в гимнастических тапочках**; сбавка Ответственного Судьи не применяется, если во время соревнований гимнастка случайно теряет тапочек(ки).

12.3. Не допускаются крупные ювелирные украшения или пирсинг, представляющие риск для безопасности гимнасток. Разрешены только небольшие прилегающие серьги, прилегающий пирсинг разрешен.



Сбавка: 0,30, 1 раз для группы, если это правило не выполняется

12.4. Прическа должна быть аккуратной и компактной, без громоздких дополнительных украшений. Декоративные детали допускаются, но они не должны быть громоздкими и/или опасными для гимнасток. Украшения для волос должны располагаться компактно к волосам/близко к пучку, не сползая на кожу. Запрещается поправлять причёску во время упражнения.



Сбавка: 0,30, 1 раз для группы, если это правило не выполняется

12.5. Макияж должен быть легким и четким – театральный грим не допускается. Запрещено поправлять макияж во время упражнения.



Сбавка: 0,30, 1 раз для группы, если это правило не выполняется

12.6. Не соответствующая официальным нормам соревнований эмблема или реклама:



Сбавка: 0,30. 1 раз для группы, если это правило не выполняется

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



Сбавка: 0,30. 1 раз для группы, если это правило не выполняется

13. ТРЕБОВАНИЯ К МУЗЫКАЛЬНОМУ АККОМПАНеМЕНТУ

13.1. Каждое упражнение полностью должно выполняться под музыку. Если музыка по какой-либо причине прекращается, группа должна прекратить упражнение (см. п. 13.4). Упражнение, в котором музыка пропадает (технические проблемы) в одной или нескольких частях, не оценивается.

13.2. Может быть дан звуковой сигнал до начала музыки.

13.3. Для музыки каждого упражнения должен использоваться отдельный высококачественный USB или музыка загружается из Интернета в соответствии с *Рабочим Планом и Директивами официальных Чемпионатов или соревнований ФИЖ*. Если местный Оргкомитет требует загрузки музыки в цифровом виде, то все участвующие национальные федерации оставляют за собой право использовать на соревнованиях USB.

На каждом USB должна быть записана следующая информация:

- Национальная федерация (3 заглавные буквы, используемые ФИЖ для обозначения Национальной федерации, которую представляет группа)
- Названия предметов

13.4. В случае воспроизведения «неправильной» музыки (не соответствующей упражнению или искажённой музыки и т. п.) группа должна немедленно прекратить выполнять упражнение, как только она поймёт, что музыка не соответствует её упражнению. Протесты по несоответствию музыки после окончания упражнения не принимаются.

13.4.1. Если играет неправильная музыка или группа не расслышала начала музыки:

- Группа может остановиться на площадке, вернуться в исходное положение и немедленно выполнить упражнение под правильную музыку.
- Если правильная музыка не будет доступна немедленно, диктор попросит группу покинуть площадку, и группа будет вызвана повторно, когда музыка будет доступна.

13.4.2. Если после некоторого времени выполнения возникают проблемы с музыкой, и музыка полностью исчезает:

- Группа должна прекратить упражнение и покинуть площадку.
- Если группа продолжит упражнение без музыки, Президент Верховного Жюри даст сигнал прекратить упражнение.
- После утверждения Президентом Верховного Жюри, группа будет объявлена повторно и немедленно выполнит упражнение снова.
- Если Президент Верховного Жюри не утвердит, упражнение будет оценено, как прерванное упражнение (см. п. 10).

13.4.3. Если после некоторого времени выполнения упражнения возникают временные проблемы с музыкой (искажения, короткие перерывы и т.д.):

- Группа может выбрать завершить упражнение, выполняя его под искаженную музыку, и получить соответствующую оценку, ИЛИ
- Группа может прекратить упражнение и покинуть площадку.
- После утверждения Президентом Верховного Жюри, группа будет объявлена повторно и немедленно выполнит упражнение снова.
- Если Президент Верховного Жюри не утвердит, упражнение будет оцениваться как прерванное упражнение (см. п. 10).

14. ДИСЦИПЛИНА ГИМНАСТОК

14.1. Гимнастки группы должны являться на место соревнований только после их вызова или через микрофон или когда загорается зеленый сигнал. В случае задержки Президент Верховного Жюри выясняет ее причину (организационные проблемы или дисциплинированность гимнастки).



Сбавка: 0.50 за слишком ранний (до вызова) или поздний выход гимнасток (ошибки организаторов или дисциплина гимнасток).

14.2. Разминки **в зале соревнований** запрещены. Возвращение на ковер после окончания упражнения запрещено.



Сбавка: 0.50 балла если это правило не соблюдается

14.3. **За несоответствие выбранного предмета** стартовому порядку, производится следующее: Группу попросят покинуть площадку, и она выступит позднее, в соответствии со своим стартовым порядком для правильного / утвержденного расписанием предмета. Пропущенное упражнение будет выполнено в конце потока.



Сбавка: 0.50 балла (сбавка вычитается из пропущенного упражнения)

14.4. Группы могут повторять упражнения только при чрезвычайных «форс-мажорных» обстоятельствах (по вине Оргкомитета) и с разрешения Президента Верховного Жюри. Пример: сбой электропитания, сбой музыкальной системы и т.п.

14.5. Во время упражнения гимнастки группы не могут переговариваться друг с другом.



Сбавка: 0.50 балла, если это правило не выполняется

15. ДИСЦИПЛИНА ТРЕНЕРОВ

15.1. Во время выполнения упражнения тренеру группы (или любому другому члену делегации) не разрешается никаким образом общаться с гимнастками, музыкантами или судьями. Тренеры должны оставаться в зоне, обозначенной Оргкомитетом.



Сбавка: 0.50 балла, если это правило не выполняется


16. СБАВКИ, ПРИМЕНЯЕМЫЕ СУДЬЕЙ-ХРОНОМЕТРИСТОМ, СУДЬЕЙ НА ЛИНИИ И ОТВЕТСТВЕННЫМ СУДЬЕЙ

Сумма этих сбавок вычитается из Окончательной оценки

Сбавки Судьи-Хронометриста		
1	За каждую лишнюю или недостающую секунду во время выполнения упражнения (считается интервалами по полной секунде)	0.05
2	За продолжительную задержку при подготовке к упражнению, которая задерживает соревнования (более 30 сек.)	0.50
Сбавки Судьи на Линии		
1	За каждый выход за пределы площадки с касанием вне площадки: предмета или какой-либо части тела	0.30
2	Гимнастка или предмет выходят за пределы площадки	0.30
3	Гимнастка заканчивает упражнение за пределами площадки	0.30
Сбавки Ответственного Судьи		
1	За использование запасного предмета, который ранее не был размещён за пределами площадки (сбавки нет, если группа использует свой потерянный предмет)	0.50
2	За неразрешенное использование запасного предмета, если упавший предмет остается на площадке	0.50
3	Запасной предмет, или какая – либо его часть остается на площадке до конца упражнения	0.30
4	За неразрешенный возврат предмета и его использование	0.50
5	Не соответствующая регламенту спортивная форма гимнасток (1 раз)	0.30
6	Использование запрещённых ювелирных украшений или пирсинга (1 раз)	0.30
7	Причёска не соответствует официальным нормам (1 раз)	0.30
8	Макияж не соответствует официальным нормам (1 раз)	0.30
9	Не соответствующая официальным нормам эмблема и реклама (1 раз)	0.30
10	Не соответствующий регламенту бинт (бандаж) или другой перевязочный материал (1 раз)	0.30
11	Слишком ранний или поздний выход на площадку	0.50
12	Разминка гимнастки(ок) в зале соревнований	0.50
13	Неправильно выбранный предмет, не соответствующий стартовому порядку; сбавка вычитается 1 раз из окончательной оценки упражнения, выполненного в неправильном порядке	0.50
14	Выход группы на площадку не соответствует правилам	0.50
15	За разговоры гимнасток группы между собой во время упражнения	0.50
16	За уход гимнастки группы с ковра во время упражнения	0.30
17	За дисциплину тренера	0.50

1. ОБЗОР ТРУДНОСТИ

- 1.1. Группа должна выполнять только элементы, которые она может выполнить безопасно и с высокой степенью эстетической и технической квалификации.
- 1.2. Очень плохо исполненные элементы не будут оценены Судьями Трудности (D) и будут наказаны Сбавкой Судей Исполнения (E).
- 1.3. Элемент, не содержащийся в Таблице Трудностей и не признаваемый бригадой D, не имеет ценности.
- 1.4. Существуют 2 компонента Трудности:
 - Трудность тела (DB), которая включает:
 - Трудность тела (DB) без Обмена
 - Трудность с Обменом (DE)
 - Динамические элементы с Вращением (R)
 - Трудность предмета (DA), которая включает:
 - Трудность с Сотрудничеством (DC)
- 1.5. Компоненты Трудности, свойственные только групповым упражнениям:
 - Обмены (DE) предметами между гимнастками
 - Сотрудничества (DC) между гимнастками и предметами
- 1.6. Требования к Трудности:

Компоненты Трудности			
Трудность тела (DB)		Трудность предмета (DA)	
Максимум 9 DB/DE (1 на выбор) (в порядке выполнения)			
Трудность без Обмена (DB)	Трудность с Обменом (DE)		
Минимум 4 Максимум 5	Минимум 4 Максимум 5	Трудность с Сотрудничеством (DC) Минимум 9 Максимум 14 (в порядке выполнения)	
Динамические элементы с вращением (R)			
Максимум 1			
Особые требования		Особые требования	
Группы Трудности тела:		Сотрудничества:	
Прыжки		Минимум 1	СС: Минимум 3
Равновесия		Минимум 1	CR: Минимум 3
Вращения		Минимум 1	Броски/ловли нескольких предметов: Минимум 3

- 1.7. Судьи Трудности идентифицируют и регистрируют Трудности в порядке их исполнения, независимо от того, действительны они или нет:
 - 1-ая подгруппа Судей D (DB) оценивает количество и ценность Трудностей без обмена DB, количество и ценность Трудностей с обменом DE, количество и ценность Динамических элементов с Вращением R, и записывает все элементы с помощью символов.

- 2-ая подгруппа Судей **D (DA)** оценивает количество и ценность Трудностей с Сотрудничеством **DC**, наличие требуемого минимума типов Сотрудничества, и записывает все элементы с помощью символов.

1.8. Порядок исполнения Трудностей – свободный. Однако, расположение Трудностей должно быть организовано в соответствии с принципами Артистизма (см. раздел Артистизма).

2. ТРУДНОСТЬ ТЕЛА (DB)

2.1. Дефиниция:

2.1.1. Элементы **DB** - Прыжки, Равновесия, Вращения содержатся в Таблицах Трудностей (см. Индивидуальные упражнения, Трудность, № 9, 11, 13) в Правилах соревнований (\wedge , T, \circ).

2.1.2. Все элементы Трудности **DB** для индивидуальных упражнений действительны также и для групповых упражнений.

2.1.3. В случае разночтений между текстовым описанием и рисунками в таблицах, приоритет имеет **текст**.

2.2 Процедура принятия новых Трудностей тела DB:

См. Трудность в Индивидуальных упражнениях, п. 2.2.

2.3. Требования:

2.3.1. **Оцениваются в порядке выполнения минимум 4, максимум 5 Трудностей DB, включая Трудности ценностью 0,10, используемые в S, любые DB ценностью 0,20 или более, используемые в R, и любые DB, используемые в DE.**

2.3.2. Если группа выполняет **более чем 5** элементов DB, будут оцениваться только 1-ые 5 в порядке выполнения. Дополнительная DB сверх лимита засчитываться не будет (нет сбавки).

2.3.3. Если группа выполняет **менее 4 DB** (без попытки выполнения, либо без выполнения всеми 5 гимнастками), то применяется **сбавка 0,30** (за исключением случаев, когда ошибки Исполнения мешают 1 – 2 гимнасткам участвовать в их выполнении)

2.3.4. DB должна быть выполнена всеми 5 гимнастками, чтобы быть засчитанной. Трудности не будут считаться действительными, если их выполняют не все 5 гимнасток, либо из-за ошибки в композиции, либо из-за любой технической ошибки 1 или более гимнасток.

2.3.5. В групповом упражнении 1 - 2 гимнастки могут выполнять 1 или более DB с целью улучшения хореографии или поддержки артистической структуры композиции (например, во время Сотрудничества, во время соединения элементов). Эти DB не записываются и не оцениваются как DB. DB, выполняемая 3 или более гимнастками, регистрируется как попытка выполнения DB.

2.3.6. DB может быть выполнена:

- одновременно или в очень быстрой последовательности
- 5 гимнастками вместе или в подгруппах
- с одинаковыми или разными типами и ценностью для 5 гимнасток

2.3.7. **Минимум 1 элемент** каждой «Группы Трудностей тела» должен присутствовать и выполняться одновременно всеми 5 гимнастками в числе **9 Трудностей**:

- Прыжки \wedge

- Равновесия Т
- Вращения ⚙

2.3.7.1. Эти требуемые Трудности (минимум по 1 из каждой группы) должны быть **изолированными** (не в R и не в DE).

2.3.7.2. За каждую «Группу Трудности тела», не выполненную вообще, не выполненную изолировано или не выполненную одновременно всеми 5 гимнастками (за исключением случаев, когда ошибки в Исполнении приводят к тому, что 1 - 2 гимнастки не участвуют в исполнении): Трудность может быть засчитана, если она исполняется всеми 5 гимнастками в соответствии с дефиницией, но со сбавкой:



Сбавка: 0.30 за каждую отсутствующую «Группу Трудностей тела»

2.3.8. DB, не используемые для выполнения требований для «Групп Трудностей тела» могут быть выполнены:

- Одновременно
- В быстрой последовательности
- В подгруппах
- В R
- В DE

Разъяснения / Примеры	
Если в упражнении 3 DB и 6 DE (всего 9 Трудностей), будет ли сбавка за выполнение менее 4 DB и какие Трудности засчитываются?	Да, будет сбавка 0.30 за присутствие менее 4 DB . Возможна также сбавка 0,30 за отсутствующую «Группу Трудностей тела» (2.3.7.2). Только максимум 5 DE в порядке выполнения могут быть оценены.
Если DB выполнена в быстрой последовательности или в подгруппах, будет ли сбавка?	В пункте 2.3.7 указано, что минимум 1 элемент из каждой «Группы Трудности тела» должен присутствовать и выполняться одновременно всеми 5 гимнастками; они не могут выполняться в подгруппах. Сбавка 0,30, если это требование не будет выполнено. Если каждая «Группа Трудности тела» представлена изолированно в других частях упражнения, то не будет никакой сбавки за DB в быстрой последовательности и подгруппах.

2.3.9. **Одновременное выполнение 3 и более** разных DB всеми 5 гимнастками не допускается. В этом случае DB не засчитывается, так как считается попыткой выполнения.

Разъяснения / примеры
3 разные DB , выполненные одновременно, не разрешаются. Пример: <ul style="list-style-type: none"> • 3 гимнастки: прыжок в шпагат • 1 гимнастка: прыжок «Казак» • 1 гимнастка: поворот аттитюд



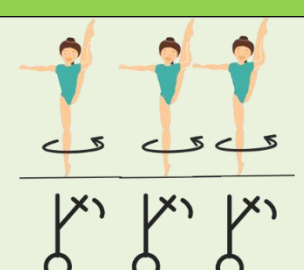

2.4. Одинаковые и разные Трудности

2.4.1. Каждая ячейка Таблиц (См. Индивидуальные упражнения, Трудность, №9, 11 и 13) содержит разные Трудности тела. Каждый рисунок в **одной и той же ячейке** соответствует **одной и той же** Трудности.

2.4.2. Каждая Трудность тела **DB** (в каждой ячейке) засчитывается только 1 раз. Если Трудность **DB** повторяется, то она **не засчитывается** (нет сбавки).

Разъяснения / Примеры	
<p>Что, если гимнастка попытается принять форму DB, но потеряет равновесие и опустит ногу, или попытается поймать свою ногу, но не сможет удержать ногу и попытается во второй раз?</p>	<p>Если гимнастка допускает техническую ошибку в подготовке и немедленно возобновляет подготовку, это не является повторением, и 2-ая попытка оценивается.</p>

- 2.4.3. Возможно выполнение 2 и более идентичных (одинаковой формы) Прыжков или Поворотов в **Серии**. «Одинаковая Трудность» – это содержимое одной той же ячейки Таблиц (№ 9, 11, 13).
- **Каждый** Прыжок или Поворот в серии оценивается отдельно
 - **Каждый** Прыжок или Поворот в серии засчитывается как 1 Трудность Прыжка или Поворота.

Разъяснения / Примеры	
<p>Одинаковые DB: Эта группа рисунков может быть использована только 1 раз в одном упражнении (изолированно или в серии). Разные DB: каждый из этих рисунков может быть использован в одном и том же упражнении.</p>	
Изолированные DB	
	<p>Одинаковые DB (одна ячейка)</p>
	<p>Разные DB (разные ячейки)</p>
Серии DB	
	<p>Одна ячейка: Серия засчитывается</p>
	<p>Одна ячейка: Серия засчитывается</p>

2.5. Ценность

- 2.5.1. **Трудность тела DB** засчитывается, если она выполняется в соответствии с техническими требованиями Таблиц Трудностей (№ 9, 11, 13).
- 2.5.2. Самая низкая ценность **DB**, выполненной 1 гимнасткой, определяет ценность **DB** для группы.

2.5.3. Ценность VD определяется формой тела, которая была представлена: для того, чтобы быть засчитанной, все **DB** должны быть выполнены **с фиксированной и определённой формой**. Это значит, что туловище, ноги и все соответствующие части тела находятся в правильных положениях, означающих правильную форму **DB**.

Примеры:

- положение шпагата 180°
- касание любой части ноги в Трудностях с прогибом туловища назад
- положение замкнутого кольца
- положение подбива
- и т.п.

2.5.4. Если форма определяется **с малым отклонением** (10° или менее) одной или более частей тела, то **DB** засчитывается со Сбавкой в Исполнении (См. Исполнение, п. 2.1.3.)



Сбавка: 0.10 за небольшое отклонение от формы за каждое неправильное положение части тела.

2.5.5. Если форма определяется **со средним отклонением** (11° – 20°) одной или более частей тела, то **DB** засчитывается со Сбавкой в Исполнении (См. Исполнение, п. 2.1.3.)



Сбавка: 0.30 за среднее отклонение от формы за каждое неправильное положение части тела.

2.5.6. Если форма в общем не определяется **с большим отклонением** (более 20°) одной или более частей тела, то **DB не засчитывается**, со Сбавкой в Исполнении (См. Исполнение, п. 2.1.3.)



Сбавка: 0.50 за большое отклонение от формы за каждое неправильное положение части тела.

2.5.7. Исключение: критерий «прогиб туловища назад», выполненный во время Трудности тела с большим отклонением будет наказан сбавкой в Исполнении, но базовая ценность Трудности тела может быть засчитана, если она содержится в Таблице без «прогиба назад» и выполнена в соответствии с базовыми характеристиками.

2.5.8. Если **DB** выполняется всеми 5 гимнастками с малым или средним отклонением каждой гимнастики, дается ценность Трудности. Однако, если **DB** недостаточно распознаваема с большим отклонением (у 1 или более гимнасток), то Трудность недействительна.

Разъяснения / Примеры	
Как Судьи различат разницу между 10° и 11°?	Углы используются только как ориентиры, рекомендации: Судьи научатся оперировать понятиями малых, средних и больших сбавок

2.6. Требования к работе предмета

2.6.1. Каждая **DB** должна быть выполнена с минимум 1 Техническим элементом предмета в соответствии с дефиницией в Таблицах (см. п. 3.3 - 3.4.)

2.6.2. **DB** находится в соединении с техническим элементом предмета, **если элемент выполняется в начале, во время или ближе к концу Трудности.**

Разъяснения / Примеры	
Что значит «в начале» и что значит «ближе к концу» прыжка?	Прыжок начинается, когда гимнастка теряет контакт с полом. «Ближе к концу» — это последняя часть фазы полета. Когда гимнастка восстанавливает контакт с полом, Трудность завершена.

<p>Что значит «в начале» и что значит «ближе к концу» равновесия?</p>	<p>Равновесие (за исключением Динамических) начинается в тот момент, когда гимнастка достигает требуемой формы. «Ближе к концу» — это последний момент, когда гимнастка все еще находится в требуемой форме и все еще находится на релеве (если равновесие выполняется на релеве).</p> <p>Когда гимнастка покидает форму или релеве (если равновесие выполняется на релеве), Трудность завершена.</p> <p>Динамическое равновесие начинается с начала первого движения и заканчивается окончанием последнего движения.</p> <p>Когда гимнастка снова встает на обе ноги или ложится, Динамическое равновесие завершено.</p>
<p>Что значит «в начале» и что значит «ближе к концу» вращения?</p>	<p>Вращение в фиксированной форме начинается в тот момент, когда гимнастка достигает требуемой формы. «Ближе к концу» — это последний отрезок времени, в течение которого гимнастка все еще находится в требуемой форме и все еще находится на релеве (если вращение определено на релеве).</p> <p>Когда гимнастка покидает форму или релеве (если вращение определено в релеве), Трудность заканчивается.</p> <p>Другие типы вращений начинаются с начала первого движения и заканчиваются окончанием последнего движения.</p> <p>Когда гимнастка перестает вращаться или снова встает на обе ноги, Трудность заканчивается.</p>

2.6.3. Изолированная DB под полетом предмета во время высокого броска или Бумеранга действительна в соответствии со следующим:

- Изолированная **DB** под полетом предмета во время высокого броска или Бумеранга действительна в упражнении, если она выполняется гимнасткой в соответствии с базовыми характеристиками, необходимыми для того, чтобы она была засчитана.
- Изолированная **DB**, выполненная под малым броском, не засчитывается.
- Изолированная **DB** «под полетом предмета» – это разновидность работы предмета, и поэтому она может быть выполнена только один раз в каждом упражнении, независимо от типа броска/бумеранга.
- Если изолированная **DB** выполняется под полетом предмета, то нельзя выполнить другую **DB** **любой ценности** с этим броском и/или ловлей. Только 1-ая **DB** будет оценена.
- Если **предмет потерян** после **DB** под полетом предмета, **DB** не засчитывается.

2.6.4. Серия Прыжков (с вращением или без) **с 1 Трудностью под полетом:**

- Включает бросок предмета во время 1-ой **DB**, 2-ая **DB** во время полета предмета и ловлю во время 3-ей **DB**, выполняемых только 1 раз в каждом упражнении, независимо от типа броска.
- Если предмет потерян во время 3-ей **DB** серии, то не засчитываются ни **DB** во время полёта, ни **DB** во время ловли. Действительна только 1-ая **DB**, выполненная во время броска предмета.
- Если предмет пойман до или после 3-ей **DB** серии, то не засчитываются ни **DB** во время полёта, ни **DB** во время ловли. Действительна только 1-ая **DB**, выполненная во время броска предмета.
- Серии допускаются в дополнение к изолированной **DB** при выполнении 1 раз под полётом. Это – не повтор того же технического элемента предмета **DB** под полетом.

- Любая другая конструкция, например, с 2 **ДВ** под полетом или без правильной серии, невозможна: «Под полетом» не будет засчитываться как технический элемент предмета; будут оцениваться только **ДВ** во время броска и ловли.

2.6.5. Когда каждая гимнастка выполняет по 1 техническому элементу предмета во время **ДВ**, этот элемент или любая дополнительная работа предмета может выполняться с передачей/обменом предметами между гимнастками. Этот принцип действителен только для **ДВ**, выполняемых синхронно или в отдельных подгруппах; его нельзя использовать в последовательности для создания **СС**.





Разъяснения / Примеры	
<i>Во время равновесия ДВ все гимнастки перекатывают Мячи по полу, а 1 гимнастка перекатывает Мяч партнерше</i>	<u>ДВ засчитывается:</u> <i>Все гимнастки выполняют технический элемент «перекат на полу» (он не требует возврата)</i>
<i>Во время равновесия ДВ все гимнастки отбивают Мячи партнершам. После равновесия ДВ 1 гимнастка не получает Мяч, так как другая гимнастка получила 2 Мяча.</i>	<u>ДВ не засчитывается:</u> <i>Технический элемент «отбив и возврат» не выполнен 1 гимнасткой</i>
<i>Во время ДВ с прыжком все гимнастки выполняют высокие броски обручей партнершам</i>	<u>ДВ засчитывается:</u> <i>Все гимнастки выполняют технический элемент «высокий бросок». ДВ засчитывается (см. п. 4.3)</i>
<i>Во время ДВ с прыжком все гимнастки выполняют последовательно отбивы партнершам</i>	<u>ДВ не засчитывается:</u> <i>ДВ с передачей предметов гимнасткам возможна только синхронно или в подгруппах. СС не засчитывается с ДВ (см. п. 6.6.2)</i>
<i>Во время ДВ с поворотом все гимнастки выполняют спирали, а затем 3 гимнастки последовательно выполняют эшаппе партнершам</i>	<u>ДВ засчитывается:</u> <i>Спираль делают действительной Трудность тела. СС не засчитывается с ДВ (см. п. 6.6.2)</i>

2.7. ДВ не будет засчитана в следующих случаях:

- **Не выполнена всеми 5 гимнастками**
- Существенное изменение базовых характеристик для каждой группы **ДВ**
- Потеря равновесия с опорой на 1 или 2 руки или на предмет
- Полная потеря равновесия и падение гимнастки во время выполнения **ДВ**
- Потеря предмета во время выполнения **ДВ**
- Работа с предметом, не выполненная в соответствии с дефиницией, или с одинаковым повтором (см. п. 3.6)
- Приземление на колено(и)
- Трудность началась за пределами площадки
- Какая-либо часть Трудности выполнена после окончания музыки

3. ТЕХНИЧЕСКИЕ ГРУППЫ ПРЕДМЕТОВ

3.1. Дефиниция

3.1.1. Каждый предмет ( ,  ,  , ) имеет группы Технических элементов. Каждая группа представлена в соответствующей ячейке в Таблице п. 3.3 - 3.4.

3.2. Оценивание








3.2.1. Некоторые Технические элементы предмета, которые включают в себя **два или более** обязательных действия, чтобы быть действительными (отпускание предмета в любой форме и ловля), могут сделать действительным только один элемент **DB** или одну **DA**; такие элементы включают в себя:

- Отбив Мяча
- Малый бросок / ловлю любого предмета (и все его варианты, см. п. 3.4.2)
- Отбив любого предмета (кроме Мяча) от пола
- Эшаппе Ленты или Скакалки
- Бумеранг Ленты

3.2.2. «Высокий бросок» и «ловля с высокого броска» – это две разные группы элементов предметов. Если «высокий бросок» правильно выполнен для элемента **DB** или **DA**, но последующая «Ловля с высокого броска» приводит к потере предмета, то «высокий бросок» действителен, а «Ловля с высокого броска» не засчитывается.



3.3. Сводная таблица технических групп, специфичных для каждого предмета



3.3.1. ОБРУЧ

Техническая группа предмета	
 Большой перекат Обруча через минимум 2 большие части тела	 Перекат Обруча на полу
 Вращения Обруча вокруг его оси между пальцами или вокруг / на части тела (мин. 1)	 Вращение Обруча вокруг оси на полу (мин. 1)
 Вращение Обруча вокруг кисти или вокруг части тела (мин.1)	 Скольжение Обруча по мин. 2 крупным частям тела.
 Проход через Обруч всем телом или частью тела (2 большие части тела)	

Разъяснения / Примеры:









Технические движения Обруча (с броском и без него) должны выполняться в разных плоскостях, направлениях и вокруг разных осей

	<ul style="list-style-type: none"> • Минимум 2 большие части тела: голова/шея + туловище; руки + туловище; туловище + ноги должны пройти через Обруч • Проход через Обруч может быть: всем телом туда-обратно, или только туда, или только обратно
	<p>Большой перекат: Во время большого переката Обруча необходим проход по не менее двум большим частям тела без прерывания. Пример: из правой руки в левую руку по всему телу; туловище + ноги; рука + спина и т. д.</p> <p>Примечание по большим перекатам в равновесии DB (за исключением динамических равновесий): Импульс для переката и импульс для DB могут быть даны одновременно. Ожидается, что после первоначального импульса равновесие DB будет зафиксировано на протяжении</p>

	<p>переката. Если этого нет, то критерий <i>DB</i> недействителен для большого переката <i>DA</i>, а большой перекат не является действительным Техническим элементом предмета для равновесия <i>DB</i>.</p>
	<p>Во время вращения Обруча на полу рука/пальцы гимнастки могут находиться в контакте с Обручем, либо это может быть «свободное» вращение Обруча.</p> <p><i>DB</i> может быть выполнена при придании импульса, или при проходе над Обручем, или при возврате Обруча (не с Обручем, свободно вращающимся рядом с гимнасткой, выполняющей <i>DB</i>)</p>
	<p>Перекат может быть маленьким или большим.</p> <p><i>DB</i> может выполняться при придании импульса, или при проходе над Обручем, или при возврате Обруча (не с Обручем, свободно катящимся рядом с гимнасткой, выполняющей <i>DB</i>)</p>

3.3.2. МЯЧ






Техническая группа предмета	
 <p>Большой перекат Мяча через минимум 2 большие части тела</p>	 <ul style="list-style-type: none"> • Перекат Мяча по полу (мин. 1)  <ul style="list-style-type: none"> • Серия из 3 маленьких перекатов: комбинация маленьких перекатов по телу • Серия из 3 сопровождаемых маленьких перекатов по телу
 <p>Восьмерка Мячом с круговыми движениями рук(и)</p>	 <ul style="list-style-type: none"> • Движение с «выкрутом» Мяча (мин. 1) • Вращение кисти (кистей) вокруг Мяча (мин. 2) • Свободное вращение(я) Мяча на части тела, включая кончик пальца (мин. 1)
 <p>Ловля Мяча 1 рукой</p>	 <p>После высокого броска отбив от пола и сразу же ловля разными частями тела (кроме рук)</p>
 <p>Отбивы:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Серии (мин. 3) малых отбивов от пола (ниже уровня колена) • Высокий отбив (на уровень колена или выше) от пола (мин. 1) 	

Разъяснения / Примеры

Удержание Мяча двумя руками нетипично для этого предмета, поэтому это не должно превалировать в композиции.

Выполнение всех Технических групп с удержанием Мяча рукой корректно только с пальцами, сомкнутыми естественным образом, когда Мяч не касается предплечья.

	Маленький перекат	Большой перекат
	<p>Перекаат должен быть по минимум одной большой части тела</p> <p>Пример части тела: от руки к плечу; от плеча к плечу; от стопы к колену и т. д.</p> <p>Примечание: маленькие перекааты засчитываются только в сериях по 3</p>	<p>Перекаат должен быть по минимум 2 большим частям тела без прерывания</p> <p>Например: от правой руки к левой руке через тело; туловище + ноги; рука + спина и т. д.</p> <p>Примечание по большим перекаатам в равновесии DB (за исключением динамических равновесий): Импульс для перекаата и импульс для DB могут быть даны одновременно. Ожидается, что после первоначального импульса равновесие DB будет зафиксировано на протяжении перекаата. Если этого нет, то критерий DB недействителен для большого перекаата DA, а большой перекаат не является действительным Техническим элементом предмета для равновесия DB.</p>
↓	Восьмёрки Мячом с круговыми движениями руки (рук). Должны быть последовательно выполнены 2 полных круга.	
↓	Должно быть выполнено после большого броска (не после малого броска или отталкивания), без дополнительной поддержки телом или другой рукой .	
∨	Активный отбив состоит из активного толчка (гимнастка толкает Мяч на пол) и возврата. Элементы, в которых Мяч пассивно падает на пол, не относятся ни к одной Технической группе предметов. DB может выполняться во время фазы толчка, во время контакта с полом или во время возврата.	
	<p>Движение с «выкрутом» («обволакиванием») Мяча:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Вращательное движение 1 кисти вокруг Мяча или вращение Мяча вокруг 1 кисти • Мяч находится в постоянном контакте с рукой (фаза полета отсутствует) • Минимум 1 вращение <p>Вращения руками вокруг мяча:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Вращательное движение руками вокруг Мяча, при этом пальцы рук естественным образом соединяются • Мяч находится в постоянном контакте с рукой (фаза полета отсутствует) • Вращения должны выполняться всей рукой/ладонью (а не только кончиками пальцев). • Минимум 2 вращения <p>Свободное вращение(я) Мяча на части тела. Требуется минимум 1 Вращение.</p>	
	<ul style="list-style-type: none"> • Перекааты Мяча по полу. Перекаат может быть маленьким или большим. <p>DB может быть выполнена при придании импульса, или с возвратом Мяча (не с проходом над катящимся Мячом, и не произвольно катящимся Мячом возле гимнастки, выполняющей DB)</p>	

3.3.3. Булавы



Техническая группа предмета	
<p>✕ Мельница(ы): не менее 4 – 6 малых кругов Булавами с задержкой по времени, с попеременным скрещиванием запястий/кистей каждый раз. Булавы удерживаются за конец (маленькая головка)</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Свободное вращение 1 или 2 Булав (Булавы соединены или не соединены между собой) на части тела или вокруг части тела, или вокруг другой Булавы. • Постукивание Булав между собой (мин.1) или по полу (мин. 2 постукивания). • Скольжение Булавы по мин. 2 крупным частям тела
<p>⇒ Малые броски 2 несоединенных Булав</p> <p>С вращением мин. на 360° и ловлей Одновременно или последовательно</p>	<p>Малый бросок 2 соединенных Булав</p>
<p>⊕ Асимметричные движения 2 Булав</p>	<p>Большой перекат через минимум 2 большие части тела 1 или 2 Булав.</p> <p>Перекаты 1 или 2 Булав по части тела или по полу</p>
<p>○ Малые круги (мин. 1) обеими Булавами, одновременно или последовательно, по 1 Булаве в каждой руке, удерживаемых за конец (маленькая головка)</p>	<p>○ Серии (мин.3) малых кругов 1 Булавой, удерживаемых за конец (маленькая головка)</p>










Разъяснения / Примеры

Типичная техническая характеристика – это движение обеими Булавами одновременно, по 1 в каждой руке. Эта техника должна доминировать в композиции. Любые другие способы удержания Булав не должны доминировать, также как постукивания, перекаты Булав, вращение, отбивы, соскальзывания

<p>✕</p>	<ul style="list-style-type: none"> • «Мельница» состоит как минимум из 4 малых кругов Булавами (Пример: по 2 с каждой стороны) с задержкой по времени и чередованием скрещенных и не скрещенных запястий каждый раз. Руки должны быть как можно ближе друг к другу. • Мельницы могут выполняться в вертикальной или горизонтальной плоскости: <ul style="list-style-type: none"> • Вертикальные – импульс вращения может быть как вниз, так и вверх • Горизонтальные – импульс может быть как вправо, так и влево. <p>1. Мельницы могут быть двух- и трехтактные:</p> <ol style="list-style-type: none"> 2. Двухтактные (двойные) мельницы – мин. 4 чередующихся малых кругов Булавами (по 2 с каждой стороны). Запястья / руки скрещены, затем разомкнуты. 3. Трехтактные (тройные) мельницы – 6 чередующихся малых кругов Булавами (по 3 с каждой стороны с перекрещиванием рук каждый раз)
<p>⊕</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Должны выполняться с разными движениями каждой Булавой по форме, или амплитуде и по рабочим плоскостям или направлению. • Малые круги с задержкой по времени или выполненные в разных направлениях не считаются асимметричным движением предмета, потому что они имеют одинаковую форму и одинаковую амплитуду • Постукивания не имеют четкой рабочей плоскости/направления и не могут быть частью асимметричных движений • В каждой руке должно быть по 1 Булаве (нет бросков, асимметричных бросков, каскадных бросков)
<p>∞</p>	<p>- Постукивание 1 Булавы по другой (мин. 1)</p> <p>- Постукивание 1 или 2 Булав по полу: мин. 2 последовательных постукивания (не имеет значения, одновременно ли постукивают 2 Булавами)</p>




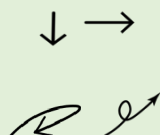
3.3.4. ЛЕНТА



Техническая группа предмета	
 <ul style="list-style-type: none"> • Спирали (мин. 4 круга), плотных и одинаковых по высоте, выполняемых по воздуху или по полу. <p style="text-align: center;">ИЛИ</p>  <ul style="list-style-type: none"> • «Фехтовальщик» (мин. 4 круга) 	 <ul style="list-style-type: none"> • Вращательное движение палочки Ленты вокруг кисти • Закручивание (раскручивание) • Движение Ленты вокруг части тела, которое создается, когда палочка Ленты удерживается различными частями тела (кисть, шея, колено, локоть) во время движений тела или Трудностей тела с вращением (не во время «Турляна»), образуя полные круги тканью Ленты вокруг тела.
 <p>Змейки (мин. 4 волны), плотных и одинаковых по высоте, выполняемых по воздуху или по полу</p>	 <p>Большой перекал палочки Ленты по Минимум 2 крупным частям тела</p>
 <p>«Бумеранг»: отпускание палочки Ленты, затем подтягивание обратно за конец Ленты и ловля палочки.</p>	 <p>Перекал палочки Ленты по части тела</p>
 <p>«Эшаппе»: вращение палочки Ленты во время полета и ловля палочки.</p>	 <p>Проход через рисунок или над рисунком Ленты всем телом или частью тела</p>

Разъяснения / Примеры

Все элементы, нетипичные по технике для Ленты (например, закручивание/раскручивание, соскальзывание палочки, отбивы/отталкивания) не должны преобладать в композиции.

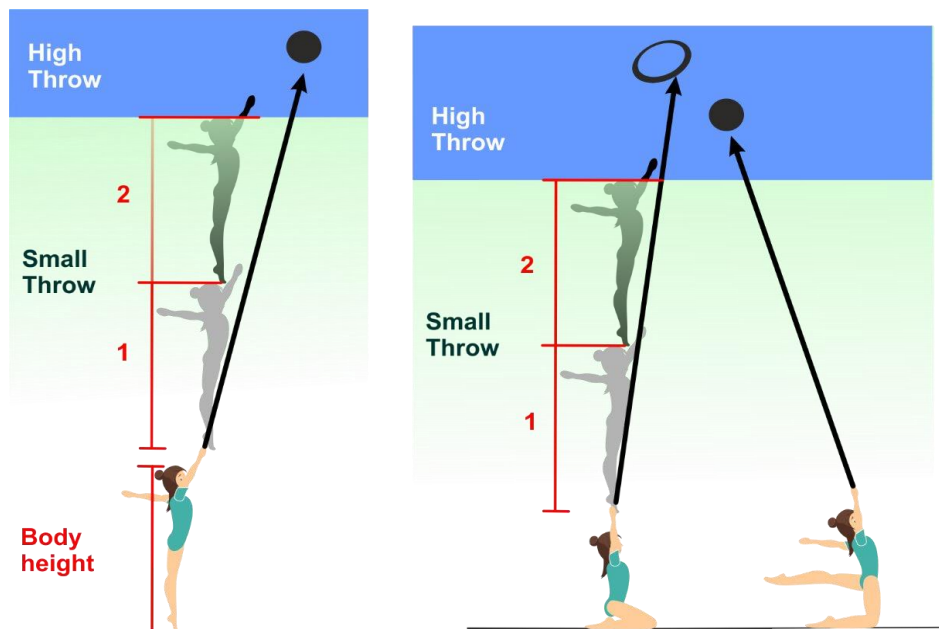
	<p>«Фехтовальщик»: вся палочка Ленты вместе с рукой переходит в спиральный рисунок, образованный Лентой (палочка похожа на шпагу); выход палочки из рисунка спирали – на выбор: подтягивание назад руки/палочки или малый бросок/эшаппе.</p>
	<p>«Бумеранг» состоит из 3 частей:</p> <p>Отпускание (бросок) палочки в воздух или вдоль пола: о Нет никаких ограничений в отношении ткани ленты: конец можно удерживать, ткань может скользить по телу/через руку, или Лента может быть полностью свободна в течение любого отрезка времени, при условии, что конец будет возвращен до того, как палочка коснется пола или Лента останется на полу.</p> <p>Оттягивание назад: достигается удерживанием за конец ткани (максимум на расстоянии 50 см от конца) и выполняется, когда ткань вытягивается в воздухе (с касанием палочкой пола или без него) или вытягивается вдоль пола.</p> <p>Оттягивание назад может выполняться: - во время полета, - немедленно в самом конце полета, - для выпуска по полу: также возможно после короткого периода времени Лента вытянута на полу.</p> <p>о Бумеранг может быть выполнен с одним или несколькими оттягиваниями, прежде чем поймать палочку. Все действия между первоначальным отпусканием и ловлей палочки относятся к одному и тому же Техническому элементу предмета (а не к 2 или более отдельным «бумерангам»).</p> <p>Ловля палочки: элемент, включающий только подтягивание Ленты и ловлю палочки (без отпускания), не отвечает дефиниции «Бумеранга».</p>
	<ul style="list-style-type: none"> • Минимум 2 крупных части тела должны совершить проход через рисунок Ленты. Пример: голова/шея + туловище; руки + туловище; туловище + ноги и т. д. • Проход через рисунок или над рисунком Ленты может быть: всем телом туда-обратно, или только туда, или только обратно или наоборот
	<p>Эшаппе – это тип малого броска, включающего вращение палочки в полете и ловлю палочки. Техника вращения палочки в полете возможна в высоком броске и будет оцениваться как высокий бросок, а не как Эшаппе, в зависимости от высоты.</p>
	<p>При всех типах ловли Ленты предмет, как правило, следует ловить за конец палочки. Допускается намеренная ловля Ленты за ее материал в зоне примерно 50 см от крепления, при условии, что это оправдано для следующего движения или финального положения. Если Лента непреднамеренно поймана за ткань (по ошибке), Технический элемент недействителен и не может сделать действительной какую-либо Трудность.</p>

3.4. Сводная таблица технических элементов, действительных для всех предметов

3.4.1. Высокие броски и ловля предметов

↗	Высокий бросок: более чем 2 роста гимнастки стоя
↗↗	Высокий бросок 2 Булав: более чем 2 роста гимнастки стоя. Для асимметричных и каскадных бросков важно, чтобы 1 Булава соответствовала требованию по высоте броска.
↓	Ловля предмета с полета после высокого броска
↓↓	Одновременная ловля 2 разъединенных Булав с полета после высокого броска. Обе Булавы в полете должны соответствовать требованию по высоте.
Разъяснения / Примеры	
Что значит «ловля с полёта»?	После броска предмет находится в свободном полёте в воздухе. <u>Поймать его</u> – значит вернуть его из состояния полёта. Если вместо этого гимнастка умышленно позволяет предмету отскочить от пола перед ловлей, то это не ловля, а <u>отбив</u> .
Разъясните высоту бросков: с какой точки измеряется высота броска?	Высота броска измеряется от точки отпускания предмета.
Действительна ли ловля, если предмет касается пола?	Если сначала гимнастка ловит предмет контролируемым образом, а после этого часть предмета соприкасается с полом, то ловля засчитывается со сбавкой E. Если предмет касается пола до того, как гимнастка поймает его контролируемым образом, это считается потерей (со сбавкой E) и недействительной ловлей. См. также Разъяснения /Примеры ловли Ленты (п. 3.3.4).
Что должен делать судья, если гимнастки группы разного роста?	Это оценивание, а не измерение. Следует исходить из среднего роста гимнасток группы.

Пример 1: высокий бросок



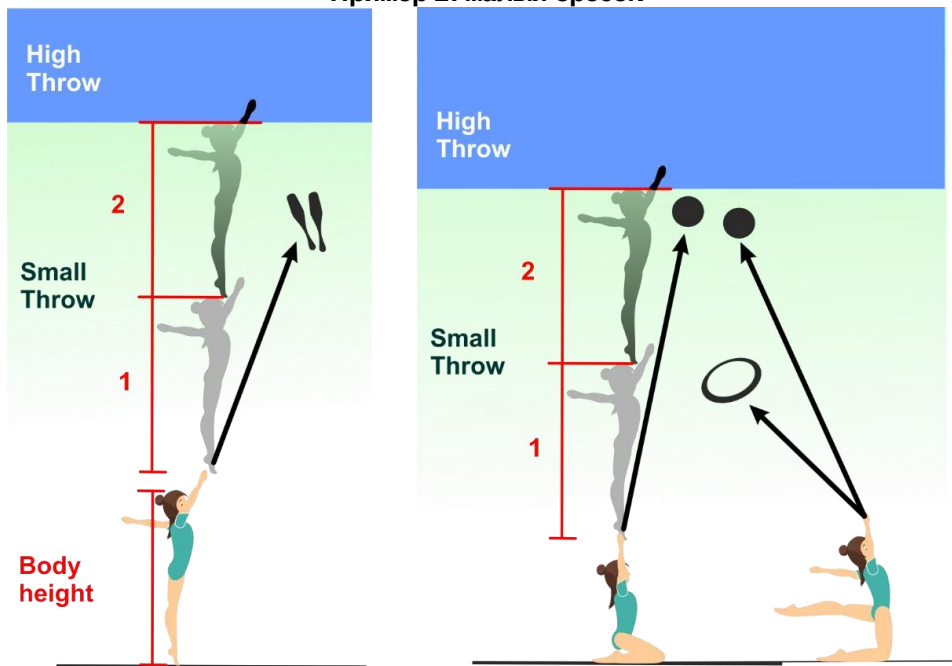
3.4.2. Малые броски и ловля предметов

→ **Малый бросок и ловля предмета с полёта:**
Близко к телу, не более чем 2 роста гимнастки стоя, мин. 1 четко видимая фаза полета:

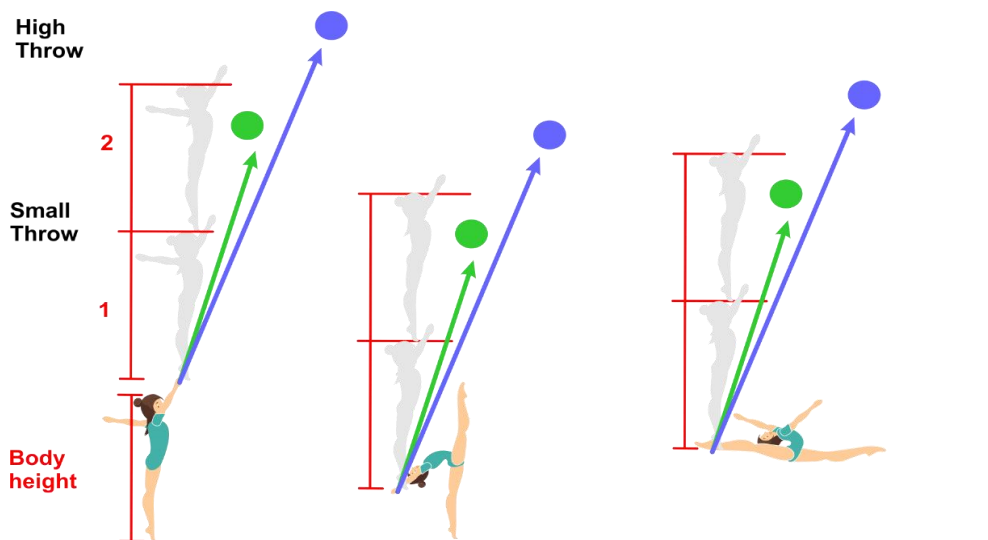
- С броском/толчком/отталкиванием в воздух
- С отбивом от тела
- Свободное падение предмета с высоты (свободное падение)
- Для броска 1 Булавы: с вращением 360° или без вращения

Примечание: малый бросок 2 Булав без вращения обеих Булав на 360° не засчитывается как Технический элемент предмета


Пример 2: малый бросок





Пример 3: высота бросков: высокие и малые броски, когда тело движется во время броска



3.4.3. ДВ под полётом предмета или при Бумеранге

	ДВ выполняется под полётом предмета после высокого броска или Бумеранга (изолировано, п. 2.6.3, с сериями, п. 2.6.4)
---	--

3.4.4. Работа предмета

	<ul style="list-style-type: none"> • Большой круг(и) предметом • Для Ленты: Круг(и) могут быть средними или большими – оба размера рассматриваются как одинаковый технический элемент предмета (все другие параметры одинаковые) • Движения «Восьмерки» (не для Мяча) • Передача предмета вокруг любой части тела или под ногами (ногой), без помощи рук • Передача предмета без помощи рук мин. 2 разными частями тела (кроме рук) • Проход над предметом целиком или частью тела без передачи предмета из руки или части тела в другую руку или часть тела.
Разъяснения / Примеры	
	<i>Средний или большой круг: предмет должен показать полный круг 360°</i>
	<i>Восьмерки: должны быть представлены 2 полных круга последовательно</i>

3.4.5. Нестабильный баланс: сложная взаимосвязь тела и предмета с риском потери предмета. См. Индивидуальные упражнения, Трудность. п. 3.4.5.

3.5. Статичный предмет

3.5.1. Предмет должен быть в движении или в нестабильном балансе, а не просто удерживаться или сжиматься долгое время.

3.5.2. Статичный предмет – это предмет, удерживаемый или зажатый:

- «Предмет удерживается» означает, что предмет крепко держат 1 или 2 руками и/или 1 или более частями тела (не в нестабильном положении)
- Предмет, удерживаемый «долгое время» означает **более 4 секунд**.

3.5.3. Когда 1 Булава находится в работе или в полете, другая Булава может быть неподвижна (нет сбавки за статичный предмет).

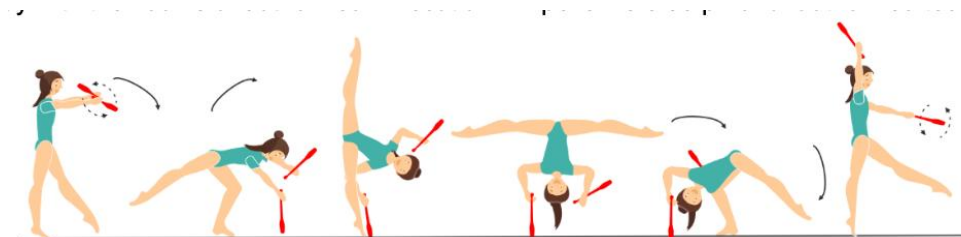
3.5.4. Когда у гимнастки несколько предметов (например, 2 Мяча или пара Булав и Обруч), ни один из них не должен быть статичным. Если 1 или более предметов статичны, то применяется сбавка в Исполнении.

3.5.5. Не разрешается статическая опора на предмет (ошибка композиции или исполнения). Однако, допускается выполнение преакробатических элементов с предметом, лежащим под рукой на полу непродолжительное время (**не более 4 секунд**).

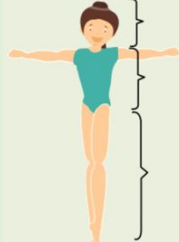
Пример: переворот назад с опорой на 2 руки, Булавы лежат на полу по 1 под каждой рукой (этот преакробатический элемент может быть также выполнен с опорой на 1 руку с тем же положением Булавы).



3.5.6. Преакробатический элемент, выполненный с опорой полностью на предмет без контакта любой части тела с полом, не допускается. **Сбавка** в Исполнении = **0,30** за запрещенную технику:



3.6. Технические элементы предметов во время выполнения ДВ должны быть разными:

Разъяснения / примеры	
<p>Технические элементы предметов разные, если выполнены:</p>	<p>В разных плоскостях: Плоскости оцениваются относительно пространства: горизонтальная, фронтальная, сагиттальная</p> <ul style="list-style-type: none"> • Критерий «плоскости» неприменим к спиральям. Спирали должны иметь разные направления (см. ниже) и/или разный уровень. <p>«Разные направления» оцениваются следующим образом:</p> <p>Проход через предмет вперед и назад / проход внутрь, наружу, проход всем телом - это разные вещи.</p> <p>Работа с предметом, выполняемая в разных направлениях относительно тела, различна, например: спирали с рукой перед телом, спирали с рукой в сторону, спирали с рукой позади тела.</p> <p>Каждый элемент предмета может быть повторен с <u>туловищем</u> в двух разных направлениях, например: вертикально + вбок, вперед + назад, прогиб + вбок и т.д.</p> <p>Все остальные варианты направлений считаются одним и тем же Техническим элементом предмета, например:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Одни и те же мельницы вперед и назад • Одинаковые малые круги 2 Булавами наружу и малые круги 2 Булавами внутрь • Одинаковые спирали внутрь и спирали наружу • Один и тот же большой круг внутрь и большой круг наружу • Один и тот же большой перекат слева направо и справа налево
	<p>На разных уровнях</p> <div style="display: flex; align-items: center;">  <div style="margin-left: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content;">Уровень 1: голова-плечи</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content;">Уровень 2: грудь-талия</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 2px; width: fit-content;">Уровень 3: ниже талии-</div> </div> </div> <p>Технический элемент, выполненный с использованием различных частей тела, оценивается следующим образом:</p> <ul style="list-style-type: none"> • С помощью различных частей тела, например, отбив рукой, отбив коленом • На разных частях тела

	<ul style="list-style-type: none"> • Перекаты и скольжения по различным частям тела • 1 раз <u>под ногой</u> и 1 раз не под ногой - разные отбивы (мяч проходит под ногой) • Разные части тела, проходящие через предмет, например, руки и туловище, ноги и туловище, тело целиком
	С разной техникой бросков

3.6.1. Одинаковые Технические элементы предметов

- 3.6.1.1. 2 отдельные ДВ** с одинаковыми элементами предметов не засчитываются; 2-ая **ДВ** с одинаковым элементом предмета (в порядке выполнения) не будет оценена (**Нет Сбавки**).
- 3.6.1.2.** Для того, чтобы каждая ДВ была оценена, должен быть представлен минимум 1 новый элемент предмета (не выполнявшийся ни в одном предыдущем ДВ в упражнении); дополнительные элементы предмета могут быть повторениями.
- 3.6.1.3.** Одинаковые элементы предметов, выполненные **в 2 разных ДВ** (из одной или разных Групп тела), не считаются «разными» техническими элементами предмета.
- 3.6.1.4.** Одинаковые элементы предметов, выполненные сначала правой, а потом левой рукой, не считаются разными элементами предмета.
- 3.6.1.5.** В Равновесии Фуэте должен быть выполнен 1 Технический элемент предмета в любой фазе Равновесия, **чтобы была засчитана ДВ, которая не может быть повтором в соответствии с п. 3.6.** Если это требование выполнено, то можно выполнять дополнительные элементы предмета.

Разъяснения / Примеры
<i>Если группа выполняет один и тот же отбив Мяча во время прыжка, а затем во время равновесия, то равновесие будет недействительно.</i>
<i>Если группа выполняет спирали ленты во время поворота, а затем в другой части упражнения выполняет другой поворот с теми же спиралями, второй поворот (в порядке выполнения) будет недействителен.</i>
<i>Если группа выполняет прыжок с поворотом под полетом предмета, а затем в другой части упражнения выполняет поворот под полетом предмета, то поворот будет недействителен.</i>
<i>Если группа выполняет спирали + большой круг над головой в равновесии Фуэте, а затем в другой части упражнения выполняет другой поворот с таким же большим кругом над головой, то поворот будет недействительным.</i>

3.6.1.6. Серия прыжков или поворотов может быть выполнена с использованием одинаковых или разных Технических элементов предмета для каждой DB. Одинаковый Технический элемент предмета может быть выполнен последовательно или раздельно. Также разрешается сочетать высокий бросок и ловлю (п. 2.6.4) с другими техническими элементами.

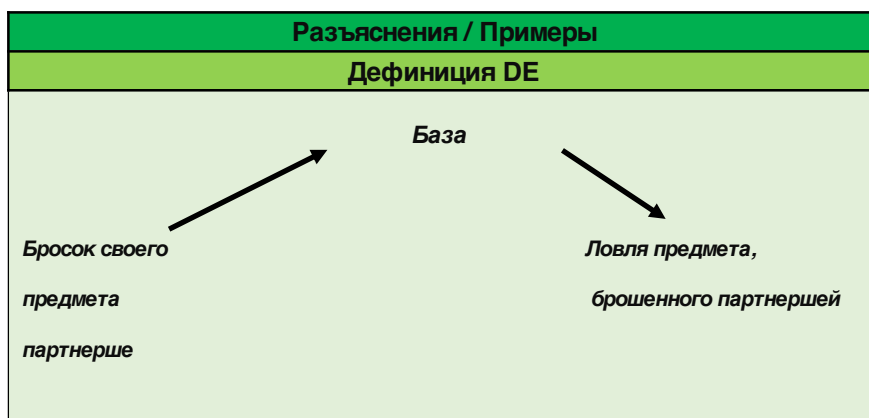
Разъяснения / Примеры	
Трудности	Разъяснение
	<p>В серии допускаются разные Технические элементы предмета (большой круг, спирали) и одинаковые Технические элементы предмета (дважды одинаковые спирали).</p> <p>4-й прыжок не идентичен и не является частью серии; повторение одинаковых спиралей не допускается:</p> <p>3 прыжка в шпагат содержат действительные Технические элементы, а 4-й прыжок не содержит действительного Технического элемента.</p>
	<p>Допускаются одинаковые спирали в 2 DB в серии, повторяющиеся раздельно, также в сочетании с высоким броском и ловлей:</p> <p>Все 5 DB имеют действительные Технические элементы предмета.</p>

4. ТРУДНОСТЬ С ОБМЕНОМ (DE)

4.1. Дефиниция

4.1.1. В Обмене предметами при высоком и/или дальнем броске **все 5 гимнасток должны участвовать в 2 действиях:**

- **Бросок** своего предмета партнерше
- **Ловля** предмета, брошенного партнершей



4.1.2. В качестве **DE** засчитываются только Обмены **с высокими или дальними бросками** предметов гимнастками (**не бумеранг**). Обмен с не высоким или не дальним броском не засчитывается.

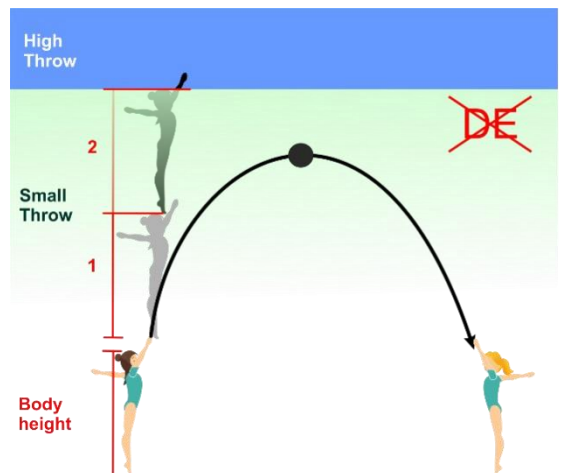
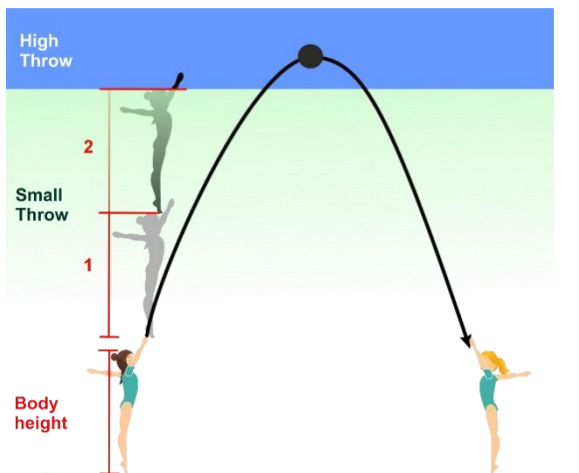
4.1.3. Каждая гимнастка должна поймать предмет, полученный от партнерши, чтобы DE была засчитана. DE **с прямым повторным броском партнерше, с отбивом партнерше или перекатом в сторону партнерши не засчитывается.**

4.1.4. **Типы бросков: высота/расстояние** измеряются **от точки отпускания предмета.**

4.1.4.1. **Высокие броски** определяются требуемой высотой (более чем 2 роста гимнастки стоя).

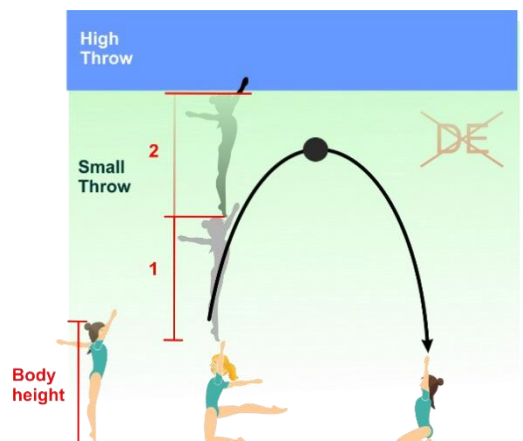
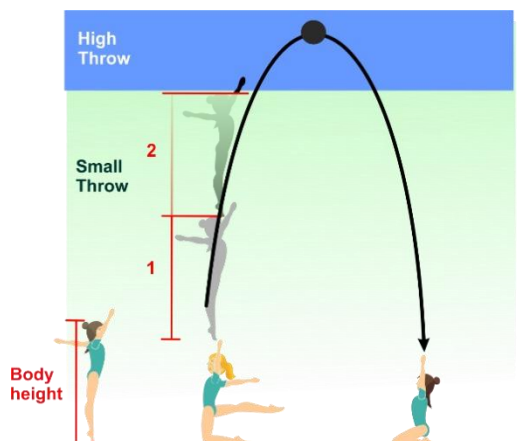
Пример: Высокий бросок

DE с высоким броском предмета из положения стоя (более чем 2 роста гимнастки стоя)



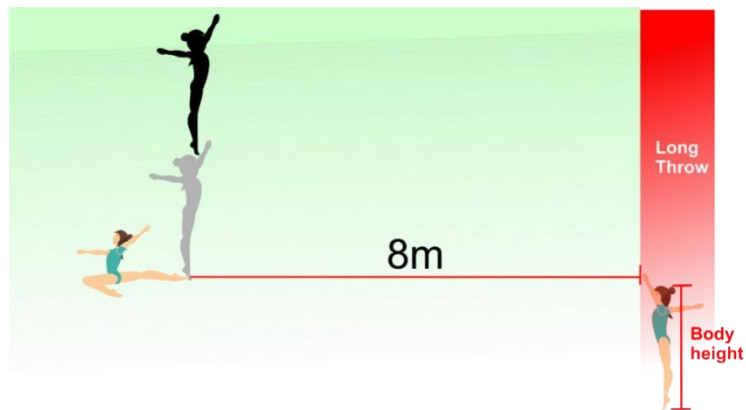
Пример: Высокий бросок из положения на коленях

DE с высоким броском предмета из положения на коленях (более чем 2 роста гимнастки стоя)

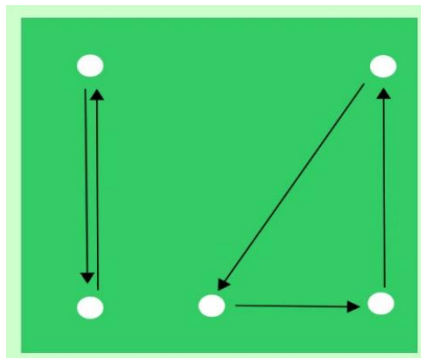
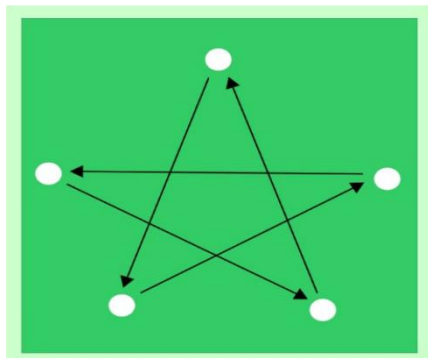
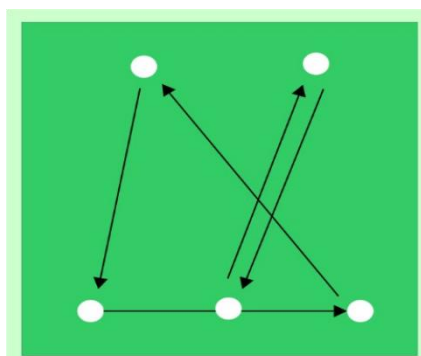
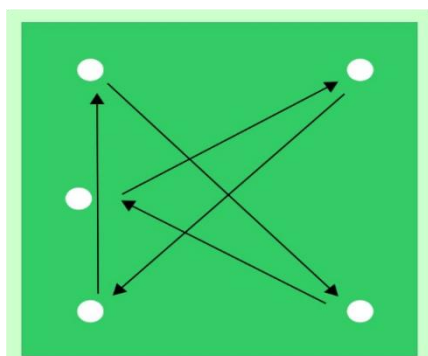


- 4.1.4.2. **Дальние броски** определяются расстоянием минимум 8 метров между гимнастками. Расстояние **8 метров** должно быть между гимнастками, которые обмениваются друг с другом в момент броска и/или в момент ловли.

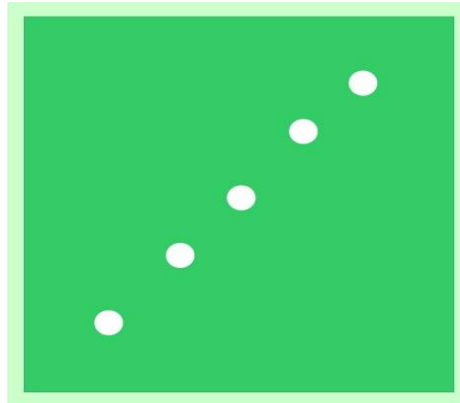
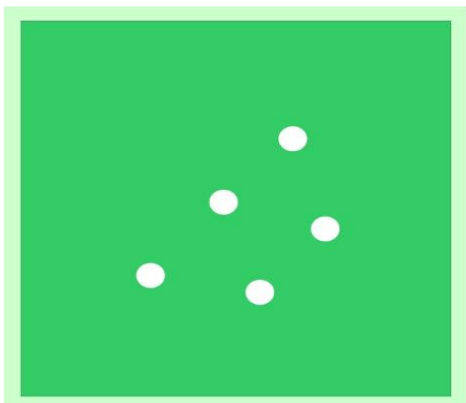
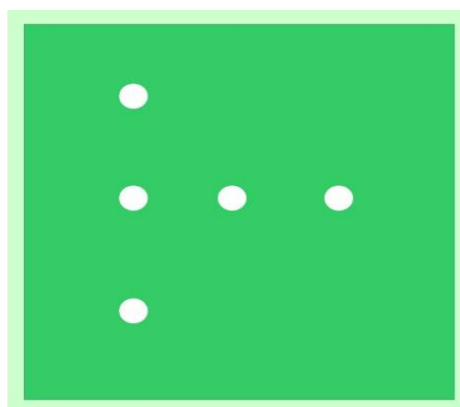
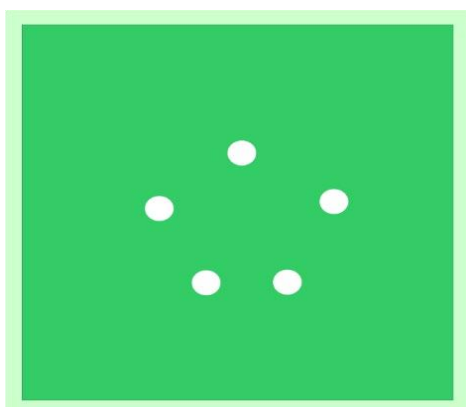
Пример: Дальний бросок
DE с дальним броском предмета (минимум 8 метров)



Примеры построений на 8 метров (независимо от высоты)



Примеры построений без дистанции на 8 метров







5 гимнасток пытаются бросить предметы на 8 м на небольшую высоту (менее чем 2 роста гимнастки стоя), но 2 гимнастки из одной подгруппы бросают менее чем на 8 м: Засчитывается ли DE?	Нет, DE не засчитывается. Если бросок не высокий, то все 5 гимнасток должны бросить предметы минимум на 8 м.
---	--

- 4.1.5. Трудность с Обменом **с 1 типом предмета**: может выполняться всеми 5 гимнастками вместе одновременно или в подгруппах, бросая в разное время:
- С одинаковой или разной высотой бросков
 - Гимнастки на месте или перемещаются
 - Для **DE в подгруппах**: 1-ая подгруппа должна поймать предмет до того, как 2-ая подгруппа бросит предметы – тогда **DE** будет засчитана

- 4.1.6. Трудность с Обменом **с 2 типами предметов** может выполняться всеми 5 гимнастками вместе одновременно, или в подгруппах, бросая в разное время:
- С одинаковой или разной высотой бросков
 - Гимнастки на месте или перемещаются
 - Для **DE в подгруппах**: 1 - ая подгруппа должна поймать предмет до того, как 2 - ая подгруппа бросит предметы – тогда **DE** будет засчитана
 - Для **DE в подгруппах**: каждая подгруппа должна иметь одинаковые предметы (**пример**: 1 - ая подгруппа – 3 Мяча, 2 - ая подгруппа – 2 Обруча – тогда **DE** будет засчитана)

Разъяснения / Примеры	
5 гимнасток бросают предметы в подгруппах: 1-ая подгруппа – 2 гимнастки на 8 м на небольшую высоту (менее чем 2 роста гимнастки стоя), а затем 2-ая подгруппа из 3 гимнасток совершает Обмен с высокими бросками. Засчитывается ли DE?	Да, DE засчитывается. Возможно выполнение Обмена с разной высотой бросков 5 гимнастками вместе или в подгруппах последовательно.

Разъяснения: Обмен предметами между гимнастками	
Мяч 	Когда Мяч пойман 2 руками (независимо от количества гимнасток), Трудность с Обменом будет засчитана со Сбавкой в Исполнении (каждый раз).
Булавы 	<ul style="list-style-type: none"> • Трудность с Обменом засчитывается как с броском 1 Булавы, так и 2 Булав • Бросок 2 соединенных Булав засчитывается как бросок 1 Булавы.
Лента 	<ul style="list-style-type: none"> • Обмен с броском Ленты засчитывается только когда предмет находится полностью в воздухе некоторое время (не «Бумеранг» ) • При обмене Лентами гимнастки в общем должны ловить предмет за палочку. Однако, допускается намеренная ловля за материал Ленты за отрезок приблизительно 50 см. от крепления, если такая ловля обусловлена следующим движением или финальным положением. Если Лента произвольно поймана за материал (по ошибке), технический элемент не засчитывается, и Обмен не засчитывается.

4.2. Требования:

4.2.1. Минимум 4, максимум 5 DE будут оценены в порядке их выполнения.

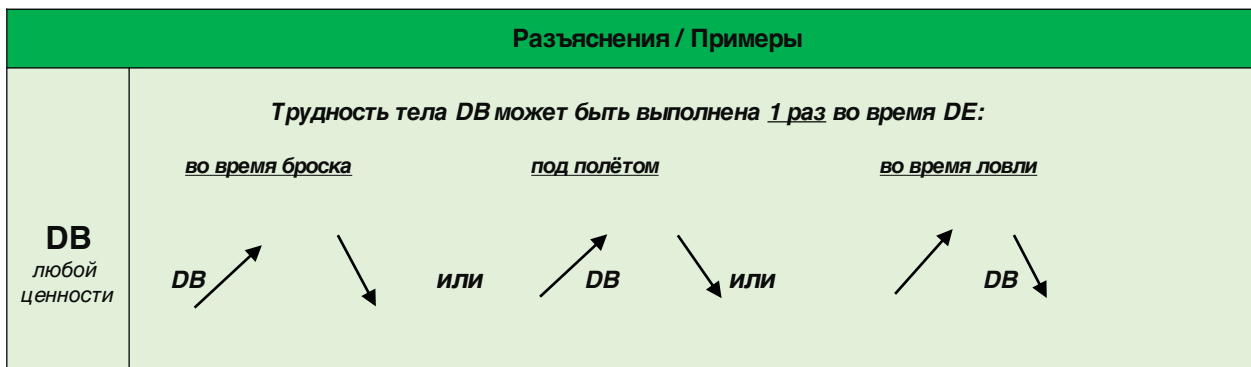


Сбавка: 0.30 за выполнение менее 4 DE

4.2.2. Если Группа выполняет **более 5 DE**, то только **1-ые 5 DE** будут оцениваться в порядке их выполнения. Последующие DE сверх лимита не считаются (нет сбавки).

4.3. DB, выполненные во время DE

4.3.1. Изолированная Трудность тела (DB) любой ценности может выполняться **либо при броске, либо под полетом предмета, либо при ловле DE**. DB и DE будут оценены и засчитаны в общее количество DB и DE:



4.3.2. DB, выполненная в DE, действительна только в том случае, если одинаковая DB выполняется всеми 5 гимнастками. Если выполняются разные DB, то это считается попыткой DB и не засчитывается. DE будет оценена.

4.3.3. Каждая DB (каждая ячейка) засчитывается только один раз. Если повторяется та же самая DB (из той же ячейки, то повтор не засчитывается (нет сбавки) и засчитывается как попытка DB. DB, выполненная как Трудность тела без Обмена, не может быть повторена в DE. DE будет оценена.

4.3.4. Для каждой DB требуется действительный технический элемент предмета:

- Изолированная DB при высоком броске в может выполняться только 1 раз в каждом упражнении.
- Если DB выполняется с броском или ловлей, которые повторяются одинаково, DB не засчитывается.

4.3.5. Если DE недействительна, DB может быть засчитана, если она выполнена в соответствии с дефиницией и с действительным техническим элементом предмета.

4.3.6. DB, которая определяется вращением или положением на полу, может засчитываться только как DB, а не как дополнительный критерий.

4.3.7. Если во время Обмена выполняется более 1 DB, только 1-ая DB будет оценена как DB и только 1-ая DB засчитывается в общее количество трудностей DB. DE будет засчитана.

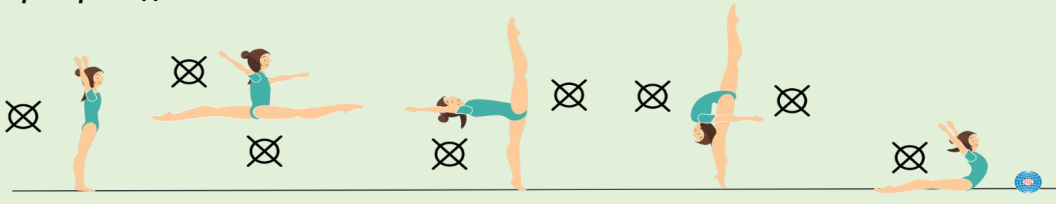
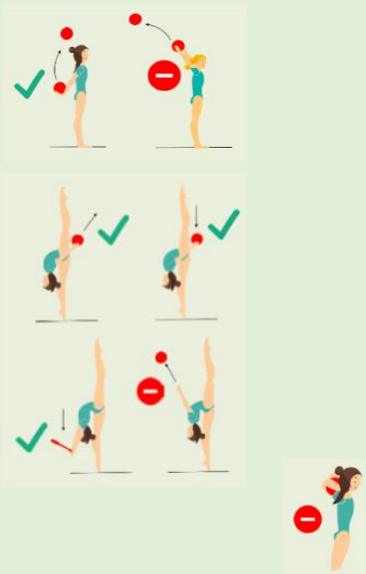
4.4. Ценность DE




4.4.1. Базовая ценность Трудности с Обменом и символ: 0.20. ↗↓

- 4.4.2. Ценность **DE** может быть повышена **дополнительными критериями**. Дополнительные критерии действительны только при их **выполнении одинаково** всеми 5 гимнастками следующим образом:
- При выполнении **с одним и тем же предметом** (например, 5 Мячей): одинаковое выполнение (т. е. 5 Мячей ловятся одинаково «без помощи рук»)
 - При выполнении с разными предметами (например, 3 Обруча и 2 пары Булав):
 - одинаковые критерии, выполняемые с каждым предметом (например, 3 Обруча ловятся одинаково «вне поля зрения» и 2 Булавы ловятся одинаково «без помощи рук»)
 - одинаковое количество критериев для каждого типа предмета должно быть выполнено при броске и/или ловле.
 - **Вращение** во время полета предмета или при броске: Каждое вращение должно быть выполнено одинаково всеми 5 гимнастками (из одной группы вращений и выполнено в одинаковом варианте).
- 4.4.3. Критерии, выполненные непосредственно перед броском предмета или сразу после ловли, не учитываются в ценности **DE**.
- 4.4.4. **Одинаковое повторение** одного и того же критерия нельзя выполнять – одинаковое повторение не засчитывается (нет сбавки). Тем не менее, сам Обмен может быть засчитан.
- 4.4.5. Обмены для всех 5 гимнасток могут быть одной и той же ценности или разной ценности. Самая низкая ценность **DE**, выполненная 1 из гимнасток, определяет ценность **DE** для группы.

4.5. Сводная таблица общих критериев DE во время броска, под полетом и при ловле предмета

Символ	Общие критерии для всех предметов
⊗	Без зрительного контроля
≠	Без помощи рук
○	Вращение
=	На полу

Разъяснения / Примеры		
Символ	Ценность	Общие Критерии для DE
⊗	0.10	<p>Вне поля зрения:</p> <p><i>Примеры подобных зон</i></p>  <p><i>Для всех типов бросков и/или ловли:</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - Броски/ловли, выполненные спереди или сбоку от туловища, не засчитываются с этим критерием, даже если туловище прогнуто назад. - Чтобы получить критерий «вне поля зрения» для броска/отбива, недостаточно, чтобы предмет двигался назад: Бросающая рука должна находиться в зоне, определенной как «вне поля зрения», или часть тела, выполняющая бросок/отбив, должна находиться в зоне, определенной как «вне поля зрения» <p><i>Для бросков и/или ловли с помощью руки(рук):</i></p> <ul style="list-style-type: none"> - «Вне поля зрения» обычно дается только при технике бросающей руки «вниз-вверх», а не «вверх/назад» (возле головы), за исключением 2 случаев: - Если туловище в прогибе назад ниже горизонтали критерий «вне поля зрения» дается при броске и ловле в любом месте сзади туловища - Если туловище в прогибе назад ниже горизонтали критерий «вне поля зрения» дается за ловлю относительно туловища/передней части тела, на уровне груди или ниже  <p>Критерий «вне поля зрения» не дается, если мяч пойман согнутыми 2 руками за шей.</p>

≠	0.10	<p>Без помощи рук</p> <p>Не засчитывается:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ловля Обруча сразу же во вращение на руке (○); • Бросок / ловля предмета внешней стороны руки(рук) • Ловля предмета тыльной стороной кисти/предплечья с использованием другой Булавы
○	0.10	<p>Вращение</p> <p>Во время броска и/или под полётом предмета:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Каждое вращение должно быть минимум 360° ○ Все вращения в каждой DE должны быть разными (из разных групп преакробатических элементов или вертикальных вращений) ○ Каждое вращение должно быть выполнено одинаково всеми 5 гимнастками (из одной группы вращений и в одинаковых вариантах). Опора – на 1 или 2 руки, в зависимости от предмета: Опора на 1 или 2 руки - считаются одинаковыми. <p>- Этот критерий действует для преакробатических вращений (см. Инд. Трудность, п. 4.5.1.) и вертикальных вращений (см. Инд. Трудность, п. 4.6.1.)</p> <p>- Если преакробатический элемент соединен с DB или используется всеми 5 гимнастками для хореографии, эта группа преакробатических элементов не может быть повторена для DE</p> <p>- Этот критерий не засчитывается для DB, включающей вращение</p> <p>- Этот критерий может быть скомбинирован с «положением на полу», если выполняется вращение на 360°, при сохранении положения на полу от начала до конца.</p>
=	0.10	<p>В положении на полу:</p> <p>Бросок и/или ловля, выполненные лёжа на полу от начала до конца элемента: туловище должно быть полностью на полу (независимо от того, куда оно обращено – вверх, вниз или в сторону), частично или полностью на животе, груди, спине, шее, полностью на боку и т.д. Положение ноги – свободное.</p> <p>Примеры положений ДЕЙСТВИТЕЛЬНЫХ в качестве «положений на полу»</p>   <p>Примеры положений НЕ ДЕЙСТВИТЕЛЬНЫХ в качестве «положений на полу»</p> 

4.6. Сводная таблица специфических критериев для DE во время броска и ловли предмета



Символ	Специфический критерий: +0.10 за каждый бросок	Символ	Специфический критерий: +0.10 за каждую ловлю
			Проход через предмет во время ловли Обруча (○) всем телом или частью тела. Минимум 2 крупные части тела должны совершить проход через Обруч. Например, голова/шея + туловище, руки + туловище, туловище + ноги, и т.п.
	Бросок после переката на полу: ○ : засчитывается только при выполнении вместе с критерием «без помощи рук» ≠		Непосредственный повторный бросок: сразу же, без остановок, без руки (рук) или кисти (кистей): ○ ● Примечание: отбив, выполненный рукой(руками) или кистью(кистями), не действителен как критерий , но критерий ≠ дается для отбива рукой(руками) или другими частями тела.
			Непосредственная ловля с перекатом предмета мин. по 2 крупным частям тела Не считается: дополнительный критерий ≠ не дается при ловле рукой/кистью независимо от положения ладони Считается: дополнительный критерий при выполнении любой части переката вне поля зрения
	Бросок 2 разъединённых Булав (⚡⚡): - одновременно - асимметричный бросок - каскадный бросок <i>Асимметричные броски могут выполняться одновременно 1 или 2 руками. Движения 2 Булав в полёте должны быть разной амплитуды (1 бросок выше другого), и в разных плоскостях или направлениях.</i> Каскадные броски		Одновременная ловля 2 разъединённых Булав (⚡⚡)
			Ловля Мяча (●) 1 рукой без дополнительной помощи телом или другой рукой
			Непосредственная ловля Обруча (○) во вращение на другой части тела без помощи кистей рук. Не действителен: дополнительный критерий ≠ не дается для вращения на прямой руке.

Разъяснения / Примеры

Оценивание Каскадных бросков

Каскадный бросок – это бросок 2 Булав, 1 за другой, при этом обе Булавы находятся в полете в 1 момент времени.

Критерий для каскадного броска и любые другие критерии приведены для Булав (Булав), которыми обмениваются с партнером, а не для Булав, брошенных и пойманных одной и той же гимнасткой.

- 4.6.1. Прямой отбив от тела без каких-либо остановок ():
- Отбив является частью главного действия **DE** (часть первоначального броска для Обмена); **необходимо поймать отбив**, чтобы **DE** была засчитан.
 - **Критерии, выполненные во время отбива**, являются действительными. Каждый критерий даётся максимум 1 раз, вместе для ловли и отбива.
 - **Критерии во время ловли** после отбива не оцениваются как часть **DE**.
- 4.6.2. **Повторный бросок в конце DE** или сразу после DE относится к DE, но не дает никаких критериев (нет критериев для «повторного броска», и другие критерии не даются, например, нет критерия для броска «без помощи рук»).
- 4.6.3. **Бросок 2 разъединенных Булав**: этот критерий дается только один раз для броска, который выполняется либо одновременно, либо асимметрично, либо каскадом. Критерии даны только для Булавы (Булав), которыми обмениваются с партнершей.
- 4.6.4. **Прямая ловля Обруча во вращение на другой части тела** (): если выполняется **с помощью локтя, шеи или ноги и т.д. (не на прямую руку)**, этот критерий будет действителен в **DE**, так же, как и дополнительный критерий «без помощи рук».

4.7. **DE не засчитывается** в следующих случаях:

- Не все 5 гимнасток участвуют в действиях броска и ловле
- Не соблюдена требуемая высота или дистанция броска
- DE выполняется в подгруппах; 2 - ая подгруппа бросает до того, как 1- ая подгруппа поймает
- DE выполняется в быстрой последовательности
- Потеря предмета во время DE
- Потеря равновесия с опорой на 1 или 2 руки или предмет
- Полная потеря равновесия с падением гимнастки во время выполнения DE
- Столкновение гимнасток
- Столкновение предметов, которое влияет на траекторию полета предмета
- Ловля после отбива о пола (не с полета)
- С повторным броском, отбивом или перекатом партнерше
- С бумерангом
- Лента непреднамеренно поймана за материю (по ошибке)
- Ловля предмета после окончания музыки

Разъяснения / Примеры	
Для DE с неточной траекторией и со сбавкой 0.30 или 0.50 – засчитывается ли DE?	Да, DE засчитывается (см. п. 4.7., когда DE не засчитывается)
Если завязался узел на Ленте во время Трудности с Обменом, засчитывается ли DE?	Да, DE засчитывается (см. п. 4.7, когда DE не засчитывается)

5. ДИНАМИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ВРАЩЕНИЕМ (R)

5.1. Дефиниция

5.1.1. Дефиниция R для групповых упражнений такая же, как для индивидуальных упражнений (см. Индивидуальные упражнения, Трудность, п. 4.1.)

5.2. Требования

5.2.1. Максимум 1 R засчитывается.

5.2.2. Если в упражнении выполнено более 1 R, то оценивается только 1-ый R (нет сбавки).

5.2.3. Все вращения в R должны быть одинаково всеми 5 гимнастками (из одной группы вращений и выполнены с одинаковой вариацией). Опора может быть выполнена на 1 или 2 руки, в зависимости от предмета: Опора на 1 и опора на 2 руки считаются одинаковой.

5.2.3.1. R, в который включены разные (не одинаковые) вращения, выполненные 5 гимнастками **в пределах базы**, не засчитывается (нет сбавки).

5.2.3.2. R, в который включены разные (не одинаковые) вращения, выполненные 5 гимнастками **после базы**, может быть засчитан без учета этих разных вращений.

Разъяснения / Примеры	
3 гимнастки выполняют шене + кувырок вперед 2 гимнастки выполняют шене + шене	R не засчитывается: Неодинаковые вращения в базе
4 гимнастки выполняют шене + шене + колесо с опорой на предплечья 1 гимнастка выполняет шене + шене + колесо с опорой на руки	R2 засчитывается (0.20): Одинаковые вращения в базе 3-е вращение не засчитывается: Не выполнено в том же самом варианте

5.2.4. R могут выполняться:

- одновременно
- в очень быстрой последовательности
- в подгруппах

5.2.4.1. Если R выполняется **одновременно** или **в очень быстрой последовательности**, все 5 гимнасток должны выполнять R **в одном направлении**.

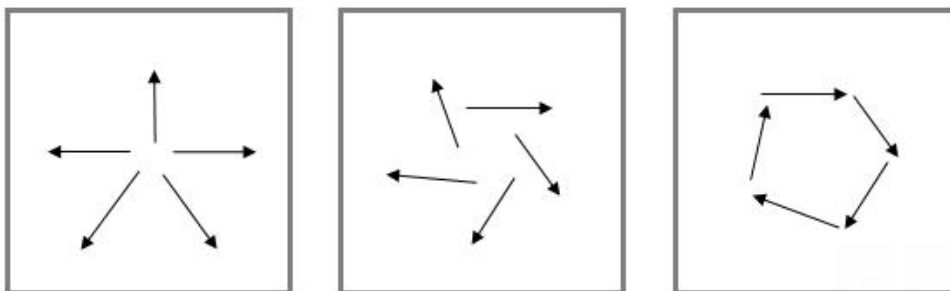
Пример 1: В одном направлении



Разъяснения / Примеры	
Что произойдет, если одна гимнастка совершит некорректный бросок и её траектория отклонится от задуманной?	Если R начался в одном направлении (хореографически намеренно), но траектория была нарушена (техническая ошибка) и это повлияло на направление гимнастки, то R будет засчитан со Сбавкой в Исполнении за траекторию и другие последствия (построение и т.п.).

5.2.4.2. Если гимнастки выполняют **круговые построения** одновременно или в быстрой последовательности, то у всех гимнасток разные направления движения и R не засчитывается.

Пример 2: В разных направлениях

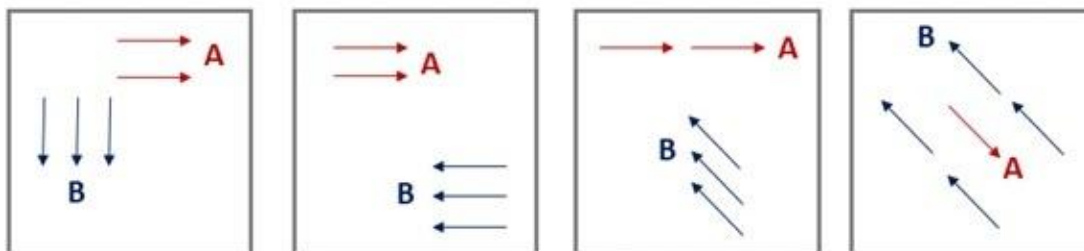


5.2.4.3. Если R выполняется **в подгруппах**, каждая подгруппа должна иметь **одинаковый тип предметов**, и каждая подгруппа может использовать **отдельное направление**. Все гимнастки одной подгруппы должны двигаться в одном направлении; только когда гимнастки подгруппы **A** заканчивают R*, гимнастки подгруппы **B** могут начать R**. Если это требование не выполняется, то R не засчитывается.

*Окончание R зависит от того, какое действие выполняется последним: ловля, окончание последнего вращения или критерий броска (например, ловля повторного броска).

**Начало R зависит от того, какое действие выполняется 1-ым: бросок, начало первого вращения, критерий броска (например, перекат по полу).

Пример 3: R выполняется в подгруппах



5.3. Выбор элементов вращения

- 5.3.1. Выбор элементов вращения такой же, как в Индивидуальных упражнениях. (см. Индивидуальные упражнения. Трудность, п. 4.4.)
- 5.3.2. Одна и та же группа преакробатических элементов и/или одна и та же группа вертикальных вращений **может использоваться оба раза - в R и в DE.**
- 5.3.3. Если **преакробатический** элемент соединен с DB или используется всеми 5 гимнастками **для хореографии**, эта группа преакробатических элементов не может быть повторена в R.
- 5.3.4. Каждая DB (каждая ячейка) засчитывается только один раз. Если одна и та же DB (из той же ячейки) **повторяется**, то повтор **не засчитывается** (нет сбавки) и считается как попытка DB. Повтор DB (0,20 или более) **не засчитывается в качестве элемента вращения** в R.

5.4. Ценность R

5.4.1. Критерии и подсчет ценности R такие же, как в индивидуальных упражнениях. (См. Индивидуальные упражнения. Трудность, п. 4.2.).

5.4.2. Ценность R для группы определяется **наименьшим количеством выполненных вращений и количеством критериев, выполненных всеми 5 гимнастками:**

5.4.2.1. Каждое **вращение** должно быть одинаковым (из одной группы вращений и выполнены с одинаковой вариацией) для всех 5 гимнасток, чтобы быть засчитанным.

5.4.2.2. **Критерии** должны выполняться **одинаково для каждого типа предмета**, чтобы быть засчитанными.

5.4.2.3. Оценивается **наименьшее количество критериев**, выполненных всеми 5 гимнастками при броске.

5.4.2.4. Оценивается **наименьшее количество критериев**, выполненных всеми 5 гимнастками при ловле.

5.5. R не засчитывается в следующих случаях:

- Нет большого броска предмета
- Нет 2 полных базовых вращений под полётом
- 1 или оба базовых вращения неполные (не 360°)
- Прерывание между 2 базовыми вращениями
- **Базовые вращения, выполняемые каждой гимнасткой в группе, не одинаковые**
- **Требования к направлениям у всех 5 гимнасток/подгрупп не соблюдаются**
- **R выполняется в отдельных подгруппах, 2-я подгруппа начинает до окончания 1-й подгруппы**
- **R выполняется в отдельных подгруппах, с разными предметами внутри подгруппы**
- Потеря предмета
- Ловля с отбивом от пола
- Ловля Ленты за материю (а не за палочку Ленты)
- Выполнение с бумерангом в любой фазе
- Полная потеря равновесия с падением гимнастки
- **R выполняется с DB без вращения или с DB с дефиницией 180°, включая последнее вращение как подготовку к DB**
- **R выполнен с 2 DB ценностью 0,20 или более, 1 на броске и 1 на ловле (кроме серий прыжков с поворотом)**
- **DB ценностью 0,20 или более выполнена под полётом предмета (разрешено только в сериях прыжков с поворотом)**
- **R с сериями прыжков с поворотом: прерывание между вращениями**
- **R с сериями прыжков с поворотом: неправильный хронометраж броска/ловли**
 - Бросок до/после 1-го прыжка с поворотом
 - Ловля до/после 3-его прыжка с поворотом
- Трудность начата вне пределов площадки
- Ловля предмета после окончания музыки

6. ТРУДНОСТЬ С СОТРУДНИЧЕСТВОМ (DC)

6.1. Дефиниция

- 6.1.1. Групповое упражнение характеризуется **совместной работой**, когда каждая гимнастка входит во взаимодействие с 1 или более предметов или с 1 или более партнерш.
- 6.1.2. Успешное выполнение Трудности с **Сотрудничеством** определяется чёткой гармонией и координацией между гимнастками:
- Все 5 гимнасток работают вместе или в подгруппах (парах, тройках и т.д.)
 - С разнообразием перемещений, направлений, построений
 - С прямым контактом или без контакта с партнершами (тело или предмет)
 - С элементами с вращением или без вращения
 - С возможным поднятием вверх/поддержкой (максимально 1 гимнастки за раз)
 - С возможной опорой на предметы или гимнастку(ок)

6.2. Типы Сотрудничеств

6.2.1. Существуют следующие различные типы Сотрудничеств:

6.2.1.1. Сотрудничества без высоких/длинных бросков предмета (**CC**)

6.2.1.2. Сотрудничества с высокими/длинными бросками предмета и динамическим элементом(ами) вращения тела во время полета предмета (**CR**)

6.2.1.3. Сотрудничества с бросками нескольких предметов ($C \nearrow$)

6.2.1.4. Сотрудничества с ловлей нескольких предметов ($C \Downarrow$)

6.3. Требования

6.3.1. **Минимум 9** (см. п. 6.3.3.), **максимум 14 DC** в упражнении будут оценены **в порядке их выполнения**.

6.3.2. Если Группа выполняет более **14 DC**, дополнительные **DC** сверх лимита не будут засчитаны (нет сбавки).

6.3.3. Группа может определить, какие **типы Сотрудничества** выполнять в упражнении, с требованием следующих типов, в числе 14 DC в порядке выполнения:

- Минимум 3 CC (6.2.1.1.)
- Минимум 3 CR (6.2.1.2.)
- Минимум 3 $C \nearrow$ / $C \Downarrow$ (6.2.1.3. - 6.2.1.4.)



Сбавка: 0,30 балла за каждое отсутствующее требуемое Сотрудничество (см. п. 6.3.3.)

6.4. Общее оценивание Сотрудничества

6.4.1. **Сотрудничество является действительным, если оно было успешно выполнено всеми 5 гимнастками.** Окончание Сотрудничества – это когда последнее требуемое действие завершено, например:

- Когда гимнастка(ки), выполняющая(ие) главное действие(я), окончательно поймает предмет
- Когда последний бросок или повторный бросок пойманы
- Когда последнее действие в CC завершено

6.4.2. Гимнастки могут иметь **разные роли**: выполнение главного действия – связь с гимнасткой(ами), выполняющими главное действие – создание препятствия – связь с препятствием. Посредством этих ролей, каждая из 5 гимнасток должны участвовать в действии(ях) Сотрудничества – взаимодействуя друг с другом – чтобы Сотрудничество было засчитано:

- С прямым контактом

- Проход над, под и через гимнастку без контакта
- С помощью предмета

6.4.3. Новое Сотрудничество может начаться только после того, как предыдущая Трудность Сотрудничества будет завершена, как описано выше. Если 2 Сотрудничества выполнены в одно и то же время, то 2-ое Сотрудничество считается недействительным.

6.4.4. Разные виды Сотрудничества **не могут быть скомбинированы**. Если 2 Сотрудничества выполнены в одно и то же время, например, CR с бросками нескольких предметов, это расценивается как попытка 1 DC **и не засчитывается**.

6.4.5. Участие в подгруппах

6.4.5.1. Подгруппы должны выполнять **одинаковый тип Сотрудничества** (см. п. 6.2). Наименьшая ценность Сотрудничества, выполненная любой подгруппой, определяет ценность Сотрудничества для группы.

6.4.5.2. Две подгруппы **должны быть связаны вместе**, чтобы сформировать «единое», действительное Сотрудничество; связь/соединение между двумя подгруппами может быть создана броском, перекатом, отбивом, скольжением предмета.

6.4.5.3. Возможно выполнить единое Сотрудничество, разделенное на 2 подгруппы с **одинаковым типом движения** (вращение, проход и т.д.), которые вместе полностью соответствуют дефиниции основного Сотрудничества. В этом случае (одинаковые движения) «связка» не требуется.

6.4.5.4. Если нет подобного взаимодействия между подгруппами, то Сотрудничество не засчитывается.

6.4.5.5. Если подгруппы выполняют **разные типы Сотрудничества** (например, 3 гимнастки выполняют действие CC, пока 2 другие гимнастки выполняют бросок нескольких предметов), то это расценивается как попытка DC и не засчитывается.

6.5. Выбор элементов вращения

6.5.1. Элементы вращения для Сотрудничеств могут быть любой версией следующих групп полных вращений на 360°, перечисленных в соответствующих таблицах:

- Преакробатические элементы (см. Трудность, Индивидуальные упражнения, п. 4.5)
- Вертикальные вращения (включая DB с вращением на 360° и более с ценностью 0,10) (см. Трудность, Индивидуальные упражнения, п. 4.6)
- DB с вращением на 360° или более, ценность 0,20 или более (см. Трудность, Индивидуальные упражнения, Таблицы №9, №13)

6.5.2. Преакробатические элементы

6.5.2.1. Все группы разрешенных преакробатических элементов могут быть включены в упражнение при условии, что они выполняются **без фазы полета или фиксации в положении стойки на руках**, за исключением короткой паузы (максимум 1 секунда) для того, чтобы поймать предмет во время выполнения элемента.

6.5.2.2. **Полет или фиксация в положении стойки на руках** (более 1 секунды) являются запрещенными приемами выполнения преакробатических элементов. В этом случае преакробатический элемент засчитывается в Трудности, но **со сбавкой в Исполнении 0,30 за запрещенную технику**.

6.5.2.3. Преакробатические элементы, выполняемые «с опорой на партнершу» и «с опорой на пол», относятся к **одной и той же группе**, и если все другие возможные вариации

выполнены одинаково, эти вращения считаются **одинаковыми** (выполненные с одинаковой вариацией).

6.5.2.4. Когда от гимнасток группы требуется выполнять одинаковые вращения (из одной и той же группы вращений и выполнены с одинаковой вариацией), опора может выполняться **на 1 или 2 руках** в зависимости от работы предмета: Опора на 1 руку и опора на 2 руки считаются одинаковыми.

6.5.2.5. **Одна и та же группа** преакробатических элементов может использоваться:

- **Один раз** в CC, и
- **Один раз** в CR, **ИЛИ** в броске нескольких предметов **ИЛИ** в ловле нескольких предметов

6.5.2.6. **В рамках CR** одна и та же группа преакробатических элементов может использоваться изолированно, сериями или повторяться в рамках CR в любом порядке.

6.5.2.7. Если группа преакробатических элементов **повторяется в другом Сотрудничестве**, независимо от другой вариации, это Сотрудничество не засчитывается.

6.5.2.8. Если преакробатический элемент **соединен с DB** или используется всеми 5 гимнастками **для хореографии**, эта группа преакробатических элементов **не может быть повторена** в Сотрудничестве.

6.5.3. Вертикальные вращения и DB с вращением

6.5.3.1. Нет ограничений на использование групп вертикальных вращений и **DB** с вращениями в Сотрудничествах, каждая группа может повторяться.

6.6. Сотрудничество без высоких/дальних бросков предмета (CC)

6.6.1. Существуют **2 типа CC**:

6.6.1.1. CC с последовательным выполнением одинаковых действий (п. 6.6.4)

6.6.1.2. CC с конструкцией (п. 6.6.5)

6.6.2. CC **не засчитывается** при **высоком** или **дальнем** броске, и не засчитывается во время **DB**

6.6.3. **Базовая ценность CC: 0,20**

6.6.4. **CC при выполнении одинаковых действий подряд**

6.6.4.1. Все 5 гимнасток в группе выстраивают взаимосвязь, выполняя последовательные действия с предметами.

6.6.4.2. Этот тип CC требует выполнения как **минимум 3 одинаковых действий со связями с предметами, выполняемых последовательно**, с равными интервалами между каждым действием:

- 1 гимнастка, выполняющая идентичное действие минимум 3 раза подряд (минимум 3 действия), **или**
- 2 или более гимнасток, выполняющих идентичное действие последовательно, в общей сложности минимум 3 действия.



6.6.4.3. Допустимые действия, которые засчитываются, могут быть выполнены с помощью малых бросков, перекатов по телу, перекатов по полу, отбивов, отскоков, отталкиваний, скольжения и т.д.:

- Раздача предмета партнерше(ам)
- Передача предмета партнерше(ам)
- Возврат/передача предмета партнерше(ам)

- Придание импульса предмету партнерши, этот предмет может быть возвращен другой партнершей
- 6.6.4.4. Для выполнения всех видов действий предмет должен возвращаться к гимнастке: предмет нельзя оставлять неподвижно на полу или позволять ему остановиться на полу, чтобы его могла подобрать другая гимнастка (СС не засчитывается).
- 6.6.4.5. Действие(я) в СС могут выполняться совместно или в подгруппах.
- 6.6.4.6. Каждое действие должно начинаться сразу после завершения предыдущего действия или быстрее.
- 6.6.4.7. Если СС выполняется последовательно, но **с разными интервалами** между каждым действием: СС засчитывается со сбавкой в Исполнении.

Разъяснения / примеры	
Интервалы в СС	
Действие	Оценивание
1 --- 2 --- 3	Равные интервалы СС засчитывается Нет сбавки в Исполнении
1 ----- 2 ----- 3	Равные интервалы СС засчитывается Нет сбавки в Исполнении
1 -- 2 ----- 3	Разные интервалы СС засчитывается Сбавка в Исполнении 0.10
1 и 2 ----- 3	Действия 1 и 2 одновременные, не последовательные Разные интервалы СС не засчитывается, считается попыткой выполнения DC Сбавка в Исполнении 0.10
1 -- 2 -- 3 ----- 4	Если все 4 действия должны быть осуществлены 5 гимнастками, чтобы участвовать в СС: Разные интервалы СС засчитывается Сбавка в Исполнении 0.10

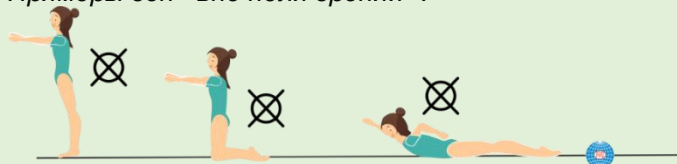
- 6.6.4.8. **Ценность этого типа СС** может быть увеличена за счет использования дополнительных критериев при одинаковом выполнении гимнасткой(ами) главного действия(й) в соответствии с п. 6.6.4.3. Каждый критерий составляет +0,10 балла, дается один раз в каждом СС.
- 6.6.4.9. Дополнительные критерии даются за главное действие – для гимнастки(ок), которые начинают действие. Дополнительные критерии не даются гимнасткам, которые помогают в выполнении главного действия и/или играют пассивную роль. Пример: гимнастка отбивает Мяч (главное действие) от спин партнерш, стоящих неподвижно (пассивная роль). Главное действие выполняется без критериев.

Символ	Каждый критерий +0.10, 1 раз в каждом СС
	Вне поля зрения
	Без помощи рук



Вне поля зрения

Примеры зон «вне поля зрения»:



Для всех типов элементов предметов:

Критерий «вне поля зрения» оценивается в соответствии с положением руки или части тела, которая выполняет элемент(ы) предмета, по отношению к вышеуказанным зонам.

Элементы, выполненные спереди или сбоку, не подпадают под этот критерий, даже если туловище наклонено назад.

«Вне поля зрения» оценивается в момент взаимодействия между гимнастками или импульс для взаимодействия между гимнастками (например, перекал обруча или отбив мяча партнерше путем инициирования броска/отбива вне поля зрения).

Для СС, выполняемого с бросками/отбивами/повторными бросками:

- Недостаточно, чтобы предмет двигался назад. Бросающая рука или другая часть тела, выполняющая бросок, должны быть «вне поля зрения»

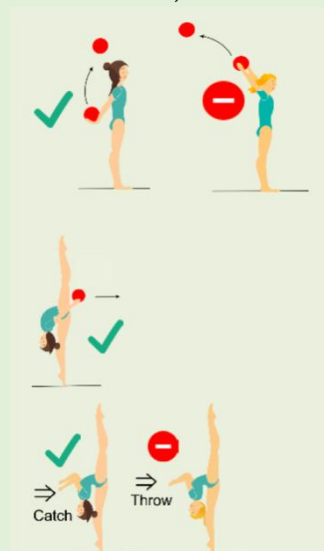
Для СС, выполняемого с помощью руки(к):

• «Вне поля зрения» обычно дается только для техник, при которых рабочая рука опущена/отведена назад, а не там, где рабочая рука поднята/отведена назад (около головы), за исключением 2 моментов:

- Когда туловище прогнуто назад ниже горизонтали, «вне поля зрения» дается для элементов, выполняемых в любом месте сзади туловища

- Когда туловище прогнуто назад ниже горизонтали, «вне поля зрения» дается для элементов, выполняемых на туловище/передней стороне тела, на уровне груди или ниже: Этот пункт не применяется для любого типа бросковых действий, но засчитывается для ловли после малых бросков, и т.д.

• Когда гимнастка лежит, туловище на полу, лицом вверх, её руки не могут заходить за вертикаль; поэтому такое положение не считается как «вне поля зрения»



Без помощи рук

Предмет должен быть в автономном техническом движении, которое может быть начато от:

- импульса от другой части тела
- первоначального импульса от руки(рук), после чего предмет должен сохранять полностью автономное движение без помощи руки(рук)

Не засчитываются с критерием «без помощи рук» во время главного действия с:

- прямая ловля во вращении Обруча на прямой руке (. ○)
- Бросок/ловля тыльной стороной руки(рук)
- ловля Булавы тыльной стороной кисти/предплечья с помощью другой Булавы

6.6.5. СС с конструкцией

- 6.6.5.1. Создание конструкции с взаимосвязанными предметами, которые формируют **образ с 5 предметами, четко фиксируемый в течение 1 секунды**, засчитывается в СС.
- 6.6.5.2. Для этого типа СС требуется 1 образ **со всеми 5 предметами и со всеми 5 гимнастками** (не минимум 3).
- 6.6.5.3. Каждый из 5 предметов должен быть физически связан с другим предметом, и каждая из 5 гимнасток должна быть физически связана с образом либо через предмет, либо через партнера(партнерш).
- 6.6.5.4. Гимнастки могут находиться в движении, на протяжении всем времени, пока демонстрируется фиксированный образ.
- 6.6.5.5. Исходное положение и финальное положение упражнения не могут использоваться в качестве данного типа СС.
- 6.6.5.6. Ценность этого типа СС не может быть увеличена с помощью дополнительных критериев.

6.7. Сотрудничество с высокими/дальними бросками предметов и динамическим вращением(ями) тела во время полета предмета (CR)

6.7.1. Требования к броску в CR:

- 6.7.1.1. **Высокий бросок** = более чем 2 роста гимнастки стоя
- 6.7.1.2. **Дальний бросок** = дистанция минимум 8 метров

6.7.2. Дефиниция CR: определяется 1 или несколькими гимнастками, выполняющими следующую последовательность элементов, называемых «главным действием»:

- 6.7.2.1. Высокий и/или дальний бросок собственного предмета *с последующим*:
- 6.7.2.2. Динамическим элементом вращения тела во время полета предмета с потерей визуального контроля за предметом, *с последующей*:
- 6.7.2.3. Немедленной ловлей собственного предмета или предмета партнерши после элемента вращения тела, выполненного во время полета предмета с потерей визуального контроля за предметом.

6.7.3. Окончание Сотрудничества происходит, когда гимнастка(и), выполняющая(ие) главное действие, окончательно ловит предмет: когда последний бросок, или последний отбив, или повторный бросок будут пойманы.

6.7.4. Бросок предмета в CR

- 6.7.4.1. **Бросок** собственного предмета гимнастки означает **начало CR**
- 6.7.4.2. **Бросок** предмета может быть выполнен непосредственно партнерше или самой себе
- 6.7.4.3. **Бросок** может быть выполнен во время вращения с целью достижения дополнительных критериев при броске; однако должна быть выполнена базовая дефиниция по пункту 6.7.2.2 (**вращение под полетом**), и вращение при броске само по себе не имеет дополнительной ценности.

6.7.5. Ловля предмета в CR

- 6.7.5.1. **Ловля** собственного предмета или предмета партнерши выполняется сразу после элемента вращения.
- 6.7.5.2. При ловле **предмета партнерши** сразу после элемента вращения: **предмет должен находиться в полете** после **высокого/дальнего** броска, пока гимнастка выполняет вращение; предмет не может быть брошен после того, как она завершит свое вращение; если бросок запоздалый, или не высокий/дальний, то Сотрудничество не засчитывается.
- 6.7.5.3. Вращение может быть включено в ловлю в целях получения дополнительных критериев по ловле; однако базовая дефиниция по пункту 6.7.2.2 должна быть выполнена (**вращение под полетом**), и вращение при ловле само по себе не имеет дополнительной ценности.
- 6.7.5.4. Ловля предмета гимнасткой(ами), выполняющей(ими) главное действие, означает **окончание CR**. Новое Сотрудничество любого типа не будет оцениваться до окончания этого Сотрудничества.
- 6.7.5.5. **Отбив предмета или повторный бросок** могут быть «ловлей» предмета (с целью достижения дополнительных критериев в отношении ловли), при условии, что отбив или повторный бросок **пойманы любой гимнасткой**; Сотрудничество заканчивается, когда ловля после отбива или повторного броска завершена. CR с ловлей непосредственно с перекатом по полу партнерше не засчитывается.
- 6.7.5.6. Ловля предмета **с отбивом от пола** не является опцией для CR. CR засчитывается только с ловлей с полета.

6.7.6. Базовая ценность CR: 0.20

- 6.7.6.1. Базовая ценность **CR** может быть увеличена с помощью дополнительных критериев.
- 6.7.6.2. Дополнительные критерии должны быть выполнены гимнасткой(ами), выполняющими главное действие, чтобы быть засчитанными, и даются 1 раз за Сотрудничество (только при броске или только при ловле), в порядке выполнения. Возможные критерии должны быть выполнены одинаково всеми гимнастками, выполняющими вращения, чтобы быть засчитанными:
- При выполнении с **одним и тем же предметом** (т. е. с 2 Мячами):
одинаковое исполнение (т. е. 2 Мяча ловятся одинаково «без помощи рук»)
 - При выполнении **с разными предметами** (например, 1 Мяч и 1 Обруч):
одинаковые критерии, выполняемые с разными предметами (т. е. Мяч и Обруч ловятся «без помощи рук»).

Разъяснения / Примеры	
CR2 с дополнительными критериями	
CR2: 1 гимнастка ловит Мяч без помощи рук + 1 гимнастка ловит Ленту под ногой	Критерии недействительны (одни и те же критерии требуются для разных предметов)
CR2: 1 гимнастка ловит Мяч между лодыжек + 1 гимнастка ловит Мяч локтями	Критерии недействительны (требуется одинаковое выполнение для одного и того же предмета)
CR2: 1 гимнастка ловит Мяч с большим перекатом вне поля зрения в положении стоя + 1 гимнастка ловит Ленту без помощи рук вне поля зрения лежа на полу	Допустим критерий «вне поля зрения» (одинаковое выполнение не требуется для разных предметов)


6.7.7. Таблицы Дополнительных Критериев для CR

Символ	Критерии для каждой гимнастки, выполняющей главное действие: +0.10, 1 раз на CR
CR2 или CR3	+0.10 за каждую дополнительную гимнастку (максимум 2 дополнительные), выполняющую главное действие
Примечание	Гимнастки, выполняющие главное действие, должны выполнить одинаковое(ые)* вращение(я) одновременно или в быстрой последовательности, чтобы быть засчитанной. Примечание*: «Одинаковый» означает, что преакробатические элементы из одной группы и выполняются в одинаковых вариантах. Каждая гимнастка, выполняющая главное действие, должна поймать предмет.
Символ	Критерии только для гимнастки(ок), выполняющих главное действие: +0.20, 2 раза в упражнении
S	Серии из 2 или более одинаковых, не прерываемых преакробатических элемента (см. Инд. упр. Трудность, п. 4.5.1), выполняемые под полетом (бросок перед 1-ым вращением и ловля после 2-ого вращения). Примечание: «Одинаковый» означает, что преакробатические элементы из одной группы и выполняются в одинаковых вариантах. Гимнастка(и) главного действия должны бросать и ловить свои предметы с этим критерием. +0,20 один раз для CR, дается максимум 2 раза в упражнении. Серии оцениваются в порядке выполнения. 3-я попытка критерия «серии» не оценивается, но CR может оцениваться.
Символ	Общие критерии во время броска и ловли предмета: +0.10, 1 раз на CR
⊗	Вне поля зрения для гимнастки(ок), выполняющих главное действие Сотрудничества
≠	Без помощи рук для гимнастки(ок), выполняющих главное действие Сотрудничества
Примечание	Когда гимнастка, выполняющая главное действие, поддерживается партнершей при выполнении броска или ловли с критерием, обе гимнастки должны выполнить критерий, чтобы элемент был засчитан.

Разъяснения / Примеры

Символ, Ценность	Дополнительные критерии для броска / ловли CR
<p style="text-align: center;">⊗ 0.10</p>	<p>Вне поля зрения: Примеры подобных зон:</p>  <p>Для <u>всех типов</u> бросков/ловли:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Броски/ловля, выполненные спереди или сбоку, не подпадают под этот критерий, даже если туловище наклонено назад. • Для критерия «вне поля зрения» недостаточно, чтобы предмет двигался назад. <u>Бросающая рука</u> или <u>другая часть тела, выполняющая бросок/отбив</u>, должны быть в зоне «вне поля зрения» <p>Для СС, выполняемого с бросками/отбивами/повторными бросками:</p> <p>- недостаточно, чтобы предмет возвращался. Бросающая рука или другая часть тела, выполняющая бросок, должны быть «вне поля зрения»</p> <p>Для броска/ловли, выполняемых с помощью руки(к):</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Вне поля зрения» <u>обычно</u> дается только для техник, при которых рабочая рука <u>опущена вниз/отведена назад</u>, а не там, где рабочая рука поднята/отведена назад (около головы), за исключением 2 моментов: • Когда туловище прогнуто назад ниже горизонтали, «вне поля зрения». дается <u>для бросков и ловли, выполняемых в любом месте сзади туловища.</u> • Когда туловище отклонено назад ниже горизонтали, «вне поля зрения» дается для ловли, выполняемой спереди туловища, ловля на уровне груди или ниже. <p>- «Вне поля зрения» не дается, когда мяч пойман 2 согнутыми руками за шейю.</p> 
<p style="text-align: center;">≠ 0.10</p>	<p>Без помощи рук</p> <p>Не засчитывается:</p> <ul style="list-style-type: none"> - прямая ловля во вращении Обруча на прямой руке - бросок/ловля тыльной стороной руки(рук) - ловля Булавы тыльной стороной кисти/предплечья с помощью другой Булавы

Разъяснения / Примеры:	
1 раз на CR	
⊗ CR2	0.40
≠ ⊗ CR2	0.50
CR2 ≠ ⊗	0.50
≠ CR2 ⊗	0.40
≠ CR2 ⊗ ≠	0.40

Символ	Общий Критерий под полетом предмета: +0.10, 1 раз на CR
	Проход через предмет, партнершу, или через замкнутую конструкцию предметов и/или гимнасток

Разъяснения / Примеры	
Критерии под полетом предмета	
<p>Если гимнастка, выполняющая основное действие, использует тип прохода, который недействителен для +0,10, участие в Сотрудничестве остается в силе. Исключение: проход под полетом предмета не является участием (CR не засчитывается).</p>	
<p>Проход должен выполняться всеми гимнастками, выполняющими основное действие, чтобы повысить ценность, и может быть разных типов.</p> <ul style="list-style-type: none"> - CR2: 1 гимнастка проходит через Обруч + 1 гимнастка проходит над партнершей = недействительный проход - CR2: 1 гимнастка проходит через Обруч в полете + 1 гимнастка проходит через замкнутое построение партнерш = допустимый проход +0,10. 	
<p>Проход должен выполняться под полетом предмета, чтобы повысить ценность:</p> <p>гимнастка, которая будет выполнять основное действие, бросает свой собственный предмет – партнерша ловит предмет – затем гимнастка проходит через конструкцию – партнерша бросает предмет, который должен быть пойман гимнасткой, выполняющей основное действие – вращения под полетом 2-го предмета – ловля гимнасткой основного действия: CR засчитывается, но проход не засчитывается.</p>	

Разъяснения / Примеры	
Базовая дефиниция для CR2/CR3	
<p>Каждое Сотрудничество оценивается в соответствии с количеством гимнасток, успешно выполнивших базовую дефиницию (высокий бросок, вращение, ловля). Примеры:</p>	
- 2 гимнастки пытаются выполнить основное действие, но одна гимнастка бросает слишком низко.	Базовая дефиниция выполняется 1 гимнасткой: оценивается как CR1.
- 2 гимнастки пытаются выполнить основное действие, но вместе они ловят только 1 предмет	Базовая дефиниция выполняется 1 гимнасткой: оценивается как CR1.
- 3 гимнастки успешно выполняют основное действие. 2 гимнастки выполняют 3 критерия, 1 гимнастка не выполняет ни одного критерия.	Базовая дефиниция выполняется 3 гимнастками: оценивается как CR3 без учета критериев.
- 2 гимнастки пытаются выполнить основное действие, но одна гимнастка теряет предмет	Сотрудничество недействительно из-за потери предмета (п. 6.11).

6.8. Сотрудничество с броском нескольких предметов: одновременный высокий/дальний бросок нескольких предметов (с)

6.8.1. **Дефиниция:** одновременный высокий бросок (более чем 2 роста гимнастки стоя) или дальний бросок (мин. 8 метров) 2 или более предметов, брошенных одной гимнасткой (главное действие) своим партнершам для ловли (не главное действие), и не может быть пойман гимнасткой, выполняющей бросок; выполняется одним из следующих способов:

6.8.1.1. Когда бросаются 2 предмета, они должны быть разъединены (не соединенная конструкция)

6.8.1.2. Когда бросаются 3 или более предмета, они могут быть разъединены

6.8.1.3. Когда бросаются 3 или более предмета, они могут быть соединены в 1 или более конструкции(конструкции).

6.8.2. Каждый предмет и каждая соединенная конструкция должны быть пойманы с полета.

6.8.3. Каждый предмет и каждая соединенная конструкция должны быть пойманы **разными партнершами**: Сотрудничество недействительно, если гимнастка, выполняющая главное действие, ловит предмет или если одна и та же партнерша ловит несколько предметов или конструкций.

6.8.4. Каждый предмет и каждая соединенная конструкция могут быть пойманы 1 гимнасткой или несколькими гимнастками одновременно.

6.8.5. **Броски** нескольких предметов с использованием **только Булав** должны выполняться следующим образом:

6.8.5.1. Бросок **отдельных Булав**: минимум 3 отдельные Булавы, каждая из которых бросается разным партнершам

6.8.5.2. Бросок **соединенных Булав**: минимум 2 отдельных сегмента, каждый из которых бросается разным партнершам (2 соединенные Булавы + 1 отдельная Булава или 2 соединенные Булавы + 2 соединенные Булавы и т.д.)

6.8.5.3. Бросок **единой соединенной конструкции**: минимум 5 соединенных Булав

Разъяснения / Примеры	
$1+1 = \text{нет}$	$2 \text{ соединенные} + 1 \text{ отдельно} = \text{ОК}$
$1+1+1 = \text{ОК}$	$2 \text{ соединенные} + 2 \text{ соединенные} = \text{ОК}$
$1+1+1+1 = \text{ОК}$	$3 \text{ соединенные} = \text{нет}$
$1+1+1+1+1 = \text{ОК}$	$4 \text{ соединенные} = \text{нет}$
$1+1+1+1+1 + 1 = \text{ОК}$	$5 \text{ соединенных} = \text{ОК}$

6.8.6. **Броски нескольких предметов, включая Булавы и другие предметы** должны выполняться следующим образом:

6.8.6.1. Бросок **разъединенных предметов**: минимум 1 отдельная Булава и 1 другой предмет

6.8.6.2. Бросок 3 или более предметов: может выполняться **раздельно**, например, 1 Обруч и 2 разъединенные Булавы, каждый бросается разным партнершам

6.8.6.3. Бросок 3 или более предметов: может быть **соединенная конструкция**, например, 1 Булава и 2 Обруча

6.8.7. **Базовая ценность броска нескольких предметов: 0,20 балла**

6.8.7.1. Ценность дается один раз, независимо от количества гимнасток, которые выполняют бросок(ки)

- 6.8.7.2. Ценность дается, **когда все 5 гимнасток вовлечены** в бросок нескольких предметов, включая помощь гимнастке(ам), выполняющим главное действие, в броске, создание препятствий гимнастке(ам), выполняющим главное действие, взаимодействие с гимнасткой(ами), выполняющий главное действие, во время полета, ловли, помощи партнерше при ловле, и т.п.
- 6.8.7.3. **Базовая ценность** Сотрудничества с бросками нескольких предметов $C \rightarrow$ может быть увеличена с помощью **дополнительных критериев**; для Разъяснений и Примеров см. Общие критерии для броска и ловли (внизу п. 6.7.7):

Символ	Дополнительные критерии для $C \rightarrow$ + 0.10
\otimes	Бросок 1 или более предметов вне поля зрения
\neq	Бросок 1 или более предметов без помощи рук

Разъяснения / примеры
<p>- Если гимнастка бросает больше предметов, чем требуется, дополнительный предмет (например, 4-й) не должен быть высоким/дальним. Однако:</p> <p>- Критерии не даются для броска предмета, который выполнен ни с высоким, ни с дальним броском</p> <p>- Гимнастка, которая выполняет бросок, не может поймать ни один из брошенных ею предметов (Сотрудничество не будет засчитано)</p>

6.8.8. Чтобы Сотрудничество с броском нескольких предметов было засчитано, в нем должны участвовать все гимнастки. Если участвуют все гимнастки, но бросок (броски) не высокие/не дальние, Сотрудничество признается попыткой DC, но не засчитывается. Если броски не являются одновременными, то попытка DC не засчитывается.

6.9. Сотрудничество с ловлей нескольких предметов: Ловля нескольких предметов после высоких/дальних бросков ($C \downarrow$)

6.9.1. Дефиниция

- **Ловля 2 или более предметов** 1 гимнасткой (главное действие)
- Ловля должна выполняться одновременно или в быстрой последовательности (в течение 1 секунды).
- Ловля должна выполняться без отбива или повторного броска
- Предмет, который нужно поймать, должен быть с высокого броска (более чем 2 роста гимнастки стоя) или с дальнего броска (минимум 8 м).
- Предмет должен быть получен от разных партнерш (бросок не является главным действием), а не от самой гимнастки.

6.9.1.1. Не допускается, чтобы одни и те же предметы, брошенные вместе в $C \rightarrow$, были также пойманы в ($C \downarrow$).

6.9.1.2. Если предметы ловятся в быстрой последовательности, у гимнастки должна владеть минимум 2 предметами одновременно, прежде чем она сможет раздать предметы.

6.9.1.3. Гимнастка должна ловить **2 отдельных сегмента**, а не одну конструкцию из нескольких предметов. Эти 2 сегмента могут представлять собой 2 отдельных предмета, 2 отдельных набора соединенных Булав, 2 отдельные соединенные конструкции или любую их комбинацию.

6.9.2. Ловля нескольких предметов, включая Булавы:

6.9.2.1. Минимальное необходимое количество предметов для ловли составляет:



- Отдельные Булавы: минимум 3 Булавы
- Соединенные Булавы: минимум 2 отдельных сегмента (например, 2 соединенные Булавы + 1 отдельная Булава).
- Булавы + другой предмет: минимум 2 отдельных сегмента (например, 1 Булава + 1 Обруч)

6.9.3. Базовая ценность ловли нескольких предметов: 0,20 балла

6.9.3.1. Ценность дается 1 раз, независимо от количества гимнасток, выполняющих ловлю.

6.9.3.2. Ценность дается, когда **все 5 гимнасток участвуют** в ловле предмета, включая броски, создание препятствия для гимнастки(ок) главного действия, помощь гимнастке(ам) главного действия в ловле(ловлях), и т.д.

6.9.3.3. Базовая **ценность** Сотрудничества с ловлей нескольких предметов ($C\Downarrow$) может быть увеличена с помощью **дополнительных критериев**, для разъяснений и примеров см. Общие критерии для броска и ловли в CR, (внизу п. 6.7.7):

Символ	Дополнительные критерии для $C\Downarrow$ + 0.10
	Ловля 1 или более предметов вне поля зрения
	Ловля 1 или более предметов без помощи рук

6.9.4. **Чтобы быть засчитанным** как Сотрудничество с ловлей нескольких предметов, в нем должны участвовать все гимнастки. Если участвуют все гимнастки, но бросок (броски) не высокие/не дальние и/или гимнастка не владеет 2 предметами одновременно, Сотрудничество признается попыткой, но не засчитывается. Если ловля не происходит в течение 1 секунды или если ловится одна соединенная конструкция предметов, попытка DC не засчитывается.

6.10. Запрещенные элементы с Сотрудничеством

- Действия и позиции с опорой на 1 или нескольких партнерш без контакта с полом на протяжении **4 и более секунд**.
- Нести или тащить гимнастку **по полу на протяжении 4 и более секунд**
- **Идти – с более чем 2 опорами – по 1 или более гимнасткам, сгруппированным вместе**
- Опора на 1 или 2 руки или на предплечья без любого другого контакта с полом, без переворота/колеса и с остановкой в вертикальной позиции
- Запрещенные конструкции/подъемы (см. Артистизм, п. 12)

6.11. DC не засчитываются в следующих случаях:

- Трудность Сотрудничества не выполнена в соответствии с дефиницией
- Все 5 гимнасток не участвуют в действии(ях) Сотрудничества
- Сотрудничество накладывается на предыдущее Сотрудничество
- Комбинирование разных типов Сотрудничеств
- Повтор преакробатического элемента гимнастками главного действия
- Запрещенный элемент
- Потеря предмета
- Потеря равновесия с опорой на 1 или 2 руки или на предмет
- Полная потеря равновесия с падением гимнастки
- Столкновение гимнасток
- Столкновение предметов, влияющее на траекторию предмета
- Статика гимнастки или предмета (см. Исполнение, п. 3.1.; Трудность, п. 3.5.)

- Гимнастка без предмета на протяжении всего Сотрудничества
- Лента непреднамеренно (по ошибке) поймана за материю
- Трудность начата вне пределов площадки
- Любая часть Трудности выполнена после окончания музыки

Разъяснения / Примеры	
<i>Засчитывается ли Трудность Сотрудничества с узлом на Ленте?</i>	<i>См. п. 6.11. Трудность Сотрудничества засчитывается, если выполнены требования к Трудности. Применяется сбавка в Исполнении.</i>
<i>Засчитывается ли Трудность Сотрудничества, когда Мяч пойман двумя руками во время главного действия?</i>	
<i>Засчитывается ли Трудность Сотрудничества, если Обруч пойман неправильно, с произвольным контактом с телом?</i>	
<i>Засчитывается ли Трудность Сотрудничества, если - после главного действия - гимнастка ловит предмет в полете с 2 или более шагами?</i>	
<i>Если при подготовке к броску нескольких предметов между гимнастками дистанция 8 метров, но бросок невысок, слишком короток, и гимнасткам приходится подбегать ближе, чтобы поймать предмет, является ли Сотрудничество действительным?</i>	<i>Нет: Трудность Сотрудничества не соответствует ее дефиниции: для Сотрудничества длина полета предмета должна составлять минимум 8 метров: расстояние между позицией бросающей гимнастки и позицией ловящей гимнастки.</i>

7. ОЦЕНКА ТРУДНОСТИ (D):

7.1. Судьи D оценивают Трудности, применяют частичные баллы и вычитают возможные сбавки, соответственно:

7.2. Судьи D 1-ой подгруппы (DB)

Трудность	Минимум	Сбавка 0.30
Трудность без Обмена (DB) в порядке выполнения	Минимум 4/ максимум 5 1 из каждой «Группы Трудностей тела»	<ul style="list-style-type: none"> • Выполнено менее 4 DB • \wedge – нет попытки выполнения / не выполнены одновременно / не выполнены вне DE или R • \top – нет попытки выполнения / не выполнены одновременно / не выполнены вне DE или R • \circ – нет попытки выполнения / не выполнены одновременно / не выполнены вне DE или R
Равновесие Турляна	Максимум 1 на релеве Максимум 1 на полной стопе	Более 1 на релеве Более 1 на полной стопе
Трудности с Обменом (DE) в порядке выполнения	Минимум 4/максимум 5	Менее чем 4 DE выполнено
Динамические элементы с вращением R	Максимум 1	Нет сбавки

7.3. Судьи D 2-ой подгруппы (DA)

Трудность	Минимум/Максимум	Сбавка 0.30
Сотрудничества CC Сотрудничества CR Сотрудничества $C^{\nearrow} / C^{\searrow}$	Минимум 3 Минимум 3 Минимум 3 Максимум 14	Сбавка за каждое недостающее CC Сбавка за каждое недостающее CR Сбавка за каждое недостающее $C^{\nearrow} / C^{\searrow}$

1. ОЦЕНИВАНИЕ БРИГАДОЙ СУДЕЙ В АРТИСТИЗМЕ

- 1.1. Бригада Судей в Артистизме (А) оценивает композиции и артистическое исполнение по стандартам эстетического совершенства.
- 1.2. Бригада А не имеет отношения к Трудности упражнения. Судьи А должны применять сбавки в равной степени за одинаковые ошибки, независимо от Трудности элемента или соединения.
- 1.3. Судьи Бригады А должны максимально соответствовать современному уровню художественной гимнастики, всегда знать, чего следует ожидать от исполнения данного элемента и как меняются сегодня стандарты по мере развития спорта. В этом контексте судьи также должны знать, что возможно и чего вполне разумно ожидать, и что представляет собой исключение либо что-то особенное.
- 1.4. **Окончательная оценка в Артистизме: сумма сбавок в Артистизме вычитается из 10.00 баллов.**

2. АРТИСТИЧЕСКАЯ СТРУКТУРА И ИСПОЛНЕНИЕ: ЦЕЛИ КОМПОЗИЦИИ

- 2.1. Художественная гимнастика характеризуется **уникальными композициями**, построенными вокруг определенного выбора музыки; все компоненты композиции находятся в гармоничных отношениях друг с другом. Специфика музыки определяет выбор всех движений и все компоненты композиции создаются в гармоничном соотношении друг с другом.
- 2.2. **Музыка** вдохновляет **хореографию**, устанавливая структуру композиции и темп/скорость. Музыка способствует созданию главной идеи (истории или теме композиции) и устанавливает эмоции. Музыка не должна являться фоном для элементов тела и предмета.
- 2.3. При выборе музыки следует учитывать следующее:
 - Характер музыки должен быть выбран с учетом возраста, технического уровня и артистических качеств гимнастки, а также этических норм.
 - За несоблюдение этических норм и музыку, не соответствующую правилам, применяется сбавка 0,30 (неприличные слова, надписи, проклятия, ругательства, призывы к насилию и дискриминации)
 - Судьи Артистизма говорят на многих языках. Они должны немедленно сообщить о неэтичных словах/текстах Президенту Верховного Жюри, который даст указания на возможное применение сбавки судьям в Артистизме.
 - Музыка должна позволять гимнасткам выступать на максимуме их возможностей
 - Музыка должна способствовать наилучшему исполнению
- 2.4. Запрещены звуки нетипичного для художественной гимнастики музыкального характера (например, сирены, автомобильные двигатели и т.д.) – сбавка 0,30 «за музыку, не соответствующую правилам». **Произнесенные слова** без мелодического сопровождения (инструментов) и не относящиеся к какому-либо песенному жанру «а капелла» (например, рэп – это песенный жанр) считаются «нетипичным музыкальным характером» и будут наказываться сбавками.
- 2.5. Перед первым движением гимнастки допускается музыкальное вступление продолжительностью не более 4 секунд; музыкальное вступление продолжительностью **4 и более секунд** наказывается сбавкой 0,30 за «музыкальное вступление».
- 2.6. Художественное совершенство достигается тогда, когда Артистическое исполнение и сама композиция четко и полно развивают следующие компоненты для создания главной идеи («истории» упражнения) от начала до конца:
 - Характер и стиль движений просматривается на протяжении всего упражнения: в Комбинациях Танцевальных шагов, в соединительных движениях между Трудностями, в самих Трудностях
 - Выразительность тела и лица в движениях

- Динамические изменения: контрасты в темпе, характере и интенсивности движений как с предметом, так и телом, которые отражают контрасты в музыке.
- Эффект(ы) - Стратегическое размещение определенных движений тела и предмета на определенных музыкальных акцентах или фразах для того, чтобы подчеркнуть отличительные моменты музыки
- Связи между движениями, построениями или Трудностями, которые намеренно и стратегически хореографически связаны и соединяют одно движение с другим плавным и гармоничным образом
- Ритм: движения тела и предмета должны точно соответствовать музыкальным акцентам и музыкальным фразам; и тело, и предмет должны подчиняться структуре музыки.
- Разнообразие и амплитуда в использовании пространства: перемещения по площадке широкие и четкие, в постоянном развитии с использованием разнообразия траекторий, направлений и модальностей перемещения.
- Разнообразие в движениях предметов и тела, создаваемое 5 гимнастками с помощью построений, организации коллективной работы и типов Сотрудничеств.

2.7. Общее оценивание

- 2.7.1. Сбавки не применяются, если каждый Артистический компонент полностью развивается и реализуется на протяжении всей композиции от начала до конца.
- 2.7.2. Артистические компоненты, которые недостаточно развиты или развиты только лишь в некоторых фазах упражнения, будут наказываться. Система сбавок состоит в следующих типах фаз:
- *Часть* - определяется как короткая фрагмент упражнения, например, последовательность из 2 - 4 Трудностей и связей между ними, или Комбинация танцевальных шагов.
 - *Большинство упражнения* - определяется как более 50% от продолжительности упражнения (представлено последовательно или в нескольких отдельных частях).
 - *Полное упражнение* - определяется как каждая часть, от начала до конца.
- 2.7.3. **Нелогичные соединения** и ошибки в соотношениях между **движением и ритмом** будут наказываться каждый раз.
- 2.7.4. Чтобы быть засчитанным, **каждый требуемый компонент** (Комбинации Танцевальных шагов №5, Динамические изменения и Эффекты с музыкой №6, Коллективная работа №7) должен быть выполнен без следующих технических ошибок:
- Потеря равновесия с опорой на 1 или 2 руки или на предмет
 - Полная потеря равновесия с падением гимнастки
 - **Статичная гимнастка (см. Исполнение, п. 3.1.)**
 - **Столкновение гимнасток и предметов**
 - Потеря предмета
 - Гимнастка без контакта с предметом в течение 5 и более секунд
 - Статичный предмет
 - Компонент Артистизма начинается за пределами площадки
 - **Запрещенный элемент (см. Трудность, п. 6.10)**

3. ГЛАВНАЯ ИДЕЯ И ХАРАКТЕР

3.1. Дефиниция

- 3.1.1. Главная идея - движения имеют четко определенный стиль, подчеркивающий уникальную интерпретацию группой характера музыки; этот стиль или характер движения развиваются от начала до конца.
- 3.1.2. Главная идея может включать развитие («историю»), например, когда изменения в характере в музыке отражаются изменениями в характере движений, или она может быть постоянной (неизменная тема), например, с одним и тем же определением характера от начала до конца.

- 3.1.3.** Этот идентифицируемый характер и стиль развивается и полностью реализуется в разнообразных движениях тела и предмета во всем упражнении от начала до конца:
- С разнообразием задействованных частей тела (лицо, голова, шея, плечи, предплечья, кисти рук, туловище, бедра, ноги, стопы).
 - С разнообразием типов движений и элементов, представляющих характер, например:
 - Использование как предмета, так и тела
 - Комбинации Танцевальных шагов
 - Подготовительные движения до Трудностей
 - Переходные движения между Трудностями
 - Во время **DB** и/или при выходе из **DB**
 - **Во время СС**
 - Волны тела
 - Стилизованные, соединительные шаги, связывающие **DB, DE, R, DC**
 - Под броском/во время полета предмета
 - Во время ловли
 - Во время вращательных элементов
 - Изменение уровней
 - Соединительные элементы предмета, подчеркивающие ритм и характер
 - **Организация разных типов коллективной работы: всеми гимнастками синхронно, гимнастки выполняют индивидуальные роли, посредством действий в сотрудничестве, и т.п.**

3.2. Оценивание

- 3.2.1.** Характер оценивается на протяжении всего упражнения, во всех движениях от начала до конца.
- 3.2.2. Сбавка не применяется** за выступление, в котором главная идея и характер полностью развиты и реализованы от начала до конца:
- Четкая руководящая идея объединяет все части выступления, делая его уникальным, непохожим на другие.
 - «Полностью разработано и реализовано» не означает, что каждое отдельное движение содержит детали характера, это означает, что нет такой части, в которой характер кажется отсутствующим.
 - Существует большое разнообразие в использовании различных частей тела
 - Существует большое разнообразие типов движений и элементов, представляющих характер.
 - **Существует большое разнообразие в организации характера разными типами работы группы.**
- 3.2.3.** Сбавка в размере **0,30** балла применяется за выступление, в котором главная идея и характер являются приоритетными **в большей части упражнения:**
- Присутствует главная идея.
 - **В большей части** упражнения представлен характер.
 - Существует большое разнообразие в использовании различных частей тела.
 - Существует большое разнообразие типов движений и элементов, представляющих характер.
 - Может недоставать разнообразия в организации характера разными типами работы группы.
- 3.2.4.** Сбавка в размере **0,60** балла применяется за выступление, в котором главная идея и характер являются приоритетными **в частях упражнения:**
- Есть четкое единство между разными деталями движений и музыкой – единый образ.
 - Минимум 5 частей представлены с характером.
 - Может отсутствовать разнообразие в использовании разных частей тела и предмета.
 - Может отсутствовать разнообразие в типах движений и элементах, представляющих характер.
 - Может недоставать разнообразия в организации характера разными типами работы группы.

- 3.2.5. Сбавка в размере **1,00** применяется за выступление, в котором главная идея и характер не являются приоритетными:
- Менее 5 частей представлено с характером, и/или нет четкого единства между различными деталями характера.

Разъяснения / Примеры

• Качество, сложность, уникальность и продолжительность каждой детали характера влияют на общую оценку. Следовательно, минимальное количество деталей для каждого уровня сбавок не определено: (нет сбавки – 0,3 – 0,6 – 1,0)

Пример, за выступление с 5 частями с уникальными деталями характера, включающими все части тела и эт, может быть назначена меньшая сбавка, чем за выступление с 20 изолированными деталями, включающими только кисти рук/руки.

4. ЭКСПРЕССИЯ

4.1. Дефиниция

- 4.1.1. Гимнастка превращает структурированное упражнение в художественное представление, основанное на выразительности тела и выразительности лица.
- 4.1.2. Экспрессия тела – это соединение силы и мощи с красотой, пластикой и изяществом движений. Язык тела используется для выражения физической и эмоциональной силы, уверенности в себе и полного контроля над выступлением:
- Экспрессия тела достигается за счет активного участия различных сегментов тела, таких как голова, шея, плечи, кисти, туловище, грудная клетка, бедра, ноги, стопы.
 - Экспрессия тела проявляется как в естественности движений гимнастки, так и в качестве и интенсивности представления хореографических деталей характера.
 - Экспрессия тела может быть усилена путем изменения темпа / интенсивности движений (например, быстрые – медленные - быстрые движения руками, сокращение - расслабление, приостановка - опускание, движение - вдох и т.д.).
 - Независимо от физических данных или роста гимнастки, движения частей тела выполняются с максимальной амплитудой, широтой и размахом.
- 4.1.3. **Экспрессия лица** – это передача чувств зрителям:
- Ощущения основаны на эмоциональной реакции гимнастки на музыку и выбранной главной идее.
 - Чувства передаются без преувеличения, гримасничанья, имитации или подыгрывания губами.
 - Глаза используются для выражения эмоций и сюжета / темы, а также для привлечения внимания аудитории.
 - Интенсивность выражения лица варьируется в зависимости от различных частей упражнения: от частей, в которых основное внимание уделяется выразительности, до технических частей, где лицо естественным образом менее выразительно, но не кажется полностью безучастным и сосредоточенным.
- 4.1.4. Гимнастка обладает выразительной, энергичной связью с музыкой, которая вовлекает зрителей в ее выступление.
- 4.1.5. Возможно вовлечение предмета в развитие экспрессии тела и лица.

4.2. Оценивание экспрессии тела

- 4.2.1. Сбавка не применяется, если экспрессия тела **полностью развита в большей части упражнения всеми гимнастками группы** в одно и то же время:
- **Большинство упражнения** представлено с полным участием частей тела.

- В упражнении нет частей, когда вовлечение частей тела кажется негибким или несостоятельным, например, с жесткими руками или туловищем (ограничена способность выразить свою интерпретацию музыки)

4.2.2. Сбавка в размере 0,30 балла применяется, когда экспрессия тела **полностью развита в части(ях) упражнения**, всеми гимнастками группы, в одно и то же время:

- Минимум 2 части представлено с полным участием частей тела
- В менее чем 4 отдельных моментах, в которых вовлечение частей тела кажется негибким или несостоятельным, например, с жесткими руками или туловищем (ограничена способность выразить свою интерпретацию музыки).

4.2.3. Сбавка в размере **0,60** применяется, если экспрессия тела никогда не развивается полностью или развивается лишь **на мгновение, 1 или более гимнастками:**

- Полное участие частей тела демонстрируется менее чем в 2 частях, и/или
- В 4 или более отдельных моментах вовлечение частей тела кажется негибким или несостоятельным, например, с жесткими руками или туловищем (ограничена способность выразить интерпретацию музыки).

4.3. Оценивание экспрессии лица

4.3.1. Сбавка не применяется, если экспрессия лица присутствует на протяжении всего упражнения у всех гимнасток одновременно и полностью развита **в частях упражнения, всеми гимнастками группы, в одно и то же время:**

- Представлены минимум 2 части с полным приоритетом в экспрессии лица.
- В оставшейся части упражнения также задействовано лицо (допускается меньшая интенсивность в экспрессии лица).
- **В менее чем 4 отдельных моментах**, лицо представлено безучастным или слишком сосредоточенным.

4.3.2. Сбавка в размере 0,30 применяется, если экспрессия лица не развита полностью или проявляется лишь на мгновение у 1 или более гимнасток:

- Экспрессии лица полностью отдается приоритет менее чем в 2 частях, и/или
- Существуют 4 или более отдельных момента, в которых лицо представлено безучастным или слишком сосредоточенным.

Разъяснения / Примеры

Экспрессия тела:

- Сбавка 0.30 дается не за то, что «экспрессия тела представлена некоторыми частями тела»: судьи должны определить, какая часть от упражнения выполнена с полной экспрессией тела.
- Поэтому, если в упражнении нет частей с полностью развитой экспрессией, применяется сбавка 0.60, даже если экспрессия кажется частично развитой (изолированные части, попытки экспрессии) в нескольких частях или во всем упражнении.

Экспрессия лица:

- В отличие от экспрессии тела, нельзя ожидать, что экспрессия лица всегда будет полностью развитой, и Правила не требуют «максимальной» экспрессии лица.
- За преувеличенную мимику, гримасы, подражание, подыгрывание губами и тому подобное не предусмотрено специального наказания. Однако эти техники не оцениваются как «экспрессия лица», и, следовательно, чрезмерное использование этих техник увеличивает риск недостаточной экспрессии лица.

Общая система сбавок за экспрессию

Разъяснение	Тело	Лицо
Полностью развита в большей части упражнения. Ни одна часть упражнения не кажется жесткой / безучастной / сконцентрированной.	Нет сбавки	Нет сбавки
Полностью развита в минимум 2 частях упражнения. Менее чем в 4 моментах движения кажутся жесткими / безучастными / сконцентрированными.	0.30	Нет сбавки
Полностью развита в менее чем 2 частях упражнения. 4 или более моментов движения кажутся жесткими / безучастными / сконцентрированными.	0.60	0.30
Примеры сбавок для группы		
4 гимнастки демонстрируют полностью развитую экспрессию тела и экспрессию лица во время выполнения большей части упражнения 1 гимнастка демонстрирует полностью развитую экспрессию тела во время выполнения 2 частей упражнения, а лицо в течение большей части упражнения выглядит сосредоточенным	0.30	0.30
У 4 гимнасток на протяжении большей части упражнения полностью развита экспрессия тела и лица У 1 гимнастки на протяжении большей части упражнения руки и туловище напряжены, а лицо 2 раза выглядит сосредоточенным	0.60	Нет сбавки

5. КОМБИНАЦИИ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ ШАГОВ (S)

5.1. Дефиниция

- 5.1.1. Комбинация Танцевальных шагов – это определенная последовательность движений тела и предмета, предназначенная для выражения стилистической интерпретации музыки: **поэтому Комбинация Танцевальных шагов должна иметь определенный характер в движении. Они подбираются в соответствии с характером, ритмом, темпом и акцентами музыки.**
- 5.1.2. Стилизованные движения частей тела, темп и интенсивность движений, а также выбор модальностей перемещения должны быть тщательно подобраны для конкретной музыки, под которую они исполняются.
- 5.1.3. Построение движений должно быть направлено на то, чтобы охватить все части тела, соответствующие конкретной музыке, включая голову, плечи, руки, кисти рук, бедра, ноги, стопы и т. д.

5.2. Требования

- 5.2.1. В течение Комбинации Танцевальных шагов, выбор шагов, направлений, уровней и т.д., может варьироваться между гимнастками группы. В любом случае, каждая из 5 гимнасток должна полностью выполнить следующие 5 требований:
- 5.2.2. Минимальная продолжительность 8 секунд с движениями предметом, начиная с первого танцевального движения, все шаги должны быть четкими и видимыми на протяжении 8 секунд.
- 5.2.3. Движения находятся **в гармонии с ритмом** в течение 8 секунд.
- 5.2.4. **Определенный характер движений в течение 8 секунд:**
- 5.2.4.1. **Определенный характер движения требует** шагов, отражающих стиль или тему движения, например, но не ограничивается ими:
- Любые классические танцевальные шаги
 - Любые балетные танцевальные шаги
 - Любые фольклорные танцевальные шаги
 - Любые современные танцевальные шаги
 - и т. п.
- 5.2.4.2. Простые движения/способы перемещения по площадке без определенного характера движения (например, **ходьба, шаги, простой бег**), которые не имеют определенного характера, **не допускаются**.
- 5.2.4.3. Комбинации Танцевальных шагов должна включать в себя разнообразные движения, специально используемые для хореографических целей и создания характера. **DB**, такие как Прыжок Кабриоль, Равновесие Пассе и т. д., которые имеют в своей основе в традиционный танец и ценность максимум 0.10, могут быть включены.

Разъяснения / Примеры

Если характер прерывается, например, на 1 - 2 секунды во время выполнения элемента предмета с шагами без характера, то Комбинация Танцевальных шагов недействительна.

- 5.2.5.** Разнообразие и перемещение: модальности передвижения (способ, которым группа перемещается по площадке) должны быть разнообразными и разноплановыми, в гармонии с определенным стилем музыки.
- Необходимо выполнить минимум 2 различных типа шагов (не повторять один и тот же тип шагов в течение всей S).
 - Часть S должна выполняться с перемещением (не полностью вся S в одном месте на площадке).
 - Часть S должна выполняться в вертикальном положении (не полностью лежа, на коленях, сидя и т.д.)
- 5.2.6.** Преакробатические элементы, высокие броски, дальние броски, CC, DB с ценностью 0,20 балла и более, **не могут выполняться.**

5.3. Оценивание

- 5.3.1. Композиции, содержащие **менее 2 действительных Комбинаций Танцевальных шагов**, будут наказаны сбавкой 0,30 за каждую пропущенную.
- 5.3.2. Комбинация Танцевальных шагов будет **недействительна, если нарушена какая-либо часть п. 2.7.4** (потеря равновесия с опорой или падением, потеря предмета, 5 и более секунд без контакта с предметом, статичный предмет, статичная гимнастика, столкновение, запрещенный элемент).
- 5.3.3. Комбинация Танцевальных шагов **должна быть выполнена с соблюдением всех требований п. 5.2, чтобы она была засчитана**; отсутствие любого из требований аннулирует Комбинацию танцевальных шагов (например, 8 секунд, в ритме, с характером, с разнообразием и перемещением, без запрещенных элементов).

Разъяснения / Примеры	
<i>• Что происходит, если группа танцует 8 секунд, выполняя все требования пункта 5.2, а после этого, еще танцуя, теряет предмет?</i>	<i>Группа соответствует дефиниции, и Комбинация Танцевальных шагов действительна. Исполнение применит соответствующие сбавки за потерю предмета.</i>
<i>• Что происходит, когда группа выполняет танцевальные шаги последовательно в течение 16 секунд?</i>	<i>Если это 2 комбинации по 8 секунд, каждая из которых соответствует всем требованиям пункта 5.2, то будут оценены 2 комбинации Танцевальных шагов. Если какая-либо из частей не соответствует каким-либо требованиям, но все требования выполнены в течение 16 секунд, то это – 1 Комбинация танцевальных шагов.</i>

6. ДИНАМИЧЕСКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ: СОЗДАНИЕ КОНТРАСТОВ И ЭФФЕКТЫ С МУЗЫКОЙ

6.1. Динамические изменения: Дефиниция

- 6.1.1. Композиция, структурированная вокруг определенного музыкального произведения, использует изменения **темпа** и **интенсивности** для построения главной идеи и создания визуальных эффектов, распознаваемых зрителем.
- 6.1.1.1. Темп известен также как «бит» - частота тактов или пульсация в музыке.
- 6.1.2. Скорость и интенсивность движений гимнастики, а также движения ее предмета должны отражать изменения **темпа** и **интенсивности** музыки, чтобы создавать Динамические изменения.
- 6.1.3. Отсутствие контраста в **темпе** и **интенсивности** может создать монотонность и потерю интереса публики.
- 6.1.4. Динамические изменения могут создавать контрасты по-разному, в гармонии с изменениями в музыке:
- 6.1.4.1. Контрасты в темпе или интенсивности движений **возникают мгновенно** от одной части упражнения к другой.
- 6.1.4.2. **Постепенное увеличение или уменьшение** темпа или интенсивности движений - в пределах части упражнения.
- 6.1.4.3. Создание контраста с помощью определенного движения(ий), которое(ые) намеренно демонстрирует темп/интенсивность, **противоположные** общему темпу/интенсивности.

Примеры включают выполнение нескольких музыкальных тактов/фраз очень медленно или очень быстро.

- 6.1.5. Существует множество других методов изменения темпа и интенсивности, например, короткие остановки/паузы/позы или одиночные движения с непрерывным изменением темпа/интенсивности в ходе движения. **Только 3 метода**, указанные в пункте 6.1.4, признаются необходимыми компонентами для оценивания Артистизма. **Другие методы** изменения темпа и интенсивности могут способствовать развитию основной идеи, выразительности и/или создавать Эффекты.
- 6.1.6. Даже если сама музыка не содержит четких Динамических изменений, гимнастка может создавать Динамические изменения с помощью движений. Такие изменения должны быть выполнены очень четко, чтобы их можно было распознать как контраст в темпе или интенсивности.
- 6.1.7. Чтобы **требуемый компонент Артистизма** был оценен, Динамические изменения должны включать **всех пятерых гимнасток**. У гимнасток могут быть разные роли.

6.2. Эффекты с музыкой: Дефиниция

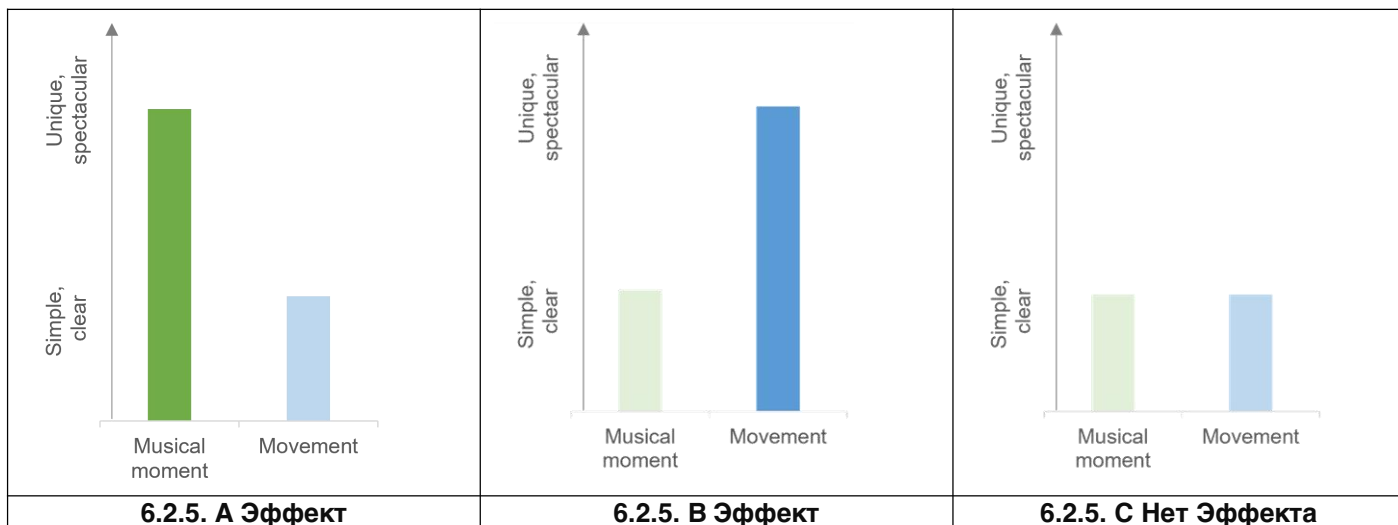
- 6.2.1. Стратегическое расположение **определенных движений тела и/или движений предмета**, поставленное хореографом для выделения **значимых музыкальных моментов**, создающее уникальное сочетание, привлекающее внимание зрителей, признается «**Эффектом с музыкой**». Эффект способствует созданию оригинальной взаимосвязи между конкретной музыкой и движениями, разработанными группой (т.е. уникальной композиции, отличающейся от всех остальных).
- 6.2.2. **Музыкальным моментом** может быть сильный акцент, длинный тон, короткая последовательность акцентов и т.д. Музыкальный момент должен быть значительным – он должен четко выделяться на фоне акцентов или тонов до и после него своей интенсивностью или своим качеством/характером. Такие музыкальные моменты доступны во всех типах музыкальных композиций, и нет необходимости добавлять какие-либо «звуковые эффекты» поверх оригинальных музыкальных композиций.
- 6.2.3. **Как простые, так и сложные движения** могут создавать эффект, если выполняются с четким намерением, которое заключается в том, чтобы подчеркнуть важный момент в музыке.
- 6.2.3.1. Примеры сложных движений:
- DB с несколькими акцентами движения
 - DB с некоторой продолжительностью, например, вращение
 - CC
 - Коллективная работа с канонадным исполнением / быстрой последовательностью
 - Уникальный, инновационный или сложный технический элемент предмета
- 6.2.3.2. Примеры простых движений:
- Фиксация DB
 - Принятие, подчеркивание позы (исключая исходную и конечную позиции в упражнении)
 - Сильный мах ногой
 - Действие броска в DE
 - Простой технический элемент предмета, согласованный с движением тела
- 6.2.3.3. Примеры движений, которые слишком малы или типичны, чтобы их можно было распознать как Эффект:
- Шассе
 - Базовый бросок рукой(ами)
 - Поза, созданная с использованием только рук(и) / головы

6.2.4. Эффект может быть создан группой в целом или гимнасткой(ами), выполняющими «главное действие». Не все гимнастки должны действительно демонстрировать настоящий Эффект, однако их движения должны поддерживать/подчеркивать главное действие, а не отвлекать от него внимание. Ни одно движение не должно противоречить музыкальному моменту или игнорировать его.

Разъяснения / Примеры
<i>Природа Танцевальных шагов заключается в том, чтобы уделять приоритетное внимание гармонии между способами передвижения и музыкой (ритмом и акцентами). Следовательно, сами модальности не будут признаваться в качестве Эффекта. Если Комбинация Танцевальных шагов содержит дополнительное объединение определенных движений, подчеркивающих определенные акценты, в дополнение к модальностям, это может быть расценено как Эффект.</i>
<i>Создание визуального образа/имитации, достигаемое комбинированием нескольких гимнасток и/или предметов (примеры: звезда, буквы, рамка для картины, велосипед, детская кроватка и т.д.), само по себе не является Эффектом. Даже сложные движения, подобные приведенным в этих примерах, должны выполняться с намерением подчеркнуть важный момент в музыке, чтобы создать Эффект (см. 6.2.2).</i>

6.2.5. Эффект создается благодаря уникальному сочетанию движения и музыки. Вместе движение и музыка должны оказывать достаточное воздействие, чтобы оставить впечатление у публики.

- Если музыкальный момент очень примечателен – выделяется из всех других частей музыки – объединение может быть осуществлено с помощью стратегически поставленного «простого» или «стандартного» движения (рис. 6.2.5. А).
- Если элемент тела и/или предмета очень примечателен – неожиданный, инновационный, зрелищный, – единство может быть достигнуто за счет идеального выбора музыкального момента, который является сильным и четким, но не уникальным по интенсивности, качеству или характеру (рис. 6.2.5. В).
- Если музыкальный момент не уникален по интенсивности, качеству или характеру, а движение простое или стандартное, их сочетание обычно не оказывает достаточного воздействия для создания Эффекта (рис. 6.2.5. С).



6.3. Требования

6.3.1. Минимум 4 Динамических изменения с участием всех 5 гимнасток (как определено в п. 6.1.4) или Эффекта с музыкой (как определено в п. 6.2). Примеры: 4 Динамических изменения + 0 Эффектов, 3 динамических изменения + 1 Эффект или 2 Динамических изменения + 2 Эффекта и т.п.

6.3.2. Упражнения, в которых присутствуют **менее 4** Динамических изменений или Эффектов с музыкой, будут наказываться сбавкой 0.30 за каждый отсутствующий.

6.4. Оценивание динамических изменений

6.4.1. Динамические изменения могут быть в любой части упражнения, включая Комбинацию Танцевальных шагов.

6.4.2. Трудности и полные волны тела, которые включают в себя явное изменение темпа или интенсивности, например, быстрый Поворот Фуэте, серию прыжков, выполняемых с широким интенсивным перемещением, очень медленную волну тела или очень быстрые вращения в R, считаются динамическими изменениями только в том случае, если они сопровождаются явным изменением в музыке и исполнены с четким контрастом по темпу/интенсивности по сравнению с элементами до и после.

6.4.3. Если в музыке есть явное Динамическое изменение, которое гимнастка не может подчеркнуть своими движениями, это не наказывается автоматически как пропущенное Динамическое изменение: в упражнении могут быть 4 других Динамических изменения / Эффекта. Однако, за отсутствие отражения четкой смены темпа / интенсивности / ритма применяется сбавка за Ритм (см. п. 9.2.2).

6.5. Эффекты с музыкой: Оценивание

6.5.1. Чтобы Эффект был оценен, он должен быть выполнен точно в такт музыке. Попытка создания Эффекта, выполненная чуть раньше или после нужного музыкального момента, не будет оценена.

7. КОЛЛЕКТИВНАЯ РАБОТА

7.1. Дефиниция

7.1.1. Введение

7.1.1.1. Типичной характеристикой группового упражнения является участие каждой гимнастки в однородной работе группы в духе сотрудничества.

7.1.1.2. Коллективная работа означает, что гимнастки работают вместе, чтобы **продемонстрировать отношение друг с другом через тип(ы) движений и хронометраж**, а не через физическую взаимосвязь (совместные действия).

7.1.1.3. Каждое упражнение должно иметь различные виды организации коллективной работы.

7.1.1.4. **В качестве общего принципа хореографии (за пределами оценивания Артистизма)** 4 типа коллективной работы (п. 7.1.2-7.1.5) могут использоваться в любой части композиции, любой продолжительности, включая, но не ограничиваясь следующим:

- в Трудностях и вне Трудностей,
- всеми 5 гимнастками или в подгруппах,
- любой длительности,
- с сочетанием разных типов коллективной работы (например, хоральное исполнение с подгруппой, демонстрирующей контраст)
- и т.п.

7.1.1.5. Чтобы быть засчитанным как **требуемый компонент для оценки Артистизма**, каждый из 4 типов коллективной работы (п. 7.1.2-7.1.5) должен быть представлен вне компонентов Трудности (DB, DE, R, DC) и полностью **соответствовать дефиниции, приведенной ниже:**

7.1.2. Синхронное исполнение

7.1.2.1. **Одновременное выполнение одного и того же движения** (с одинаковой амплитудой, скоростью, динамизмом и т.д.)

- 7.1.2.2. Все **5 гимнасток** должны выполнять синхронные движения.
- 7.1.2.3. Требуемая продолжительность для распознавания в качестве компонента артистизма: минимум **2 секунды** в синхронизации.

7.1.3. «Хоральное» исполнение

- 7.1.3.1. Гимнастки, представляющие разные голоса хора, поющие вместе: **одновременное выполнение разных движений**, которые вместе образуют одно хореографическое целое.
- 7.1.3.2. Каждая из 5 гимнасток должна играть свою роль, в общей сложности - 5 различных ролей. Каждая роль – это движения, а не фиксированная поза.
- 7.1.3.3. «**Хореографическое единство**» формируется путем демонстрации взаимоотношений между гимнастками; недостаточно выступать как 5 отдельных, независимых индивидуальных гимнасток.
- 7.1.3.4. Примеры методов демонстрации взаимосвязи:
- вариации формы,
 - вариации работы с одним и тем же предметом,
 - работа в плотном построении,
 - общее направление движения,
 - подчеркивание одного и того же акцента,
 - общий вид.
- 7.1.3.5. Требуемая продолжительность, чтобы компонент Артистизма был засчитан: минимум **2 секунды**, когда все 5 гимнасток непрерывно выступают в разных ролях. Роль (роли) может меняться с течением времени (например, меняется уровень или модальность), при условии, что ни одна гимнастка не выполняет одинаковые движения одновременно.

7.1.4. Исполнение в «быстрой последовательности» или «канонадное исполнение»

- 7.1.4.1. **Несинхронизированное выполнение одних и тех же или связанных движений**: Движение повторяется разными гимнастками или подгруппами, каждая гимнастка/подгруппа одна за другой, с равными временными интервалами.
- 7.1.4.2. **Быстрая последовательность** означает, что каждая гимнастка/подгруппа начинает последовательность движений **немедленно после того**, как ее начала предыдущая гимнастка/подгруппа. Предыдущая гимнастка/подгруппа еще не завершила последовательность движений, следующая уже начинает движение; при выполнении происходит перекрытие по времени. Темп диктуется музыкой, не существует минимального или максимального интервала между действиями.
- 7.1.4.3. **Канонада** означает, что каждая гимнастка/подгруппа начинает последовательность движений после того, как предыдущая гимнастка/подгруппа **завершила** всю последовательность движений. При выполнении нет перекрытия по времени.
- 7.1.4.4. Все **5 гимнасток** должны быть непосредственно задействованы, возможна разная организация и разные роли. Например:
- Одна гимнастка дает импульс каждой из других гимнасток, импульс дается в быстрой последовательности;
 - Две пары гимнасток поднимают гимнастку в канонадном исполнении: Первая пара поднимает партнершу, которая выполняет движение в позиции поддержки, затем следующая пара поднимает партнершу, выполняющую такое же действие.
- 7.1.4.5. Требуемая продолжительность, которая должна быть оценена как компонент Артистизма: минимум **2 секунды** с момента, когда первая гимнастка или подгруппа начинает последовательность движений, до тех пор, пока последняя гимнастка или подгруппа не завершит последовательность движений.

7.1.5. Контрастное исполнение

- 7.1.5.1. **Одновременное выполнение 2 различных типов движений**, создающих контраст, с помощью 1 или более следующих вариантов:
- Контраст в скорости (медленно – быстро)

- Контраст по интенсивности (с усилием – мягко)
 - Контраст по уровню (тело вертикально – тело у пола или на полу / предмет наверху – предмет у пола или на полу)
 - Движение с контрастом: 2 группы гимнасток движутся в разных направлениях, пересекая друг друга; минимум 1 из групп должна изменить направление.
- 7.1.5.2. **Каждая из 5 гимнасток** должна выполнить 1 из 2 контрастных действий. Одновременное выполнение 3 или более действий не засчитывается.
- 7.1.5.3. 2 движения должны не только быть «разными», они должны быть также **контрастными**. Пример: спирали на уровне колена и на уровне пояса разные, но не создают четкого контраста. Спираль на уровне лодыжек и над головой разные и одновременно контрастные.
- 7.1.5.4. Когда все гимнастки одновременно начинают элемент с контрастом, а затем меняются ролями, это расценивается как контраст, а не как быстрая последовательность/канонада.
- 7.1.5.5. Требуемая продолжительность для оценивания в качестве компонента Артистизма: минимум **2 секунды** при непрерывном контрасте. Роли могут меняться, или типы контраста могут меняться с течением времени (например, 3 медленно + 2 быстро переходят в 3 быстро + 2 медленно переходят в 1 стоя + 4 на полу), при условии, что все 5 гимнасток продолжают находиться в контрасте в течение всего времени.

7.2. Требования и оценивание

- 7.2.1. **Каждый из 4 видов коллективной работы** (п. 7.1.2-7.1.5) должен быть представлен **минимум один раз** вне компонентов Трудности (DB, DE, R, DC) и полностью соответствовать дефинициям, приведенным выше.
- 7.2.2. Каждый вид коллективной работы будет засчитан при незначительных ошибках в хронометраже между гимнастками.
- 7.2.3. **Сбавка: 0.30** за каждый вид коллективной работы, не признанный вне пределов компонентов Трудности или не выполненный в соответствии с дефиницией (п. 7.1.2-7.1.5).

8. СОЕДИНЕНИЯ

8.1. Дефиниция

- 8.1.1. Соединения – это «связи» между 2 движениями или Трудностями. Хорошо разработанные соединения и/или связующие шаги необходимы для создания гармонии и плавности выступления.
- 8.1.2. Все движения как тела, так и предмета должны иметь логическую, намеренную связь между собой так, чтобы одно движение/элемент переходили бы в другое по определенной причине.
- 8.1.3. Эти связи между движениями также дают возможность усилить характер композиции.
- 8.1.4. Элементы соединяются плавно и логично без длительных приготовлений или ненужных остановок. Допускаются намеренные остановки, поддерживающие характер композиции и создающие стратегические паузы.
- 8.1.5. Элементы, которые расположены вместе без четкого намерения, становятся серией несвязанных действий. Такие соединения препятствуют как полному развитию сюжета, так и уникальной идентичности композиции. Примеры нелогичных соединений каждой отдельной гимнастки:
- Переходы от одного движения тела или предмета/Трудности к другому, которые являются резкими или нелогичными
 - Резкое переключение между положением стоя и положением на полу без четкой цели и логики

- Резкий поворот лицом в другую сторону без четкой цели и логики
- Резкое изменение направления движения без четкой цели и логики
- Резкое изменение плоскости или направления движения предмета без плавного перехода
- Длительные переходы от одного движения к другому, например, требуют времени для подготовки к следующему элементу

8.1.6. Нелогичные соединения могут возникать из-за ошибок композиции, недостаточно развитой техники, корректировок во время выступления (перескоков/урезания/пропуска элементов и т.п.).

8.2. Дефиниция соединений в групповой работе

8.2.1. Ожидается, что группа будет **работать и передвигаться как единое целое** на протяжении всей хореографии, с четкой взаимосвязью между всеми гимнастками – также в связях между элементами, между построениями и в подготовке к Трудностям.

8.2.2. В этих соединениях единство групповой работы может быть достигнуто с использованием различных методов, например:

- Движение с постепенным переходом от одного построению к другому, всегда поддерживая четкую организацию гимнасток, например, соблюдая линии, выдерживая равные дистанции и т.д.
- Гимнастки, движущиеся в одном направлении, но на разные расстояния передвижения
- Гимнастки, перемещающиеся в разных направлениях и на разные расстояния, но использующие один и тот же набор движений
- Гимнастки, перемещающиеся в разных направлениях и на разные расстояния, с разными движениями, но четко расставляющие одни и те же акценты
- С применением принципов коллективной работы

8.2.3. Элементы, которые связаны вместе, выполняются **с растворением групповой работы** во время соединений – отсутствуют взаимосвязи между гимнастками по построениям, направлению, типу движений и т.д. – это наказывается сбавками за «нелогичные соединения». Примеры нелогичных соединений в групповой работе:

- Переходы, при которых одна или несколько гимнасток просто переходят/перебегают от одного построения к другому
- Переходы, при которых гимнастки переходят в новое положение на площадке, используя неорганизованные траектории, направления, расстояния и т.д.
- Переходы, при которых некоторые гимнастки готовятся к следующему элементу раньше партнерш, останавливаясь и ожидая партнерш.

8.3. Оценивание

8.3.1. Композиции, построенные как серии несвязанных элементов, будут наказываться сбавками.

8.3.2. **Нелогичные соединения будут наказываться сбавкой 0.10 каждый раз, до 2.00 баллов.**

8.3.3. Сбавка за нелогичное соединение применяется только один раз за каждое движение/соединение, независимо от количества гимнасток или предметов, допустивших ошибку, и независимо от того, что индивидуальные соединения и групповые соединения являются нелогичными одновременно.

8.3.4. Сбавка за соединение не применяется, если гимнастка(и) останавливает/приостанавливает выполнение композиции из-за серьезных ошибок, таких как потеря предмета, потеря равновесия с опорой или падением, пробежка из-за броска с неточной траекторией или остановка, чтобы распутать узел / запутывание.

9. РИТМ И ОКОНЧАНИЕ С МУЗЫКОЙ

9.1. Дефиниция

- 9.1.1. Движения тела, а также предмета должны точно соотноситься с музыкальными акцентами и музыкальными фразами.
- 9.1.2. Как движения тела, так и движения предмета должны подчеркивать ритм/темп музыки.
- 9.1.3. Конец упражнения должен точно совпадать с окончанием музыки.

9.2. Оценивание

- 9.2.1. Движения, выполняемые отдельно от акцентов или не связанные с темпом, установленным музыкой, наказываются каждый раз **сбавкой 0.10 балла (до 2.00 баллов)**.
- 9.2.2. Примеры ситуаций, когда применяются сбавки за «ритм»:
- Когда движения заметно подчеркнуты до или после акцентов
 - Когда четкий акцент в музыке «пропущен» и не подчеркнут движением
 - Когда группа создает сильный акцент в движении, в то время как музыка не имеет соответствующего акцента
 - Когда движения непреднамеренно начинаются перед музыкальной фразой или после нее
 - Когда темп меняется, а группа не отражает изменение темпа/скорости
 - Когда интенсивность меняется, а группа не отражает изменение интенсивности
 - Когда музыка заканчивается затуханием, а группа продолжает двигаться быстро, создавая сильные акценты движения на затухании.
- 9.2.3. Ожидается, что **вся группа** завершит упражнение в гармонии с музыкой, причем все 5 гимнасток закончат его в один и тот же момент. Если часть гимнасток группы принимают финальное положение **до окончания музыки** или **после того, как музыка закончилась**, или не делают четкой остановки перед тем, как покинуть площадку, применяется сбавка за отсутствие гармонии между музыкой и движением в конце упражнения.

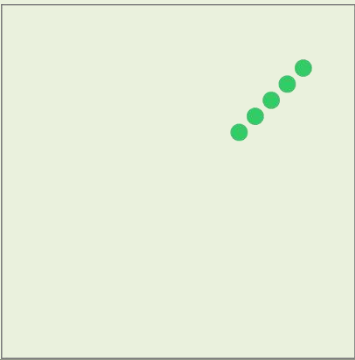
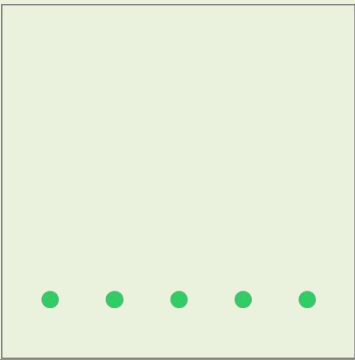
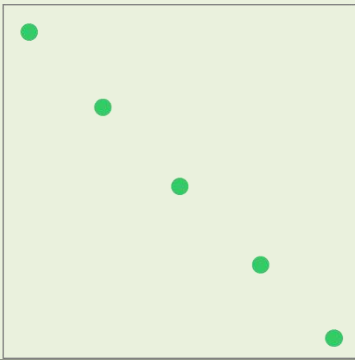
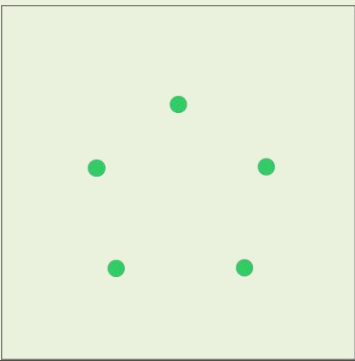
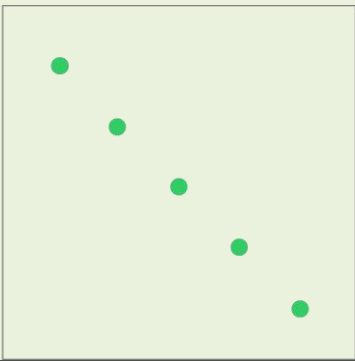
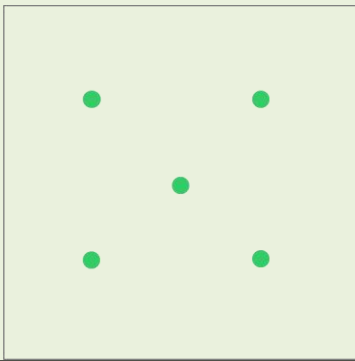
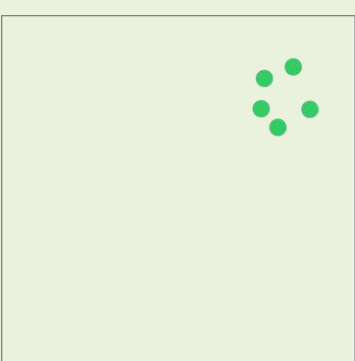
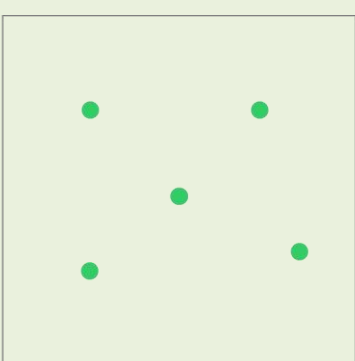
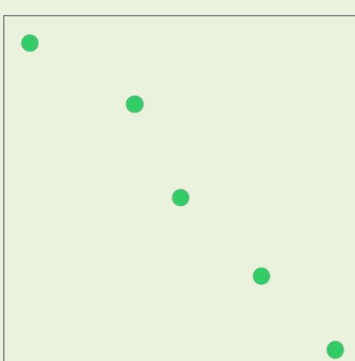
10. ПОСТРОЕНИЯ

10.1. Построения должны быть созданы с разнообразием в следующем:

- Размещение в различных областях площадки: центр, углы, диагонали, линии
- Рисунок: круги, линии во всех направлениях, треугольники и т.д.
- Амплитуда: размер/плотность построения (широкие, средние, близкие и т.д.).

10.1.1. **Сбавка 0.30** за недостаточное разнообразие **в рисунках построений**: если одна форма построения преобладает по сравнению с другими.

10.1.2. Сбавка 0.30 за недостаточное разнообразие в амплитуде построений: если один размер/плотность построения преобладает по сравнению с другими.

Разъяснения / Примеры		
Разнообразие в амплитуде построений – нет разнообразия в дизайне построений:		
		
Разнообразие в дизайне построений – нет разнообразия в амплитуде построений:		
		
Разнообразие в дизайне и амплитуде построений – неточность построений (сбавка в Исполнении):		
		

10.2. Движения по площадке и между разными уровнями должны быть в постоянном развитии, без задержки на долгое время в одном и том же месте.

10.2.1. Сбавка 0,30 каждый раз, когда одно и то же построение выполняется в одном и том же месте площадки для 3 или более Трудностей подряд

Разъяснения / Примеры
<p>Подсчет количества Трудностей в одном построении в одном и том же месте:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Когда DB и DE выполнены одновременно, это считается 1 Трудностью.

11. ПРЕРЫВАНИЕ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ

- 11.1. Целью создания гармоничной взаимосвязи всех компонентов Артистизма вместе взятых - является создание единой идеи. Непрерывность движений от начала до конца способствует гармонии и единству.
- 11.2. Серьезная техническая ошибка, которая нарушает непрерывность композиции, вынуждая гимнастку(ок) прекратить исполнение композиции или приостановить изображение художественного образа на **4 или более секунд**, наказываются сбавкой 0,60 один раз в качестве **общей сбавки** в конце упражнения. Примеры ситуаций, которые могут привести к прерыванию непрерывности:
- Потеря предмета с большим перемещением
 - Замена потерянного, сломанного или непригодного для использования предмета
 - Распутывание узлов на Скакалке или Ленте
 - Устранение произвольного запутывания в предмет
 - Гимнастка(и) делают паузу, чтобы понять, с какого момента продолжить композицию.
- 11.3. Во время прерывания на 4 или более секунды **никакие другие компоненты Артистизма не оцениваются**: нет никаких дополнительных сбавок за Ритм, контакт с предметом, и т.д. Кроме того, судьи в Исполнения наказывают группу только за первоначальную техническую ошибку, они не применяют никаких дополнительных сбавок во время прерывания (статичный предмет, Лента на полу и т.д.) (см. Исполнение, п. 2.2.3, 2.4.1).

Разъяснения / Примеры

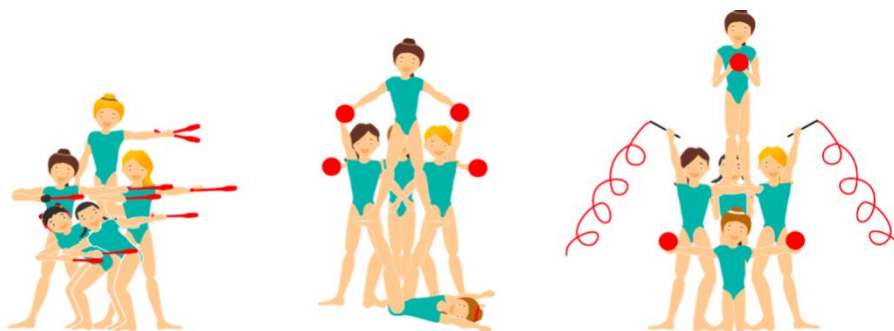
*Сбавка за прерывание последовательности применяется в каждом случае **потери** предмета на 4 или более секунд, даже если гимнастка продолжает танец: если предмет неконтролируемо движется и/или лежит неподвижно в течение 4 или более секунд, это является прерыванием непрерывности упражнения с предметом.*

Если гимнастке удастся замаскировать потерю предмета так, чтобы это вообще не выглядит как потеря, а похоже на выполнение упражнения с предметом (например, Мяч медленно катится, а гимнастка танцует рядом с ним), то сбавка за прерывание последовательности не применяется.

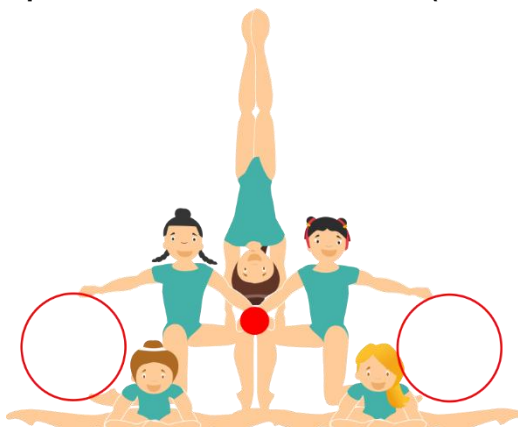
12. КОНСТРУКЦИИ / ПОЛОЖЕНИЯ ПОДЪЕМА/ПОДДЕРЖКИ

- 12.1. В начале, во время и/или в конце упражнения можно использовать элементы или позы, в которых 1 гимнастка отрывается от пола, опираясь на другую гимнастку(ок) и/или предмет, при условии, что:
- **Максимум 1 гимнастку поднимают** от пола одновременно
 - Гимнастка отрывается от пола **менее чем на 4 секунды**
 - Исходное положение: менее 4 секунд с момента первоначального движения первой гимнастки до того, как поднятая гимнастка окажется на полу.
 - Конечное положение: менее 4 секунд с момента отрыва гимнастки от пола до последнего движения последней гимнастки.
 - Поднятая гимнастка может быть поднята или забраться в поднятое положение, но не может быть подброшена в воздух, прыгнуть вниз или упасть из поднятого положения.
 - Поднятая гимнастка не может выполнять какие-либо варианты стойки на руках, локтях или шее. В остальном положение или движения свободны.
 - Каждая поддерживающая гимнастка должна опираться ступнями, коленями или спиной на пол и не может находиться в какой-либо разновидности мостика.
- 12.2. Конструкция, которая не соответствует вышеуказанным требованиям, например, удерживается в течение 4 или более секунд, **наказывается сбавкой 0.60**. Сбавка применяется за каждый неразрешенный элемент.

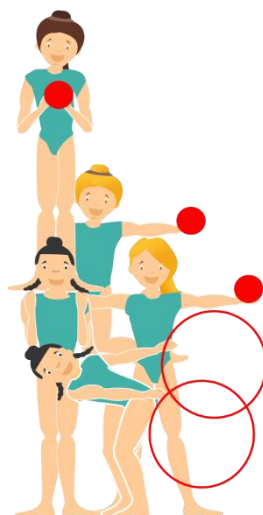
Пример 1: Разрешенные положения подъема



Пример 2: запрещенные положения подъема (стойка на руках)



Пример 3: запрещенные положения (2 гимнастки подняты)



13. КОНТАКТ С ПРЕДМЕТАМИ И ГИМНАСТКАМИ

- 13.1.** В начале упражнения 1 или несколько гимнасток могут **находиться без предмета**. Такой фрагмент упражнения должен быть **менее 5 секунд** начиная с первого движения первой гимнастки.
- 13.2.** Если предметы или гимнастки не начинают двигаться одновременно, то различные движения должны последовать одно за другим, в течение **менее 4 секунд** во избежание статики одной или нескольких гимнасток/предметов.
- 13.3.** Во время упражнения 1 или несколько гимнасток не могут оставаться без предмета дольше 5 секунд
- 13.4.** Сбавка 0,30 применяется, если 1 или несколько гимнасток остаются без предмета 5 или более секунд (сбавка применяется один раз в упражнении, независимо от ошибки композиции или технической ошибки).
- 13.5.** В конце упражнения каждая гимнастка может держать или находиться в контакте с 1 или несколькими предметами. В этом случае 1 или несколько гимнасток могут быть без предметов в конце упражнения.
- 13.6.** Сбавка 0,60 применяется, если 1 или более предметов свободно остаются на полу и не находятся в контакте с любой гимнасткой (ни напрямую, ни посредством предметов) в исходном положении или в финальном положении (ошибка композиции). Примеры:
- 10 Булав соединены в большой круг. Гимнастка находится в прямом контакте с 2 из этих Булав. Остальные 8 Булав находятся в контакте через круг из Булав: Нет сбавки.
 - 2 Обруча свободно лежат на полу, соприкасаясь друг с другом, но ни один из них не находится в контакте с гимнасткой. Сбавка 0,60 балла.

14. ГРУППОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ - ОШИБКИ В АРТИСТИЗМЕ

Эта таблица составлена с учетом полных пояснений, приведенных в текстовых пунктах (2-13).

В полях с несколькими маркерами все маркеры должны быть отмечены галочками, если они применимы, и если только в поле не указано «или»

Сбавка	0.30	0.60	1.00
ГЛАВНАЯ ИДЕЯ И ХАРАКТЕР ДВИЖЕНИЯ	<p>Присутствует в большей части упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Присутствует главная идея • В большинстве упражнения присутствует характер • Большое разнообразие частей тела • Большое разнообразие типов движений • С разнообразием или без него организации работы группы (не требуется) 	<p>Присутствует в частях упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Четкое единство между деталями и музыкой • Минимум 5 частей имеют характер • С разнообразием или без него (не требуется) 	<p>Не имеет приоритета:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Менее чем 5 частей имеют характер
ЭКСПРЕССИЯ ТЕЛА	<p>Полностью развита в частях упражнения:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Полное участие в мин. 2 частях • Менее чем 4 момента с недостаточным участием 	<p>Частично развита или не развита в упражнении:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Полное участие менее чем в 2 частях или • 4 или более моментов с недостаточным участием <p><i>Возможно частичное участие на любое время упражнения</i></p>	
ЭКСПРЕССИЯ ЛИЦА	<p>Частично развита или не развита в упражнении:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Полный приоритет менее чем в 2 частях или • 4 и более моментов с безучастным или сосредоточенным лицом 		
ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ШАГИ (требование: 2)	<p>За каждую отсутствующую Комбинацию Танцевальных шагов с ритмом и характером</p>		
ДИНАМИЧЕСКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ и ЭФФЕКТЫ (требование: всего 4)	<p>За каждое отсутствующее Динамическое изменение/Эффект</p>		

КОЛЛЕКТИВНАЯ РАБОТА (требования: 4 типа)	За каждый отсутствующий тип коллективной работы (Синхронизация, хоральное исполнение, быстрая последовательность/канонадное исполнение, контраст)									
СОЕДИНЕНИЯ	Сбавки									
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70	0.80	0.90	1.00
	1.10	1.20	1.30	1.40	1.50	1.60	1.70	1.80	1.90	2.00
РИТМ	Сбавки									
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70	0.80	0.90	1.00
	1.10	1.20	1.30	1.40	1.50	1.60	1.70	1.80	1.90	2.00
СБАВКИ	0.30			0.60			1.00			
ПОСТРОЕНИЯ	Недостаточное разнообразие в рисунках (дизайне) построений.									
	Недостаточное разнообразие в амплитуде построений.									
	Одно и то же построение сохраняется на одном и том же месте в течение 3 или более Трудностей подряд (сбавка за каждый набор Трудностей).									
ПРЕРЫВАНИЕ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ				Последовательность композиции нарушена на 4 или более секунд из-за серьезного технического прерывания (сбавка 1 раз за упражнение)						
КОНСТРУКЦИИ / ПОДДЕРЖКИ				Запрещенная конструкция или 4 и более секунд в положении поддержки (сбавка за каждый элемент)						
КОНТАКТ МЕЖДУ ГИМНАСТКАМИ И ПРЕДМЕТАМИ	1 или более гимнасток находятся без предмета в течение 5 или более секунд (сбавка 1 раз за упражнение)			1 или несколько предметов не соприкасаются ни с одной гимнасткой в исходном или конечном положении (ошибка композиции)						

МУЗЫКАЛЬНОЕ ВСТУПЛЕНИЕ	Музыкальное вступление 4 или более секунд		
СООТВЕТСТВИЕ МУЗЫКИ НОРМАМ	Музыка не соответствует правилам		
МУЗЫКА / ДВИЖЕНИЕ В КОНЦЕ УПРАЖНЕНИЯ	Отсутствие гармонии между музыкой и движением в конце упражнения		

1. ОЦЕНИВАНИЕ БРИГАДОЙ СУДЕЙ ИСПОЛНЕНИЯ

- 1.1. Судейство Бригады Исполнения (E) требует, чтобы элементы выполнялись эстетически и технически совершенно.
- 1.2. Гимнастки группы должны включать в свои упражнения только те элементы, которые они могут исполнить абсолютно безопасно и с высокой степенью технического мастерства. Все отклонения от подобных ожиданий ведут к сбавкам Бригады Судей E.
- 1.3. Бригада E не имеет отношения к Трудности упражнения. Судьи E должны применять сбавки в равной степени за одинаковые ошибки, независимо от Трудности элемента или соединения.
- 1.4. Судьи E должны максимально соответствовать современному уровню художественной гимнастики, всегда знать, чего следует ожидать от современного исполнения элементов в Групповом упражнении и как меняются сегодня стандарты по мере развития спорта. В этом контексте судьи также должны знать, что возможно и чего вполне разумно ожидать, и что представляет собой исключение либо что-то особенное.
- 1.5. Все отклонения от корректного исполнения считаются техническими ошибками и должны быть соответственно оценены судьями. Размер сбавки (за малые, средние и большие ошибки) обусловлен степенью отклонения от корректного исполнения. Нижеследующие сбавки будут применены за каждое видимое техническое отклонение от ожидаемого совершенного исполнения.
 - **Малая ошибка 0.10** – малая степень отклонения от совершенного технического исполнения
 - **Средняя ошибка 0.30** – заметная степень отклонения от совершенного технического исполнения
 - **Большая ошибка 0.50 или более** – большая и серьезная степень отклонения от совершенного технического исполнения
- 1.6. Ошибки Исполнения наказываются сбавкой каждый раз и за каждый элемент.
- 1.7. **Окончательная оценка E получается так:** сумма сбавок в Исполнении вычитается из **10.00 баллов**.

Разъяснения / Примеры

Сбавки в зеленых ячейках означают, что только 1 сбавка – наивысшая применяемая сбавка – из этой линии может применяться за каждую техническую ошибку.

*Все перечисленные сбавки даются каждый раз, независимо от числа гимнасток, совершивших ошибки (общие сбавки), если жирным шрифтом не указано, что сбавки даются **за каждую гимнастку**.*

2. РАЗЪЯСНЕНИЕ ПО СБАВКАМ В ИСПОЛНЕНИИ

2.1. Разъяснения по сбавкам в Исполнении за движения тела

2.1.1. За «часть тела в неправильном положении во время движения тела» дается 1 сбавка «**за каждый неправильный сегмент тела**», и сбавка применяется **каждый раз**. Это означает:

2.1.1.1. Тот же самый сегмент с обеих сторон тела:

- оба колена согнуты одновременно: 0,10 за колени 1 раз
- обе стопы не натянуты одновременно: 0,10 за стопы 1 раз

2.1.1.2. Прыжок(и) с подготовкой:

- 1 прыжок в шпагат с неправильным положением обоих коленей и обеих стоп: 0,10 за колени и 0,10 за стопы = 0,20
- Шассе с неправильным положением обоих коленей и обеих стоп + прыжок в шпагат с неправильным положением обоих коленей и обеих стоп: 0,10 за колени и 0,10 за стопы в шассе + 0,10 за колени и 0,10 за стопы в прыжке = 0,40.
- Шассе с неправильным положением обоих коленей и обеих стоп + прыжок в шпагат с неправильным положением обоих коленей и обеих стоп + прыжок в шпагат с неправильным положением обоих коленей и обеих стоп: 0,10 за колени и 0,10 за

стопы в шассе + 0,10 за колени и 0,10 за стопы на 1-м прыжке + 0,10 за колени и 0,10 за стопы при 2-м прыжке = 0,60.

2.1.1.3. Вращательные элементы:

- Серия **вертикальных вращений**, например, 3 шене, каждое с согнутыми коленями: 0,10 за колени 1 раз = 0,10.
- Серия **преакробатических элементов**, например, 3 переворота, каждый с согнутыми коленями: 0,10 за колени за каждый преакробатический элемент = 0,30.
- Р с переворотом + 3 шене + 2-й переворот, каждое с согнутыми коленями: 0,10 за 1-ый переворот, 0,10 за шене, 0,10 для 2-ой переворот = 0,30.

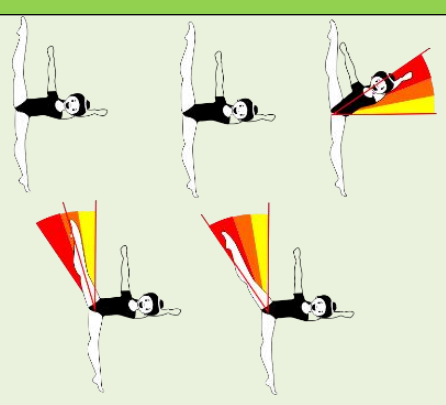
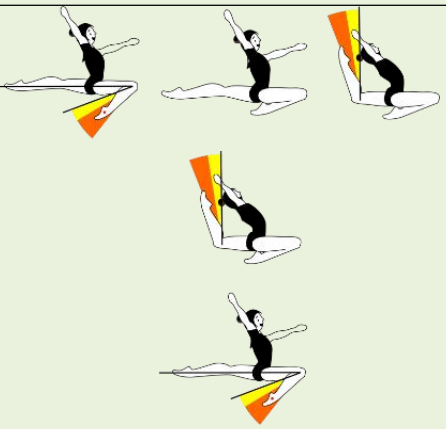
2.1.1.4. Различные виды перемещения:

- 6 шагов ходьбы, выполненных с неправильным положением стоп = 1 модальность = 0,10 б. 1 раз
- 4 «маршевых» шага, выполненных с неправильным положением стоп = 1 модальность = 0,10 б. 1 раз
- 1 комбинация танцевальных шагов из 3-х разных модальностей, выполненная с неправильным положением стоп = сбавка за каждую модальность = 0,30.

2.1.2. **Симметричное положение плеч и туловища** при выполнении Трудностей тела является важным аспектом техники тела, особенно для здоровья гимнастки. Асимметричные положения будут наказываться как «неправильно удерживаемый сегмент».

2.1.3. **Отклонения при выполнении Трудностей тела:**

- Каждая сбавка будет применена отдельно за каждую ошибку. Если в Трудности тела есть несколько неправильных форм, выполненных любой из гимнасток, сбавка начисляется за каждое отклонение от правильной формы.

Разъяснения / примеры		
Выступление	Описание	Сбавки в Исполнении
	<p><i>Шпагат</i> 1 гимнастка среднее отклонение + 1 гимнастка большое отклонение</p> <p><i>Туловище</i> 1 гимнастка большое отклонение</p>	<p>0.50 + 0.50</p>
	<p><i>Подбив</i> 2 гимнастки среднее отклонение</p> <p><i>Кольцо</i> 2 гимнастки среднее отклонение</p>	<p>0.30 + 0.30</p>

2.1.4. Отклонения и неправильные части тела в **Равновесии Фуэте**:

- Равновесие Фуэте – это **1 DB**: за отклонение наказывается только **самая слабая форма DB**. Однако каждая форма может получить несколько сбавок за отклонение, например, шпагат + туловище.
- Каждая **часть тела** наказывается только 1 раз во время **DB** (колени опорной ноги максимум 1 раз, колени поднятой ноги максимум 1 раз и т.д.).

2.1.5. Прыжок с техникой «качели»: Прыжки состоят из 3 фаз - отталкивание, фаза полета и приземление. Гимнастка должна полностью раскрыть потенциал прыжка (требуемой формы) во время наивысшей фазы полета, а не выполнять 2 разные формы. Если это требование не выполняется, сбавка применяется за технику «качели».

2.1.6. Если во время Трудности равновесия происходят следующие ошибки: форма не удерживается минимум 1 секунду и происходит потеря оси с дополнительным шагом:

- сбавка составит 0,30 + 0,30 (независимо от количества гимнасток, допустивших ошибки)

2.1.7. В Трудностях с вращением могут возникать **скольжение, подпрыгивание и потеря равновесия** в сочетании:

- «Скольжение» означает небольшое, плавное смещение во время вращения, возникающее в результате смещения центра тяжести гимнастки в сторону от опорной ноги/передней части стопы.
- «Подпрыгивание» – это потеря равновесия при движении, сопровождающаяся внезапным и значительным смещением во время вращения. Оно не обязательно означает, что гимнастка теряет физический контакт с полом. Подпрыгивание происходит из-за того, что центр тяжести гимнастки больше не находится над опорной стопой/ногой, что требует немедленной коррекции для восстановления контроля.
- За одну и ту же Трудность вращения гимнастка наказывается только 1 раз за скольжение или за потерю равновесия, даже если в разные моменты Трудности были допущены различные технические ошибки: скольжение в начале, потеря равновесия с подпрыгиванием в середине и потеря оси с дополнительным шагом в конце = всего 0,30.

2.2. Разъяснения сбавок в Исполнении за технику каждого типа предмета

2.2.1. Если на Ленте образуется **маленький узел** и после нескольких движений он становится средним/большим, применяется только 1 сбавка за узел (самая высокая сбавка за средний/большой узел).

2.2.2. **Лента, оставшаяся на полу**, наказывается, если ткань неподвижно лежит на полу. Если ткань движется по полу, сбавка не применяется.

2.2.3. Сбавка за то, что **Лента осталась на полу**, не применяется, если гимнастка остановила упражнение из-за другой ошибки (узел, запутывание, потеря предмета и т.д.).

2.3. Разъяснения сбавок в Исполнении за технику всех предметов

2.3.1. Сбавка за «простое переступание с ноги на ногу под полетом предмета» применяется, когда траектория полета кажется подходящей, но гимнастка – намеренно или непреднамеренно – выполняет небольшие, простые шаги на месте без явного смещения в определенном направлении, чтобы спасти предмет, причем без очевидной связи с конкретным ритмом и характером музыки.

2.3.2. Сбавка за **неточную траекторию** применяется, если техническая ошибка, вызванная неточным броском, очевидна. Например, если гимнастке приходится бежать или менять намеченное направление, чтобы спасти предмет от потери.

2.3.3. В таблице сбавок в линии за простое движение на месте/неточную траекторию применяется только **самая высокая применимая сбавка**. Пример:

- Сразу после броска гимнастка выполняет 4 простых шага на месте. После этого гимнастка понимает, что траектория неточна, и делает 3 шага по направлению к предмету, который

ловится в полете. Общая сбавка: 0,30 балла за неточную траекторию с 3 шагами для спасения предмета.

- 2.3.4.** Сбавка **за неточную траекторию** применяется только в том случае, если предмет пойман в полете: если неточная траектория заканчивается потерей, то наказывается только потеря в соответствии с общим количеством пройденных шагов: шаги во время полета предмета + шаги после падения предмета на пол.
- 2.3.5.** За **неточную траекторию 2 или более гимнасток**: Судья дает сбавку 1 раз за наибольшее количество пройденных шагов и только 1 раз за каждую Трудность (будь то одновременная ошибка или последовательные ошибки в пределах одного и того же DB, R, DE, DC).
- 2.3.6.** При всех типах **ловли Ленты** предмет, как правило, должен быть пойман за конец палочки. Допускается намеренная ловля ленты за материал в зоне примерно 50 см от крепления, при условии, что это оправдано для следующего движения или финального положения. Если Лента непреднамеренно поймана за материал (по ошибке) или за палочку, но не за ее конец, применяется сбавка за «неправильную ловлю».
- 2.3.7.** Все предметы должны быть пойманы без произвольной помощи другой руки, за исключением случаев, когда другая рука может быть использована намеренно:
- Скакалка: при ловле открытой Скакалки
 - Обруч: когда Обруч вращается вокруг горизонтальной оси
 - Мяч: при ловле вне поля зрения
 - Булавы: при ловле соединенных Булав
 - Лента: при намеренной ловле за материал
- 2.3.8.** Сбавка **за неправильную ловлю** применяется, когда запланированная ловля прерывается дополнительным движением гимнастки, чтобы спасти предмет от падения и/или продолжить выполнение следующего движения.
- 2.3.9.** Если во время ловли предмет касается пола одновременно с тем, как гимнастка касается предмета, и гимнастка немедленно получает контроль над предметом, это не является потерей предмета. В зависимости от типа ловли, за неправильную ловлю может быть применена сбавка в Исполнении.
- Примеры:
- Обруч ловится рукой в тот момент, когда нижняя часть Обруча касается пола: сбавка за неправильную ловлю.
 - Плоский Обруч прижимается к полу ногами одновременно с тем, как нижняя его часть касается пола: правильная ловля, нет сбавки.
 - Палочка Ленты зажимается между коленями в тот момент, когда ее конец касается пола: правильная ловля, нет сбавки.
- 2.3.10. Потеря нескольких предметов:** сбавка за потерю применяется за каждый предмет (исключение: пара Булав), а не в зависимости от количества гимнасток, потерявших предмет, или от количества гимнасток, которые подняли его. За потерю конструкции предметов, подобранную как 1 единица, начисляется сбавка как за 1 предмет. За потерю конструкции из предметов, которая развалилась на части, применяется сбавка за каждый компонент.
- Примеры:
- 2 гимнастки теряют по 1 предмету каждая. 1 гимнастка подбирает оба предмета: 1-й предмет после 3 шагов, а 2-й предмет еще через 1 шаг. 2 отдельных сбавки: 1,00 + 0,70.
 - 1 гимнастка теряет 2 предмета (не пару Булав). Другая гимнастка подбирает оба: 1-й предмет после 3 шагов и 2-й предмет еще через 1 шаг: 1,00 + 0,70.
 - 1 гимнастка теряет конструкцию из 3 Обручей. Другая гимнастка подбирает конструкцию целиком после 3 шагов. 1 сбавка: 1,00.

2.4. Пояснения к комбинациям сбавок

- 2.4.1.** При нарушении **непрерывности последовательности** (см. Артистизм, п. 10), например, из-за того, что гимнастка стоит неподвижно, чтобы распутать узел, сбавка за «статичную гимнастку» не применяется.

- 2.4.2.** Если гимнастка (гимнастки) совершает (совершают) несколько ошибок Исполнения **во время одной и той же Трудности тела**, каждая ячейка в таблице сбавок применяется 1 раз. Пример: Поворот Фуэте с изменением рисунка (спирали) + изменение рисунка (змейки) + произвольное запутывание вокруг тела. Сбавка = 0,10 за изменение рисунка + 0,30, за запутывание = 0,40.
- 2.4.3.** Когда гимнастка потеряла предмет и отправляется за ним, а затем возвращается на площадку (перед возобновлением выступления), к этой гимнастке (а не к партнершам, которые продолжают выступление) применяются следующие правила:
- В течение этого периода **не применяются дополнительные сбавки** за сегменты тела и работу предмета.
 - В течение этого периода применяются сбавки только за потерю равновесия (с опорой или без нее, или за падение) и за дополнительные потери предмета.
- 2.4.4.** Когда разные гимнастки группы неправильно выполняют разные виды ловли в рамках одной и той же Трудности, судьи должны обратить внимание на типы ошибок и применить наивысшие сбавки из каждой ячейки таблицы сбавок. Пример:
- 1 гимнастка ловит обруч, касаясь его предплечьем
 - 1 гимнастка ловит обруч, касаясь его рукой
 - 1 гимнастка ловит обруч с произвольной помощью другой руки
 - 1 гимнастка ловит мяч, произвольно касаясь его телом
- Судьи применяют самую высокую сбавку за ловлю с контактом с предплечьем/рукой (0,30) + самую высокую сбавку за неправильную ловлю с произвольной помощью/контактом (0,30) = всего 0,60.

3. РАБОТА ГРУППЫ

3.1. Таблица сбавок в Исполнении за работу группы

Сбавки	Малая 0.10	Средняя 0.30	Большая 0.50 или более
Синхронность	Отсутствие синхронности между индивидуальными движениями и движениями группы, или СС выполняется с разными интервалами.		
Построения	Неточность линии(й) в построении		
Столкновения	Столкновения гимнасток/предметов (+ все последствия)		

4. ДВИЖЕНИЯ ТЕЛА




4.1. Таблица сбавок в Исполнении за ДВИЖЕНИЯ ТЕЛА


Сбавки	Малые 0.10	Средние 0.30	Большие 0.50 и более
Общие Положения	Незаконченное движение или отсутствие амплитуды в форме Преакробатики		
	Корректировка положения тела (примеры: при подготовке, смещения руки на полу без потери равновесия и т.п.)		
Базовая техника <i>Во время соединений, вращений, всех типов Трудностей.</i>		Статичная гимнастка (4 и более сек.)	
	Неправильное положение части тела во время движения (1 Сбавка за каждый неправильный сегмент, каждый раз) включая, некорректное положение стопы/релеве и/или колена, или бедра, согнутые локти, поднятые или асимметричные плечи, асимметричное положение туловища и т.д.		
	Потеря равновесия, дополнительное движение без перемещения (подпрыгивание, смещение передней части стопы или дрожание опорной ноги, произвольное корректировочное движение и т.п.)	Потеря равновесия/потеря центра: дополнительное движение <u>с перемещением</u> (дополнительный шаг, подпрыгивание с перемещением, потеря оси с дополнительным шагом и т.п.)	Потеря равновесия с опорой на 1 или 2 руки или на предмет Полная потеря равновесия с падением - 0,70 (каждая гимнастка)
Прыжки	Неправильная форма с малым отклонением	Неправильная форма со средним отклонением	Неправильная форма с большим отклонением
	Прыжок с техникой «качели»		
	Тяжелое приземление	Неправильное приземление: видимый прогиб спины во время финальной фазы приземления	

Равновесия	Неправильная форма с малым отклонением	Неправильная форма со средним отклонением	Неправильная форма с большим отклонением
		Форма не удержана мин. 1 сек.	
Вращения <i>Каждая сбавка применяется 1 раз за каждое вращение DB</i>	Неправильная форма с малым отклонением	Неправильная форма со средним отклонением	Неправильная форма с большим отклонением
	Опора на пятку во время Поворота		
	Скольжение		
Пре-акробатические элементы и элементы групп вертикального вращения	Тяжелое приземление	Запрещенная техника пре-акробатических элементов	
		Ходьба в стойке на руках (2 или более смены опоры)	

5. ТЕХНИКА С КАЖДЫМ ТИПОМ ПРЕДМЕТОВ

5.1. Таблица сбавок в Исполнении за технику каждого типа предметов

Сбавки	Малые 0.10	Средние 0.30	Большие 0.50 и более
Обруч 			
Базовая техника	Неправильная работа с предметом: Нарушение плоскости, вибрация, неравномерное вращение вокруг вертикальной оси, и т.п.	Работа с произвольным контактом с телом, (Например, зажатие Обруча телом во время/после перекатов, вращений вокруг оси Обруча и т.п.)	
	Ловля после броска: контакт с предплечьем	Ловля после броска: контакт с рукой	
	Непроизвольный неполный перекат по телу		
	Неправильный перекат с подпрыгиванием		
	Скольжение по руке во время вращения Обруча		
		Проход в Обруч: Зацепиться стопами за Обруч	
Мяч 			
Базовая техника	Неправильная работа: Мяч прижат к предплечью («захват») или явно зажат пальцами	Работа с произвольным контактом с телом: (Например, зажатие Мяча телом во время/после перекатов, после отбива и т.п.)	
	Непроизвольный неполный перекат по телу		
	Неправильный перекат с подпрыгиванием		
	Ловля 2 руками (Исключение: ловля вне зрительного контроля с использованием 2 рук)		
Булавы 			
Базовая техника	Неправильная работа:		

	Неточные движения, руки слишком разведены во время выполнения мельницы, прерывание движения во время малых кругов и т.п.		
	Нарушение синхронности вращения 2 Булав в полете во время броска и ловли		
	Недостаточная чистота в плоскостях работы Булав во время асимметричных движений		
Лента 			
Базовая техника	Неправильная работа: неточная передача, ненамеренное удержание палочки Ленты за середину, неправильная связка между рисунками, щелканье Лентой		
	Нарушение рисунка Ленты: Змейки или спирали недостаточной плотности, неодинаковой высоты, амплитуды и т.п.		
	Непроизвольный контакт с телом	Непроизвольное закручивание вокруг тела или его части, или вокруг палочки без прерывания упражнения	Непроизвольное закручивание вокруг тела или его части, или вокруг палочки с прерыванием упражнения
	Маленький узел с минимальным влиянием на работу предмета-		Средний/большой узел, оказывающий влияние на работу предмета
	Конец Ленты непреднамеренно остается на полу во время рисунков, бросков, эшаппе и т.п. (до 1 метра)	Часть Ленты непреднамеренно остается на полу во время рисунков, бросков, эшаппе и т.п. (более 1 метра)	

6. ТЕХНИКА ВСЕХ ПРЕДМЕТОВ









6.1. Таблица сбавок в Исполнении за технику всех предметов

Сбавки	Малая 0.10	Средняя 0.30	Большая 0.50 или более
Техника		Статика предмета (см. Трудность, п. 3.5)	
Траектории и ловля <i>За неточность траектории у 2 или более гимнасток: сбавка 1 раз по наибольшему числу сделанных шагов</i>	Неточность траектории и ловля в полете с 1 - 2 шагом или коррекцией положения , чтобы спасти предмет, <i>или</i> простые шаги на месте во время полета	Неточность траектории и ловля в полете с 3 - 4 шагами , чтобы спасти предмет	Неточность траектории и ловля в полете с 5 или более шагами , чтобы спасти предмет
	Неправильная ловля: Пример: ловля с непроизвольной помощью другой рукой, чтобы спасти предмет, непроизвольная ловля за материал Ленты и т.п. (см. также Мяч – исключение для 2 рук)	Неправильная ловля с непроизвольным касанием тела	
Потеря предмета			Потеря и возврат предмета без перемещения (для каждой гимнастки)









<p>Потеря последовательн о 2 Булав: сбавка 1 раз по наибольшему числу сделанных шагов, чтобы вернуть дальнюю Булаву</p>			Потеря и возврат предмета с 1 – 2 шагами: 0,70 (для каждой гимнастики)
			Потеря и возврат предмета с 3 и более шагами: 1,00 (для каждой гимнастики)
			Потеря и выход предмета за пределы площадки (независимо от расстояния): 1,00 (для каждой гимнастики)
			Потеря предмета без выхода за пределы площадки и использование запасного предмета: 1,00 (для каждой гимнастики)
			Потеря предмета в конце упражнения (без контакта с предметом): 1,00 (для каждой гимнастики)

1. ПРОГРАММА ПО ПРЕДМЕТАМ

СЕНИОРКИ: 2 упражнения

2025		
2026-2028		
2029		
2030-2032		

ЮНИОРКИ: 2 упражнения

2025		
2026-2027		
2028-2029		
2030-2031		

2. ТЕХНИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА ДЛЯ ЮНИОРОК – ГРУППОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

- 2.1. Общие положения:** Все нормы «Общих положений» для групп сениорок действительны для групп юниорок.
- 2.2. Программа для гимнасток групп юниорок:** Программа для групп юниорок обычно состоит из 2 упражнений с 5 одинаковыми предметами (см. *Программа предметов ФИЖ* для сениорок и юниорок в Е-Приложении).
- 2.2.1.** Программа ФИЖ для групп юниорок может включать скакалку.
- 2.3.** Продолжительность каждого упражнения составляет от 2'15" до 2'30"
- 2.4.** Нормы и характеристики каждого предмета для юниорок указаны в *Нормах по предметам ФИЖ*.
- 2.4.1.** Юниорки допускаются к соревнованиям с предметами для сениорок.
- 2.5.** Каждый предмет, используемый каждой гимнасткой группы, должен иметь лого производителя и «FIG approved logo» в указанном месте для каждого предмета (Скакалка, Обруч, Мяч, Булавы, Лента). Группам не разрешается выступать с не утвержденными предметами. В этом случае упражнение не будет оценено (0,00).
- 2.6.** По требованию Президента Верховного Жюри каждый предмет может быть проверен до входа гимнасток в зал соревнований или в конце упражнения и/или может быть проведена произвольная жеребьевка для контроля предметов. Группам не разрешается выступать с не утвержденными предметами.

3. ТРЕБОВАНИЯ К ТРУДНОСТИ ДЛЯ ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЙ ЮНИОРОК

- 3.1.** Группы должны включать в упражнения только те элементы, которые они могут выполнять безопасно и с высокой степенью эстетического и технического мастерства.
- 3.2.** Существует 2 компонента **Трудности для Групп:**
- Трудность тела (**DB**) состоит из:
 - Трудность без Обмена (**DB**)
 - Трудность с Обменом (**DE**)
 - Динамические элементы с Вращением (**R**)
 - Трудность предмета (**DA**) состоит из:
 - Трудности с Сотрудничеством (**DC**)
- 3.3.** Компоненты Трудности, характерные только для Групповых упражнений:
- **Обмены (DE)** предметами между гимнастками
 - **Сотрудничества (DC)** между гимнастками / предметами

3.4. Требования к Трудности:

Компоненты Трудности			
Трудность тела (DB) Максимум 6 DB/DE (в порядке выполнения)		Трудность предмета (DA)	
Трудность без Обмена (DB)		Трудность с Обменом (DE)	
3		3	
Динамические элементы с вращением (R) Максимум 1			
Особые требования		Особые требования	
Группы Трудности тела: Прыжки  Минимум 1 Равновесия  Минимум 1 Вращения  Минимум 1		Сотрудничества: CC: Минимум 2 CR: Минимум 2 Броски/ловли нескольких предметов: Минимум 2	

3.5. Судьи Трудности идентифицируют Трудности и записывают их в порядке их выполнения, независимо от того, засчитываются Трудности или нет:

- **1-ая подгруппа Судей D (DB):** оценивают количество и техническую ценность Трудностей без Обмена (**DB**), Трудностей с Обменом (**DE**), количество и техническую ценность Динамических элементов с Вращением (**R**). Судьи записывают все элементы с помощью символов
- **2-ая подгруппа Судей D (DA):** оценивают количество и техническую ценность Трудностей с Сотрудничествами (**DC**), наличие требуемого минимума типов Сотрудничества. Судьи записывают все элементы с помощью символов

3.6. Порядок выполнения Трудностей не ограничен; однако расположение Трудностей должно соответствовать хореографическому принципу, согласно которому Трудности должны быть расположены логически, с соединительными элементами и движениями в гармонии с характером музыки (см. Артистизм).

4. ТРУДНОСТЬ ТЕЛА (DB)

4.1 **Требование:** минимум 3, максимум 3 DB в порядке их выполнения оцениваются в упражнении, включая любые DB ценностью 0,10, выполненные в S, любые DB ценностью 0,20 или более, использованные в R, и любые DB, использованные в DE.

4.2 Если группа выполняет **более 3 элементов DB**, то оцениваются только 1-ые 3 в порядке выполнения. Сверхлимитные DB не оцениваются (нет сбавки).

4.3 Все общие нормы для элементов DB групп сениорок действительно также для групповых упражнений юниорок, за исключением следующего:







- 4.3.1. Можно выполнить **только 1** турлян на полной стопе или на релеве, 2-ой турлян не считается.



5. ТЕХНИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ ПРЕДМЕТОВ




5.1. Все общие нормы групп сениорок действительны также для групп юниорок, за исключением следующего:

5.1.1. Лента: Спирали минимум 3 круга, «фехтовальщик» - минимум 3 круга, змейка минимум 3 волны.

5.2. Сводная таблица технических групп предмета, специфичных для Скакалки


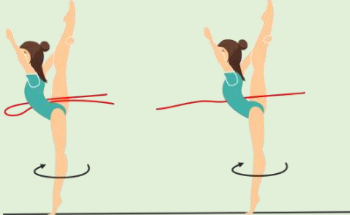
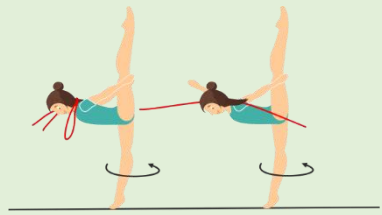



Технические Группы Предмета	
 Отпускание и ловля 1 конца Скакалки, с вращением или без вращения (Пример: Эшаппе) Вращение свободного конца Скакалки, удерживаемой за 1 конец (Пример: Спирали).	 <ul style="list-style-type: none"> Вращение (мин. 1), Скакалки, сложенной в 2 раза: <ul style="list-style-type: none"> - 2 конца в одной руке - по 1 концу в каждой руке - 2 конца в 1 руке, середина Скакалки в другой руке Вращения (мин. 3), Скакалки, сложенной в 3 или в 4 раза
 Ловля с высокого броска открытой Скакалки по 1 концу каждой рукой, без поддержки другими частями тела	<ul style="list-style-type: none"> Свободное вращение (мин. 1) вокруг части тела Вращение (мин. 1) прямой открытой Скакалки, удерживаемой за середину или за конец
 Проход всем телом или частью тела через открытую Скакалку, вращающуюся вперед, назад, в сторону, также с: <ul style="list-style-type: none"> Скакалка сложена в 2 раза или более раз Двойное вращение Скакалки 	<ul style="list-style-type: none"> Мельницы (Открытая Скакалка, удерживаемая за середину/сложенная в 2 раза или более). (См. Трудность, п. 3.3.3.)
 Подпрыгивания/подскоки с проходом через Скакалку: Серии (мин. 3) подпрыгиваний/подскоков с проходом через Скакалку: Скакалка вращается вперед, назад или в сторону.	 <ul style="list-style-type: none"> Закручивание или раскручивание вокруг части тела Спирали Скакалкой, сложенной в 2 раза

Разъяснения	
<p>Скакалка может быть открытой, сложенной в 2, 3 или 4 раза (1 или 2 руками), но классическая техника – по 1 концу открытой Скакалки в каждой руке во время Прыжков, подпрыгиваний, подскоков, выполняемых вперед, назад, с поворотами и т.п.</p> <p>Такие элементы, как закручивание, отбивы, мельницы, движения сложенной или завязанной в узел Скакалки, нетипичны для этого предмета. Поэтому они не должны преобладать в композиции.</p>	
	<ul style="list-style-type: none"> Минимум 2 большие части тела (пример: голова/шея + туловище; руки + туловище; туловище + ноги, и т.д.) должны совершить проход. Проход может быть: всем телом туда и обратно, или только туда без прохода обратно, или наоборот
	<p>Ешаррэ – это движение из 2 действий:</p> <ul style="list-style-type: none"> Отпускание 1 конца Скакалки Ловля за конец Скакалки рукой или другой частью тела после полуоборота Скакалки DB засчитывается, если либо отпускание либо ловля (но не оба этих действия) выполнены во время DB

	<p>Ловля открытой Скакалки после высокого броска должна быть выполнена по 1 концу в каждую руку без опоры на стопу, коленом или другой частью тела.</p>
	<p>Варианты спирали:</p> <ul style="list-style-type: none"> • отпусkanie как в «Echarré», затем несколько (2 или более) спиральных вращений 1 конца Скакалки и ловля за конец рукой или другой частью тела • открытая и прямая Скакалка, удерживаемая за 1 конец после предыдущего движения (движения открытой Скакалкой, ловли, с пола и т.д.) с переходом в спиральные вращения (2 или более) 1 конца, ловля рукой или другой частью тела • DB засчитывается если либо отпусkanie, либо ловля, либо несколько спиральных вращений (2 или более) выполнены во время DB
	<p>Закручивание:</p> <ul style="list-style-type: none"> • «Закручивание» или «раскручивание» возможны при DB; эти действия являются разной работой предмета

5.3. Нестабильный баланс





5.3.1. Положения нестабильного баланса Скакалки считаются одинаковыми:

Разъяснения / Примеры	
	<p>Открытая или сложенная в 2 раза Скакалка в балансе за спиной во время DB с вращением, Скакалка, сложенная в 2 раза, подвешенная на части тела во время DB с вращением – это одно и то же положение нестабильного баланса:</p> <p>Пример 1: Одинаковый технический элемент предмета</p>  <p>Пример 2: Одинаковый технический элемент предмета</p> 
	<p>Недействительные положения нестабильного баланса:</p>  <p>Скакалка висит на шее во время баланса</p>  <p>Открытая Скакалка расположена на спине</p>

6. ТРУДНОСТЬ С ОБМЕНОМ (DE)

- 6.1. Требования: будут оценены минимум 3, максимум 3 DE.
- 6.2. Если группа выполняет более 3 DE, то оцениваться будут только 1-ые 3 в порядке выполнения. Дополнительные DE, превышающие лимит, засчитываться не будут (нет сбавки).
- 6.3. Все общие нормы для групп сениорок по DE также действительны для групп юниорок (без каких-либо ограничений по ценности каждой DE). За исключением следующего:
- 6.3.1. **Дальние броски** определяются дистанцией **минимум 6 метров** между гимнастками.
- 6.4. **Для упражнений с 5 Скакалками:** максимум 2 DE в порядке выполнения могут быть выполнены со связанными вместе 2 концами. Дополнительные DE со связанными вместе 2 концами не засчитываются для DE.

6.5. Сводная таблица специфических критериев для DE: при броске и ловле Скакалки

Символ	Специфический Критерий при броске + 0.10 каждый раз	Символ	Специфический Критерий при ловле + 0.10 каждый раз
	Проход через Скакалку всем телом или частью тела во время броска Мин. 2 крупные части тела должны совершить проход через Скакалку Пример: голова + туловище; руки + туловище; туловище + ноги и т.д.		
	Высокий бросок открытой и прямой Скакалки, удерживаемой за 1 конец		Ловля Скакалки по 1 концу в каждую руку
	Высокий бросок открытой и прямой Скакалки, удерживаемой за середину		

7. ДИНАМИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ВРАЩЕНИЕМ (R)

- 7.1. Требования: оценивается максимум 1 R в каждом упражнении.
- 7.2. Все общие нормы R для групп сениорок также действительны для групп юниорок (без лимита по ценности R).

7.3. Специфические критерии при броске и ловле Скакалки

Символ	Специфический Критерий при броске + 0.10 каждый раз	Символ	Специфический Критерий при ловле + 0.10 каждый раз
	Проход через Скакалку всем телом или частью тела во время броска Мин. 2 крупные части тела должны совершить проход через Скакалку Пример: голова + туловище; руки + туловище; туловище + ноги и т.д.		
	Высокий бросок открытой и прямой Скакалки, удерживаемой за 1 конец		Ловля Скакалки по 1 концу в каждую руку
	Высокий бросок открытой и прямой Скакалки, удерживаемой за середину		



8. ТРУДНОСТЬ ПРЕДМЕТА (DA):

- 8.1. Требования: минимум 6, максимум 10 Трудностей с Сотрудничеством (DC), оцениваются.
- 8.2. Если группа выполнит более 10 DC, только 1-ые DC в порядке выполнения будут оценены, дополнительные DC сверх лимита не будут засчитаны (нет сбавки).
- 8.3. Все общие нормы DC для групп сениорок также действительны для групп юниорок. Исключение:
- 8.3.1. Дальние броски определяются дистанцией минимум 6 метров между гимнастками.
- 8.4. Для упражнения с 5 Скакалками: максимум 3 DC в порядке выполнения могут быть сделаны с 2 связанными концами. Дополнительные DC со связанными вместе концами считаются как попытка DC и не засчитываются.

9. ОЦЕНКА ТРУДНОСТИ (D)

9.1. Судьи D оценивают Трудности, применяют частичные баллы и вычитают возможные Сбавки:

9.2. 1-ая подгруппа Судей D (DB)

Трудность	Минимум/Максимум	Сбавка 0.30
Трудности без Обмена (DB), в порядке выполнения	Минимум/максимум 3	 нет попытки выполнения / не выполнены одновременно / не выполнены вне DE или R  нет попытки выполнения / не выполнены одновременно / не выполнены вне DE или R  нет попытки выполнения / не выполнены одновременно / не выполнены вне DE или R
Равновесие «турлян»	Максимум 1 на релеве или на полной стопе	Более 1 равновесия «турлян»
Трудности с Обменом (DE): в порядке выполнения	Минимум/максимум 3	Выполнено менее 3 DE
Динамические элементы с вращением R	Максимум 1	Нет сбавки


9.3. 2-ая подгруппа Судей D (DA)

Трудность DC	Минимум/Максимум	Сбавка 0.30
Сотрудничества CC	Минимум 2	Сбавка за каждое отсутствующее CC
Сотрудничества CR	Минимум 2	Сбавка за каждое отсутствующее CR
Сотрудничества $c \nearrow$ / $c \Downarrow$	Минимум 2	Сбавка за каждое отсутствующее $c \nearrow$, $c \Downarrow$
	Максимум 10	

10. АРТИСТИЗМ И ИСПОЛНЕНИЕ

10.1 Все нормы Артистизма и все нормы Исполнения для групп сениорок также действительны для групп юниорок.

10.2 Таблица сбавок Исполнения за технику Скакалки

Сбавки	Малая 0.10	Средняя 0.30	Большая 0.50 или более
			
Базовая техника	Неправильная работа предмета: Амплитуда, форма, рабочая плоскость, не удержание скакалки за оба конца		
	Скакалка произвольно касается тела или пола	Скакалка произвольно обматывается вокруг тела или его части без прерывания упражнения	Скакалка произвольно обматывается вокруг тела или его части с прерыванием упражнения
	Узел без прерывания упражнения		Узел с прерыванием упражнения
		Потеря 1 конца Скакалки	
		Стопы запутываются в Скакалке во время прыжка	

ЧАСТЬ 3 – СПИСОК ПРИЛОЖЕНИЙ

Следующие приложения доступны в виде отдельных файлов:

1. Приложение ФИЖ к Правилам судейства
2. Список всех существующих в настоящее время Трудностей тела
3. Исторический список всех Трудностей тела, названных в честь гимнасток
4. Бланки/формы для судей бригад D, A и E
5. Бланки/формы для Ответственного судьи