



Художественная гимнастика

Доска Помощи

Эта **Доска Помощи Художественной гимнастики** в Интернете предназначена для разъяснения сложных параграфов Правил соревнований ФИЖ.

Цель ТК ХГ состоит в том, чтобы исключить различные интерпретации Правил соревнований и обеспечить более объективную работу судей.

Новые разъяснения и обновления этого документа будут добавляться в соответствующие разделы. Последующие выпуски будут содержать только актуальную информацию с учётом предыдущих выпусков.

Примечание: эта **Доска Помощи** не является исчерпывающей и может изменяться в зависимости от будущих критериев .



В этом выпуске:

Общие положения

Напоминание

Трудность 1

Общие положения

Базовые характеристики:

Напоминания

Примеры из практики

Трудность 2

Нестабильный баланс

Базы и Критерии:

Наиболее часто встречающиеся недопонимания

Общие положения

5.2.1: «Разрешается размещение вокруг площадки запасных предметов: 1 для гимнасток в индивидуальном упражнении и макс.2 для групп – для булав, соответственно 2 и 4».

- Гимнастка может использовать только тот запасной предмет, который был размещен вокруг площадки до начала упражнения.

Трудность 1

1.4 Сбавки судей D1:

0.10	0.20	0.30 и выше
Неверно записанный символ Трудности		За неверный подсчёт в карточке ценности Трудности или неправильно указанную стоимость Трудности

- Если символ Трудности неверно записан (0.10), но Трудность тела выполнена правильно, Трудность засчитывается, но применяется сбавка. «Неверно» означает, что часть символа неправильно записана или пропущена:

- Пример:

Гимнастка выполняет (| €), но записано (| F): D1=OK + Сбавка=0.10 (неверный символ)

- Если символ полностью записан неправильно, Трудность не засчитывается + Сбавка

- Пример:

Гимнастка заявляет 0 E, но выполняет 0 E: Это абсолютно другая Трудность в таблице: D1=0.00 + Сбавка = 0.10 (неверный символ)

- Если символ и стоимость Трудности полностью неправильны, Трудность не засчитывается + Сбавка

- Пример:

Гимнастка заявляет  G, но выполняет  E: Это абсолютно другая Трудность в таблице с другой стоимостью: D1=0.00 + Сбавка = 0.30 (неправильная стоимость Трудности)

3.1.1: Прыжки: «**Базовые характеристики:** Чёткая и фиксированная форма во время полёта», таблица № 9-11.

- Форма не чёткая и не фиксированная, если прыжок выполняется как «качели»; в этом случае Трудность прыжка не засчитывается, так как имеет место серьёзное нарушение **базовых характеристик** (§ 1.2.4), присущих прыжкам.

4.1.1: Равновесия: «**Базовые характеристики:** Должны выполняться на полупальцах или на колене и иметь четко выраженную и фиксируемую форму...»

- Форма не чётко выражена и не фиксирована, если выполняется только мах ногой; в этом случае Трудность равновесия не засчитывается, так как имеет место серьёзное нарушение **базовых характеристик** (§ 1.2.4), присущих равновесиям.

5.1.1: Повороты: «**Базовые характеристики:** Выполняться на полупальцах с приподнятой пяткой»

- Когда поворот выполняется на полупальцах, но пятка не приподнята высоко, Трудность поворота засчитывается, но с ошибкой Исполнения: 0.10 – за неправильное положение части тела.

5.1.2/5.1.7/ (Таблица №8 и №9): Повороты с постепенным сгибанием/ выпрямлением опорной ноги:

- Ценность поворота складывается из его **базовой ценности**
 - + базовая ценность за каждое дополнительное вращение
 - + критерий (сгибание/ разгибание), который учитывается один раз.

Пример: Поворот 8Н, выполненный на 720°  

Ценность: База - 360° нога в горизонтальном положении - 0.30

+ дополнительное вращение - 0.30

+ критерий “сгибание и разгибание опорной ноги” - 0.50 = **1.10**

Трудность 2

1. В официальной форме База  (работа предмета) действительна только для элементов, перечисленных в таблице под заголовком «Работа предмета в комбинации с ...» (стр. 51).
2. : 
 - критерий  не действителен (прыжок уже включён в выше указанный символ).
3. : 
 - критерий  не действителен (исполнение без помощи кистей рук уже включено в выше указанный символ).
4. Критерий  (исполнение в положении на полу)
 - не действителен для Трудностей телом, которые выполняются на полу.
5. Критерий 
 - не действителен для броска и ловли предмета рукой, вытянутой вперёд во время прыжка с наклоном туловища назад (см. Пример стр. 56).
6. «Сложенная скакалка»
 - скакалка сложена только вдвое (не больше).
7. Нестабильный баланс:
 - Скакалка (или полностью раскрыта, или сложена вдвое) за спиной во время поворота считается в позиции Нестабильного баланса  (предмет удерживается без помощи кистей на ограниченной поверхности (шея, стопа, тыльная сторона ладони) **либо при сложном взаимодействии тела с предметом, с риском потери** (в том числе, когда мяч удерживается на открытой ладони во время трудности поворота), стр. 52. Это База не  потому что скакалка только удерживается сзади, а не выполняет вращение (см. описание Базы  стр. 52). Когда скакалка, вместо того, чтобы быть полностью открытой и натянутой в положении за спиной для Базы  перекрещивается во время поворота, это не соответствует позиции Нестабильного баланса - Трудность не засчитывается в связи с отсутствием Мастерства.

- Полностью открытая и натянутая скакалка, удерживаемая на шее во время поворота в кольцо с помощью/ шпагат с помощью, не считается в позиции Нестабильного баланса, потому что скакалка зажата между шеей и поднятыми вверх руками - в этом случае нет "риска потери"
- Обруч, находящийся на спине во время поворота и движущийся благодаря вращению тела *без автономного вращения*, не считается в позиции Нестабильного баланса, потому что нет "риска потери". В данном движении обруч может только соскользнуть вниз по спине, но не может упасть на пол из-за положения свободной ноги во время поворота. Это движение не считается Вращением ○, потому что нет полного автономного вращения обруча.
- Две булавы могут находиться на шее, но они должны лежать свободно без помощи спины, головы или плеч ("быть зажатыми") для того, чтобы считаться в позиции Нестабильного баланса.
- Для Базы  критерий ≠ не действителен (в Общей таблице Мастерства предметов с броском и без броска, Базы  и  находятся в одной и той же клетке, но критерий ≠ не действителен для  потому, что предмет в Нестабильной позиции должен быть без помощи рук). Критерий ≠ относится к Базе .

8.  "Эшаппе с ловлей" (стр. 52).

- Для базового эшаппе, выполняемого с Трудностью, выпуск и ловля скакалки должны быть во время Трудности. Для эшаппе с двойным вращением конца скакалки, выполняемого во время Трудности, ловля может быть сразу после Трудности (так как двойное вращение скакалки требует более длительного времени).

9.  Отбивы мяча: "от пола - одиночный отбив кистью выше уровня колена, а также **серия** маленьких отбивов; **Большой** отбив от другой части тела " (стр. 53).

- Два маленьких отбива, часто наблюдаемые, не соответствуют требованиям Правил и не действительны для Мастерства.

10.  Широкие круговые движения, широкие движения в виде «восьмёрки» (стр. 51).

- Широкое круговое движение рукой, удерживая предмет (большой круг) находится в Базе  и не должно записываться как База ○. База «Вращение предмета» ○ это есть: сложенная вдвое скакалка; обруч на кисти руки - серия (мин. 3); свободное вращение обруча вокруг части тела (достаточно одного вращения).