

МЕЖДУНАРОДНАЯ ФЕДЕРАЦИЯ ГИМНАСТИКИ



ПРАВИЛА СУДЕЙСТВА

2025 – 2028

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.

СОДЕРЖАНИЕ

ЧАСТЬ 1 – ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

1. СОРЕВНОВАНИЯ И ПРОГРАММЫ 6
2. ХРОНОМЕТРАЖ 6
3. СОСТАВ ЖЮРИ: ОФИЦИАЛЬНЫЕ ЧЕМПИОНАТЫ И ДРУГИЕ СОРЕВНОВАНИЯ 7
4. СОВЕЩАНИЯ СУДЕЙ / ИНСТРУКТАЖ 10
5. ПОДСЧЕТ ИТОГОВОЙ ОЦЕНКИ 11
6. ПОДАЧА ПРОТЕСТОВ 11
7. ПЛОЩАДКА 11
8. ПРЕРЫВАНИЕ УПРАЖНЕНИЯ 12
9. ПРЕДМЕТЫ 13
10. СПОРТИВНАЯ ОДЕЖДА ГИМНАСТОК 16
11. ТРЕБОВАНИЯ К МУЗЫКАЛЬНОМУ СОПРОВОЖДЕНИЮ 17
12. ДИСЦИПЛИНА ГИМНАСТОК 18
13. ДИСЦИПЛИНА ТРЕНЕРОВ 19
14. СБАВКИ СУДЬИ-ХРОНОМЕТРИСТА, СУДЬИ НА ЛИНИИ и ОТВЕТСТВЕННОГО СУДЬИ 19

В. ТРУДНОСТЬ (D) – ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

1. ОБЗОР ТРУДНОСТИ 21
2. ТРУДНОСТЬ ТЕЛА (DV) 22
3. ТЕХНИЧЕСКИЕ ГРУППЫ ПРЕДМЕТОВ 27
4. ДИНАМИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ВРАЩЕНИЕМ (R) 41
5. ТРУДНОСТЬ ПРЕДМЕТА (DA) 56
6. НОВЫЙ ОРИГИНАЛЬНЫЙ ЭЛЕМЕНТ ПРЕДМЕТА 74
7. ОЦЕНКА ТРУДНОСТИ (D) 74
8. ПРЫЖКИ 75
9. ТАБЛИЦА ТРУДНОСТИ ПРЫЖКОВ 83
10. РАВНОВЕСИЯ 88
11. ТАБЛИЦА ТРУДНОСТИ РАВНОВЕСИЙ 94

12. ВРАЩЕНИЯ 99

13. ТАБЛИЦА ТРУДНОСТИ ВРАЩЕНИЙ 107

С. АРТИСТИЗМ (А) - ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

1. ОЦЕНИВАНИЕ БРИГАДЫ СУДЕЙ В АРТИСТИЗМЕ 113

2. АРТИСТИЧЕСКАЯ СТРУКТУРА И ИСПОЛНЕНИЕ: ЦЕЛИ КОМПОЗИЦИИ 113

3. ГЛАВНАЯ ИДЕЯ И ХАРАКТЕР 115

4. ЭКСПРЕССИЯ 116

5. КОМБИНАЦИИ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ ШАГОВ 119

6. ДИНАМИЧЕСКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ: СОЗДАНИЕ КОНТРАСТОВ И ЭФФЕКТОВ С МУЗЫКОЙ 121

7. СОЕДИНЕНИЯ 124

8. РИТМ И ОКОНЧАНИЕ УПРАЖНЕНИЯ С ОКОНЧАНИЕМ МУЗЫКИ 125

9. ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПРОСТРАНСТВА 125

10. ПРЕРЫВАНИЕ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ 126

11. ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ ОШИБКИ В АРТИСТИЗМЕ 128

D. ИСПОЛНЕНИЕ (Е)

1. ОЦЕНИВАНИЕ БРИГАДЫ СУДЕЙ В ИСПОЛНЕНИИ 131

2. ПОЯСНЕНИЯ ПО СБАВКАМ В ИСПОЛНЕНИИ 131

3. ЭЛЕМЕНТЫ ТЕЛА 136

4. ТЕХНИКА КАЖДОГО ТИПА ПРЕДМЕТА 137

5. ТЕХНИКА ВСЕХ ПРЕДМЕТОВ 139

Е. ПРИЛОЖЕНИЕ

1. ПРОГРАММА ПРЕДМЕТОВ 139

2. ТЕХНИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА ЮНИОРОК – ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ УПРАЖНЕНИЯ 140

3. ТРУДНОСТЬ для ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ЮНИОРОК 141

4. ТРУДНОСТЬ ТЕЛА (DB) 141

5. ТЕХНИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ ПРЕДМЕТОВ 142

6. ДИНАМИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ВРАЩЕНИЕМ (R) 145

7. ТРУДНОСТЬ ПРЕДМЕТА (DA) 146

8. ОЦЕНКА ТРУДНОСТИ (D) 149

ЧАСТЬ 2 – ГРУППОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

А. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1. СОРЕВНОВАНИЯ И ПРОГРАММЫ 150
2. КОЛИЧЕСТВО ГИМНАСТОК 150
3. ХРОНОМЕТРАЖ 151
4. БРИГАДЫ СУДЕЙ – ОФИЦИАЛЬНЫЕ ЧЕМПИОНАТЫ И ДРУГИЕ СОРЕВНОВАНИЯ 151
5. СОВЕЩАНИЯ СУДЕЙ / ИНСТРУКТАЖ 155
6. ПОДСЧЕТ ОКОНЧАТЕЛЬНОЙ ОЦЕНКИ 155
7. ПРОТЕСТЫ 155
8. ВЫХОД ГРУППЫ 155
9. ПЛОЩАДКА 155
10. ПРЕРЫВАНИЕ УПРАЖНЕНИЯ 157
11. ПРЕДМЕТЫ 158
12. СПОРТИВНАЯ ОДЕЖДА ГИМНАСТОК 161
13. ТРЕБОВАНИЯ К МУЗЫКАЛЬНОМУ СОПРОВОЖДЕНИЮ 163
14. ДИСЦИПЛИНА ГИМНАСТОК 163
15. ДИСЦИПЛИНА ТРЕНЕРОВ 164
16. СБАВКИ СУДЬИ-ХРОНОМЕТРИСТА, СУДЬИ НА ЛИНИИ и ОТВЕТСТВЕННОГО СУДЬИ
В ГРУППОВЫХ УПРАЖНЕНИЯХ 164

В. ТРУДНОСТЬ (D) – ГРУППОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

1. ОБЗОР ТРУДНОСТИ 166
2. ТРУДНОСТЬ ТЕЛА (DV) 167
3. ТЕХНИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ ПРЕДМЕТА 173
4. ТРУДНОСТЬ С ОБМЕНОМ (DE) 183
5. ДИНАМИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ВРАЩЕНИЕМ (R) 193
6. ТРУДНОСТЬ С СОТРУДНИЧЕСТВОМ (DC) 197
7. ОЦЕНКА ТРУДНОСТИ (D) 211

С. АРТИСТИЗМ (A) – ГРУППОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

1. ОЦЕНИВАНИЕ БРИГАДЫ СУДЕЙ В АРТИСТИЗМЕ 212
2. АРТИСТИЧЕСКАЯ СТРУКТУРА И ИСПОЛНЕНИЕ: ЦЕЛИ КОМПОЗИЦИИ 212
3. ГЛАВНАЯ ИДЕЯ И ХАРАКТЕР 214
4. ЭКСПРЕССИЯ 216
5. КОМБИНАЦИИ ТАНЦЕВАЛЬНЫХ ШАГОВ 218
6. ДИНАМИЧЕСКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ: СОЗДАНИЕ КОНТРАСТОВ И ЭФФЕКТЫ С МУЗЫКОЙ 220
7. КОЛЛЕКТИВНАЯ РАБОТА 224
8. СОЕДИНЕНИЯ 226
9. РИТМ И ОКОНЧАНИЕ С ОКОНЧАНИЕМ МУЗЫКИ 227
10. ПОСТРОЕНИЯ 228
11. ПРЕРЫВАНИЕ ПОСЛЕДОВАТЕЛЬНОСТИ 229
12. КОНСТРУКЦИИ / ПОДЪЁМЫ / ПОДДЕРЖКИ ГИМНАСТОК 230
13. КОНТАКТ С ПРЕДМЕТАМИ И ГИМНАСТКАМИ 231
14. ГРУППОВЫЕ АРТИСТИЧЕСКИЕ ОШИБКИ 233

D. ИСПОЛНЕНИЕ (Е) – ГРУППОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

1. ОЦЕНИВАНИЕ БРИГАДЫ СУДЕЙ В ИСПОЛНЕНИИ 236
2. РАЗЪЯСНЕНИЯ ПО СБАВКАМ В ИСПОЛНЕНИИ 236
3. ГРУППОВАЯ РАБОТА 240
4. ДВИЖЕНИЯ ТЕЛА 241
5. ТЕХНИКА С КАЖДЫМ ТИПОМ ПРЕДМЕТА 244
6. ТЕХНИКА ВСЕХ ПРЕДМЕТОВ 244

E. ПРИЛОЖЕНИЯ – ГРУППОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

1. ПРОГРАММА ПРЕДМЕТОВ 246
2. ТЕХНИЧЕСКАЯ ПРОГРАММА УПРАЖНЕНИЙ ДЛЯ ГРУПП ЮНИОРОК 246
3. ТРУДНОСТЬ ДЛЯ ГРУПП ЮНИОРОК 247
4. ТРУДНОСТЬ ТЕЛА (DB) 248
5. ТЕХНИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ ПРЕДМЕТА 248
6. ТРУДНОСТЬ С ОБМЕНОМ (DE) 252
7. ДИНАМИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ВРАЩЕНИЕМ (R) 252

8. ТРУДНОСТЬ ПРЕДМЕТА (DA) 253

9. ОЦЕНКА ТРУДНОСТИ (D) 254

10. АРТИСТИЗМ И ИСПОЛНЕНИЕ 254

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 мира по художественной гимнастике и Программа соревнований:

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).

Для уточнения деталей, касающихся официальных соревнований ФИЖ, обращайтесь к Техническому Регламенту (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 гимнастики и/или предметов (см. Артистизм, п. 2.5).

2.3. Во всех упражнениях хронометраж (начало упражнения, его продолжительность) ведется интервалами по 1 секунде.

Сбавка Судьи-Хронометриста: 0.05 балла за каждую лишнюю или недостающую секунду (считаются полные секунды). Пример: 1'30.99 = нет сбавки; 1'31.00 = сбавка -0.05.

3. СОСТАВ СУДЕЙСКИХ БРИГАД: ОФИЦИАЛЬНЫЕ ЧЕМПИОНАТЫ И ДРУГИЕ СОРЕВНОВАНИЯ

3.1. **Верхнее Жюри:** см. Технический Регламент, Раздел 1 и Раздел 3

3.2. Судейские Бригады для Индивидуальных упражнений:

3.2.1. Каждое Жюри для 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 и Общими 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:

- Первая подгруппа (**D**) – 2 судей **DB1** и **DB2**, работают независимо и выставляют общую оценку **DB**
- Вторая подгруппа (**D**) – 2 судей **DA1** и **DA2**, работают независимо и выставляют 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. **Первая подгруппа (DB)** записывает содержание упражнения символами, оценивает количество и техническую ценность Трудностей тела (**DB**), количество и техническую ценность Динамических элементов с Вращением (**R**).

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

3.4.3. **Вторая 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, 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, определяя общую сбавку независимо и без консультаций с другими судьями (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 и определяют общую сбавку независимо и без консультации с другими судьями (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 вертушки 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 (*)

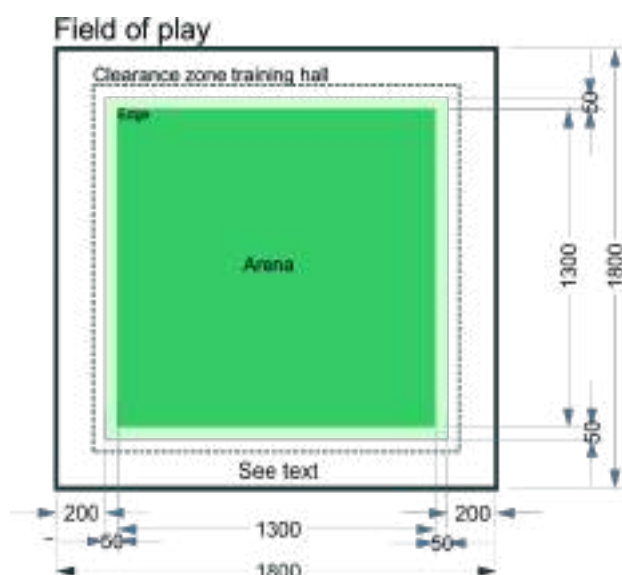
Возможно, что технический прогресс в течение цикла позволит подавать сбавки, ценности и/или оценки в разных форматах с разной разбивкой. В этом случае пункты, описывающие подачу баллов/сбавок и помеченные (*), могут быть соответствующим образом изменены.

3.9. Функции Судей-Хронометристов и Судей на Линии

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

- запускают секундомер при подготовке гимнастки к стартовому положению для контроля продолжительности задержки (см. п. 9.3.3.)
- контролируют продолжительность упражнения
- фиксируют размер нарушения по хронометражу (в большую и меньшую стороны) при отсутствии компьютерного тайминга
- подают Главному Судье 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 зоны вокруг площадки в качестве последнего движения упражнения.**

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



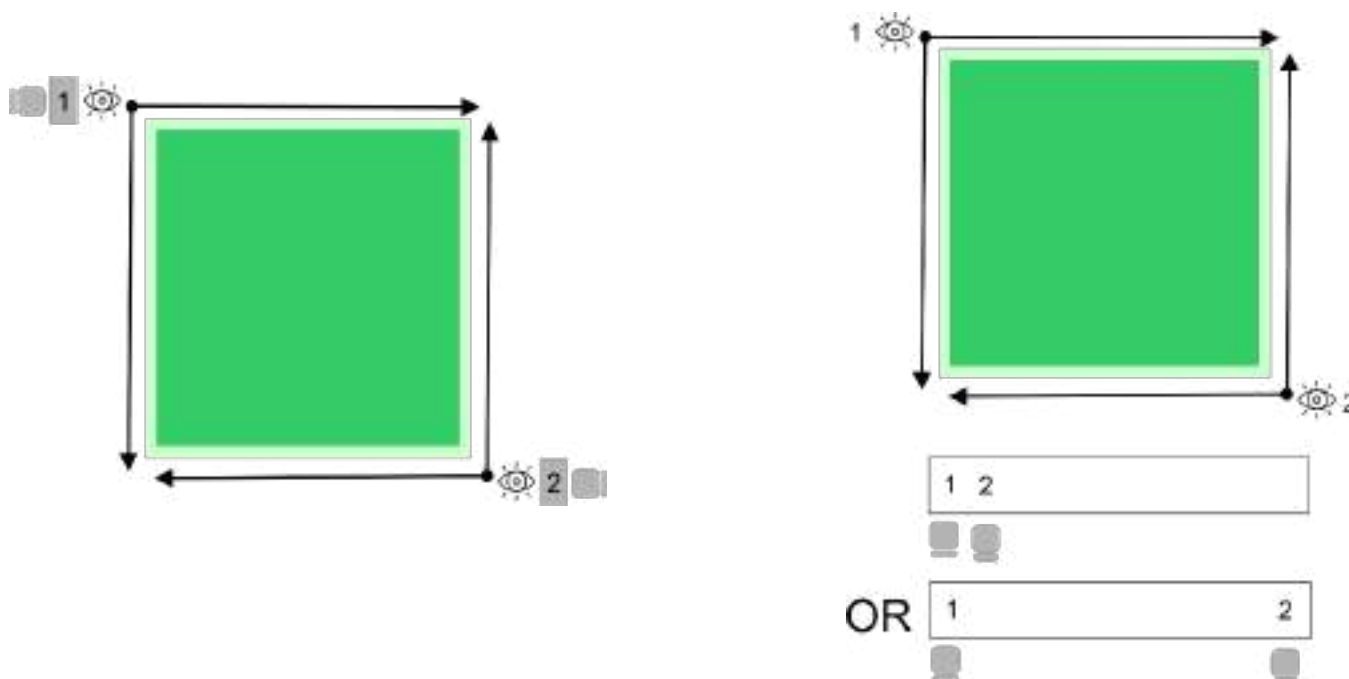
3.9.2. Ответственность Судей на Линии (2):

- 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 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 располагаются на противоположных углах ковра.

Пример 2: Судьи на Линии располагаются за судьским столом по углам и наблюдают за двумя линиями и углом по монитору и углом справа от них с использованием вспомогательной видеокамеры.



3.9.4. Апелляции к Верховному Жюри 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 на рассмотрение Ответственного Судьи на тех же условиях и в те же временные рамки, что и для обычных протестов (см. ТР, Раздел 1, ст. 8 – Протесты по оценкам).

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 выхода команд и гимнасток, за красный / зеленый свет, правильное отображение окончательных оценок на табло.

3.11. Функции Ответственного Судьи

Судья DA1 отвечает за все сбавки Ответственного Судьи в сотрудничестве Президентом Верховного Жюри. Все сбавки Ответственного Судьи, включенные в Таблицу (№ 14), и передаются на официальном бланке Судьей DA1 Президенту Верховного Жюри и им **перепроверяются**.

3.12. Подробнее о Жюри, их структуре и функциях – см. Технический Регламент, Раздел 1, п. 7,

а также Общие 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 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.

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, Протесты по оценкам).

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 сбавкой.

Сбавка Судьи на Линии: 0.30 балла каждый раз за гимнастку или за предмет.

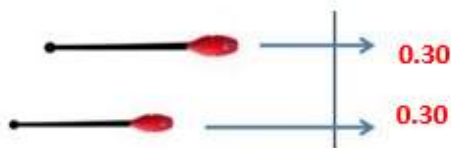
7.3. Выход за пределы установленной регламентом площадки гимнастики или предмета наказываются сбавкой.

Сбавка Судьи на Линии: 0.30 балла каждый раз для гимнастики или предмета при выходе за пределы площадки.

7.4. Потеря **нескольких предметов** с выходом за пределы официальной площадки:

7.4.1. **Последовательный выход** обеих булав за обозначенные пределы площадки:

Сбавка Судьи на линии: 0.30 балла за одну Булаву + 0.30 балла за другую Булаву



7.4.2. **Одновременная потеря** двух предметов **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 один предмет



7.4.3. Одновременная потеря двух предметов с одновременным выходом за две разные линии: 2 Булавы потеряны вместе, одновременно, и вышли за две разные линии

Сбавка Судьи на линии: 0.30 + 0.30 балла

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

- если предмет и/или гимнастка касаются линии
- если предмет выходит за пределы официальной площадки без касания пола
- непригодный предмет удаляется за пределы официальной площадки
- сломанный предмет удаляется за пределы официальной площадки
- вторая 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 (9.4.2) или предмета, застрявшего в потолке (9.4.4), из-за несоответствия или проблем с музыкой (11.4), из-за травмы или по другим непредвиденным причинам (12.4), то упражнение будет оцениваться следующим образом:

- Трудности, уже выполненные правильным способом, будут засчитаны, включая все соотв. 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 – 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 (Обруч, Мяч, Булавы, Лента). 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. 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: Два 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. 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 **решил 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, то применяется Сбавка:

Сбавка: 0.50 балла за неправомерный возврат предмета.

Пояснения / Примеры	
Ситуация	Оценивание
- Гимнастка теряет свой предмет, и он выходит за пределы площадки. - Гимнастка берет запасной предмет. - Потерянный предмет возвращается обратно на площадку. - Гимнастка не убирает вернувшийся предмет с площадки.	- 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.
- Гимнастка теряет свой предмет, и он выкатывается за пределы площадки. - Гимнастка берет запасной предмет. - Потерянный предмет откатывается обратно на площадку. - Гимнастка убирает вернувшийся предмет с площадки и продолжает работу с новым предметом.	- Судья Исполнения: 1,00 одновременно за потерю предмета. - Судья на линии: 0,30 за потерянный предмет, покинувший площадку. - Ответственный судья: без сбавки.
- Гимнастка теряет свой предмет, и он выкатывается за пределы площадки. - Гимнастка берет запасной предмет. - Потерянный предмет откатывается обратно на площадку. - Гимнастка забирает свой собственный предмет обратно и убирает с площадки запасной предмет.	- Судья Исполнения: 1,00 одновременно за потерю предмета. - Судья на линии: 0,30 за потерянный предмет, покинувший площадку. - Ответственный судья: нет сбавки.
- Гимнастка теряет свой предмет, и он выкатывается за пределы площадки. - Потерянный предмет откатывается обратно на площадку. - Гимнастка берет запасной предмет. - Гимнастка убирает вернувшийся предмет с площадки и продолжает выступление с замененным предметом	- 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 или Скакалке), **то она может взять запасной предмет**, который будет считаться одним из запасных предметов, разрешенных для использования:

Нет Сбавки за использование запасного предмета

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

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

Сбавка Судьи-Хронометриста: 0.50 балла за задержку соревнований при слишком долгой подготовке к упражнению

9.3.4. Если **во время упражнения** предмет становится непригоден (материал ленты, узлы и т.п.), то гимнастка может взять запасной предмет:

Нет Сбавок за использование запасного предмета и 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 возможных технических ошибок.

9.4.2. Если во время упражнения предмет ломается, то гимнастке не разрешается повтор упражнения.

В этом случае гимнастка может:

- прекратить выполнение упражнения (см. п. 8 – Прерывание упражнения)
- продолжить упражнение, взяв запасной предмет и удалив сломанный предмет за пределы официальной площадки (**Нет Сбавки**).

9.4.3. Если предмет **застрял** в потолке, то гимнастка не будет наказана за это сбавками; сбавки могут быть применены только лишь за последствия возможных технических ошибок.

9.4.4. Если предмет застрял в потолке во время упражнения, то гимнастке не разрешается начать упражнение снова.

В этом случае гимнастка может:

- прекратить выполнение упражнения (см. п. 8 – Прерывание упражнения)
- взять запасной предмет и продолжить упражнение (**Нет Сбавки**).

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 (нет контакта) в конце упражнения”

9.4.6. Если **запасной предмет** сломался в течение упражнения, то гимнастка должна взять второй запасной предмет и продолжить упражнение до конца. После окончания упражнения Председатель Верховного Жюри объявит, будет ли гимнастка повторно вызвана на ковер и выполнит ли упражнение еще раз в конце вертушки (или, при необходимости, в соответствии с решением Председателя Верховного Жюри). Если гимнастке не будет разрешен повтор упражнения, то упражнение будет оцениваться так, как оно было выполнено.

10. СПОРТИВНАЯ ОДЕЖДА ГИМНАСТОК

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

10.1.2. Рукава

- Леотард 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 леотардов, колготки в полный рост под леотарды, полностью комбинированные леотарды в полный рост 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 леотардов, 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:
 - о Декоративные детали не должны ставить под угрозу безопасность гимнастики.
 - о Запрещается украшать изделие светодиодами (LED).
 - о 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 леотард, не должно быть видно за швами самого леотарда.
- За исключением (возможно) колготок, леотарды должны быть цельными. Не допускаются леотарды и отдельные дополнительные “носки”, “перчатки”, “декоративные гетры”, пояс и т.д.

10.1.7. Все купальники будут проверены перед входом гимнастки в зал соревнований. Если спортивная форма гимнастки не соответствует требованиям, то будет применена сбавка:

Сбавка: 0,30 если это правило не выполняется

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 прилегающие серьги.

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 сползая на кожу. 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. Не соответствующая официальным нормам соревнований эмблема или реклама:

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 АКОМПАНИМЕНТУ

11.1. Каждое упражнение 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 соревнований или Чемпионатов ФИЖ. Если местный Оргкомитет требует загрузки музыки в цифровом виде, то все участвующие Федерации оставляют за собой право использовать на соревнованиях USB.

На каждом USB должна быть записана следующая информация:

- страна (3 заглавные буквы, используемые ФИЖ для обозначения страны, которую представляет гимнастка)
- имя гимнастки
- название предмета

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

- 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 о гимнастке будет объявлено повторно, когда музыка будет доступна.
- Если после некоторого времени выполнения возникают проблемы с музыкой и музыка полностью исчезает: гимнастка должна прекратить упражнение и покинуть площадку. Если Председатель Верховного Жюри подтвердит проблему, гимнастка будет объявлена повторно и немедленно выполнит упражнение снова. Если Председатель Верховного Жюри это не подтвердит, упражнение будет оценено, как описано в пункте 8 (Прерванное упражнение).
- Если после некоторого времени выполнения возникают проблемы с музыкой (искажения, короткие перерывы и т.д.): гимнастка может завершить упражнение, выполняя его под искажённую музыку, и получить соответствующую оценку, или может прекратить упражнение и покинуть площадку. Если Председатель Верховного Жюри подтвердит проблему, гимнастка будет объявлена повторно и немедленно выполнит упражнение снова. Если Председатель Верховного Жюри не подтвердит это, упражнение будет оцениваться так, 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 зелёный сигнал. В случае задержки Председатель Верховного Жюри выясняет ее причину (организационные проблемы или дисциплинированность гимнастки).

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

Верховное Жюри должно определить причину задержки
(ошибки организаторов или дисциплина гимнасток).

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

Сбавка: 0.50 балла за разминку гимнасток в зале соревнований

12.3. За несоответствие выбранного предмета стартовому порядку, производится следующее:

Гимнастку попросят покинуть площадку, и она выступит позднее, в соответствии со своим стартовым порядком для правильного / второго предмета.

Пропущенное упражнение будет выполнено в конце потока, а гимнастка будет наказана за это упражнение:

Сбавка: 0.50 балла (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 Ответственного Судьи, **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 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	Каждая лишняя или недостающая секунда в музыке упражнения (считаются полные секунды)	0.05
2	За задержки при подготовке к упражнению (более 30 сек.)	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	Гимнастка или предмет выходят за пределы официальной площадки	0.30
3	Гимнастка заканчивает упражнение за пределами официальной площадки	0.30
Сбавки Ответственного Судьи		
1	За использование запасного предмета, который ранее не был размещён за пределами официальной площадки	0.50
2	Использование запасного предмета, если упавший предмет остается на официальной площадке	0.50
3	После того, как гимнастка взяла запасной предмет, собственный предмет гимнастки вернулся на официальную площадку, и гимнастка не удалила его за пределы площадки	0.30
4	За неразрешенный возврат предмета и его использование	0.50
5	Не соответствующая регламенту спортивная форма гимнасток	0.30
6	Использование запрещённых ювелирных украшений или пирсинга	0.30
7	Причёска не соответствует официальным нормам	0.30
8	Макияж не соответствует официальным нормам	0.30

9	Не соответствующая официальным нормам Нац. эмблема и реклама	0.30
10	Не соответствующий регламенту бинт (бандаж) или другой перевязочный материал	0.30
11	Слишком ранний или поздний выход гимнастки на официальную площадку	0.50
12	Разминка гимнастки в зале соревнований	0.50
13	Неправильно выбранный предмет, не соответствующий стартовому порядку; сбавка вычитается один раз из окончательной оценки упражнения, выполненного в неправильном порядке	0.50
14	За любые разговоры тренера с гимнастками или с судьями	0.50

1. ОБЗОР ТРУДНОСТИ

- 1.1. Гимнастка 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 два компонента Трудности:
- Трудность тела (**DB**), включая (**R**)
 - Трудность предмета (**DA**)
- 1.5. Требования к Трудности:

Компоненты Трудности	
Трудность Тела (DB) 8 наивысшей ценности засчитываются	Трудность Предмета (DA) Максимум 15 (в порядке выполнения)
Особые Требования	
Трудности Групп Тела: Прыжки  Минимум 1 Равновесия  Минимум 1 Вращения  Минимум 1	
Динамические Элементы с Вращением - R Максимум 4 (в порядке выполнения)	

- 1.6. Судьи в Трудности идентифицируют и регистрируют Трудности в порядке их исполнения, независимо от того, действительны они или нет:
- Первая подгруппа Судей **D (DB)** оценивает количество и ценность элементов **DB**, количество и ценность **R**, и записывает все элементы с помощью символов
 - Вторая подгруппа Судей **D (DA)** оценивает количество и ценность элементов **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.

2. ТРУДНОСТЬ ТЕЛА (DB)

2.1. Дефиниция:

2.1.1 Элементы **DB** (Прыжки, Равновесия, Вращения) содержатся в Таблицах Трудностей Правил судейства № 9, 11, 13 ($\wedge$, $\top$, $\circ$).

2.1.2 В случае текстуальных расхождений между описанием Трудности **DB** и рисунком в Таблице Трудности тела преимущество имеет текст (таблицы и разъяснения).

2.2 Процедура принятия Новых Трудностей тела **DB**:

- Тренеры приглашаются к представлению новых Трудностей **DB**, которые ранее не выполнялись и/или ещё не фигурировали в Таблицах Трудностей тела **DB**.
- Новые элементы **DB** должны быть официально представлены Национальной Федерацией в Технический Комитет ФИЖ (ТК) через Офис ФИЖ по почте, электронной почте или письмом.
- Запрос на рассмотрение/оценивание такого элемента следует сопровождать описанием на английском языке, рисунком элемента и видео.
- Технический Комитет ФИЖ после получения нового элемента **DB** рассматривает его на своём ближайшем заседании.
- Новые элементы **DB** после их утверждения ТК публикуются в официальном Бюллетене ФИЖ.
- Иногда ТК не одобряет новый элемент.
- Письменное решение о принятии элемента поступает в скором времени в Соответствующую Федерацию.
- Утвержденные элементы **DB** могут выполняться в первый раз на официальных международных соревнованиях ФИЖ Групп 1, 2 или 3.
- После проведения очередного Чемпионата мира/ Олимпийских игр в Таблицы **DB** 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 каждой Группы Трудностей тела должен присутствовать:

- Прыжки $\wedge$
- Равновесия $\top$
- Вращения $\circ$

2.3.3. Упражнение, в котором отсутствует 1 или более **DB** (п. 2.1.1.) наказывается Сбавкой 0.30 балла за каждую отсутствующую Группу тела, а также если гимнастка даже не пыталась выполнить Трудность тела.

2.4 Одинаковые и разные Трудности и формы

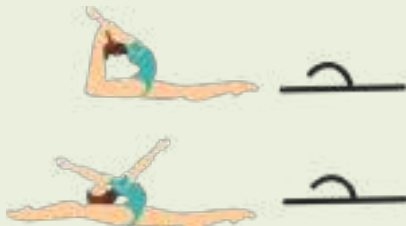
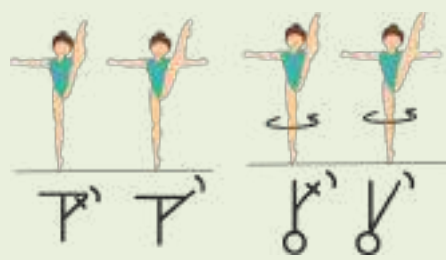
- 2.4.1 Каждая ячейка Таблиц 9, 11 и 13 содержит разные Трудности тела. Каждый рисунок в данной ячейке – одна и та же DB.
- 2.4.2 Каждая Трудность тела **DB** (в каждой ячейке) засчитывается только 1 раз. Если Трудность **DB** повторяется, то она не засчитывается (**Нет Сбавки**).

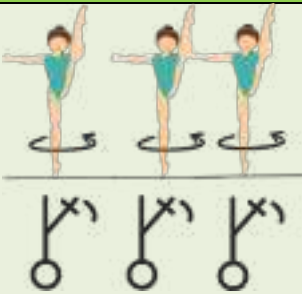
Разъяснения / Примеры	
Что, если гимнастка попытается принять форму DB, но потеряет равновесие и опустит ногу, или попытается поддержать свою ногу, но не сможет удержать ногу и попытается во второй раз?	Если гимнастка допускает техническую ошибку в подготовке и немедленно возобновляет подготовку, это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

2.4.3 Возможно выполнение 2 и более идентичных (одинаковой формы) Прыжков или

Поворотов в **Серии**:

- **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 может быть использована в упражнении только 1 раз (изолированно или в серии) Разные DB – каждая из этих DB 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
	В одной ячейке: Серия засчитывается

2.5 Ценность

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

Ценность BD 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 гр.
- 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 гр. или менее) одной или более частей тела,

то **ДВ** засчитывается со **Сбавкой в Исполнении 0.10** за небольшое отклонение от формы за каждое неправильное положение части тела. См. Исполнение, 2.1.3.

2.5.3. Если форма определяется со **средним отклонением** ($11^0 - 20^0$) одной или более частей тела, то **ДВ** засчитывается со **Сбавкой в Исполнении 0.30** за среднее отклонение от формы за каждое неправильное положение части тела. См. Исполнение, 2.1.3.

2.5.4. Если форма в общем не определяется с **большим отклонением** (более 20^0) одной или более частей тела, то **ДВ** не засчитывается со **Сбавкой в Исполнении 0.50** за каждое неправильное положение части тела.

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

Разъяснения	
Как Судьи различат разницу между 10^0 и 11^0 ?	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 **ДВ** должна быть выполнена с минимум 1 Техническим элементом предмета, в соотв. 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	
Что значит «в начале» и что «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 заканчивается.
Что значит «в начале» и что «к концу» равновесия?	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). Когда гимнастка покидает форму или релеве (если равновесие выполняется на релеве), Трудность заканчивается. Динамическое равновесие начинается с начала первого движения и заканчивается окончанием последнего движения. Когда гимнастка снова встает на обе ноги или ложится, динамическое равновесие нарушается.

Что значит “в начале” и что “к концу” вращения?	<i>Вращение в фиксированной форме (повороты, пенше и т.д.) 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).</i> <i>Когда гимнастка покидает форму или релеве (если вращение определено в релеве), Трудность заканчивается.</i> <i>Другие типы вращений начинаются с начала первого движения и заканчиваются окончанием последнего движения.</i> <i>Когда гимнастка перестает вращаться или снова встает на обе ноги, Трудность заканчивается.</i>
--	--

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** «под полетом предмета» – это разновидность работы предмета, и поэтому она может быть выполнена только один раз в каждом упражнении, независимо от типа броска/Бумеранга.
- Изолированная **DB**, выполненная **под малым броском**, не засчитывается.
- Если изолированная **DB** выполняется под полетом предмета, то нельзя выполнить другую **DB любой ценности** с этим броском и/или ловлей, независимо от возможного наличия критерия для элемента **DA** при броске и/или ловле. Только первая **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 первой **DB**, второй **DB** во время полета предмета и ловлю во время третьей **DB**, выполняемых только 1 раз в каждом упражнении, независимо от типа броска.
- Если предмет потерян во время третьей **DB** серии, то не засчитываются ни **DB** во время полёта, ни **DB** во время ловли. Действительна только первая **DB**, выполненная во время броска предмета.
- Если предмет пойман до или после третьей **DB** серии, то не засчитываются ни **DB** во время полёта, ни **DB** во время ловли. Действительна только первая **DB**, выполненная во время броска предмета.
- Серии допускаются в дополнение к изолированной **DB** при выполнении один раз под полётом. Это – не повтор того же технического элемента предмета DB под полетом.
- Любая другая конструкция, 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. **ДВ** не будет засчитана в следующих случаях:

- Существенное изменение базовых характеристик для каждой группы **ДВ**
- Потеря равновесия с опорой на одну или обе 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 Трудности

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 **ДВ** или одну **ДА**; 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 предметом (“Базы”). Если “высокий бросок” правильно выполнен для элемента **ДВ** или **ДА**, но последующая “ловля с высокого броска” приводит к потере предмета, то Базовый “высокий бросок” действителен, а Базовая “ловля с высокого броска” не засчитывается.

3.3. **СВОДНАЯ ТАБЛИЦА ТЕХНИЧЕСКИХ ГРУПП, СПЕЦИФИЧНЫХ ДЛЯ КАЖДОГО ПРЕДМЕТА**

3.3.1 Обруч

 Большой перекат Обруча через минимум 2 большие части тела	 Перекат Обруча по полу
 Вращения Обруча вокруг его оси между пальцами или вокруг / на части тела (мин. 1)	 Вращение Обруча вокруг оси на полу (мин. 1)
 Вращение (мин.1) Обруча вокруг кисти или вокруг части тела	 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		
	- Минимум 2 большие части тела (Пример: голова/шея + туловище; руки + туловище; туловище + ноги) должны пройти через Обруч - Проход может быть всем телом туда-обратно, или только туда, или только обратно	
	Во время большого переката Обруча необходим проход не менее двух больших частей тела без прерывания. Пример: из правой руки в левую руку по всему телу; туловище + ноги; рука + спина и т. д. 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.	
	Вращение (мин. 1) на полу вокруг оси: Во время вращения Обруча на полу рука/пальцы гимнастки могут находиться в контакте с Обручем, либо это может быть «свободное» вращение Обруча. 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)	
	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)	

3.3.2. Мяч

	Большой перекал Мяча через минимум 2 большие части тела	 - Перекал Мяча по полу (мин. 1) - Перекал тела по Мячу на полу
	Восьмерка Мячом с круговыми движениями рук(и)	 - 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)

↓ Ловля Мяча одной рукой	↘ После высокого броска отбив от пола и сразу же ловля разными частями тела (кроме рук)
 Отбивы: • Серии (мин. 3) малых отбивов от пола (ниже уровня колена) • Мин. 1 высокий отбив от пола (на уровень колена или выше)	

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
	Перекат должен быть по минимум одной большой части тела Пример части тела: от руки к плечу; от плеча к плечу; от стопы к колену и т. д. Примечание: маленькие перекаты засчитываются только в сериях по три	Перекат должен быть по минимум двум большим частям тела без прерывания Например: от правой руки к левой руке через тело; туловище + ноги; рука + спина и т. д. 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.
	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.	
	Движение с «выкрутом» мяча: • Вращательное движение одной рукой вокруг мяча или вращение мяча вокруг одной руки • Мяч находится в постоянном контакте с рукой (фаза полета отсутствует) • Минимум 1 вращение Вращения руками вокруг мяча: • 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 Свободное вращение(я) Мяча на части тела. Требуется минимум 1 Вращение.	
	Перекат может быть маленьким или большим. DB может быть выполнена при придании импульса, или с проходом над мячом, или с возвратом мяча (не с мячом, произвольно катящимся возле гимнастки, выполняющей DB)	

3.3.3. Булавы



Мельницы: не менее 4 – 6 малых кругов Булавами с задержкой по времени, с попеременным скрещиванием запястий/кистей каждый раз. Булавы удерживаются за конец (маленькая головка)	- 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 (мин. 1) Булав между собой или по полу (мин. 2) - Скольжение Булавы по мин. 2 крупным частям тела
Малые броски 2 Булав вместе одновременно (Булавы не соединены между собой) или последовательно с вращением каждой из них на 360° и ловлей	Малый бросок двух соединенных Булав.
Асимметричные движения 2 Булав	Большой перекат через минимум 2 большие части тела одной или двух Булав Перекаты 1 или 2 Булав по части тела или по полу
Малые круги (мин. 1) обеими Булавами, одновременно или последовательно, по одной Булаве в каждой руке, удерживаемых за конец (маленькая головка)	Серии (мин. 3) малых кругов одной Булавой

Разъяснения / примеры

Типичная техническая характеристика – это движение обеими Булавами одновременно, по одной 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

	“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: - Вертикальные – импульс вращения может быть как вниз, так и вверх - Горизонтальные – импульс может быть как вправо, так и влево. - Мельницы могут быть двух- и трехтактные: - Двухтактные (двойные) мельницы – мин. 4 чередующихся малых кругов Булавами (по 2 с каждой стороны). Запястья / руки скрещены, затем разомкнуты. - Трехтактные (тройные) мельницы – 6 чередующихся малых кругов Булавами (по 3 с каждой стороны с перекрещиванием рук каждый раз)
	- Должны выполняться с разными движениями каждой Булавой по форме, или амплитуде <u>и</u> 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 (нет бросков, асимметричных бросков, каскадных бросков)
	- Постукивание одной Булавы по другой (мин. 1) - Постукивание одной или двух Булав по полу: мин. 2 последовательных постукивания (не имеет значения, одновременно ли постукивают 2 Булавами)

3.3.4. Лента



 • Спирали (мин. 4 круга), плотных и одинаковых по высоте, выполняемых по воздуху или по полу. и/или  • «Фехтовальщик» (мин. 4 круга)	 • Вращательное движение палочки Ленты вокруг кисти • Закручивание (раскручивание) • Движения 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»), обматывание материала ленты вокруг тела
 Змейки (мин. 4 волны), плотных и одинаковых по высоте, выполняемых по воздуху или по полу	
 «Бумеранг»: отпускание палочки Ленты с удержанием конца Ленты, затем подтягивание палочки обратно и ловля.	 Большой пережат палочки Ленты по минимум двум крупным частям тела  Пережат палочки Ленты по части тела
 «Эшаппе»: вращение палочки Ленты во время полета	 Проход через рисунок или над рисунком Ленты всем телом или частью тела

Разъяснения / примеры

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

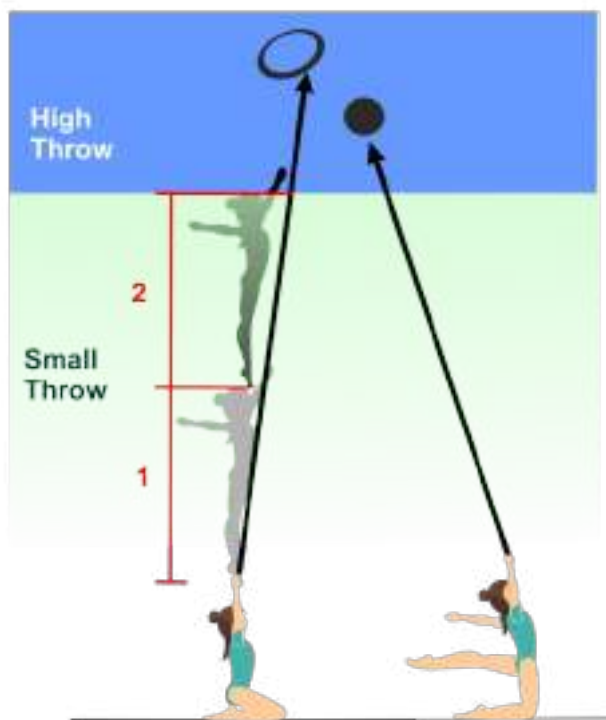
	«Фехтовальщик»: вся палочка Ленты вместе с рукой переходит в спиральный узор, образованный Лентой (палочка похожа на шпагу); выход палочки из спирального узора – на выбор: подтягивание назад руки/палочки или малый бросок/Эшаппе.
	«Бумеранг» состоит из 3 частей: • Отпускание (бросок) палочки в воздух 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. • 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. 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»). • Ловля палочки: элемент, включающий только подтягивание Ленты и ловлю палочки (без отпускания), не отвечает дефиниции «Бумеранга»
	• 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
	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.
	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.

3.4. Сводная таблица Технических групп предметов, действительных для всех предметов (п. 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	
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 сначала гимнастка ловит предмет контролируемым образом, а после этого часть предмета соприкасается с полом, то ловля засчитывается со сбавкой E. См. Исполнение, 2.3.8. 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 (Исполнение, п. 3.3.4).

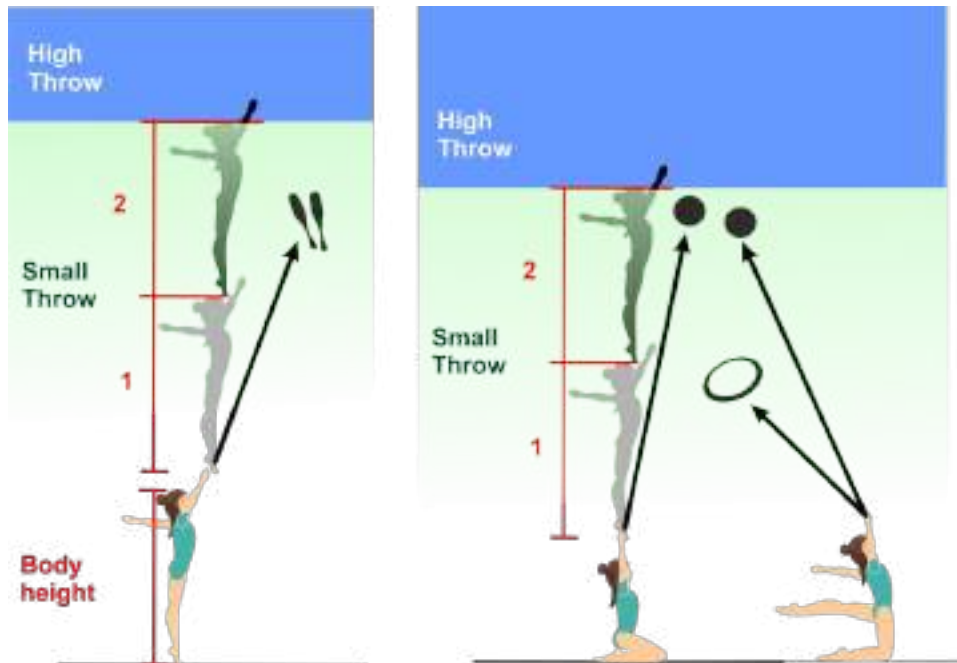
Пример 1: высокий бросок



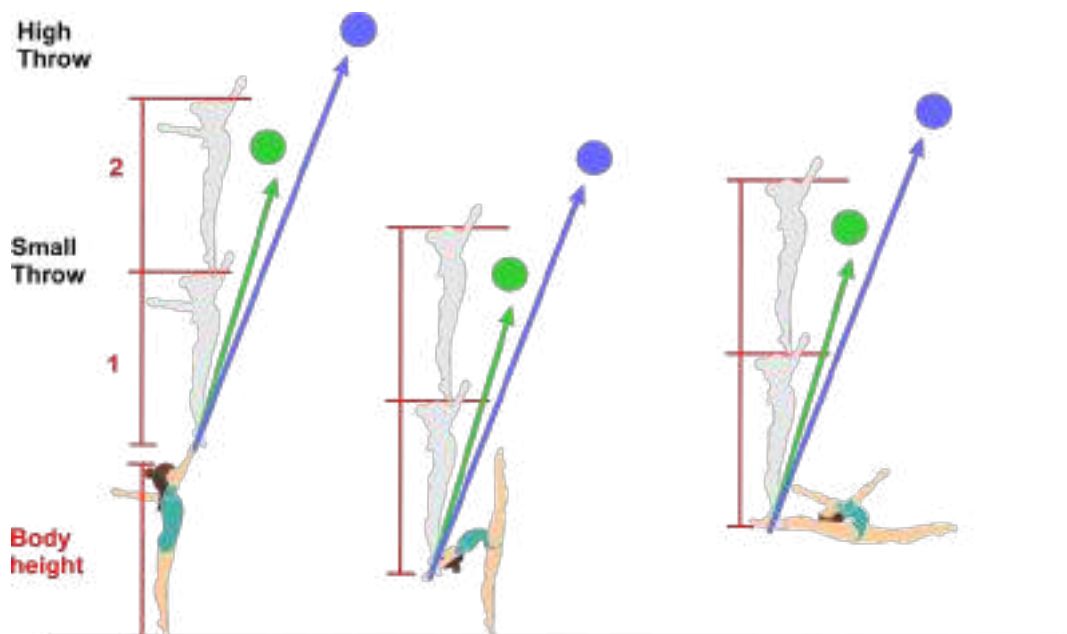
3.4.2. Малые броски и ловля предметов

→	Малый бросок и ловля предмета с полёта: близко к телу, не более чем 2 роста гимнастки стоя, мин. 1 четко видимая фаза полета: • С броском/толчком в воздух • С отбивом от тела • Свободное падение предмета с высоты • Для броска одной Булавы: с вращением 360° или без вращения Примечание: малый бросок 2 булав без вращения обеих булав на 360 гр. 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. DB под полётом предмета или при Бумеранге

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

3.4.4. РАБОТА С ПРЕДМЕТОМ

	• Большие круги предметом • Для ленты: круги могут быть средними или большими – и то и другое относится к <u>одному</u> и тому же Техническому элементу предмета (все параметры те же самые) • Движения «Восьмерки» (не для Мяча) • Передача предмета вокруг любой части тела или под ногами (ногой), из руки или части тела в другую руку или часть тела, с помощью рук или без нее • 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

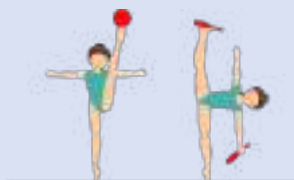
	Средний или большой круг: предмет должен показать полный круг 360 гр. Восьмерки: должны быть представлены 2 полных круга последовательно
--	---

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 двумя маленькими частями тела
3. Предмет свободно подвешен (не зажат)

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

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



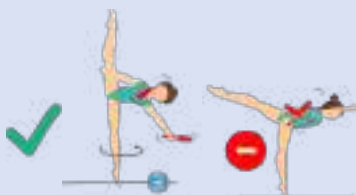
На стопе поднятой ноги
(с вращением или без вращения)



На груди: только для мяча, не зажатого другими частями тела (с вращением или без вращения)



Открытая ладонь: только для ДВ с вращением для Мяча



Шея (не на спине): только во время ДВ с вращением.

Одна Булава в положении неустойчивого баланса засчитывается, т. к. вторая Булава выполняет техническое движение. Не засчитывается для 2 булав, скрещенных на шее.



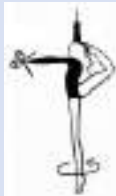
Одна Булава балансирует на другой – это считается неустойчивым балансом во время любого типа ДВ с вращением (недействительно для Турляна)

Примеры и разъяснения: открытая ладонь

			
Correct execution	Ball held against the forearm	Ball held against the forearm and squeezed	Ball grasped and squeezed
No penalty	ET -0,1 p.	ET -0,1 p.	ET -0,1 p.
 valid	 valid	 not performed	 not performed
Правильное выполнение	Мяч удерживается предплечьем	Мяч удерживается предплечьем и зажат	Мяч схвачен и зажат
Нет сбавки	ЕТ -0,1 балла	ЕТ -0,1 балла	ЕТ -0,1 балла
Засчитывается	Засчитывается	Не засчитывается	Не засчитывается

3.4.5.2. Предмет зажат между небольшими частями тела/предметом: с вращением или без вращения

Примеры / пояснения	
Предмет зажат между 2 маленькими частями тела (стопы) – с вращением или без вращения	
	  и т. п

Примеры:	
Предмет зажат между любыми маленькими или большими частями тела только во время элемента вращения	
	      Засчитывается, только если Мяч зажат между маленькими и/или большими частями тела <u>во время элемента вращения, а не во время баланса DB</u>

	Булава, удерживаемая другой булавой <u>на внутренней стороне руки</u> , не считается нестабильным балансом.
--	---

Примечание: Исключение для зажатого предмета: Мяч, зажатый между рукой сверху и любой частью тела, не засчитывается как нестабильный баланс, независимо от наличия вращательного движения тела

Примеры: НЕ ЗАСЧИТЫВАЕТСЯ	
	

3.4.5.3 Предмет свободно свисает / подвешен (не зажат):

Примеры / пояснения	
	   Только во время DB с вращением

Предмет расположен на части тела с дополнительной поддержкой руками – не засчитывается как «свободно подвешенный» в положении нестабильного баланса

Примеры	
	 

3.4.5.4. Положения неустойчивого баланса, считающиеся одинаковыми / разными:

Разъяснения	
	Одинаковые Во время Трудностей Вращения Мяч удерживается впереди левой рукой, а затем впереди правой рукой (это <u>одинаковые</u> положения)
	Разные Разные неустойчивые положения: Мяч удерживается на открытой руке во время Вращения ДВ: рука должна быть чётко впереди, в сторону, вверх и т.п., или должно заметно измениться положение неустойчивого баланса от одной руки к другой <u>во время вращения</u>. Примеры:     <i>Видимое изменение от одной руки к другой</i>
	Разные Разные неустойчивые положения: одна Булава удерживается другой Булавой на внешней стороне руки во время Вращения ДВ: Положение руки должно <u>заметно измениться спереди от туловища или в сторону от туловища, чтобы быть разным</u>:

3.5. Статичный предмет

3.5.1. Предмет должен быть в движении или в неустойчивом 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 одной или двумя руками и/или одной или более частями тела (не в неустойчивом положении)
- Предмет, удерживаемый "долгое время" означает **более 4 секунд**.

3.5.3. Когда одна булава в работе или в полете, 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 (**не более 4 секунд**).

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

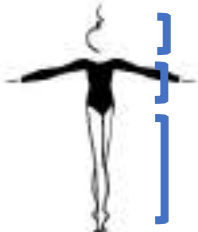


3.5.5. Преакробатический элемент, выполненный **с опорой полностью на предмет** без контакта любой части тела с полом, **не допускается**. Сбавка в Исполнении: **0,30** за запрещенную технику:



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

Разъяснения / примеры	
Технические элементы предметов разные, если выполнены:	В разных плоскостях: Плоскости оцениваются относительно пространства: горизонтальная, фронтальная, сагиттальная • Критерий “плоскости” неприменим к <u>спиралям</u>. Спирали должны иметь разные направления и/или разный уровень.
	В разных направлениях – оценивание: Проход через предмет вперед и назад / проход внутрь, наружу, проход всем телом - это разные вещи. 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. Каждый элемент предмета может быть повторен с <u>туловищем</u> в двух разных направлениях, например: вертикально + вбок, вперед + назад, прогиб + вбок и т.д. Все остальные варианты направлений считаются <u>одним и тем же Техническим элементом предмета</u>, например: • Одни и те же мельницы вперед и назад • Одинаковые маленькие круги двумя булавами справа и маленькие круги двумя булавами внутрь • Одинаковые спирали внутрь и спирали наружу • Один и тот же большой круг внутрь и большой круг наружу • Один и тот же большой перекал слева направо и справа налево
	На разных уровнях

	 Уровень 1: голова-плечи Уровень 2: грудь-талия Уровень 3: ниже талии-стопы
	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 <u>под ногой</u> и один раз <u>не под ногой</u> - 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 **Две отдельные ДВ** с одинаковыми элементами предметов не засчитываются; вторая **ДВ** с 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 один 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 двух разных ДВ** (из одной или разных Групп тела), не считаются разными элементами предмета.

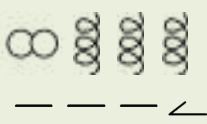
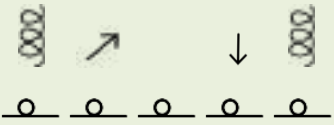
3.6.1.4 Одинаковые элементы предметов, **выполненные сначала правой, а потом левой рукой**, не считаются разными элементами предмета.

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
Если гимнастка выполняет один и тот же отбив мяча во время прыжка, а затем во время равновесия, то равновесие будет недействительно.
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.
Если гимнастка выполняет прыжок с поворотом под полетом предмета, а затем в другой части упражнения выполняет поворот под полетом предмета, то поворот будет недействителен.
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.

3.6.1.6 Серия прыжков или поворотов может быть выполнена с использованием одинаковых или разных Технических элементов предмета для каждой ДВ. 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
	В серии допускаются разные Технические элементы предмета (большой круг, спирали) и одинаковые Технические элементы предмета (дважды одинаковые спирали). 4-й прыжок не идентичен и не является частью серии; повторение одинаковых спиралей не допускается: 3 прыжка в шпагат содержат действительные Технические элементы, а 4-й прыжок не содержит действительного Технического элемента.
	Допускаются одинаковые спирали в двух местах в серии, повторяющиеся раздельно, также в сочетании с высоким броском и ловлей: Все 5 DB имеют действительные Технические элементы предмета.

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**), выполненный до первого вращения или во время первого вращения. **Малый бросок не засчитывается.** (п. 3.4.2.).

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

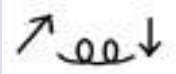
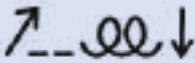
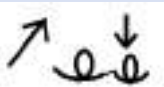
- Минимум 2 базовых вращения должны выполняться **во время полёта** предмета.
- Каждое базовое вращение должно выполняться на 360°
- Базовые вращения могут выполняться вокруг любой оси
- Базовые вращения могут быть как с изменением оси вращения тела, так и без него
- Базовые вращения могут быть как с переходом на пол, так и без него
- Два базовых вращения должны выполняться **без каких-либо дополнительных шагов** между двумя поворотами. Допускается пауза без какого-либо шага или смещения.
- Для дополнительных шагов, выполненных до или после двух действительных базовых вращений из-за неточной траектории: R засчитывается, сбавка E.

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

- **Дополнительны вращения** оцениваются после двух базовых вращений и будут действительны даже с дополнительными шагами между вращениями/после них: Дополнительные вращения будут действительны со сбавкой в Исполнении.

- Предметы могут быть пойманы **сразу же после полета**. R с ловлей после отбива от пола не засчитывается.

- **Примечание (Лента):** 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, два базовых вращения при полёте, ловля	R2 Требования выполнены
	Высокий бросок, два базовых вращения при полёте, два шага, ловля	R2 Требования выполнены; Сбавка в Исполнении E 0.10 за неточность траектории с 2 шагами
	Высокий бросок, два шага, два базовых вращения при полёте, ловля	R2 Требования выполнены; Сбавка в Исполнении E 0.10 за неточность траектории с 2 шагами
	Высокий бросок, одно базовое вращение при полёте, ловля	Не засчитывается: Нет двух вращений при полёте
	Высокий бросок во время вращения, ловля во время вращения	Не засчитывается: Нет двух вращений при полёте
	Высокий бросок, первое базовое вращение при полёте, ловля на втором базовом вращении	Не засчитывается: Нет двух вращений при полёте
	Высокий бросок на первом вращении, одно вращение при полёте, ловля	Не засчитывается: Только одно вращение при полёте
	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

4.1.3. Дефиницию R с тремя одинаковыми DB с прыжком и поворотом см. в п. 4.7.

4.2. Ценность R

4.2.1. Базовая ценность R (минимум 2 базовых вращения на 360° для каждого): **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, в полете 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 (4.4)
- Вертикальных вращений (включая DB с поворотом на 360° и более с ценностью 0,10) (4.5)
- DB с поворотом на 360° и более, ценностью 0,20 или более (таблицы Трудности тела №9, №13)

4.4.2. Группа вертикальных вращений 1 (вертикально) может использоваться в двух 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 засчитано.

4.4.2.1. Хотя группа вертикальных вращений 1 может повторяться, каждое конкретное вращение должно отличаться: либо техникой броска, вариацией вращательных элементов, 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 одном 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 один раз в каждом R и будет действительна в качестве элемента вращения:

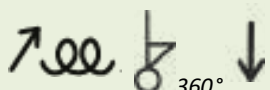
4.4.4.1. DB может выполняться только во время броска или ловли.

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 и не записываются как DB.

Разъяснения / примеры		
R с вертикальным вращением из DB ценностью 0.10		
Трудность		Оценивание
1.		<i>Изолированный поворот Пассе 360°</i> <i>Судьи DB записывают DB 0.10</i>

2.		<i>R с двумя Шене + поворот Пассе 360°</i> <i>Судьи DB записывают R с 3 вращениями из группы вертикальных вращений 1 (только).</i>
----	---	---

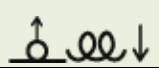
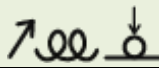
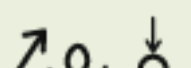
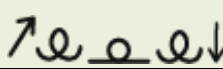
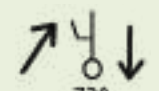
4.4.4.5. DB без вращения или DB, определенный с поворотом на 180°, не допускается (R не засчитывается).

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 одно вращение, также 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 первого вращения (DB), два базовых вращения в полете, ловля	R3 = 0.30 1 DB считается
	Высокий бросок, два базовых вращения в полете, ловля во время третьего вращения DB	R3 = 0.30 1 DB считается
	Высокий бросок, первое вращение в полете, ловля во время второго вращения (DB)	R не считается Отсутствуют 2 базовых вращения под полетом 1 DB считается
	Высокий бросок во время первого вращения (DB), второе вращение в полете, ловля	R не считается Отсутствуют 2 базовых вращения под полетом 1 DB считается
	Высокий бросок, первое вращение в полете, второе вращение в полете (DB), третье вращение в полете, ловля	R не считается (4.4.4.1) DB не считается
	Высокий бросок, поворот Аттитюд на 720°, ловля	R не считается (4.4.4.9) 1 DB считается под полетом (2.6.3)

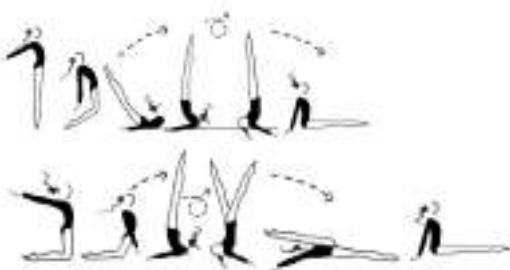
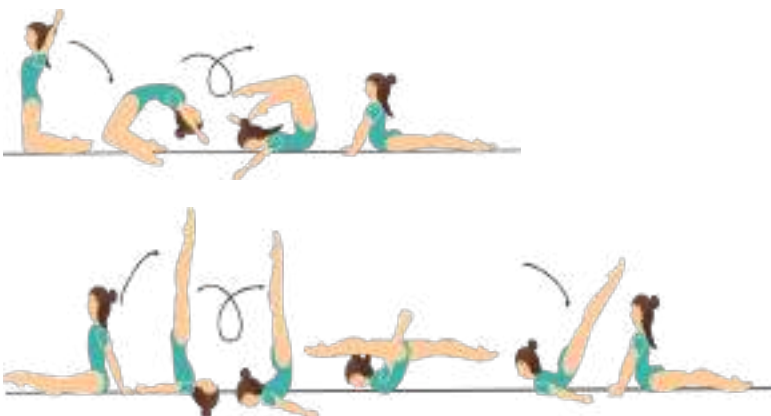
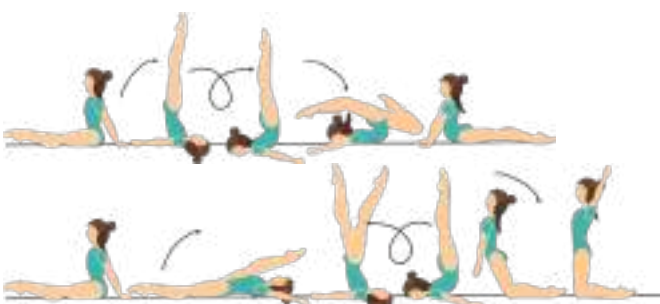
4.5. Преакробатические элементы

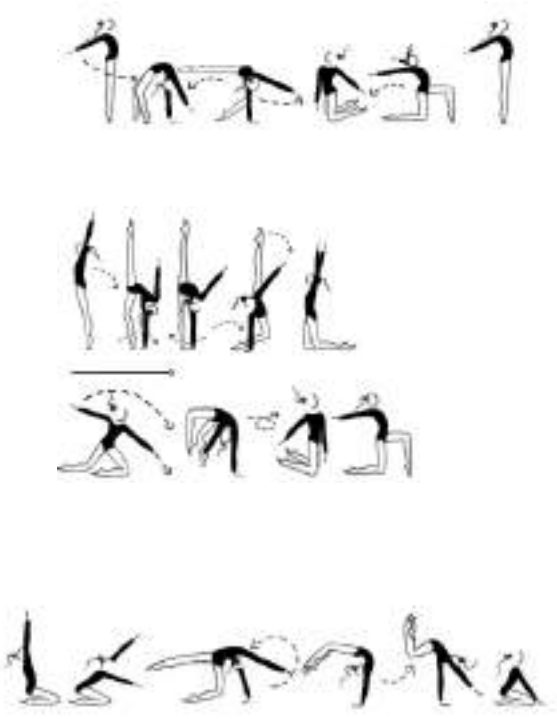
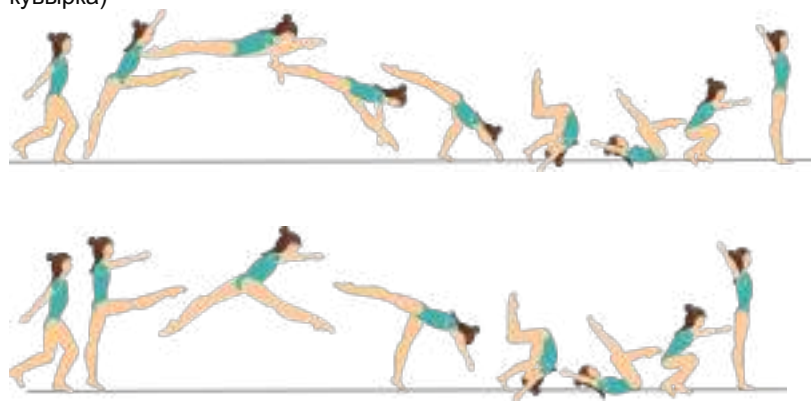
4.5.1 Таблица групп преакробатических элементов

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



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

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

		финальное положение – не DB
11	Боковое вращение с прогибом назад	Исходное положение: Стоя, на коленях и т. д. Промежуточная опора: На одну руку, на обе руки, на локоть, грудь и т.д. Опоры на выбор: С проходом через мостик на 1 – 2 ногах, или с отрывом ног от пола Финальное положение: Стоя, на коленях, лежа и т. д. Движения ног: Ноги вместе, одна нога за другой, шпагат, выпрямленные или согнутые колени и т. д. Примеры:  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°.
12	Прыжок-нырок	Полет: Со шпагатом 180 гр., без шпагата 180 гр. Техника: Прямо, через плечо, и т.д. Финальное положение: Стоя, на коленях, через шпагат и т.д. Движения ног: Согнутые или выпрямленные колени, ноги последовательно и т.п. (для кувырка) 
13	Циркуль	Средняя фаза: Туловище горизонтально или ниже, с опорой на руки или без нее Финальное положение: Прогиб/подъем туловища в разных направлениях, с окончанием на коленях и т. д.

	Движения ног Колено(и) согнуты в любой фазе, или выпрямлены Варианты:  360° Примечание: 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.
--	--

4.5.2. “Прыжок-нырок” (требуется фаза полёта, шпагат не требуется): особый тип преакробатического элемента, состоящего из прыжка с наклоном туловища вперед с последующим одним перекатом:

- Критерий «смена уровня» дается при выполнении Прыжка-нырка в R
- Он засчитывается в **R** (только как первое вращение); для того, чтобы **R** было оценено, 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:** Кувырок вперед, заканчивающийся боком, как Колесо = кувырок 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 Техикой преакробатических элементов. Преакробатические элементы, выполненные с использованием запрещённой техники в таких случаях не засчитываются.
Сбавка в Исполнении 0.30.

4.6. Вертикальные вращения

4.6.1. Таблица групп вертикальных вращений

№	Группа	Возможные варианты
1	<u>Полет:</u> Прыжок/подпрыгивание/	С прыжком или без прыжка/подпрыгивания.

	подскок с поворотом. Шаги с поворотами или вращение на одной или двух ногах на полу	Свободный выбор положения ноги (выпрямленная или согнутая) во время полета. Любые комбинации – выпрямленная нога, согнутые колени, поднятые 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 колене, 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 ноги, с возможным проходом через положение шпагата. Примечание: боковой перекат лежа относится к группе «сидя» независимо от исходного положения.
3	Лежа: Боковой перекат	Боковое вращение тела, лёжа на полу от начала до конца вращения или с проходом с колен на спину. Свободный выбор положения ноги. Примеры (возможные варианты): 

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 первой **DB**

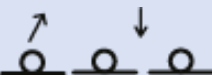
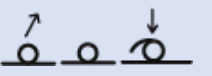
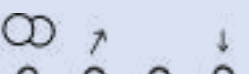
- вторая **DB** под полетом
- ловля во время третьей **DB**

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 одним прыжком с поворотом в полете**. Дополнительные вращения в ходе полета не допускаются.

4.7.4. Этот тип R может выполняться сериями 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.

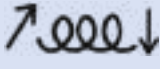
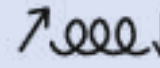
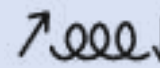
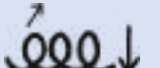
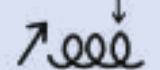
4.7.5. Если предмет пойман **до или после третьей DB или потерян**, R не засчитывается.

Разъяснение: R с сериями из 3 одинаковых DB с прыжками с поворотом		
Элемент R	Разъяснение	Ценность
	<i>Высокий бросок на прыжке с поворотом, прыжок с поворотом во время полёта, ловля на третьем прыжке с поворотом</i>	R3 + серии $0,30 + 0,20 = 0,50$ 3 DB
	<i>Высокий бросок на прыжке с поворотом, прыжок с поворотом во время полёта, ловля перед третьим прыжке с поворотом</i>	R не засчитывается (нет серий по 3) Только первый R оценивается (нет серий по 3) Вторая DB не считается с критерием «под полетом» Третья DB не имеет Технического элемента предмета
	<i>Высокий бросок на прыжке с поворотом, второй прыжок с поворотом во время полёта, ловля на прыжке с поворотом с прогибом назад</i>	R не засчитывается (нет одинаковых DB – нет Серии) Только 1-я и 3-я DB оцениваются. Вторая DB не считается с критерием «под полетом»
	<i>Большой круг на прыжке с поворотом, высокий бросок на втором прыжке с поворотом, третий прыжок с поворотом во время полёта, ловля на 4-м прыжке с поворотом</i>	R3 + серии: $0,30 + 0,20 = 0,50$ 4 DB
	<i>Высокий бросок на прыжке с поворотом, 2 прыжка с поворотом во время полёта, ловля на 4-м прыжке с поворотом</i>	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

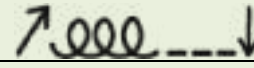
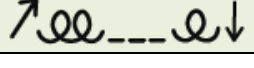
4.8.1. Сводная таблица для R: общие критерии во время броска, полета и ловли предмета

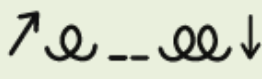
Символ	Ценность	Общие критерии
R ₃ , R ₄ и т.д.	0,10 кажд.	Дополнительное полное вращение 360° тела вокруг любой оси при броске, при полете предмета или на ловле в координации с любой фазой последнего вращения.
Z	0,10	Смена оси вращения или смена уровня во время вращения. В каждом R действителен только один критерий (не оба вместе)
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.

Разъяснение: Общие критерии во время броска и полета предмета		
Элемент R	Разъяснение	Ценность
	Высокий бросок, три вращения Шене при полёте, ловля	R3 = 0,30 Нет Серии <u>преакробатических элементов</u>
	Высокий бросок, 3 переката вперед под полетом, ловля	R3 S = 0.50 Серии <u>преакробатических элементов</u>
	Высокий бросок, 3 переката вперед под полетом, последний с ногами вместе, затем ловля	R3 = 0.30 Нет <u>одинаковых преакробатических элементов</u>
	Высокий бросок во время первого переката вперед, два переката под полетом, затем ловля	R3 = 0.30 Серии не полностью <u>под полетом</u>
	Высокий бросок, два переката вперед под полетом, ловля при продолжении вращения в третьем перекате	R3 = 0.30 Серия не полностью <u>под полетом</u>

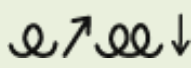
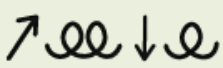
4.8.2. Одно **дополнительное вращение** оценивается во время броска перед двумя базовыми вращениями, при условии, что это вращение соединено с базой без дополнительных шагов и что бросок происходит во время, а не после этого вращения. Допускается пауза без шагов и перемещения.

4.8.3. **Дополнительные вращения после двух 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, три вращения под полетом, три шага, ловля	R3 = 0,30 Сбавка E 0.30 за неточную траекторию с 3 шагами
	Высокий бросок, два вращения вокруг своей оси без прерывания, за которыми следуют три шага и третье вращение, ловля	R3 = 0,30 Сбавка E 0.30 за неточную траекторию с 3 шагами

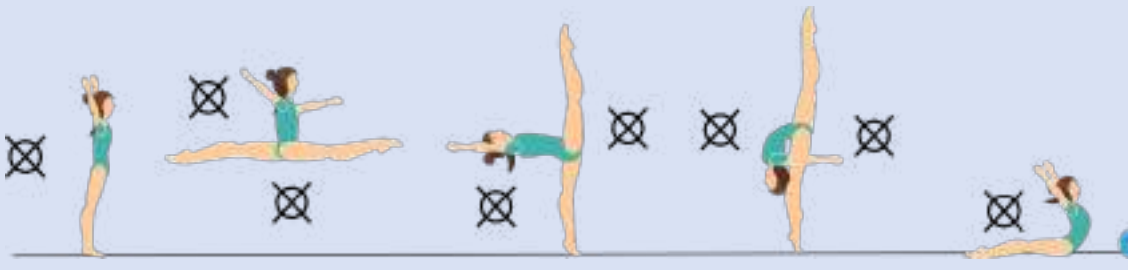
	Высокий бросок, одно вращение, за которым следуют два шага, два вращения, ловля	$R2 = 0,20$ Сбавка 0.10 за неточную траекторию с 2 шагами Дополнительное вращение перед 2 базовыми вращениями должно иметь соединение без дополнительных шагов
---	---	--

4.8.4. Вращение, заверщенное перед броском или начатое после ловли предмета, не засчитывается

Разъяснения / примеры		
	Одно вращение, высокий бросок после него, 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 третьим вращением	$R2 = 0,20$

4.9 Сводная Таблица Общих Дополнительных Критериев при броске и ловле предмета

Символы	Общие Критерии для всех предметов при броске и ловле + 0.10 каждый раз
	Вне зрительного контроля
	Без помощи рук

Разъяснения: Общие Дополнительные Критерии для всех предметов во время броска или ловли	
	Без зрительного контроля Примеры подобных зон:  • Для <u>всех</u> типов бросков/ловли: - Броски/ловля, выполненные спереди или сбоку, 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</u>

	в зоне, определяемой как «вне поля зрения». • Для бросков/ловли, выполняемых с помощью руки(рук): - Критерий “вне поля зрения” обычно указывается только для техники, при которой бросающая рука опущена/отведена назад, а не там, где бросающая рука поднята назад (около головы), за исключением двух следующих случаев: - Когда туловище прогнуто назад ниже горизонтали, для бросков и ловли в любой позиции сзади туловища дается “вне поля зрения”. - Когда туловище прогнуто назад ниже горизонтали, для ловли на туловище/переднюю часть тела на уровне груди или ниже дается “вне поля зрения”. • Недействительно для мяча, пойманного двумя руками за шеей обеими согнутыми руками. • Чтобы получить “вне поля зрения” для броска/отбива, недостаточно, чтобы предмет двигался назад: бросающая рука должна находиться в зоне, определенной как “вне поля зрения”, либо часть тела, выполняющая бросок/отбив, должна находиться в зоне, определенной как “вне поля зрения”.
≠	Без помощи рук: Не засчитывается в: • Ловля сразу же во вращение на вытянутой руке (○) • Бросок/ловля предмета тыльной стороной ладоней • Ловля булавы внутренней стороной руки (ладони) с использованием второй булавы

4.10 Специфические критерии при броске и ловле предмета

4.10.1 Сводная Таблица для R

Символ	Специфические Критерии для броска + 0.10 каждый раз	Символ	Специфические Критерии для ловли + 0.10 каждый раз
		⊖	Проход через Обруч всем телом или частью тела во время ловли. Минимум 2 большие части тела должны пройти через Обруч. Пример: голова+туловище; руки+туловище; туловище+ноги и т.д.
✓	Бросок после переката по полу ○ Засчитывается только при выполнении вместе с ≠	✓	Непосредственный обратный отбив телом без остановки – от любой части тела, кроме рук (○●) Критерий ✓ не дается за отбив рукой Дополнительный критерий ≠ дается за отбив рукой (руками), кистями или другой частью тела
			Отбив мяча от пола и возврат предмета сразу же – предмет принимается

			непосредственно от пола, не выше уровня колена. Засчитывается только при выполнении вместе с $\neq$ без помощи рук.
			Непосредственная ловля в пережат предмете по телу (мин. 2 большие части тела). Не засчитывается: дополнительный критерий $\neq$ при ловле рукой/кистью, независимо от положения ладони. Засчитывается: дополнительный критерий $\neq$, если любая часть пережата находится вне поля зрения.
	Бросок 2 разъединённых Булав вместе: () • одновременный бросок • асимметричный бросок • каскадный бросок <i>Асимметричные броски могут выполняться одновременно одной или двумя руками. Движения двух Булав в полёте должны быть разной формы или амплитуды (один бросок выше другого), и в разных плоскостях или направлениях.</i> Каскадные броски		Ловля 2 разъединённых Булав () одновременно
			Ловля Мяча () одной рукой (без дополнительной помощи телом, включая вторую руку)
			Непосредственная ловля Обруча () во вращении на другой части тела без помощи рук. Не действителен дополнительный критерий «без помощи рук» $\neq$ для вращения на прямой руке.

Разъяснение: оценивание Каскадных бросков

- Каскадные броски – это броски двух Булав одна за другой, причем обе в полете в один момент времени.
- Для R: оцениваются только два броска (не указаны критерии для 3-го броска в каскаде и для повторного броска).
- Минимум один бросок должен быть высоким, с двумя базовыми вращениями в полете. Другой бросок может иметь любую высоту. Порядок бросков разной высоты свободный (высокий – низкий, низкий – высокий).
- Вращения оцениваются только по отношению к одному полету.
- Каждый критерий дается максимум один раз за бросок и максимум один раз за ловлю (а не по одному разу для каждой булав).
- Любой бросок или ловля, выполненные до или во время базового вращения, оцениваются как часть “броскового действия”.
- Любой бросок или ловля, выполненные после базовых вращений, оцениваются как часть “действия по ловле”.

4.10.2. Непосредственный отбив телом без остановки ():

- Отбив – это главная составляющая R (часть начального броска для R); в этом случае 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 как часть R и DA.

4.10.3. Повторный бросок в конце R или непосредственно после R относится к R, но не дает никаких

критериев (ни повторного броска, ни броска без помощи рук). Этот тип броска или 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 другой частью тела (): 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 при полёте предмета
- неполные 360 гр. в каждом базовом вращении (1 или оба)
- прерывание между двумя базовыми вращениями
- потеря предмета
- ловля мяча с отбива от пола
- ловля Ленты за материю, а не за палочку
- выполнение с Бумерангом в любой фазе
- полная потеря равновесия с падением гимнастки
- повтор вертикальной группы № 1 в более чем двух **R**
- повтор вертикальных групп №2 или № 3 в более чем одном **R**
- повтор группы преакробатического элемента в более чем одном **R**
- **R** выполнен **с DB** без вращения или **с DB**, определяемой как 180 гр., включая последнее вращение в **R**, используемое в качестве подготовительного к таким **DB**
- **R** выполнен **с 2 DB** ценностью 0,20 или более, один на броске и один 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 первого прыжка с поворотом
 - ловля до/после третьего прыжка с поворотом
- ловля предмета после окончания музыки
- Трудность началась вне пределов площадки

5. ТРУДНОСТЬ ПРЕДМЕТА (DA)

5.1. Дефиниция

5.1.1 Трудность предмета **DA** – это технический элемент предмета («База»), выполняемый с особыми критериями для каждого предмета.

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

5.1.3. Элементы **DA** состоят из следующей комбинации Базы (Баз) и критериев:

- 1 База предмета + минимум 2 критерия (оба критерия выполняются во время 1 Базы)

- «Ловля после высокого броска» + вторая 2 База + минимум 1 критерий, который выполняется во время обеих Баз

- База «ловля высокого броска» ↓ также действительна для ↓ (мяч и булавы), ↓↓ (булавы)
- Две 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
Большой перекат 	0.30	 	0.30

5.3.2. Когда **DA** состоит из «ловли после высокого броска») + второй базы + 1 критерия: ценность наивысшей базы + дополнительные 0.10 балла за вторую базу определяют ценность **DA**.

Пример: Обруч и Мяч

База	Ценность	База	Ценность	Критерий	Ценность DA
Ловля после высокого броска ↓	0.30	Большой перекат 	0.30		0.30 (наивысшая База) + 0.10 (вторая База) = 0.40

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 мин. 2 критериев.

5.4.3. Таблица критериев для **DA**, действительных для всех предметов

Критерии для DA



Вне поля зрения:

Примеры подобных зон:



- Для всех типов элементов предметов:

- Критерий “вне поля зрения” оценивается для положения руки (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:
 - о Большие перекаты и скольжение находятся “вне поля зрения”, если какая-либо часть (начало, середина или конец) переката выполняется в зоне, определенной как “вне поля зрения”.
 - о Мельницы считаются как “вне поля зрения”, если минимум 2 из 4 кругов выполнены в зоне, определенной как “вне поля зрения”.

- Для бросков/отбивов/повторных бросков:

- Недостаточно, чтобы предмет перемещался назад: бросающая рука или другая часть тела, выполняющая бросок/отбив/повторный бросок, должна находиться в зоне, определенной как “вне поля зрения”.

- Для выполнения элементов предмета с помощью рук:

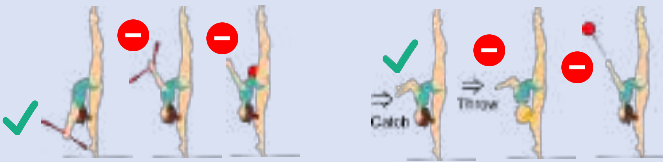
- “Вне поля зрения” обычно указывается только для техник, при которых рабочая рука опущена/отведена назад, а не для техник, при которых рабочая рука поднята/отведена назад (около головы), за исключением следующих 3 пунктов:



о Для спиралей и змеек также указывается “вне поля зрения”, когда рабочая рука поднята вверх/отведена назад и находится за вертикальной линией.

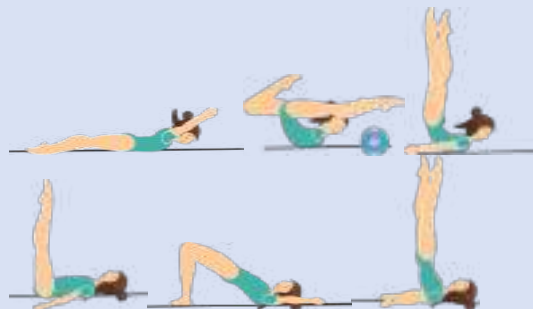
о Когда туловище наклонено назад ниже горизонтального положения, для выполнения баз в любом месте сзади туловища дается “вне поля зрения”.

о Когда туловище наклонено назад ниже горизонтального положения, “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.

	 • 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” считается для мяча, пойманного двумя согнутыми руками за шеей.
≠	Без помощи рук: Предмет должен совершать самостоятельное техническое движение, начатое: • импульсом от другой части тела • начальным импульсом кисти руки (рук), но после этого предмет должен двигаться самостоятельно без помощи кисти руки (рук) Не засчитывается в: • Ловля сразу же во вращение на вытянутой руке (○); • Бросок / ловля тыльной стороной рук(и); • Ловля булавы внутренней стороной руки(кисти) с использованием другой булавы
✗	Под ногой(ами): в сложной взаимосвязи тела и предмета под ногой(ами) Примеры:  Примечание по булавам: когда мельницы выполняются с руками по сторонам ноги, они сами по себе – под ногой, и поэтому критерий «под ногой» действителен независимо от положения тела.
=	Положение на полу Элементы предмета выполняются лежа на полу от начала до конца элемента DA: • Лежа на полу, опора на любую часть живота и/или груди • Лежа на полу, опора на любую часть спины и/или шеи • Полностью лежа на боку Положение ног свободное. 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).

Примечание: "от начала до конца элемента" подразумевает всю ДА. Для баз с двумя действиями (п. 3.3) достаточно выполнить положение на полу во время одного действия, которое имеет два критерия (отпускание или ловля).

Примеры действительного положения на полу:



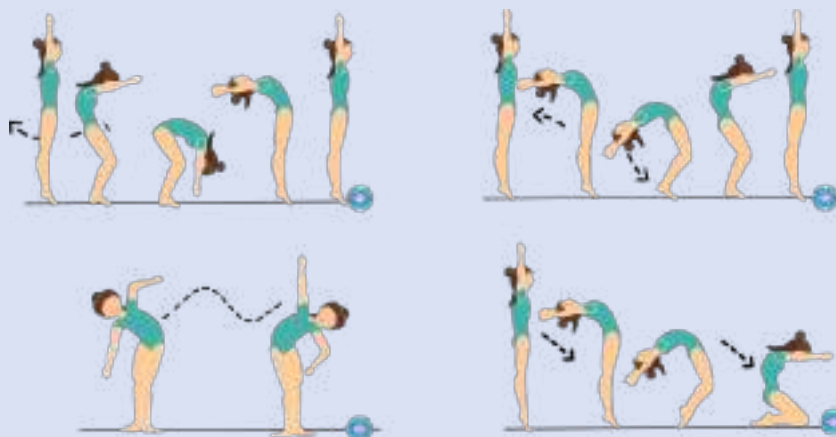
Примеры недействительного положения на полу:



W

Полная Волна тела

Дефиниция и примеры:



- Полная Волна всего тела - это последовательное сокращение и расслабление всех мышц тела вдоль "цепочки" сегментов тела, подобно "электрическому току".
- В волнообразных движениях 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, Волны всем 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 коленных и голеностопных суставов: **не засчитывается**.

	• 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. Все Волны тела должны быть разными: отличаться наличием движений вперед / назад / в стороны / ногами вместе или врозь, но с одинаковыми повторяющимися движениями.
DB	Трудности тела • Выполняется с DB ценностью 0,10 или более • DB, определяемая поворотом или положением на полу, может засчитываться только как DB • Во время равновесия Фуэте и поворота Фуэте можно выполнить максимум 1 DA. Все дополнительные DA в том же DB (например, в равновесии или в повороте Фуэте), считаются попытками DA и не зачитываются. • Серии прыжков и вращений: допускается 1 DA для каждой DB серии, если она выполнена в соответствии с требованиями DA (например, одинаковый повтор DA считается попыткой и не зачитывается) Примечание для большого переката в DB равновесия: импульс для переката и импульс для DB могут быть выполнены одновременно. Ожидается, что после первоначального импульса равновесие DB (за исключением динамических равновесий) 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.
	Вращение • 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, которые включают вращение • DB не может использоваться в качестве элемента вращения • Этот критерий может быть скомбинирован с "положением на полу", если выполняется поворот на 360°, при этом туловище полностью находится 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 как критерий минимума 1 во время обеих баз. Как при ловле, так и при большом перекате требуется другой критерий, чтобы подтвердить эту DA с двумя базами предмета

5.4.5. Любой повтор DB (включая формы с равновесием Фуэте) с DA или без неё в этой Трудности, недействителен 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 не более 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 не покинет пределы площадки) считаются попытками выполнения DA и недействительны, независимо от 2 других действительных критериев.

Сбавка Судей DA = 0.30 за каждые 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 двух (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 отличаться от использованных в R.

5.4.8. Когда преакробатический элемент соединен с **DB** (с **DA** или без нее) или использован в хореографии, он засчитывается в число 1 из 3 преакробатических элементов. Эта группа преакробатических элементов не может повторяться в DA.

5.4.9. Когда **DA** продолжается во время преакробатического элемента и DB, это считается одним из трех преакробатических элементов. См. также п. 5.5.2.

5.4.10. Выбор вертикальных вращений не фиксируется Судьями DA. Нет лимита на использование групп вертикальных вращений в **DA**. Каждая группа может быть повторена 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 DB и технические элементы не записываются Судьями DB.

5.5. Комбинации из 2 баз

5.5.1. Две последовательные базы предмета оцениваются как две отдельных DA только в том случае, если есть четкое окончание (остановка после) первой базы, прежде чем начнется вторая 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. Две последовательные одинаковые базы предмета, выполненные в одном и том же соотношении тело-предмет, без остановки предмета, для 2 или более последовательных элементов тела/Трудностей оцениваются только как 1 DA.

Разъяснения / примеры
Одна и та же спираль с лентой выполняется в одном и том же положении руки в двух последовательных элементах тела: переворот вперед с переходом в равновесие “свободная нога вперед без помощи, прогиб туловища назад ниже горизонтали” оценивается только как 1 DA: Спираль вне поля зрения + вращение и DB. Это считается одним из трех преакробатических элементов. См. п. 5.4.9.

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

5.5.4. Когда скомбинированы 2 базы предмета без ловли 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 одна база для каждого элемента, а не, к примеру, один базовый малый бросок для первой фазы + один базовый отбив телом для второй 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
<i>Гимнастка пытается выполнить DA с базой “перекат мяча по 2 большим частям тела” (000), но мяч не перекачивается по 2 большим частям тела. Эта DA не засчитывается, т.к. не соблюдена дефиниция базы. Применяется соотв. сбавка в Исполнении в зависимости от переката (см. Таблицу Исполнения)</i>

5.6.2. Одинаковый повтор DA (повторение всей комбинации базы(баз) и критерия(ев) не засчитывается.

5.6.3. Для всех баз с двумя действиями (см. п. 3.2.1.) два критерия должны выполняться в одном и том же действии (к примеру, не один при броске и один при ловле). Действия оцениваются в хронологическом порядке:

5.6.3.1. Если во время малого броска выполняются два критерия, но один или оба критерия недействительны: DA “малый бросок” недействительна, независимо от двух действительных критериев во время ловли.

5.6.3.2. Если во время отпускания Бумеранга выполняется один критерий, а во время ловли Бумеранга выполняются два 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 в полете – 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 вращения), 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 одну или обе руки либо с опорой на предмет
- полная потеря равновесия и падение гимнастки
- Выполнение в любой фазе **R**
- лента по ошибке поймана за материал
- Трудность началась вне пределов площадки
- любая часть Трудности выполнена после окончания музыки

5.8. ТАБЛИЦА БАЗ И КРИТЕРИЕВ ДА

ОБРУЧ 

База	Символ	Ценность	Критерии						
				$\neq$	$\neq$		$=$	w	DB
Большой пережат 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 с открытой ладонью)		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 через минимум 2 разные части тела (кроме кистей рук)		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
Бросок, толчок, отбив от разных частей тела (кроме 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 после высокого броска		0.30	v	v	v	V	v	v	v

Символ	Разъяснение: дополнительные специфические Базы Обруча
	Высокий бросок с вращением Обруча вокруг своей оси во время полета • 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 одной или двумя руками или другой частью тела.
	Можно комбинировать 2 базы “ловли с высокого броска” с “отбивом от тела” в одной ДА

5.9. ТАБЛИЦА БАЗ И КРИТЕРИЕВ DA

МЯЧ

База		Символ	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 одной 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 через минимум 2 разные части 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
Бросок, толчок, отбив разными частями тела, кроме рук/кистей			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)			0.30	V	v	N/A	V	v	v	v

Символ	Разъяснение: Базы ловли
↓	ДА засчитывается только в том случае, если мяч пойман одной рукой. Если гимнастка пытается поймать мяч одной рукой и отбивает его другой рукой или телом, это засчитывается как попытка выполнения ДА и не засчитывается со сбавкой в Исполнении.
V	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 одна база ловли Мяча после высокого броска действительна в одном элементе: ↓ (ловля Мяча в полете с высокого броска) или ↓ (ловля Мяча одной рукой с высокого броска) или ↘ (отбив от пола после высокого броска и непосредственно возврата предмета), но не все вместе как 2 базы в одной ДА.
↓ →	Можно комбинировать 2 базы “ловли с высокого броска” с “отбивом разными частями тела”, кроме рук/кистей в одной ДА.

5.10. ТАБЛИЦА БАЗ И КРИТЕРИЕВ DA

База	Символ	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
Маленькие 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 через минимум 2 разные части тела (кроме кистей рук)		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
Бросок, толчок, отбив: от разных частей тела (кроме 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 одной Булавы кистью руки, в которой уже находится вторая Булава		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	Разъяснение
⇒	Малые броски 2 разъединенных булав/ловля: минимум два критерия должны быть выполнены при одном и том же действии (например, ловля). Критерии могут выполняться дважды с одной и той же булавой, по одному с каждой булавой или более чем по одному с каждой булавой. В каждом случае это одна ДА.
↗	Высокий бросок 2 разъединенных булав: 2 Булавы могут быть брошены: • Вместе, параллельно • Асимметрично • В каскаде Для асимметричных и каскадных бросков важно, чтобы 1 булавка соответствовала требованию по высоте броска. Каскад: 2 Булавы должны находиться в воздухе во время части каскадного броска. Этот тип броска является одной базой; поэтому необходимые критерии могут быть выполнены с первым или вторым броском Булавы, если хотя бы одна Булавка – в высоком броске. Минимум 2 критерия должны быть представлены в одном действии (бросок №1 или бросок №2), независимо от высоты.
⇓	Одновременная ловля 2 разъединенных Булав: Булавы могут быть пойманы за любую часть
↓ ⇓ ↓	Только одна 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 одной ДА. Ловля двух Булав после каскадного броска – это одна база, один раз. • Если после каскадного броска две булавы пойманы одновременно: может быть оценена база “одновременная ловля 2 булав”. • Если после каскадного броска две булавы не пойманы одновременно: база “ловля с высокого броска” может быть оценена один раз. ДА не будет оценена за ловлю с возможного малого броска (без новой базы), а также во второй раз за “ловлю с высокого броска”.

5.11. ТАБЛИЦА БАЗ И КРИТЕРИЕВ DA

ЛЕНТА



База	Символ	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)		0.20	v	v	N/A	N/A	V	v	v
Передача без помощи рук через минимум 2 разные части тела (кроме кистей рук)		0.20	v	N/A	N/A	V	V	v	v
Малый бросок/ловля (включая свободное падение)	$\rightarrow$	0.20	v	v	v	V	N/A	v	v
Бросок, толчок, отбив разными частями тела (кроме рук)	$\rightarrow$	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: дополнительные специфические Базы Ленты
	Скользящее движение Ленты на полу перед броском. Держат Ленту за конец (или на расстоянии 50 см от ее конца) и делают 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.

6. НОВЫЕ ОРИГИНАЛЬНЫЕ ЭЛЕМЕНТЫ ПРЕДМЕТОВ:

- Тренеры приглашаются к подаче оригинальных Трудностей предметов (**DA**) на рассмотрение в Технический Комитет ФИЖ по художественной гимнастике.
- Оригинальные Трудности предметов (**DA**) будут рассматриваться как элементы, представляющие Базы предметов, которые в настоящее время отсутствуют в Правилах судейства и не выполнялись на соревнованиях.
- Соответствующие Национальные Федерации должны будут загрузить на ресурс ФИЖ или выслать почтой видео Оригинальных элементов предметов **DA** (сам элемент и ещё одно видео с полной композицией, в которой элемент выполнялся на соревнованиях) и описание на английском с рисунками элемента.
- Если элемент будет утвержден, Технический Комитет рассмотрит элемент и установит ценность этого элемента как Базы соответствующего предмета с добавлением в Таблицу элементов предметов; соответствующая гимнастка получит **Бонус за Оригинальность 0.30 за эту Новую Базу DA**.
- Технический Комитет рассматривает оригинальную DA на своем ближайшем заседании.
- О решении будет сообщено в соотв. Нац. Федерацию в письменном виде.
- Любая гимнастка может выполнять тот же Базовый элемент без надбавки за Оригинальность.
- Если Оригинальный элемент выполняется с небольшой ошибкой исполнения, то ценность Трудности 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 первой подгруппы (DB)

Трудность	Минимум/Максимум	Сбавка 0.30
Трудности тела (DB)	Минимум 1 каждой группы Максимум 8	Менее 1 Трудности из каждой группы тела ($\wedge$, T, ϕ)
Равновесие «Турлянь»	Максимум 1 на релеве Максимум 1 на полной стопе	Более 1 на релеве Более 1 на полной стопе
Динамические элементы с вращением R	Максимум 4	Нет сбавки

7.2. Судьи D второй подгруппы (DA)

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

8. ПРЫЖКИ

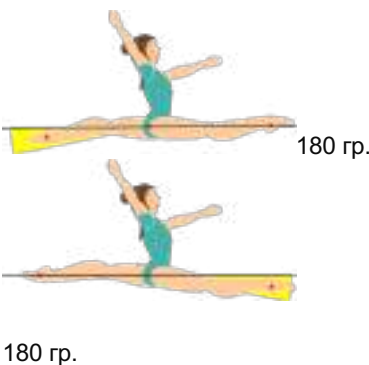
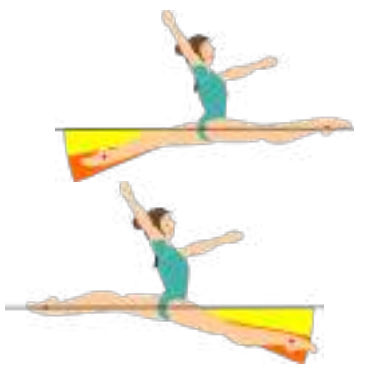
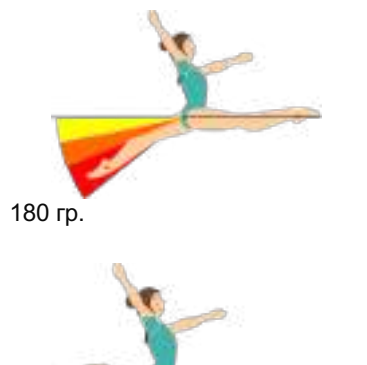
8.1. Общее

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 достаточной высоты и формы** для того, чтобы зафиксировать хорошо видимую **форму** (в соотв. с дефиницией в Таблице 9), будет наказан сбавкой в Исполнении (п. 2.5.2. - 2.5.4.).

Пример:

Ценность прыжков		
DB засчитывается: 0.30	DB засчитывается: 0.30	DB не засчитывается: 0.00
 180 гр.	 180 гр.	 180 гр.
Маленькое отклонение частей тела в шпагате	Среднее отклонение частей тела в шпагате	Большое отклонение частей тела в шпагате
Сбавка в Исполнении 0.10	Сбавка в Исполнении 0.30	Сбавка в Исполнении 0.50

8.2. Прыжки с отталкиванием одной или двумя ногами считаются одинаковыми.

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

8.4. Вращение тела (на 180° или 360°) во время полета оценивается от положения плече перед отталкиванием до положения плече 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. При выполнении всех Трудностей Прыжков с кольцом стопы 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 (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: 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 (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

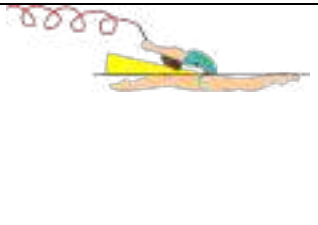
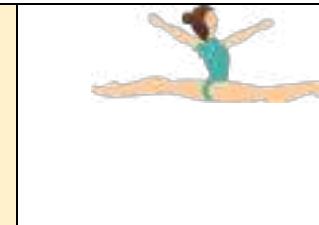
8.10.1. Если гимнастка выполняет серию Прыжков и 1 или более Прыжков в серии выполняются с большим отклонением в форме (см. п. 8.7.2), принцип “серии” не применяется, но все выполненные формы действительны, с соответствующими сбавками в Исполнении, а также в том случае, если Технический элемент предмета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

Пример серий 1:

Формы Прыжков и Отклонения		
DB засчитывается: 0.50	DB засчитывается: 0.50	DB засчитывается: 0.50
		

Пример 2: серии Прыжков с отклонениями + изолированный Прыжок:

Формы Прыжков и Отклонения			
DB засчитывается: 0.50	DB засчитывается: 0.50	DB засчитывается: 0.30	DB не засчитывается: повтор

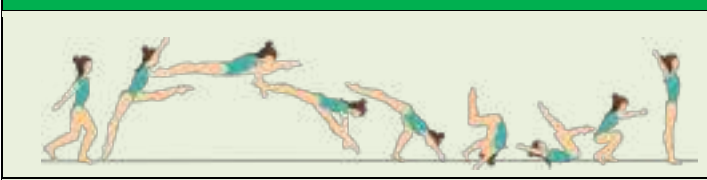
				
Серии				Изолированно
Сбавка в Исполнении				
Отклонение прогиба назад 0.10	Отклонение прогиба назад 0.10	Отклонение прогиба назад 0.50		Нет сбавки в Исполнении

Пример 3: изолированный Прыжок + серии Прыжков с отклонениями:

Формы Прыжков и Отклонения				
ДВ засчитывается: 0.30		ДВ засчитывается: 0.50	ДВ не засчитывается: повтор	ДВ не засчитывается: повтор
				
Изолированно		Серии		
Сбавка в Исполнении				
Нет сбавки в Исполнении		Отклонение прогиба назад 0.10	Отклонение прогиба назад 0.50	Отклонение прогиба назад 0.10

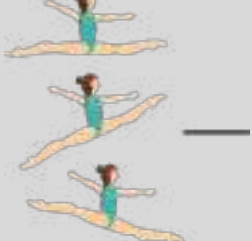
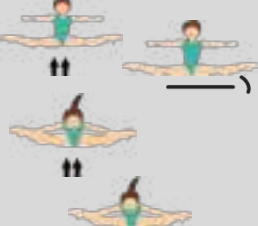
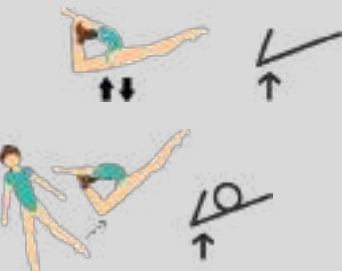
8.11. Прыжки должны быть выполнены с **минимум 1** Техническим элементом предмета в соответствии с дефиницией – см. Таблицы в п. 3.3 – 3.4.

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 ДВ Считается одним элементом вращения
	ДВ Прыжок в шпагат + преакробатический элемент “кувырок вперед” Прыжок в шпагат оценивается как ДВ Кувырок вперед считается одним элементом вращения

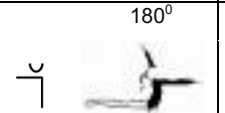
8.13. Техника специфических Трудностей Прыжка:

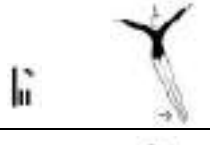
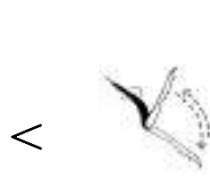
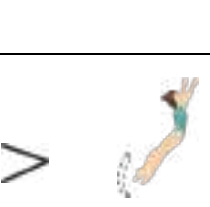
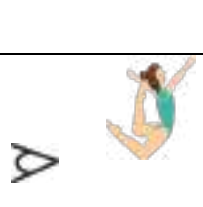
Разъяснения

	«Кабриоль» вперед, назад или в сторону. Одна нога поднята вперед, назад или в сторону на 45° во время отталкивания. Другая нога (опорная), отрываясь от пола, ударяет по ранее поднятой ноге на 45° и более. В завершение, гимнастка приземляется на опорную ногу.
	Прыжок «Ножницы» со сменой ног сзади, в кольцо. Прыжок с отталкиванием одной ногой, смена ног сзади в кольцо, выполняемое последовательно 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 достигать до уровня таза, а колено в горизонталь или выше.
	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 достигать до уровня таза, а колено в горизонталь или выше. Поворот 360° в сторону, противоположную поднятой ноге.
	Прыжок в шпагат (отталкивание одной или двумя ногами) Положение шпагата 180° требуется в наивысшей точке Прыжка. Шпагат может быть в горизонталь, а также засчитывается, если положение 180° удерживается ногами выше или ниже горизонтали.
	Прыжок в боковой шпагат (отталкивание одной или двумя ногами) Положение шпагата 180° в горизонталь требуется в наивысшей точке Прыжка
	Прыжки Зариповой ZR и Аджурджукулезе AG Отталкивание и приземление на заднюю ногу. Эти Трудности требуют обоих критериев «шпагат» и «кольцо».
	Прыжок Подбивной: отталкивание одной или двумя ногами. Выполняется с максимально согнутой ногой, нога ближе к бедру в горизонталь. Ноги врозь на 180°. Подбив может быть в горизонталь и также засчитывается, когда положение 180° удерживается с ногами выше или ниже горизонтали.
	Прыжок Подбивной: отталкивание одной или двумя ногами с кольцом или прогибом туловища назад.

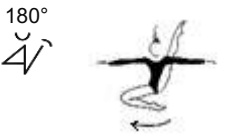
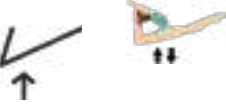
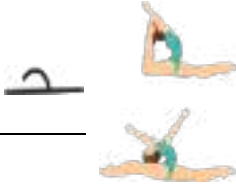
	Выполняется с максимально согнутой передней ногой, бёдра врозь на 180°. Голова должна быть в контакте с ногой. Требуется касание любой части головы для фиксации правильной формы. Прыжок с положением подбива и наклоном туловища может быть в горизонталь и также засчитывается, когда положение 180° удерживается с ногами выше или ниже горизонтали. Для кольца требуется, чтобы задняя нога была в положении закрытого кольца. При прогибе назад требуется касание ногой для правильности формы.
	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.
	Прыжок в шпагат со сменой согнутой ноги. Перед сменой ног передняя нога поднимается в горизонталь (пассе). После видимой смены ног требуется положение шпагата 180° в наивысшей точке Прыжка.
	“Фуэте” Смены ног не требуется. Выполняется с Поворотом на 180° в полёте, над продольной осью маховой ноги и с приземлением на толчковую ногу.
	“Entrelacé” Смена ног требуется. Выполняется с Поворотом на 180° в полёте, над продольной осью маховой ноги. Приземление на маховую ногу.
	Прыжок «Баттерфляй» Ноги последовательно делают полукруг в воздухе. Свободная нога проходит через положение, близкое к горизонтали; толчковая нога проходит через горизонтальное положение. Во время полёта туловище находится близко к горизонтали или ниже горизонтали с поворотом минимум на 180° от отталкивания до приземления.

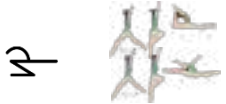
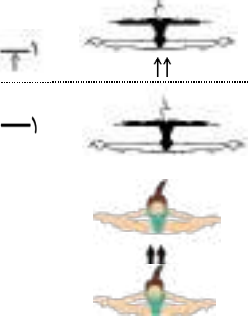
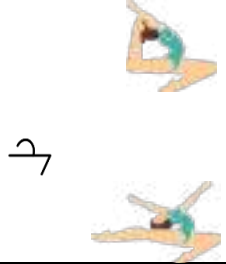
9. ТАБЛИЦА ТРУДНОСТИ ПРЫЖКОВ (/ \)

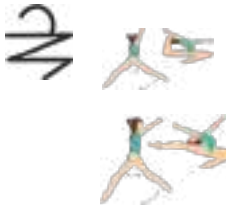
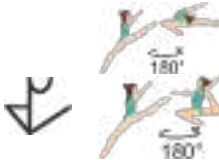
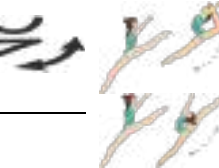
Типы Прыжков	Ценность						
	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,60	0,70
1. Прыжок, согнув ноги с поворотом в полете на 360° Отталкивание 2 ногами	 360°						
2. Ножницы со сменой согнутых ног вперед с 1 поворотом на 360° в полете (кошачий прыжок)	 360°						
3. Прыжок вертикальный с прямыми ногами и поворотом, отталкивание двумя ногами	 360°		 720° 2				
4. Прыжок Пассе с поворотом (свободная нога согнута)	 360°		 720° 2				
5. Прыжок вертикальный со свободной ногой вперед в горизонталь с поворотом на 180° или 360° в полете		 180°	 360°				
6. Прыжок вертикальный со свободной ногой в сторону в горизонталь с поворотом на 180° или 360° в полете		 180°	 360°				
7. Прыжок вертикальный со свободной ногой назад в горизонталь с поворотом на 180° или 360° в полете		 180°		 360°			

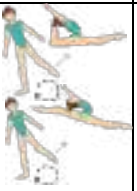
Типы Прыжков	Ценность						
	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,60	0,70
8. Прыжок вертикальный аттитюд со свободной ногой назад в горизонталь (с поворотом в полете на 180° или 360°)		 180°		 360°			
9. Кабриоль вперед							
10. Кабриоль в сторону							
11. Кабриоль назад							
12. Ножницы со сменой ног вперед в горизонталь							
13. Ножницы со сменой ног назад в горизонталь, на 45° или в кольцо							
14. Прыжок «Щука», ноги							

вместе или врозь, отталкивание одной или двумя ногами			 				
Типы Прыжков	Ценность						
	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,60	0,70
15. Казак, нога вперед горизонтально, или с поворотом или с наклоном туловища вперед, также с вращением	4 		4 				
16. Казак, прямая нога вперед вверх, вся стопа выше головы, с помощью, также с поворотом		4 ^x 		4 ^x 			
17. Казак, прямая нога вперед вверх, вся стопа выше головы, без помощи, также с поворотом			4 		180° 4 		
18. Казак, нога выпрямлена в сторону вверх, вся стопа выше головы, с помощью рукой с той же стороны, также с поворотом. Прыжок Жуковой (ЗК) с помощью руки с противоположной стороны 360°		4 ^{x1} 		4 ^{x1} 180° 	ЗК 360° 4 ^{x1} 		

19. Казак – нога в сторону вверх, вся стопа выше головы, без помощи, также с поворотом							
Типы Прыжков	Ценность						
	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,60	0,70
20. Прыжок в кольцо одной ногой, отталкивание одной или двумя ногами, также с поворотом (Кабаева)							
21. Прыжок в шпагат в кольцо или с прогибом, Зарипова (ZR), отталкивание 1 или 2 ногами и приземление на одну и ту же ногу							
22. Два или три последовательных прыжков в шпагат со сменой толчковой ноги. Оценивается как одна DB.							
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							

24. Прыжок в шпагат со сменой согнутых ног, также с кольцом/прогибом назад							
25. Прыжок в боковой шпагат, отталкивание одной или двумя ногами, также с наклоном туловища вперед, также с поворотом							
26. Прыжок в боковой шпагат со сменой ног, также с прямыми ногами (с поворотом на 90°)							
27. Прыжок подбивной, отталкивание одной или двумя ногами, также в кольцо, также с наклоном туловища назад							
28. Прыжок подбивной, отталкивание одной или двумя ногами с поворотом тела. Прыжок Бессоновой (BS), с одной ноги, также в							

кольцо, также с наклоном туловища назад.							
29. Прыжок подбивной со сменой прямых ног, также в кольцо, с наклоном туловища назад.							
Типы Прыжков	Ценность						
	0,10	0,20	0,30	0,40	0,50	0,60	0,70
30. Фузте – нога в горизонталь, или с большей амплитудой – также в кольцо / с прогибом назад							
31. Фузте с Кабриолем, с подбивом или в кольцо / с прогибом назад							
32. Entrelace – ноги в горизонталь или с большей амплитудой, также в кольцо / с прогибом назад							
							
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 наклоном туловища назад							
34. Прыжок подбивной с поворотом со сменой прямой ноги, также в кольцо, с наклоном туловища назад							 
35. Прыжок в шпагат с поворотом («Жете ан турнан»), также в кольцо, с наклоном туловища назад. Аджурджукулезе: Прыжок в шпагат с поворотом в кольцо, отталкивание и приземление на одну и ту же ногу				 		 	
36. Прыжок в шпагат с поворотом со сменой ног, также в кольцо, с наклоном туловища назад						 	 
							0.80
37. Прыжок «Баттерфляй» с							

Поворотом мин. 180 гр. от отрыва до приземления					✕			
---	--	--	--	--	---	---	--	--

10. РАВНОВЕСИЯ

10.1 Общие положения

10.1.1. Существует три типа Трудностей Равновесия (по технике и типу опоры):

- 1) Равновесия на ноге: на полупальцах (на релеве) или на полной стопе
- 2) Равновесия на других частях тела – колено, грудь и т.д.
- 3) Динамические Равновесия – в движении без остановки

10.1.2. Основные характеристики трех типов Трудностей Равновесия:

- 1) **Равновесия на ноге (на полупальцах / на релеве или на полной стопе)**
 - Имеют **определенную** и четко **фиксируемую форму**
 - **Положение остановки минимум на 1 сек.** фиксации формы
- 2) **Равновесия на других частях тела (грудь и т.д.)**
 - Имеют **определенную** и четко **фиксируемую форму с положением остановки**
 - **Положение остановки минимум на 1 сек.** фиксации формы
- 3) **Динамические Равновесия – в движении без остановки**
 - 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. Равновесия без чётко определяемой формы (в соответствии с дефиницией в Таблице 11) будут оцениваться в соответствии с идентифицируемой формой с соответствующей **Сбавкой в Исполнении** (п. 2.5.2.- 2.5.4).

Формы Равновесий, ценность и Отклонения		
ДВ засчитывается: 0.50	ДВ засчитывается: 0.50	ДВ не засчитывается: 0.00
		
Маленькое отклонение шпагата	Среднее отклонение шпагата	Большое отклонение шпагата
Сбавка в Исполнении 0.10	Сбавка в Исполнении 0.30	Сбавка в Исполнении 0.50

Формы Равновесий, ценность и Отклонения			
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 **на других частях тела**, должны выполняться с положением остановки **мин. на 1 секунду с фиксацией формы.**

10.2.1. Фиксация Трудности Равновесия должна быть выполнена четко, без 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 читается и элемент предмета выполнен правильно (**пример:** боковой шпагат без помощи с отбивом мяча во время представленной формы), но положение остановки не читается (**менее 1 сек.**), то Равновесие засчитывается со сбавкой в Исполнении (**0.30 – «форма не удержана мин. 1 сек.»**).

10.2.3. Если положение **остановки совсем не читается** (маховое движение), то **ДВ 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: ↓

Примеры:

Ценность Равновесия			
На полупальцах (на релеве)		На полной стопе	
Символ	Пиктограмма	Символ	Пиктограмма
			
ДВ засчитывается: 0.30		ДВ засчитывается: 0.20	

10.3.1. Одни и те же формы Равновесий в упражнении нельзя выполнять на полупальцах (на релеве) и на полной стопе.

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: ДВ 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) для фиксации правильной формы.**

10.6.1 ДВ 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 ДВ 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 использованием **1 Технического элемента 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
- разные группы Равновесий с Турляном выполняются на стопе, за исключением положения «Казак». Турлян не считается 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 ¼ 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. без движения 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 Динамическое Равновесие выполнено 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, касания пола руками, поднятой ногой и какого-либо смещения
- каждая форма показана с чётким акцентом, без вращений (**чёткое положение**)
- с помощью рук или без помощи рук
- минимум с 1 Поворотом на 90, 180 или 270 градусов между 2 формами

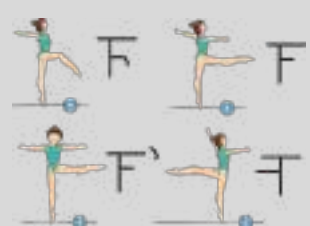
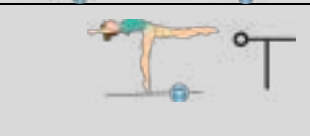
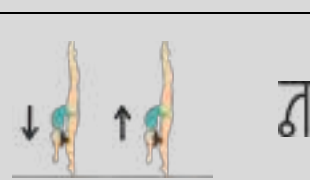
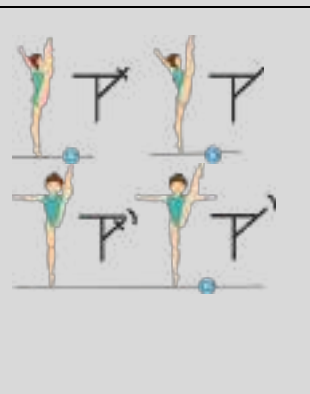
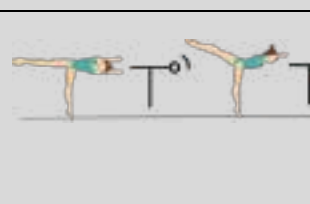
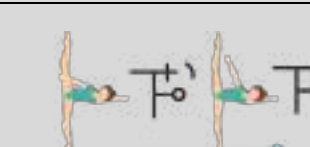
10.10.2.1 Возможен повтор одной и той же формы в одном Равновесии Фуэте, но нельзя повторять любые из этих Равновесий позднее в том же самом упражнении.

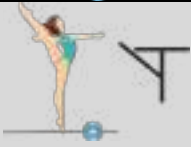
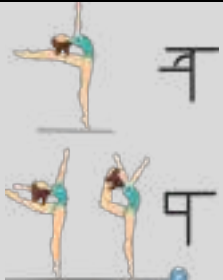
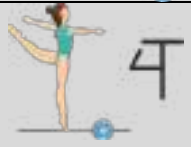
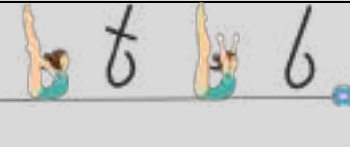
10.10.2.2 Каждое упражнение может содержать максимум 1 Равновесие Фуэте: или 0,50 или 0,30. Второе Фуэте не оценивается, независимо от ценности (нет сбавки)

10.10.3. Динамическое Равновесие “Утящева” не меняет ценности вне зависимости от выполнения упражнения на релеве или на полной стопе.

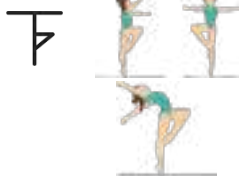
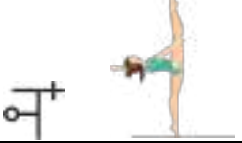
10.10.4. Чтобы быть засчитанными, Трудности с Динамическим Равновесием должны выполняться **как минимум с использованием 1 Технического элемента предмета**, выполненного в соответствии с дефиницией в таблицах № 3.3 - 3.4, в любой фазе Трудности, включая фазу маха.

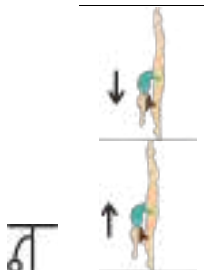
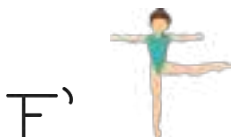
10.11. Техника определённых Трудностей Равновесия

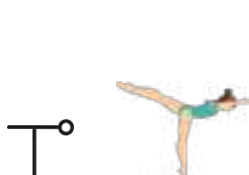
Разъяснения	
	Свободная нога горизонтально вперед (прямая или согнутая) в сторону или назад (Арабеск) Горизонтальное положение свободной ноги (бедра) и максимально вертикальное положение тела должны быть четко зафиксированы
	Свободная нога горизонтально вперед с туловищем назад в горизонтальном положении Туловище и свободная нога должны находиться на одной горизонтальной линии или свободная нога немного выше горизонтали. Туловище прямое, без прогиба назад.
	Передний шпагат с отклонением туловища назад в горизонталь. Требуется шпагат. Туловище прямое, без прогиба назад.
	Передний шпагат без помощи, туловище назад ниже горизонтали из положения стоя или сидя. Требуется шпагат. Равновесие можно выполнять: - с касанием опорной ноги головой или без него - с касанием опорной ноги рукой или без него
	Передний шпагат с помощью и без помощи. Боковой шпагат с помощью и без помощи. Требуется шпагат.
	Свободная нога расположена горизонтально, вбок, туловище в сторону – горизонтально. Свободная нога расположена горизонтально, назад, туловище вперед – горизонтально. Горизонтальное положение рук, головы, туловища, таза и свободной ноги (или свободной ноги немного выше горизонтали) должно быть зафиксировано, туловище должно быть прямым, без прогиба назад.
	Боковой шпагат с туловищем в горизонталь в сторону, требуется шпагат. С помощью или без нее. Туловище следует держать прямо, в горизонталь. Положение шеи и головы свободное.

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

11. ТАБЛИЦА ТРУДНОСТЕЙ РАВНОВЕСИЙ (Т)

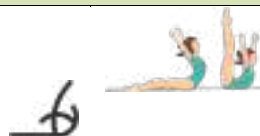
Типы Равновесий	Ценность						
	0.10 р.	0.20 р.	0.30 р.	0.40 р.	0.50 р.	0.60 р.	0.70 р.
1. Пасе вперед или в сторону (горизонтальная позиция) или с наклоном верхней части спины и плеч назад							
2. Свободная нога горизонтально вперед (выпрямленная или согнутая на 30° – положение) и/или тело назад в горизонтальном положении							
3. Передний шпагат с помощью и без помощи							
4. Передний шпагат с помощью и без помощи, наклон туловища назад в горизонталь							

5. Передний шпагат без помощи, наклон туловища назад ниже горизонтали из положения стоя или сидя							
6. Свободная нога в сторону в горизонталь и/или туловище в сторону в горизонталь							

	0.10 p.	0.20 p.	0.30 p.	0.40 p.	0.50 p.	0.60 p.	0.70 p.
7. Боковой шпагат с помощью и без помощи							
8. Боковой шпагат с помощью и без помощи, туловище в сторону в горизонталь							
9. Арабеск: свободная нога горизонтально назад (также с прогибом назад) и/или туловище вперед в горизонтальном положении							

10. Задний шпагат с помощью, стопа выше головы без помощи						
11. Задний шпагат с помощью и без помощи, наклон туловища вперед в горизонталь или ниже						
12. Аттитюд, кольцо с помощью / нога на плече, кольцо без помощи, или Аттитюд, наклоном туловища назад						

	0.10 p.	0.20 p.	0.30 p.	0.40 p.	0.50 p.	0.60 p.	0.70 p.
13. Казак – свободная нога горизонтально							

14. Казак – свободная нога вперед, стопа выше головы с помощью или без помощи							
Равновесия, выполняемые на разных частях тела							
15. Лёжа на полу с подъёмом туловища. Кабаева: на груди с помощью и без помощи							
Равновесия, выполняемые в движении							
16. Переход из положения лежа с подъемом туловища к груди							
17. Переход из положения на коленях в положение стоя, через релее, с прогибом назад или без него							
18. Фуэте, состоит из минимум 3 одинаковых или разных форм. Оценивается как одна DB.			Нога в горизонталь для мин. 2 форм + мин. 1 Поворот			Нога выше горизонтали для мин. 2 форм + мин. 1 Поворот	

[illegible]

12. ВРАЩЕНИЯ

12.1. Общее

12.1.1. Есть 2 типа Трудностей Вращений:

- 1) Вращения на полупальцах одной ноги (на релеве)
- 2) Вращения на других частях тела

Разъяснения
<i>Pivot – Трудность Вращения, выполняемая на полупальцах (релеве) опорной ноги. Это вращение должно выполняться на высоком релеве. При выполнении на низком релеве Трудность засчитывается + применяется Сбавка в Исполнении.</i>
<i>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.</i>

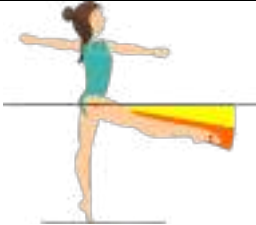
12.1.2. Все Трудности Вращений должны иметь **следующие базовые характеристики:**

- Иметь **фиксированную и хорошо определенную форму**
- Минимальное базовое вращение с представленной формой **180°**:
№5, №8, №14, №20
- Минимальное базовое вращение во всех других Трудностях Вращения – **360°**

Разъяснение
Хорошо определяемая форма означает правильную форму, фиксируемую во время минимального базового вращения (360° или 180°)

12.1.3. Трудности Вращения без чётко определяемой формы (в соответствии с дефиницией Таблицы № 13) или не зафиксированные, не будут оценены как Трудности + Сбавка в Исполнении (п. 2.5.2 - 2.5.4.).

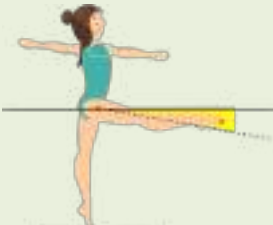
Примеры:

Ценность Поворотов и отклонения		
База DB засчитана: 0.30	База DB засчитана: 0.30	База DB 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. Вращение будет засчитано 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 свободной ноги	Большое отклонение свободной ноги	Среднее отклонение
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 одной DB.		

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

Разъяснения
- Если во время Поворота (который выполняется на релеве) <u>гимнастка опирается на пятку во время части вращения</u>: - если выполненное вращение меньше, чем требуемое базовое вращение, то Трудность не засчитывается. - если выполненное вращение больше, чем требуемое базовое вращение и Технический элемент предмета уже выполнен, то ценность вращений, уже выполненных до опоры, будет засчитана.
- Для вращений, выполняемых с подпрыгиванием/соскальзыванием: последующие вращения будут оценены с соотв. Сбавкой в Исполнении

12.2.4. Если гимнастка **теряет предмет или 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 (№ 16), независимо от того, выполняются ли дополнительные вращения с опорой на пятку или без неё
- о Пример  : $360^\circ + 360^\circ + 360^\circ + 1080^\circ = 6$ вращений = база 0.10 + 5 дополнительных вращений $\times 0.10$ = итого 0.60
- о Пример:  : $360^\circ + 720^\circ + 720^\circ = 5$ вращений = база 0.20 + 4 дополнительных вращения $\times 0.10$ = итого 0.70
- Вращения в заднем шпагате без помощи: туловище в горизонталь, ниже горизонтали или с кольцом (Сакура) (№11)
 - Вращения на другой части тела (№18, 19)

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 (№ 17)

12.2.7. Ценность Трудности Вращения увеличивается на 0,10 для каждого дополнительного

вращения свыше базовых 180° для Вращений на другой части тела (№ 20)

12.2.8. Ценность Трудности Вращения увеличивается на 0,20 для каждого дополнительного

вращения свыше базовых на 180° для Поворотов №5; № 8 ( ; ); №14

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 влияет на уровень 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 любых Трудностей с вращением **с кольцом** стопы 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 наклоном 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 (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 Трудностью**

Исключение: Серия одинаковых “Фуэте”, которая считается одной Трудностью (12.11)

12.8.1. 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 (3.6.1.6).

Примеры: Повороты в Сериях с отклонением и неполной базой

		
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 с вращением технические элементы предмета, выполненные с большим отклонением, не регистрируются.
- При поворотах технические элементы предмета, выполненные на полной стопе, 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 одна Трудность и может быть использовано только один раз в упражнении.
- Независимо от релеве / полной стопы, ценность увеличивается на 0,10 за каждый дополнительный поворот (п. 12.2.1).

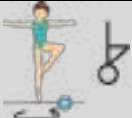
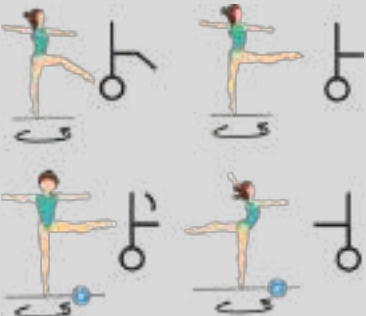
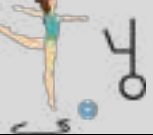
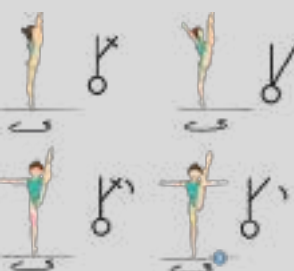
12.11. Поворот «Фуэте»

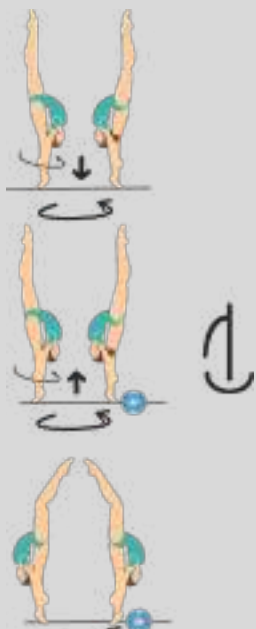
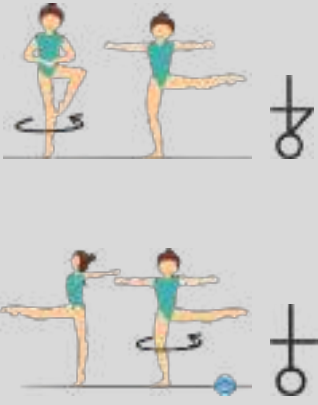
- 2 или более одинаковые или разные формы, **связанные с опорой на пятку**, считаются **одной Трудностью**.
- Фуэте могут быть выполнены в упражнении **один раз**, с одной из предписанных форм (0,10 пассе, или 0,20 вперед, в сторону). Если сочетаются разные формы, то оцениваются только вращения, выполненные в 1-й форме (до смены форм)
- Для **первых двух** вращений Фуэте требуется **1 Технический элемент предмета** (не позднее опоры на пятку в конце второго вращения)
- **Дополнительные вращения** не требуют дополнительных технических элементов предмета: любые технические элементы, представленные в дополнительных вращениях, не регистрируются судьями DB и могут быть использованы в других Трудностях.

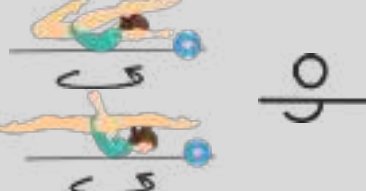
12.12. Циркуль

- Существуют различные формы Циркуля: Циркуль назад выполняется с **минимальным базовым вращением на 360°** и без опоры рукой на пол.
- Множественные Циркули засчитываются как 1 Трудность
- Циркули будут оцениваться в соответствии с количеством выполненных вращений с сохранением требуемой формы:
 - о Может выполняться с опорой на пятку или без нее: на полной стопе опорной ноги или на релее, без изменения ценности Трудности
 - о Множественные вращения должны быть без смены опорной ноги, без шага, без опоры на пол
 - о Во время вращения поднятая нога должна быть прямой
 - о **1 Технический элемент предмета** требуется **для первых двух Циркулей**
 - о **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.

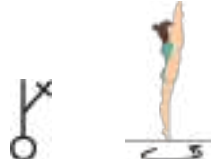
12.13. Техника определённых Трудностей Вращения

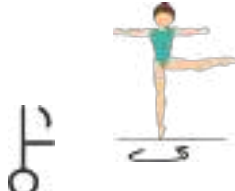
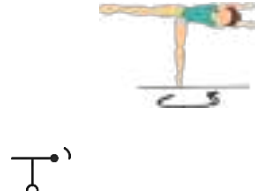
Разъяснения	
	“Пассе” вперед или в сторону Вход в Поворот и фиксация положения Пассе могут осуществляться: путем немедленного сгибания свободной ноги или круговым движением свободной ноги. База Поворота 360°
	Спиральный Поворот (“Тонно”) на одной ноге. Во время базового поворота на 360° гимнастка должна последовательно выполнить 2 положения тела: • прогиб туловища назад с движением головы назад • туловище и голова наклоняются вперед Во время вращения должна быть достигнута иллюзия спиральных волн. Все возможные дополнительные вращения должны выполняться одним и тем же определённым способом. Положение ноги – свободное. Стопа может быть возле колена или ниже. Не требуется фиксация свободной ноги для 360°.
	Свободная нога горизонтально вперед, в сторону или назад (Арабеск); Свободная нога горизонтально вперед с согнутой ногой (Туре-Бюшон) Свободная нога (бедро) должна находиться в фиксированном горизонтальном положении, колено согнуто на 30°. Во время множественных вращений бедро должно фиксироваться в горизонталь и не совершать никаких дополнительных движений (вверх-вниз) База Поворота 360°
	Аттитюд Свободная нога (бедро) должна находиться в фиксированном горизонтальном положении во время многократных вращений без каких-либо дополнительных движений (вверх-вниз). База Поворота 360°
	Шпагат вперед или в сторону с поддержкой или без нее. Во время вращения необходимо зафиксировать положение шпагата. Вращение оценивается после того, как опорная нога принимает положение релее, а свободная нога принимает положение шпагата до тех пор, пока эта форма не будет зафиксирована. Базовый Поворот 360°

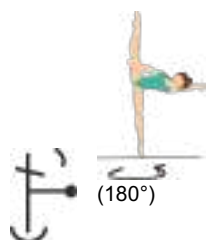
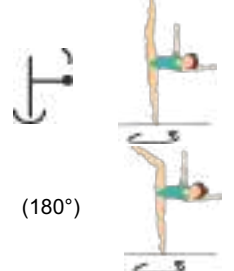
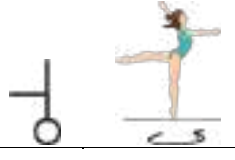
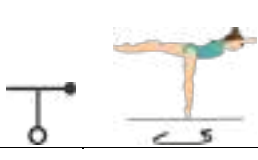
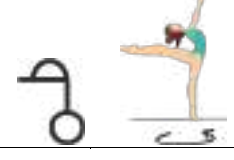
	Боковой шпагат с туловищем горизонтально в сторону (требуется шпагат) с помощью или без нее Туловище следует держать прямо, в горизонтальном положении. Положение шеи и головы свободное. База 180 гр.
	Шпагат назад с помощью или без помощи. Требуется положение шпагата. Вращение оценивается после того, как опорная нога примет положение релее, а свободная нога – положение шпагата до тех пор, пока эта форма не будет зафиксирована. Касания головы ногой не требуется. База Поворота 360°
	Повороты “Казак”: допускается 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 – на пятке, поднятой от пола. Можно занять разные начальные положения Вращения, а также выполнить разные концовки Казака”, но главная цель состоит в том, чтобы последнее вращение было контролируемым и чистым (без падения). База Поворота 360°
	Передний шпагат, туловище прогнуто назад ниже горизонтали из положения стоя (Кабаева КВ). Передний шпагат, туловище прогнуто назад ниже горизонтали из положения сидя на полу (Кабаева КВ). Касание ноги руками не требуется. Требуется шпагат и наклон туловища назад ниже горизонтали. Вращение оценивается после того, как гимнастка примет требуемую форму Поворота. Крамаренко: свободная нога согнута на 30° (положение Тире-Бюшон) в течение всего вращения. Вращение может выполняться: - С касанием головой опорной ноги или без него - С касанием рукой(ами) опорной ноги или без него Базовый Поворот 180°
	Фуэте: Пассе или с вытянутой в горизонтальное положение ногой. Выполняется сериями повторяющихся Поворотов в высоком темпе и на одном месте. Каждый компонент имеет Вращение в форме + открытое положение с плие. - Минимальный поворот на 360° между каждым плие - В открытом положении свободная нога отводится в сторону под углом 90° - Для последнего поворота серии открытое положение необязательно (последний компонент будет действителен как с открытым положением, так и без него) Подсчет оборотов Фуэте начинается сразу после плие и отталкивания. Разрешается использовать это первое вращение, чтобы поднять свободную ногу в пассае/горизонтальное положение: Это вращение допустимо, и сбавка за отклонение за это вращение не применяется, пока свободная нога достигает 90° в момент для первого плие.

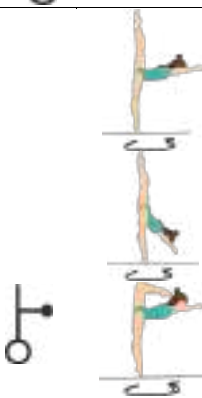
	- Для последующих вращений свободная нога должна находиться в пассе/в горизонтали на протяжении всего вращения: при отклонениях до 20° вращение допустимо со сбавкой в Исполнении - Свободная нога может опускаться на 90° только в положении плие Повороты Фуэте могут выполняться с использованием другой техники, при которой рабочая нога проходит через поворот <i>rond de jambe en l'air</i> в воздухе под углом 45° и выше. Если поворот Фуэте выполняется с использованием техники, когда рабочая нога проходит через открытое положение "ронд де жам" в воздухе, это может быть сделано до поворота в форме.
	Задний шпагат без помощи, горизонтальное положение туловища / ниже горизонтали / Сакура Вращение на релее, на полной стопе или с комбинацией релее и полной стопы. Туловище должно оставаться в горизонтальном положении или ниже во время всего базового вращения и возможных дополнительных вращений. Требуется шпагат. Сакура: стопа свободной ноги должна быть близко к голове, положение замкнутого кольца, касание обязательно. База поворота 360°
	Вращение в шпагате с помощью руки, с наклоном тела вперед или назад. Без дополнительной ценности за дополнительные вращения. Базовое вращение 360°
	Вращение на животе, ноги ближе к кольцу. Отталкивание руками, голова должна быть близко к какой-либо части ноги. Базовое вращение 360°
	Вращение Ашрам Вращение Канаяева Отталкивание руками, вращение выполняется на груди/животе Ашрам: ноги высоко подняты в положение подбива с помощью Канаяева: ноги высоко подняты в положение шпагата, руки в стороны или вверх. Базовое вращение 180°

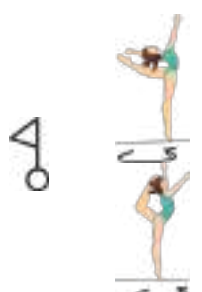
13. ТАБЛИЦА ТРУДНОСТЕЙ ВРАЩЕНИЙ (🌀)

Типы Вращений	Вращения на релеве 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							
2. Спиральный поворот ("Тонно") на одной ноге							
3. Вперед: свободная нога в горизонтальном положении (выпрямленная или согнутая на 30°)							
4. Передний шпагат с помощью или без помощи							
5. Передний шпагат с наклоном туловища назад в горизонталь (180°) Элькатиб (ЕКВ)					 180 гр.		

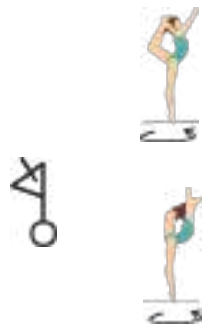
6. Свободная нога в сторону в горизонтальном положении или с наклоном туловища в сторону в горизонталь							
--	--	--	--	---	--	--	--

	0.10 p.	0.20 p.	0.30 p.	0.40 p.	0.50 p.	0.60 p.	0.70 p.
7. Боковой шпагат с помощью или без помощи.							
8. Боковой шпагат с помощью или без помощи, туловище в горизонтальном положении (180°), также Раффаэли (RF) с согнутой свободной ногой (180°)							
9. Арабеск: свободная нога в горизонтальном положении, также туловище горизонтально с наклоном вперед или с наклоном назад в горизонталь							

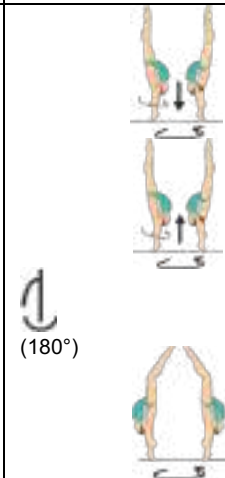
10. Задний шпагат с помощью или без помощи							
11. Задний шпагат с помощью: туловище горизонтально. Задний шпагат без помощи: туловище горизонтально, или ниже горизонтали, или с кольцом (Сакура): выполняется на релеве, на полной стопе, или комбинированно (релеве/полная стопа): +0.10 за каждое дополнительное вращение							

	0.10 p.	0.20 p.	0.30 p.	0.40 p.	0.50 p.	0.60 p.	0.70 p.
12. Аттитюд, также с наклоном туловища назад, также в кольцо без помощи							

13. Кольцо с помощью, также с ногой на плече



14. Передний шпагат с прогибом туловища назад ниже горизонтали, из положения сидя или стоя: свободная нога горизонтально (Кабаева) или согнута на 30° (Крамаренко).



	0.10 p.	0.20 p.	0.30 p.	0.40 p.	0.50 p.	0.60 p.	0.70 p.

15. Казак – свободная нога вперед.							
16. Фуэте: Пасе или с выпрямленной ногой в горизонтальном положении вперед или в сторону							
17. Циркуль назад - наклон туловища назад горизонтально или ниже горизонтали							
Вращения на других частях тела							
18. Раленкова (RL) – Вращение на спине.							
19. Вращение на животе, ноги близко к кольцу.							
20. Ашрам (ASH) – Вращение на животе/груди, ноги в положении подбива с помощью или в положении шпагата без помощи (180°) (Канаева) (180°)							
21. Вращение в шпагате с помощью без прерывания с наклоном вперед.							

(без надбавок за дополнительные вращения)							
22. Вращение в шпагате с помощью без прерывания с наклоном назад (без надбавок за дополнительные вращения)							

С. АРТИСТИЗМ (А)

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 Трудности. Судьи **А** должны применять одинаковые сбавки соответственно за любые ошибки одинаковой степени независимо от Трудности элемента.
- 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. 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 темп, тему движений и структуру композиции; она не является 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 сообщить о неэтичных словах/текстах Президенту Верховного Жюри, который ответственен за сбавки в Артистизме
 - Музыка должна позволять гимнастке выступать 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.) – сбавка 0,30. **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.

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 стиля движений в Танцевальных шагах, а также в соединительных движениях между Трудностями или в самих Трудностях
- Выразительность тела и лица в движениях
- Эффекты – нужное расположение особых движений тела и предмета в упражнении для подчеркивания важных музыкальных моментов
- Динамические изменения: контрасты в темпе, характере и интенсивности движений как с предметом, так и с телом, которые отражают контрасты в музыке
- Стратегическое размещение определенных движений тела и предмета на определенных музыкальных акцентах или фразах для создания воздействия или эффекта: отличительные или желаемые ментальные или эмоциональные впечатления, произведенные на зрителя (т. е. момент, который предназначен для воздействия на зрителя и запоминается)
- 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 темпу музыки.
- Разнообразие в движениях и амплитуде: гимнастки переходят от одного движения к другому, устремляясь в разные стороны по разным причинам; когда гимнастка перемещается, чтобы изменить направление, траектории, модальности.

2.7. ОБЩЕЕ ОЦЕНИВАНИЕ

2.7.1. Сбавки не применяются, если Артистические компоненты имеют полный приоритет и полностью реализованы на протяжении всей композиции от начала до конца.

2.7.2. Артистические компоненты, которые недостаточно развиты или развиты только лишь в некоторых моментах, будут наказываться. Система сбавок состоит в следующих типах фаз:

- *Последовательность движений определяется как короткая часть упражнения, например, последовательность из 2-4 Трудностей и связей между ними, или Комбинация Танцевальных шагов.*
- *Часть упражнения определяется как 2 или более последовательностей движений (последовательно или отдельно), что составляет менее 50% от продолжительности упражнения.*
- *Большая часть упражнения определяется как более чем 50% продолжительности упражнения (непрерывно или в нескольких частях).*
- *Полное упражнение определяется как последовательность всех отдельных движений.*

2.7.3. Нарушения в соотношениях между движением и ритмом или нелогичные связи будут наказываться

каждый раз.

2.7.4. Чтобы быть засчитанным, каждый требуемый компонент (Комбинации Танцевальных шагов №5, эффект с музыкой №6, динамические изменения №7) должен быть выполнен без следующих технических ошибок:

- Потеря равновесия при опоре на одну или обе руки или на предмет
- Полная потеря равновесия и падение гимнастки
- Потеря предмета
- Гимнастка не прикасается к предмету в течение 5 и более секунд
- Статичный предмет
- Артистические компоненты, начатые вне пределов площадки

3. ГЛАВНАЯ ИДЕЯ И ХАРАКТЕР

3.1. Дефиниция

3.1.1 Главная идея - движения имеют четко определенный стиль, подчеркивающий уникальную интерпретацию гимнастикой характера музыки; этот стиль или характер движения развиваются от начала до конца.

3.1.2 Главная идея может включать развитие, например, когда изменения в характере музыки отражаются изменениями в характере движений, или она может быть статичной, 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:

3.1.3.1. С разнообразием задействованных частей тела (лицо, голова, шея, плечи, предплечья, кисти рук, туловище, бедра, ноги, ступни).

3.1.3.2. С разнообразием типов движений и элементов, представляющих характер, например:

- Использование как предмета, так и тела
- Подготовительные движения до Трудностей
- Комбинации Танцевальных шагов
- Переходные движения между Трудностями
- Во время **DB** и/или при выходе из **DB**
- Волны тела
- Стилизованные соединительные шаги, связывающие **DB, R, DA**
- Во время бросков и при полете 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, по всем движениям 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 последовательности движений, в которой характер кажется отсутствующим.
- Существует большое разнообразие в использовании различных частей тела.
- Существует большое разнообразие типов движений и элементов, представляющих характер.

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 есть характер.
- Существует большое разнообразие в использовании различных частей тела.
- Существует большое разнообразие типов движений и элементов, представляющих характер.

3.2.4. Сбавка в размере **0,60** балла взимается за выступление, в котором главная идея и характер являются приоритетными в части(ях) упражнения:

- Есть 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 в размере **1,00** применяется за выступление, в котором главная идея и характер не являются приоритетными:

- Есть менее 4 изолированных деталей характера, без четкого единства друг с другом и музыкой.

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*
- *Например, за выступление с 5 последовательностями движений с 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, основанное на выразительности тела и 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, ступни.
- 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, быстро - медленно, быстрые движения руками, сокращение - расслабление, подвешивание - 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 идее.
- Чувства передаются без преувеличения, гримасничанья, имитации или подыгрывания губам.
- 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 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 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 сухим или несостоятельным, например, негнущиеся руки или туловище (ограниченная способность выражать свою интерпретацию музыки)

4.2.2. Сбавка в размере 0,30 балла применяется, когда экспрессия тела **полностью развита в части(ях) упражнения**:

- Представлено минимум 2 части с полным участием частей тела.
- Есть менее 4 отдельных моментов, в которых задействованные части тела кажутся неуклюжими или их вовлеченность отсутствует вовсе, например, негнущиеся руки или туловище (ограничена способность выражать свою интерпретацию музыки)

4.2.3. Сбавка в размере 0,60 применяется, если экспрессия тела никогда не развивается полностью или развивается лишь **на мгновение**:

- Полное участие частей тела демонстрируется менее чем в двух частях, и/или
- В 4 или более отдельных моментах вовлечение частей тела кажется сухим или отсутствует, например, при негнущихся руках 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 **части(ях) упражнения**:

- Представлены минимум 2 части с полностью расставленным приоритетом в экспрессии лица.
- В оставшейся части упражнения также задействовано лицо (допускается меньшая интенсивность).
- **Есть менее 4 отдельных моментов**, когда лицо кажется пустым или слишком сосредоточенным.

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

- Экспрессии лица полностью отдается приоритет менее чем в двух последовательностях движений, и/или
- Существуют 4 или более отдельных момента, в которых лицо кажется пустым или слишком сосредоточенным.

Разъяснения / Примеры		
Экспрессия тела: • Сбавка 0.30 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 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 губам 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 сухой / пустой / сконцентрированной.	Нет сбавки	Нет сбавки

Полностью развита в минимум 2 частях упражнения. Менее 4 моментов кажутся сухими / пустыми / сконцентрированными.	0.30	Нет сбавки
Полностью развита в менее чем 2 частях упражнения. 4 или более моментов кажутся сухими / пустыми / 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 способов 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 и т. д.

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:

- 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 по ковру без определенного характера движения (например, **ходьба, шаг, бег**) с использованием предмета **не допускаются**.

5.2.3.3. Комбинации Танцевальных шагов должна включать в себя разнообразные движения, специально используемые для хореографических целей и создания характера и эффекта. **DB**, такие как Прыжок Кабриоль, Равновесие Пассе и т. д., которые имеют в своей основе в традиционный танец и ценность 0.10, могут быть включены сюда.

Разъяснения / примеры
<i>Если характер нарушается, например, на 1 - 2 секунды во время выполнения элемента предмета с шагами без характера, то Комбинация Танцевальных шагов недействительна.</i>

5.2.4. Разнообразие и объемность: 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 всех S).
- Часть S должна выполняться с перемещением (не полностью в одном месте на площадке).
- Часть S должна выполняться в вертикальном положении (не полностью 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 допустимых Комбинаций Танцевальных шагов**, будут наказаны сбавкой 0,30 за каждое пропущенное S.

5.3.2. Комбинация Танцевальных шагов будет **недействительна**, если нарушена **какая-либо часть пункта 2.7.4** (потеря равновесия при опоре или падении, потеря предмета, 5 и 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
• Если гимнастка танцует 8 секунд, выполняя все требования пункта 5.2, а после этого, еще танцую, теряет предмет, то она соответствует дефиниции, и Комбинация Танцевальных шагов действительна со всеми соответствующими сбавками в Исполнении за потерю предмета. • Когда 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 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 гимнастки, а также движения ее предмета должны отражать изменения **темпа** и динамичности музыки, чтобы создавать динамические изменения.

6.1.3. Отсутствие контраста в **темпе** 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, которое намеренно демонстрирует темп/интенсивность, **противоположные** общему темпу/интенсивности, включая мгновенные очень медленные фразы или мгновенные очень быстрые движения.

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:

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

6.2.3.2. Примеры простых движений:

- Выполнение DB
- 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

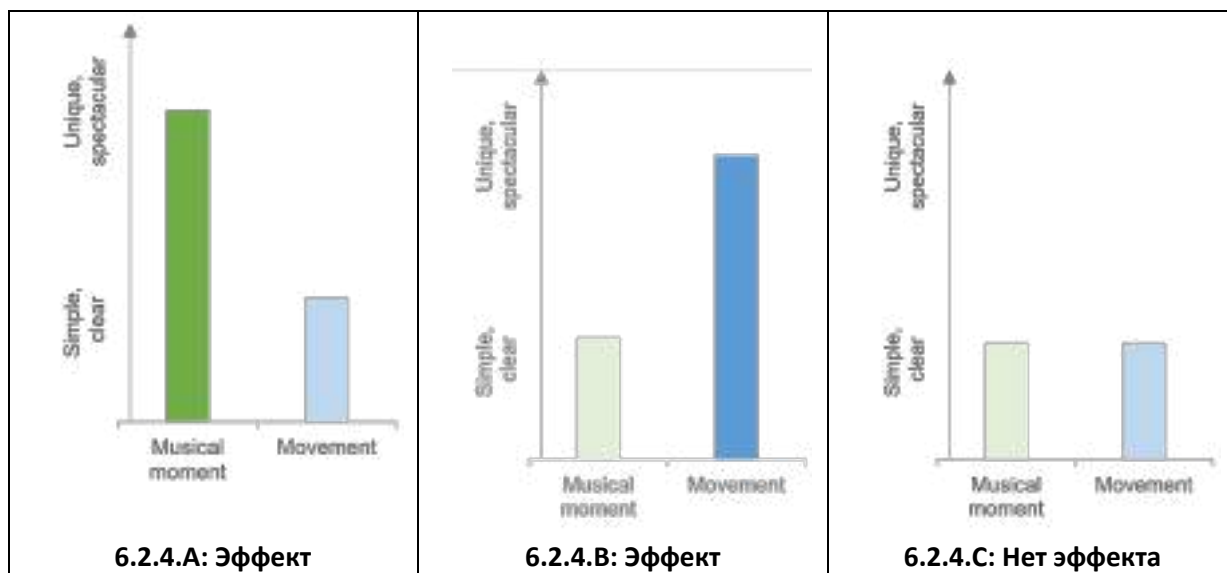
Разъяснения / примеры
<i>Природа Танцевальных шагов заключается в том, чтобы уделять приоритетное внимание гармонии между способами передвижения и музыкой (ритмом и акцентами). Следовательно, сами модальности не будут признаваться в качестве эффекта. Если Комбинация Танцевальных шагов содержит дополнительное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

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 каждый раз.

6.4. Оценивание

6.4.1. Динамические изменения могут быть в любой части упражнения, включая Танцевальные шаги.

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 два других динамических изменения. 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. Соединения – это “связи” 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 или не создают эффекта. Допускаются намеренные остановки, поддерживающие характер композиции и создающие динамические изменения.

7.1.5. Элементы, которые расположены вместе без четкого намерения, становятся серией несвязанных действий, которые препятствуют как полному развитию сюжета, так и уникальной идентичности композиции. Такие нелогичные связи определяются как:

- 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

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, построенные как 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 падение, пробежка из-за броска с неточной траекторией или остановка, чтобы распутать узел / обертывание.

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.

Перемещения должны быть широкими и всеобъемлющими по всей площади ковра, с пересечениями, разными траекториями и разными направлениями.

9.2. Вся площадка должна быть занята движениями гимнастки. Она должна перемещаться через все части площадки (но без необходимости заходить физически во все четыре угла). См. п. 9.2.1 А.

9.2.1. Неполное использование всей площадки (всех зон) будет наказываться сбавкой 0,30:



9.3. Направления, в которых движется гимнастка, должны варьироваться по всей площади пола. Гимнастка переходит от одного движения к другому, двигаясь в разных направлениях (вперед, назад, вбок) с четким намерением, используя различные траектории (линии, изгибы, круги и т.д.), а способы 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 в размере 0,30 балла каждый раз начисляется за 3 или более последовательных Трудности, выполненных в положении на полу.

Разъяснения / Примеры
<i>Для целей подсчета количества Трудностей с одинаковым расположением на площадке:</i> • Когда DB и DA выполняются одновременно, это засчитывается как 1 Трудность. • DA с “высоким броском” и последующая DA с “повлей 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. Одна или несколько серьезных технических ошибок, которые нарушают 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 произвольного заворачивания 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 в Исполнении 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 ошибка нарушает непрерывность **менее чем на 4 секунды** (1 или несколько раз в упражнении), сбавка за прерывание не применяется, а ритм в течение прерываний оценивается.

Объяснения / примеры
<i>Сбавка за прерывание непрерывности применяется в каждом случае <u>потери</u> 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.</i> <i>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 нарушение непрерывности не применяется.</i>

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	В большей части упражнения: • Присутствует главная идея • Большая часть упражнения имеет характер • Большое разнообразие частей тела • Большое разнообразие типов движений	В некоторых частях упражнения: • Четкое единство между деталями и музыкой • Минимум 4 части имеют характер • С разнообразием или без него (нет требований)	Не имеет приоритета: • Менее 4 частей имеют характер
ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ШАГИ (требование: 2)	За каждую отсутствующую Комбинацию Танцевальных шагов с ритмом и характером		
ЭКСПРЕССИЯ ТЕЛА	Полностью развита в части упражнения: • Полное участие в минимум 2 частях • Менее 4 моментов с недостаточным участием	Частично развита или не развита в упражнении: • Полное участие менее чем в 2 частях <i>или</i> • 4 или более моментов с недостаточным участием <i>Возможно частичное участие в любой части упражнения</i>	
ЭКСПРЕССИЯ ЛИЦА	Частично развита или не развита в упражнении: • Полный приоритет менее чем в 2 частях <i>или</i> • 4 или более моментов с пустым и сосредоточенным лицом		

ДИНАМИЧЕСКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ и ЭФФЕКТЫ (требование: всего 2)	За каждое отсутствующее Динамическое изменение / эффект												
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				
ИСПОЛЬЗОВАНИЕ ПЛОЩАДКИ	Неполное использование всей площадки. Положение на площадке не меняется в течение 3 и более Трудностей подряд (сбавка за каждую группу Трудностей)												
ПРЕРЫВАНИЕ НЕПРЕРЫВНОСТИ					Непрерывность композиции нарушена на 4 или более секунд из-за серьезной технической ошибки (сбавка один раз в упражнении)								
МУЗЫКАЛЬНОЕ ВСТУПЛЕНИЕ	Музыкальное вступление из 4 и более секунд												
МУЗЫКА / ДВИЖЕНИЕ В КОНЦЕ УПРАЖНЕНИЯ	Отсутствие гармонии между музыкой и движением в конце упражнения												

СООТВЕТСТВИЕ МУЗЫКИ НОРМАМ	Музыка не соответствует правилам		
---------------------------------------	----------------------------------	--	--

D. ИСПОЛНЕНИЕ (Е)

1. ОЦЕНИВАНИЕ БРИГАДОЙ СУДЕЙ ИСПОЛНЕНИЯ

- 1.1 Судейство Бригады Исполнения (Е) 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 Е.
- 1.3. Бригада Е не имеет отношения к Трудности упражнения. Судьи Е должны применять Сбавки в равной степени за одинаковые ошибки, независимо от Трудности элемента или соединения.
- 1.4. Судьи Е должны максимально соответствовать современному уровню художественной гимнастики, всегда знать, чего следует ожидать от современного исполнения элементов в Индивидуальном 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 Е** получается так: окончательная сбавка в Исполнении вычитается из **10.00 баллов**.

Разъяснение

Сбавки в зеленых ячейках таблиц: только одна (наивысшая) 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 удержание сегмента 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 с обеих сторон туловища:

- Оба колена согнуты одновременно: 0,10 для “коленей” 1 раз
- Обе стопы не направлены одновременно: 0,10 для “стоп” 1 раз

2.1.1.2. Прыжок(и) с подготовкой:

- 1 прыжок в шпагат с неправильным удержанием обоих коленей и обеих стоп: 0,10 для коленей и 0,10 для стоп = 0,20
- Шассе с неправильно удерживаемыми обоими коленями и обеими ногами + прыжок в шпагат с неправильно удерживаемыми обоими коленями и обеими стопами: 0,10 для коленей и 0,10 для стоп в шассе + 0,10 для коленей и 0,10 для стоп в прыжке = 0,40
- Шассе с неправильно удерживаемыми обоими коленями и обеими стопами + прыжок в шпагат с неправильно удерживаемыми обоими коленями и обеими стопами + прыжок в шпагат с неправильно удерживаемыми обоими коленями и обеими стопами: 0,10 для коленей и 0,10 для стоп в шассе + 0,10 для коленей и 0,10 для стоп в шассе при 1-м прыжке + 0,10 для коленей и 0,10 для стоп при 2-м прыжке = 0,60.

2.1.1.3. Вращательные элементы:

- Серия вертикальных вращений, например, 3 шене, каждая с согнутыми коленями: 0,10 для коленей 1 раз = 0,10.
- Серия преакробатических элементов, например, 3 кувырка, каждый с согнутыми коленями: 0,10 для коленей за каждый преакробатический элемент = 0,30.
- Р с кувырком + 3 шене + 2-й кувырок, каждое с согнутыми коленями: 0,10 для 1-го кувырка, 0,10 для шене, 0,10 для 2-го кувырка = 0,30.

2.1.1.4. Различные виды перемещения:

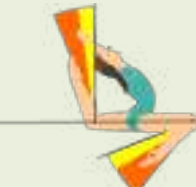
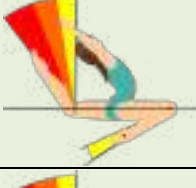
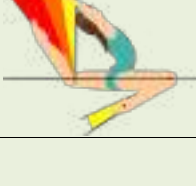
- 6 шагов (ходьба), выполненных неправильно поставленными стопами = 1 модальность = 0,10 - 1 раз
- 4 шага («марш»), выполненных неправильно поставленными стопами = 1 модальность = 0,10 - 1 раз
- 1 Комбинация Танцевальных шагов из 3-х разных модальностей, выполненная с неправильно поставленными стопами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

2.1.2. Симметричное положение плеч и туловища при выполнении Трудностей тела является важным аспектом техники выполнения упражнений с телом, особенно для здоровья гимнастики. Асимметричные положения будут наказываться как **“неправильно удерживаемый сегмент”**.

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
	Нет отклонения подбива Большое отклонение кольца	0.50
	Малое отклонение подбива Большое отклонение кольца	0.10 + 0.50
	Большое отклонение подбива Нет отклонения кольца	0.50

2.1.4. Отклонения и неправильные сегменты в Равновесиях Фуэте:

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

2.1.5. Прыжок с «маховой» техникой: 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 происходят следующие ошибки: форма не удерживается минимум 1 секунду, и происходит 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. Прыжок 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 за технику с каждым типом предметов

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 материя 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, обертывание, потеря предмета и т.д.).

2.3. Пояснения к сбавкам 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 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 за простое движение на месте/неточную траекторию применяется только самая высокая из возможных 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 сохранения предмета.

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 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 DB, каждая ячейка таблицы сбавок применяется один раз. Пример: Поворот Фуэте с изменением узора (спирали) + изменение узора (змейки) + произвольное обертывание вокруг тела. Сбавка 0,10 за изменение узора + сбавка 0,30 за обертывание = 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 (примеры: при подготовке, в Равновесиях, во Вращениях на полной стопе или на других частях тела, при смене положения руки на полу без потери равновесия и т.д.)	Статичная гимнастка (4 и более сек.)	
Базовая техника: в DB, соединениях, элементах вращения и всех др. движениях	Неправильное положение части тела во время движения (Сбавка каждый раз) включая, некорректное положение стопы/релеве и/или колена, согнутые локти, поднятые плечи или асимметричное положение плеч/туловища, неправильное положение части тела и т.д.		
	Потеря равновесия, дополнительное движение без перемещения (дрожание опорной ноги/стопы, произвольное корректировочное движение и т.п.)	Потеря равновесия, дополнительное движение с перемещением (подпрыгивание на опорной ноге/стопе, лишний шаг, отклонение от оси и т.п.)	Потеря равновесия с опорой на одну или две руки или на предмет
			Полная потеря равновесия с падением - 0,70
Прыжки	Тяжелое приземление	Неправильное приземление: видимый прогиб спины во время финальной фазы приземления	
	Неправильная форма с малым отклонением	Неправильная форма со средним отклонением	Неправильная форма с большим отклонением
	Прыжок с корректировочным движением «качели»		
Равновесия	Неправильная форма с малым отклонением	Неправильная форма со средним отклонением	Неправильная форма с большим отклонением
		Форма не удержана мин. 1 сек.	
Вращения (каждая сбавка применяется 1 раз за каждое вращение DB)	Неправильная форма с малым отклонением	Неправильная форма со средним отклонением	Неправильная форма с большим отклонением
	Непроизвольная опора на пятку во время Поворота Pivot		

	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 или ловля: нарушение плоскости, вибрация, неравномерное вращение вокруг вертикальной оси	Работа с непроизвольным 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	
	Непроизвольно неполный перекаат по телу		
	Неправильный перекаат с подпрыгиванием		
	Скольжение по руке во время вращения		
		Зацепиться стопами за Обруч во время прохода в него	
* Статичный предмет			
Мяч			
Базовая техника	Неправильная работа с предметом: Мяч прижат к предплечью («захват») или явно зажат пальцами	Работа с непроизвольным контактом с телом, например, зажатие мяча телом во время/после перекатов, после отбива и т.п.	
	Непроизвольный неполный перекаат по телу		
	Неправильный перекаат с подпрыгиванием		
	Ловля двумя руками (исключение: ловля вне зрительного контроля)		
Булавы			
Базовая техника	Неправильная работа с предметом: 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 во время асимметричных движений		
Лента			
Базовая техника			
	Нарушение рисунка Ленты (змейки, спирали недостаточной плотности, неодинаковой высоты, амплитуды и т.п.		
	Неправильная работа с предметом: неточная передача, ненамеренное удержание палочки за середину, неправильная связка между рисунками, щелканье Лентой		
	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 и Эшаппе и т.п. (до 1 м)	Часть Ленты непреднамеренно остается на полу во время рисунков, бросков и Эшаппе и т.п. (более 1 м)	

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 помощью 1 – 2 шагов или коррекции положения для сохранения предмета или простые шаги на месте	Неточная траектория и ловля в полете с помощью 3 - 4 шагов для сохранения предмета	Неточная траектория и ловля в полете с помощью 5 или более шагов для сохранения предмета
	Неправильная ловля: Пример: ловля с произвольной помощью другой руки для сохранения предмета, произвольный захват за материал ленты и т.д. (см. также Мяч, исключение: двумя руками)	Неправильная ловля с произвольным касанием тела	
Потеря предмета <i>За потерю 2 булав последовательно: Судья назначает сбавку один раз в зависимости от общего количества шагов, сделанных для возврата дальней булав.</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, нет контакта с предметом в конце упражнения: 1.00

Е. ПРИЛОЖЕНИЕ

1. ПРОГРАММА ПО ПРЕДМЕТАМ

СЕНИОРКИ – 4 упражнения

2025 – 2028 ОБРУЧ, МЯЧ, БУЛАВЫ, ЛЕНТА

2029 – 2032 ОБРУЧ, МЯЧ, БУЛАВЫ, ЛЕНТА

ЮНИОРКИ – 4 упражнения

2025 – 2028 ОБРУЧ, МЯЧ, БУЛАВЫ, ЛЕНТА

2029 – 2032 ОБРУЧ, МЯЧ, БУЛАВЫ, ЛЕНТА

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 (Художественная гимнастика, Программа предметов: Юниорки и Сениорки, Программа предметов ФИЖ, Приложение Е):

- Обруч
- Мяч
- Булавы
- Лента

2.2.1 Можно выполнять индивидуальные упражнения со скакалкой 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 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 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.

3. Требования к Трудности Индивидуальных Юниорок

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 два компонента Трудности:

- Трудность тела (**DB**), включая (**R**)
- Трудность предмета (**DA**)

3.3. Требования к Трудности:

Компоненты Трудности	
Трудность Тела DB	Трудность Предмета DA
Засчитываются 6 DB наивысшей ценности	DA Максимум 12 (в порядке выполнения)
Особые требования: Трудности Групп тела: Прыжки  Минимум 1 Равновесия  Минимум 1 Вращения  Минимум 1	
Динамические Элементы с Вращением – R Максимум 3 (в порядке выполнения)	

3.4. Судьи Трудности идентифицируют Трудности и записывают их в порядке их выполнения, независимо от того, засчитываются Трудности или нет:

- Первая 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.
- Вторая 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 один** Турлян на полной стопе или на релеве. Второй Турлян 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 ФУНДАМЕНТАЛЬНЫХ И НЕФУНДАМЕНТАЛЬНЫХ ТЕХНИЧЕСКИХ ГРУПП, СПЕЦИФИЧЕСКИХ ДЛЯ СКААЛКИ

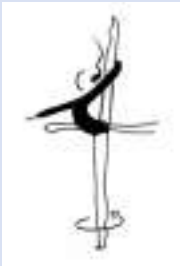
Технические группы предмета	
 Проход всем телом или частью тела через открытую Скаалку, вращающуюся вперед, назад, в сторону, также с: • Скаалка сложена вдвое или более • Двойное вращение скаалки	 • Вращение (мин. 1) Скаалки, сложенной вдвое • 2 конца в одной руке • По 1 концу в каждой руке
 • Отпускание и ловля одного конца Скаалки, с вращением или без него (Пример: Эшаппе) • Вращения свободного конца Скаалки, удерживаемой за один конец (Пример: Спирали)	• 2 конца в одной руке и середина скаалки в другой руке • Вращение (мин. 3) всей Скаалки, сложенной в 3 или 4 • Вращение (мин. 1) всей прямой открытой Скаалки, удерживаемой за середину или за конец • Свободное вращение (мин. 1) вокруг части тела • Мельницы (открытая Скаалка, удерживаемая за середину, сложенная

	вдвое или более). См. инд. Трудность, п. 3.3.3.
Подпрыгивания/подскоки с проходом через Скакалку  Серии (мин. 3): Скакалка, вращающаяся вперед, назад, в сторону.	 - Закручивание вокруг части тела и раскручивание - Спирали Скакалкой, сложенной вдвое
Ловля высокого броска открытой Скакалки по одному концу в каждой руке без опоры на другие части тела 	

Разъяснение	
Скакалка может быть открытой, сложенной в 2, 3 или 4 раза (1 или 2 руками), но классическая техника – по одному 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 + туловище; руки + туловище; туловище + ноги, и т.д.) должны совершить проход. - Проход может быть всем телом туда и обратно, или только туда, или наоборот	
	Echappé – это движение из 2 действий: - Отпускание одного конца Скакалки - Ловля за конец Скакалки рукой или другой частью тела после полуоборота Скакалки DB засчитывается, если отпускание либо ловля (но не оба этих действия) выполнены во время DB
	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 “Echappé”, затем несколько (2 или более) спиральных вращений одного конца Скакалки и ловля за конец рукой или другой частью тела - открытая и натянутая Скакалка, удерживаемая за один конец после предыдущего движения (движения открытой Скакалкой, ловли, с пола и т.д.) с переходом в спиральные вращения (2 или более) одного конца, ловля рукой или другой частью тела DB засчитывается если отпускание либо ловля либо несколько спиральных вращений (2 или более) выполнены во время DB
	Закручивание: Закручивание или раскручивание возможны при DB; эти действия являются разной работой предмета

5.3. Нестабильный баланс

5.3.1 Одинаковые положения неустойчивого баланса Скакалки:

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



6. ДИНАМИЧЕСКИЕ ЭЛЕМЕНТЫ С ВРАЩЕНИЕМ (R)

6.1. **Требования:** оцениваются максимум 3 R 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 соединенными концами.
Дополнительные R с соединенными концами не засчитываются в R.

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
	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 один конец		Ловля Скакалки по одному концу в каждую руку
	Высокий бросок открытой и прямой Скакалки, удерживаемой за середину		

7. ТРУДНОСТЬ ПРЕДМЕТА (DA)

7.1. Требования: оцениваются Максимум 12 DA 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

База	Символ	Ценность	Критерии							Особые критерии		
												
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
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 одному концу в каждую руку без помощи, поддержки другими частями тела		0.3	v	N/A	v	v	v	v	v			
Echappe и ловля		0.3	v	V	N/A	v	v	v	v			
Спирали: вращения свободного конца Скакалки одной рукой, Скакалка удерживается за один 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 рук)		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, отбив: разными частями тела, кроме рук/кистей	→	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:
∞	Двойное (и более) вращение предмета во время прыжков или подпрыгиваний
←	Скакалка вращается назад
X	Скрещивание рук во время прыжков или подпрыгиваний; в сериях подпрыгиваний; возможно выполнение попеременно со скрещенными и не скрещенными руками либо все время со скрещенными руками

8. ОЦЕНКА ТРУДНОСТИ (D):

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

8.2. Первая подгруппа Судей D (DB)

Трудность	Минимум/Максимум	Сбавка 0.30
Трудности тела (DB)	Минимум 1 каждой группы Трудностей тела Максимум 6	-Менее 1 Трудности каждой группы тела ($\wedge$, T, ϕ)
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. Вторая 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	Сбавка за каждые 4 последовательных

9. АРТИСТИЗМ и ИСПОЛНЕНИЕ

9.1. Все нормы Артистизма и все нормы 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
			
Базовая техника	Неправильная работа предмета: Амплитуда, форма, рабочая плоскость, скакалка не удержана за оба конца		
	Скакалка произвольно касается тела или пола	Непроизвольное обматывание вокруг части или всего тела без прерывания упражнения	Непроизвольное обматывание вокруг части или всего тела с прерыванием упражнения
	Узел без прерывания упражнения		Узел с прерыванием упражнения
		Потеря одного конца скакалки	

		Ноги запутались в скакалке во время прыжков или подпрыгиваний	
--	--	---	--

ЧАСТЬ 2 – ГРУППОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ

А. ОБЩИЕ ПОЛОЖЕНИЯ

1. СОРЕВНОВАНИЯ И ПРОГРАММА

1.1. Официальные Чемпионаты по художественной гимнастике и программа соревнований:
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 Групповых упражнений:

1.1.3.1. Многоборье и квалификации к финалам в Групповых упражнениях, с командным ренкингом:
2 упражнения:

- упражнение с одним типом предмета (5)
- упражнение с двумя 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 одним типом предмета (5)
- упражнение с двумя 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 пять или шесть гимнасток в общей программе Групповых упражнений. В случае шести гимнасток, все шесть гимнасток должны участвовать по крайней мере в одном

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 одной 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(ки) 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 (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 первой 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"99 = 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. Каждое Жюри для соревнований ФИЖ – Чемпионатов мира, Олимпийских игр – состоит из **3** групп Судей: **Трудность (бригада D)**, **Артистизм (бригада A)** и **Исполнение (бригада E)**.

4.2.2. Судьи в Трудности (**D**), Артистизме (**A**) и Исполнении (**E**) отбираются путем жеребьевки и назначаются Техническим Комитетом ФИЖ в соответствии с действующим Техническим Регламентом и Общими 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:

- первая подгруппа (**D**) – 2 Судей **DB1** и **DB2**, работают независимо и выставляют общую оценку **DB**
- вторая подгруппа (**D**) – 2 Судей **DA1** и **DA2**, работают независимо и выставляют общую оценку **DA**

4.3.2. **Бригада Судей в Артистизме (А):** 4 Судьи (**А1, А2, А3, А4**)

4.3.3. **Бригада Судей в Исполнении (Е):** 4 Судьи (**Е1, Е2, Е3, Е4**)

4.3.4. Минимальные стандарты для судейских бригад на официальных соревнованиях – см. Общие Правила для судей, ст. 11

4.4. Функции Бригады D

4.4.1. **Первая 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, без консультаций с другими судьями, и затем выставляют общую оценку **DB** (4.8.).

4.4.3. **Вторая 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, без консультаций с другими судьями, и затем выставляют общую оценку **DA** (4.8.).

4.4.5. **Окончательная оценка D** получается путем сложения оценок **DB** и **DA**.

4.5. Функции судей бригады А *

4.5.1. **4 Судьи (А1, А2, А3, А4)** – оценивают Артистические ошибки с помощью сбавок, определяют общую сбавку независимо и без консультаций с другими судьями (4.8.).

4.5.2. Когда Артистизм оценивают 4 судей, наивысшая и самая низкая сбавки отбрасываются, и **окончательная сбавка А** определяется как среднее арифметическое из 2 средних сбавок.

4.5.3. Когда Артистизм оценивают 2 - 3 судей, **окончательная сбавка А** определяется как среднее арифметическое всех сбавок.

4.5.4. **Окончательная оценка А** = сумма Артистических сбавок вычитается из **10.00 баллов**.

4.6. Функции Судей бригады Е *

4.6.1. **4 Судьи (Е1, Е2, Е3, Е4)** – оценивают Технические ошибки всего упражнения независимо с помощью сбавок и определяют общую Сбавку без консультации с другими судьями (4.8.).

4.6.2. Когда Исполнение оценивают 4 судьи, наивысшая и самая низкая сбавки отбрасываются, и **окончательная сбавка Е** определяется как среднее арифметическое из 2 средних сбавок.

4.6.3. Когда Исполнение оценивают 2 - 3 судей, **окончательная сбавка Е** определяется как среднее арифметическое из всех сбавок.

4.6.4. **Окончательная оценка Е** представляет собой сумму Технических сбавок, которую вычитают из **10.00** баллов.

4.7. Судейские записи

Во время соревнований, в конце вертушки 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.

4.8. Возможность технологического усовершенствования систем подсчета баллов (*)

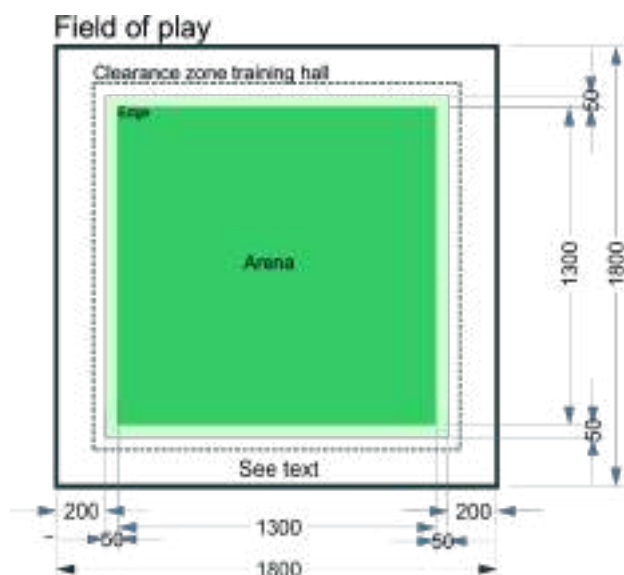
Возможно, что технический прогресс в течение цикла позволит подавать сбавки, ценности и/или оценки в разных форматах с разной разбивкой. В этом случае пункты, описывающие подачу баллов/сбавок и помеченные (*), могут быть соответствующим образом изменены.

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 общую задержку (11.3.3.)
- 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 одна или более гимнасток теряет предмет в конце упражнения, не принимает финального положения или не возвращается в обозначенные пределы площадки из-за окончания музыки, то Судья-Хронометрист фиксирует момент возврата предмета группой (или покидания кромки площадки) последней гимнасткой группы в качестве последнего движения упражнения

Площадка и кромки (см. Нормы по предметам):



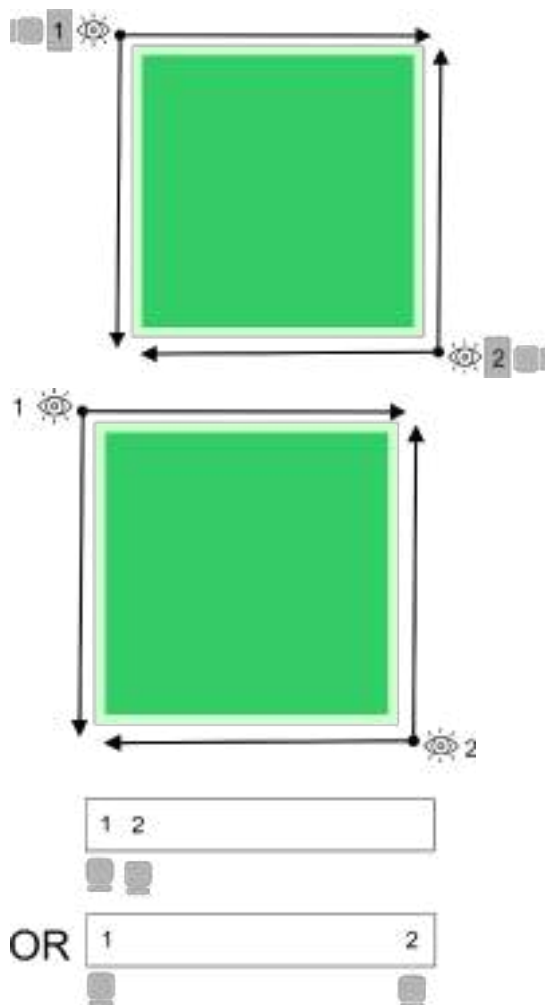
4.9.2. Судьи на Линии (2):

- фиксируют пересечение обозначенной линии площадки одной или двумя 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 подписанные 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 углами на мониторе с помощью видеокамеры.



4.9.4. Апелляции к Верховному Жюри: если тренер имеет сомнения относительно сбавок, примененных Судьёй-Хронометристом и/или Судьёй на Линии, он может подать устный протест на рассмотрение Ответственного Судьи на общих условиях для подачи протестов (ТР, раздел 1, ст. 8.5 – Протесты по

оценкам).

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 команд и гимнасток, за красный / зеленый свет, правильное отображение окончательных оценок на табло.

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, перепроверяются и передаются на официальном бланке судьи DA1 Ответственным Судьей Президенту Верховного Жюри.

4.11. Подробнее о Жюри, их структуре и функциях – см. Технический Регламент, Раздел 1, Пр. 7, а также Правила для Судей.

4.12 Прочие детали судейства – см. ТР (Раздел 1, ст. 7, Раздел 3), Общие 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 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. Подсчёт окончательной оценки

6.1. Правила определения окончательной оценки одинаковы для всех видов соревнований (*Многоборье в Групповых упражнениях и 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, Протесты по оценкам.)

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 применяется 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 для каждой гимнастки Группы за ошибку или за предмет каждый раз.

9.3. Выход за пределы установленной регламентом площадки гимнастики или предмета наказываются Сбавкой:

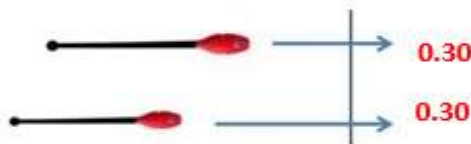
Сбавка Судьи на Линии: 0.30 балла для гимнастики при выходе за пределы площадки.

Сбавка Судьи на Линии: 0.30 балла при выходе предмета за пределы площадки.

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 одну Булаву + 0.30 Балла за другую Булаву



9.4.2. Одновременная потеря двух или более булав (соединенных или нет) одной и той же гимнасткой с одновременным выходом за пределы площадки за одну и ту же линию: 2 Булавы потеряны вместе, одновременно, и вышли за одну и ту же линию:

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



9.4.3. Одновременная потеря разными гимнастками двух или более предметов, одинаковых или разных, с одновременным выходом за пределы площадки за две разные линии – 2 Булавы потеряны вместе, одновременно, и вышли за две разные линии:

Сбавка Судьи на Линии: 0.30 + 0.30 балла за каждый предмет



9.4.4. Одновременная потеря двух 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 один раз, как за один предмет



9.5. В Групповых упражнениях нет сбавки Судьи на линии в следующих случаях (в иных случаях применяются сбавки в соответствии с п. 9.2. – 9.4):

- если предмет и/или гимнастка касаются линии
- если предмет выходит за пределы площадки без касания пола
- при потере предмета на последнем движении упражнения и выходе предмета за пределы площадки после окончания упражнения и окончания музыки
- непригодный предмет удаляется за пределы площадки
- сломанный предмет удаляется за пределы площадки
- вторая булава намеренно удалена из пределов площадки, чтобы взять пару запасных булав
- предмет, самопроизвольно вернувшийся в пределы площадки, удален 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: после последнего движения сбавка за пересечение линии не применяется, даже если музыка все еще играет. В остальных случаях сбавки применяются в соотв. 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 (11.4.4), из-за несоответствия или проблем с музыкой (13.4), из-за травмы или по другим непредвиденным причинам (2.2.2), то упражнение будет оцениваться следующим образом:

- Трудности, уже выполненные правильным способом, будут засчитаны, включая все соотв. 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

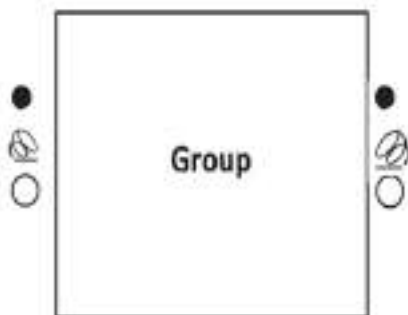
11.1. Нормы – Контроль

- 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 (Обруч, Мяч, Булавы, Лента). Группам не разрешается выступать с предметами без утвержденных таким образом обозначений. За выступление с неразрешенными предметами упражнение группы 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 запасных предметов (в соответствии с Программой предметов на каждый год).
- 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. Предметы размещаются отдельно.

Пример для группы:



- 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. Гимнастка 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 заранее за линией.

11.2.6. Группа может использовать максимум запасных предметов, размещенных Оргкомитетом за линией официальной площадки со всеми соотв. сбавками.

Пример: 2 Обруча размещены Оргкомитетом, как показано на рисунке выше. Группа может использовать оба, если необходимо, в одном 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 официальной 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. Группа должна удалить неиспользуемый потерянный предмет за пределы площадки до конца упражнения, если взят запасной предмет (нет сбавки судьи на линии). В противном случае:

Сбавка: 0.30 балла за то, что группа, взяв запасной предмет, не удалила за пределы площадки свой прежний предмет, вернувшийся к ней сам.

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
- Гимнастка теряет свой предмет, и он выходит за пределы площадки. - Гимнастка берет запасной предмет. - Потерянный предмет возвращается обратно на площадку. - Гимнастка не убирает вернувшийся предмет с площадки.	- 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.
- Гимнастка теряет свой предмет, и он выкатывается за пределы площадки. - Гимнастка берет запасной предмет. - Потерянный предмет откатывается обратно на площадку. - Гимнастка убирает вернувшийся предмет с площадки и продолжает работу с новым предметом.	- Судья Исполнения: 1,00 одновременно за потерю предмета. - Судья на линии: 0,30 за потерянный предмет, покинувший площадку. - Ответственный судья: нет сбавки.
- Гимнастка теряет свой предмет, и он выкатывается за пределы площадки. - Гимнастка берет запасной предмет. - Потерянный предмет откатывается обратно на площадку. - Гимнастка забирает свой собственный предмет обратно и убирает с площадки запасной предмет.	- Судья Исполнения: 1,00 одновременно за потерю предмета. - Судья на линии: 0,30 за потерянный предмет, покинувший площадку. - Ответственный судья: нет сбавки.
- Гимнастка теряет свой 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 взятым предметом	- Судья Исполнения: 1,00 одновременно 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 за использование запасного предмета

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

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

Сбавка Судьи-Хронометриста: 0.50 балла за задержку соревнований при слишком долгой подготовке к упражнению

11.3.4. Если **во время упражнения** предмет становится непригоден (материал ленты, крепление, палочка, узлы и т.п.), то гимнастка может взять запасной предмет:

Нет Сбавок за использование запасного предмета и 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 возможных технических ошибок.

11.4.2. Если во время упражнения предмет ломается, то не разрешается повтор упражнения.

В этом случае группа может:

- прекратить выполнение упражнения (см. п. 10)
- продолжить упражнение, взяв запасной предмет и удалив сломанный предмет за пределы официальной площадки (**Нет Сбавки**).

11.4.3. Если предмет **застрял** в потолке, то группа не будет наказана за это сбавками; сбавки могут быть применены только лишь за последствия возможных технических ошибок.

11.4.4 Если предмет застрял в потолке во время упражнения, то не разрешается начать упражнение снова.

В этом случае группа может:

- прекратить выполнение упражнения (п. 10)
- взять запасной предмет и продолжить упражнение (**Нет Сбавки**).

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 сбавки за Артистизм
- В Исполнении будут применены все сбавки за время упражнения, включая “потерю предмета (нет контакта) в конце упражнения”

11.4.6. Если **запасной предмет** сломался в течение упражнения, то группа должна взять второй запасной предмет и продолжить упражнение до конца. Если Председатель Верховного Жюри подтвердит проблему, группа, возможно, будет повторно вызвана на ковер и выполнит упражнение еще раз в конце вертушки 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

12.1.1 Специфика группы

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

12.1.3. Рукава

- Леотард 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 леотардов, колготки в полный рост под леотарды, полностью комбинированные леотарды в полный рост 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 леотардов, 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:
 - о Декоративные детали не должны ставить под угрозу безопасность гимнастики.
 - о Запрещается украшать изделие светодиодами (LED).
 - о Все аппликации должны плотно прилегать к материалу, когда костюм неподвижен (они не должны слишком выступать)

12.1.7. Аксессуары

- Нижнее белье, надетое под леотард, не должно быть видно за швами самого леотарда.
- За исключением (возможно) колготок, леотарды должны быть цельными. Не допускаются леотарды 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 одна или несколько 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 небольшие прилегающие серьги.

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

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 прическу во время упражнения.

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

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

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

12.6. Не соответствующая официальным нормам соревнований эмблема или реклама:

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

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

13. ТРЕБОВАНИЯ К МУЗЫКАЛЬНОМУ АККОМПАНЕМЕНТУ

13.1. Каждое упражнение в целом 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 соревнований или Чемпионатов ФИЖ. Если местный Оргкомитет требует загрузки музыки в цифровом виде, то все участвующие Федерации оставляют за собой право использовать на соревнованиях USB.

На каждом USB должна быть записана следующая информация:

- страна (3 заглавные буквы, используемые ФИЖ для обозначения страны, 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 о группе будет объявлено 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 Председатель Верховного Жюри подтвердит проблему, группа будет объявлена повторно и немедленно выполнит упражнение снова. Если Президент Верховного Жюри это не подтвердит, упражнение будет оценено, как описано в пункте 10 (прерванное упражнение).

13.4.3. Если после некоторого времени выполнения возникают проблемы с музыкой (искажения, короткие перерывы и т.д.): группа может завершить упражнение, выполняя его под искажённую музыку, и получить соответствующую оценку, или может прекратить упражнение и покинуть площадку. Если Президент Верховного Жюри подтвердит проблему, группа будет объявлена повторно и немедленно выполнит упражнение снова. Если Президент Верховного Жюри не подтвердит это, упражнение будет оцениваться как прерванное упражнение (п. 10).

14. ДИСЦИПЛИНА ГИМНАСТОК

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

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

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

Сбавка: 0.50 балла за разминку гимнасток в зале соревнований

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 / второго предмета.

Пропущенное упражнение будет выполнено в конце потока, а группа будет наказана за это упражнение:

Сбавка: 0.50 балла (вычитается из пропущенного упражнения)

14.4. Группы могут повторять упражнения только при чрезвычайных обстоятельствах (по вине Оргкомитета) и с разрешения Ответственного Судьи, **например**, 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	Каждая лишняя или недостающая секунда в музыке упражнения (считаются полные секунды)	0.05
2	За задержки при подготовке к упражнению (более 30 сек.)	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	Гимнастка или предмет выходят за пределы официальной площадки	0.30
3	Гимнастка заканчивает упражнение за пределами официальной площадки	0.30
Сбавки Ответственного Судьи		
1	За использование запасного предмета, который ранее не был размещён за пределами официальной площадки (сбавки нет, если группа использует свой потерянный предмет)	0.50
2	Использование запасного предмета, если упавший предмет остается на официальной площадке	0.50
3	После того, как гимнастка взяла запасной предмет, собственный предмет гимнастки вернулся на официальную площадку, и гимнастка не удалила его за пределы площадки	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 гимнастки на официальную площадку	0.50
12	Разминка гимнасток в зале соревнований	0.50
13	Неправильно выбранный предмет, не соответствующий стартовому порядку; сбавка вычитается один 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 любые разговоры тренера с гимнастками или с судьями	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 два **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 / предметами

1.6. Требования к Трудности:

Компоненты Трудности			
Трудность Тела (DB)		Трудность Предмета (DA)	
Максимум 9 DB / DE (1 на выбор) в порядке их выполнения		Трудность с Сотрудничеством (DC)	
Трудность без Обмена (DB) Минимум 4 Максимум 5	Трудность с Обменом (DE) Минимум 4 Максимум 5	Минимум 9 Максимум 14 (в порядке выполнения)	
Особые Требования		Особые Требования	
Трудности Групп Тела:		Сотрудничества	
Прыжки		Минимум 1	СС: минимум 3
Равновесия		Минимум 1	
Вращения		Минимум 1	

Динамические Элементы с Вращением - R Максимум 1	CR: минимум 3 Множественные броски/ловля: минимум 3
---	---

- 1.7. Судьи в Трудности идентифицируют и регистрируют Трудности в порядке их исполнения, независимо от того, действительны они или нет:
- Первая 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
 - Вторая 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 Правил судейства № 9, 11, 13 ($\wedge$, T , ϕ).

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

2.1.3. В случае разночтений между текстом и таблицами 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 5** элементов **DB**, будут оцениваться только первые 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 исполнении)

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 одной или нескольких 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, всегда 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 гимнастами в числе **9 Трудностей**:

- Прыжки 
- Равновесия 
- Вращения 

2.3.7.1. Эти требуемые трудности (минимум по одной 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): **сбавка** судей (D): 0,30.

2.3.8. Может быть выполнена другая возможная DB, не используемая для выполнения требований «группы Трудностей тела»:

- 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 ?	Да, будет сбавка 0,30 за присутствие менее 4 DB. Возможна также сбавка 0,30 за отсутствующую группу Трудностей тела (2.3.7.2) и 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: • 3 гимнастки: прыжок в шпагат • 1 гимнастка: прыжок Казак • 1 гимнастка: поворот Аттитюд

2.4. Одинаковые и разные Трудности

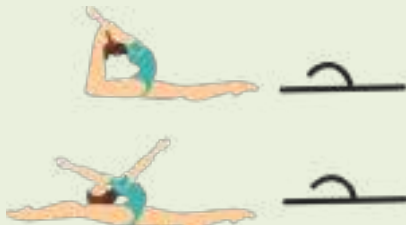
2.4.1. Каждая ячейка Таблиц 9, 11 и 13 содержит разные Трудности тела. Каждый рисунок в данной ячейке соответствует данной Трудности.

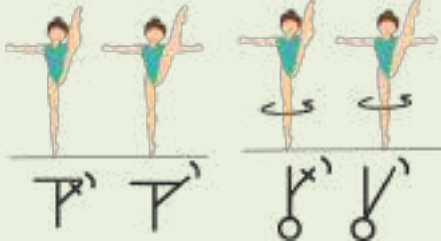
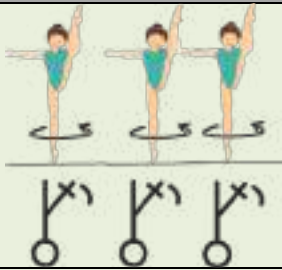
2.4.2. Каждая Трудность тела **DB** (в каждой ячейке) засчитывается только 1 раз. Если Трудность **DB** повторяется, то она не засчитывается (**Нет Сбавки**).

Разъяснения / Примеры	
Что, если гимнастка попытается принять форму DB, но потеряет равновесие и опустит ногу, или попытается поддержать 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 идентичных (одинаковой формы) Прыжков или Поворотов в **Серии**. Одинаковый повтор – это повтор содержимого 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	
Одинаковые DB: только 1 раз в 1 упражнении (изолированно или в серии). Разные DB: каждая может быть использована в одном упражнении.	
Изолированные DB	
	Одинаковые DB (одна ячейка)

	Разные DB (разные ячейки)
Серии DB	
	Одинаковый повтор: серия засчитывается
	Одинаковый повтор: Серия засчитывается

2.5. Ценность

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

2.5.2 Самая низкая ценность **DB**, выполненной одной гимнасткой, определяет ценность **DB** группы.

2.5.3 Ценность BD 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 гр.
- 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 гр. или менее) одной или более частей тела, то **DB** засчитывается **со Сбавкой в Исполнении 0.10** за небольшое отклонение от формы за каждое неправильное положение части тела. См. Исполнение, п. 2.1.3.

2.5.5. Если форма определяется **со средним отклонением** (11° – 20°) одной или более частей тела, то **DB** засчитывается **со Сбавкой в Исполнении 0.30** за среднее отклонение от формы за каждое неправильное положение части тела. См. Исполнение, п. 2.1.3.

2.5.6. Если форма в общем не определяется с **большим отклонением** (более 20°) одной или более частей тела, то **ДВ не засчитывается со Сбавкой в Исполнении 0.50**. См. Исполнение, п. 2.1.3.

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

2.5.8. Если ДВ выполняется всеми 5 гимнастками с небольшим или средним отклонением каждой гимнастки, указывается ценность Трудности. Однако, если ДВ недостаточно распознаваема с большим отклонением (у 1 или более гимнасток), то Трудность недействительна.

Разъяснения	
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 **ДВ должна быть выполнена** с минимум 1 Техническим элементом предмета в соотв. 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	
Что значит «в начале» и что «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 заканчивается.
Что значит «в начале» и что «к концу» равновесия?	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, еще на релеве (если равновесие выполняется на релеве). Когда гимнастка покидает форму релеве, Трудность заканчивается. Динамическое равновесие начинается с начала первого движения и заканчивается окончанием последнего движения. Когда гимнастка снова встает на обе ноги или ложится, Трудность заканчивается.

Что значит “в начале” и что “к концу” вращения?	<i>Вращение в фиксированной форме (повороты, пенше и т.д.) 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, еще на релеве (если вращение выполняется на релеве).</i> <i>Когда гимнастка покидает форму релеве, Трудность заканчивается.</i> <i>Другие типы вращений начинаются с начала первого движения и заканчиваются окончанием последнего движения.</i> <i>Когда гимнастка перестает вращаться или снова встает на обе ноги, Трудность заканчивается.</i>
--	--

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** «под полетом предмета» – это разновидность работы предмета, и поэтому она может быть выполнена только один раз в каждом упражнении, независимо от типа броска/Бумеранга.
- Изолированная **DB**, выполненная под малым броском, не засчитывается.
- Если изолированная **DB** выполняется под полетом предмета, то нельзя выполнить другую **DB** **любой ценности** с этим броском и/или ловлей. Только первая **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 первой **DB**, второй **DB** во время полета предмета и ловлю во время третьей **DB**, выполняемых только 1 раз в каждом упражнении, независимо от типа броска.
- Если предмет потерян во время третьей **DB** серии, то не засчитываются ни **DB** во время полёта, ни **DB** во время ловли. Действительна только первая **DB**, выполненная во время броска предмета.
- Если предмет пойман до или после третьей **DB** серии, то не засчитываются ни **DB** во время полёта, ни **DB** во время ловли. Действительна только первая **DB**, выполненная во время броска предмета.
- Серии допускаются в дополнение к изолированной **DB** при выполнении один раз под полётом. Это – не повтор того же технического элемента предмета DB под полетом.
- Любая другая конструкция, 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.

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

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

- 2.7. DB не будет засчитана в следующих случаях:**
- Существенное изменение базовых характеристик 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 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 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 (мин.1) Обруча вокруг кисти или вокруг части тела	 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

	• Минимум 2 большие части тела (Пример: голова/шея + туловище; руки + туловище; туловище + ноги) должны пройти через Обруч • Проход может быть всем телом туда-обратно, или только туда, или только обратно
	Во время большого переката Обруча необходим проход не менее двух больших частей тела без прерывания. Пример: из правой руки в левую руку по всему телу; туловище + ноги; рука + спина и т. д. 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.
	Вращение (мин.1) на полу вокруг оси: Во время вращения Обруча на полу рука/пальцы гимнастки могут находиться в контакте с Обручем, либо это может быть «свободное» вращение Обруча.

	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)
	Перекат 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)

3.3.2. Мяч

Техническая группа предмета	
 Большой перекат Мяча через минимум 2 большие части тела	 - Перекат Мяча по полу (мин. 1) - Перекат тела по Мячу на полу  - Серия из 3 маленьких перекатов: комбинация маленьких перекатов по телу - Серия из 3 сопровождаемых маленьких перекатов по телу
 Восьмерка Мячом с круговыми движениями рук(и)	 - Движение с «выкрутом» Мяча (мин. 1) - Вращение кисти (костей) вокруг Мяча (мин. 2) - Свободное вращение(я) Мяча на части тела, включая кончик пальца (мин. 1)
 Ловля Мяча одной рукой	 После высокого броска отбив от пола и сразу же ловля разными частями тела (кроме рук)
 Отбивы: - Серии (мин. 3) малых отбивов от пола (ниже уровня колена) - Мин. 1 высокий отбив от пола (на уровень колена или выше)	

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
	Перекат должен быть по минимум одной большой части тела Пример части тела: от руки к плечу; от плеча к плечу; от стопы к колену и т. д. Примечание: маленькие перекаты засчитываются только в сериях по три	Перекат должен быть по минимум двум большим частям тела без прерывания Например: от правой руки к левой руке через тело; туловище + ноги; рука + спина и т. д. 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.
8	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.	
∞	Движение с «выкрутом» мяча: • Вращательное движение одной рукой вокруг мяча или вращение мяча вокруг одной руки • Мяч находится в постоянном контакте с рукой (фаза полета отсутствует) • Минимум 1 вращение Вращения руками вокруг мяча: • 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 Свободное вращение(я) Мяча на части тела. Требуется минимум 1 Вращение.	
∞∞	• Перекаты Мяча на полу. Перекат может быть маленьким или большим. DB может быть выполнена при придании импульса, или с проходом над мячом, или с возвратом мяча (не с мячом, произвольно катящимся возле гимнастки, выполняющей DB)	

3.3.3. Булавы

Техническая группа предмета	
 Мельницы: не менее 4 – 6 малых кругов Булавами с задержкой по времени, с попеременным скрещиванием запястий/кистей каждый раз. Булавы удерживаются за конец (маленькая головка)	 • 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 (мин. 1) Булав между собой или по полу (мин. 2) • Скольжение Булавы по мин. 2 крупным частям тела
 Малые броски 2 Булав вместе одновременно (Булавы не соединены между собой) или последовательно с вращением каждой из них на 360° и ловлей	 Малый бросок двух соединенных Булав.
 Асимметричные движения 2 Булав	 Большой перекат через минимум 2 большие части тела одной или двух Булав  Перекаты 1 или 2 Булав по части тела или по полу
 Малые круги (мин. 1) обеими Булавами, одновременно или последовательно, по одной Булаве в каждой руке, удерживаемых за конец (маленькая головка)	 Серии (мин. 3) малых кругов одной Булавой

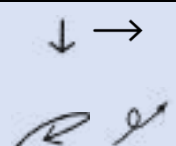
Разъяснения / примеры	
Типичная техническая характеристика – это движение обеими Булавами одновременно, по одной в каждой руке. Эта техника должна доминировать в композиции. Любые другие способы удержания Булав не должны доминировать, также как постукивания, перекааты булав, вращение, отбивы, соскальзывания	
	• “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: • Вертикальные – импульс вращения может быть как вниз, так и вверх • Горизонтальные – импульс может быть как вправо, так и влево. • Мельницы могут быть двух- и трехтактные: • Двухтактные (двойные) мельницы – мин. 4 чередующихся малых кругов Булавами (по 2 с каждой стороны). Запястья / руки скрещены, затем разомкнуты. • Трехтактные (тройные) мельницы – 6 чередующихся малых кругов Булавами (по 3 с каждой стороны с перекрещиванием рук каждый раз)
	• 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 (нет бросков, асимметричных бросков, каскадных бросков)
	- Постукивание одной Булавы по другой (мин. 1) - Постукивание одной или двух Булав по полу: мин. 2 последовательных постукивания (не имеет значения, одновременно ли постукивают 2 Булавами)

3.3.4. Лента



Техническая группа предмета	
 • Спирали (мин. 4 круга), плотных и одинаковых по высоте, выполняемых по воздуху или по полу. и/или  • «Фехтовальщик» (мин. 4 круга)	 • Вращательное движение палочки Ленты вокруг кисти • Закручивание (раскручивание) • Движения 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»), обматывание материала ленты вокруг тела
 Змейки (мин. 4 волны), плотных и одинаковых по высоте, выполняемых по воздуху или по полу	
 «Бумеранг»: отпускание палочки Ленты с удержанием конца Ленты, затем подтягивание палочки обратно и ловля.	 Большой перекаат палочки Ленты по минимум двум крупным частям тела  Перекаат палочки Ленты по части тела
 “Эшаппе”: вращение палочки Ленты во время полета	 Проход через рисунок или над рисунком Ленты всем телом или частью тела

Разъяснения / примеры	
Все элементы, нетипичные по технике для Ленты (например, закручивание/раскручивание, соскальзывание палочки, отбивы/отталкивания) не должны преобладать в композиции.	
	“Фехтовальщик”: вся палочка Ленты вместе с рукой переходит в спиральный узор, образованный Лентой (палочка похожа на шпагу); выход палочки из спирального узора – на выбор: подтягивание

	назад руки/палочки или малый бросок/Эшаппе.
	«Бумеранг» состоит из 3 частей: - 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. - 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. Может выполняться во время полета, в самом конце полета, с лентой по полу (недолго) 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»). - Ловля палочки: элемент, включающий только подтягивание Ленты и ловлю палочки (без отпускания), не отвечает дефиниции «Бумеранга»
	- 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
	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.
	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.

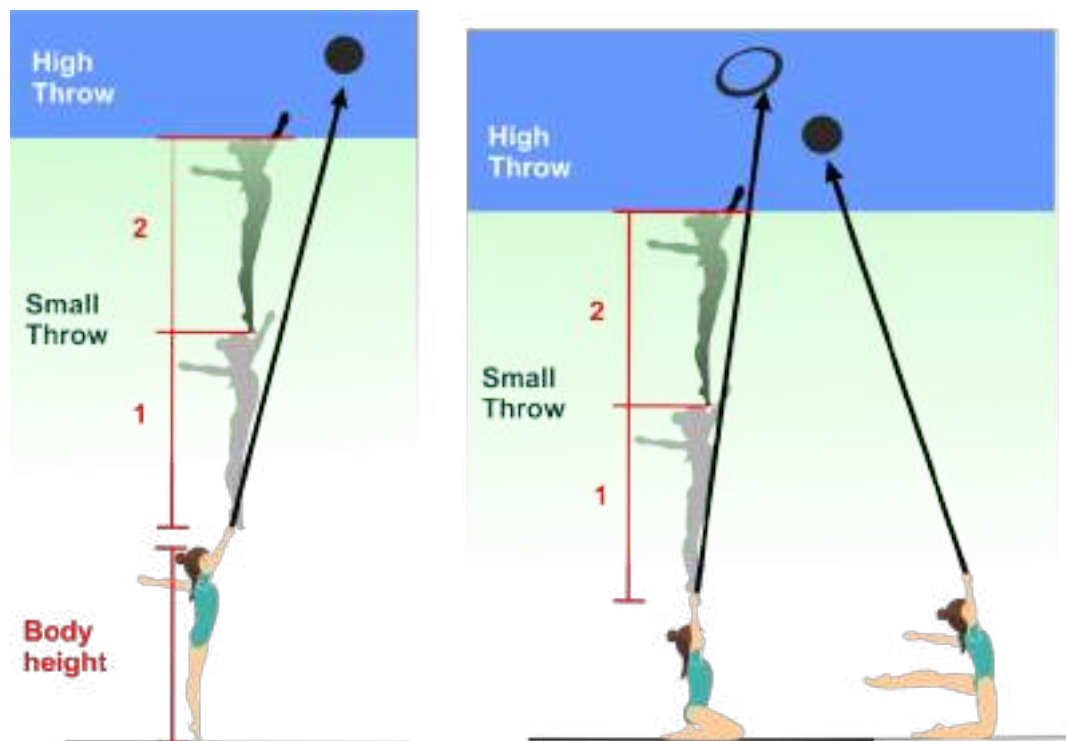
3.4. Сводная таблица технических элементов, действительных для всех предметов

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 булавка соответствовала требованию по высоте броска.
	Ловля предмета с полета после высокого броска
	Одновременная ловля 2 разъединенных Булав с полета после высокого броска. Обе булавки в полете должны соответствовать требованию по высоте.
Разъяснения	
Что значит «ловля с полёта»?	После броска предмет находится в свободном полёте в воздухе. Поймать 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 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.
Что должен делать судья, если гимнастки группы разного роста?	См. также Разъяснения / примеры ловли ленты (п. 3.3.4). Это оценивание, а не измерение. Следует исходить из среднего роста гимнасток группы.

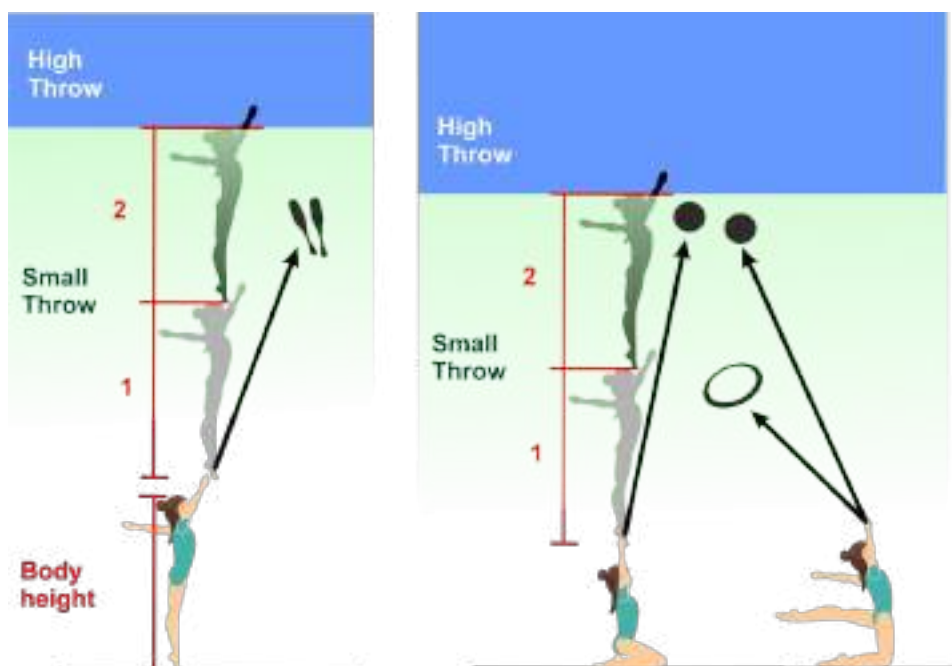
Пример 1: высокий бросок



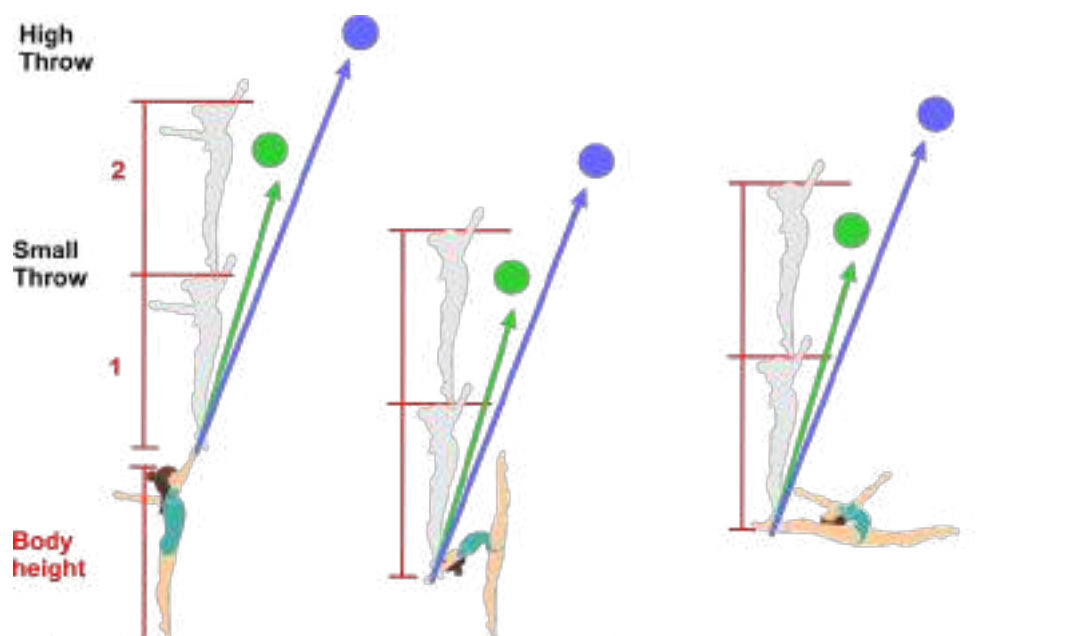
3.4.2. Малые броски и ловля предметов

→	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 в воздух • С отбивом от тела • Свободное падение предмета с высоты • Для броска одной Булавы: с вращением 360° или без вращения Примечание: малый бросок 2 булав без вращения обеих булав на 360 гр. 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 С ПРЕДМЕТОМ означает, что предмет должен быть в движении

	• Большие круги предметом • Для ленты: круги могут быть средними или большими – и то и другое является одинаковым техническим элементом предмета
--	---

	• 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	
	Средний или большой круг: предмет должен показать полный круг 360 гр.
	Восьмерки: должны быть представлены 2 полных круга последовательно

3.4.5. НЕСТАБИЛЬНЫЙ БАЛАНС: сложная взаимосвязь тела и предмета с риском потери предмета. См. Индивидуальные упражнения, 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 одной или двумя руками и/или одной 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**).

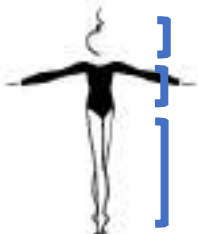
Пример: переворот назад с опорой на обе руки, Булавы лежат на полу по одной под каждой рукой (этот преакробатический элемент может быть также выполнен с опорой на одну руку с тем же положением Булавы).



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	
Технические элементы предметов разные, если выполнены:	В разных плоскостях: Плоскости оцениваются относительно пространства: горизонтальная, фронтальная, сагиттальная • Критерий “плоскости” неприменим к <u>спиралям</u>. Спирали должны иметь разные направления и/или разный уровень.
	В разных направлениях – оценивание: Проход через предмет вперед и назад / проход внутрь, наружу, проход всем телом - это разные вещи. 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. Каждый элемент предмета может быть повторен с <u>туловищем</u> в двух разных направлениях, например: вертикально + вбок, вперед + назад, прогиб + вбок 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 маленькие круги двумя булавами справа и маленькие круги двумя 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
	На разных уровнях  Уровень 1: голова-плечи Уровень 2: грудь-талия Уровень 3: ниже талии-стопы
	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 <u>под ногой</u> и один 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	

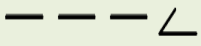
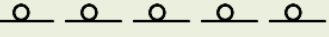
3.6.1. Одинаковые Технические элементы предметов

- 3.6.1.1. **Две отдельные ДВ** с одинаковыми элементами предметов не засчитываются; вторая ДВ с элементом предмета (в порядке выполнения) не будет оценена (**Нет Сбавки**).

- 3.6.1.2.** Для того, чтобы каждая DB была оценена, должен быть представлен минимум один новый элемент предмета (не выполнявшийся ни в одном предыдущем DB в упражнении); дополнительные элементы предмета могут быть повторениями.
- 3.6.1.3.** Одинаковые элементы предметов, выполненные **в двух разных DB** (из одной или разных Групп тела), не считаются разными 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 DB, 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.

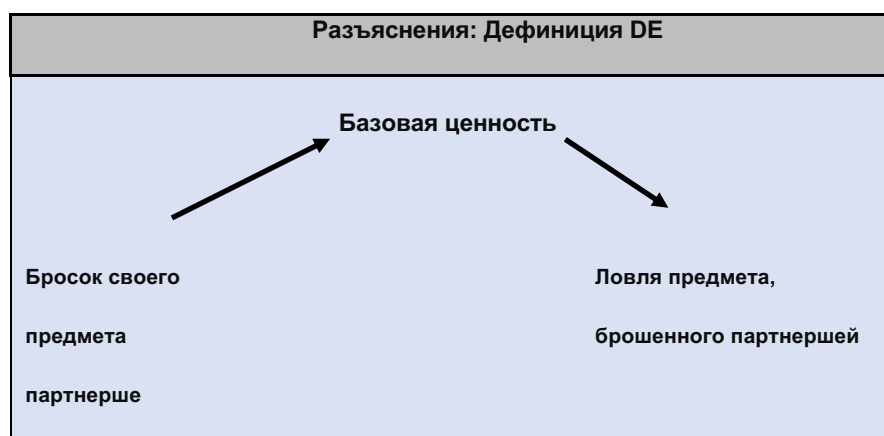
Разъяснения / примеры	
Трудности	Разъяснение
 	В серии допускаются разные Технические элементы предмета (большой круг, спирали) и одинаковые Технические элементы предмета (дважды одинаковые спирали). 4-й прыжок не идентичен и не является частью серии; повторение одинаковых спиралей не допускается: 3 прыжка в шпагат содержат действительные Технические элементы, а 4-й прыжок не содержит действительного Технического элемента.
 	Допускаются одинаковые спирали в двух DB в серии, повторяющиеся раздельно, также в сочетании с высоким броском и ловлей: Все 5 DB имеют действительные Технические элементы предмета.

4. ТРУДНОСТЬ С ОБМЕНОМ (DE)

4.1. Дефиниция DE:

4.1.1. В обмене предметами при высоком и/или дальнем броске **все пять гимнасток должны участвовать в 2 действиях:**

- **Бросок** своего предмета партнерше
- **Ловля** предмета, брошенного партнершей



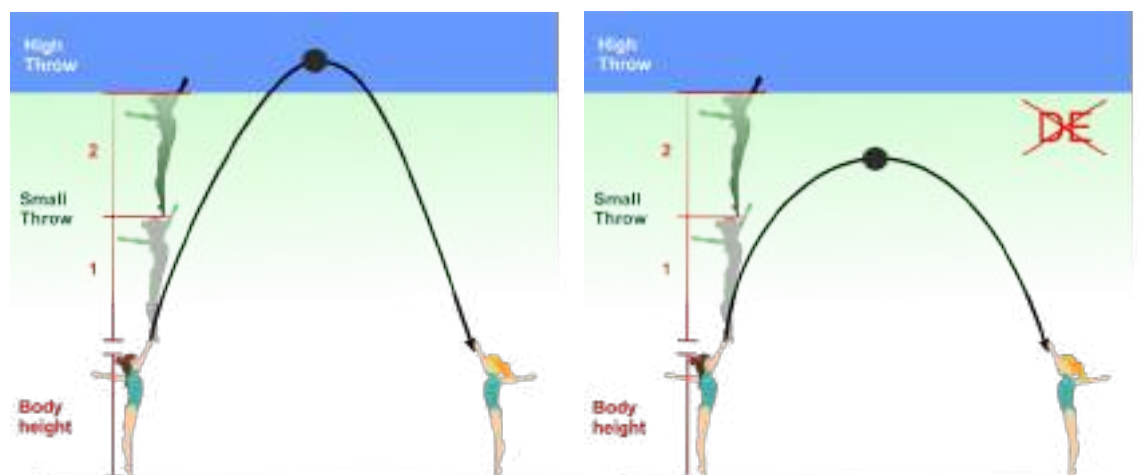
4.1.2. В качестве **DE** засчитываются только Обмены **с высокими или дальними бросками** предметов гимнастками (**не «Бумеранг»**). Обмен с не высоким или не дальним броском не засчитывается.

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.

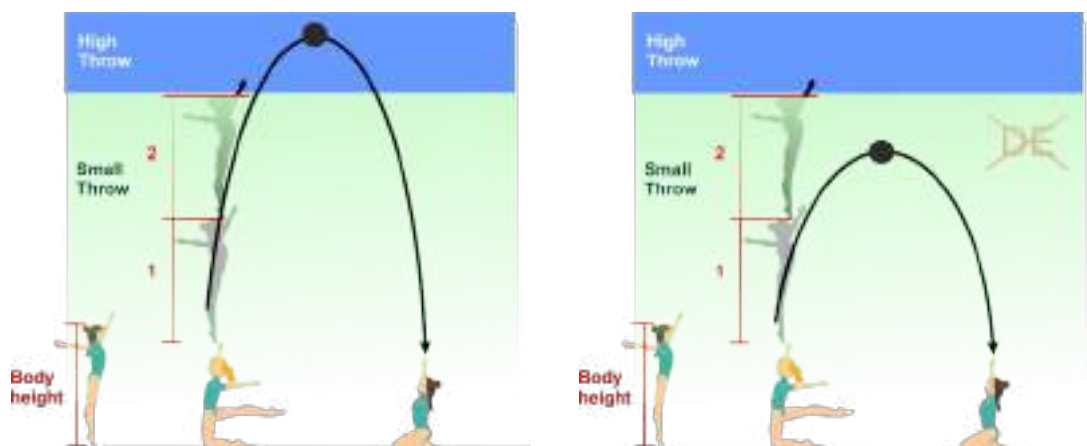
4.1.4. Типы бросков: **высота/расстояние** измеряются от точки отпускания предмета.

4.1.4.1. **Высокие броски** определяются требуемой высотой (**более чем 2 роста гимнастки**).

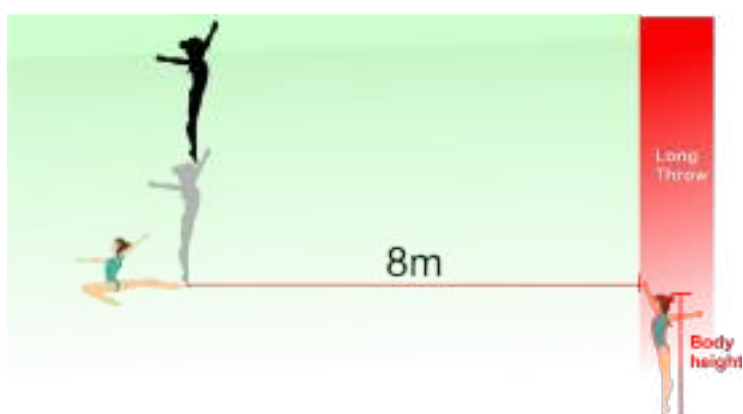
Пример: DE с высоким броском предмета из положения стоя (более чем 2 роста гимнастки)



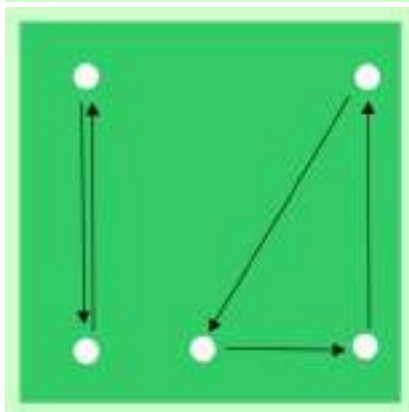
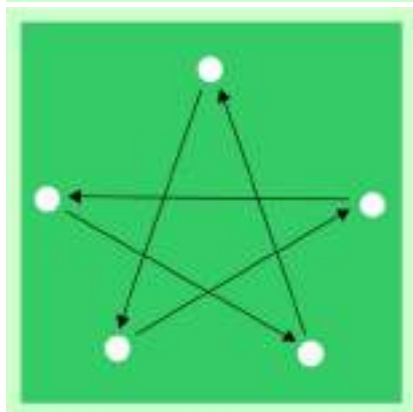
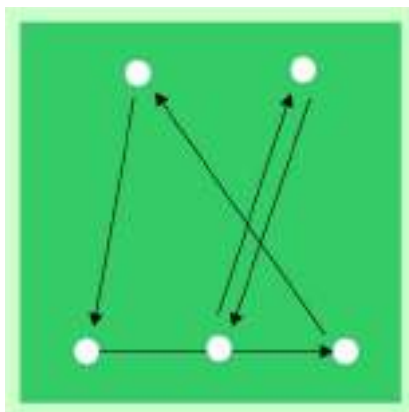
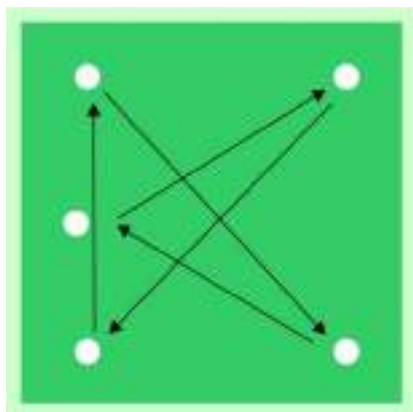
Пример: высокий бросок из положения на коленях – DE с высоким броском предмета из положения на коленях (более чем 2 роста гимнастки)



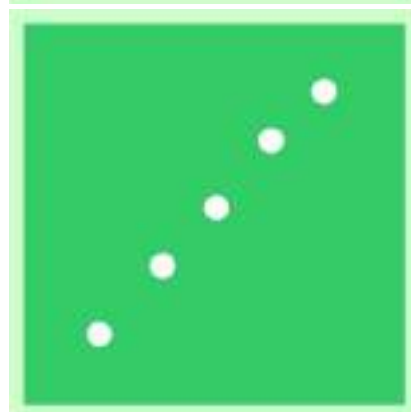
- 4.1.4.2. Дальние броски определяются расстоянием минимум 8 метров между гимнастками. Расстояние **8 метров** должно быть между гимнастками, которые обмениваются друг с другом в момент броска и/или в момент ловли.



Примеры построений на 8 метров (независимо от высоты)



Примеры построений без дистанции в 8 метров



5 гимнасток пытаются бросить предметы на 8 м в подгруппах на небольшую высоту (менее чем 2 роста гимнастки), 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 на 8 м.
---	--

4.1.5. Трудность с Обменом с 1 типом предмета может выполняться всеми 5 гимнастками вместе или в подгруппах:

- С одинаковой или разной высотой бросков
- Гимнастки на месте или перемещаются
- Для **DE** в подгруппах: первая подгруппа должна поймать предмет до того, как вторая подгруппа бросит предметы – тогда Трудность будет засчитана

4.1.6. Трудность с Обменом с 2 типами предмета может выполняться всеми 5 гимнастками вместе или в подгруппах:

- С одинаковой или разной высотой бросков
- Гимнастки на месте или перемещаются
- Для **DE** в подгруппах: первая подгруппа должна поймать предмет до того, как вторая подгруппа бросит предметы – тогда Трудность будет засчитана
- Для **DE** в подгруппах: каждая подгруппа должна иметь одинаковые предметы (**пример: первая подгруппа – 3 мяча, вторая подгруппа – 2 обруча**) – тогда Трудность будет засчитана

Разъяснения / Примеры	
5 гимнасток бросают предметы в подгруппах: первая подгруппа – 2 гимнастки на 8 м на небольшую высоту (менее чем 2 роста гимнастки), а затем вторая 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 	• Трудность с Обменом засчитывается как с броском 1 Булавы, так и 2 Булав • Бросок 2 соединенных Булав засчитывается как бросок 1 Булавы.

Лента 	• 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 прибл. 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. Если выполнено **менее 4 DE**, то применяется **сбавка 0,30**.

4.2.2. Если Группа выполняет **более 5 DE**, то только **первые 5 DE** будут оцениваться в порядке их выполнения (**нет Сбавки**). Последующие DE сверх лимита не считаются.

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:

Разъяснения / Примеры			
DB любой ценности	Трудность тела DB может быть выполнена <u>1 раз</u> во время DE:		
	<u>во время броска</u> 	<u>под полётом</u> 	<u>во время ловли</u> 

4.3.2. DB, выполненная в DE, действительна только в том случае, если одна и та же 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): 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:

- о Изолированная DB при высоком броске в может выполняться только один раз в каждом упражнении.
- о 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 одной DB, только первая DB будет оценена как DB и засчитана в общее количество 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 всеми 5 гимнастками следующим образом:

- При выполнении с одним и тем же предметом (напр. 5 мячей): одинаковое выполнение (т. е. 5 мячей ловятся одинаково “без помощи рук”)
- При выполнении с разными предметами (например, 3 обруча и 2 пары булавы):
 - одинаковые критерии, выполняемые с каждым предметом (например, 3 обруча ловятся одинаково “вне поля зрения” и 2 булавы ловятся одинаково “без помощи рук”)
 - одно и то же количество критериев для каждого типа предмета должно быть выполнено при броске и/или ловле.
- Вращение во время полета предмета или при броске: все вращения должны быть разными (разных групп), и каждое вращение выполняется одинаково всеми 5 гимнастками (из одной группы вращений и в одинаковом варианте).

4.4.3. Критерии, выполненные непосредственно перед броском предмета или сразу после ловли, не учитываются в ценности **DE**.

4.4.4. Одинаковый повтор одного и того же критерия нельзя выполнять – одинаковое повторение не засчитывается (**Нет Сбавки**). Тем не менее, сам Обмен может быть засчитан.

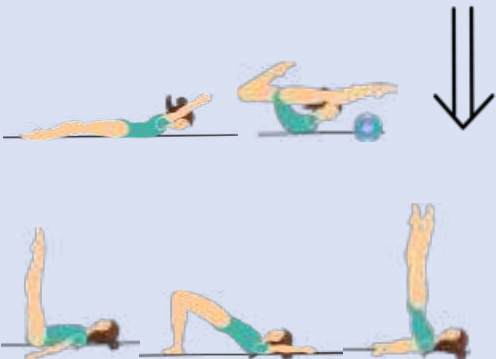
4.4.5. Обмены для всех 5 гимнасток могут быть одной и той же ценности или разной ценности. Самая низкая ценность **DE**, выполненная одной из гимнасток, определяет ценность **DE** Группы.

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
---	---------

Символ	Ценность	Разъяснения: Общие Критерии для DE
⊗	0.10	Вне поля зрения: <i>Примеры подобных зон:</i>  Для всех типов бросков и/или ловли: - Элементы, 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" Для бросков и/или ловли с помощью рук: - «Вне поля зрения» обычно дается только при технике бросающей руки «вниз-вверх», а не «вверх/назад» (возле головы), за исключением 2 моментов: - В прогибе назад ниже горизонтали критерий «вне поля зрения» дается при броске и ловле сзади туловища - В прогибе назад ниже горизонтали критерий «вне поля зрения» дается за ловлю туловищем/передней частью тела, на уровне груди или ниже  Критерий «вне поля зрения» не дается, если мяч пойман согнутыми 2 руками за шей. 
≠	0.10	Без помощи рук: Не засчитывается: • Ловля Обруча сразу же во вращение на руке (○); • Бросок / ловля предмета внешней стороны руки(рук) • Ловля предмета тыльной стороной руки(рук) с использованием другой булавы

○	0.10	Вращение: Во время броска и/или ловли под полётом предмета: ○ Каждое вращение должно быть минимум 360° ○ Все вращения в каждой DE должны быть разными (из разных групп преакробатики или вертикальных вращений) ○ Все вращения должны быть выполнены одинаково (из одной группы вращений и в одинаковых вариантах) всеми 5 гимнастками. Опора – на 1 или 2 руки, в зависимости от предмета (считаются одинаковыми) - Этот критерий действует для преакробатических вращений (см. Инд. Трудность, п. 4.5.1.) и вертикальных вращений (см. Инд. Трудность, п. 4.6.1.) - Если преакробатический элемент соединен с DB или используется всеми 5 гимнастками для хореографии, эта группа преакробатических элементов не может быть повторена для DE - Этот критерий не засчитывается для DB, включающей вращение - Этот критерий может быть скомбинирован с “положением на полу”, если выполняется поворот на 360°, при этом туловище полностью лежит на полу от начала до конца.
=	0.10	В положении на полу: 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. Примеры: Засчитывается на полу  Не засчитывается на полу 

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 (мин. 2 крупные части тела совершают проход – голова и туловище, руки и туловище т.д.)
↙	Бросок после переката на полу.	↙	Непосредственный повторный бросок: сразу же, без остановок, от любой части тела – все предметы ○ ↗

	 : засчитывается только при выполнении вместе с 		Критерий «отбив» не действует, когда отбив производится рукой(ами) или кистью(ями) или другой частью тела
			Непосредственная ловля с перекатом предмета мин. по 2 крупным частям тела. Не считается: дополнительный критерий  при ловле рукой/кистью (независимо от положения ладони) Считается: дополнительный критерий  при выполнении любой части переката вне поля зрения
	Бросок 2 разъединённых Булав вместе: - одновременно - асимметричный бросок - каскадный бросок  <i>Асимметричные броски могут выполняться одновременно одной или двумя руками. Движения двух Булав в полёте должны быть разной формы или амплитуды (один бросок выше другого), и в разных плоскостях или направлениях.</i> <i>Каскадные броски</i>	  	Ловля 2 разъединённых Булав () одновременно Ловля Мяча () одной рукой без дополнительной помощи телом или другой рукой Непосредственная ловля Обруча () во вращение на другой части тела без помощи рук. Не действителен дополнительный критерий  «без помощи рук» для вращения на прямой руке.

Разъяснения / примеры
Оценивание каскадных бросков
Каскадный бросок – это бросок двух булав, одной за другой, при этом обе булавы находятся в полете в один момент времени. Критерий для каскадного броска и любые другие критерии приведены только для булав, которыми обмениваются, а не для булав, брошенных и пойманных одной и той же гимнасткой.

4.6.1. Прямой отбив без каких-либо остановок от тела или пола ():

- Отбив является частью главного действия **DE** (часть первоначального броска для Обмена); необходимо поймать отбив, чтобы **DE** была засчитана.
- Критерии, выполненные во время отбива, являются действительными. Каждый критерий даётся максимум 1 раз, вместе для ловли и отбива
- Критерии во время ловли предмета 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 (ни повторный бросок, ни, например, бросок без помощи рук).

4.6.3. Бросок двух разъединенных Булав: этот критерий дается только один раз для броска, который выполняется либо асимметрично, каскадом, либо одновременно. Критерии даны только для Булавы (Булав), которыми обмениваются с партнершей.

4.6.4. Прямая ловля Обруча на другой части тела (): если выполняется **с помощью локтя, шеи или ноги и т.д. (не прямой рукой)**, 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 по броску и ловле
- Не соблюдена требуемая высота или дистанция броска
- DE выполняется в подгруппах; вторая подгруппа бросает до того, как первая подгруппа поймает
- DE выполняется в быстрой последовательности
- С Бумерангом
- Потеря предмета во время DE
- Потеря равновесия при опоре на одну или обе руки или предмет
- Полная потеря равновесия при падении гимнастки во время выполнения DE
- Столкновение гимнасток
- Столкновение предметов, которое влияет на траекторию полета
- Ловля после отбива о пола (не с полета)
- Повторный бросок, отбив или перекат партнерше
- Лента непреднамеренно поймана за материю (по ошибке)
- Ловля предмета после окончания музыки
- Трудность начата вне пределов площадки

Разъяснения	
Для DE с неточной траекторией и 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. То же, что в индивидуальных упражнениях (см. Трудность, п. 4.1.)

5.2. Требования:

5.2.1. В упражнении засчитывается **максимум 1 R**.

5.2.2. Если в упражнении более **1 R**, то оценивается только первый **R** (Нет Сбавки)

5.2.3. Вращения в R должны быть одинаковыми у всех гимнасток Группы (из одной группы вращений и в одинаковых вариантах). Опора – на 1 или 2 руки, в зависимости от предмета (считаются

одинаковыми)

5.2.3.1. **R**, в который включены разные вращения, выполненные 5 гимнастками в базе, не засчитывается (**Нет Сбавки**).

5.2.3.2. **R**, в который включены разные вращения, выполненные 5 гимнастками после базы, может быть засчитан без ценности каких-либо неодинаковых вращений, которые отличаются у разных гимнасток.

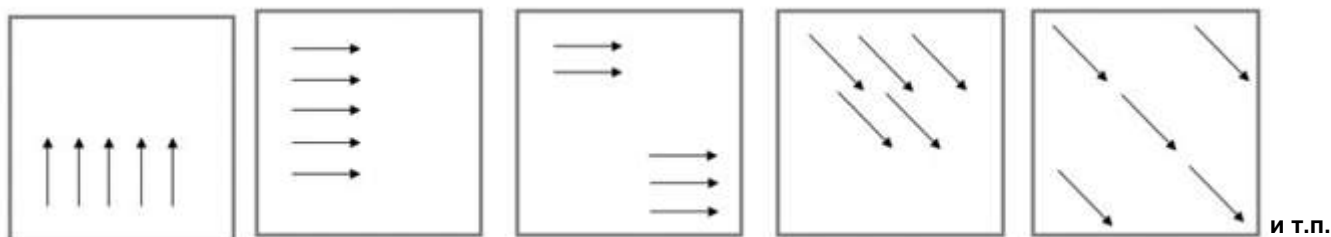
Разъяснения / Примеры	
3 гимнастки выполняют шене + пережат вперед 2 гимнастки выполняют шене + шене	<i>R не засчитывается: Неодинаковые вращения в базе</i>
4 гимнастки выполняют шене + шене + колесо на предплечьях 1 гимнастка выполняет шене + шене + колесо на руках	<i>R2 засчитывается (0.20): Одинаковые вращения в базе</i> <i>3-е вращение не засчитывается: Не выполнено в том же самом варианте</i>

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.

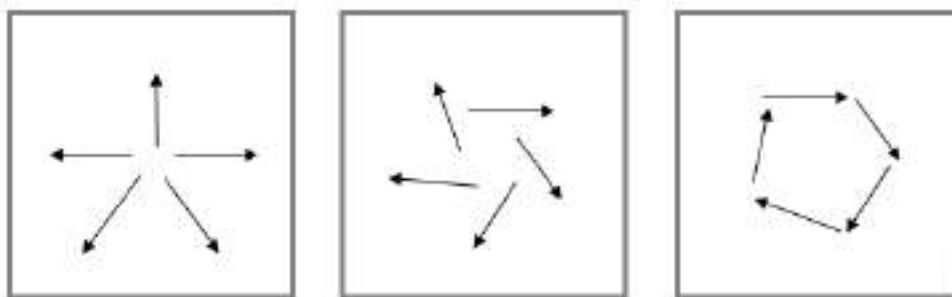
Пример 1: в одном направлении



Разъяснения	
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 Группы выполняют круговые построения одновременно или в быстрой последовательности, то у всех гимнасток разные направления движения и **R** не засчитывается.

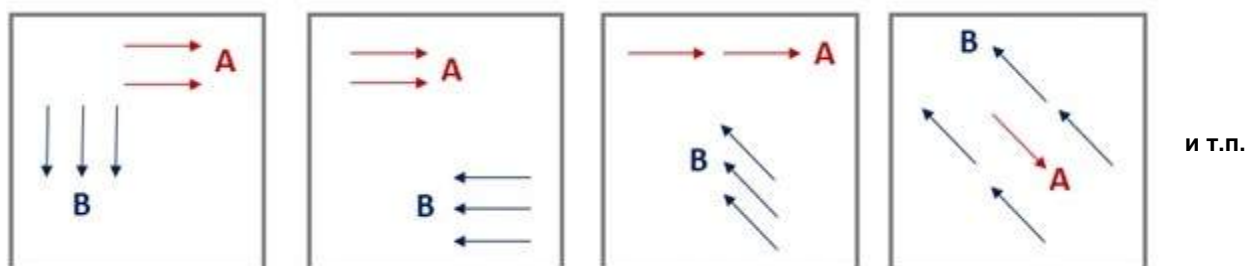
Пример 2: в разных направлениях



5.2.4.3. Если **R** выполняется **в подгруппах**, каждая подгруппа может двигаться **в своём отдельном направлении**. В каждой подгруппе – **один тип** предметов.

Все гимнастки одной подгруппы должны двигаться в одном направлении; когда гимнастки подгруппы **A** заканчивают **R**, гимнастки подгруппы **B** начинают **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 первым: бросок, начало первого вращения, критерий броска (например, перекал по полу)

Пример 3: R выполняется в подгруппах



5.3. Выбор элементов вращения

5.3.1. Выбор элементов вращения – такой же, как в индивидуальной программе. См. раздел 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 как в **R**, так 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) считается только один раз. Если повторяется одна и та же **DB** (в той же ячейке), то повтор недопустим (нет сбавки): Повтор **DB** (0,20 или более) не засчитывается в качестве элемента вращения в **R**.

5.4. Ценность **R**

5.4.1. Критерии и расчет ценности R такие же, как в индивидуальной программе. Смотрите раздел Трудность, п. 4.2. 49).

5.4.2. Ценность R для группы определяется наименьшим количеством выполненных вращений и количеством критериев у всех 5 гимнасток:

- Все вращения должны быть одинаковыми для всех 5 оцениваемых гимнасток.
- Критерии должны выполняться одинаково для каждого типа оцениваемого предмета.
- Оценивается наименьшее количество критериев, выполненных всеми 5 гимнастками в броске.
- Оценивается наименьшее количество критериев, выполненных всеми 5 гимнастками при ловле.

5.5. R не засчитывается в следующих случаях:

- нет большого броска предмета
- нет полных 2 базовых вращений при полёте
- одно или оба базовых вращения неполные (не 360 гр.)
- прерывание между двумя базовыми вращениями
- Базовые вращения, выполняемые каждой гимнасткой в группе, не одинаковы
- 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 мяча с отбивом от пола
- ловля Ленты за материю, а не за палочку
- Выполнение с Бумерангом в любой фазе
- Полная потеря равновесия с падением гимнастки
- R выполнен с **2 DB** ценностью 0,20 или более, одна на броске и одна на ловле (кроме серий прыжков с поворотом)
- R выполняется с **DB** без вращения или с **DB** с дефиницией 180 гр. (включая последнее вращение как подготовку к DB)
- ловля предмета после окончания музыки
- **DB** ценностью 0,20 или более выполнена при полёте 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 первого прыжка с поворотом
- Ловля до/после третьего прыжка с поворотом
- Преакробатический элемент выполнен с запрещенной техникой
- 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 одним или более предметами или с одной 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.)
- разнообразие перемещений, направлений, построений
- с прямым контактом или без контакта с партнершами (тело или предмет)
- с вращением или без вращения
- с возможным поднятием вверх (поддержкой) – максимум одной гимнастки за раз
- с возможной опорой на предметы или гимнасток

6.2. Типы Сотрудничеств

6.2.1. Ниже приведены различные типы Сотрудничеств:

6.2.1.1. Сотрудничества без высоких или длинных бросков предмета (**CC**)

6.2.1.2. Сотрудничества с высокими бросками предмета и Динамическим Вращением тела во время полета предмета (**CR**)

6.2.1.3. Сотрудничества с бросками нескольких предметов ()

6.2.1.4. Сотрудничества с ловлей нескольких предметов ()

6.3. Требования:

6.3.1. Минимум 9 (см. п. 6.3.3.), максимум 14 DC, оцениваются в порядке их выполнения

6.3.2. Если Группа выполняет более 14 DC, дополнительные DC сверх лимита не будут засчитаны (**нет Сбавки**)

6.2.3. Группа может определить, какие типы Сотрудничества следует 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  /  (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 гимнастка(ки), выполняющая главное действие(я), наконец, поймает свой предмет (последний бросок или ловля с повторного броска пойманы), когда будет пойман последний отбив и будет завершено последнее действие СС. Новое Сотрудничество начинается только тогда, когда предыдущая Трудность Сотрудничества будет выполнена, как описано выше.

6.4.2. Все гимнастки могут выполнять разные роли, когда все 5 гимнасток участвуют в действиях Сотрудничества (главное действие – связь с главным действием – создание препятствия – связь с препятствием), 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 будет завершена предыдущая Трудность с Сотрудничеством, как описано выше. Если два Сотрудничества совпадают по времени, то второе Сотрудничество считается недействительным.

6.4.4. Разные виды Сотрудничества не могут быть скомбинированы. Если одновременно выполняются 2 Сотрудничества, например, CR с несколькими бросками, это считается попытка выполнения 1 DC и не засчитывается.

6.4.5. Участие в подгруппах

6.4.5.1. Подгруппы должны выполнять одну и ту же **DC** (см. п. 6.2); наименьшая ценность Сотрудничества, выполненного одной подгруппой, определяет ценность Сотрудничества всей Группы.

6.4.5.2. Две подгруппы должны быть связаны вместе, чтобы сформировать "единое" Сотрудничество; соединение может быть представлено броском, отбивом, скольжением или перекатом предмета между двумя подгруппами.

6.4.5.3. Можно выполнить одно Сотрудничество, разделенное на две 2 подгруппы с одинаковым типом движения (вращение, проход и т.д.), которые вместе соответствуют дефиниции основного Сотрудничества; в таком случае (идентичные 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 Сотрудничеств (3 гимнастки выполняют СС, а 2 другие гимнастки – множественные броски), то это считается попыткой выполнения 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 в индивидуальной программе, п. 4.5)
- Вертикальные вращения (включая DB с поворотом на 360° и более с ценностью 0,10) (см. Трудность инд. упр., п. 4.6)
- DB с вращением на 360° или более, ценность 0,20 или более (см. Трудность инд. упр., 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 проходами, без 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 недействителен. Сбавка в Исполнении 0,30.

6.5.2.3. Преакробатические элементы, выполняемые “с опорой на партнершу” или “на пол”, считаются вариациями в пределах одной группы, выполняемыми одинаково.

6.5.2.4. Когда от гимнасток группы требуется выполнять одинаковые вращения (одинаковые вариации в пределах одной и той же группы вращений), поддержка 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. Может использоваться одна и та же группа преакробатических элементов:

- один раз в CC, *и*
- один раз в CR, ИЛИ в множественном броске, ИЛИ в множественной ловле

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 других вариантов, 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 свободно повторяться.

6.6. Сотрудничество без высоких или длинных бросков предмета (СС)

6.6.1. Существуют 2 типа СС:

6.6.1.1. СС с последовательным выполнением одинаковых действий (6.6.4)

6.6.1.2. СС с конструкцией (6.6.5)

6.6.2. СС недействительно при высоком или длинном броске и во время DB

6.6.3. Базовая ценность СС: 0,20

6.6.4. СС при выполнении одинаковых действий подряд

6.6.4.1. Все 5 гимнасток в группе выстраивают взаимосвязь, выполняя последовательные движения с предметами.

6.6.4.2. Этот тип СС 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, толчков, 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. Действия 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.

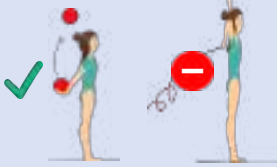
Разъяснения / примеры	
Интервалы в СС	
Действие	Оценивание
1 --- 2 --- 3	Равные интервалы СС засчитывается Нет Сбавки в Исполнении
1 ----- 2 ----- 3	Равные интервалы СС засчитывается Нет Сбавки в Исполнении
1 -- 2 ----- 3	Разные интервалы СС засчитывается Сбавка в Исполнении 0.10
1 и 2 ----- 3	Действия 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

Разъяснения: дополнительные критерии для Сотрудничества СС	
⊗	Вне поля зрения: Примеры подобных зон:  - 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 возвращался. 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, для элементов, выполняемых в любом месте сзади туловища, дается “вне поля зрения”. • Когда туловище отклонено назад ниже горизонтали, для элементов, выполняемых на туловище/передней стороне тела, на уровне груди или ниже, дается “вне поля зрения”: Это не засчитывается для любого типа бросковых действий, и 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 «без зрительного контроля»
≠	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 руки(рук) с помощью другой булавы 

6.6.5. СС с конструкцией

6.6.5.1. Создание конструкции с взаимосвязанными 5 предметами, которые формируют четкий фиксируемый образ 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 партнерш.

6.6.5.4. Гимнастки могут находиться в движении, когда 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/длинными бросками предметов и Динамическим Вращением 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 одним или несколькими гимнастками, выполняющими следующую последовательность элементов, называемых “главным действием”:

6.7.2.1. Высокий/дальний бросок собственного предмета гимнастками *с последующим*:

6.7.2.2. Динамическим элементом вращения тела во время полета предмета с потерей визуального контроля за предметом сразу же, *с последующей*:

6.7.2.3. Немедленной ловлей собственного предмета или предмета партнерши после элемента вращения тела во время полета предмета с потерей визуального контроля за предметом

6.7.3. Окончание Сотрудничества происходит, когда гимнастка(гимнастки), выполняющая главное действие(действия), наконец, ловит свой предмет (последний бросок/отбив или повторный бросок 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 само вращение при броске не имеет дополнительной ценности.

6.7.5. Ловля предмета в CR

6.7.5.1. Ловля собственного предмета или предмет 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/длинного броска, пока гимнастка выполняет вращение; и не быть брошен после того, как она завершит свое вращение; если бросок запоздалый, или не высокий/длинный, 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 само вращение при ловле не имеет дополнительной ценности.

6.7.5.4. Ловля предмета гимнасткой(ками), выполняющим 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), когда они пойманы любой гимнасткой; Сотрудничество заканчивается, когда ловля после отбива или повторного броска завершены. CR с ловлей и перекатом сразу же на полу партнерше не засчитывается.

6.7.5.6. Ловля предмета с отбивом от пола не является опцией для CR. CR засчитывается только для ловли 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(ками), выполняющими главное действие, чтобы быть засчитанными, и даются один раз за Сотрудничество (только при броске или только при ловле) в порядке выполнения. Критерии должны быть выполнены одинаково всеми гимнастками, выполняющими вращения, чтобы быть засчитанными:

- При выполнении **одним и тем же предметом** (т. е. двумя Мячами): одинаковое исполнение (т. е. два Мяча ловятся одинаково “без помощи рук”)
- При выполнении **с разными предметами** (например, один Мяч и один Обруч): одинаковые критерии, выполняемые с разными предметами (т. е. Мяч и Обруч ловятся “без помощи рук”)

Разъяснения / примеры
CR2 с дополнительными критериями
<i>- CR2: Одна гимнастка ловит мяч без помощи рук + одна гимнастка ловит ленту под ногой = критерии недействительны (одни и те же критерии требуются для разных предметов)</i>
<i>- CR2: Одна гимнастка ловит мяч между лодыжек + одна гимнастка ловит мяч локтями = критерии недействительны (требуется одинаковое выполнение для одного и того же предмета)</i>
<i>- CR2: Одна гимнастка ловит мяч с большим перекатом вне поля зрения в положении стоя + одна гимнастка ловит ленту без помощи рук вне поля зрения лежа на полу = допустим критерий “вне поля зрения” (одинаковое выполнение не требуется для разных предметов)</i>

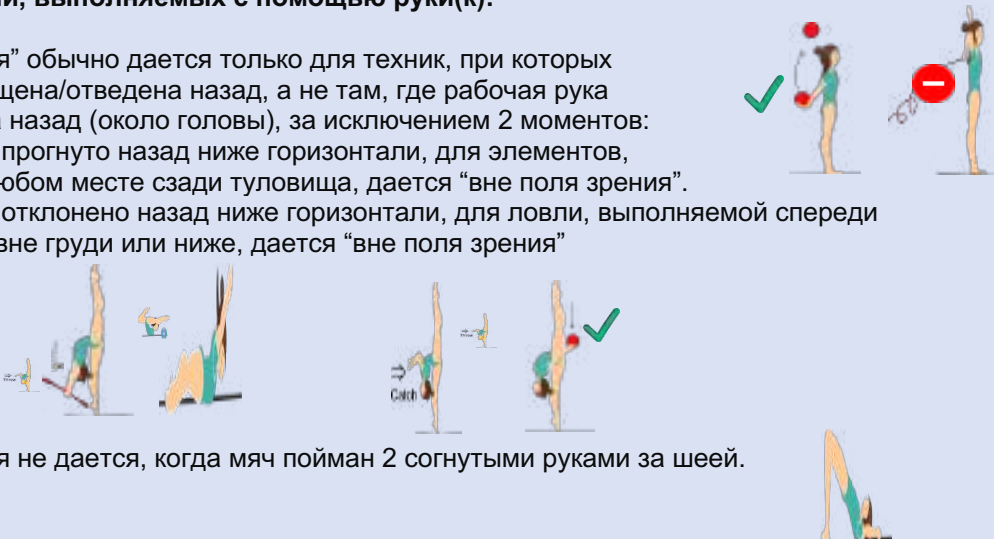
6.7.7. Таблицы Дополнительных Критериев для CR

Символ	Критерии для каждой дополнительной гимнастики (максимум 2), выполняющей главное действие: +0.10, один раз на CR
CR2 или CR3	За каждую дополнительную гимнастку, выполняющую главное действие
Примечание	Гимнастки, выполняющие главное действие, должны выполнить одинаковое(ые) вращение(я) одновременно или в быстрой последовательности и каждая гимнастка, выполняющая главное действие, должна поймать предмет. «Одинаковый» означает, что преакробатические элементы – из одной группы с выполняются в одинаковых вариантах.

Символ	Критерии только для гимнасток, выполняющих главное действие: +0.20, 2 раза в каждом упражнении
S	Серии: 2 или более одинаковых, не прерываемых преакробатических элемента (см. Трудность, п. 4.5.1), выполняемые под полетом (бросок перед первым вращением и ловля после второго вращении). «Одинаковый» означает, что преакробатические элементы – из одной группы с выполняются в одинаковых вариантах. Гимнастки главного действия должны бросать и ловить предметы с этим критерием. +0,20 один раз для CR (дается максимум 2 раза в упражнении). Серии оцениваются в порядке выполнения. Третья попытка критерия серии не оценивается, но CR может оцениваться.

Символ	Общие критерии во время броска и ловли предмета: +0.10, один 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, поднимается партнершей при выполнении броска или ловли с критерием, обе гимнастки должны выполнить критерии, чтобы элемент был засчитан.

Разъяснения: дополнительные критерии для броска / ловли CR	
 0.10	Вне поля зрения: Примеры подобных зон:  - Для всех типов бросков/ловли: Броски/ловля, выполненные спереди или сбоку, не попадают под этот критерий, даже если туловище наклонено назад. Для критерия «вне поля зрения» недостаточно, чтобы предмет возвращался. Бросающая рука или другая часть тела, выполняющая бросок/отбив, должны быть «вне поля зрения»

	Для СС, выполняемого с бросками/отбивами/повторными бросками: - недостаточно, чтобы предмет возвращался. Бросающая рука или другая часть тела, выполняющая бросок, должны быть «вне поля зрения» Для броска/ловли, выполняемых 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, для элементов, выполняемых в любом месте сзади туловища, дается “вне поля зрения”. • Когда туловище отклонено назад ниже горизонтали, для ловли, выполняемой спереди туловища, на уровне груди или ниже, дается “вне поля зрения”  - “Вне поля зрения” не дается, когда мяч пойман 2 согнутыми руками за шеей.
≠ 0.10	Без помощи рук Не засчитывается с: - прямая ловля во вращении Обруча на прямой руке - бросок/ловля тыльной стороной руки(рук) - ловля булавы тыльной стороной руки(рук) с помощью другой булавы 

Разъяснения / Примеры: один раз на CR	
⊗ CR2	0.40
≠ ⊗ CR2	0.50
CR2 ≠ ⊗	0.50
CR2 ≠ ⊗	0.40
⊗ ≠ ≠ CR2	0.40

Символ	Особый Критерий под полетом предмета: +0.10, один раз на CR
	Проход через предмет, партнершу, или через замкнутую конструкцию предметов и/или гимнасток

Разъяснения / примеры
Критерии под полетом предмета
Если гимнастка, выполняющая основное действие, использует тип передачи, который недействителен для +0,10, участие в Сотрудничестве остается в силе. Исключение: проход под полетом предмета не является участием (CR не засчитывается). Передача должна выполняться всеми гимнастками, выполняющими основное действие, чтобы повысить ценность, и может быть разных типов. - 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. Проход должен выполняться под полетом предмета, чтобы повысить ценность: 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 передача не засчитывается.

Разъяснения / примеры
Базовая дефиниция для CR2/CR3
Каждое Сотрудничество оценивается в соответствии с количеством гимнасток, успешно выполнивших базовую дефиницию (высокий бросок, вращение, ловля). Примеры: - 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 один 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 высокими/дальними бросками нескольких предметов одновременно ()

6.8.1. Дефиниция: одновременный высокий бросок (более чем 2 роста гимнастки) или дальний бросок (мин. 8 м) двух или более предметов, брошенных одной гимнасткой (главное действие) своим партнершам для ловли (не главное действие), выполняется одним из следующих способов:

6.8.1.1. Два предмета, брошенные гимнасткой, должны быть разъединены

6.8.1.2. Три или более предмета, брошенные гимнасткой, должны быть разъединены

6.8.1.3. Три или более предмета, брошенные гимнасткой, могут быть соединены в 1 или более конструкций

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 партнерами:

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 одной или несколькими гимнастками одновременно.

6.8.5. Множественные броски с использованием **только булав** должны выполняться следующим образом:

6.8.5.1. Бросок разъединенных булав: минимум 3 разъединенные булавы, каждая из которых бросается разным партнершам

6.8.5.2. Бросок соединенных булав: минимум 2 разъединенные булавы, каждая 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 конструкцией: минимум 5 соединенных булав

Разъяснения / примеры	
1+1 = нет	2 соединенные + 1 отдельно = ОК
1+1+1 = ОК	2 соединенные + 2 соединенные = ОК
1+1+1+1 = ОК	3 соединенные = нет
1+1+1+1+1 = ОК	4 соединенные = нет
	5 соединенных = ОК

6.8.6. Множественные броски булав и других предметов 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, каждая из которых бросается разным партнершам

6.8.6.3. Бросок 3 или более предметов: может быть соединенная конструкция, например, 1 булава и 2 обруча

6.8.2. Базовая ценность множественного броска: 0,20

6.8.7.1. Ценность: дается один раз, независимо от количества гимнасток, которые выполняют бросок(ки)

6.8.7.2. Ценность дается, когда все пять гимнасток участвуют в множественном броске предметов, включая помощь партнерше в броске, создание препятствий во время броска, взаимодействие с гимнастками главного действия при полете, ловле, помощи партнерше при ловле и т.п.

6.8.7.3. Базовая ценность Сотрудничества с бросками нескольких предметов  может быть увеличена с помощью дополнительных критериев (см. Общие критерии броска/ловли в CR, п. 6.7.7):

Символ	Дополнительные Критерии для  + 0.10 при броске
	Бросок одного или более предметов вне поля зрения

	Бросок одного или более предметов без помощи рук
---	--

Разъяснения / примеры
- Если гимнастка бросает больше предметов, чем требуется, дополнительный предмет (например, 4-й) не нужно бросать высоко/далеко. Однако: - Не даются критерии для предмета, который не бросается ни высоко, ни далеко - Гимнастка, которая выполняет бросок, не может поймать ни один из брошенных ею предметов (Сотрудничество не будет засчитано)

6.8.8. Чтобы Сотрудничество было засчитано с множественным броском, в нем должны участвовать все гимнастки. Если участвуют все гимнастки, но бросок (броски) не высокие/длинные или не соответствуют направлениям, Сотрудничество признается попыткой, но не засчитывается. Если броски не являются одновременными, попытка не оценивается.

6.9. Сотрудничество с множественной ловлей нескольких предметов после высоких/длинных бросков (с)

6.9.1. Дефиниция:

- Ловля двух или более предметов одной 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) или с длинного броска (минимум 8 м).
- Предмет должен быть получен от разных партнерш (не главное действие), а не от самой гимнастки.

6.9.1.1. Не допускается, чтобы один и тот же предмет, брошенный вместе в , был также пойман в (с )

6.9.1.2. Если предметы ловятся в быстрой последовательности, у гимнастки должно быть в минимум 2 предмета одновременно, прежде чем она сможет раздать предметы.

6.9.1.3. Гимнастка должен ловить два предмета отдельно, а не одну конструкцию из нескольких предметов. Эти два предмета могут представлять собой два отдельных предмета, два отдельных набора соединенных булав, две отдельные конструкции или любую их комбинацию.

6.9.2. Множественная ловля булав:

6.9.2.1. Минимальное необходимое количество предметов для ловли составляет:

- Отдельные булавы: минимум 3
- Соединенные булавы: минимум 2 отдельных конструкции (например, 2 соединенные булавы + 1 отдельная булава).
- Булавы + другой предмет: минимум 2 отдельных конструкции (например, 1 булава + 1 обруч)

6.9.3. Базовая ценность множественной ловли: 0,20

6.9.3.1. Ценность дается один раз, независимо от количества гимнасток, выполняющих броски.

6.9.3.2. Ценность дается, когда все пять гимнасток участвуют в ловле предмета, включая броски, создание препятствия для гимнастки(ок) основного действия, помощь гимнастке(ам) основного действия в ловле и т.д.

6.9.3.3. Базовая ценность **Сотрудничества с ловлей нескольких предметов** (**с4**) может быть увеличена с помощью дополнительных критериев (см. Общие критерии броска/ловли в CR, п. 6.7.7):

Символ	Дополнительные критерии для с4 + 0.10 при ловле
	Ловля одного или более предметов вне поля зрения
	Ловля одного или более предметов без помощи рук

6.9.4. Чтобы быть засчитанным как Сотрудничество с множественной ловлей, в нем должны участвовать все гимнастки. Если участвуют все гимнастки, но бросок (броски) не высокие/длинные и/или у гимнастки одновременно менее 2 предметов, Сотрудничество признается попыткой, но не засчитывается. Если ловля не происходит в течение 1 секунды или если ловятся соединенные предметы, попытка DC не засчитывается.

6.10. Запрещенные элементы с Сотрудничеством

- Действия и позиции с опорой на одну или нескольких партнерш без контакта с полом на протяжении **более чем 4 секунд**.
- Нести или тащить гимнастку **по полу более 4 секунд**
- Проходить с более чем двумя точками опоры по одной или нескольким партнершам, сгруппированным вместе
- Опора на одну или две 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. Сотрудничества DC недействительны, если:

- Все 5 гимнасток не участвуют в действиях Сотрудничества
- Трудность Сотрудничества не выполнена в соответствии с дефиницией
- Повтор преакробатического элемента гимнастками главного действия
- Сотрудничество накладывается на предыдущее Сотрудничество
- Комбинация разных типов Сотрудничеств
- Запрещённый элемент
- Потеря предмета
- Потеря равновесия с опорой на руку или предмет
- Полная потеря равновесия с падением гимнастки
- Столкновение гимнасток
- Столкновение предметов, влияющее на траекторию
- Статика гимнастки или предмета (Исполнение, 3.1.; Трудность, 3.5.)
- Гимнастка без предмета на протяжении всего Сотрудничества
- Любая часть Трудности выполнена после окончания музыки
- Трудность начата вне пределов площадки
- Лента непреднамеренно (по ошибке) поймана за материю

Разъяснение: Трудность Сотрудничества	
Засчитывается ли Трудность Сотрудничества с узлом на Ленте?	См. п. 6.11. Трудность Сотрудничества засчитывается, если выполнены требования к Трудности. Применяется сбавка в Исполнении.
Засчитывается ли Трудность Сотрудничества, когда Мяч пойман двумя руками во время главного действия?	
Засчитывается ли Трудность Сотрудничества, если Обруч пойман неправильно, с произвольным контактом с телом?	
Засчитывается ли Трудность Сотрудничества, если после главного действия гимнастка ловит предмет в полете с 2 или более шагами?	
Если при подготовке к множественному броску между гимнастками дистанция 8 метров, но бросок невысок, слишком короток, и гимнасткам приходится подбегать ближе, чтобы поймать мяч, является ли Сотрудничество действительным?	Нет: Трудность Сотрудничества не соответствует ее дефиниции: для Сотрудничества длина полета предмет должна составлять минимум 8 метров: расстояние между позицией бросающей гимнастки и позицией ловящей гимнастки.

7. ОЦЕНКА ТРУДНОСТИ (D):

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

7.2. Судьи D первой подгруппы (DB)

Трудность	Минимум	Сбавка 0.30
Трудности без Обмена (DB) в порядке выполнения	Минимум 4, Максимум 5 1 из каждой группы Трудностей тела	- Менее 1 Трудности из каждой группы тела ($\wedge$, T, ϕ), выполнено не одновременно, не выполнено вне DE или R - Выполнено менее 4 DB
Трудности с Обменом (DE): в порядке выполнения	Минимум 4, Максимум 5	Выполнено менее 4 DE
Равновесие Турляна	Максимум 1 на релеве Максимум 1 на полной стопе	Более 1 на релеве Более 1 на полной стопе
Динамические элементы с вращением R	Максимум 1	Нет сбавки

7.3. Судьи D второй подгруппы (DA)

Трудность	Минимум/Максимум	Сбавка 0.30
-----------	------------------	-------------

Сотрудничества CC	Минимум 3	Сбавка за каждое недостающее CC
Сотрудничества CR	Минимум 3	Сбавка за каждое недостающее CR
Сотрудничества с / с	Минимум 3 Максимум 14	Сбавка за каждое недостающее с / с

С. АРТИСТИЗМ (А)

ГРУППОВЫЕ УПРАЖНЕНИЯ

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 темп, тему движений и структуру композиции, главную идею; она не является 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 сообщить о неэтичных словах/текстах Президенту Верховного Жюри, который ответственен за сбавки 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.) – сбавка 0,30. **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 гимнастики допускается музыкальное вступление продолжительностью не более 4 секунд; музыкальное вступление продолжительностью **более 4 секунд** наказывается сбавкой 0,30.

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 стиля движений в Танцевальных шагах, а также в соединительных движениях между Трудностями или в самих Трудностях
- Выразительность тела и лица в движениях
- Эффекты – нужное расположение особых движений тела и предмета в упражнении для подчеркивания важных музыкальных моментов
- Динамические изменения: контрасты в темпе, характере и интенсивности движений как с предметом, так и с телом, которые отражают контрасты в музыке
- Стратегическое размещение определенных движений тела и предмета на определенных музыкальных акцентах или фразах для создания воздействия или эффекта: отличительные или желаемые ментальные или эмоциональные впечатления, произведенные на зрителя (т. е. момент, который предназначен для воздействия на зрителя и запоминается)
- 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 темпу музыки.
- Разнообразие в движениях и амплитуде: гимнастки переходят от одного движения к другому, устремляясь в разные стороны по разным причинам; когда гимнастка перемещается, чтобы изменить направление, траектории, модальности.
- Разнообразие в движениях предметов и тела, создаваемое 5 гимнастками с помощью построений, организации коллективной работы и типов Сотрудничеств.

2.7. ОЦЕНИВАНИЕ

2.7.1. Сбавки не применяются, если Артистические компоненты имеют полный приоритет и полностью реализованы на протяжении всей композиции от начала до конца.

2.7.2. Артистические компоненты, которые недостаточно развиты или развиты только лишь в некоторых моментах, будут наказываться. Система сбавок состоит в следующих типах фаз:

- *Последовательность движений определяется как короткая часть упражнения, например, последовательность из 2 - 4 Трудностей и связей между ними, или Комбинация Танцевальных шагов.*
- *Часть упражнения определяется как 2 или более последовательностей движений (последовательно или отдельно), что составляет менее 50% от продолжительности упражнения.*

- Большая часть упражнения определяется как более чем 50% продолжительности упражнения (непрерывно или в нескольких частях).
- Полное упражнение определяется как последовательность всех отдельных движений.

2.7.3. Нарушения в соотношениях между движением и ритмом или нелогичные связи будут наказываться каждый раз

2.7.4. Чтобы быть засчитанным, каждый требуемый компонент (Комбинации Танцевальных шагов №5, эффект с музыкой и динамические изменения №6, коллективная работа №7) должен быть выполнен без следующих технических ошибок:

- Потеря равновесия при опоре на одну или обе руки или на предмет
- Полная потеря равновесия и падение гимнастки
- Потеря предмета
- Гимнастка не прикасается к предмету в течение 5 и более секунд
- Статичный предмет
- Столкновение гимнасток и предметов
- Статичная гимнастка (см. Исполнение, 3.1.)
- Запрещенный элемент (см. Трудность, п. 6.10)
- Компонент Артистизма начинается за пределами площадки

3. ГЛАВНАЯ ИДЕЯ И ХАРАКТЕР

3.1. Дефиниция

3.1.1 Главная идея - движения имеют четко определенный стиль, подчеркивающий уникальную интерпретацию гимнасткой характера музыки; этот стиль или характер движения развиваются от начала до конца.

3.1.2 Главная идея может включать развитие, например, когда изменения в характере музыки отражаются изменениями в характере движений, или она может быть статичной, 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:

3.1.3.1. С разнообразием задействованных частей тела (лицо, голова, шея, плечи, предплечья, кисти рук, туловище, бедра, ноги, ступни).

3.1.3.2. С разнообразием типов движений и элементов, представляющих характер, например:

- Подготовительные движения до Трудностей
- Переходные движения между Трудностями
- Комбинации Танцевальных шагов

- Использование как предмета, так и тела
- Во время **DB** и/или при выходе из **DB**
- Во время **CC**
- Волны тела
- Стилизованные соединительные шаги, связывающие **DB, DE, R, DC**
- Во время бросков и при полете 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, действия в сотрудничестве и т.п.

3.2. Оценивание

3.2.1. Характер оценивается на протяжении всего упражнения, по всем движениям 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 последовательности движений, 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 есть 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 взимается за выступление, в котором главная идея и характер являются приоритетными в части(ях) 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:

- Есть менее 5 изолированных деталей характера / частей, без четкого единства друг с другом и музыкой.

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*
- *Например, за выступление с 5 последовательностями движений с 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, основанное на выразительности тела и 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, ступни.
- 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, быстро - медленно, быстрые движения руками, сокращение - расслабление, подвешивание - опускание, движение - вдох и т.д.).
- Независимо от физических данных или роста гимнастки, движения сегментов тела выполняются с максимальной амплитудой, шириной 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 губам.
- 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 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 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 сухим или несостоятельным, например, негнувшиеся руки или туловище (ограниченная способность выражать свою интерпретацию музыки)

4.2.2. Сбавка в размере 0,30 балла применяется, когда экспрессия тела **полностью развита в части(ях) упражнения**:

- Представлено минимум 2 части с полным участием частей тела.
- Есть менее 4 отдельных моментов, в которых задействованные части тела кажутся неуклюжими или их вовлеченность отсутствует вовсе, например, негнувшиеся руки или туловище (ограничена способность выражать свою интерпретацию музыки)

4.2.3. Сбавка в размере 0,60 применяется, если экспрессия тела никогда не развивается полностью или развивается лишь **на мгновение**:

- Полное участие частей тела демонстрируется менее чем в двух частях, и/или
- В 4 или более отдельных моментах вовлечение частей тела кажется сухим или отсутствует, например, при негнувшихся руках 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 у всех гимнасток одновременно и полностью развита **в части(ях) упражнения**:

- Представлены минимум 2 части с полностью расставленным приоритетом в экспрессии лица.
- В оставшейся части упражнения также задействовано лицо (допускается меньшая интенсивность).
- **Есть менее 4 отдельных моментов**, когда лицо кажется пустым 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 двух частях, и/или
- Существуют 4 или более отдельных момента, в которых лицо кажется пустым или слишком сосредоточенным.

Разъяснения / Примеры		
Экспрессия тела: - Сбавка 0.30 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 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 губам 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 сухой / пустой / сконцентрированной.	Нет сбавки	Нет сбавки
Полностью развита в минимум 2 частях упражнения. Менее 4 моментов кажутся сухими / пустыми / сконцентрированными.	0.30	Нет сбавки
Полностью развита в менее чем 2 частях упражнения. 4 или более моментов кажутся сухими / пустыми / сконцентрированными.	0.60	0.30
Примеры сбавок для группы		
4 гимнастки демонстрируют полностью развитую экспрессию тела и 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. 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 способов 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 и т. д.

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. Все 5 гимнасток должны выполнить следующие 5 требований:
- 5.2.2.** Движения находятся **в гармонии с ритмом** на протяжении мин. 8 секунд и хорошо видимы, с первого же движения, предметы находятся в движении.
- 5.2.3.** Движения находятся в гармонии с ритмом.
- 5.2.4. Определенный характер движений с ритмом в течение 8 секунд:**

- 5.2.4.1. Определенный характер движения:** шаги, отражающие стиль или тему движения, например:
- 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 по ковру без определенного характера движения (например, **ходьба, шаг, бег**) с использованием предмета **не допускаются**.
- 5.2.4.3.** Комбинации Танцевальных шагов должна включать в себя разнообразные движения, специально используемые для хореографических целей и создания характера и эффекта. **ДВ**, такие как Прыжок Кабриоль, Равновесие Пассе и т. д., которые имеют в своей основе в традиционный танец и ценность 0.10, могут быть включены сюда.

Разъяснения / примеры
<i>Если характер нарушается, например, на 1 - 2 секунды во время выполнения элемента предмета с шагами без характера, то Комбинация Танцевальных шагов недействительна.</i>

- 5.2.5.** Разнообразие и объемность: 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 всех S).

- Часть S должна выполняться с перемещением (не полностью 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 / длинные броски, DA, DB с ценностью 0,20 балла и более, **не могут выполняться.**

5.3. Оценивание

5.3.1. Композиции, содержащие **менее 2 допустимых Комбинаций Танцевальных шагов**, будут наказаны сбавкой 0,30 за каждое пропущенное S.

5.3.2. Комбинация Танцевальных шагов будет **недействительна**, если нарушена **какая-либо часть пункта 2.7.4** (потеря равновесия при опоре или падении, потеря предмета, 5 и более секунд без контакта с предметом, статичный предмет, столкновение, запрещенный элемент).

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
• Если группа танцует 8 секунд, выполняя все требования пункта 5.2, а после этого, еще танцуя, теряет предмет, то она соответствует дефиниции, и Комбинация Танцевальных шагов действительна со всеми соответствующими сбавками в Исполнении за потерю предмета. • Когда группа 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 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 динамичности музыки, чтобы создавать динамические изменения.

6.1.3. Отсутствие контраста в **темпе** 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, которое намеренно демонстрирует темп/интенсивность, **противоположные** общему темпу/интенсивности, включая мгновенные очень медленные фразы или мгновенные очень быстрые движения.
- 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. Чтоб **требуемый компонент Артистизма** был оценен, динамические изменения должны включать **всех пятерых гимнасток** (у них могут быть разные роли)

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:

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

- СС
- Коллективная работа с канонадным исполнением / быстрой последовательностью

6.2.3.2. Примеры простых движений:

- Выполнение DB
- Принятие позиции (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 / головы

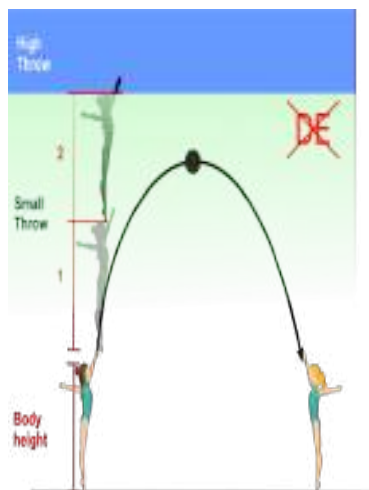
Разъяснения / примеры
<i>Природа Танцевальных шагов заключается в том, чтобы уделять приоритетное внимание гармонии между способами передвижения и музыкой (ритмом и акцентами). Следовательно, сами модальности не будут признаваться в качестве эффекта. Если Комбинация Танцевальных шагов содержит дополнительное 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>

6.2.4. 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.

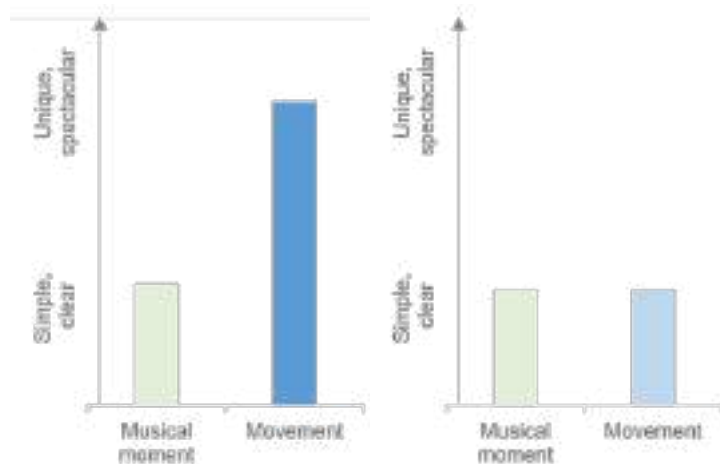
6.2.5. Эффект создается благодаря уникальному сочетанию движения и музыки. Вместе движение и музыка должны оказывать достаточное воздействие, чтобы оставить впечатление у публики.

- 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 ясным, 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).



6.2.5 А Эффект



6.2.5 В Эффект

6.2.5 С Нет эффекта

6.3. Требования

6.3.1. Минимум 4 динамических изменения с участием всех 5 гимнасток (как определено в п. 6.1.4) или музыкальных эффекта (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 каждый раз.

6.4. Оценивание динамических изменений

6.4.1. Динамические изменения могут быть в любой части упражнения, включая Танцевальные шаги.

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 темп / интенсивность / ритм 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 создать эффект, 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 четыре типа коллективной работы (п. 7.1.2-7.1.5) могут использоваться в любой части композиции, в том числе в Трудностях, в подгруппах, любой продолжительности, комбинируя различные виды коллективной работы и т. д.: 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 обязательным компонентом для оценки Артистизма, каждый из четырех 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 различных 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 голосов.

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 с равными временными интервалами.

7.1.4.2. Быстрая последовательность означает, что каждая гимнастка/подгруппа начинает последовательность движений сразу после того, как ее начала предыдущая гимнастка/подгруппа. Предыдущая гимнастка/подгруппа еще не завершила последовательность движений; 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 выполнила 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 другим четырем гимнасткам в быстрой последовательности, или две пары гимнасток обгоняют пятую гимнастку и т.д.

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 двух различных типов движений, создающих контраст, с помощью одного из следующих вариантов:

- Контраст в скорости (медленно – быстро)
- Контраст по интенсивности (с усилием – мягко)
- Контраст по уровню тела / предмета (вертикально – у пола)
- Движение с контрастом: 2 группы гимнасток движутся в разных направлениях, пересекая друг друга; минимум одна из групп должна изменить направление.

7.1.5.2. Каждая из 5 гимнасток должна выполнить одно из двух контрастных действий. Одновременное выполнение 3 или более действий не засчитывается.

7.1.5.3. Два 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. Спирали 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.

7.1.5.4. 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 медленных и 2 быстрых - 3 быстрых и 2 медленных - 3 стоя и 2 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 четырех 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 двумя движениями или Трудностями. Хорошо разработанные соединения и/или связующие шаги необходимы для создания гармонии и плавности выступления.

8.1.2. Все движения 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, которые не поддерживают характер композиции или не создают эффекта. Допускаются намеренные остановки, поддерживающие характер композиции и создающие динамические изменения.

8.1.5. Элементы, которые расположены вместе без четкого намерения, становятся серией несвязанных действий, которые препятствуют как полному развитию сюжета, так и уникальной идентичности композиции. Такие связи определяются так:

- 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 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
- 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
- Применение принципов коллективной работы

8.2.3. Элементы, которые расположены вместе путем разделения групповой работы на соединения – отсутствие взаимосвязи между гимнастками по построениям, направлению, типу движений и т.д. – наказываются сбавками.

Примеры нелогичных связей 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. Нелогичное соединение наказывается 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 останавливает/приостанавливает выполнение своей композиции из-за серьезных ошибок, таких как потеря предмета, потеря равновесия с опорой или падение, пробежка из-за броска с неточной траекторией или остановка, чтобы распутать узел / обертывание.

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. Движения тела, так и 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, когда гимнастка наказывается 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 музыка заканчивается затуханием, а группа продолжает быстро двигаться, 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 одна или несколько гимнасток 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.

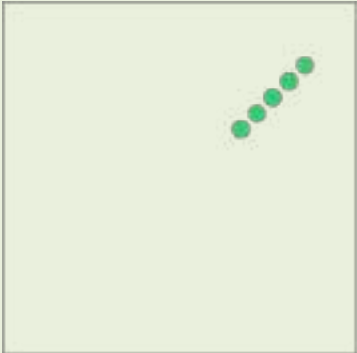
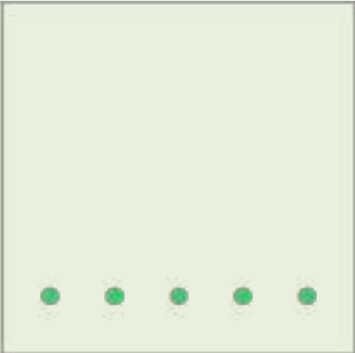
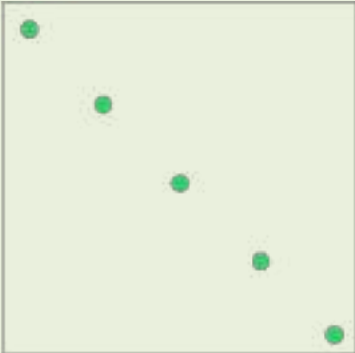
10. ПОСТРОЕНИЯ

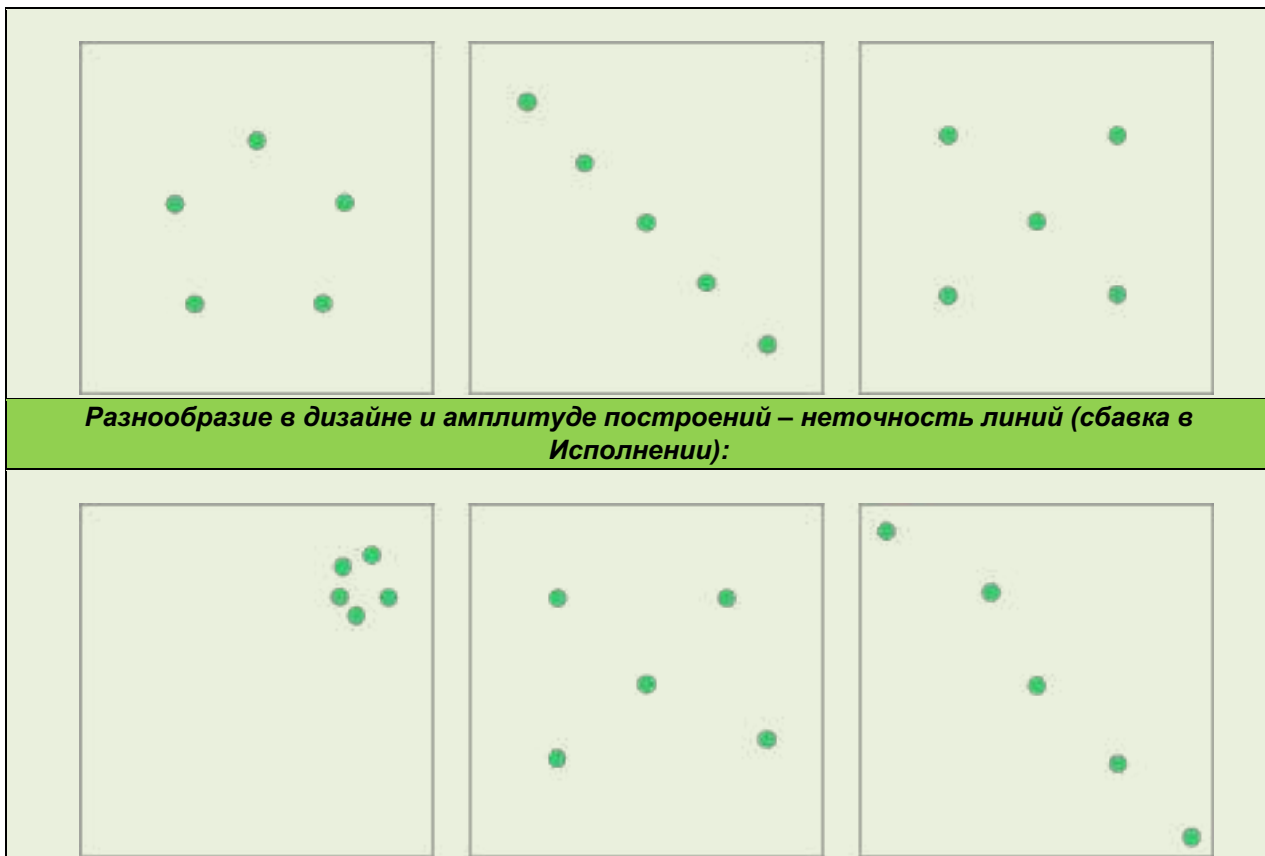
10.1. Построения должны быть созданы с разнообразием в следующем:

- *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 Построения, в которых отсутствует такое разнообразие, будут наказаны сбавками 0,30, если одна форма преобладает по сравнению с другими.

10.1.2 Построения, в которых отсутствует разнообразие в амплитуде, будут наказаны сбавками 0,30, если один размер 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:		



10.2. Движения через площадку 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 3 или более Трудностей подряд.

Разъяснения / примеры
<i>Подсчет количества Трудностей в одном построении в одном и том же месте:</i> • Когда DB и DE выполнены одновременно, это считается 1 Трудностью.

11. ПРЕРЫВАНИЕ НЕПРЕРЫВНОСТИ

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. Одна или несколько серьезных технических ошибок, которые нарушают 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 произвольного заворачивания в предмет
- Одна или более гимнасток 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: никаких дополнительных сбавок за ритм и т.д. Кроме того, судьи в Исполнении 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).

Объяснения / примеры
Сбавка за прерывание непрерывности применяется в каждом случае <u>потери</u> 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 нарушение непрерывности 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 одна гимнастка отрывается от пола, опираясь на другую гимнастку(ок) и/или предмет, при условии, что:

- Одновременно с пола поднимается не более 1 гимнастки
- Гимнастка отрывается от пола менее чем на 4 секунды

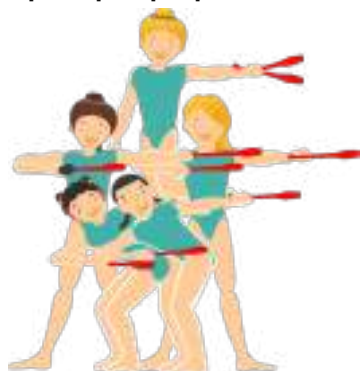
о Исходное положение: менее 4 секунд с момента первого движения первой гимнастки до того, как поднятая гимнастка окажется на полу.

о Конечное положение: менее 4 секунд с момента отрыва гимнастки от пола до последнего движения последней гимнастки.

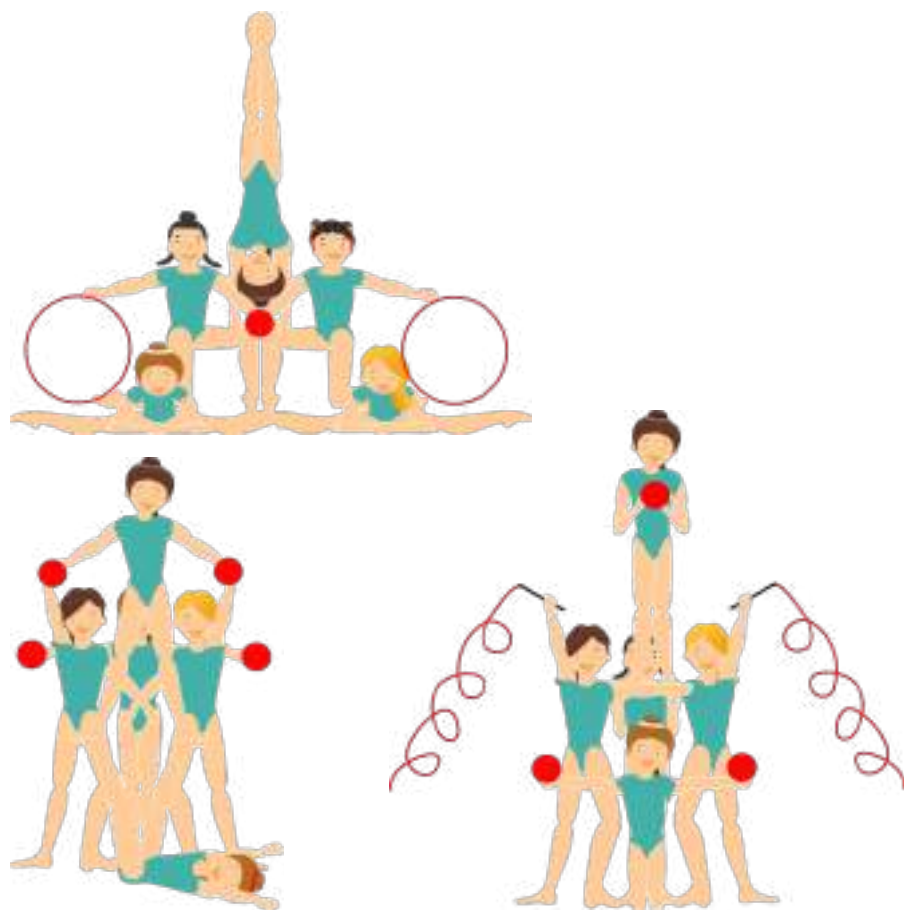
- Поднятая гимнастка может быть поднята или забраться в поднятое положение, но не может быть подброшена в воздух, спрыгнуть вниз или упасть из поднятого положения.
- Поднятая гимнастка не может выполнять какие-либо варианты стойки на руках, локтях или шее. В остальном положение или движения свободны.
- 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.

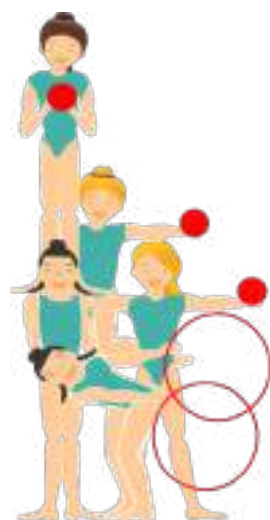
Пример 1: разрешенные положения подъема



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** одна или несколько гимнасток могут находиться без предмета. Такой фрагмент упражнения не может быть **дольше 5 секунд**.
- 13.2.** Если предметы или гимнастки не начинают двигаться одновременно, то различные движения должны последовать одно за другим, в течение **максимум 4 секунд** во избежание статики одной или нескольких гимнасток/предметов.
- 13.3.** Во время упражнения одна или несколько гимнасток не могут оставаться без предмета дольше 5 секунд
- 13.4.** Сбавка 0,30 применяется, если одна или несколько гимнасток остаются без предмета 5 или более секунд (один раз в упражнении).
- 13.5. В конце упражнения** каждая гимнастка может держать или находиться в контакте с 1 или несколькими предметами. В этом случае одна или несколько гимнасток могут быть без предметов в конце упражнения.
- 13.6.** Сбавка 0,60 применяется, если один или более предметов не находятся в контакте с гимнастками в исходном или финальном положении (ошибка композиции).

Примеры:

- 10 булав соединены в большой круг. Гимнастка находится в прямом контакте с двумя 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 одно из них не касается гимнастки. 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".

СБАВКИ	0.30	0.60	1.00
ГЛАВНАЯ ИДЕЯ И ХАРАКТЕР ДВИЖЕНИЯ	В большей части упражнения: • Присутствует главная идея • В большинстве упражнения присутствует характер • Большое разнообразие частей тела, предмет • Большое разнообразие типов движений • Есть или нет разнообразие в организации работы группы (нет требований)	В некоторых частях упражнения: • Четкое единство между деталями и музыкой • Минимум 5 частей имеют характер • С разнообразием или без него (нет требований)	Не имеет приоритета: • Менее 5 частей имеют характер
ТАНЦЕВАЛЬНЫЕ ШАГИ (требование: 2)	За каждую отсутствующую Комбинацию Танцевальных шагов с ритмом и характером		
ЭКСПРЕССИЯ ТЕЛА	Полностью развита в части упражнения: • Полное участие в мин. 2 частях • Менее 4 моментов с несущественным участием	Частично развита или не развита в упражнении: • Полное участие менее чем в 2 частях или • 4 или более моментов с несущественным участием <i>Возможно частичное участие на любое время в упражнении</i>	
ЭКСПРЕССИЯ ЛИЦА	Частично развита или не развита в упражнении: • Полный приоритет менее чем в 2 частях или • 4 и более моментов с пустым и сосредоточенным лицом		

ДИНАМИЧЕСКИЕ ИЗМЕНЕНИЯ и ЭФФЕКТЫ (требование: всего 4)	За каждое отсутствующее Динамическое изменение											
КОЛЛЕКТИВНАЯ РАБОТА (требования: 4 типа)	Для каждого отсутствующего типа 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 конструкции (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 серьезной технической ошибки (сбавка 1 раз в упражнении)	
КОНСТРУКЦИИ / ПОДДЕРЖКИ		Запрещенная конструкция или 4 и более секунд в положении поддержки (сбавка за каждый элемент)	
КОНТАКТ С ГИМНАСТКАМИ И ПРЕДМЕТАМИ	Одна или несколько гимнасток находятся без предмета в течение 5 или более секунд (сбавка один раз за упражнение)	Один или несколько предметов не соприкасаются ни с одной гимнасткой в исходном или конечном положении (ошибка композиции)	
МУЗЫКАЛЬНОЕ ВСТУПЛЕНИЕ	Музыкальное вступление из 4 и более секунд		
МУЗЫКА / ДВИЖЕНИЕ В КОНЦЕ УПРАЖНЕНИЯ	Отсутствие гармонии между музыкой и движением в конце упражнения		
СООТВЕТСТВИЕ МУЗЫКИ НОРМАМ	Музыка не соответствует правилам		

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 небольшие, средние и серьезные 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

Сбавки в голубых ячейках – последовательные, т. е. одна сбавка из данной линии (наивысшая) может применяться за техническую ошибку.

*Все перечисленные сбавки даются каждый раз, независимо от числа гимнасток, совершивших ошибки, 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»** (каждый раз):

2.1.1.1. Тот же самый сегмент с обеих сторон:

- оба колена согнуты одновременно: 0,10 за колени 1 раз

- обе стопы не направлены правильно одновременно: 0,10 за стопы 1 раз

2.1.1.2. Прыжок(и) с подготовкой:

• 1 прыжок в шпагат с неправильным удержанием обеих коленей и обеих ступней: 0,10 для коленей и 0,10 для ступней = 0,20

- Шассе с неправильно удерживаемыми обоими коленями и обеими ступнями + прыжок в шпагат с неправильно удерживаемыми обоими коленями и обеими ступнями: 0,10 для коленей и 0,10 для ступней в шассе + 0,10 для коленей и 0,10 для ступней в прыжке = 0,40.
- Шассе с неправильно удерживаемыми обоими коленями и обеими ступнями + прыжок в шпагат с неправильно удерживаемыми обоими коленями и обеими ступнями: 0,10 для коленей и 0,10 для ступней в шассе + 0,10 для коленей и 0,10 для ступней в шассе при 1-м прыжке + 0,10 для коленей и 0,10 для ступней при 2-м прыжке = 0,60.

2.1.1.3. Вращательные элементы:

- Серия вертикальных вращений, например, 3 шене, каждое с согнутыми коленями: 0,10 для коленей 1 раз = 0,10.
- Серия преакробатических элементов, например, 3 кувырка, каждый с согнутыми коленями: 0,10 для коленей за каждый преакробатический элемент = 0,30.
- R с кувырком + 3 шене + 2-й кувырок, каждое с согнутыми коленями: 0,10 для 1-го кувырка, 0,10 для шене, 0,10 для 2-го кувырка = 0,30.

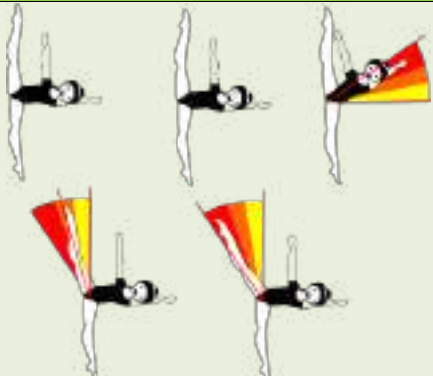
2.1.1.4. Различные виды перемещения:

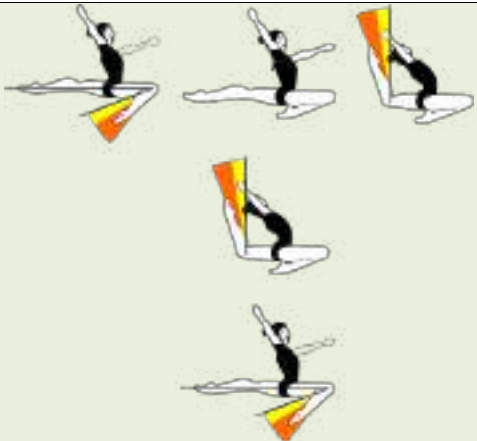
- 6 шагов ходьбы, выполненных неправильно поставленными ногами = 1 модальность = 0,10 1 раз
- 4 «маршевых» шага, выполненных неправильно поставленными ногами = 1 модальность = 0,10 1 раз
- 1 комбинация танцевальных шагов из 3-х разных модальностей, выполненная с неправильно поставленными ногами = сбавка 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 гимнастики. 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
	Среднее + Большое отклонение шпагата Большое отклонение туловища (1 гимнастка)	0.50 + 0.50

	Среднее отклонение подбыва Среднее отклонение кольца (2 гимнастки)	0.30 + 0.30
---	---	--------------------

2.1.4. Отклонения и неправильные части тела в Равновесиях Фуэте:

- Равновесие Фуэте – это одна 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 один раз во время DB (колени опорной ноги максимум один раз, колени поднятой ноги максимум один раз и т.д.).

2.1.5. Прыжок с техникой «замаха»: 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 фигуры. Если это требование не выполняется, сбавка применяется за корректировочное движение «качели».

2.1.6. Если во время 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 один раз за скольжение или за потерю равновесия, даже если в разные моменты Трудности были допущены различные технические ошибки: скольжение в начале, потеря равновесия при прыжке в середине и потеря оси при дополнительном шаге 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 одна 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, обертывание, 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 очевидна 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 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 двух или более гимнасток: Судья дает сбавку один раз за наибольшее количество пройденных шагов и только один 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 кончик 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.
- 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 кончик 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 утерянную конструкцию устройства, подобранную как 1 единица, начисляется штраф в размере 1 устройства. 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 выступления (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 один раз. Пример: Поворот Фуэте с изменением узора (спирали) + изменение узора (змейки) + произвольное обертывание вокруг тела. Сбавка = 0,10; за изменение узора = 0,30, за обертывание = 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 работу с сегментами тела и предмет.
- В течение этого периода применяются сбавки только за потерю равновесия (с опорой или без нее, а также за падение) и за дополнительные потери предмета.

2.4.4. Когда гимнастки 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 линий 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 Базовая техника – ДВ и все другие движения, соединения, вращения и т.д.	Незаконченное движение или отсутствие амплитуды в форме Преакробатики		
	Корректировка положения тела (примеры: при подготовке, смещения руки на полу без потери равновесия и т.п.)	Статичная гимнастка (4 и более сек.)	
	Неправильное положение части тела во время движения (Сбавка каждый раз за каждый неправильный сегмент) включая, некорректное положение стопы/релеве и/или колена, согнутые локти, поднятые или асимметричные плечи, неправильное положение части тела во время элемента и т.д.		
	Потеря равновесия, дополнительное движение без перемещения (подпрыгивание, дрожание опорной ноги, непроизвольное корректировочное движение, дрожание)	Потеря равновесия, дополнительное движение с перемещением (дополнительный шаг, подпрыгивание с перемещением, потеря оси с дополнительным шагом и т.п.)	Потеря равновесия с опорой на одну или две руки или на предмет Полная потеря равновесия с падением - 0,70 (каждая гимнастка)
Прыжки	Тяжелое приземление	Неправильное приземление: видимый прогиб спины во время финальной фазы приземления	
	Неправильная форма с малым отклонением	Неправильная форма со средним отклонением	Неправильная форма с большим отклонением
	Прыжок с движением «качели»		
Равновесия	Неправильная форма с малым отклонением	Неправильная форма со средним отклонением	
		Форма не удержана мин. 1 сек.	Неправильная форма с большим отклонением
Вращения (каждая сбавка применяется 1 раз за каждое вращение ДВ)	Неправильная форма с малым отклонением	Неправильная форма со средним отклонением	Неправильная форма с большим отклонением
	Опора на пятку во время Поворота Pivot	Ось тела не в вертикальном положении и в конце сделан 1 непроизвольный шаг	
	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)	

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»** (каждый раз):

2.1.1.1. Тот же самый сегмент с обеих сторон:

- оба колена согнуты одновременно: 0,10 за колени 1 раз
- обе стопы не направлены правильно одновременно: 0,10 за стопы 1 раз

2.1.1.2. Прыжок(и) с подготовкой:

- 1 прыжок в шпагат с неправильным удержанием обоих коленей и обеих ступней: 0,10 для коленей и 0,10 для ступней = 0,20
- Шассе с неправильно удерживаемыми обоими коленями и обеими ступнями + прыжок в шпагат с неправильно удерживаемыми обоими коленями и обеими ступнями: 0,10 для коленей и 0,10 для ступней в шассе + 0,10 для коленей и 0,10 для ступней в прыжке = 0,40.
- Шассе с неправильно удерживаемыми обоими коленями и обеими ступнями + прыжок в шпагат с неправильно удерживаемыми обоими коленями и обеими ступнями: 0,10 для коленей и 0,10 для ступней в шассе + 0,10 для коленей и 0,10 для ступней в шассе при 1-м прыжке + 0,10 для коленей и 0,10 для ступней при 2-м прыжке = 0,60.

2.1.1.3. Вращательные элементы:

- Серия вертикальных вращений, например, 3 шене, каждое с согнутыми коленями: 0,10 для коленей 1 раз = 0,10.
- Серия преакробатических элементов, например, 3 кувырка, каждый с согнутыми коленями: 0,10 для коленей за каждый преакробатический элемент = 0,30.
- R с кувырком + 3 шене + 2-й кувырок, каждое с согнутыми коленями: 0,10 для 1-го кувырка, 0,10 для шене, 0,10 для 2-го кувырка = 0,30.

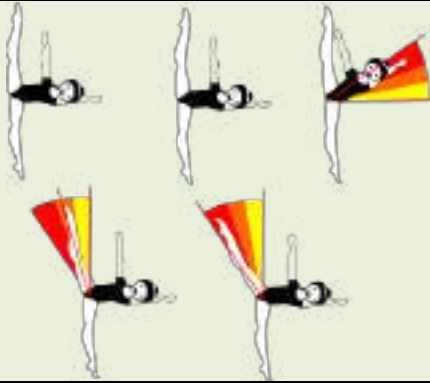
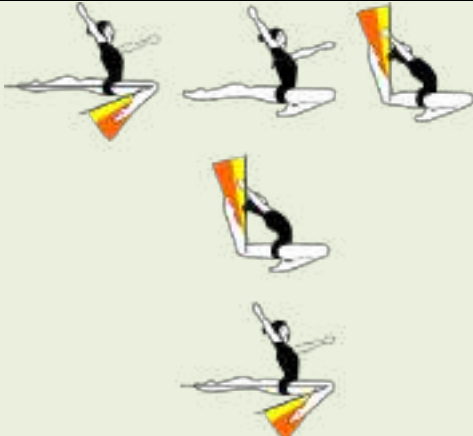
2.1.1.4. Различные виды перемещения:

- 6 шагов ходьбы, выполненных неправильно поставленными ногами = 1 модальность = 0,10 1 раз
- 4 «маршевых» шага, выполненных неправильно поставленными ногами = 1 модальность = 0,10 1 раз
- 1 комбинация танцевальных шагов из 3-х разных модальностей, выполненная с неправильно поставленными ногами = 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
	Среднее + Большое отклонение шпагата Большое отклонение туловища (1 гимнастка)	0.50 + 0.50
	Среднее отклонение подбива Среднее отклонение кольца (2 гимнастки)	0.30 + 0.30

2.1.4. Отклонения и неправильные части тела в Равновесиях Фуэте:

- Равновесие Фуэте – это одна 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 один раз во время DB (колено опорной ноги максимум один раз, колено поднятой ноги максимум один раз и т.д.).

2.1.5. Прыжок с техникой «замаха»: 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 фигуры. Если это требование не выполняется, сбавка применяется за корректировочное движение «качели».

2.1.6. Если во время 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 один раз за скольжение или за потерю равновесия, даже если в разные моменты Трудности были допущены различные технические ошибки:

скольжение в начале, потеря равновесия при прыжке в середине и потеря оси при дополнительном шаге в конце = всего 0,30.

5. ТЕХНИКА КАЖДОГО ТИПА ПРЕДМЕТА

5.1. Таблица сбавок в Исполнении за технику каждого типа предмета

Сбавки		0,10	0,30	0,50 и более
Обруч				
Базовая техника	Неправильная работа предмета – смена рабочей плоскости, дрожание, нерегулярное вращение в вертикальной оси и т.п.		Непроизвольный контакт с телом (например, зажим обруча телом во время/после переката, вращения вокруг оси обруча и т.п.)	
	Ловля после броска: контакт с предплечьем		Ловля после броска: контакт с рукой	
	Непроизвольно неполный перекат по телу			
	Неправильный перекат с подпрыгиванием			
	Скольжение по руке во время вращения			
			Зацепиться стопами за Обруч во время прохода в него	
Мяч				
Базовая техника	Неправильная работа с предметом: Мяч прижат к предплечью («захват») или зажат пальцами		Непроизвольный контакт с телом (например, зажим мяча телом во время/после переката, после отбива и т.п.)	
	Непроизвольно неполный перекат по телу			
	Неправильный перекат с подпрыгиванием			
	Ловля 2 руками (исключение: ловля 2 руками вне зрительного контроля)			
Булавы				
Базовая техника	Неправильная работа с предметом: 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 во время асимметричных движений			
Лента				
Базовая техника	Изменение рисунка ленты: недостаточно плотные змейки или спирали, разной высоты, амплитуды и т.д.			

Неправильная работа с предметом: неточная передача, произвольное удержание палочки за середину, неправильная связь между рисунками, щелканье лентой		
Произвольный контакт с телом	Произвольное закручивание вокруг тела или его части или вокруг палочки без прерывания	Произвольное закручивание вокруг тела или его части или вокруг палочки с прерыванием
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 и Эшаппе и т.п. (до 1 м)	Часть Ленты непреднамеренно остается на полу во время рисунков, бросков и Эшаппе и т.п. (более 1 м)	

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, шаг 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 произвольной помощью другой рукой, чтобы спасти предмет, произвольная ловля за материал ленты и т.п. (см. также мяч – исключение для 2 рук)	Неправильная ловля с произвольным касанием тела	
Потеря предмета <i>Потеря последовательно 2 булав: сбавка 1 раз по наибольшему числу сделанных шагов, чтобы вернуть дальнюю булавку</i>			Потеря и возврат предмета без перемещения (для каждой гимнастки)
			Потеря и возврат предмета с 1 – 2 шагами: 0,70 (для каждой гимнастки)
			Потеря и возврат предмета с 3 и более шагами: 1,00 (для каждой гимнастки)
			Потеря и выход предмета за пределы площадки (независимо от расстояния): 1,00 (для каждой гимнастки)
			Потеря предмета без выхода за пределы площадки и использование запасного предмета: 1,00 (для каждой гимнастки)

			Потеря предмета, без контакта с предметом в конце упражнения: 1,00 (для каждой гимнастки)
--	--	--	---

Е. ПРИЛОЖЕНИЕ ГРУППОВОЕ УПРАЖНЕНИЕ

1. ПРОГРАММА ПО ПРЕДМЕТАМ

СЕНИОРКИ: 2 упражнения

2025	5 ЛЕНТ	3 МЯЧА + 2 ОБРУЧА
2026 - 2028	5 МЯЧЕЙ	3 ОБРУЧА + 2 ПАРЫ БУЛАВ
2029	5 ЛЕНТ	3 МЯЧА + 2 ПАРЫ БУЛАВ
2030 - 2032	5 МЯЧЕЙ	3 ОБРУЧА + 2 ЛЕНТЫ

ЮНИОРКИ: 2 упражнения

2025	5 ПАР БУЛАВ	5 ОБРУЧЕЙ
2026 - 2027	5 МЯЧЕЙ	5 ЛЕНТ
2028 - 2029	5 ОБРУЧЕЙ	5 СКАКАЛОК
2030 - 2031	5 МЯЧЕЙ	5 ПАР БУЛАВ

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: Программа для гимнасток Групп Юниорок обычно состоит из 2 упражнений: Программа предметов: 2 упражнения с 5 одинаковыми предметами

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. Все 5 предметов должны иметь лого производителя и "FIG approved logo" в указанном месте. 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 упражнений Групп Юниорок

3.1. Гимнастки группы должны включать в упражнения только те элементы, которые они могут выполнять безопасно и с высокой степенью эстетического и технического мастерства.

3.2. Существует два 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:

- **Обмен (DE)** предметами между гимнастками
- **Сотрудничество (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 с Сотрудничеством (DC)
Трудность без Обмена	Трудность с Обменом	

DB	DE	Минимум 6 Максимум 10 в порядке выполнения
3	3	
Особые Требования		
Трудности Групп Тела: Прыжки  Минимум 1 Равновесия  Минимум 1 Вращения  Минимум 1		Сотрудничества: СС: минимум 2 CR: минимум 2 Множественные броски/ловля: минимум 2
Динамические Элементы с Вращением (R) Максимум 1		

3.5. Судьи Трудности идентифицируют Трудности и записывают их в порядке их выполнения, независимо от того, засчитываются Трудности или нет:

- **Первая 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
- **Вторая 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, если они выполнены 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 первые 3 в порядке выполнения. Сверхлимитные DB не оцениваются (нет сбавки).
- 4.3 Все общие нормы для элементов DB Групп Сениорок действительны также для Групповых упражнений Юниорок, за исключением следующего:

4.3.1. Можно выполнить **только один** Турлян на полной стопе или на релеве. Второй Турлян не считается.

5. Технические элементы предметов

5.1. Все общие нормы групп сениорок действительны также для групп юниорок.

5.2. Сводная Таблица Технических групп предмета, специфичных для Скакалки



Технические Группы Предмета	
 Проход всем телом или частью тела через открытую Скакалку, вращающуюся вперед, назад, в сторону, также с: • Скакалка сложена вдвое или более • Двойное вращение Скакалки	 • Вращение (мин. 1), Скакалки, сложенной вдвое: - 2 конца в одной руке - по 1 концу в каждой руке • 2 конца в одной руке, середина скакалки в другой руке • Вращение (мин. 3), Скакалки, сложенной втрое или вчетверо • 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 вдвое или более). См. Трудность инд. упр., п. 3.3.3.
 • Отпускание и ловля одного конца Скакалки, с вращением или без него (Пример: Эшаппе) • Вращения свободного конца Скакалки, удерживаемой за один конец (Пример: Спирали)	
Подпрыгивания/подскоки с проходом через Скакалку • Серии подпрыгиваний с проходом через предмет (мин. 3): Скакалка, вращающаяся вперед, назад, в сторону. 	 • Закручивание вокруг части тела и раскручивание • Спирали Скакалкой, сложенной вдвое
Ловля высокого броска открытой Скакалки по одному концу в каждой руке без поддержки другими частями тела 	

Разъяснения

Скакалка может быть открытой, сложенной в 2, 3 или 4 раза (1 или 2 руками), но классическая техника – по одному концу открытой Скакалки в каждой руке во время Прыжков, подпрыгиваний, подскоков, выполняемых 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.



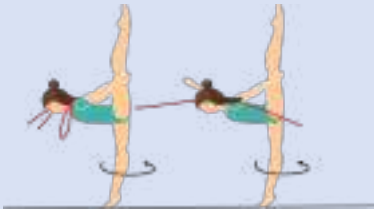
- Минимум 2 большие части тела (**пример:** голова + туловище; руки + туловище; туловище + ноги, и т.д.) должны совершить проход.

	• Проход может быть всем телом туда и обратно, или только туда без прохода обратно, или наоборот
	<i>Echappé</i> – это движение из 2 действий: • Отпускание одного конца Скакалки • Ловля за конец Скакалки рукой или другой частью тела после полуоборота Скакалки • ДВ засчитывается, если либо отпускание либо ловля (но не оба этих действия) выполнены во время ДВ
	Ловля открытой Скакалки после высокого броска должна быть выполнена по одному концу в каждую руку без опоры на стопу, коленом или другой частью тела.
	Варианты спирали: • отпускание как в “<i>Echappé</i>”, затем несколько (2 или более) спиральных вращений одного конца Скакалки и ловля за конец рукой или другой частью тела • открытая и прямая Скакалка, удерживаемая за один конец после предыдущего движения (движения открытой Скакалкой, ловли, с пола и т.д.) с переходом в спиральные вращения (2 или более) одного конца, ловля рукой или другой частью тела • ДВ засчитывается если либо 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. Положения неустойчивого баланса Скакалки считаются одинаковыми:

Разъяснения	
	Открытая или сложенная вдвое Скакалка в балансе за спиной или подвешенная на части тела во время ДВ с вращением – это <u>одно и то же</u> положение неустойчивого баланса (не для Турляна). Пример 1 Пример 2

	
	Недействительные положения нестабильного баланса:  Скакалка висит на шее во время баланса Открытая Скакалка на спине 

6. ТРУДНОСТЬ ОБМЕНА (DE)

6.1. Требования: будут оценены минимум 3, максимум 3 DE.

6.2. Если группа выполняет более 3 элементов DE, то оцениваться будут только первые 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). Примечание:

6.3.1. **Длинные 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 концами. Дополнительные DE со связанными вместе концами не засчитываются как 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 один конец		Ловля Скакалки по одному 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 один конец		Ловля Скакалки по одному 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 в порядке выполнения.

8.2. Если группа выполнит более 10 DC, то 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. **Длинные броски** определяются дистанцией **минимум 6 метров** между гимнастками.

8.4. Для упражнения с 5 скакалками: максимум 3 элемента DC в порядке выполнения могут быть сделаны со связанными концами. Дополнительные подобные DC не будут засчитаны как DC.

9. ОЦЕНКА ТРУДНОСТИ (D)

9.1. Судьи D оценивают Трудности, применяют частичные баллы и вычитают возможные Сбавки:

9.2. Первая подгруппа Судей D (DB)

Трудность	Минимум/Максимум	Сбавка 0.30
Трудности без Обмена (DB) в порядке выполнения	Минимум 3, максимум 3	Менее 1 Трудности каждой группы тела ($\wedge$, T, o), не

		одновременно, не выполнены вне DE или R
Трудности с Обменом (DE): в порядке выполнения	Минимум 3, максимум 3	Выполнено менее 3 DE
Равновесие "Турлянь"	Максимум 1 на релеве или на полной стопе	Более 1 равновесия "Турлянь"
Динамические элементы с вращением R	Максимум 1	Нет сбавки

9.3. Вторая 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  / 	Минимум 2 Максимум 10	Сбавка за каждое отсутствующее  / 

10. АРТИСТИЗМ И ИСПОЛНЕНИЕ

10.1 Все нормы Артистизма и 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 одного конца скакалки	

		Ноги запутываются в скакалке во время прыжка	
--	--	---	--