



*Лозанна, Швейцария, январь 2021 г.*

## **ПЕРСПЕКТИВЫ 2021 ГОДА**

### **Обновления от Технического Комитета ФИЖ по художественной гимнастике**

Технический комитет ФИЖ по художественной гимнастике пользуется этой возможностью, чтобы представить некоторые обновления вниманию мирового сообщества художественной гимнастики после периода приостановки соревнований ФИЖ в начале 2020 года из-за глобальной пандемии.

Члены Технического Комитета выражают свое глубокое уважение к гимнасткам и тренерам, которые нашли способы продолжить тренировочную активность, несмотря на беспрецедентные проблемы, и участвовать в мероприятиях на новых, инновационных онлайн-платформах для создания стимулов к дальнейшей деятельности.

Судьи в художественной гимнастике также нашли способы оставаться вовлеченными в спортивную деятельность. Технический Комитет ФИЖ по художественной гимнастике весьма благодарен за вопросы и примеры, представленные судьями в ТК в течение года для получения разъяснений.

Каждый год художественная гимнастика демонстрирует новые уровни творчества и изобретательности тренеров и их гимнасток; непрерывное развитие даже в условиях всемирной пандемии говорит о настойчивости и целеустремленности мирового сообщества художественной гимнастики.

В 2020 году было проведено только одно соревнование Международной Федерации гимнастики под руководством членов Технического Комитета ФИЖ по художественной гимнастике – это Чемпионат Африки, который проходил в марте под руководством Президента Технического Комитета. В то время как другие мероприятия ФИЖ имели место, наряду с онлайн-соревнованиями, проведенными с большим успехом благодаря энтузиазму и значительным усилиям организаторов. Судейство на соревнованиях 2020 года не всегда правильно отражало положения Правил судейства и Информационных писем.

Технический Комитет ФИЖ по художественной гимнастике настоящим просит судей и тренеров принять к сведению этот факт и ознакомиться с настоящим Информационным письмом, в котором будут даны разъяснения и напоминания как судьям, так и тренерам для точного понимания правил при подготовке к началу соревнований этапов Серии Кубка мира и Континентальных Квалификаций 2021 года с целью окончательного отбора для участия в Олимпийских играх 2021 года.

Мы выражаем всем нашу искреннюю признательность за работу, проделанную в нашей дисциплине с четкими устремлениями в будущее.

Технический Комитет ФИЖ по художественной гимнастике



## Общие положения

1. Когда гимнастка с предметом пересекает линию официальной соревновательной площадки, затем после пересечения линии предмет остается вне площадки и снова, “падая”, касается её, какова будет сбавка?

Сбавка применяется один раз за пересечение линии официальной соревновательной площадки, независимо от того, сколько раз предмет «касался» ковра за линией во время одного и того же случая пересечения линии площадки.

## Техническое Исполнение

2. Что касается сбавок после окончания музыки, до того, как гимнастка остановится: прекращает ли судья Технического Исполнения судить, когда музыка останавливается? А как насчёт Судьи на линии в этом случае? Примеры:

<https://www.youtube.com/watch?v=jMhelUdPN-k>

Примеры демонстрируют следующие ошибки:

- Музыка заканчивается, и в тот же момент происходит потеря — первый пример с обручем.
- Музыка заканчивается, и сразу же после этого происходит потеря — второй пример с мячом.
- Музыка заканчивается, а гимнастка все еще в движении (без потери) — третий пример с мячом.

→ Судьи Трудности прекращают судить, когда музыка заканчивается (пример: элемент D, завершённый после того, как закончилась музыка, не засчитывается)

→ Артистическое Исполнение: движение после окончания музыки наказывается сбавкой: 0.50

→ Техническое Исполнение: если в конце упражнения происходит потеря, Совпадающая с музыкой, то применяется сбавка 1.00; во всех остальных случаях судья прекращает оценивание, когда музыка заканчивается.



**В конце упражнения гимнастка теряет предмет, и музыка прекращается. Предмет продолжает двигаться, покидая пределы площадки. Каковы сбавки?**

- Сбавка за потерю предмета (нет контакта) в конце упражнения: 1.00.
- Нет сбавки (Судья на линии), если предмет покидает пределы площадки после окончания упражнения и окончания музыки.

## Трудности Тела

### Техническое Исполнение

#### Прыжки

**3. Не могли бы вы определить разницу между отсутствием движения «качели», малым, средним и большим движением «качели» в Трудностях Прыжков?**

В художественной гимнастике движение «качели» означает, что максимальная амплитуда не видна в один и тот же момент времени для ноги, которая впереди и ноги, которая сзади (плюс, возможно, туловища). В большинстве прыжков нормальным является то, что «передняя» нога достигает своего положения раньше «задней». Само по себе это – не повод для наказания. Однако положение «передней» ноги должно сохраняться до тех пор, пока «задняя» нога также не окажется в предельном положении. Время между тем, как «передняя» нога выходит из своего положения, а «задняя» нога достигает своего положения, определяет величину движения «качели» (малое/среднее/большое).

**4. Когда мы оцениваем величину движения «качели» в подбивном прыжке, должны ли мы учитывать время максимального сгибания «передней» ноги (закрытого положения «подбива») или только максимальную высоту «задней» ноги?**

ДА, должны. «Переднюю» согнутую ногу необходимо поддерживать в этом положении до тех пор, пока «задняя» нога также не окажется в максимальном положении.

Мы можем уточнить, что движение «качели» имеет отношение к хронометражу: составляющие форму сегменты тела не формируют единого образа одновременно. ОТКЛОНЕНИЕ связано с конечным положением сегментов тела.



5. Могут ли быть применены две сбавки за одну и ту же Трудность прыжка: неправильная форма с малым/средним/большим отклонением и форма с малым/ средним/большим движением “качели”?

ДА, судья применяет сбавки за неправильную форму с малым/средним/большим отклонением (для каждого положения тела, которое имеет отношение к # 2.3.1) и форму с малым/ средним/большим движением “качели”.

6. Гимнастка выполняет прыжок со следующими техническими ошибками:  
а) “Неправильное приземление”: видимый прогиб спины во время заключительной фазы приземления  
б) “Тяжелое приземление”  
Должен ли судья в Техническом Исполнении применить сбавку 0.30 (прогиб спины) + 0.10 (тяжелое приземление)?

Чаще всего прыжок с неправильным приземлением и видимым прогибом спины во время заключительной фазы приземления также сопровождается “тяжелым приземлением” на “переднюю” ногу. Поэтому следует применять только одну сбавку за приземление за каждый прыжок: если спина прогнута во время заключительной фазы – 0.30; если произошло только “тяжелое приземление” (нет прогиба спины во время заключительной фазы), то 0.10.

## Равновесия

7. Засчитывается ли Трудность Равновесия, если гимнастка выполняет требуемую форму Равновесия с элементом предмета, но не выполняет стоп-позицию?

В соответствии с # 9.1.2, “если форма хорошо определена и элемент предмета выполнен правильно, но стоп-позиция недостаточно зафиксирована, Равновесие засчитывается с Технической сбавкой в Исполнении”: 0.30 – “форма не удерживается минимум 1 секунду”.

**Судьи в Техническом Исполнении должны правильно и последовательно применять эту сбавку.**



- 8. Гимнастка выполняет Равновесие с наклоном назад. Трудность выполнена без 1-секундной фиксации. Из-за потери “центровки” в конце Равновесия гимнастка делает большой шаг вперед. Судья применит сбавку 0.30 за потерю Равновесия с шагом, но будет ли также сбавка за фиксацию менее 1 секунды?**

Трудность Равновесия засчитывается.

Сбавки в Техническом Исполнении:

→ 0.30 “Потеря равновесия: дополнительное движение с перемещением”

→ 0.30 “Форма не удерживается в течение минимум 1 секунды”

- 9. Гимнастка выполняет Равновесие Penche со спиралью лентой, во время которой на ленте появляется небольшой узел; будет ли Трудность Равновесия BD засчитана с этим узлом?**

Узел в ленте без перерыва в упражнении – это техническая ошибка 0.30. Не имеет значения, маленький это узел или большой. Равновесие BD не будет засчитано в соответствии с # 2.2.3.

- 10. Гимнастка выполняет второй компонент Равновесия Фуэте как вращение. Засчитывается ли это Равновесие?**

Это Равновесие не засчитывается, потому что Трудность была выполнена с нарушением базовых характеристик. Четко определенная форма: все соответствующие части тела находятся в правильных положениях в один и тот же момент времени (# 9.1.2). Каждая форма Равновесия должна быть показана с четким акцентом – четкой позицией (# 9.1.12).

## **Вращения**

- 11. Не могли бы вы определить разницу между скольжением и подпрыгиванием в Трудностях Вращения тела?**

“Скольжение” – это движение по ковру без отрыва носка от пола; “подпрыгивание” – это когда стопа отрывается от ковра.



**12. Если гимнастка выполняет Вращение тела со скольжением, а во время скольжения туловище и/ или положение ног начинают раскачиваться – следует ли наказывать за ошибку “ Потеря равновесия: дополнительное движение без перемещения”, так как движение со скольжением разрешено?**

**(В этом случае сбавка “Потеря равновесия: дополнительное движение с перемещением” будет использоваться только для заключительной фазы Вращения).**

Скольжение само по себе не является ошибкой. Трудность, выполняемая со скольжением во время Вращения, действительна без сбавки в Исполнении.

Если во время Вращения со скольжением положение туловища и/или ноги начинают раскачиваться, следует применить сбавку за ошибку “Потеря равновесия: дополнительное движение без перемещения”.

Если положение туловища и/или ног не фиксируются во время базового Вращения туловища – сбавка 0.30 “Форма не зафиксирована и не удерживается во время базового вращения”.

Если Трудность Вращения заканчивается большим шагом (заключительная фаза Вращения) – сбавка 0.30 “Потеря равновесия: дополнительное движение с перемещением”.

Не забывайте, что мы также должны обратить внимание на величину отклонения (малого/ среднего/большого) от правильной формы Трудности Вращения. От этого будет зависеть действительность Трудности Тела и сбавка в Исполнении.

**13. Применяем ли мы какие-либо другие сбавки после того момента, когда гимнастка пострадает от «потери равновесия» в ВД? Есть ли какие-либо сбавки, которые мы не применяем?**

**Пример 1: Гимнастка начинает Вращение Penche с правильной формой. После базового Вращения она теряет контроль: ее туловище принимает асимметричное положение, появляется небольшое отклонение в положении шпагата, колено согнуто, а мяч зажат. Вращение заканчивается большим шагом\*. Судья определенно применит сбавку 0.30 за потерю Равновесия с шагом, но будет ли также сбавка за асимметрию, амплитуду, некорректное положение части тела, зажатый мяч?**



**THE RHYTHMIC GYMNASTICS NEWSLETTER – N° 03  
January 2021**

Все ошибки, допущенные в Трудности тела, должны быть наказаны сбавками:

- Асимметричное положение тела при вращении Penche: 0.30

- Форма с небольшим отклонением (нет шпагата): 0.10

- Неправильное положение части тела во время движения тела  
(колени согнуто): 0.10

- Потеря равновесия: дополнительное движение с перемещением  
(Вращение заканчивается большим шагом): 0.30

- Неправильная работа предметом (мяч зажат): 0.10

\* Когда гимнастка делает осознанно шаг из ВД для перехода в следующее движение, то это отличается от Вращения, которое заканчивается большим шагом из-за потери оси вращения; осознанный контролируемый переход не наказывается.

**14. Когда гимнастка должна побежать за предметом, который либо потерян, либо имеет очень неточную траекторию, применяем ли мы другие сбавки, такие как потеря равновесия с падением / опорой, согнутые колени, поднятые плечи и т. д.?**

<https://www.youtube.com/watch?v=zOuHF-wJc0>

Судьи в Техническом Исполнении должны применять сбавки за следующее:

→ Неправильная траектория или потеря предмета (не обе)

→ Потеря равновесия, включая падение во время пробежки за предметом, если это применимо; сбавка применяется в соответствии со степенью ошибки при потере равновесия (при перемещении или падении)

→ Отсутствуют сбавки за неправильное положение частей тела (отсутствие ошибок внутри ошибок)

→ Судья на линии применяет соответствующие сбавки за пересечение линии предметом или гимнасткой



**15. Правила судейства более не содержат конкретного наказания за работу с предметом при “непроизвольном контакте с телом с изменением траектории”. Если предмет касается тела непроизвольно (например, обруч во время передачи, часть скакалки, кончик ленты без обматывания), должны ли судьи применять общий принцип сбавки 0.10 за небольшую ошибку?**

<https://www.youtube.com/watch?v=BX5IOTNffII>

Да: каждый раз сбавка 0.10 за неправильную работу предметом.

\* Последний пример не является неправильным владением предметом, это проход через скакалку – стопы (ноги) зацепились за скакалку, сбавка 0.30.

**16. Должны ли судьи засчитывать *relevé*, когда пятка касается пола, но гимнастка вращается на передней части стопы?**

Для судей важно изучить множество примеров, чтобы понять, что такое “низкое *relevé*” и что такое “отсутствие *relevé*”. Трудность Вращения, выполняемая на полупальцах (*relevé*) опорной ноги, называется поворотом Pivot.

Поворот должен быть выполнен в высоком положении *relevé* (максимально возможный подъем пятки от пола). Низкое *relevé* означает, что пятка слегка приподнимается от пола на протяжении всего вращения и не касается пола.

Если поворот выполняется на низком *relevé*, то Трудность засчитывается со сбавкой в Исполнении: 0.10 (неправильное положение части тела).

Если во время поворота (который выполняется на *relevé*) гимнастка опирается на пятку (нет *relevé*) во время части вращения и выполненное вращение меньше требуемого базового вращения, то Трудность не засчитывается, и сбавка в Исполнении 0.10 применяется за опору на пятку во время части вращения при его выполнении на *relevé*.

В случае прерывания (опора на пятку) во время других, дополнительных вращений после первого базового вращения, будет засчитано только количество вращений, уже выполненных до прерывания. Сбавка в Исполнении – та же: 0.10. Не имеет значения, как прерывается вращение: пятка слегка касается пола или вес полностью приходится на пятку / полную стопу.





**17. В повороте с изменением формы: если первая форма завершена (базовое вращение выполнено), но вторая форма не завершена (базовое вращение не выполнено), применяют ли судьи сбавку ET за форму, не зафиксированную/ удерживаемую во время базового вращения?**

Если гимнастка начинает вторую форму, но эта форма не удерживается во время базового вращения, применяется сбавка ET, и вторая форма не засчитывается.

**18. В поворотах с постепенным сгибанием/выпрямлением опорной ноги: как долго должно быть показано самое высокое и самое низкое положение и как низко должна опуститься гимнастка? Если гимнастка не опускается достаточно низко, должны ли судьи должным образом оценить поворот без прогрессирующего сгибания/выпрямления?**

Во время этого типа поворота переход от одной формы – “опорная нога прямая” – к другой форме – “опорная нога согнута” (и наоборот) должен быть медленным и явно постепенным, и во время него гимнастка от начала до конца должна сохранять соответствующее положение.

Самое высокое положение и самое низкое положение должны быть показаны на мгновение, но не в течение всего поворота.

Первая форма поворота определяет базовое значение для всего Вращения, однако невозможно оценить самое высокое положение Вращения, если гимнастка не сгибает ногу полностью до самого низкого положения (и наоборот).

Судьи должным образом оценят этот тип поворота, если показаны оба положения – как самое высокое, так и самое низкое.

**19. Для поворота Фуэте с ногой в горизонтальном положении: должны ли судьи считать начальный поворот подготовкой или мы должны считать это первым поворотом на 0.10 балла?**

Фуэте с выпрямленной в горизонтальное положение ногой выполняется в серии повторяющихся поворотов, в высоком темпе и на одном месте.

Каждый компонент имеет Вращение в форме + открытое положение.



Начальный поворот Фуэте Passé или с ногой вперед, или в сторону в горизонтальном положении оценивается как первое вращение. Подсчет вращений Фуэте следует начинать сразу после плие и отталкивания. Это относится к обеим формам: в положении Passé и с ногой в горизонтальном положении вперед, в сторону и назад.

**20. Достаточно ли выполнить технический элемент предмета в конце поворота Фуэте, когда нога открыта в сторону, на полной стопе, или технический элемент должен быть виден во время части с вращением в ВД?**

Гимнастка может выполнять технический элемент предмета на протяжении всего вращения, а также в открытом положении с ногой вперед или в сторону горизонтально, но не когда нога начинает закрываться.

**21. Во время поворота Penche в кольцо первое вращение имеет небольшое отклонение в положении кольца, второе вращение имеет среднее отклонение в положении кольца: какая это техническая ошибка?**

Судьи в Исполнении должны применить сбавку один раз в течение одного ВД за одно и то же отклонение части тела (самая большая ошибка), в данном случае: 0.30 за среднее отклонение, один раз за этот поворот Penche в кольцо.

### **Технические элементы предмета / базы**

**22. Не могли бы Вы уточнить разницу в понятиях “скольжение предмета по любой части тела” и “малый бросок/ ловля”?**

Скольжение:

предмет скользит вниз по ноге/руке/туловищу и соприкасается с телом.

Малый бросок/ ловля:

предмет должен быть близко к телу, но свободно падать вниз (без контакта с телом), прежде чем будет пойман.



**23. VD выполняется с одной базой: средний/ большой бросок. VD правильно выполнена, и бросок правильно выполнен. После VD гимнастка не ловит предмет – потеря предмета при ловле. Эта VD засчитывается?**

Да, VD засчитывается: все требования к трудности VD выполнены: нет сбавки 0.30 за Исполнение VD и нет потери предмета во время самого VD. Средний/большой бросок во время DV – это независимая база от базы “Бросок”.

**24. VD выполняется с одной базой: средний/большой бросок. VD выполняется правильно, а бросок выполняется с неточной траекторией. После VD гимнастка делает соответствующие шаги, чтобы избежать потери из-за неточности траектории броска. Эта VD засчитывается?**

Не засчитывается.

# 2.2.3: VD действительны при выполнении без технических ошибок, перечисленных в данном пункте.

Технические ошибки с предметом – 0.30 и более (включая неточную траекторию броска, с попыткой не допустить потерю предмета во время выполнения VD).

**25. После малого броска/отталкивания/скольжения мяч должен быть возвращен непосредственно после полета, либо мячу можно намеренно позволить отскочить от пола, а затем поймать?**

Требования могут быть разными, если база – “отбив”, после отбива мяч должен быть пойман. Если база – “скольжение”, предмет соскальзывает с поверхности и может «пассивно» отскочить от пола.



26. Высота бросков: не могли бы вы уточнить высоту бросков, особенно когда тело находится в движении во время броска?

Пояснения:

**Большой бросок:**  
**Два или более** роста гимнастки

**Средний бросок:**  
**Один до двух** роста гимнастки

**Малый бросок:**  
**Близко к телу** гимнастки



**Бросок с ногой в положении на колене:**

**Большой бросок:**  
**Два или более** роста гимнастки

**Средний бросок:**  
**Один до двух** роста гимнастки

**Малый бросок:**  
**Близко к телу** гимнастки





**Бросок в положении “вверх ногами”:**

**Большой бросок:**  
**Два или более** роста гимнастки


**Средний бросок:**  
**Один до двух** роста гимнастки

**Малый бросок:**  
**Близко к телу** гимнастки



**27. Не могли бы вы дать некоторые рекомендации относительно выполнения “больших” и “маленьких” перекатов (мяч, обруч)?**

Пояснение:

|   | <i>Маленький перекат</i>   | <i>Большой перекат</i>  |
|---|--|---|
|  | <p>Минимум через одну часть тела должен быть совершен перекат.<br/>Примеры частей тела: от руки к плечу, от одного плеча к другому плечу, от стопы к колену и т.п.</p> | <p>Минимум через две крупные части тела должен быть совершен перекат.<br/>Примеры: от правой руки к левой руке через тело, туловище + ноги, рука + спина и т.п.</p> |



**28. Не могли бы вы дать некоторые рекомендации по количеству подскоков, которые приемлемы при выполнении большого переката (мяч, обруч), чтобы элемент был засчитан с небольшой технической ошибкой, если сравнить с перекатом, выполненным с подскоком, который приводит к тому, что база не засчитывается (прерывание / нет переката)?**

- Небольшой подскок предмета, когда он перекатывается, засчитывается со сбавкой **ЕТ**.
- Когда происходит подскок предмета от одной части тела к другой, когда фактически не происходит переката предмета, это означает, что база не выполняется и не засчитывается (плюс сбавка **ЕТ**).

**29. Не могли бы вы уточнить, каким образом гимнастка может “держать” кончик ленты, чтобы выполнить бросок “Бумеранг”?**

Бросок “Бумеранг”: отпускание (бросок) палочки по воздуху / по полу: конец ленты удерживается рукой (руками) или другой частью тела с последующим возвращением ленты назад с отбивом или без отбива палочки от пола (для “Бумеранга” в воздухе), а затем следует ловля палочки. Отпускание, бросок палочки может включать в себя проскальзывание ткани ленты через руку или по телу (без выпуска ткани из руки) или полное отпускание ленты перед тем, как кончик ленты будет сразу же захвачен и возвращен назад. Элемент, который включает в себя только возвращение ленты назад (без отпускания палочки), не соответствует определению “Бумеранг”.

**30. Для технического элемента «движение ленты вокруг части тела, создаваемое при удержании палочки различными частями тела»: не могли бы вы определить, насколько плотным должен быть рисунок? Например, должна ли ткань ленты быть достаточно плотно натянута, чтобы создать БОЛЕЕ одного полного круга, что позволит засчитать этот элемент?**

Да, конечно. Во время этого технического элемента ткань ленты должна создать более одного полного круга, чтобы элемент был засчитан.



**31. Узел появился на ленте во время выполнения технического элемента предметом: пожалуйста, объясните, как судить упражнение, когда на ленте узел?**

*4 возможные ситуации:*

- Небольшой узел образуется и развязывается сам по себе без прерывания упражнения.
  - Сбавка в Техническом Исполнении: 0.30 за узел.
- Образуется узел, гимнастка прекращает упражнение и развязывает узел, а затем продолжает упражнение.
  - Сбавка в Техническом Исполнении: 0.50 за узел.
- Завязывается узел, гимнастка определяет, что ее предмет непригоден, и берет запасную ленту.
  - Сбавка в Техническом Исполнении: 0.70 за непригодный предмет.
- Образуется узел, и гимнастка либо не видит его, либо видит и не развязывает, но в любом случае продолжает упражнение с узлом.
  - **D1 – D2:** Трудности, выполненные с узлом, не засчитываются.
  - **D3 – D4:** только R может быть засчитан с узлом, если выполнены правильно Все условия и требования к R.
  - **EA:** оценивается как обычно (включая прерывания в ритме, если гимнастка остановится, чтобы развязать узел).
  - **ET:** применяется сбавка за узел и затем продолжаем судить все ошибки (включая любое последующее воздействие на рисунок ленты, траекторию и т. д.)

**Трудность Предмета (AD)**

**32. Возможно ли зажимать палочку ленты другими частями тела в элементах AD в качестве базы работы предметом “нестабильный баланс предмета”? Означает ли это, что НИКАКИЕ варианты этой базы не могут быть использованы в качестве AD, или, возможно, AD будет засчитана, если база выполняется без помощи рук в BD с Вращением?**

Специфическое положение «зажатой» палочки ленты не рассматривается как «нестабильный баланс» и поэтому не может быть засчитано в качестве базы **AD**. Другие положения «нестабильного баланса», которые выполняются «без зажатия», могут использоваться для базы «нестабильного баланса» при их соответствии определению.



**33. Если палочка ленты удерживается стопой, коленом, другими частями тела, является ли это само по себе нестабильным положением и действительной базой независимо от рисунка ленты (лента может быть свернута, закручена, иметь непостоянный рисунок), или же этот тип владения палочкой ленты требует, к примеру, рисунка вокруг тела или большого круга?**

Такое положение палочки не может являться нестабильным балансом, но если она захватывается частью тела с целью создания технического элемента (например, среднего или большого круга, рисунка вокруг тела и т. д.), то это возможно, при условии, что выполняется требуемый технический элемент.

**34. Засчитывается ли база “перекат через 2 крупные части тела”, если внутри переката есть пауза с нестабильным балансом?**

Нет, базовый большой перекат (“перекат через 2 и части тела”) не будет засчитан, если в нём есть пауза с нестабильным балансом, большой перекат должен выполняться слитно целиком.

**35. Достаточно ли будет для AD, если мяч удерживается частью тела (без помощи рук, вне поля зрения), а затем падает вниз с пассивным отбивом, для того, чтобы засчитать критерии с базой “отбив” должен ли отбив быть активным (т.е. выполняться отбив мяча и ловля)?**

Должно быть активное действие, чтобы это действительно было базой “отбив”, будь то рукой или другой частью тела - падающий предмет, отбивающийся пассивно, не является активным отбивом, базой “отбив”.

**36. Должна ли передача предмета начинаться и заканчиваться совершенно разными частями тела или допустимо, чтобы только некоторые части тела были задействованы во всем элементе? Пример: начало передачи - обруч удерживается шеей и левой ногой; окончание передачи - обруч удерживается шеей и правой ногой.**

Оба приведенных примера будут действительны для базы “передача”, если у этой базы будут выполнены два необходимых критерия.





**37. Если одна база следует непосредственно за другой, и обе выполняются в ОДНОМ И ТОМ ЖЕ движении тела, будет ли это одно или два AD?**

**Пример: ловля без помощи рук, без зрительного контроля во время Вращения тела + длинный перекат без помощи рук, без зрительного контроля, в том же Вращении тела. Мяч ловится с помощью техники “блокировка”, после чего начинается длинный перекат – это не “ловля сразу в перекат”.**

В этом примере есть 3 критерия (требуется только 2), а 3-й критерий — Вращение – разделяется между первой независимой базой (ловля) и второй базой (перекат), которые являются 2 базами, потому что перекат выполняется отчетливо после ловли.

Это 1 AD – так как две разные базы используют один и тот же критерий.

Например: Вращение тела. Это 1 AD, даже если критерий, общий для обеих баз, является 3-м критерием.

**38. Может ли предмет работать в двух AD одинаково, тогда как движения тела различны?**

**Примеры:**

- **Спираль лентой рукой за спиной, один раз в обычном перевороте, а другой раз в перевороте с «подбивом» ног.**
- **Ловля мяча одной рукой, первый раз в обычном перевороте назад, а второй раз в перевороте назад, ноги вместе в конце переворота.**

Чтобы быть засчитанной, работа предмета не может быть одинаковой в 2 AD: одинаковое - означает точно такое же выполнение одной и той же базы и критериев. Поскольку можно выполнять одни и те же критерии (один и тот же символ) разными способами (Пример: критерий “Вращение” может выполняться по-разному в соответствии с определением в Правилах судейства), такое исполнение является “другим”. В приведенных примерах движения/ критерии разные, потому что вращательные элементы разные.



### **39. AD или R.**

**Когда два пре-акробатических элемента выполняются один за другим (бросок в перевороте вперед и ловля в перевороте назад): если исполнение данной Трудности не засчитывается как R из-за паузы / маленького шага между базовыми вращениями или из-за неполного вращения – могут ли судьи оценить эти две части Трудности как AD?**

**Должны ли судьи оценить намерение или интерпретировать то, что гимнастка на самом деле выполняет?**

Судьи не могут интерпретировать то, что гимнастка намеревается исполнить; они могут судить только то, что исполняется в данный момент. Если судья признает Трудность R, выполненную с такими ошибками: пауза, шаг, пол вращения во время базовых вращений, не будет засчитана. Невозможно рассматривать две части неправильно выполненной Трудности R как AD.

Если судья не признает базовые вращения, требуемые для R, а бросок и ловля выполняются с двумя действительными критериями, то AD могут быть засчитаны.

### **40. Когда элемент начинается и/или заканчивается в положении на коленях/спине, а сама AD выполняется в положении с опорой только на руки: считается ли это критерием “на полу”?**

**Примеры:**

- **Бросок ногой во время фазы стойки на руках при кувырке вперед.**
- **Из положения, стоя на коленях с опорой на руки, отбив мяча ногами, затем возвращение в исходное положение на коленях.**

Такое исполнение не считается критерием “на полу”. Критерий “на полу” засчитывается, когда основное действие выполняется на полу телом или с опорой на колено # 6.4.



**41. Для элементов с предметом, имеющих некоторую продолжительность (например, длинный пережат/ спирали): не могли бы вы уточнить, какая часть длительности элемента предмета должна пересекаться с длительностью Вращения? Достаточно ли того, что короткий момент работы предмета связан с коротким моментом Вращения?**

Пример: гимнастка выполняет базовые спирали под ногой во время переворота: чтобы быть засчитанными, 4 петли спирали должны быть под ногой во время вращения, то есть вращение и 4 петли спирали должны быть исполнены одновременно.

Пример: гимнастка выполняет базовые спирали без зрительного контроля во время вращения на полу. 4 петли спирали должны быть выполнены без зрительного контроля, когда она вращается на полу, а не 2 петли спирали без зрительного контроля и ещё 2 петли спирали, когда гимнастка закончит вращение. Судья должен видеть выполненную базу одновременно с критериями.

\* Критерии, выполняемые после базы, не засчитываются.

### **Динамические Элементы с Вращением (R)**

**42. Может ли критерий «ловля во время вращения» быть дан для вращения, которое не является частью R (либо из-за ошибки исполнения, либо намеренно)?**

Пример: Два Chainés – пробежка – ловля в отбив от задней части тела во время кувырка вперед.

Ценность R:

→ R2, ловля в отбив, без помощи рук, без зрительного контроля = 0.50?

или

→ R2, ловля в отбив, без помощи рук, без зрительного контроля, во время вращения = 0.60?

Ценность R определяется количеством вращений и выполненными критериями: если последнее вращение выполняется после прерывания или уже после ловли предмета, то это вращение и критерии, относящиеся к этому вращению (возможно, уровень или ось), не засчитываются. Другие критерии, которые правильно выполняются при ловле, засчитываются, даже если последнее вращение не засчитывается.

Ответ: Ценность R:

R2, ловля в отбив, без помощи рук, без зрительного контроля = 0.50 является правильным.



43. Когда ловля правильно выполняется во время первой фазы кувырка назад или рыбки назад (туловище согнуто/подтянуто и глаза обращены к предмету), должны ли мы признавать «ловлю без зрительного контроля» + «ловлю во время вращения» в каждом случае, потому что это – вращение назад? Или же мы должны учитывать время и фактический визуальный контакт в каждом конкретном случае, чтобы:

- Некоторые ловли во время кувырка назад могли бы быть засчитаны, но БЕЗ этих критериев
- Другие ловли во время кувырка назад могли бы быть засчитаны, ВКЛЮЧАЯ эти критерии:  
<https://youtu.be/ZCXupb7Etqs>

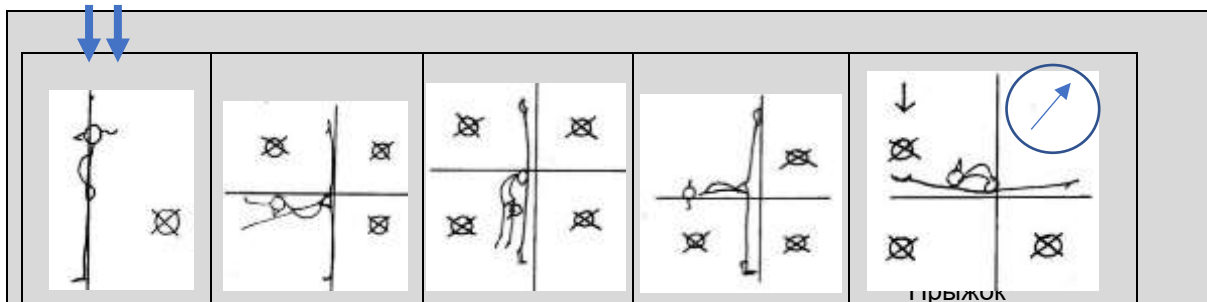
Судьи должны учитывать время и фактический визуальный контакт в каждом конкретном случае: некоторые ловли во время кувырка назад могут быть засчитаны, но без этих критериев.

Для ловли без зрительного контроля: в положении прогиба назад или с вращательным элементом назад:

→ Ловящая рука должна находиться в положении после вертикали: элементы, выполняемые спереди или сбоку от тела или с рукой непосредственно над головой, не находятся вне поля зрения, даже если туловище прогнуто назад или вращается (см. ниже).

Для входа в зону «без зрительного контроля» при ловле с выпрямленной над головой рукой, рука должна находиться в положении «после вертикальной линии» (см. ниже).

→ Для прыжков с наклоном туловища назад и с большим броском предмета вперед, бросок предмета не отвечает требованию критерия «без зрительного контроля», так как рука находится перед туловищем (см. ниже).





**44. Бросок требует свободного полета, в то время как в “Бумеранге” кончик ленты всегда соприкасается с телом. Будет ли “Бумеранг” все-таки оценен как повторный бросок в R, чтобы бросок “Бумеранг” означал “повторный бросок”?**

Да, правильно.

**45. Когда в R с лентой выполняется “повторный бросок”, гимнастка иногда держит/ловит конец ткани ленты, но не сразу ловит палочку. Когда именно должна быть поймана палочка, чтобы R засчитали?**

- Нужно ли ловить палочку сразу же после повторного броска и возвращения ленты?
- Или разрешается выполнять другие элементы, используя ткань ленты (бросок AD или проход через ленту), прежде чем окончательно поймать палочку и завершить R?

Для того, чтобы R засчитали, палочка ленты должна быть поймана сразу же после повторного броска и возвращения ленты.

“Бумеранг” требует отпускания и возврата (ловли) палочки рукой или другой частью тела; если нет ловли, это только подготовка к следующему броску.

Поэтому повторный бросок с движениями тела для подготовки к ловле допустим, а повторный бросок с последующим промежуточным элементом (AD) – нет.

**46. При оценке количества вращений в R с броском булавы “каскадом”:  
суммируем ли мы все правильно выполненные вращения при полете ЛЮБОЙ из булавы, что становится одним R? Или же мы считаем только вращения, выполненные в рамках ОДНОЙ фазы полета?**

<https://youtu.be/ApJhJnVFQ6g>

Прежде всего, чтобы “каскад” был засчитан, обе булавы должны быть в воздухе одновременно в какой-то момент броска.

Как только вращения начались в фазе полета булавы, засчитываются компоненты R. Данный пример оценивается как R2.



**47. Чтобы признать R с ловлей во время первой фазы второго вращения: мы знаем, что вращения должны быть хорошо связаны (никаких дополнительных шагов, никакого положения остановки), и мы знаем, что второе вращение должно было начаться до ловли. Было бы полезно дать некоторые дополнительные письменные объяснения.**

**а) Должно ли туловище наклоняться вперед в момент ловли и должна ли одна нога быть оторвана от пола в момент ловли (для переворота / колеса / циркуля)?**

Да, потому что такое положение указывает на начало второго вращения.

**б) Может ли ловящая рука взять паузу, вытягиваясь в сторону предмета?**

Да, рука может быть вытянута (с небольшой паузой) при ловле предмета. Ловить предмет выпрямленной рукой – правильная техника.

**с) Может ли гимнастка замедлить скорость своего вращения, не останавливаясь?**

Да, это возможно, определенная скорость вращения не является обязательным требованием при выполнении R.

**48. Когда первое вращение заканчивается в положении стоя, и гимнастка хочет начать второе вращение с колена(ей): как можно выполнить переход? Сколько шагов на ногах / на коленях?**

Переход от вращения стоя к вращению на локтях/груди должен быть прямым без перерыва, без остановки в положении на коленях. “Открытие” ноги для начала следующего вращения, даже если это включает в себя изменение уровня, является допустимым “шагом”.

**49. При соединении горизонтального вращения с переворотом назад: сколько шагов разрешено?**

Разрешается шаг для “открытия” ноги, после которого гимнастка будет выполнять второе вращение (но не шаги как при ходьбе).



**а) Должен ли переворот начинаться с шага из Chainé (обе стопы на полу)?**

Да, обе ноги вместе в Chainé; затем гимнастка должна сразу “открыть” ногу, с которой она начнет следующее вращение; этот шаг допускается. Больше никаких дополнительных шагов.

**б) Может ли гимнастка сделать дополнительный шаг для смены ног, чтобы она могла выполнить переворот “удобным” для нее способом?**

Гимнастка не может делать “лишних” шагов, допускается только шаг непосредственно на ногу для следующего вращения.

### **Комбинации танцевальных шагов (S)**

**50. В Комбинации танцевальных шагов не разрешается выполнять пре-акробатические элементы или Циркуль. Это означает Циркуль как VD. Разрешается ли выполнять модификации Циркуля (свободная нога согнута)?**

Модификации Циркуля не разрешаются при выполнении Комбинации танцевальных шагов, а также не разрешаются любые модификации пре-акробатических элементов.

Такие модификации могут быть выполнены до или после 8 секунд Комбинации танцевальных шагов.

**51. Гимнастка выполняет Комбинацию танцевальных шагов, выполняя требование 8 секунд, но последние 2 секунды она выполняет шаги как подготовку к следующей Трудности. Должны ли судьи засчитать такую Комбинацию танцевальных шагов?**

Последние два шага Комбинации танцевальных шагов должны выражать характер движений в гармонии с остальной Комбинацией и не быть простыми подготовительными шагами, так как в этом случае Комбинация танцевальных шагов не засчитывается, потому что не соответствует определению полных 8 секунд.



**THE RHYTHMIC GYMNASTICS NEWSLETTER – N° 03  
January 2021**

**52. Если гимнастка выполняет Комбинацию танцевальных шагов и через 10 секунд после правильного выполнения теряет предмет, как это оценит судья?**

Если гимнастка завершает 8 секунд, выполняя все требования к Комбинации танцевальных шагов, после этого теряет предмет, это означает, что гимнастка выполнила требуемую Комбинацию танцевальных шагов.

Судья D даст оценку, а судья Исполнения применит сбавку за потерю предмета.

**53. Каждые S должны быть выполнены минимум с 1 Фундаментальным техническим элементом предмета. В каких случаях Фундаментальный Технический элемент предмета не засчитывается и, следовательно, недействителен?**

Фундаментальные технические элементы предмета не засчитываются в следующих случаях:

- Работа с предметом не выполняется в соответствии с определением.
- Техническая ошибка Исполнения 0.30 или более при работе предмета, включая потерю предмета.

Танцевальные шаги не будут засчитаны, если Фундаментальный технический элемент предмета выполнен с одной или обеими вышеперечисленными ошибками.

**54. Если Комбинация танцевальных шагов выполняется в течение 16 секунд, это 1 или 2 Комбинации?**

Каждая Комбинация танцевальных шагов должна соответствовать требованиям. Если в течение 16 секунд присутствует каждое требование два раза, то в этом случае будет 2 Комбинации танцевальных шагов. Если, например, имеется только 1 Фундаментальный технический элемент предмета, то засчитывается одна более Длинная Комбинация танцевальных шагов.





**55. Для Фундаментального элемента требуется ловля мяча одной рукой: если гимнастка ловит мяч одной рукой, а затем сразу же поддерживает его другой рукой, является ли такая ловля действительной для требования к Фундаментальному элементу?**

Да, эта работа предмета приемлема для Фундаментального элемента с технической ошибкой Исполнения 0.10.

### Артистическое Исполнение

**56. Какое наказание должно быть применено, если гимнастка определенно закончила упражнение до окончания музыки?**

Сбавка 0.50 должна быть применена за отсутствие гармонии между музыкой и движением в конце упражнения.

**57. Должна ли быть применена сбавка в Артистическом Исполнении упражнения, если большинство бросков, которые делает гимнастка, выполняются с одной и той же техникой?**

Сбавка 0.20 должна быть применена за отсутствие разнообразия в технике элементов предмета.

**58. Что это означает, когда гимнастка не соблюдает динамические изменения в музыке и необходимо применить сбавку 0.30?**

Гимнастка должна демонстрировать динамические изменения путем контрастов в энергии, силе, скорости и интенсивности движений ее тела и предмета в соответствии с изменениями в музыке. Для музыки, не имеющей опознаваемых динамических изменений, гимнастка создает свои собственные изменения, заметно меняя скорость, стиль или интенсивность движений своего тела и/или предмета. В упражнении должно быть по крайней мере одно идентифицируемое динамическое изменение; в противном случае будет применена сбавка 0.30.



**Групповое упражнение**  
**Трудности тела**

**59. Если три (большинство) гимнастки группы при правильной форме Равновесия не удерживают Равновесия минимум 1 секунду, является ли BD действительной? Какова должна быть сбавка в техническом Исполнении?**

BD засчитывается. Сбавка в техническом Исполнении 0.30 (общая сбавка).

**60. В групповом упражнении должна присутствовать минимум 1 Трудность из каждой группы тела. Могут ли эти Трудности быть выполнены в подгруппах в очень быстрой последовательности?**

Эти Трудности нельзя выполнять в подгруппах. Они должны выполняться одновременно или в очень быстрой последовательности всеми 5 гимнастками.

В случае, если BD не выполняется одновременно или в очень быстрой последовательности, применяется сбавка 0.30 судьями D1 – D2.

**61. Во время Комбинации танцевальных шагов, если гимнастка отбивает мяч и партнерша принимает этот отбив, засчитывается ли это как Фундаментальный элемент?**

Нет, каждая гимнастка должна выполнить полный/ действительный Фундаментальный элемент.

**Трудность Обмена**

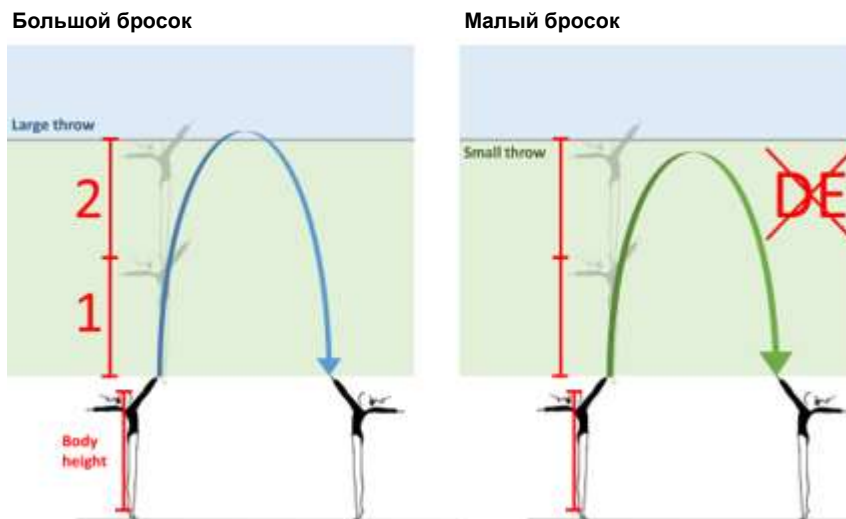
**62. DE действительны только в том случае, когда Обмен предметами выполняется между гимнастами большими бросками (без “Бумеранга”). Большие броски определяются требуемой высотой (минимум два роста гимнастки) или расстоянием не менее 6 м между гимнастками. Расстояние 6 м должно быть между теми гимнастками, которые обмениваются друг с другом в момент броска и/или в момент ловли. Было бы полезно ознакомиться с официальными примерами и дополнительными письменными пояснениями.**



THE RHYTHMIC GYMNASTICS NEWSLETTER – N° 03  
January 2021

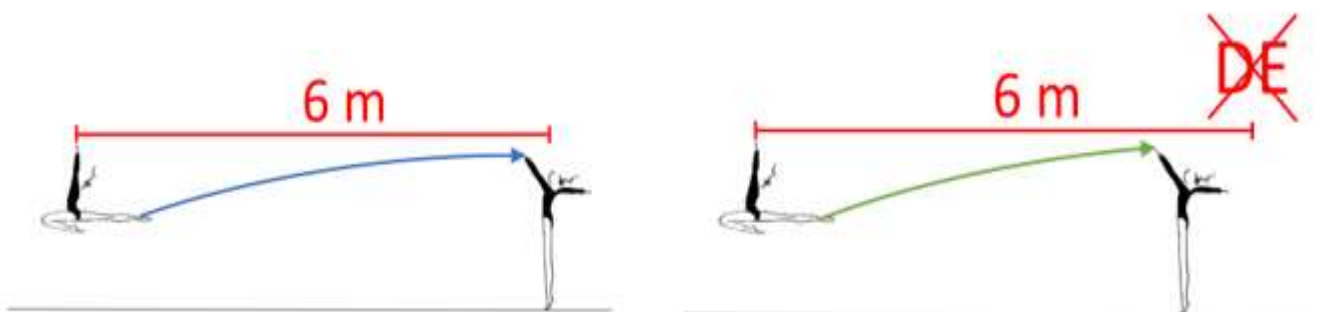
Пример 1 и пояснение:

**DE** с большим броском предмета в положении стоя (минимум два роста гимнастки)



Пример 2 и пояснение:

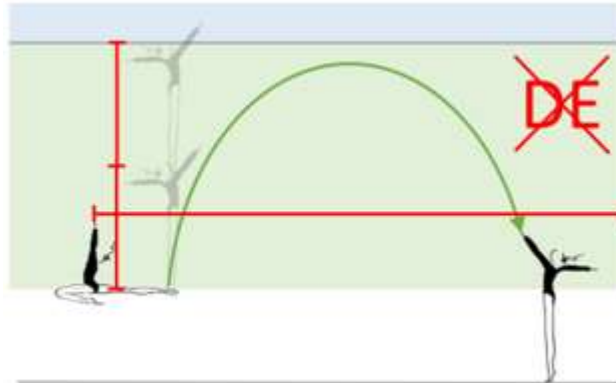
**DE** с дальним броском предмета (расстояние между гимнастками минимум 6 м)





Пример 3 и пояснение:

**DE** не засчитывается (бросок небольшой, недалний)



**63. Когда 5 гимнасток выполняют бросок предметов на расстояние 6 м и на малой высоте (менее чем два роста гимнастки), но расстояние между 2 гимнастками в одной подгруппе оказывается менее 6 м, засчитывается ли DE?**

Нет, DE не засчитывается. Если бросок небольшой, то все 5 гимнасток должны выполнить бросок на расстояние 6 м, если нет других доступных критериев.

**64. Гимнастки выполняют DE с неточной траекторией броска предмета: одна гимнастка ловит предмет после одного шага; другая гимнастка – после 3 шагов. Засчитывается ли DE? Какая должна быть сбавка?**

- DE засчитывается (#. 2.2.5)
- Сбавка в техническом Исполнении должна составлять 0.50 (исходя из общего количества шагов, выполненных к самому дальнему предмету)

**65. Может ли одна и та же BD быть выполнена во второй раз в качестве критерия во время Трудности Обмена?**

Да, это не повторение; BD (только ценностью 0.10) в Обмене является критерием и может быть выполнена второй раз.



**THE RHYTHMIC GYMNASTICS NEWSLETTER – N° 03  
January 2021**

**66. Гимнастки выполняют DE с ловлей предмета после отбива от пола и остановкой его во время переворота боком на предплечьях “Колесо”. Действительна ли эта DE?**

Да, DE засчитывается (#. 2.6.3. Дополнительные критерии DE: непосредственный отбив предмета от разных частей тела, от пола).

**67. На сколько градусов должно быть вращение  $\phi$  в качестве критерия в Трудности Обмена?**

Критерий вращение  $\phi$  должен быть не менее  $360^\circ$ , как и во всех случаях для вращения, если в тексте не указано  $180^\circ$ .

**68. Одна гимнастка выполняет Сотрудничество  $C \rightarrow$  без помощи рук и без зрительного контроля. Две других гимнастки не выполняют главного действия, они только ловят предмет без помощи рук и без зрительного контроля. Какова ценность этого Сотрудничества?**

Ценность этого Сотрудничества = 0,40

0.20  $C \rightarrow$  + 0.10 – бросок предмета без помощи рук + 0.10 бросок предмета без зрительного контроля гимнасткой, выполняющей основное действие.

**69. Бросок из-под ноги двух или более предметов одновременно в разные стороны во время прыжка или элемента с вращением: может ли критерий “без зрительного контроля” быть засчитан для этого броска?**

Да, этот тип броска допустим для критерия “без зрительного контроля”.

**70. Пожалуйста, уточните высоту броска, необходимую для Сотрудничеств CR и CRR.**

Для этих типов Сотрудничества требуются средние или большие броски. Эти Сотрудничества следуют тому же принципу, что и Индивидуальные R (не могут быть выполнены с малым броском).



**71. Когда отбив от части тела используется в качестве броска для начала CR/CRR/CRRR, должен ли отбив иметь необходимую высоту, как бросок, чтобы быть засчитанным?**

Да, как в # 70, потому что отбив служит в качестве броска.

**72. Когда отбив от части тела используется в качестве ловли в CR/CRR/CRRR, может ли отбив иметь любую высоту?**

Да, он может иметь любую высоту, если это ловля. Причем после отбива предмет должен быть пойман, чтобы Сотрудничество было засчитано.

**73. Можно ли использовать отбив обруча в Сотрудничестве в качестве ловли и одновременно в качестве броска для следующего Сотрудничества?**

Один отбив может быть и ловлей, и броском для следующего элемента, если высота достаточна для броска (требуется средний или большой бросок).

**74. Сотрудничества CR или CRR выполняются с малым броском: эти Сотрудничества засчитываются? Если нет, то будет ли применена Техническая сбавка в Исполнении?**

Сотрудничества CR или CRR, выполненные с малым броском, не засчитываются. Нет сбавки в техническом Исполнении.

**75. Какова требуемая высота бросков в Сотрудничествах CC и C<sup>↗</sup> ?**

Сотрудничество CC требует малый или средний бросок.

Сотрудничество C<sup>↗</sup> требует средний или большой бросок.

**76. Используется ли в Сотрудничествах расстояние 6 м для определения большого броска, как и высота?**

Нет, расстояние не используется для определения большого броска в Сотрудничествах. Расстояние 6 м используется для определения действительности броска только в Трудности Обмена.



## **77. Засчитывается ли Трудность Сотрудничества с узлом на ленте?**

Сотрудничество с узлом на ленте засчитывается, если выполняются другие Требования к Сотрудничеству.

## **78. Пожалуйста, уточните сбавку в техническом Исполнении в Сотрудничестве CRR2:**

- а) для двух последовательно потерянных предметов в одном и том же элементе; две ловли в CRR2 выполняются в быстрой последовательности**
- б) для двух предметов, потерянных в разных элементах, но одна потеря является следствием другой потери**

### **Мы применяем наказание только один раз?**

Сбавка будет применяться каждый раз, потому что гимнастки потеряли предметы не одновременно.

## **79. Когда Группа выполняет Сотрудничество CRR, можно ли оценить новое Сотрудничество, которое начинается до завершения первоначального Сотрудничества?**


Сотрудничества с Динамическими элементами вращения тела (# 6.4) определяются гимнасткой (гимнастками), выполняющими главное действие, поэтому до тех пор, пока главное действие не будет завершено (ловля предмета гимнасткой, выполняющей главное действие), новое Сотрудничество не может быть оценено.

## **80. Если Группа выполняет Сотрудничество, где одна подгруппа выполняет CR, а вторая подгруппа выполняет CRR, и они связаны предметами допустимым образом, можно ли оценить отдельно, как CR, так и CRR?**

Нет, дается одна самая низкая ценность – это положение разъяснено в Информационном письме № 1, раздел D3 – D4, # 4.



## Артистическое Исполнение

**81. Необходимо ли применять сбавку, если большинство Сотрудничеств, выполненных в упражнении является  ?**

Каждое групповое упражнение должно содержать различные типы Сотрудничеств. Должен присутствовать баланс между различными типами Сотрудничества. Если один тип Сотрудничества перегружает композицию, сбавка в Артистическом Исполнении составляет 0.20.

**82. Необходимо соблюдать баланс между различными типами коллективной работы. Какая сбавка будет применена в случае отсутствия одного вида коллективной работы?**

Нет никаких конкретных сбавок за отсутствие одного вида коллективной работы, есть только стремление к сбалансированности. Существует сбавка 0.20, когда один тип коллективной работы преобладает в композиции.