



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

Базы и Критерии:

Наиболее часто встречающиеся недопонимания

Артистизм



Октябрь 2010

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 (): D1=OK + Сбавка=0.10 (неверный символ)



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

- Пример:

Гимнастка заявляет  E, но выполняет  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.

- В случае, когда форма подбивного прыжка в полёте не чёткая (т.е. нога впереди открывается перед тем, как форма прыжка зафиксирована), прыжок не засчитывается, т.к. это есть нарушение базовых характеристик.

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.

- Многосоставные равновесия, состоящие из двух равновесий. Каждое равновесие, входящее в данную Трудность, должно соответствовать базовым характеристикам, указанным выше. Часто второе равновесие выполняется без фиксации формы. В этом случае многосоставное равновесие не засчитывается.


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.

- Когда гимнастка выполняет многосоставной поворот, она должна сохранять полупальцы (пятка приподнята высоко) на протяжении обоих поворотов, минимум $360^{\circ} + 360^{\circ}$, чтобы многосоставной поворот был засчитан.

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).
→ Передача предмета под ногой во время поворота не является Мастерством, т.к. не указана в данной таблице. Если передача предмета выполняется широким круговым движением рук и является частью круга, то Мастерство (Работа предмета - широкое круговое движение) действительно (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.  Также не является Мастерством положение открытой и натянутой скакалки, которая висит одновременно на нескольких больших сегментах тела.

- 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.

 ➤ Мяч: Положение мяча на открытой ладони во время вращения является Мастерством только для Трудности поворотов (стр.52). Есть много примеров с ЧМ, когда гимнастки в официальной форме заявляли Нестабильный баланс, удерживая мяч на открытой ладони не во время Трудности поворотов, а во время других Трудностей с вращением. Например - гибкость: «вращение в глубоком наклоне – renche», «спиральный поворот на двух стопах с полной волной», «передний шпагат с наклоном туловища назад и возвращение во время вращения» и т.п.). В этих примерах нет Мастерства = нет Трудности.


 ➤ Мяч часто удерживается на верхней части ноги во время поворота «казак». Во многих случаях гимнастка слегка наклоняется вперёд и зажимает мяч, удерживая его между ногами и тазом. «Зажатый» мяч не считается в положении Нестабильного баланса.

- 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.  Положение, когда одна булава удерживается другой булавой в верхней части запястья (ограниченная поверхность), является Нестабильным балансом, т.к. в этом случае есть «риск потери».

- 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).

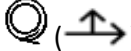
 11.  Длинный перекат по телу: (стр.51)


- Мяч: Длинный перекат должен выполняться с проходом по двум разведённым рукам (стр.51). Однако, часто гимнастки выполняют перекат мяча по двум сомкнутым параллельно и выпрямленным вперёд рукам. Это не соответствует требованию к длинному перекату, следовательно, не является Мастерством.
- Обруч: Длинный перекат: Очень часто выполняется как передача с одной руки на другую без полного действительного переката, что не является Мастерством + ошибка Исполнения = 0.20 «непроизвольно неполный перекат по телу».

 12.  Ловля:



- Обруч: Во время ловли без помощи рук с проходом всего тела или части тела гимнастки через предмет в последний момент обруч иногда падает на пол, что является потерей предмета. Мастерство (ловля) не засчитывается + ошибка Исполнения = 0.30 «потеря и немедленная ловля без перемещения».
- Часто гимнастки в официальной форме заявляют: «Прямая ловля в перекат ()», но в действительности выполняют ловлю на тыльную сторону кисти/ кистей () и только потом - перекат. Необходимо заявлять либо одно, либо другое Мастерство и выполнять его в соответствии с требованиями Правил (стр.57).

➔ 13.  «Серия маленьких или средних кругов обеими булавами в одной и той же плоскости и одном и том же направлении» (стр.53)


- Серия маленьких или средних кругов одной булавой не является Мастерством (см. выше)
- Серия маленьких или средних кругов обеими булавами в одной и той же плоскости, но в разных направлениях:  = 0.10

➔ 14. Критерий 


- Не действителен, когда гимнастка выполняет па шассе (chasse). Па шассе является подготовительным движением для прыжка и, как правило, не имеет достаточного подъёма центра тяжести, чтобы относиться к категории прыжков.

➔ 15. Критерии  «Выполнение в серии» и  «Исполнение с изменением плоскости, направления, уровня...»


- Действительны только, когда элементы выполняются в соответствии с Правилами (стр.56-57). Часто в официальной форме заявлены данные критерии Мастерства, но они не выполняются в соответствии с Правилами.

➔ 16. Критерий  «Координация с фрагментом ритмических шагов...» (стр.56)

- Определение ритмических шагов в Правилах: «... Все ритмические шаги должны быть строго связаны с музыкой и отражать её ритм (а не размер)» (стр.56). Данный критерий не засчитывается, когда выполняются обычные шаги, соответствующие размеру музыки (подобие ходьбы).

➔ 17.  Риск:

- Дополнительные движения, которые произвольно выполняются после заключительного вращения перед ловлей предмета (шаги, «шаги» на полу) аннулируют Риск, т.к. ловля предмета не происходит во время или сразу же по окончании заключительного базового вращения (см. «Риск» на стр.63).
- Если при ловле скакалки в Риске, скакалка остаётся на полу или не имеет определённую форму/ плоскость, Риск не засчитывается + ошибка Исполнения = 0.10 «неправильная ловля».

- Пример записи ловли двух булав во время Риска:  $1 (\oplus \uparrow \equiv \downarrow) = 0.90$

Артистизм

- ➔ 1. Раздел Правил «Артистизм», пункты 2.7 и 2.8 (стр.67) должны строго выполняться.
- ➔ 2. Судьи должны правильно наказывать сбавками последствия потери и ловли предмета после большого перемещения: «отсутствие гармонии между музыкой и ритмом движений; нарушение логической связи в последовательности движений; отсутствие единства» и (отсутствие перестроения в групповом упражнении) (стр.96, 97).
- ➔ 3. Раздел Правил «Артистизм», пункт 3.2.4 (стр.88): «Элементы взаимодействия между гимнастками следует выбирать с соблюдением основных параметров, присущих художественной гимнастике, а именно:
 - Работа с предметами;
 - Гимнастическая эстетика »➤ *Работа с предметами:* часто предметы «не работают» в течение более, чем 3 движений, т.к. их используют для поднятия гимнастки. Лучше ограничить использование данной разновидности взаимодействия и сотрудничества между гимнастками (когда одну гимнастку поднимают другие 4 гимнастки при помощи предметов, которые находятся в статичном положении более, чем 3 движения). В приведённом примере сотрудничества присутствует ошибка Исполнения = 0.30 «статика предмета».