

ПОГОДЖЕНО
Президент УФГ



Ірина ДЕРІЮГІНА



ЗАТВЕРДЖУЮ
Заступник Міністра
молоді та спорту України

Олексій НІКІТЕНКО

№

ХУДОЖНЯ ГІМНАСТИКА



ПРАВИЛА 2025-2028

Схвалені Виконавчим Комітетом
Дата публікації :
Дата перекладу українською



СЕД Megapolis.DocNet
Міністерство молоді та спорту України
№8/3.1/25 від 04.02.2025
КЕП: Нікітенко О. В. 04.02.2025 13:19
3FAA9288358EC003040000015FD3800115AD300
року.
топада 2024 року

Цей переклад був дозволений FIG, однак лише англійська версія є офіційною та дійсною.

Copyright:
The Code of Points is the property of the FIG.
Any translation or reproduction of the Code is strictly prohibited without the prior written consent of the FIG.

Перекладачі та коректори, які працювали над українським перекладом :

- Акопян Ганна
 - Барбулов Ілона
 - Басарія Ольга
 - Болба Марина
 - Гомон Євгенія
 - Добряк Олександра
 - Іванів Ірина
 - Костюк Анастасія
 - Кузовенкова Єлизавета
 - Ленишин Вікторія
 - Михайлова Анна
 - Мустафаєва Наталія
 - Оксамитна Ольга
 - Орловська Дарія
 - Офіцерова Катерина
 - Мещаненкова Анастасія
 - Пермінова Ганна
 - Полоніна Любов
 - Репйова Олена
 - Рижкова Аліна
 - Руда Ірина
 - Руда Юлія
 - Руснак Оксана
 - Семенюк Марина
 - Серова Олександра
 - Станкевич Наталія
 - Така Альона-Марія
 - Теслюк Наталія
 - Фокіна Альона
 - Шваєцька Карина
 - Щербина Софія
 - Якимець Альвіна
-
- **Головний редактор :** Виноградна Лідія

ВСТУПНА ЧАСТИНА

Технічний комітет FIG з художньої гімнастики (FIG RG TC) із задоволенням представляє Кодекс правил художньої гімнастики, який буде введено в дію з 1 січня 2025 року по 31 грудня 2028 року.

Основні цілі Кодексу балів включають допомогу тренерам і спортсменам у постановці вправ з художньої гімнастики та надання стандартизованих, об'єктивних засобів оцінки виступів з художньої гімнастики.

У Кодексі правил з художньої гімнастики на 2022-2024 роки були внесені значні зміни в більшість компонентів оцінки впродовж олімпійського циклу. На момент завершення роботи над Кодексом правил на 2025-2028 рр. широке розуміння та повний вплив змін 2022-2024 рр. лише починають стабілізуватися. Таким чином, TC RG FIG дійшов висновку, що новий раунд переосмислення компонентів правил був би передчасним. Натомість, наміри цього перегляду полягали в тому, щоб:

- виправити деякі проблеми, виявлені протягом циклу 2022-2024 років,
- включити роз'яснення, які були надані протягом циклу 2022-2024 років,
- спростити деякі аспекти оцінювання, а також
- покращити можливості здорової спортивної кар'єри спортсменів.

Під час перегляду було отримано, враховано та пропрацьовано цінний внесок від кількох організацій:

- Комісія FIG з боротьби з допінгом, медичного та психічного здоров'я
- Зустрічі з топ-10 тренерами
- Відгуки від федерацій-членів FIG
- Зустрічі за круглим столом з Федераціями-членами FIG під час Чемпіонатів світу
- Континентальні союзи та їхні президенти технічних комітетів з художньої гімнастики
- Зустрічі між представником спортсмена та спортсменами
- Через регулярні діалоги зі спортсменами та судьями протягом циклу

Подяки:

Членами TC 2022-2024 FIG RG, відповідальними за поточний перегляд, є:

Президент:	Noha ABOU SHABANA	EGY
1 st віце-президент:	Isabell SAWADE	GER
2 nd віце-президент:	Maria PETROVA MIHAYLOVA	BUL
Член:	Natalya BULANOVA	AZE
Член:	Márcia Regina AVERSANI LORENCO	BRA
Секретар:	Marie M. H. MOLTUBAKK	NOR
Представник атлетів:	Siyana VASILEVA	AZE
FIG Спортивний менеджер:	Sylvie MARTINET	
Піктограми:	Gérald BIDAULT (FIG) Natalya BULANOVA	AZE
Ілюстрації:	Gérald BIDAULT (FIG) Marie M. H. MOLTUBAKK	NOR
Корекція:	Marie M. H. MOLTUBAKK	NOR

Від імені FIG RG TC,



Noha Abou Shabana
Президент, FIG RG TC

А. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНІ ВПРАВИ	8
1. ЗМАГАННЯ ТА ПРОГРАМИ	8
2. ХРОНОМЕТРАЖ	8
3. СКЛАД СУДДІВСЬКОЇ КОЛЕГІЇ: ОФІЦІЙНІ ЧЕМПІОНАТИ ТА ІНШІ ЗМАГАННЯ	9
4. НАРАДИ СУДДІВ/ ІНСТРУКЦІЇ	12
5. ПІДРАХУНОК ФІНАЛЬНОЇ ОЦІНКИ	12
6. ПРОТЕСТИ НА ОЦІНКУ	12
7. ЗМАГАЛЬНИЙ КИЛИМ	12
8. ПЕРЕРВАНА ВПРАВА	14
9. ПРЕДМЕТИ	14
10. ЗМАГАЛЬНИЙ ОДЯГ ГІМНАСТОК	17
11. ВИМОГИ ДО МУЗИЧНОГО СУПРОВОДУ	19
12. ДИСЦИПЛІНА ГІМНАСТОК	20
13. ДИСЦИПЛІНА ТРЕНЕРІВ	21
14. ПЕНАЛЬТІ	22
В. СКЛАДНІСТЬ (D) ІНДИВІДУАЛЬНІ ВПРАВИ	23
1. ОГЛЯД СКЛАДНОСТІ	23
2. СКЛАДНІСТЬ ТІЛА (DV)	24
3. ТЕХНІЧНІ ЕЛЕМЕНТИ ПРЕДМЕТА	29
4. ДИНАМІЧНІ ЕЛЕМЕНТИ З РОТАЦІЄЮ (R)	43
5. СКЛАДНІСТЬ ПРЕДМЕТУ (DA)	59
6. НОВА ОРИГІНАЛЬНА СКЛАДНІСТЬ ПРЕДМЕТУ	72
7. ОЦІНКА СКЛАДНОСТІ (D)	73
8. СТРИБКИ	74
9. ТАБЛИЦЯ СКЛАДНОСТІ СТРИБКІВ (\wedge)	78
10. РІВНОВАГИ	84
11. ТАБЛИЦЯ СКЛАДНОСТЕЙ РІВНОВАГ (\top)	90
12. РОТАЦІЇ	93
13. ТАБЛИЦЯ СКЛАДНОСТЕЙ РОТАЦІЙ (\circ)	100
С. АРТИСТИЗМ (A) ІНДИВІДУАЛЬНІ ВПРАВИ	104
1. ОЦІНЮВАННЯ БРИГАДОЮ СУДДІВ АРТИСТИЗМУ	104
2. АРТИСТИЧНА СТРУКТУРА ТА ВИКОНАННЯ: ЦІЛІ КОМПОЗИЦІЇ	104
3. КЛЮЧОВА ІДЕЯ та ХАРАКТЕР	105
4. ЕКСПРЕСІЯ	107
5. КОМБІНАЦІЇ ТАНЦЮВАЛЬНИХ КРОКІВ	108
6. ДИНАМІЧНІ ЗМІНИ: СТВОРЕННЯ КОНТРАСТІВ – ТА ЕФЕКТІВ З МУЗИКОЮ	110
7. З'ЄДНАННЯ	112
8. РИТМ І ЗАКІНЧЕННЯ ПІД МУЗИКУ	113
9. ВИКОРИСТАННЯ ПРОСТОРУ	114
10. ПЕРЕРИВАННЯ ЄДНОСТІ ВПРАВИ	115
11. ІНДИВІДУАЛЬНІ ПОМИЛКИ АРТИСТИЗМУ	116
Д. ВИКОНАННЯ (E) ІНДИВІДУАЛЬНІ ВПРАВИ	118
1. ОЦІНКА ІНДИВІДУАЛЬНИХ ВПРАВ СУДДЯМИ БРИГАДИ ВИКОНАННЯ (E)	118
2. ПОЯСНЕННЯ ЩОДО ПЕНАЛЬТІ СУДДІВ БРИГАДИ ВИКОНАННЯ (E)	118
3. РУХИ ТІЛА	123
4. ТЕХНІКА З КОЖНИМ ПРЕДМЕТОМ	124
5. ТЕХНІКА З УСІМА ПРЕДМЕТАМИ	126
Е. ДОДАТОК ІНДИВІДУАЛЬНІ ВПРАВИ	127
1. ПРОГРАМА ПРЕДМЕТІВ	127
2. ТЕХНІЧНА ПРОГРАМА ДЛЯ ЮНІОРОК – ІНДИВІДУАЛЬНІ ВПРАВИ	128
3. ОГЛЯД СКЛАДНОСТІ ДЛЯ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ЮНІОРОК	129
4. СКЛАДНІСТЬ ТІЛА (DV)	129
5. ТЕХНІЧНІ ЕЛЕМЕНТИ ПРЕДМЕТУ	130
6. ДИНАМІЧНІ ЕЛЕМЕНТИ З РОТАЦІЄЮ (R)	133
7. СКЛАДНІСТЬ ПРЕДМЕТУ (DA)	133
8. ОЦІНКА СКЛАДНОСТІ (D)	136

А. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ ГРУПОВІ ВПРАВИ	138
1. ЗМАГАННЯ ТА ПРОГРАМИ	138
2. КІЛЬКІСТЬ ГІМНАСТОК	138
3. ХРОНОМЕТРАЖ	139
4. СКЛАД СУДДІВСЬКОЇ КОЛЕГІЇ: ОФІЦІЙНІ ЧЕМПІОНАТИ ТА ІНШІ ЗМАГАННЯ	139
5. НАРАДИ СУДДІВ/ ІНСТРУКЦІЇ	142
6. ПІДРАХУНОК ФІНАЛЬНОЇ ОЦІНКИ	143
7. ПРОТЕСТИ НА ОЦІНКУ	143
8. ВИХІД	143
9. ЗМАГАЛЬНИЙ КИЛИМ	143
10. ПЕРЕРВАНА ВПРАВА	145
11. ПРЕДМЕТИ	145
12. ЗМАГАЛЬНИЙ ОДЯГ ГІМНАСТОК	148
13. ВИМОГИ ДО МУЗИЧНОГО СУПРОВОДУ	150
14. ДИСЦИПЛІНА ГІМНАСТОК	151
15. ДИСЦИПЛІНА ТРЕНЕРІВ	151
16. ПЕНАЛЬТІ	152
В. СКЛАДНІСТЬ (D) ГРУПОВІ ВПРАВИ	153
1. ОГЛЯД СКЛАДНОСТІ	153
2. СКЛАДНІСТЬ ТІЛА (DV)	154
3. ТЕХНІЧНІ ЕЛЕМЕНТИ ПРЕДМЕТА	160
4. СКЛАДНІСТЬ З ОБМІНОМ (DE)	171
5. ДИНАМІЧНІ ЕЛЕМЕНТИ З РОТАЦІЄЮ (R)	181
6. СКЛАДНІСТЬ ІЗ ВЗАЄМОДІЯМИ (DC)	184
С. АРТИСТИЗМ (A) ГРУПОВІ ВПРАВИ	199
1. ОЦІНЮВАННЯ БРИГАДОЮ СУДДІВ АРТИСТИЗМУ	199
3. КЛЮЧОВА ІДЕЯ І ХАРАКТЕР	201
4. ЕКСПРЕСІЯ	202
5. КОМБІНАЦІЇ ТАНЦЮВАЛЬНИХ КРОКІВ (S)	204
7. КОЛЕКТИВНА РОБОТА	210
8. З'ЄДНАННЯ (ЗВ'ЯЗКИ)	211
9. РИТМ І ЗАКІНЧЕННЯ З МУЗИКОЮ	212
10. ШИКУВАННЯ (ФОРМАЦІЇ)	213
11. ПЕРЕРИВАННЯ ЄДНОСТІ	215
12. ПОБУДОВА ТІЛА/ПІДНЯТЕ ПОЛОЖЕННЯ	215
13. КОНТАКТ МІЖ ПРЕДМЕТАМИ І ГІМНАСТКАМИ	216
14. ГРУПОВІ ПОМИЛКИ В АРТИСТИЗМІ	217
D. ВИКОНАННЯ (E) ГРУПОВІ ВПРАВИ	220
1. ОЦІНКА ГРУПОВИХ ВПРАВ СУДДЯМИ БРИГАДИ ВИКОНАННЯ (E)	220
2. ПОЯСНЕННЯ ЩОДО ПЕНАЛЬТІ СУДДІВ БРИГАДИ ВИКОНАННЯ (E)	220
3. КОЛЕКТИВНА РОБОТА	225
4. РУХИ ТІЛА	225
5. ТЕХНІКА З КОЖНИМ ПРЕДМЕТОМ	227
6. ТЕХНІКА З УСІМА ПРЕДМЕТАМИ	229
Е. ДОДАТОК ГРУПОВІ ВПРАВИ	230
1. ПРОГРАМА РОЗПОДІЛУ ПРЕДМЕТІВ	230
2. ТЕХНІЧНІ ПРОГРАМИ ДЛЯ ЮНІОРІВ – ГРУПОВІ ВПРАВИ	231
3. ОГЛЯД СКЛАДНОСТІ ДЛЯ ЮНІОРІВ У ГРУПОВИХ ВПРАВАХ	231
4. СКЛАДНІСТЬ ТІЛА (DV)	232
5. ТЕХНІЧНІ ЕЛЕМЕНТИ ПРЕДМЕТУ	232
6. СКЛАДНІСТЬ З ОБМІНОМ (DE)	236
7. ДИНАМІЧНІ ЕЛЕМЕНТИ З РОТАЦІЄЮ (R)	237
8. СКЛАДНІСТЬ ПРЕДМЕТУ (DA)	237
9. ОЦІНКА СКЛАДНОСТІ (D)	238
10. АРТИСТИЗМ ТА ВИКОНАННЯ	239

ЧАСТИНА 1: ІНДИВІДУАЛЬНІ ВПРАВИ

ЧАСТИНА 1 – ІНДИВІДУАЛЬНІ ВПРАВИ

А. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ

ІНДИВІДУАЛЬНІ ВПРАВИ

Примітка: В даному документі поняття статі, яке використовується по відношенню до будь-якої фізичної особи, повинне розумітися як таке, що включає всі статі, якщо немає спеціального положення про інше.

1. ЗМАГАННЯ ТА ПРОГРАМИ

1.1. Офіційні Чемпіонати та змагальні програми Художньої Гімнастики

Індивідуальні, Групові та Командні Змагання

Індивідуальні Змагання:

- Кваліфікаційні Змагання для Фіналу Багатоборства, Командного заліку, Фіналів в окремих видах
- Фінали Багатоборства – 4 предмети
- Фінали з окремих видів – 4 предмети

Командний Залік:

Командний Залік визначається шляхом додавання 8 найкращих балів індивідуальних гімнасток команди плюс бали 2 вправ групи.

Програма предметів FIG на поточний рік визначає предмети, необхідні для кожної вправи (див. *Е. Додаток*).

Для отримання додаткової інформації щодо офіційних змагань FIG, див. *Технічний Регламент* (Розділ 1 і Розділ 3).

1.2. Програма для індивідуальних гімнасток

1.2.1. Програма індивідуальних гімнасток сеньйорів і юніорів зазвичай складається з 4 вправ (див. Програму предметів FIG для сеньйорів і юніорів у *Е. Додатку*):

- Обруч 
- М'яч 
- Булави 
- Стрічка 

1.2.2. Тривалість кожної вправи від 1'15" до 1'30".

2. ХРОНОМЕТРАЖ

2.1. Секундомір запускається, як тільки гімнастка починає рухатися, і зупиняється, як тільки гімнастка повністю нерухома.

2.2. Короткий музичний вступ – до 4 секунд – без руху тіла та/або предмету допускається (див. Артистизм, №2.5).

2.3. Хронометраж, пов'язаний з виступом (підготовка перед вправою, тривалість вправи), буде проводитись у вимірі повних секунд.



Пенальті Судді-хронометриста: 0,05 за кожну додаткову або бракуючу секунду, у вимірі повних секунд.
Приклад: 1'30.99 = без пенальті; 1'31.00 = пенальті 0,05.

3. СКЛАД СУДДІВСЬКОЇ КОЛЕГІЇ: ОФІЦІЙНІ ЧЕМПІОНАТИ ТА ІНШІ ЗМАГАННЯ

3.1. Верховне Журі

Див. Технічний регламент (Розділ 1 та Розділ 3).

3.2. Суддівські бригади для індивідуальних вправ

- 3.2.1.** На офіційних змаганнях FIG, Чемпіонатах Світу та Олімпійських Іграх кожна колегія буде складатись з 3 суддівських бригад: D-бригада (Складність), A-бригада (Артистизм) та E-бригада (Виконання).
- 3.2.2.** Судді зі Складності, Артистизму та Виконання визначаються та призначаються Технічним Комітетом FIG ХГ відповідно до *Технічного Регламенту, Загальних Правил Суддівства та Спеціальних Правил Суддівства*.
- 3.2.3.** Під час змагань за технічним столом суддям буде заборонено користуватися будь-якими електронними пристроями для розмови, передачі або отримання повідомлень або інформації (мобільні телефони, міні-ноутбуки, комп'ютери, підключені годинники і т.д.), а також використовувати будь-які фотоапарати або відео пристрої (див. Технічний регламент, Розділ 1, Ст.5.4).

3.3. Склад суддівських бригад

3.3.1. Бригада Складності (D): 4 судді, розділені на 2 підгрупи:

- Підгрупа 1 (D): 2 судді (**DB1, DB2**) працюють незалежно, виставляють свої індивідуальні оцінки, а потім виставляють **загальну оцінку DB**.
- Підгрупа 2 (D): 2 судді (**DA1, DA2**) працюють незалежно, виставляють свої індивідуальні оцінки, а потім виставляють **загальну оцінку DA**.

3.3.2. Бригада Артистизму (A): 4 судді (**A1, A2, A3, A4**)

3.3.3. Бригада Виконання (E): 4 судді (**E1, E2, E3, E4**)

3.3.4. Мінімальні стандарти для суддівських бригад для різних груп змагань, зареєстрованих FIG: *Див. Загальні Суддівські Правила, Ст.11.*

3.4. Функції Суддів Складності – (D)

- 3.4.1. 1-а підгрупа (DB)** записує зміст вправи символами, оцінюючи кількість і цінність Складності тіла (**DB**) та кількість і цінність Динамічних елементів з ротацією (**R**).
- 3.4.2.** Ці судді оцінюють всю вправу незалежно, подають свої індивідуальні бали (з метою суддівського оцінювання), не консультуючись з іншими суддями, а потім виставляють **загальний бал DB*** (див. п.3.8).
- 3.4.3. 2-а підгрупа (DA)** записує зміст вправи символами, оцінюючи кількість і цінність Складності предмету (**DA**).
- 3.4.4.** Ці судді оцінюють всю вправу незалежно, подають свої індивідуальні бали (з метою суддівського оцінювання), не консультуючись з іншими суддями, а потім виставляють **загальний бал DA*** (див. п.3.8).
- 3.4.5. Фінальна оцінка D:** Сума загальної оцінки **DB** та загальної оцінки **DA**.

3.5. Функції Суддів Артистизму – (А)

- 3.5.1. 4 судді (**A1, A2, A3, A4**) оцінюють помилки артистизму шляхом відрахування. Ці судді оцінюють всю вправу незалежно і виставляють своє індивідуальне пенальті* (див. п.3.8), не консультуючись з іншими суддями.
- 3.5.2. Коли Артистизм оцінюється **4 суддями**, найвище і найнижче пенальті відкидаються, а з решти **2 пенальті**, що залишились, визначається середнє для отримання **кінцевого пенальті за Артистизм**.
- 3.5.3. Коли Артистизм оцінюється **2-3 суддями**, **серед усіх пенальті** визначається середнє для отримання **кінцевого пенальті за Артистизм**.
- 3.5.4. **Фінальна оцінка А:** Кінцеве пенальті за Артистизм віднімається від **10,00**.

3.6. Функції Суддів Виконання – (Е)

- 3.6.1. 4 судді (**E1, E2, E3, E4**) оцінюють технічні помилки шляхом відрахування. Ці судді оцінюють всю вправу незалежно і виставляють своє індивідуальне пенальті * (див. п.3.8), не консультуючись з іншими суддями.
- 3.6.2. Коли Виконання оцінюється **4 суддями**, найвище і найнижче пенальті відкидаються, а з решти **2 пенальті**, що залишились, визначається середнє для отримання **кінцевого пенальті за Виконання**.
- 3.6.3. Коли Виконання оцінюється **2-3 суддями**, **серед усіх пенальті** визначається середнє для отримання **кінцевого пенальті за Виконання**.
- 3.6.4. **Фінальна оцінка Е:** Кінцеве пенальті за Виконання віднімається від **10,00**.

3.7. Суддівські записи

Під час змагань, наприкінці ротації та/або наприкінці змагань, Голова Верховного Жюрі може запросити суддівські записи, на яких зазначені номер, ім'я гімнастки, Національна Федерація та предмет, а також показане оцінювання за кожен вправу.

3.8. Можливість технологічного вдосконалення систем підрахунку балів (*)

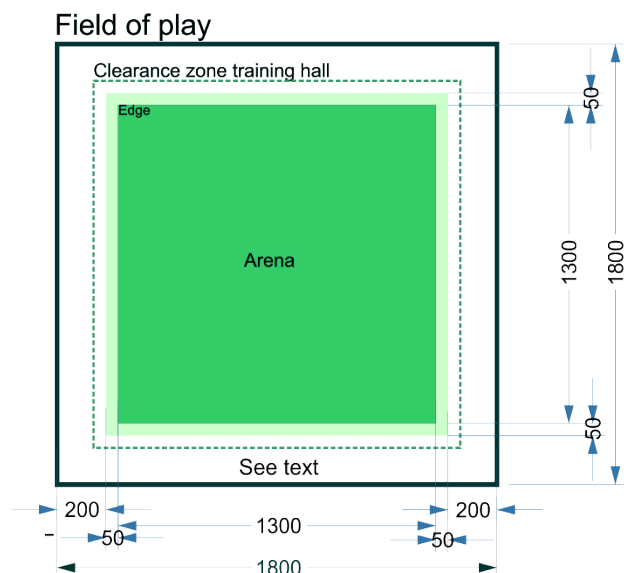
Можливо, що технологічний прогрес протягом циклу дозволить виставлення пенальті, вартості та/або балів в різних форматах, з різною розбивкою. У такому випадку пункти, що описують виставлення балів/пенальті, позначені (*), можуть бути адаптовані відповідним чином.

3.9. Функції Суддів-хронометристів та Суддів на лінії

3.9.1. Обов'язки Суддів-хронометристів (1 або 2):

- Запускає секундомір, коли кожна гімнастка починає підготовку стартової пози, щоб контролювати тривалість можливої затримки (див. №9.3.3).
- Контролює тривалість вправи.
- Контролює порушення часу і записує точну кількість часу, що перевищує або не досягає ліміту, якщо немає комп'ютерного введення.
- Подає відповідну форму Голові Верховного Жюрі.
- Якщо гімнастка втрачає предмет в кінці вправи і **не демонструє фінальну позу** або **не повертається на змагальний килим**, тому що музика закінчилася, Суддя -хронометрист рахує момент, коли гімнастка повертає предмет або залишає вільну зону, **як останній рух**.

Ілюстрація **вільної зони** на Змагальному килимі (див. *Норми FIG по Предметах*):



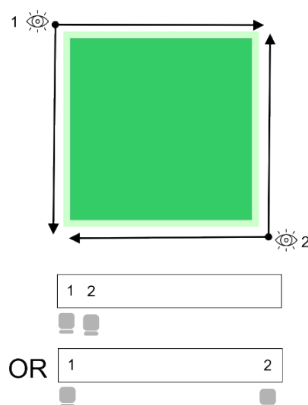
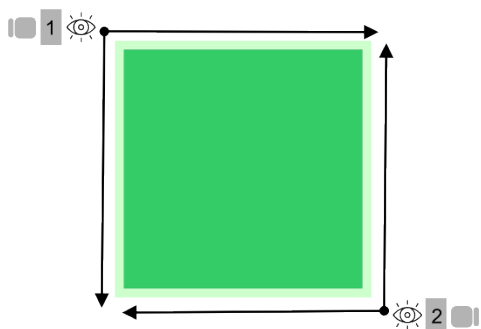
3.9.2. Обов'язки Суддів на лінії (2):

- Визначає **перетин** лінії площадки предметом, 1 або 2 ногами, будь-якою частиною тіла, а також **вихід** предмету за площадку.
- Піднімає прапор, якщо предмет та/або тіло перетинає лінію або виходить за змагальний килим.
- Піднімає прапор, якщо гімнастка залишає змагальний килим під час вправи.
- Подає відповідну форму на ім'я Голови Верховного Журі.
- Суддя на лінії повинен відстежувати і застосовувати пенальті за будь-який перетин лінії до останнього руху гімнастки: Після останнього руху не застосовується жодне пенальті за перетин лінії, навіть якщо музика все ще грає.

3.9.3. Позиція Суддів на лінії:

Приклад 1: Судді на лінії сидять на протилежних кутах і відповідають за 2 лінії та кут праворуч від них.

Приклад 2: Судді на лінії сидять за суддівським столом і спостерігають за лініями та кутом на моніторі за допомогою відеокамери.



3.9.4 **Апеляція на перегляд пенальті від Судді на лінії або Судді-хронометриста:** Якщо тренер має сумніви стосовно пенальті від Судді на лінії або Судді-хронометриста, він може подати усний запит на перегляд до відповідального за протести в такі самі терміни, що і для всіх протестів (див. *Технічний регламент*, Розділ 1, ст. 8.5).

3.10. Функції Секретаря

Секретарі повинні володіти Правилами Суддівства і комп'ютером; вони зазвичай призначаються Оргкомітетом. Під наглядом Голови Верховного Жюрі вони відповідають за точність усіх записів у комп'ютері, дотримання правильного порядку виходу команд і гімнасток, зелений і червоний світла, а також за правильне відображення Фінальних оцінок.

3.11. Функції Відповідального судді

Суддя DA1 несе відповідальність за всі пенальті Відповідального судді у співпраці з Головою Верховного Жюрі. Всі пенальті Відповідального судді, зазначені в таблиці (№14), будуть подані на офіційному бланку суддею DA1 і **будуть перевірені** Головою Верховного Жюрі.

3.12. Для отримання **будь-якої іншої інформації** щодо бригади суддів, їхньої структури чи функцій, дивіться *Технічний Регламент* (Розділ 1, ст. 7, Розділ 3), *Загальні правила суддівства та Спеціальні правила суддівства*.

4. НАРАДИ СУДДІВ/ ІНСТРУКЦІЇ

- Перед кожним офіційним Чемпіонатом FIG Технічний Комітет організовує зустріч для інформування суддів-учасників про організацію суддівства.
- Перед початком усіх інших Чемпіонатів або турнірів Оргкомітет може провести аналогічну зустріч.
- Всі судді зобов'язані бути присутніми на суддівських інструктажах та/або зборах, протягом усього періоду змагань, а також на церемоніях нагородження в кінці кожного змагання.
- Всі зареєстровані судді повинні вивчити весь навчальний матеріал, визначений FIG, на відповідних онлайн-платформах. Реєструючись як суддя, суддя погоджується з тим, що його/її участь в освітній програмі буде контролюватися, і що неучасть може призвести до відсторонення від суддівства.

5. ПІДРАХУНОК ФІНАЛЬНОЇ ОЦІНКИ

- 1.1. Правила визначення **Фінальної оцінки** однакові для всіх сесій змагань (Індивідуальна Кваліфікація, Багатоборство, Фінали в окремих видах).
- 1.2. **Фінальна оцінка** вправи встановлюється шляхом додавання оцінок D, оцінок A та оцінок E. Вирахування **пенальті**, якщо такі є, здійснюється з фінальної оцінки.

6. ПРОТЕСТИ НА ОЦІНКУ

.Див. *Технічний Регламент*, Розділ 1, ст.8.5.

7. ЗМАГАЛЬНИЙ КИЛИМ

- 7.1. Офіційний змагальний килим 13 x 13 м (зовнішня частина лінії) є обов'язковим. Робоча поверхня повинна відповідати стандартам FIG (див. *Технічний Регламент*, Розділ 1).
- 7.2. За будь-яку частину тіла або предмет, що **здійснює торкання** за межами змагального килима, буде застосовано пенальті:



Пенальті Судді на лінії: 0.30 кожен раз

- 7.3. Пенальті буде застосовано, якщо гімнастка або предмет **виходять за межі** змагального килима або гімнастка **закінчує** вправу за межами змагального килима.



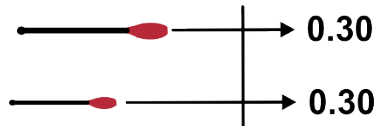
Пенальті Судді на лінії: 0.30 кожен раз

- 7.4. **Кілька предметів** за межами змагального килима:

- 7.4.1. **Послідовна втрата** обох Булав за межі змагального килима:



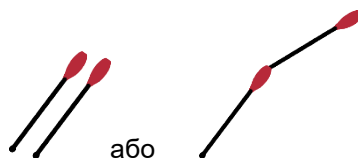
Пенальті Судді на лінії: 0.30 за 1-у булаву + 0.30 за 2-у булаву



- 7.4.2. **Одновременна втрата** двох булав (з'єднанні або роз'єднанні) **в один і той самий час** за межі однієї лінії:



Пенальті Судді на лінії: 0.30 1 раз, як 1 предмет



- 7.4.3. **Одновременна втрата 2 булав в один і той самий час** за межі різних ліній:



Пенальті Судді на лінії: 0.30 + 0.30

- 7.5. **Не застосовується пенальті від Судді на лінії** в наступних випадках:

- Предмет та/або гімнастка торкаються лінії
- Предмет проходить за межу змагального килима, не торкаючись підлоги
- Непридатний для використання предмет виноситься за межі змагального килима
- Зламаний предмет виноситься за межі змагального килима
- 2-а Булава добровільно виноситься за межі змагального килима для того, щоб використати запасну пару Булав
- Предмет, який був замінений (більше не використовується), виноситься за межі змагального килима
- Предмет, що застряг в стелі (балки, прожектори, табло і т.д.)
- Суддя на лінії повинен відстежувати і застосовувати пенальті за будь-який перетин лінії до останнього руху гімнастки: Після останнього руху не застосовується жодне пенальті за перетин лінії, навіть якщо музика все ще грає.

У **всіх інших випадках** застосовуються пенальті, як зазначено в п.7.2-7.4.

- 7.6. Кожна вправа повинна виконуватися **повністю в межах змагального килима**:

- 7.6.1. Будь-який компонент Складності або Артистизму, **розпочатий за межами** змагального килима, не буде оцінюватися.

- 7.6.2. Якщо Складність або Артистизм **розпочато в межах** змагального килима, а закінчено за межами, то такі Складність або Артистизм будуть оцінюватись.

7.6.3. Пенальті за Виконання та Артистизм, як правило, **застосовуються** до всієї тривалості вправи, включаючи рухи, виконані за межами змагального килима.

8. ПЕРЕРВАНА ВПРАВА

- 8.1. Якщо гімнастка зупиняє виконання вправи через зламаний предмет (#9.4.2) або предмет, що застряг у конструкції стелі (#9.4.4), через проблеми з музикою, яка не може бути схвалена Головою Верховного Жюрі (#11.4), через травму або інший непередбачену ситуацію (#12.4), вправа буде оцінена наступним чином:
- Складності, які вже були виконані належним чином, будуть зараховані, застосовуючи відповідні пенальті за відсутні компоненти складності
 - Пенальті бригади Артистизму 10.00.
 - Пенальті бригади Виконання 10.00.
 - Суддя-хронометрист застосовує пенальті відповідно до тривалості виступу
 - Немає пенальті судді на лінії коли гімнастка залишає змагальний килим через перервану вправу

9. ПРЕДМЕТИ

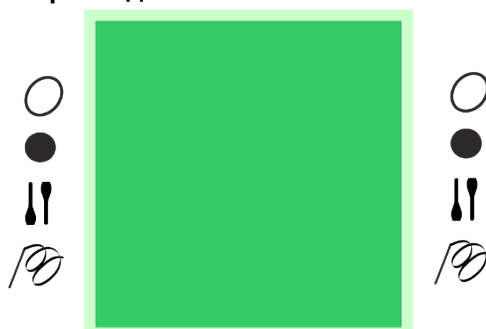
9.1. **Норми та контроль**

- 9.1.1. Норми та характеристики кожного предмету вказані у Нормах FIG з Предметів.
- 9.1.2. Кожен предмет, який використовується кожною гімнасткою повинен мати логотип виробника та відмітку "FIG approved logo" у визначених місцях для кожного предмету. Жодна гімнастка не допускається до змагань з предметом без затверджених позначень. Якщо гімнастка виступає з предметом без затверджених позначень, вправа не буде оцінена (0, 00 балів).
- 9.1.3. За запитом Голови Вищого Жюрі, кожен предмет може бути перевірений перед входом гімнастки у змагальний зал, або після виступу, і / або може бути проведено методом випадкового жеребкування на контролі предметів.

9.2. **Запасні предмети**

- 9.2.1. Запасні предмети – повний комплект предметів, що використовуються для проведення змагань, вздовж килиму – є обов'язковим.
- 9.2.2. Організаційний комітет має розмістити 2 ідентичні комплекти предметів, вздовж 2 боків килиму для використання будь-якою гімнасткою.
- 9.2.3. Лінія безпосередньо перед суддями та лінія, де гімнастки виходять на килим залишаються вільними від предметів. Всі предмети мають бути розташовані окремо.

Приклад:



9.2.4. Якщо, під час виконання вправи предмет впав та **виходить за межі килима** (суддя на лінії, див. #7.3), використання запасного предмету **дозволено** (пенальті не застосовується).

9.2.5. Гімнастки можуть використовувати тільки ті предмети, які були розміщені перед початком вправи. Однак, гімнастці дозволено взяти її особистий предмет знову після використання запасного предмету.



Пенальті: 0.50 за використання будь-якого предмету, який не був розміщений за межами змагального килиму перед початком вправи

9.2.6. Гімнастка може використати максимальну кількість запасних предметів, розміщених вздовж змагального килима з усіма застосованими пенальті. Наприклад: два обручі розташовані Організаційним комітетом відповідно до ілюстрації вище: Гімнастка може використати обидва в одній вправі, якщо потрібно.

9.2.7. Якщо під час виконання вправи предмет впав, але **не вийшов за межі змагального килима**, використання запасного предмету **не дозволено**: гімнастка має використати свій власний предмет, який знаходиться в межах змагального килиму. Якщо гімнастка використовує запасний предмет, якщо її власний не вийшов за межі змагального килиму:



Пенальті: 0.50 за недозволене використання запасного предмету

9.2.8. Якщо, під час виконання вправи предмет був втрачений та покинув межі змагального килиму (пенальті судді на лінії, див. #7.3), а потім **самостійно повернувся на змагальний килим**, використання запасного предмету є **дозволеним** (без пенальті).

9.2.9. Якщо гімнастка, з будь-якої причини вирішує **замінити предмет**, то вона має повністю винести предмет, який більше не використовує за межі змагального килиму (немає пенальті судді на лінії) до закінчення вправи. Якщо замінений предмет або будь-яка його частина залишається в межах змагального килиму до закінчення вправи:



Пенальті: 0.30 за не винесений за межі змагального килима замінений предмет

9.2.10. Якщо предмет втрачений та виходить за межі килима, і його **повертає гімнастці** тренер або будь-яка інша особа:



Пенальті: 0.50 за несанкціоноване повернення предмету

Пояснення / Приклади

Ситуація	Оцінювання
<ul style="list-style-type: none"> Гімнастка втрачає предмет і він викочується за межі килиму. Гімнастка використовує запасний предмет. Втрачений предмет повертається назад на килим. Гімнастка не прибирає предмет, що повернувся за межі килиму. 	<ul style="list-style-type: none"> Суддя виконання: 1.00 один раз за втрату предмету. Суддя на лінії: 0.30 за втрату предмета за межі килима. Відповідальний суддя: 0.30 за не винесений за межі килима предмет, який повернувся самостійно.
<ul style="list-style-type: none"> Гімнастка втрачає предмет і він викочується за межі килиму. Гімнастка використовує запасний предмет. Втрачений предмет повертається назад на килим. Гімнастка прибирає предмет, що повернувся за межі килима та продовжує вправу із запасним предметом. 	<ul style="list-style-type: none"> Суддя виконання: 1.00 один раз за втрату предмету. Суддя на лінії: 0.30 за втрату предмета за межі змагального килима. Відповідальний суддя: без пенальті
<ul style="list-style-type: none"> Гімнастка втрачає предмет і він викочується за межі килиму. Гімнастка використовує запасний предмет. Втрачений предмет повертається назад на килим. Гімнастка бере назад свій особистий предмет та прибирає запасний предмет за межі килиму. 	<ul style="list-style-type: none"> Суддя виконання: 1.00 один раз за втрату предмету. Суддя на лінії: 0.30 за втрату предмета за межі змагального килима. Відповідальний суддя: без пенальті.
<ul style="list-style-type: none"> Гімнастка втрачає предмет і він викочується за межі килиму. Втрачений предмет повертається назад на килим. Гімнастка використовує запасний предмет. Гімнастка прибирає предмет, що повернувся за межі килиму та продовжує вправу із запасним предметом. 	<ul style="list-style-type: none"> Суддя виконання: 1.00 один раз за втрату предмету. Суддя на лінії: 0.30 за втрату предмета за межі змагального килима. Відповідальний суддя: без пенальті.

9.3. Непридатний предмет

- 9.3.1. Якщо **перед початком вправи** гімнастка вирішить, що її предмет непридатний (напр., вузли на стрічці), використання **запасного предмету є дозволеним** (без пенальті).
- 9.3.2. **Суддя-хронометрист** запускає секундомір, коли кожна гімнастка починає готувати стартову позицію, для контролю тривалості можливої затримки.
- 9.3.3. Якщо гімнастка **затримує змагання** більш ніж на 30 секунд, наприклад, намагаючись розв'язати вузли на стрічці, перед тим як вирішить взяти запасний предмет:



Пенальті судді-хронометриста: 0.50 за затримку змагань через довготривалу підготовку до вправи

- 9.3.4. Якщо під час виступу, предмет стає **непридатним** (напр., тканина стрічки застрягає в кріпленні палички, вузол/вузли, які не розв'язуються), використання **запасного предмету є дозволеним** (без пенальті). Судді на лінії та судді бригади Виконання не застосовують пенальті за добровільне видалення непридатного предмету за межі змагального килима.

9.4. Зламаний предмет або предмет, що застряг у конструкції стелі

- 9.4.1. Якщо **предмет ламається**, то гімнастка не буде оштрафована, пенальті будуть застосовані тільки за наслідки (різні технічні помилки).
- 9.4.2. Якщо предмет ламається під час виконання вправи, гімнастці не буде дозволено почати вправу з початку. В такому випадку гімнастка має:
- Прибрати зламаний предмет за межі змагального килима (немає пенальті судді на лінії та судді бригади Виконання) та продовжити вправу із запасним предметом (без пенальті)
 - Припинити виконання вправи (див. #8, Перервана вправа)
- 9.4.3. Якщо **предмет застряг в конструкції стелі**, то гімнастка не буде оштрафована, пенальті будуть застосовані тільки за наслідки (різні технічні помилки).
- 9.4.4. Якщо предмет застряг в конструкції стелі під час виступу, гімнастці не буде дозволено почати вправу з початку. В такому випадку гімнастка має:
- Продовжити виступ із запасним предметом (без пенальті)
 - Припинити виконання вправи (див. #8, Перервана вправа)
- 9.4.5. Якщо гімнастка зупиняє виконання вправи через зламаний предмет або предмет, що застряг у конструкції стелі **в кінці вправи (на останньому русі)**, вправа буде оцінена наступним чином:
- Складності, які вже були виконані належним чином, будуть зараховані
 - Бригада Артистизму застосує всі належні пенальті
 - Бригада Виконання застосує всі пенальті, які були зняті протягом вправи, включаючи «втрату предмету в кінці вправи (без повернення)
- 9.4.6. Якщо під час виступу **ламається запасний предмет**: гімнастка має взяти другий запасний предмет та продовжити виступ до кінця вправи. Після закінчення вправи, Голова Верховного Жюри оголосить, чи буде дозволено гімнастці виконати вправу знову в кінці потоку (або, якщо потрібно, в певний інший момент згідно до рішення Голови Верховного Жюри). Якщо гімнастці не дозволено повторити виступ, то оцінюється вправа, яка була виконана.

10. ЗМАГАЛЬНИЙ ОДЯГ ГІМНАСТОК

10.1. Вимоги до змагального одягу гімнасток

10.1.1. Крій та матеріал

- Гімнастичний купальник має бути коректним, виконаний з **непрозорого матеріалу** від грудей до зони трусів включно. Таким чином, купальники, в яких є частини з прозорого матеріалу повинні мати підкладку.
- Всі частини купальника мають щільно **прилягати до фігури**, щоб дати можливість суддям правильно оцінити позиції кожної частини тіла.
- **Виріз горловини** купальника спереду та ззаду купальника має бути не нижче середини грудини (sternum) та не нижче лінії лопаток.
- Виріз купальника **на ногах** не має виходити за складки паху.
- Забороняється в **трусах купальнику** до верхньої точки тазостегнової кістки спереду (для довідки: передня верхня частина клубової кістки), використовувати прозорі матеріали та матеріали тілесного кольору.
 - **Невелика** ділянка з прозорого/тілесного матеріалу для з'єднання/декорації допускається з боків, якщо дотримується наступне:
 - Обов'язкове суцільне кольорове з'єднання між передньою та задньою частинами купальника.
 - З'єднання може бути з тканини або аплікацій, але має створювати враження цілісного матеріалу (не окремих частин).
 - З'єднання мають з'являтися на рівні стегнових кісток.
 - Технічний комітет рекомендує, щоб уся зона трусів купальника була покрита непрозорим матеріалом та матеріалом нетілесного кольору.

10.1.2. Рукава

- Купальники можуть бути з рукавами будь-якої довжини або без них. Вузькі бретелі також допустимі.
- Рукава можуть бути із прозорого матеріалу.
- Всі частини рукава мають щільно прилягати.

10.1.3. Ноги

- Дозволяється надягати суцільні колготки/лосини на купальник, під купальник, цільний купальник із довгими штанинами (комбінезон) або мати голі ноги.
- Забороняється використовувати шорти, укорочені лосини тощо.
- Лосини купальнику повинні мати схожий вигляд: колір (кольори) тканини, що покриває ноги, і довжина основної тканини повинні бути однаковими на обох ногах. Відрізнитися може лише фасон (дрібні деталі або прикраси).

10.1.4. Спідниця

- Дозволена спідниця, довжиною не нижче рівня тазу: на купальник, колготи чи комбінезон.
- Фасон спідниці (крій або декорації) вільні, але вид балетної «пачки» заборонений.
- Спідниця має бути пришитою до талії купальника (не може бути окремою деталлю).

10.1.5. Дизайн

- Дизайн, що містять слова або символи дозволені, якщо вони відповідають ФІЖ Правилам Реклами щодо Змагального Одягу (*FIG Advertising Rules Competition Clothing*) та *правилам змагань #10*.
- Декоративні аплікації або деталі на змагальних купальниках дозволені, якщо:
 - Декоративні деталі не повинні загрожувати безпеці гімнастки.
 - Не допускається декорування світлодіодами (LED).
 - Будь-які аплікації повинні бути розташовані близько до основи купальнику (лежати рівно на тканині), коли наряд нерухомий; вони не повинні надмірно виступати.

10.1.6. Аксесуари

- **Нижня білизна**, одягнена під купальник, не повинна бути видна з під швів самого купальника.
- За винятком можливих колготок, купальник має бути **цільним**. Не дозволено носити купальник і додаткові окремі «шкарпетки», «рукавички», «декоративні гетри», пояс тощо.

10.1.7. Контроль змагального одягу

- Кожен змагальний костюм буде перевірений під час присутності гімнастки в залі змагань.
- Крім того, можуть бути проведені вибіркові додаткові перевірки.



Пенальті: 0.30 якщо змагальний одяг гімнастки не відповідає регламенту

- 10.2.** Гімнастки можуть виступати **босоніж або в гімнастичних напівчешках**. Відповідальний суддя не застосовує пенальті якщо гімнастичний напівчешок мимоволі зривається з гімнастки під час виступу.
- 10.3.** Забороняється носити великі/висячі **прикраси** або великі/висячі **сережки** або пірсинг, що загрожує безпеці гімнастки. Дозволені лише невеликі прикраси та сережки, які не виступають від тіла.



Пенальті: 0.30 якщо це правило не виконується

- 10.4.** **Зачіска** повинна бути акуратною і компактною. Декоративні деталі допускаються, але вони не повинні бути громіздкими та/або загрозувати безпеці гімнастки. Прикраси для волосся мають бути близько до пучка, щільно прилягати до волосся та не виходити з лінії росту волосся на будь-яку частину шкіри. Під час виконання вправи не дозволяється самовільно коригувати зачіску.



Пенальті: 0.30 якщо це правило не виконується

- 10.5.** **Макіяж** має бути чітким та світлим. Театральний грим не допускається. Не допускається самовільно поправляти макіяж під час виступу.



Пенальті: 0.30 якщо це правило не виконується

- 10.6.** **Національна емблема** і будь-яка **реклама** повинні відповідати офіційним нормам заходу.



Пенальті: 0.30 якщо це правило не виконується

- 10.7.** **Бинти, бандажі або інші допоміжні елементи** мають бути у відтінках тілесного кольору і не можуть бути інших кольорів.



Пенальті: 0.30 якщо це правило не виконується

11. ВИМОГИ ДО МУЗИЧНОГО СУПРОВОДУ

- 11.1.** Кожна змагальна вправа в цілому повинна виконуватись під музичний супровід. Якщо музика зупиняється з будь-якої причини, гімнастка має припинити виконання вправи (див. #11.4). Вправа, під час якої зникає музика (з технічних причин) в будь-якій частині не може бути оцінена.
- 11.2.** Дозволяється використовувати звуковий сигнал перед початком музики.
- 11.3.** Кожен музичний твір має бути записаний на USB або завантажений в мережу Інтернет, відповідно до Директив і Робочого Плану офіційних Чемпіонатів і змагань FIG. Якщо Організаційний комітет змагань вимагає завантаження музики, національні федерації залишають за собою право використовувати USB для змагань.

На кожному аудіо файлі має бути вказана наступна інформація:

- Національна федерація (3 великі літери, які використовуються FIG для позначення національної федерації гімнастики)
- Прізвище гімнастки
- Назва предмету

11.4. У випадку, якщо **грає неправильна музика**: Як тільки гімнастка зрозуміє, що музика неправильна, гімнастка зобов'язана припинити вправу: **Протест** щодо музики після завершення вправи не буде прийнятий.

11.4.1. Якщо **грає неправильна музика**, або гімнастка **не змогла почути початок музики**:

- Гімнастка має зупинити виступ на килимі, повернутися в стартову позицію та одразу продовжити виступ під правильну музику.
- Якщо правильна музика недоступна одразу, диктор попросить гімнастку залишити змагальний килим і гімнастка буде повторно оголошена, коли музика буде доступна.

11.4.2. Якщо під час виступу, з'являються проблеми з музикою і **музика зникає повністю**:

- Гімнастка повинна **припинити виступ та вийти за межі змагального килима**.
- Якщо гімнастка продовжує виступ без музичного супроводу, Голова Верховного Жюри сигналізує про припинення вправи.
- Після схвалення Голови Верховного Жюри гімнастка буде повторно запрошена та одразу ж виконає вправу знову.
- Якщо Голова Верховного Жюри не схвалює, вправа буде оцінена як перервана (див. #8).

11.4.3. Якщо під час виступу з'являються короточасні проблеми з музикою (спотворення, короткі перерви тощо), то:

- Гімнастка **може вирішити виконати вправу під спотворену музику** та отримати відповідну оцінку, АБО
- Гімнастка **може вирішити зупинити виконання вправи та вийти за межі змагального килима**:
- Після схвалення Голови Верховного Жюри гімнастка буде повторно запрошена та одразу ж виконає вправу знову.
- Якщо Голова Верховного Жюри не схвалює, вправа буде оцінена як перервана (див. #8).

12. ДИСЦИПЛІНА ГІМНАСТОК

12.1. Гімнастка має вийти на змагальний майданчик, як тільки диктор оголосить її по мікрофону або коли загорається зелене світло. У разі затримки Голова Верховного Жюри з'ясовує причини затримки (через організаційні помилки або дисциплінованість гімнасток).



Пенальті: 0.50 за ранній вихід гімнастки (перед викликом) або пізній вихід (дисциплінованість гімнасток)

12.2. Заборонена розминка в **залі для змагань**, гімнастка не може залишатися або повертатися на змагальний килим після закінчення вправи.



Пенальті: 0.50 якщо це правило не виконується

- 12.3.** Якщо гімнастка вибрала **неправильний предмет**, згідно із стартовим порядком, застосовується наступне: гімнастка має залишити змагальний килим і буде запрошена до виступу згідно із стартовим порядком з правильним/запланованим предметом. Гімнастка виконає пропущений предмет в кінці потоку.



Пенальті: 0.50 (пенальті вираховується з вправи, яку спочатку пропустили)

- 12.4.** Якщо гімнастка **припиняє виконання вправи** через травму або непередбачені обставини під час виступу, вправа буде оцінюватися як перервана вправа (див #8).
- 12.5.** Гімнастка може **повторити виступ** тільки у випадку «форс мажорної» ситуації з боку Організаційного Комітету та за погодженням Голови Верховного Жюрі. Наприклад: відключення електрики, помилка звукової системи тощо.

13. ДИСЦИПЛІНА ТРЕНЕРІВ

- 13.1.** Підчас безпосередньо виступу, тренер гімнастики (або будь-який інший член делегації) не може спілкуватися з гімнасткою, музикантами, суддями будь-яким чином. Тренер, який супроводжує гімнастку до зони виступу має залишатися в зоні, зазначеній місцевим організаційним комітетом.



Пенальті: 0.50 якщо це правило не виконується



14. ПЕНАЛЬТІ, ЯКІ ЗАСТОСОВУЮТЬ СУДДІ-ХРОНОМЕТРИСТИ, СУДДІ НА ЛІНІЇ ТА ВІДПОВІДАЛЬНИЙ СУДДЯ

Загальна сума цих пенальті буде вирахувана з фінальної оцінки:

Пенальті, які застосовує Суддя-хронометрист		
1	За кожен додатковий або бракуючий секунду часу у вправі (враховуються повні секунди)	0.05
2	За затримку змагань через довготривалу підготовку до вправи (більше 30 секунд)	0.50
Пенальті, які застосовують Судді на лінії		
1	За торкання підлоги будь-якою частиною тіла або предмета поза межами змагального килима	0.30
2	Якщо гімнастка або предмет залишають межі змагального килима	0.30
3	Якщо гімнастка закінчує вправу поза межами змагального килима	0.30
Пенальті, які застосовуються Відповідальним суддею		
1	За використання предмету, який не був розміщений попередньо перед початком виступу (не використовується пенальті, якщо гімнастка використовує вдруге свій власний предмет)	0.50
2	За недозволене використання запасного предмету (власний предмет гімнастки не вийшов за межі змагального килима)	0.50
3	Замінений предмет, або будь-яка його частина залишились в межах змагального килима до кінця вправи.	0.30
4	Використання предмету, що повернули несанкціонованим чином	0.50
5	Змагальний одяг, що не відповідає регламенту	0.30
6	Заборожені прикраси, сережки або пірсинг	0.30
7	Зачіска, яка не відповідає правилам	0.30
8	Макіяж, який не відповідає правилам	0.30
9	Національна емблема або реклама, які не відповідають правилам	0.30
10	Бинти, бандажі або інші допоміжні елементи не відповідають правилам	0.30
11	За ранній або пізній вихід гімнастки на змагальний килим	0.50
12	Розминка гімнастки в залі змагань	0.50
13	Неправильно вибраний предмет, згідно стартового порядку (пенальті застосовується до вправи, яка була спочатку пропущена)	0.50
14	Дисципліна тренера	0.50

1. ОГЛЯД СКЛАДНОСТІ




- 1.1. Гімнастка повинна включати тільки елементи, які вона може виконувати безпечно і з високим ступенем естетичної і технічної майстерності.
- 1.2. Дуже погано виконані елементи не будуть визнані Суддями Складності(D) і будуть вирахувані Суддями Виконання (E).
- 1.3. Елемент, що не міститься в таблицях Складності, не визначається Суддями бригади D і не має цінності.
- 1.4. Існує два компоненти Складності:
 - Складність тіла (DB), що включає Динамічні елементи з ротацією (R)
 - Складність предмету (DA)
- 1.5. Вимоги до Складності:

Компоненти складності	
Складність тіла (DB) Рахуються 8 найвищої вартості	Складність предмету (DA) Максимум 15 (в порядку виконання)
Динамічні елементи з ротацією (R) Максимум 4 (в порядку виконання)	
Спеціальні вимоги	
Складність груп тіла: Стрибки  Мінімум 1 Рівноваги  Мінімум 1 Ротації  Мінімум 1	

- 1.6. Судді Складності ідентифікують і записують Складності в порядку їх виконання, незалежно від того, чи є вони дійсними чи ні:
 - Перша підгрупа Суддів (D) (DB): Оцінює кількість і вартість Складності тіла (DB), також кількість і вартість Динамічних елементів із ротацією (R). Судді записують усі елементи символами.
 - Друга підгрупа Суддів D (DA): Оцінює кількість і вартість Складності предмету (DA). Судді записують усі елементи символами.
- 1.7. Порядок виконання Складностей не обмежений, але розташування Складностей повинно відповідати компонентам Артистизму (див. розділ "Артистизм").

2. СКЛАДНІСТЬ ТІЛА (DB)

2.1. Визначення

2.1.1. Елементи **DB** Стрибки, Рівноваги, Ротації містяться в таблицях Складності тіла (#9, #11, #13) у Правилах суддівства (  .

2.1.2. У випадку розбіжностей між текстовим описом **DB** та малюнком у таблицях, **перевагу має текст** (таблиці та пояснення).

•

2.2. Процедура нового DB

2.2.1. Тренери заохочуються подавати нові **DB**, які ще не були виконані та/або ще не з'явилися в таблицях **DB**.

2.2.2. Нова **DB** повинна бути офіційно подана Національною федерацією до Технічного комітету через офіс FIG електронною поштою або поштою.

2.2.3. Запит на затвердження/оцінку елемента **DB** повинен супроводжуватися описовим текстом англійською мовою, кресленнями елемента та відеозаписом.

2.2.4. Нова **DB** буде розглянута Технічним комітетом на наступному засіданні після отримання запиту.

2.2.5. Рішення буде якнайшвидше повідомлено у письмовій формі відповідній Національній федерації.

2.2.6. Після першого виконання затвердженого **DB** на офіційних змаганнях FIG Групи 1, 2 або 3, новий елемент **DB** буде опублікований в Інформаційному бюлетені і може бути виконаний будь-якою гімнасткою на будь-яких змаганнях.




2.2.7. Іноді елемент не затверджується Технічним комітетом.

2.2.8. **Затверджені нові DB** будуть додані до таблиць Складності тіла після кожного Чемпіонату світу/Олімпійських ігор.

2.3. Вимоги

2.3.1. У вправі зараховуються 8 найвищих за вартістю Складностей у вправі.

2.3.2. Принаймні 1 елемент з кожної групи Складності тіла повинен бути присутнім у вправі (не обов'язково серед 8 Складностей з найвищою цінністю):

- Стрибки 
- Рівноваги 
- Ротації 

2.3.3. До вправи, в якій відсутня 1 або більше груп Складності тіла (#2.1.1), буде застосовано пенальті. Пенальті застосовується якщо "Складність групи тіла" не була виконана взагалі.



Пенальті: 0.30 п. за кожну відсутню групу тіла.

2.4. Однакові та різні Складності.

2.4.1. Кожна клітинка в таблицях (#9, #11, #13) представляє різну **DB**. Кожен малюнок всередині однієї клітинки розглядається як **однакова DB**.

2.4.2. Кожна **DB** (кожна клітинка) зараховується тільки один раз. Якщо одна і та ж **DB** (одна і та ж клітинка) **повторюється**, то повтор **не зараховується** (без пенальті).

Пояснення / Приклади

Що робити, якщо гімнастка намагається прийняти форму **DB**, але втрачає рівновагу і опускає ногу, або намагається зловити ногу, але не може втримати її, і пробує ще раз?

Якщо гімнастка припускається технічної помилки в підготовці і відразу ж починає підготовку заново, це не є повторенням, і оцінюється 2-а спроба.

2.4.3. Можна виконати 2 або більше однакових стрибків або однакових ротацій послідовно. «Однакова Складність» означає одну й ту саму клітинку таблицях (#9, #11, #13).

- Кожний стрибок або ротація в серії оцінюється окремо.
- Кожний стрибок або ротація в серії рахується як 1 стрибок або ротація Складності.

Пояснення / Приклади

Однакові DB: Ця група малюнків може бути використана лише один раз в одній вправі (ізолювано або послідовно)

Різні DB: Ця група малюнків може бути використана в одній вправі.

Ізолювані DB

	<p>Однакові DB (з однієї клітинки)</p>
	<p>Різні DB (з різних клітинок)</p>
	<p>Різні DB (з різних клітинок)</p>
	<p>Різні DB (з різних клітинок)</p>

Серії DB	
	Однакові клітинки: Серія дійсна
	Однакові клітинки: Серія дійсна

2.5. Вартість

2.5.1. DB зараховуються, якщо вони виконані відповідно до **технічних умов**, наведені в таблицях Складності (#9, #11, #13).

Оцінка кожного DB визначається за представлено формою тіла: **Щоб бути зарахованою**, кожна DB повинна бути виконана з **фіксованою та визначеною формою**, що означає: *Тулуб, ноги та всі відповідні сегменти тіла знаходяться у правильному положенні, що дозволяє ідентифікувати правильну форму DB.*

Приклади:

- Позиція шпагату 180°
- Торкання будь-якої частини ноги для Складності з прогинанням тулуба назад
- Закрита позиція кільця
- Позиція підбивного

2.5.2. Якщо форму можливо розпізнати з **маленьким відхиленням** 10° або менше одного або більше сегментів тіла, **DB зараховується** з пенальті у Виконанні (див. Виконання, **#Error! Reference source not found.**):

Пенальті: 0.10 р. за невелике відхилення для кожного неправильного сегмента тіла

2.5.3. Якщо форму можливо розпізнати з **середнім відхиленням** 11-20° 1 або більше сегментів тіла **DB зараховується** з пенальті у Виконанні (див. Виконання, **#Error! Reference source not found.**):

Пенальті: 0.30 р. за середнє відхилення для кожного неправильного сегмента тіла

2.5.4. Якщо форма недостатньо розпізнається з **великим відхиленням** більш ніж на 20° одного або більше сегментів тіла, **DB не зараховується** і з пенальті у Виконанні (див. Виконання, #2.1.3):

Пенальті: 0.50 р. за велике відхилення для кожного неправильного сегмента тіла

2.5.5. Виняток: Критерій "прогин тулуба назад", виконаний з великим відхиленням, буде з пенальті у Виконанні, але базова цінність Складності може бути зарахована, якщо є в таблиці без "прогину тулуба назад" і виконаний відповідно до базових характеристик.

Пояснення / Приклади	
Як судді можуть зрозуміти різницю між відхиленням 10° і 11°?	Кути - це лише орієнтир. Судді навчаються мислити категоріями малих, середніх та великих пенальті.

2.6. Вимоги для роботи з предметом.

- 2.6.1.** Кожна ДВ має бути виконана з мінімум **1 технічним елементом предмету**, виконується відповідно до його визначення в таблицях **#Error! Reference source not found.-Error! Reference source not found..**
- 2.6.2.** ДВ пов'язана з технічним елементом предмету, якщо технічний елемент предмета виконується на початку, під час або наприкінці ДВ.

Пояснення / Приклади	
Що таке "початок" і що таке "наприкінці" стрибка?	<p>Стрибок починається коли гімнастка втрачає контакт з підлогою. "Наприкінці" -це остання фаза польоту.</p> <p>Коли гімнастка відновлює контакт з підлогою Складність завершується.</p>
Що таке "початок" і що таке "наприкінці" рівноваги?	<p>Рівновага (виключення Динамічні рівноваги) починається в момент, коли гімнастка досягає необхідної форм. "Наприкінці" і-це останній момент, коли гімнастка досі в необхідній формі все ще на релеве (якщо рівновага виконується на релеве).</p> <p>Коли гімнастка залишила форму або релеве (якщо рівновага виконується на релеве), Складність закінчилась.</p> <p>Динамічна рівновага починається з початком першого руху і закінчується закінченням останнього руху.</p> <p>Коли гімнастка повертається в положення стоячи або лежить рівно, то Динамічна рівновага завершилась.</p>
Що таке "початок" і що таке "наприкінці" ротації?	<p>Ротація у фіксованій формі починається в момент коли гімнастка досягає необхідної форми. "Наприкінці" -це останній момент, при якому гімнастка все ще в недохідній формі і досі на релеве (якщо ротацію визначено на релеве).</p> <p>Коли гімнастка залишила форму або релеве (якщо ротацію визначено на релеве), то Складність завершена.</p> <p>Інші види ротацій починаються із початком першого руху і закінчуються із закінченням останнього руху.</p> <p>Коли гімнастка припиняє ротації або повертається в положення стоячи, то Складність завершена.</p>

2.6.3. Ізольований DB під польотом високого кидка або бумеранга в повітрі є дійсним, згідно наступного:

- Ізольований DB під час польоту високого кидка або бумеранга предмета зараховується у вправі, якщо DB виконується відповідно до необхідних базових характеристик.
- Ізольований DB виконаний під маленьким **кидком** не зараховується.
- Ізольований DB "під польотом" є видом роботи з предметом; тому його можна виконувати лише один раз у кожній вправі, незалежно від типу кидка/бумеранга.
- Якщо ізольований DB виконується під польотом, то не можна виконувати **інший DB будь-якої вартості** з цим кидком і/або ловлею, навіть якщо цей DB призначений тільки як критерій для DA, або подібний до нього. Тільки перша із DB буде зарахована.
- Якщо предмет втрачений після DB під польотом, то DB не зараховується.

2.6.4. Серія стрибків DB (із або без ротації) з 1 Складністю **під польотом**:


- Кидок предмету під час 1-го DB, 2-го DB під польотом і ловлею під час 3-го DB може бути виконана **тільки один раз в кожній вправі** незалежно від типу кидка.
- Якщо предмет **втрачений протягом 3-го DB**, ні DB під час польоту, ні DB під час ловлі не зараховується. Тільки DB виконаний під час кидку предмета зараховується.
- Якщо предмет **спіймано до або після 3-го DB**, ні DB під польотом, ні DB під час ловлі не зараховуються. Тільки DB виконаний під час кидку предмета зараховується.
- Ця серія можлива на додаток до ізольованої DB, що виконується під час польоту (це не є повторенням технічного елементу апарату " DB під час польоту").
- Будь-яка інша конструкція, наприклад, з 2-ма DB під польотом або без правильної серії, неможлива: "Під польотом" не буде зараховано, як технічний елемент предмета; будуть оцінюватися тільки DB під час кидка та ловлі.

2.7. DB не буде зарахованим в наступних випадках:

- Значна зміна базових характеристик, характерних для кожної групи DB
- Втрата рівноваги з опорою на одну або дві руки або на предмет
- Повна втрата рівноваги з падінням гімнастки під час виконання DB
- Втрата предмету під час виконання DB
- Робота з предметом не виконується згідно із визначенням, або повторюється однаково (див **#Error! Reference source not found.**)
- Приземлення на коліно(-а)
- Складність почалась за межами майданчика
- Будь-яка частина Складності виконується після закінчення музики

3. ТЕХНІЧНІ ЕЛЕМЕНТИ ПРЕДМЕТА

3.1. Визначення

3.1.1. Кожен предмет () має технічні групи предметів. Кожна група перерахована у власній клітинці в таблицях #3.3-3.4.

3.2. Оцінювання


3.2.1. Технічні елементи предмету, які вимагають **2 або більше дії** для того, щоб бути дійсними (випуск в будь-якій формі та ловля) можуть бути використані лише для **1 DB**; до таких елементів належать:





- Відбив м'яча
- Невеликий кидок/ловля будь-якого предмета (і всі його варіації, див., див. #3.4.2)
- Відбив будь-якого предмета (крім м'яча) від підлоги
- Ешаппе стрічки або скакалки
- Бумеранг стрічки

3.2.2. “**Високий кидок**” і “**Ловля з високого кидка**” - це **2 різні** технічні елементи предмета. Якщо “Високий кидок” правильно виконаний для DB, але подальша “Ловля з високого кидка” призводить до втрати предмета, елемент “Високий кидок” зараховується, а елемент “Ловля з високого кидка” не зараховується.

3.3 Зведені таблиці технічних груп предметів, специфічних для кожного предмету









3.3.1 ОБРУЧ

Технічні групи предмету	
 Великий переكات обруча по мінімум 2 великим сегментам тіла	 Переكات обруча по підлозі
 Обертання обруча навколо своєї осі: Навколо пальців або навколо або на частині тіла (мін. 1)	 Обертання (мін 1) на підлозі навколо осі
 Обертання обруча навколо руки або навколо частини тіла (мін. 1)	 Ковзання обруча по мінімум 2 великим сегментам тіла
 Проходження через обруч повністю або частиною тіла (2 великі частини тіла)	

Пояснення / Приклади	
<i>Технічні елементи з обручем (з кидком і без) повинні виконуватися в різних площинах, напрямках і осях.</i>	
	Мінімум 2 великих сегменти тіла повинні пройти через обруч: <i>Прик: Голова/шия + тулуб; руки + тулуб; тулуб + ноги тощо.</i> Це може бути проходження через обруч: Все тіло всередину і назовні, або проходження всередину, не виходячи з нього, або навпаки.
	<i>Великий переكات: Мінімум 2 великі сегменти тіла повинні бути пройдені без зупинки. Приклад: З правої руки в ліву по всьому тілу; тулуб + ноги; рука + спина і т.д.</i> Примітка для великого перекаату в рівновазі DB (крім динамічних рівноваг): Імпульс для перекаату може бути зроблений одночасно з імпульсом для DB, або після імпульсу для DB. Очікується, що після початкового імпульсу форма рівноваги DB буде зафіксована на час перекаату. Якщо це не так, то великий переكات не є технічним елементом предмету для рівноваги DB.
	Під час обертання обруча на підлозі рука/пальці гімнастки можуть контактувати з обручем, або це може бути "вільне" обертання обруча. DB може виконуватися під час подачі імпульсу, або з передачею через обруч, або з підбором обруча (не з обручем, що вільно обертається поруч з гімнасткою, яка виконує).
	Переكات може бути маленьким або великим. DB може виконуватися під час подачі імпульсу обертання, або з проходом над обручем, або з підбором обруча (не з обручем, що вільно обертається поруч з гімнасткою, яка виконує DB).

3.3.2 М'яч









Технічні групи предмету	
 Великий пережат м'яча через мінімум 2 великі сегменти тіла	 Пережат м'яча по підлозі (мін. 1)  Серія із 3 маленьких пережатів: Комбінація маленьких пережатів по тілу <ul style="list-style-type: none"> • Серія з 3 допоміжних маленьких пережатів по тілу
 Фігура "Вісімка" м'яча з круговим рухом руки(рук)	 <ul style="list-style-type: none"> • "Перекидний" рух М'яча (мін. 1) • Обертання рук навколо м'яча (мін. 2) • Вільне обертання М'яча на частині тіла, в тому числі на кінчику пальця (мін. 1)
 Ловля м'яча однією рукою	 Відбив від підлоги після високого кидка і прямий підбір з використанням різних частин тіла (не рук)
 Відбиви: <ul style="list-style-type: none"> • Серія (мін. 3) маленьких відбивів (нижче рівня колін) від підлоги • Високий відбив (рівень коліна і вище) від підлоги (мінімум 1) 	

Пояснення / Приклади

Робота з м'ячем, який тримають двома руками, не є типовою для цього предмету, тому вона не повинна перевантажувати композицію.

Виконання всіх технічних груп з підтримкою м'яча на руці є правильним тільки тоді, коли пальці з'єднані природним чином і м'яч не торкається передпліччя.

	<p>Маленький перекат</p> <p>Мінімум 1 сегмент тіла повинен бути пройдений</p> <p>Приклади сегментів тіла: Рука до плеча; шия до попереку; стопа до коліна тощо.</p> <p>Примітка: маленькі переكاتи дійсні тільки в серії з 3 штук</p>	<p>Великий перекат</p> <p>Мінімум 2 великі сегменти тіла повинні бути пройдені без перерви</p> <p>Приклади: З правої руки в ліву по всьому тілу; тулуб + нога(и); рука + спина і т.д.</p> <p>Примітка для великого перекаату в рівновазі DB (крім динамічних рівноваг): Імпульс для перекаату може бути зроблений одночасно з імпульсом для DB або після імпульсу для DB. Після початкового імпульсу очікується, що рівновага DB буде фіксованою на час перекаату. Якщо це не так, то великий перекат не є технічним елементом для рівноваги DB.</p>
	<p>Фігура "Вісімка" м'яча з круговим рухом руки(рук): необхідно виконати 2 послідовних кола.</p>	
	<p>Повинен бути виконаний з високого кидка (не з маленького кидка/поштовху) без додаткової підтримки тіла, в тому числі й іншою рукою.</p>	
	<p>Активний відбив складається з активного випуску (гімнастка штовхає м'яч на підлогу) і підбору. Елементи, в яких м'яч падає на підлогу пасивно, не належать до жодної технічної групи предмета.</p> <p>DB може виконуватися під час фази відштовхування, під час контакту з підлогою або під час підбору.</p>	
	<p>"Перекидний" рух М'яча:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обертальний рух 1 рукою навколо м'яча або обертання м'яча навколо 1 руки • М'яч знаходиться в постійному контакті з рукою (немає фази польоту) • Мінімум 1 оберт <p>Обертання рук навколо М'яча:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обертальні рухи руками навколо м'яча, при цьому пальці рук з'єднані між собою природним чином • М'яч знаходиться в постійному контакті з руками (відсутня фаза польоту) • Обертання необхідно виконувати всією рукою/долонею (не тільки кінчиками пальців) • Мінімум 2 оберти <p>Вільне обертання м'яча на частині тіла:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мінімум 1 оберт 	
	<p>Перекаат може бути маленьким або великим.</p> <p>DB може виконуватися з подачею імпульсу або з підбором м'яча (не з проходом над м'ячем, що котиться, і не з м'ячем, що вільно котиться поруч з гімнасткою, яка виконує DB).</p>	









3.3.3 БУЛАВИ








Технічні групи предмету	
<p>Млинок(ки): 1 млинок складається із мінімум 4-6 маленьких кіл булав із затримкою в часі та чергуванням схрещених і не схрещених зап'ясть/кистей рук, щоразу тримаючи їх за кінець (маленька головка).</p>	<p>Вільні обертання 1 або 2 булав (з'єднаних або роз'єднаних) на частині тіла або навколо неї, або навколо іншої булави</p> <ul style="list-style-type: none"> Постукування булавами одна об одну (мін. 1 постукування) або по підлозі (мін. 2 постукування) Ковзання булави по мін. 2 великим сегментам тіла
<p>Невеликі кидки 2 роз'єднаних булав з мін. обертанням на 360° і ловлею: Разом одночасно або по черзі</p>	<p>Невеликий кидок 2 з'єднаних булав</p>
<p>Асиметричні рухи 2 булав</p>	<p>Великий переكات через мінімум 2 великі сегменти тіла з 1 або 2 булавами</p> <p>Перекочування 1 або 2 булав по частині тіла або по підлозі</p>
<p>Невеликі кола (мін. 1) обома булавами, одночасно або по черзі, по 1 булаві в кожній руці, тримаючи за кінець (маленька головка)</p>	<p>Серія (мін. 3) маленьких кіл з 1 булавою, яку тримають за кінець (маленька головка)</p>
Пояснення / Приклади	
<p>Типовою технічною характеристикою є робота обома булавами разом, по 1 в кожній руці, з маленькою головкою всередині долоні. Ця технічна робота повинна переважати в композиції.</p> <p>Будь-які інші форми тримання булав не повинні переважати, наприклад, тримання булави за тіло або шию, або 2 булави, з'єднані разом.</p> <p>Постукування, переكاتи, обертання, відскоки або ковзання також не повинні переважувати композицію.</p>	
	<ul style="list-style-type: none"> "Млинок" складається з мінімум 4 маленьких кіл булав (приклад: по 2 з кожного боку) із затримкою в часі і чергуванням схрещених і не схрещених зап'ясть щоразу. Руки повинні бути якомога ближче одна до одної. Млинки можуть розташовуватися у вертикальній або горизонтальній площині: <ul style="list-style-type: none"> Вертикальні млинки - імпульс кола може бути як вперед, так і назад, за годинниковою стрілкою або проти годинникової стрілки. Горизонтальні млинки - імпульс кола може бути як правим, так і лівим. Млинки бувають 2-х і 3-х секційні: <ul style="list-style-type: none"> 2-колові (подвійні) млинки - мін. 4 чергування малих кіл булав (по 2 з кожного боку). Зап'ястя / руки схрещуються, потім розхрещуються. 3-колові (потрійні) млинки - мін. 6 чергувань маленьких кіл булав (по 3 з кожного боку зі схрещуванням рук щоразу).
	<ul style="list-style-type: none"> Повинні виконуватися з різними рухами за формою або амплітудою <u>та</u> робочими площинами або напрямком кожної булави. Невеликі обертання із затримкою в часі або в різних напрямках не вважаються асиметричними рухами, оскільки вони мають однакову форму і однакову амплітуду. Постукування не має чіткої робочої площини/напрямку і не може бути частиною асиметричних рухів. Булави повинні бути по 1 в кожній руці (ніяких кидків, ніяких асиметричних кидків, ніяких каскадних кидків).
	<ul style="list-style-type: none"> Постукування 2 булав одна об одну: Мінімум 1 дотик Постукування 1 або 2 булавами по підлозі: Мінімум 2 послідовних удари (2 удари одночасно не достатньо)

3.3.4 СТРИЧКА



Технічні групи предмету	
 <ul style="list-style-type: none"> Спіралі (мінімум 4 петлі), жорсткі і однакової висоти, в повітрі або на підлозі <p>І/АБО</p> <ul style="list-style-type: none"> "Шпага" (мін. 4 петлі) 	 <ul style="list-style-type: none"> Обертальний рух стрічкової палички навколо руки Обгортання (розгортання) Паличку тримають без рук (наприклад, шия, коліно, лікоть) під час рухів або складності з обертанням (не "повільне обертання"), створюючи повний круговий візерунок тканини навколо тіла
 <p>Змійки (мінімум 4 хвилі), жорсткі і однакової висоти, в повітрі або на підлозі</p>	
 <p>"Бумеранг": Відпустити, потягнути назад за кінець стрічки і зловити паличку</p>	 <p>Великий пережат палички стрічки по мінімум 2 великим сегментам тіла</p>  <p>Пережат палички стрічки по частині тіла</p>
 <p>"Ешappe": Обертання палички під час польоту та ловля палички</p>	 <p>Проходження всім тілом або частиною тіла через або над візерунком стрічки</p>

Пояснення / Приклади	
<p>Елементи, не характерні для техніки стрічки, не повинні перевантажувати композицію. (Приклади: Загортання/розгортання, пережати або ковзання палички, поштовх/відштовхування)</p>	
	<p>"Шпага": Вся паличка разом з рукою входить у спіральний візерунок, утворений стрічкою (палиця схожа на "шпагу"); вихід палички зі спірального візерунка необов'язковий: Відведення руки/палиці назад або невеликий кидок/ешappe.</p>
	<p>"Бумеранг" складається з 3 частин:</p> <ol style="list-style-type: none"> Випуск (кидок) палички в повітря або по підлозі. <ul style="list-style-type: none"> Немає жодних обмежень щодо тканини стрічки: Кінець можна тримати в руках, тканина може ковзати по тілу/в руці, або ж стрічка може бути повністю вільною протягом будь-якого часу, доки кінець не буде витягнутий до того, як паличка торкнеться підлоги або не зупиниться на підлозі. Потяг назад, що досягається утриманням кінця тканини (максимум 50 см від кінця), виконується, коли тканина витягнута в повітрі (з торканням або без торкання паличкою підлоги) або витягнута вздовж підлоги. <ul style="list-style-type: none"> Виконується потяг назад <ul style="list-style-type: none"> під час польоту, одразу після закінчення польоту, для випусків уздовж підлоги: Також можливий після короткого простягання стрічки вздовж підлоги. Бумеранг може бути виконаний з 1 або більше відтягуванням назад перед тим, як зловити паличку. Всі дії між початковим відпусканням і ловлею палички відносяться до одного технічного елемента предмета (не 2 або більше окремих бумерангів). Ловля палички. Елемент, який включає в себе тільки потяг стрічки назад і ловлю палички, без відпускання, не відповідає визначенню бумерангу.
	<p>Мінімум 2 великих сегменти тіла повинні проходити через візерунок стрічки. (Приклад: голова/шия + тулуб; руки + тулуб; тулуб + ноги тощо). Це може бути проходження крізь або над візерунком стрічки: Всім тілом всередину і назовні, або проходженням всередину без зупинки, або навпаки.</p>
	<p>"Ешappe" - це тип невеликого кидка, який включає в себе обертання палички в польоті і ловлю палички. Техніка обертання палички в польоті можлива для високого кидка і буде оцінюватися як високий кидок (не Ешappe) в залежності від його висоти.</p>
	<p>Для всіх типів ловлі стрічки, як правило, предмет слід ловити за кінець палички. Дозволяється навмисний захват стрічки за її матеріал в зоні приблизно 50 см від кріплення, за умови, що цей захват виправданий для наступного руху або фінальної пози. Якщо стрічка ненавмисно захоплена за матеріал (помилково), технічний елемент не зараховується і не може зарахувати жодну складність.</p>

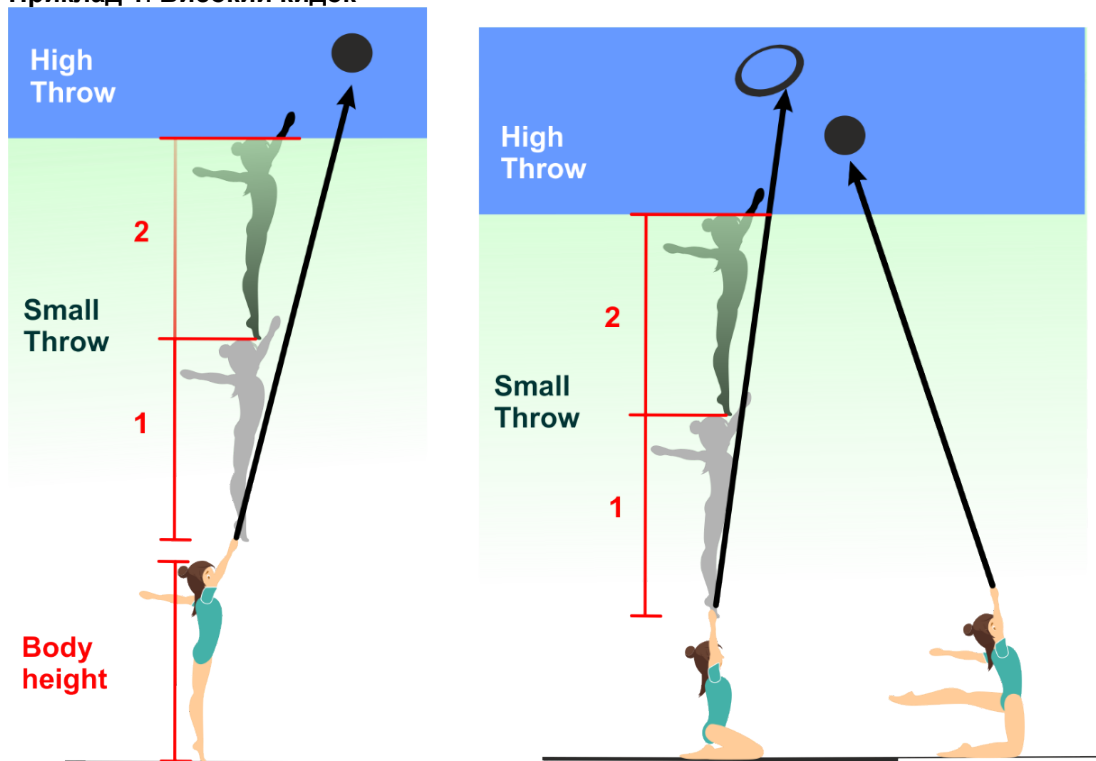
3.4 Зведена таблиця технічних груп предметів (для всіх предметів), які дійсні для всіх предметів

3.4.1 Високі кидки та ловлі предмета

↗	Високий кидок предмета: вище двох зростів гімнастки стоячи
↗↗	Високий кидок двох роз'єднаних булав: вище двох зростів гімнастки стоячи Для асиметричних та каскадних кидків, достатньо, щоб одна з булав відповідала вимогам щодо високих кидків
↓	Ловля предмета після (з) високого кидка
↓↓	Одночасна ловля двох роз'єднаних булав після (з) високого кидка Обидві булави (під час польоту) повинні відповідати вимогам високого кидка

Пояснення/ Приклади	
Що означає зловити предмет «з польоту»?	Після кидка, предмет знаходиться у вільному польоті в повітрі. Зловити (спіймати) предмет означає – повернути предмет з польоту. Якщо гімнастка навмисно дозволяє перед ловлею предмету відбитись(відскочити) йому від підлоги, то це не ловля, а відбив предмета від підлоги.
Уточніть, будь-ласка, висоту кидків. З якої точки вимірюється висота кидків?	Висота кидка вимірюється від (з) точки випуску предмета.
Чи буде зарахована (дійсна) ловля, якщо предмет торкається підлоги?	Якщо гімнастка контролювано ловить предмет і в цей самий момент торкається предметом до підлоги, то така ловля предмета буде зарахована, але можуть бути застосовані пенальті судьями бригади виконання E (див. Виконання п. 2.3.8) Якщо предмет торкається підлоги до моменту (контрольованої) ловлі, це вважається втратою предмета, відповідно це не зараховується (ловля не дійсна) і застосовуються пенальті судьями бригади виконання E. Дивіться також пояснення/приклад для ловлі стрічки (Виконання п.3.3.4)

Приклад 1: Високий кидок



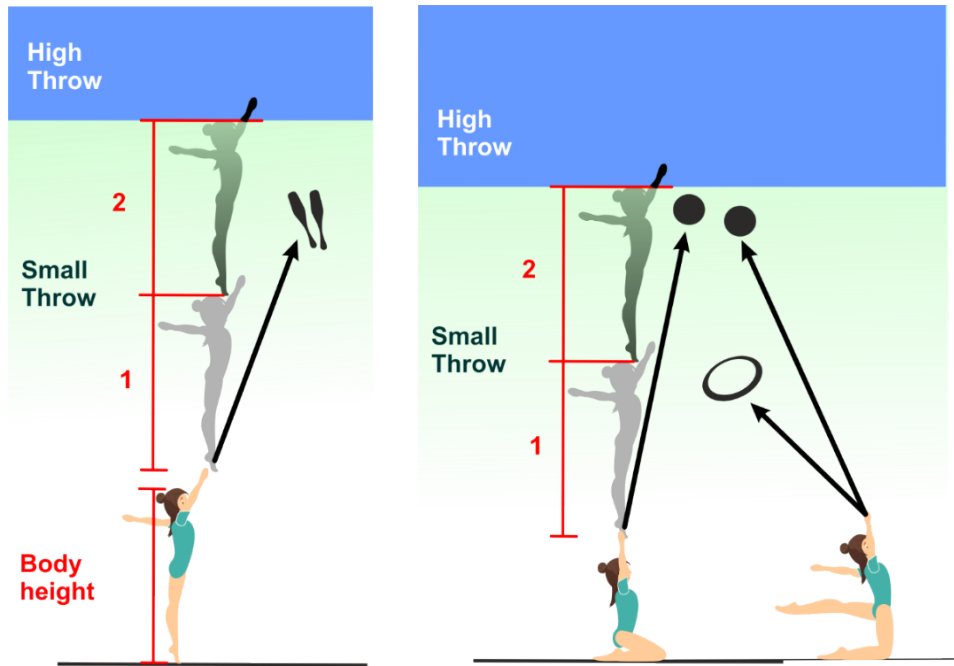
3.4.2 Малі кидки та ловлі предмета

→ **Малий кидок і ловля предмета з польоту:** близько до тіла гімнастки, не вище двох зростів стоячи гімнастки, з мінімум однією чітко видимою фазою польоту:

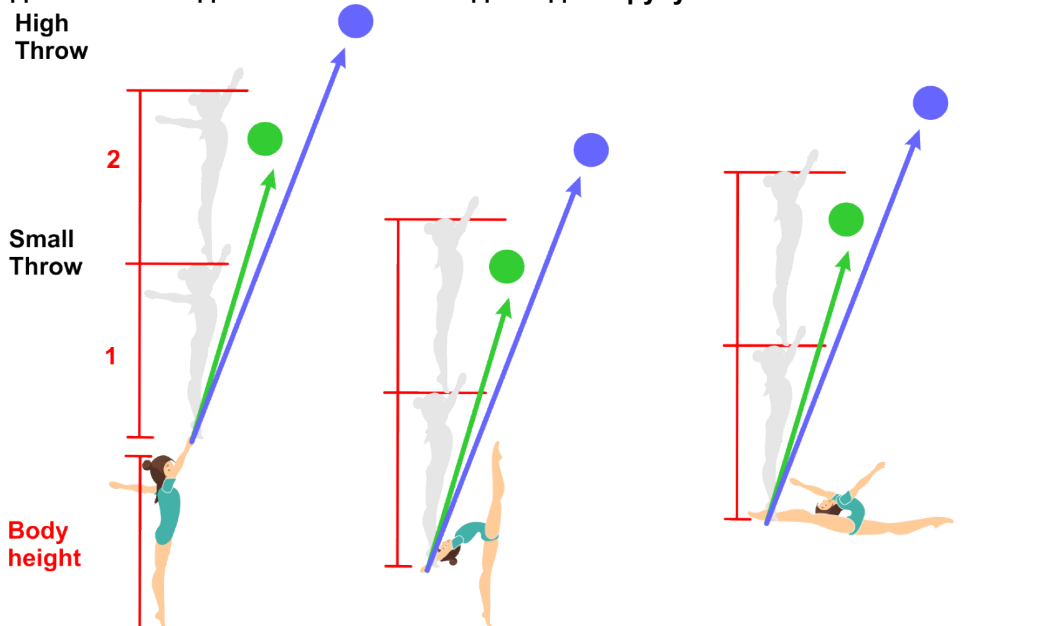
- З кидком/ відштовхуванням в повітря
- З відбивом від тіла гімнастки
- З вільним падінням предмета (з висоти)
- Для кидка однієї булави: з обертанням на 360° або без

Примітка: малий кидок двох булав без обертання на 360° (не зараховується, як технічний елемент предмету) не є дійсним технічним елементом предмету


Приклад 2: Малий кидок





Приклад 3: Висота кидків: високі і малі кидки під час руху гімнастки



3.4.3 DB під час польоту предмета або під час «бумеранга»

 DB виконується під час польоту предмета під час високого кидка або під час бумерангу (ізольовано, п. 2.6.3, в серії; п. 2.6.4)


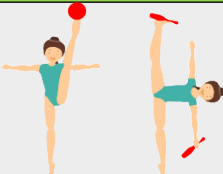


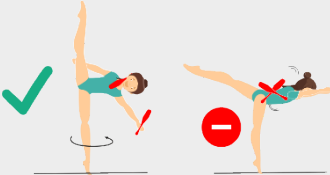
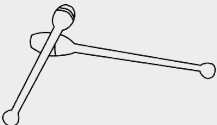
3.4.4 Робота з предметом









	<ul style="list-style-type: none"> • Великий круг(-и) • Для стрічки: Круг (-и) можуть бути середніми або великими, обидва варіанти розглядаються, як один і той самий технічний елемент предмета (всі інші аспекти однакові) • «Вісімка» (не для м'яча) • Передача предмета за допомогою рук або без участі рук навколо будь-якої частини тіла або під ногою (ногами) • Передача предмета без участі(допомоги) рук принаймні двома частинами тіла гімнастки (без рук) • Прохід над предметом усім тілом або частиною тіла без передачі предмета з руки в руку або з однієї частини тіла в іншу частину тіла
Пояснення / Приклади	
	<p><i>Середній або великий круг: предмет має виконати повний круг 360°</i></p>
	<p><i>«Вісімка»: мають бути представлені два повних(завершених) круги</i></p>

3.4.5 Нестабільний баланс: Складний взаємозв'язок тіла з предметом з ризиком втрати предмета поділяється на 3-и підгрупи:


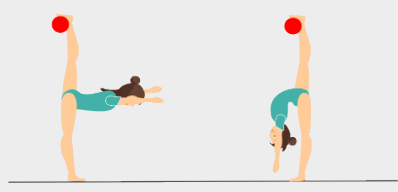

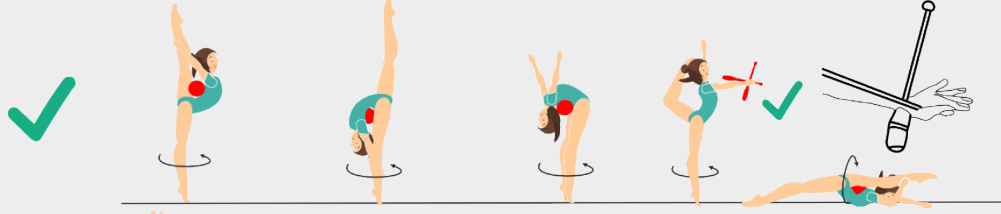
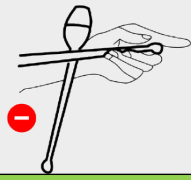

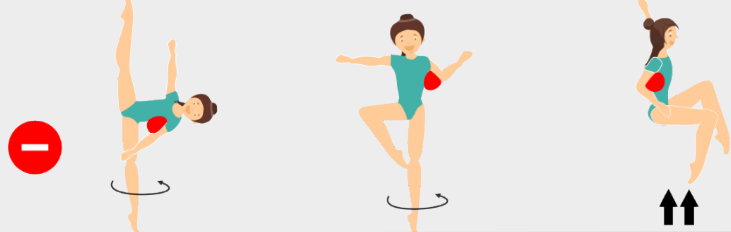
1. Предмет вільно балансує (не стиснутий/затиснутий) на невеликій поверхні
2. Предмет затиснутий між частинами тіла
3. Предмет вільно балансує (не стиснутий)

3.4.5.1 Предмет вільно балансує (не затиснутий) на малій поверхні

Пояснення / Приклади	
Невеликі поверхні і сегменти (не стиснуті)	
	<div style="display: flex; flex-direction: column; align-items: flex-start;"> <div style="margin-bottom: 10px;">  <p><i>На стопі: <u>3 або без ротації</u></i></p> </div> <div style="margin-bottom: 10px;">  <p><i>Грудна клітка: Тільки з м'ячем, якщо він не затиснутий іншою частиною тіла: <u>3 або без ротації</u></i></p> </div> <div style="margin-bottom: 10px;">  <p><i>Відкрита долоня: Тільки з <u>м'ячем</u> під час <u>DB ротації</u> (повороту)</i></p> </div> <div style="margin-bottom: 10px;">  <p><i>Шия (не на спині): Лише під час <u>DB ротації</u> Одна булава в положенні «нестабільного балансу» на шиї буде вважатися дійсним, лише тоді, коли друга булава буде виконувати технічний рух. Не зараховується для двох схрещених булав на шиї.</i></p> </div> <div style="margin-bottom: 10px;">  <p><i>Одна булава балансує на іншій булаві вважається «нестабільним балансом» під час будь-якого типу DB з ротацією (не зараховується для турляну)</i></p> </div> </div>

Пояснення / Приклади			
Відкрита долоня			
			
Правильне виконання	М'яч утримується передпліччям	М'яч утримується передпліччям і стиснутий	М'яч захоплений і стиснутий
Без пенальті	пенальті– 0.10 б.	пенальті – 0.10 б.	пенальті– 0.10 б.
 зараховано	 зараховано	 Не зараховано	 Не зараховано



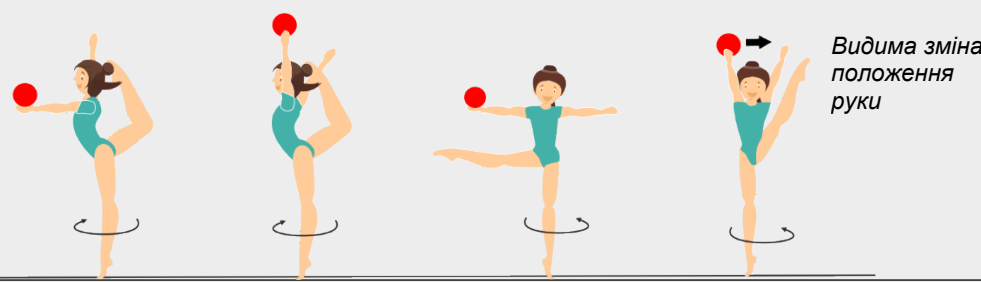


3.4.5.2 Предмет затиснутий між сегментами тіла

Пояснення / Приклади		
Предмет з ротацією або без	затиснутий	стопую/стопами:
		
Предмет затиснутий між будь-якими іншими сегментами тіла: лише під час елементів з ротацією		
	 <p>Затиснутий предмет зараховується <u>лише під час елементів з ротацією</u>, але не під час рівноваг DB</p>  <p>Булава затиснута іншою булавою на внутрішній стороні руки, не зараховується «нестабільним балансом»</p>	
Предмет затиснутий між рукою та будь-якою іншою частиною тіла: НЕ ЗАРАХОВУЄТЬСЯ		
	<p>Виключення для стиснутого предмета: Предмет затиснутий між рукою та будь-якою іншою частиною тіла, не зараховується як нестабільний баланс, незалежно від того чи елемент з ротацією чи без</p> 	

3.4.5.3 Предмет, який вільно висить (не затиснутий):

Пояснення / Приклади	
Вільний предмет (не затиснутий) Лише під час DB ротації	
	
Вільний предмет (не затиснутий) з додатковою підтримкою: НЕ ЗАРАХОВУЄТЬСЯ	
	<p>Предмет, який спирається на частину тіла з додатковою підтримкою руками не зараховується як вільний предмет позиції нестабільного балансу.</p> 

3.4.5.4 Положення нестабільного балансу, які вважаються однаковими/різними:

Пояснення / Приклади	
	<p><u>Однакові</u></p> <p>Під час складності з ротацією (поворот) м'яч утримується спереду лівою рукою і потім спереду правою рукою – це однакові положення..</p>
	<p><u>Різні</u></p> <p>Різні положення нестабільного положення м'яча на відкритій долоні під час DB ротації:</p> <p>Рука повинна бути чітко спереду, збоку, зверху і т.д., або повинно помітно змінитися положення нестабільного балансу від одного положення руки до іншого під час ротації DB.</p> <p>Приклади:</p> 
 	<p><u>Різні</u></p> <p>Різні нестабільні положення однієї булави, яка утримується іншою булавою на зовнішній стороні руки під час ротації DB: Положення руки має помітно змінитись (бути різним): спереду від тулуба або збоку від тулуба</p>

3.5 Статичний предмет

3.5.1 Предмет повинен бути в русі або в позиції нестабільного балансу, а не просто утримуватись або стискатись **тривалий час**

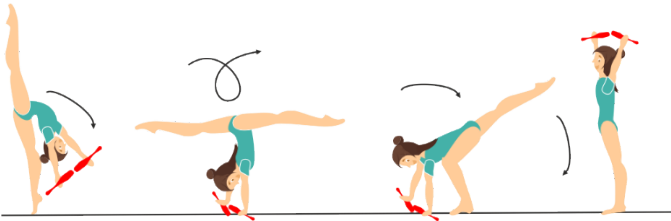
3.5.2 Статичний предмет – предмет, який утримується або стиснутий

- “Предмет утримується” означає, що предмет міцно утримується однією або двома руками і/або однією або більше частинами тіла (не в стабільному балансі)
- Предмет утримується “тривалий час” означає утримання протягом 4 або більше секунд.

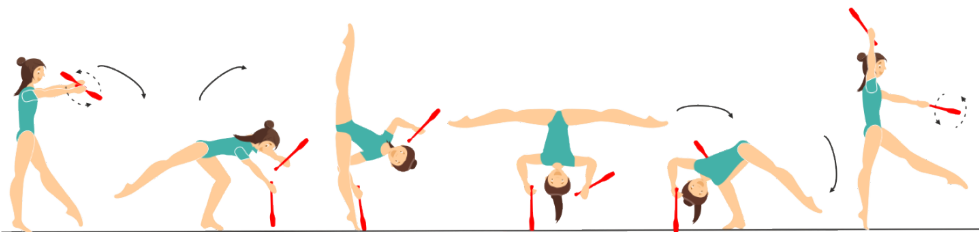
3.5.3 Коли одна булава знаходиться в польоті, допускається, щоб друга булава була нерухома (без пенальті за статичний предмет).

3.5.4 Не допускається статична опора на предмет (композиційна помилка або помилка виконання). Проте, допускається виконання преакробатичних елементів з предметом, який знаходиться (лежить) на підлозі між руками (менше 4 секунд).

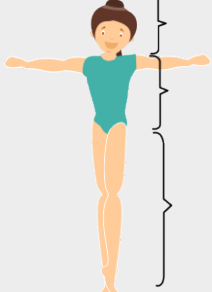
Приклад: Переворот назад з опорою на дві руки, булави в кожній руці лежать на підлозі між руками (Преакробатичний елемент можна виконати з опорою на одну руку з таким самим положенням булав)



3.5.5 Преакробатичний елемент виконаний з опорою на предмет, без контакту будь-якої частини тіла з підлогою, є забороненим. Бригада виконання: пенальті 0.3 бала за заборонену техніку виконання.



3.6 Технічні елементи предметів під час виконання ДВ повинні бути різними

Пояснення / Приклади	
	<p>В різних площинах Площини оцінюються відносно простору : горизонтальна, фронтальна, сагітальна. Для спіралей критерій «площини» не застосовується. Спіралі повинні мати різний напрямок і/або різний рівень.</p> <p>“Різні напрямки” оцінюють так: Прохід через предмет: прохід в предмет–прохід з предмету– повний прохід вперед–повний прохід назад–повне проходження боком– це все різні.</p> <p>Технічні елементи , що виконуються <u>в різних напрямках відносно тіла</u>, різні, наприклад: спіралі рукою попереду тіла, спіралі рукою в сторони, спіралі рукою позаду тіла.</p> <p>Кожен технічний елемент можна <u>повторити з тулубом у 2 різних напрямках</u>, усі інші аспекти залишаються однаковими, наприклад: Тулуб вертикально + вбік, тулуб вперед+ назад, тулуб вбік + прогин спини та ін.</p> <p>Усі інші варіанти напрямків вважаються одним й тим самим технічним елементом предмета:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Однакові «млинки» вперед і назад • Однакові маленькі круги з 2 булавами всередину і маленькі круги 1 булавою всередину + 1 булавою назовні • Однакові спіралі всередину і спіралі назовні • Однаковий великий круг всередину і великий круг назовні • Однаковий великий переكات зліва направо і справа наліво
	<p>На різних рівнях</p>  <div style="display: flex; flex-direction: column; align-items: flex-start; margin-left: 20px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">Рівень 1: Від голови до плечей</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">Рівень 2: Від грудей до талії</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">Рівень 3: Від стегон до стоп</div> </div>
	<p>Технічний елемент, виконаний різними частинами тіла, а саме:</p> <ul style="list-style-type: none"> • <u>Різними частинами тіла</u>, наприклад, відбив рукою, відбив коліном • <u>На різних частинах тіла</u> • <u>Переكاتи та ковзання по різних частинах тіла</u> • <u>Для відбивів один раз під ногою і один раз не під ногою - відрізняються</u> • <u>Різні частини тіла, які проходять через предмет</u>, наприклад, руки та тулуб, ноги і тулуб, усе тіло
	<p>Різні техніки кидків</p>

3.6.1 Ідентичні (однакові) технічні елементи предметів

- 3.6.1.1 Якщо технічний елемент предмета виконується однаково під час двох окремих елементів DB, другий елемент DB в хронологічному порядку не буде оцінено (без пенальті).
- 3.6.1.2 Кожний елемент DB для того, щоб бути оціненим, повинен виконуватись з мінімум 1 новим технічним елементом предмета (які не виконувались в жодному з попередніх елементів DB у композиції); додаткові технічні елементи предмета можуть бути повторами.
- 3.6.1.3 Ідентичні технічні елементи предметів, виконані під час **двох різних елементів DB** (з однакових або різних груп тіла) **не вважаються “різними”** технічними елементами предмета.
- 3.6.1.4 Ідентичні технічні елементи предметів, виконані **спочатку правою рукою, а потім лівою рукою, не вважаються “різними”** технічними елементами предметів.
- 3.6.1.5 Для зарахування рівноваги **“Fouetté” (Фуєте)**, потрібно виконати один технічний елемент предмета під час будь-якої фази рівноваги. Цей технічний елемент **не може бути повтором згідно п. Error! Reference source not found.** За умови виконання цієї вимоги, можливе виконання додаткових технічних елементів предмета.

Пояснення / Приклади
<i>Якщо гімнастка виконує однаковий відбив м'яча під час стрибка, а потім під час рівноваги, рівновага не зараховується.</i>
<i>Якщо гімнастка виконує спіралі стрічкою під час повороту, а пізніше під час вправи виконує інший поворот з такими ж спіралями, другий поворот (в порядку виконання) не зараховується.</i>
<i>Якщо гімнастка виконує стрибок з поворотом під польотом предмета, а потім в іншій частині вправи виконує поворот під польотом предмета, поворот не зараховується.</i>
<i>Якщо гімнастка виконує спіралі + великий круг над головою під час рівноваги Fouetté (Фуєте), а потім в іншій частині вправи виконує поворот з таким самим кругом над головою, поворот не зараховується.</i>

- 3.6.1.6 Серія стрибків/поворотів **може виконуватись з ідентичними або різними технічними елементами предметів для кожного елемента DB.** Ідентичний технічний елемент предмета може виконуватись послідовно або роздільно. Також дозволяється поєднання високого кидка і ловлі предмета (див. п.2.6.4) з іншими технічними елементами предмета.

Пояснення / Приклади	
Складність	Пояснення
	<p>Під час серії допускаються різні технічні елементи предметів (великий круг, спіралі) та ідентичні технічні елементи предметів (2 рази однакові спіралі).</p> <p>4-ий стрибок з іншої клітинки стрибків: не є частиною серії стрибків, повтор однакових спіралей не допускається.</p> <p>3-и стрибки в шпагат мають дійсні технічні елементи предметів, а 4-ий стрибок не містить дійсного технічного елемента предмета.</p>
	<p>Однакові спіралі в двох елементах 2 DB під час серії, які повторюються роздільно, дозволяються, також у поєднанні з високим кидком і ловлею.</p> <p>Усі 5 DB мають дійсні технічні елементи предмета.</p>

4. ДИНАМІЧНІ ЕЛЕМЕНТИ З РОТАЦІЄЮ (R)

4.1. Визначення

4.1.1. R - це поєднання високого кидка, двох або більше обертальних елементів і ловлі предмету.

4.1.2. R повинен мати 3 складові і буде зарахований тільки коли всі ці три компоненти виконані:

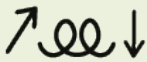
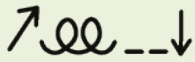
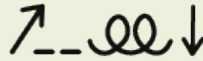
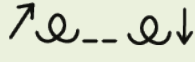
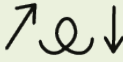



4.1.2.1. **Високий кидок** предмету (більше ніж 2 роста гімнастки), виконаний перед першим обертанням або під час першого обертання. Малий кидок не зараховується (див. #3.4.2).

4.1.2.2. **Базові ротації: мінімум два завершених обертальних елемента:**

- Мінімум два базових обертання мають бути виконані **під час польоту** предмету
- Кожне базове обертання має бути виконаним на **360°**
- Базові обертання можуть бути виконані навколо будь – якої осі
- Базові обертання можуть бути з або без зміни осі в обертальних елементах
- Базові обертання можуть бути з або без переходу на підлогу
- Дві базових ротації мають бути виконані без будь - яких додаткових крок(ів) між базовими обертаннями. Допускається пауза без будь - яких кроків або переміщень між базовими обертаннями.
- За додаткові крок(и) зроблені до або після двох зарахованих базових обертань будуть застосовані пенальті суддями Виконання, **R зараховується**

4.1.2.3. **Ловля предмету після базових обертань:** під час крайнього додаткового обертання або після обертань.

- **Додаткові обертання** будуть оцінені після двох базових обертань і будуть зараховані навіть з додатковими кроками між або після обертань, але будуть застосовані пенальті суддями Виконання
- Предмет має бути спійманим після польоту. R з ловлею після відскоку від підлоги не буде зарахованим.
- **Примітка для стрічки:** будь – яка частина палички має бути зловлена щоб бути зарахованим. (Пенальті у виконанні може бути застосовано як неправильна ловля).

Пояснення / Приклади		
Елемент R	Пояснення	Оцінювання
	Високий кидок, два базових обертання під польотом, ловля	R2 – вимога виконана
	Високий кидок, два базових обертання під польотом, два кроки, ловля	R2 – вимога виконана Пенальті у виконанні 0.10 за неточну траєкторію з 2 кроками
	Високий кидок, два кроки, а потім два базових обертання під польотом, ловля	R2 – вимога виконана Пенальті у виконанні 0.10 за неточну траєкторію з 2 кроками
	Високий кидок, 1 базове обертання, 2 додаткових кроки,, 2 базове обертання, ловля	Не зараховано. Переривання між базовими обертаннями. Пенальті у виконанні 0,10 за не точну траєкторію з двома кроками
	Високий кидок, 1 базове обертання під польотом, ловля	Не зараховано. Немає 2- ох обертань під польотом
	Високий кидок під час обертання, ловля під час обертання	Не зараховано. Немає 2- ох обертань під польотом
	Високий кидок, 1 базове обертання під польотом, ловля під час другого базового обертання	Не зараховано. Немає 2- ох обертань під польотом
	Високий кидок під час першого обертання, 1 обертання під польотом, ловля	Не зараховано. Немає 2- ох обертань під польотом

4.1.3. Для визначення **R** з трьома стрибками “ан турнан”, див #4.7.

4.2. Цінність R

4.2.1. Базова цінність (мінімум 2 базових обертання з повним обертом на 360° для кожного обертання) **R: 0.20 р.**

4.2.2. Цінність **R** може бути збільшена за рахунок додаткових критеріїв, див #4.8-4.10. Додаткові критерії можуть бути виконані під час кидка предмету, під польотом та/ або під час ловлі предмету.

4.3. Вимоги

4.3.1. Максимум 4 **R** у вправі будуть оцінені в порядку виконання.

4.4. Вибір елементів обертання

4.4.1. Два базових обертання і будь – які додаткові обертання можуть бути версією наступних груп обертальних елементів в 360°, перерахованих у відповідних таблицях:

- Преакробатичні елементи (#4.4)
- Вертикальні обертання (включає в себе DB з обертанням 360° або більше, з цінністю 0.10 р.) (#4.5)
- DB з обертанням 360° і більше, цінність 0.20 р. і більше (складність тіла, таблиця #9, #13)

4.4.2. Вертикальні обертання групи 1 можуть бути використані в 2- ох **R**: або ізольовано в серіях, або повторені в будь - якому порядку в межах R. Використання варіантів довільне: обидва **R** можуть мати ті самі варіанти, різні варіанти або будь які комбінації варіантів. Якщо ця група повторюється в додатковому **R** (не залежно від різних варіантів) додатковий **R** не зараховується.

4.4.2.1. Хоча група 1 вертикальних обертань може повторюватись, кожен окремий **R** має відрізнитися від попереднього: технікою кидка, варіантом ротацій, кількістю обертань або технікою ловлі. Якщо 2 **R** виконано ідентично, то 2 – ий **R** не буде зарахованим.

4.4.3. Будь – який інший тип обертання може бути використаний лише в 1 **R** : або ізольовано в серії, або повторюватись в будь – якому порядку. Якщо обертання повторилось в іншому **R** (незалежно від різних варіантів) додатковий **R** не буде зарахований.


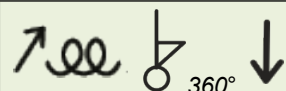
4.4.4. DB з обертанням 360° або більше з цінністю 0.20 р. і більше може бути використано максимум 1 раз в **R** і зарахований як елемент обертання:

4.4.4.1. DB може бути виконаний тільки протягом кидка або ловлі предмету

4.4.4.2. Якщо DB виконано під час ловлі, але предмет був загублений в кінці **R**, то DB зараховується (**R** не зараховується).

4.4.4.3. Тільки DB з обертанням на 360° і більше і цінністю 0.20 або більше, можуть бути використані в **R**.

4.4.4.4. Використання вертикальних обертань створених з DB цінністю 0.10 р. не розцінюється як DB і не враховується як максимум 1 DB в **R**. Ці обертання розглядаються як вертикальні, але не записуються як DB.

Пояснення / Приклади		
R з вертикальними обертаннями з DB цінністю 0.10		
Складність	Вимоги	
1.		Ізольований поворот в пасе на 360° DB судді записують DB 0.10 р.
2.		R з 2- ма шене + поворот в пасе на 360° DB судді записують R тільки з групою 1 вертикальних обертань.

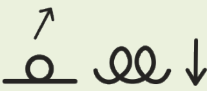
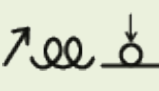
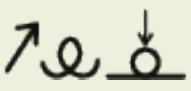
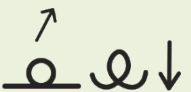
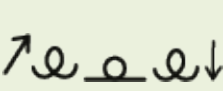
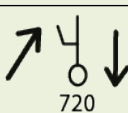
4.4.4.5. DB без обертання або DB виконані з поворотом на **180°** не допускаються (R не зараховується).

4.4.4.6. Останнє обертання в R не можна використовувати як підготовку до DB без обертання (R не зараховано).

4.4.4.7. DB з обертанням, яке виконане неправильно, не зараховується як ротація (R буде зарахованим, якщо базове визначення виконується без цього обертання).

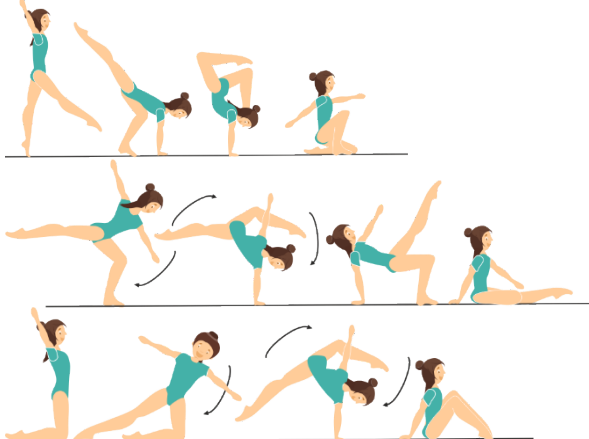

4.4.4.8. **Повторення DB** з цінністю 0.20 або більше, яке використовувалось раніше у вправі не допускається: повторення DB з цінністю 0.20 або більше не зараховується як обертання (R буде зарахований, якщо базове визначення виконується без цього обертання).

4.4.4.9. **DB** зараховується як **1 обертальний елемент**, навіть якщо **DB** містить кілька обертів від одного імпульсу.


Пояснення / Приклади		
DB з обертанням в R		
Елемент R	Пояснення	Оцінка
	Високий кидок під час 1 обертання (DB), 2 базових обертання під польотом, повля	R3 = 0.30 1 DB зараховано
	Високий кидок, 2 базових обертання під польотом, повля під час 3 - го обертання (DB)	R3 = 0.30 р. 1 DB зараховано
	Високий кидок, 1-ша ротація під польотом, повля під час 2 - го обертання (DB)	R не зараховано Відсутні 2 базових обертання під польотом 1 DB зараховано
	Високий кидок під час 1 обертання (DB), 2 - ге обертання під польотом, повля	R не зараховано Відсутні 2 базових обертання під польотом 1 DB зараховано
	Високий кидок, 1-ше обертання під польотом, 2-ге обертання під польотом (DB), 3 - тє обертання під польотом, повля	R не зараховано, див. #4.4.4.1 DB не зараховано
	Високий кидок, поворот «Атитюд» на 720° під польотом, повля	R не зараховано, див. #4.4.4.9 1 DB зараховане під польотом, див (#2.6.3)

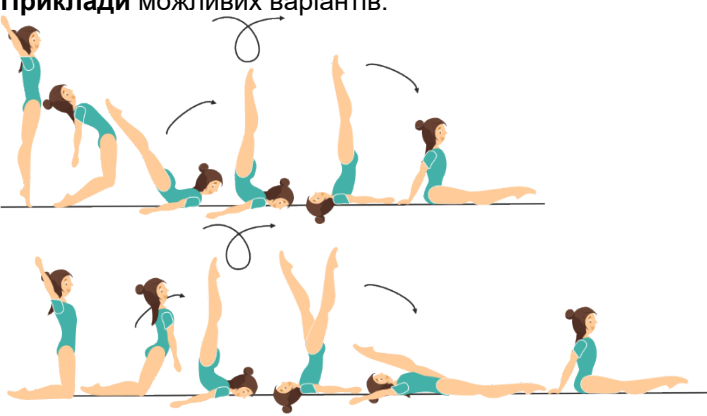
4.5. Преакробатичні елементи

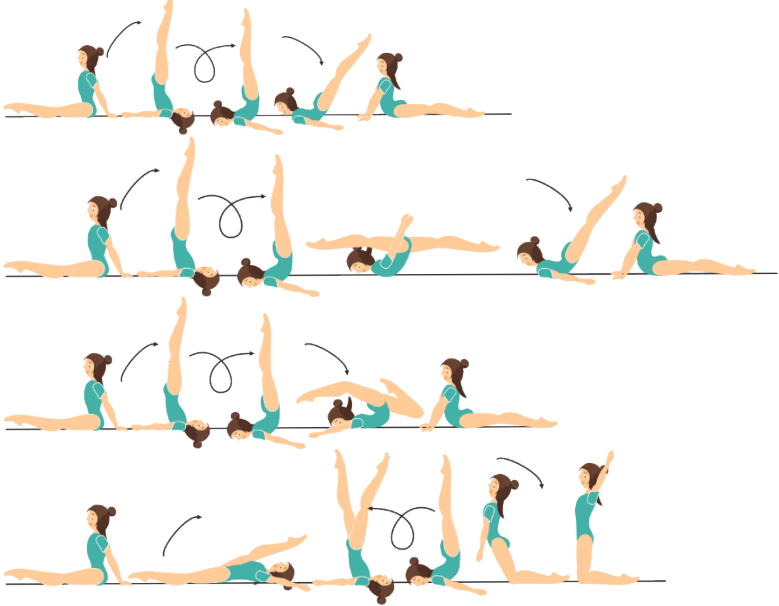
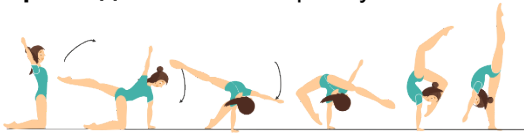
4.5.1. Таблиця груп преакробатичних елементів:


№	Група	Приклади можливостей для варіації
1	Переворот вперед	<p>Вихідне положення: Стоячи, на колінах, сидячи і т.д.</p> <p>Проміжне положення: 1 рука, 2 руки, лікті, голова і т.д.</p> <p>Фінальне положення: Стоячи, на колінах, сидячи, на одній нозі* і т.д.</p> <p>Рух ніг: Передній шпагат, боковий шпагат, ноги разом в будь-якій фазі, ноги зі зміною, рондом, кабріолем/з підбивом, велосипедом і т.д., з прямим або зігнутих коліном(ами).</p> <p>Приклади можливих варіантів:</p> 
2	Переворот назад	<p>Вихідне положення: Стоячи, на колінах, сидячи і т.д.</p> <p>Проміжне положення: 1 рука, 2 руки, лікті, голова і т.д.</p> <p>Фінальне положення: Стоячи, на колінах, сидячи, на 1 нозі і т.д.</p> <p>Рух ніг: Передній шпагат, боковий шпагат, ноги разом в будь-якій фазі, ноги зі зміною, рондом, кабріолем/з підбивом, велосипедом і т.д., з прямим або зігнутих коліном(ами).</p> <p>Приклади можливих варіантів:</p>  <p>* Примітка: переворот вперед/назад може закінчуватись на одній нозі з корпусом вниз, для збереження рівноваги DB. Воно зараховується як обертання на 360° градусів, але це поєднання з DB не дозволено в R (#4.4.4.6).</p>

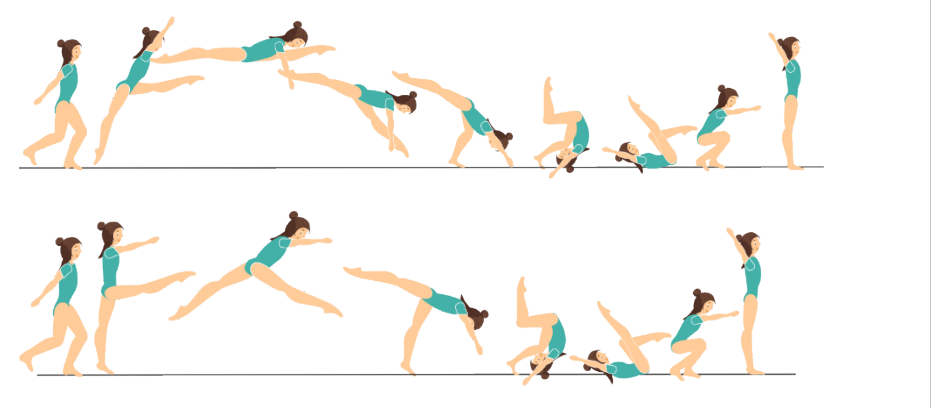
3	Колесо	<p>Вихідне положення: Проміжне положення: Фінальне положення: Рух ніг:</p>	<p>Стоячи, на колінах і т.д.</p> <p>1 рука, 2 руки, лікті, голова, груди, шия і т.д.</p> <p>Стоячи, на колінах, сидячи і т.д.</p> <p>Боковий шпагат, ноги разом в будь-якій фазі, зміна ніг, з підбивом і т.д., з прямим або зігнутих коліном(ами).</p> <p>Примітка: Колесо, яке закінчується в положенні лежачи зараховується як завершене (360° градусів).</p>
4	Кувирок вперед	<p>Вихідне положення: Техніка: Фінальне положення: Рух ногами:</p>	<p>Стоячи, на колінах і т.д.</p> <p>Через голову, через плече і т.д.</p> <p>Стоячи, на колінах, сидячи, через шпагат і т.д.</p> <p>Ноги разом, послідовно, шпагат і т.д., з прямим або зігнутих коліном(ами).</p> <p>Примітка: Кувирок може бути завершено в положення лежачи з метою ловлі предмету (зараховано як обертання на 360° градусів).</p>
5	Кувирок назад	<p>Вихідне положення: Техніка: Фінальне положення: Рух ногами:</p>	<p>Стоячи, на колінах, сидячи і т.д.</p> <p>Через голову, через плече і т.д.</p> <p>Стоячи, на колінах, сидячи, через шпагат, в позиції підбива і т.д.</p> <p>Ноги разом, послідовно, шпагат і т.д., з прямим або зігнутих коліном(ами).</p>
6	Перекат на груди вперед	<p>Вихідне положення: Фінальне положення: Рух ногами:</p>	<p>Стоячи, на колінах, лежачи і т.д.</p> <p>Стоячи, на колінах, через шпагат і т.д.</p> <p>Ноги разом, послідовно, шпагат і т.д., з прямим або зігнутих коліном(ами).</p> <p>Приклади можливих варіантів:</p>

7	Перекат на груди назад	Вихідне положення: Фінальне положення: Рух ногами:	<p>Стоячи, на колінах і т.д.</p> <p>Лежачи, на колінах, через шпагат і т.д.</p> <p>Ноги разом, послідовно, шпагат і т.д. з прямим або зігнутим коліном(ами).</p> <p>Приклади можливих варіантів:</p> 
---	-------------------------------	--	--

8	Перекат вперед Рибка (прогин назад, перекат на груди, прохід через плече з рухом гойдалки, перекат через спину)	Вихідне положення: Фінальне положення: Рух ногами:	<p>Стоячи, на колінах і т.д.</p> <p>Сидячи і т.д.</p> <p>Ноги разом, послідовно, зі шпагатом, велосипедом і т.д. з прямим або зігнутим коліном(ами).</p> <p>Примітка: Рибка, яка починається або закінчується в положенні лежачи зараховується, як завершене (360°) обертання.</p> <p>Приклади можливих варіантів:</p> 
---	---	--	---

<p>9</p> <p>Переكات назад Рибка</p> <p>(перекат на спину, з переходом через плече з рухом гойдалки, прогин назад, переكات на груди)</p>		<p>Вихідне положення: Фінальне положення: Рух ногами:</p>	<p>Стоячи, сидячи і т.д.</p> <p>Лежачи, на колінах, через шпагат і т.д.</p> <p>Ноги разом, послідовно, зі шпагатом, велосипедом і т.д. з прямим або зігнутих коліном(ами).</p> <p>Примітка: Рибка, яка починається або закінчується в положенні лежачи зараховується, як завершене (360°) обертання.</p> <p>Приклади можливих варіантів:</p> 
<p>10</p> <p>Бокове обертання з виходом через міст, закінчення з викидом ноги в шпагат</p>		<p>Вихідне положення: Фінальне положення: Рух ногами:</p>	<p>На колінах, стоячи і т.д.</p> <p>Стоячи</p> <p>Шпагат з прогином назад в положенні стоячи</p> <p>Примітка: Це лише преакробатичний елемент, фінальне положення не є ДВ.</p> <p>Приклад можливого варіанту:</p> 

<p>11</p>	<p>Бокове обертання з прогином назад</p>	<p>Вихідне положення: Проміжне положення: Варіанти опори: Фінальне положення: Рух ногами:</p>	<p>Стоячи, на колінах і т.д.</p> <p>1 рука, 2 руки, лікті, груди і т.д.</p> <p>3 проходом через міст на 1-2 ногах, або з відривом ніг від підлоги</p> <p>Стоячи, на колінах, лежачи і т.д.</p> <p>Ноги разом, послідовно, зі шпагатом і т.д. з прямим або зігнутим коліном(ами).</p> <p>Примітка: Цей елемент починається з моменту, коли гімнастка починає прогинатись назад в міст. Обертання може продовжуватись на колінах без переривання до завершення 360°.</p> <p>Приклади можливих варіантів:</p> 
-----------	---	---	--

<p>12</p>	<p>Стрибок - Нирок</p>	<p>Політ: Техніка: Фінальне положення: Рух ногами:</p>	<p>Зі шпагатом 180°, без шпагату 180°</p> <p>Прямо, через плече і т.д.</p> <p>Стоячи, на колінах, через шпагат і т.д.</p> <p>Зігнуті коліна, прямі коліна, ноги послідовно (для кувирка)</p> <p>Приклади можливих варіантів:</p> 
-----------	-------------------------------	--	--

13

Циркуль

(обертання на 1 нозі з іншою піднятою ногою, з обертанням 360° у вертикальній площині)

Проміжне положення:
Фінальне положення:
Рух ногами:

Тулуб горизонтально або нижче з опорою або без опори на руку

Зміна положення тулуба в будь-яких напрямках, з закінченням стоячи на колінах і т.д.

З прямими ногами або із зігнутою ногою(ми) в будь-якій фазі

Примітка:

Циркуль – це обертання на 360° у вертикальній площині: вертикально, проходження через зігнуту позицію, і повернення у вертикальну позицію. Циркуль не вимагає обертання на 360° в горизонтальній площині: не обов'язково починати та закінчувати обличчям в тому ж напрямку

Приклад можливого варіанту:



4.5.2. «Нирок»: Це преакробатичний елемент, який складається зі стрибка з нахилом тулуба вперед (фаза польоту вимагається, шпагат не вимагається) після чого йде кувирок:

- Критерій «зміна рівня» надається, якщо «нирок» виконується в R.
- «нирок» може бути виконаний в R тільки як **Перше обертання**. Мінімум 1 додаткове обертання вимагається для 2-ох базових обертань.

Наприклад: «нирок» + інший кувирок/обертання = **R2 Z**

- Якщо «нирок» виконується після базових ротацій, він не зараховується як елемент обертання (R зараховується, якщо базові вимоги виконані без цього обертання).

4.5.3. Якщо гімнастка змінює вісь або техніку обертання під час преакробатичного елемента, то перша фаза обертання визначає класифікацію преакробатичного елемента.

Наприклад:

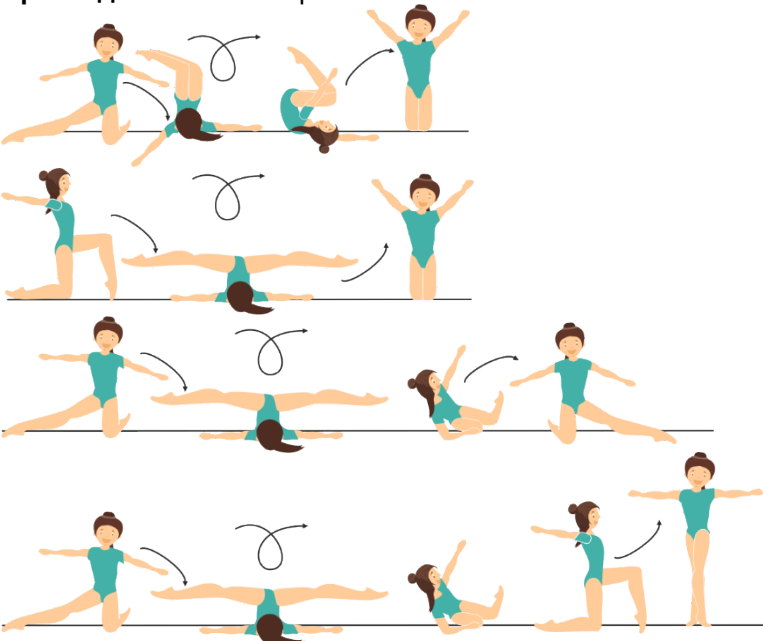
- Переворот вперед, який закінчується вбік як колесо = переворот вперед
- Пересід, який закінчується як пережат вперед через груди = пересід

4.5.4. До вправи можуть бути включені всі групи дозволених преакробатичних елементів за умови їх виконання без польоту або фіксації в положенні стійки на руках, **за винятком короткої паузи (не більше 1 секунди), для ловлі предмету під час виконання елементу.**

4.5.5. Політ або фіксація в положенні стійки на руках (більше 1 секунди) є **недозвеною** технікою виконання преакробатичного елементу. В цьому випадку преакробатичний елемент оцінюється суддями Складності, але **будуть застосовані пенальті суддями Виконання 0.30 за недозволену техніку.**

4.6. Вертикальні обертання

4.6.1. Таблиця груп вертикальних обертань:


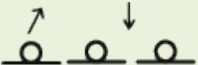
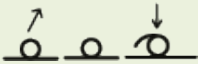
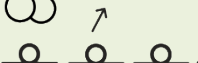

№	Група	Приклади можливих варіантів
1	Вертикально: 3 стрибком/підстрибуванням/підскок з поворотом, з кроками з поворотом на 1 або 2 ногах	З або без стрибка/підстрибування/підскоку Вільне вибране положення ніг: будь-яка комбінація прямої ноги (ніг), зігнутого коліна (колін), піднятих колін, з фіксованою формою або з динамічними положеннями. Вільне вибране положення тулуба: пряме, з нахилом вперед, з прогином назад, з фіксацією формою або в динамічній позиції.
2	Сидячи: Обертання в положенні сидячи або на колінах, з проходженням через шпагат або без нього	Тулуб вертикально Обертання може починатись стоячи або сидячи, але завжди закінчується в позиції сидячи. Вільне вибране положення ніг, включаючи можливе проходження через будь-яке положення шпагату Примітка: Пересід відноситься до групи «сидячи» не залежно від стартової позиції.
3	Лежачи: Боковий кувирок	Боковий кувирок в сторону, лежачи на підлозі, від початку до кінця обертання або з переходом з колін на спину. Вільне вибране положення ніг. Приклади можливих варіантів: 

Пояснення/Приклади

Для тих компонентів складності, де повторення обертальних елементів не дозволяється, кожен суддя повинен записати типи обраних обертань. Кожен суддя може розробити власну систему позначень.

4.7. R з серією стрибків «ан турнан» DB

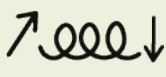
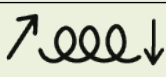
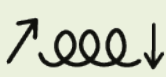
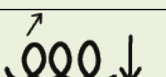
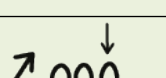
- 4.7.1. Серія стрибків «ан турнан» DB (таблиця #9: складності 33-36) може бути використана в 1 R у вправі і має виконуватись наступним чином:
- Кидок предмету під час першого DB
 - 2 – ге DB під польотом
 - Ловля під час третього DB
- 4.7.2. “Серія” означає , що стрибки DB з одного поля таблиці DB (дивитись #2.4.3). Якщо серія не дійсна, наприклад – з різними DB, R не зараховується.
- 4.7.3. Цей особливий тип R буде оцінено – і оцінка буде збільшена на 0.20 б. для серії – з 1 стрибком «ан турнан» DB під час польоту. Додаткові обертання під час польоту не допускаються.
- 4.7.4. Цей тип R може виконуватись під час серії з більш ніж 3 – ох стрибків «ан-турнан», за умови, що будь-який стрибок виконаний до та/або після R, виконується будь – якою технічною роботою предмета (дивитись #2.6.1).
- 4.7.5. Якщо предмет спіймано до або після 3-го DB, або втрачено - R не зараховано.

Пояснення / Приклади		
R з серією стрибків «ан турнан»		
Елемент R	Пояснення	Цінність
	Високий кидок на стрибку з обертанням, 2 – ий стрибок під польотом, ловля на третьому стрибку з обертанням	R3 + серія: $0.30 + 0.20 = 0.50$ р. 3 DB
	Високий кидок на стрибку з обертанням, 2 – ий стрибок під польотом, ловля перед третім стрибком	R не зараховано (немає серії з 3 - ох) Зараховано тільки 1 - ше DB 2 – ге DB не правильне використання “під польотом” 3 - те DB немає технічної роботи предмета
	Високий кидок на стрибку з обертанням, 2 – ий стрибок під польотом, ловля на стрибку з обертанням та нахилом корпусу	R не зараховано (немає серії , бо не однакові DB) Лише 1 – ше та 3 - те DB зараховано 2 – ге DB не правильне використання “під польотом”
	Велике коло на стрибку з обертанням, високий кидок на 2 - му стрибку з обертанням, 3 – ий стрибок під польотом , ловля на четвертому стрибку з обертанням	R3 + серія: $0.30 + 0.20 = 0.50$ р. 4 DB
	Високий кидок на стрибку з обертанням, 2 стрибка під польотом, ловля на четвертому стрибку з обертанням	R не зараховано (2 DB з не правильне використання “під польотом”) 1- ше та 4 – те зараховано 2 та 3 – те DB не правильне використання “під польотом”

4.8. Загальні критерії під час кидка і польоту предмету

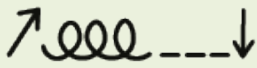
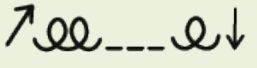
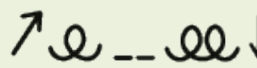
4.8.1. Сумарна таблиця для R: Загальні критерії під час кидка, польоту і ловлі предмету

Символ	Цінність	Загальні критерії
R3 R4 і т.д.	0.10 кожен	Додаткове повне обертання тіла на 360° : під час кидка, під польотом предмета або з ловлею під час будь – якої фази фінального обертання
Z	0.10	Зміна осі обертання тіла або зміна рівня тіла під час обертання. На кожному R даний критерій зараховується лише один раз. Зміна осі чи зміна рівня – не важливо. Примітка* : існує 2 рівня : 1. У польоті або стоячи 2. На підлозі.
S	0.20	Серія 3 трьох ідентичних та безперервних преакробатичних елементів (#4.5.1) під польотом або серія з трьох стрибків “ан турнан” з кидком та ловлею (#4.7). Примітка* : “ідентичні” означає, що преакробатичні елементи є з однієї групи і виконанні в однаковому варіанті.

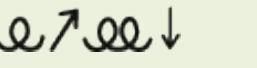
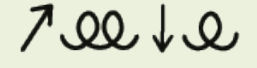
Пояснення/приклади		
Загальні критерії під час кидка і польоту предмету		
Елемент R	Пояснення	Цінність
	Високий кидок, 3 обертання шене під польотом, ловля	R3 = 0.30 б. Не є серією <u>преакробатичних елементів</u>
	Високий кидок, 3 кувирка вперед під польотом, ловля	R3 S = 0.50 б. Серія <u>преакробатичних елементів</u>
	Високий кидок, 3 перевороти вперед під польотом останній виконаний з ногами разом, ловля	R3 = 0.30 б. Не <u>ідентичні</u> <u>преакробатичні елементи</u>
	Високий кидок, під час 1-го кувирка вперед, 2 кувирка вперед під польотом, ловля	R3 = 0.30 б. Серія не повністю <u>під польотом</u>
	Високий кидок, 2 кувирка вперед під польотом, ловля, коли гімнастка досі в обертанні в третьому кувирку вперед	R3 = 0.30 б. Серія не повністю <u>під польотом</u>

4.8.2. 1 додаткове обертання оцінюється **під час кидка**, перед 2-ма базовими обертаннями, за умови, що це обертання пов'язане з базовими обертаннями **без будь-яких кроків**, і коли кидок виконаний під час, а не після цього обертання. Допускається пауза без будь-якого кроку або переміщень.

4.8.3. Додаткові обертання після 2-ох базових обертань будуть оцінені навіть з додатковими кроками: усі критерії, виконані правильно будуть зарахованими. Будуть застосовані пенальті суддями Виконанні за неточну траєкторію і будь-які додаткові технічні помилки.

Пояснення / Приклади		
	Високий кидок, 3 обертання під польотом, 3 кроки, ловля	R3 = 0.30 Пенальті виконання - 0.30 за неправильну траєкторію з трьома кроками
	Високий кидок, 2 базових обертання, переривання з 3-ма кроками і 3-тє обертання, ловля	R3 = 0.30 Пенальті виконання - 0.30 за неправильну траєкторію з трьома кроками
	Високий кидок, 1 обертання, після нього 2 кроки, 2 обертання, ловля	R2 = 0.20 Додаткове обертання, перед двома базовими обертаннями, повинно бути з'єднане без додаткових кроків Пенальті виконання - 0.10 за неправильну траєкторію з двома кроками

4.8.4. Будь-яке обертання виконане перед кидком, або будь-яке обертання розпочате після ловлі предмету не зараховується.

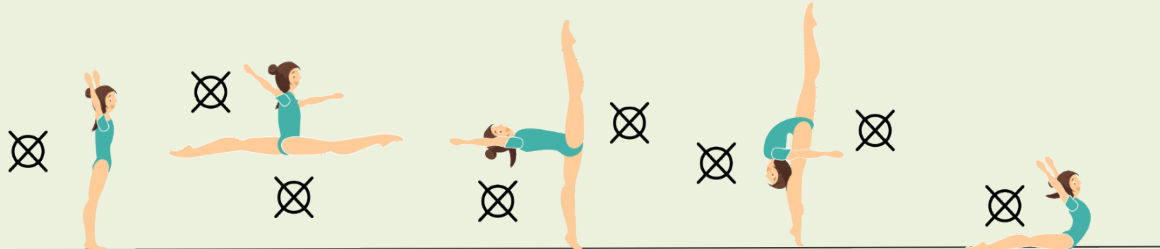
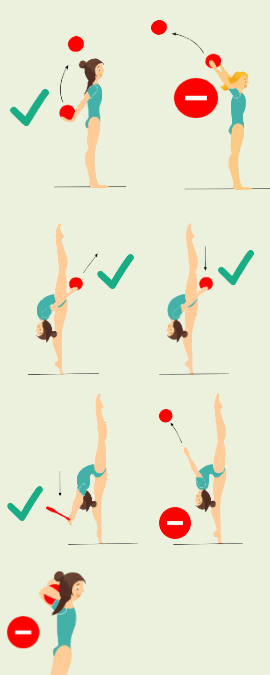
Пояснення / Приклади		
	1 обертання, високий кидок після цього обертання, далі два базових обертання, ловля	R2 = 0.20 р. Вимога виконана (база), але перше обертання не поєднане з кидком
	Високий кидок, 2 базових обертання під час польоту, ловля предмету, після цього 3-тє обертання	R2 = 0.20 р.

4.9. Загальні критерії під час кидка і ловлі предмету

Символ	Загальні критерії для всіх предметів під час кидка і під час ловлі + 0.10 кожного разу
⊗	За межами поля зору
≠	Без допомоги рук

Пояснення/Приклади

Загальні критерії для всіх предметів під час кидка або під час ловлі

⊗	<p>За межами поля зору Приклади зон, які вважаються « за межами поля зору»:</p>  <p>- Для <u>всіх типів</u> кидків/ловлі:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Кидки/ловлі виконані спереду або збоку від тіла не дійсні для цього критерію, навіть якщо тулуб зігнутий назад. • Щоб отримати « За межами поля зору» для кидка/ловлі не достатньо, щоб предмет рухався назад: рука, що кидає або інша частина тіла, яка виконує кидок/ловлю має бути в зоні визначеній як « за межами поля зору» <p>- Для кидків/ловлі, що виконуються <u>за допомогою руки (рук)</u>:</p> <ul style="list-style-type: none"> • “ За межами поля зору ” зазвичай <u>дається</u> для технік ,у яких рука, що випускає предмет <u>опущена/назад</u>, а не для технік, у яких рука, що кидає знаходиться вгорі/позаду (біля голови), за винятком двох наступних пунктів: <ul style="list-style-type: none"> ○ Коли тулуб нахилений назад нижче горизонталі, «без зорового контролю» дається для кидків і ловлі будь-де за спиною ○ Коли тулуб нахилений назад нижче горизонталі, “ За межами поля зору ” дається для ловлі тулуба/лицева сторона тіла, ловля на рівні грудей або нижче • “ За межами поля зору ” не надається для ловлі м'яча двома руками за шиєю, коли руки зігнуті 
≠	<p>Без допомоги рук Не зараховано для:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Пряма ловля в обертання на пряму руку (○) • Кидок/ловля предмету тильною стороною руки (рук) • Ловля булави внутрішньою стороною кисті/передпліччя, використовуючи іншу булаву

4.10. Специфічні критерії під час кидка і ловлі предмету


4.10.1. Зведена таблиця для R: Специфічні критерії під час кидка і ловлі предмету

Символ	Специфічний критерій для кидка + 0.10 кожного разу	Символ	Специфічні критерії для ловлі + 0.10 кожного разу
			Прохід через обруч (○) всім тілом або частиною тіла під час ловлі Мінімум 2 великі частини тіла повинні проходити через обруч. Наприклад: Голова/шия + тулуб; руки + тулуб; тулуб + ноги і т.д.
	Кидок після перекату по підлозі: ○ Зараховується лише разом з ≠		Прямий відбив від корпусу без будь-яких зупинок без руки (рук) і кисті (кистей) ○● Примітка: Відбив від руки (рук) і кисті (кистей) не зараховується як , але критерій ≠ надається для відбиву від руки (рук) або інших частин тіла.
			Пряма ловля в перекат предмета мінімум по 2 – ох великим частинам тіла. Не зараховано: Додатковий критерій ≠ не дається для кистей/рук не залежно від позиції долоні Зараховується: Додатковий критерій ⊗ дійсний, якщо будь-яка частина перекату знаходиться поза зоровим контролем.
	Кидок двох роз'єднаних булав (♯) <ul style="list-style-type: none"> одночасно асиметрично каскад <p>Асиметричний кидок має бути виконаний 1 або 2 руками одночасно. Рух двох булав під час польоту має бути різної амплітуди (один кидок вищий за інший) і в різній площині або напрямку.</p> <p>Каскадний кидок</p>		Одночасна ловля двох роз'єднаних булав (♯)
			Ловля м'яча (●) в 1 руку Без додаткової опори тіла або іншої руки
			Пряма ловля обруча (○) з обертанням навколо іншої частини тіла, без рук Не зараховується: додатковий критерій ≠ не надається для обертань на руці

Пояснення/Приклади

Оцінювання каскадних кидків

- Каскадний кидок – це кидок двох булав одна за одною, коли обидві булави летять в один той самий момент часу.
- Для R з каскадом оцінюється максимум 2 кидки: не даються критерії для 3 кидка в каскаді, або для повторного кидка, який використовується як третій кидок.
- Мінімум 1 кидок має бути високим, з двома базовими обертаннями під час польоту. Інший кидок може бути будь-якої висоти. Порядок кидків різної висоти довільний (високо-низько, низько-високо).
- Обертання оцінюються лише по відношенню до одного польоту.
- Кожен критерій дається максимум 1 раз для кидка і максимум 1 раз для ловлі (не один раз для кожної булави).
- Будь-який кидок або ловля, виконаний до або під час базових обертань, оцінюється як частина «кидкової дії».
- Будь-який кидок або ловля здійснений після базових обертань оцінюється як частина «дія ловлі».


4.10.2. Прямий відбив від тіла без будь-яких кроків ();

- Відбив є частиною основної дії R (частина початкового кидка для R); важливо **зловити відбив** для зарахування R .
- **Критерій під час відбиву** : кожен критерій надається максимум 1 раз для ловлі та відбиву разом.
- **Критерій під час ловлі** після відбиву НЕ оцінюється ні як частина R, ні як DA.

4.10.3. Повторний кидок в кінці **R** чи негайно після R належать до R, але не дають будь-яких критеріїв (не існує критеріїв для повторного кидка і інших критеріїв не надаються, наприклад, немає повторного кидка без допомоги рук). Цей тип кидка або його ловлі не буде зараховано як DA.

4.10.4. R не буде зараховано з виконанням **бумерангу** в будь-якій фазі.

4.10.5. Кидок 2- ох роз'єднаних булав: цей критерій дається тільки раз для кидку і виконується або одночасно, або як асиметрія, або як каскад. Для асиметрії і каскадних кидків достатньо того, що 1 булава відповідає вимогам висоти кидка.

4.10.6. Пряма ловля обруча з обертанням навколо іншої частини тіла (): якщо виконується за допомогою ліктя, шиї, ніг і т.д. (не прямо в руку), цей критерій буде зарахований, як і додатковий критерій «без допомоги рук».

4.11. R не буде зарахований при наступних умовах:

- Без високого кидка предмету
- Відсутність 2 завершених базових обертань під польотом
- 1 або обидва базових обертання не завершені (немає 360°)
- Переривання між 2 - ма базовими обертаннями
- Втрата предмету
- Ловля з відскоком від підлоги
- Ловля стрічки за матеріал (замість палички)
- Виконання з бумерангом в будь-якій фазі
- Повна втрата балансу з падінням гімнастки
- Повторення вертикальних груп #1 більше ніж в 2 R
- Повторення вертикальних груп #2 або #3 більше як в 1 R
- Повторення групи преакробатичних елементів більше ніж в 1 R
- R виконаний з DB без обертання або з DB з обертанням на 180°, в тому числі, якщо останнє обертання в R використовується як підготовка до DB
- R виконаний з 2 DB цінністю 0.20 р. і більше, 1 на кидку і 1 на ловлі (за винятком серії стрибків з поворотом)
- DB цінністю 0.20 або більше виконаний під польотом (дозволено тільки для серії стрибків «ан турнан»)
- R з серією стрибків «ан турнан»: з перериванням між будь-яким обертанням
- R з серією стрибків «ан турнан»: неправильний час кидка/ловля:
 - Кидок перед/після 1-го стрибка «ан турнан»
 - Ловля перед/після 3-ім стрибком «ан турнан»
- R початий за межами змагального килиму
- Ловля предмету після завершення муз

5. СКЛАДНІСТЬ ПРЕДМЕТУ (DA)

5.1. Визначення

- 5.1.1. Складність предмету (**DA**) - це технічний елемент предмету ("база") який виконується у поєднанні зі специфічними критеріями для предметів..
- 5.1.2. Бази DA включають деякі (але не всі) технічні елементи предмету (#3.3-3.4).
- 5.1.3. **DA** визначається наступними комбінаціями бази (баз) і критеріїв:
- 5.1.3.1. 1 база предмету + мінімум 2 критерії які виконуються під час 1 бази
- 5.1.3.2. "Ловля з високого кидка" + 2-а база предмету + мінімум 1 критерій, який виконується під час обох баз

- Принцип "ловлі з високого кидка" (↓) також відповідає для (↓) (М'яча і Булав)
та (↓) (Булав)
- 2 бази повинні бути виконані без переривання та без паузи між ними



5.2. Вимоги

- 5.2.1. Буде оцінено максимум 15 DA, в хронологічному порядку (незалежно від технічного виконання DA). Додаткові DA не будуть оцінюватися (без пенальті).

5.3. Вартість DA

- 5.3.1. Коли DA складається з 1 бази предмету + 2 критеріїв: Вартість бази визначає вартість DA..

Приклад: Обруч та М'яч

База	Вартість	Критерій	Вартість DA
Великий перекач 	0.30		0.30

- 5.3.2. Коли DA складається з "Ловлі з високого кидка" + 2-а база предмету + 1 критерію: Вартість DA - це вартість найвищої бази + додатково 0.10 за 2-у базу.

Приклад: Обруч та М'яч

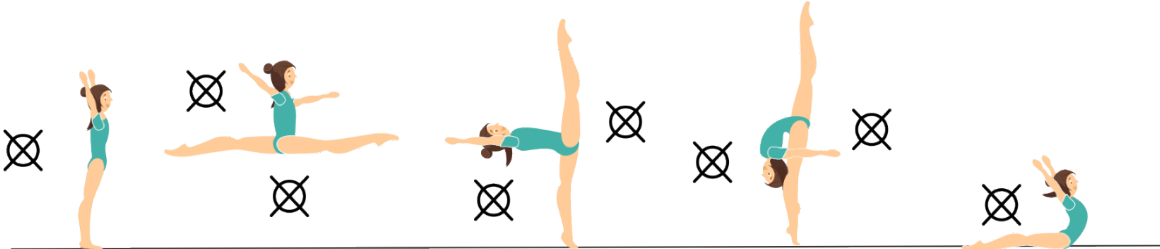
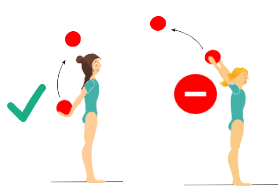
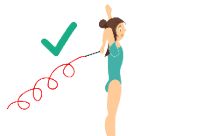
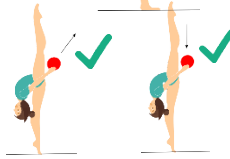
База	Вартість	База	Вартість	критерій	Вартість DA
Ловля з високого кидка ↓	0.30	Великий перекач 	0.30		0.30 (найвища база) + 0.10 (2-а база) = 0.40

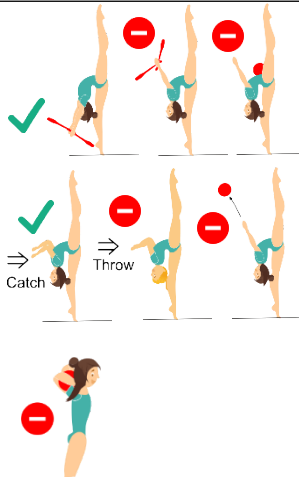
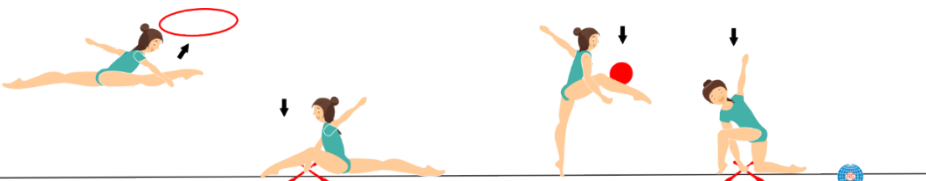
5.4. Критерії для DA

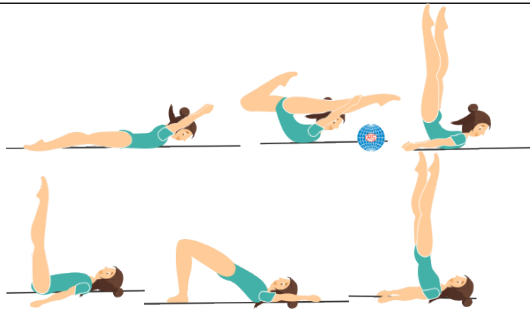
5.4.1. Критерії є дійсними за умовами, зазначеними у таблиці #5.4.2.

5.4.2. Критерії, зазначені як "Н/Д" у таблицях DA (#5.8-5.11), "Недоступні" для цієї бази і не можуть бути враховані серед мінімуму 2 критеріїв.

5.4.3. Таблиця критеріїв для DA дійсна для всіх предметів

Критерії для DA	
⊗	<p>За межами поля зору Приклади зон, що розглядаються як "за межами поля зору":</p> 
	<p>- Для всіх видів елементів з предметами:</p> <ul style="list-style-type: none">Критерій "за межами поля зору" зараховується згідно розташування руки, долоні (тільки для спіралей та зміюк, див. нижче) або частини тіла, яка виконує елемент(и) предмету, відповідно до вищезазначених зон.Елементи, які виконуються спереду або збоку тіла, не зараховуються для цього критерію, навіть якщо корпус вигнутий назад.Повна база предмету, або повна дія серед визначених 2 або більше дій повинна виконуватися за межами поля зору. Винятки:<ul style="list-style-type: none">Великі перекати та зісковзування (слайдінг) є "за межами поля зору", якщо будь-яка частина (початок, середина або кінець) перекату виконується у зоні, визначеній як "за межами поля зору".Млинки є "за межами поля зору", якщо принаймні 2 з 4 кола виконуються в зоні, визначеній як "за межами поля зору".
	<p>- Для кидків/відскоків/повторних кидків:</p> <ul style="list-style-type: none">Недостатньо, щоб кидок предмета здійснювався назад: <u>Рука, що кидає предмет</u>, або інша <u>частина тіла, що виконує кидок/відбив/повторний кидок</u>, повинні бути в зоні, визначеній як «за межами поля зору».
	<p>- Для елементів, які виконуються за допомогою руки(рук):</p> <ul style="list-style-type: none">"За межами поля зору" зазвичай зараховується лише при техніці, де робоча рука знаходиться внизу/позаду, а не для технік, де робоча рука знаходиться вгорі/позаду (біля голови), за винятком наступних 3 пунктів:  <p>o Для <u>спіралей та зміюк</u>, «за межами поля зору» також зараховується, коли робоча рука знаходиться вгорі/позаду, та робоча рука знаходиться за вертикальною лінією.</p>  <p>o Коли <u>тулуб нахилено назад</u> нижче горизонталі, «за межами поля зору» зараховується для баз, виконаних у будь-якому місці на <u>задній стороні тулуба</u>.</p> 

	<p>о Коли <u>тулуб вигинається назад</u> нижче горизонталі, «за межами поля зору» зараховується для баз, виконаних на тулубі/передній стороні тіла на <u>рівні грудей або нижче</u>. Цей пункт не застосовується для будь-якого типу кидка, але застосовується для ловлі після невеликих кидків, тощо.,</p>  <ul style="list-style-type: none"> • Коли гімнастка лежить на підлозі обличчям вгору: Базі виконані за допомогою рук, з руками вгору, не є "за межами поля зору". • «За межами поля зору» не зараховується для м'яча, зловленого двома руками за шиєю зі згинанням обох рук.
≠	<p>Без допомоги рук</p> <p>Предмет повинен зробити повний автономний технічний рух без допомоги рук, який може бути ініційований:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Імпульсом з іншої частини тіла • Імпульсом від руки(рук), але після цього предмет повинен мати повний автономний технічний рух без руки(рук) <p>Не дійсно для:</p> <ul style="list-style-type: none"> • прямої ловлі в обертання на прямій руці (○) • кидок/ловля предмету на зворотню сторону руки (рук) • ловля Булави на внутрішню сторону руки/передпліччя за допомогою іншої булави.
✂	<p>Під ногою/ногами</p> <p>У складному взаємозв'язку між тілом і предметом, виконаному під ногою/ногами.</p> <p>Приклади:</p>  <p>Примітка для булав: Коли млинки виконуються однією рукою з кожної сторони ноги, самі млинки відбуваються під ногою - критерій «під ногою» зараховується незалежно від положення тіла.</p>
=	<p>Положення на підлозі</p> <p>Елементи предмету виконуються у положенні на підлозі, від початку до кінця DA:</p> <ul style="list-style-type: none"> • На підлозі, спираючись на будь-яку частину живота та/або грудей • На підлозі, спираючись на будь-яку частину спини або шиї • Лежачи повністю на боці <p>Положення ніг вільне.</p> <p>Для баз з 2 або більше дій (див. #3.2.1), достатньо бути в положенні на підлозі під час виконання дії, яка має 2 критерії (кидок або ловля)</p> <p>Позиції, що зараховуються як «положення на підлозі»</p>



Позиції, що НЕ зараховуються як «положення на підлозі»



W

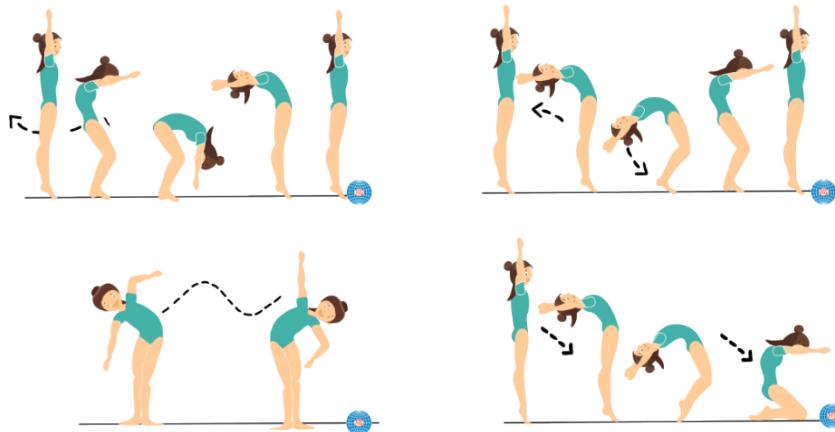
Повна хвиля тіла

Визначення:

- Повна хвиля тіла — це послідовне скорочення та розслаблення всіх м'язів тіла вздовж «ланцюжка» сегментів тіла, як «електричний струм».
- Повні хвилі тіла охоплюють усі сегменти від голови через таз до ніг і навпаки.
- Участь рук не є обов'язковою: можливе використання рук визначається предметом та/або хореографією.
- Амплітуда хвилі довільна.

Приклади повних хвиль:

Вперед, назад, в бік, назад з переходом на підлогу, повна хвиля тіла з обертанням в спіраль, тощо.



Оцінювання критерію, згідно з визначенням:

- Схиляння назад і вперед **без послідовного руху** через тіло (сегменти одночасно беруть участь, а не послідовно): Не зараховується
- Послідовне скорочення всіх сегментів тіла, але **відсутнє розслаблення**: Не зараховується.
- Послідовне скорочення і розслаблення від стегон до голови, **без участі колінних і гомілковостопних суглобів**: Не зараховується.
- Послідовне скорочення і розслаблення від щиколоток до голови, **без участі рук**: Зараховується - участь рук не є обов'язковою.
- Послідовне скорочення і розслаблення від щиколоток до голови, з **обмеженою амплітудою руху в шії**: Зараховується з пенальті за виконання.

Усі повні хвилі тіла повинні бути **різні**: Різні за наявності хвилі вперед/назад/на бік/з ногами разом чи окремо, але однакові повторювані вважаються однаковими.

DB	<p>Складність тіла</p> <ul style="list-style-type: none"> • Виконується з DB із вартістю 0,10 або більше • DB, яка також включає в себе обертання або положення на підлозі, може бути врахована лише як DB • Під час кожної DB може бути виконано максимум 1 DA. Будь-яка додаткова DA в тій же DB (наприклад, у рівновазі Fouetté або ротації Fouetté) вважається спробою DA і не зараховується. • Серії стрибків та ротацій: По 1 DA на кожній DB у серії можливі, якщо вони виконуються відповідно до вимог DA. Наприклад, ідентичне повторення DA вважається спробою DA і не зараховується <p>Примітка для великого перекату у рівновазі DB (крім динамічних рівноваг): Імпульс для перекату може бути зроблений одночасно з імпульсом початку DB або після імпульсу початку DB. Після початкового імпульсу баланс DB потрібно зафіксувати на час виконання перекату. Якщо це не виконується, критерій DB не зараховується для великого перекату DA, і великий перекач не зараховується як технічним елемент предмету для рівноваги DB.</p>
✓	<p>Ротації</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мінімум 360° • Повністю вся база предмету повинна бути показана на будь-якій фазі ротації. Припустимо, щоб база завершувалась до завершення ротації. Для великих перекатів, імпульс початку перекату та імпульс початку ротації можуть бути виконані одночасно. • Цей критерій не можна застосувати для DB, які є ротаціями за своєю природою. • Цей критерій може бути поєднаний з "положенням на підлозі", якщо 360° ротація виконується зі збереженням положення на підлозі від початку до кінця бази.

5.4.4. Для DA, яка поєднує **ловлі з високого кидка і великий перекач**: Якщо ловля / перекач починається з руки на передній або бічній стороні, критерій "за межами поля зору" не зараховується для ловлі. "**За межами поля зору**" не зараховується як мінімальний 1 критерій, виконаний під час обох баз. Під час як ловлі, так і великого перекату потрібен інший критерій для зарахування цього DA з 2 базами предмету.

5.4.5. Будь-яке **повторення DB** (включаючи форми, виконані під час балансу Fouetté), з або без DA в цій складності, **не буде зараховане як критерій DB**.

Пояснення / Приклади

Приклад 1:

- Підбивний стрибок, без виконання DA
- Пізніше у вправі, підбивний стрибок з DA: Повторення підбивного стрибка, DA не оцінюється

Приклад 2:

- Рівновага Fouetté з формою пасе, без виконання DA
- Рівновага пасе з DA: Повторення пасе, DA не оцінюється

5.4.6. Максимально можна виконати 3 послідовних DA в положенні на підлозі:

- Після виконання 3 DA поспіль в положенні (положеннях), що визначені як «положення на підлозі», гімнастка повинна пройти через мінімум 1 з'єднуючий рух або Складність, яка не є «положенням на підлозі», перш ніж гімнастці можна повернутися до будь-якого "положення на підлозі".
- Будь-який додатковий послідовний елемент DA на підлозі (доки гімнастка не змінить положення) вважається спробою DA і не зараховується (незважаючи на 2 інші дійсні критерії), і пенальті буде застосовано суддями DA:



Пенальті від суддів DA: 0,30 за кожний набір з 4 послідовних DA в положенні на підлозі.

5.4.7. Максимум 3 преакробатичні елементи, кожен з різних груп преакробатичних елементів, можуть виконуватися по критерію "ротації".

- Преакробатичні елементи оцінюються у хронологічній послідовності: перші 3 будуть оцінені.
- Будь-який додатковий DA з преакробатичним елементом вважається спробою DA і не зараховується (незалежно від інших 2 правильно виконаних критеріїв). Пенальті не застосовується.
- Повторення того самого преакробатичного елемента, виконаного в 2 (або більше) окремих DA, вважається спробою DA і не зараховується (незалежно від інших 2 правильно виконаних критеріїв). Пенальті не застосовується.
- Преакробатичні елементи в DA можуть бути такими ж або різними від тих, що використовуються в R.

5.4.8. Коли преакробатичний елемент з'єднується з DB (з або без DA) або використовується для хореографії, цей преакробатичний елемент вважається одним з 3 преакробатичних елементів, і ця група преакробатичних елементів не може повторюватися для DA.

5.4.9. Коли DA виконується під час преакробатичного елемента і DB, це вважається одним з 3 преакробатичних елементів (див. також #5.5.2).

5.4.10. Вибір вертикальних ротацій не відслідковується суддями DA: Вертикальні ротації в DA можуть виконуватися незалежно від групи, до яких вони належать, і вертикальні ротації можуть повторюватися без обмежень, дотримуючись #5.6.2..

Пояснення / Приклади	
Чи можуть технічні елементи предмету виконані під час повної хвилі тіла бути повторені ідентично в DB?	Так. Повні хвилі тіла не є DB, і можливі технічні елементи предмету, виконані під час повної хвилі тіла, не реєструються суддями DB

5.5. Комбінації 2 баз

5.5.1. 2 послідовні бази предмету оцінюються як 2 окремих DA тільки тоді, коли є чіткий кінець для 1-ї бази, перед тим як почати 2-у базу.

Пояснення / Приклади					
База	Вартість	База	Вартість	Критерій	Вартість DA
Спіралі 	0.30	Великий кидок 	0.20	 	0.30 Спіралі виконані за межами поля зору, під час ротації
Великий перекаат 	0.30	Маленький кидок/ловля 	0.20	 	0.30 Великий перекаат від шиї до ніг, прямий і без зупинки, малий кидок з ніг, ловля м'яча в спину. Малий кидок поєднаний з перекаатом, тому його ловля не є новою DA.

5.5.2 2 послідовні однакові бази предмету, виконані в тому ж самому співвідношенні тіла з предметом, без зупинки виконання елемента предмету під час **2 або більше послідовних елементів тіла/Складностей тіла** оцінюється як 1 DA.


Пояснення / Приклади

Та ж сама спіраль зі стрічкою, виконана рукою без зміни положення під час 2 послідовних елементів тіла - переверт вперед, переходячи в рівновагу "вільна нога вперед в шпагат без допомоги, тулуб нахилений назад нижче горизонталі" - оцінюється як 1 DA: Спіраль (поза межами поля зору + ротація та DB). Це рахується як виконання одного з 3 можливих преакробатичних елементів (див. #5.4.9).

5.5.3 2 бази предметів, що виконуються в одному елементі тіла/Складності тіла розглядаються як 2 DA, 2-а DA зараховується як спроба DA і не є дійсною.

5.5.4 При об'єднанні 2-х баз предметів без «ловлі з високого кидка», і якщо виконано **лише 1 критерій**: це не оцінюється як DA.

Пояснення / Приклади

База	Вартість	База	Вартість	Критерій	Вартість DA
Спіралі (стрічка утримується за матерію) 	0.30	Високий кидок ↗	0.20	⊗	Не є DA


5.5.5 Коли поєднуються **2 бази предмету**, і виконуються **2 критерії**: База, яка виконана з 2 критеріями буде вважатися дійсною. Якщо обидві бази виконані з 2 критеріями, то вища база визначить вартість елемента DA.

5.5.6 Усі бази з 2 або більше діями (див. #3.2.1) зараховуються як 1 база для кожного елемента, а не наприклад, 1 база малого кидку у 1-ій фазі + 1 база відскоку від тіла у 2-ій фазі.

5.6. Оцінювання

5.6.1. DA буде зараховано, якщо елемент буде відповідати визначеним вимогам до **бази предмету** та визначеним вимогам до **критеріїв**.

Пояснення / Приклади

Гімнастка намагається виконати DA з базою "перекат м'яча через 2 великі частини тіла" (), але м'яч фактично не котиться через 2 великі частини тіла. Це вважається спробою DA і не зараховується, оскільки визначення бази не виконано. Залежно від перекаату, може бути застосоване пенальті за виконання.

5.6.2. Ідентичне повторення DA (повторення поєднання бази (баз) і критерію/критеріїв, виконане ідентично) вважається спробою DA і не зараховується.

5.6.3. Для всіх баз з **2 або більше діями** (див. №3.2.1), 2 критерії повинні бути виконані в одній дії (наприклад, не 1 під час кидка і 1 під час ловлі). Дії оцінюються в хронологічному порядку:

5.6.3.1. Якщо під час малого кидка виконано 2 критерії, але 1 або обидва критерії не зараховані: "малий кидок" DA вважається спробою DA і не є зарахованим DA, незалежно від наявності 2 правильно виконаних критеріїв під час ловлі.

5.6.3.2. Якщо 1 критерій виконано під час випуску бумеранга, а 2 критерії виконується під час його ловлі : DA "бумеранг" зараховується.

5.6.4. Відмінність між **DA** та неправильно виконаним **R**:

5.6.4.1. Високий кидок і ловля з ротаціями на 360° або більше під час польоту - це характерна ознака R. Такі елементи завжди оцінюються як R, а не як DA.

5.6.4.2. Коли гімнастка не виконує ротацію під час польоту: кидок під час ротації та/або ловля під час ротації будуть оцінені як DA, якщо виконані умови визначення DA.

5.7. DA не буде зараховано у наступних випадках:

- База або критерій не виконані згідно з визначенням
- Втрата предмету
- Більше ніж 3 DA з преакробатичними елементами як критерій "ротації", оцінені в хронологічному порядку
- Більше ніж 3 послідовні DA в положенні на підлозі
- Преакробатичний елемент з тієї ж групи виконаний у більш ніж 1 DA
- Втрата рівноваги з опорою на 1 або 2 руки, або на предмет
- Повна втрата рівноваги з падінням гімнастки
- Виконано під час будь-якої фази R
- Стрічка ненавмисно схоплена за тканину (помилково)
- Складність почалася за межами зони килиму
- Будь-яка частина складності виконана після завершення музики

5.8. ТАБЛИЦЯ БАЗ І КРИТЕРІЇВ: ОБРУЧ



База	Символ бази	Вартість	Критерії						
			⊗	≠	≠	✓	=	W	DB
Великий пережат обруча по мінімум 2 великим сегментам тіла		0.30	v	v	Н/Д	v	v	v	v
Вільна ротація обруча навколо його осі: навколо частини тіла або на частині тіла (не дійсне на відкритій долоні)		0.30	v	v	Н/Д	v	v	v	v
Обертання (мін. 1) обруча навколо частини тіла (окрім рук)		0.20	v	Н/Д	Н/Д	v	v	v	v
Проходження через обруч усім тілом або частиною тіла (2 великих сегменти тіла)		0.20	v	v	v	v	v	v	v
Пережат по підлозі		0.20	v	v	Н/Д	v	Н/Д	v	v
Ротація (мін. 1) на підлозі навколо осі		0.20	v	v	Н/Д	v	Н/Д	v	v
Передача без допомоги рук між принаймні 2 частинами тіла (окрім рук)		0.20	v	Н/Д	Н/Д	v	v	v	v
Зісковзування (слайдінг) обруча по мінімум двом великим сегментам тіла.		0.20	v	v	Н/Д	v	v	v	v
Маленький кидок/ловля (включаючи вільне падіння)		0.20	v	v	v	v	Н/Д	v	v
Відштовхування, штовхання, відбив: Використовуючи різні частини тіла, крім рук/плечей.		0.20	v	v	v	v	Н/Д	v	Н/Д
Високий кидок		0.20	v	v	v	v	v	v	v
Високий кидок з обертанням навколо осі		0.30	v	v	v	v	v	v	v
Ловля обручу з польоту високого кидка		0.30	v	v	v	v	v	v	v

Символ	Пояснення / приклади
	<p>Високий кидок з обертанням обруча навколо його осі під час польоту:</p> <ul style="list-style-type: none"> Кидок обруча з обертанням навколо вертикальної або горизонтальної осі у польоті, зберігаючи площину обертання від початку до кінця польоту обруча. Початковий імпульс кидку обруча однією або двома руками, або іншою частиною тіла.
	Можливо поєднати 2 бази "Ловля з високого кидка" і "Відбив від тіла" в одному DA.

5.9. ТАБЛИЦЯ БАЗ І КРИТЕРІЇВ: М'ЯЧ

База		Символ бази	Вартість	Критерій						
					\neq	\neq		=	w	DB
Великий пережат м'яча по мінімум 2 великим сегментам тіла			0.30	v	v	Н/Д	v	v	v	v
Ловля м'яча з високого кидка однією рукою			0.30	v	Н/Д	v	v	v	v	v
Відбив	1 високий відбив (на рівні колін та вище) від підлоги		0.20	v	v	Н/Д	v	v	v	v
	Серія (мінімум 3) невеликих відбивів від підлоги		0.20	v	v	Н/Д	v	v	v	v
Вільні обертання м'яча на частині тіла			0.20	v	Н/Д	Н/Д	v	v	v	v
Передача без допомоги рук між принаймні 2 частинами тіла (окрім рук)			0.20	v	Н/Д	Н/Д	v	v	v	v
Маленький кидок/ловля (включаючи вільне падіння)			0.20	v	v	v	v	Н/Д	v	v
Відштовхування, штовхання, відбив: використання різних частин тіла окрім долонь/рук			0.20	v	v	v	v	Н/Д	v	Н/Д
Високий кидок			0.20	v	v	v	v	v	v	v
Ловля м'яча з польоту після високого кидка			0.30	v	v	v	v	v	v	v
Відбив від підлоги після високого кидка та безпосередня ловля (будь-яка висота, не руками чи долонями)			0.30	v	v	Н/Д	v	v	v	v

Символ	Пояснення/Приклади
	DA зараховується лише тоді, коли м'яч ловиться однією рукою. Якщо гімнастка намагається ловити м'яч однією рукою і рятує його від втрати, використовуючи іншу руку або тіло, це вважається спробою DA і не зараховується з пенальті за виконання.
	Серія (мінімум 3) невеликих відбивів від підлоги: Два критерії повинні виконуватися в одній дії (наприклад, НЕ один критерій у першому відбиві а інший критерій у третьому відбиві). Дії оцінюються в хронологічному порядку.
	Лише 1 база, пов'язана з ловлею м'яча з високого кидка, зараховується в одному елементі: або ловля м'яча з високого кидка, або ловля м'яча однією рукою з високого кидка, або відбив від підлоги після високого кидка і безпосередня ловля, але не кілька з них разом як 2 бази в 1 DA.
	Можливо поєднати бази "Ловля з високого кидка" і "відбив від різних частин тіла, крім руки / рук в 1DA.

















5.10. ТАБЛИЦЯ БАЗ І КРИТЕРІЇВ: БУЛАВИ


База	Символ бази	Вартість	Критерії						
				\neq	\neq		=	w	DB
Млинки (мін. 4/6 обертів)		0.30	v	Н/Д	v	v	v	v	v
Малий кидок 2 роз'єднаних булав/ловля	\Rightarrow	0.30	v	v	v	v	Н/Д	v	v
Невеликі кола двох булав		0.20	v	Н/Д	v	v	v	v	v
Великий пережат мінімум по 2 великим сегментам тіла		0.30	v	v	Н/Д	v	v	v	v
Вільні обертання 1 або 2 булав на частині тіла чи навколо неї або навколо іншої булави		0.20	v	v	Н/Д	v	v	v	v
Передача без допомоги рук між принаймні двома частинами тіла (окрім рук)		0.20	v	Н/Д	Н/Д	v	v	v	v
Зісковзування (слайдінг) булави через мінімум 2 великі сегменти тіла		0.20	v	v	Н/Д	v	v	v	v
Маленький кидок 2 з'єднаних булав		0.20	v	v	v	v	Н/Д	v	v
<ul style="list-style-type: none"> Малий кидок / ловля (включаючи вільне падіння) Відбив від підлоги 	\rightarrow	0.20	v	v	v	v	Н/Д	v	v
Відштовхування, штовхання, відбив: використання різних частин тіла, крім рук/долоней.	\rightarrow	0.20	v	v	v	v	Н/Д	v	Н/Д
Високий кидок	\nearrow	0.20	v	v	v	v	v	v	v
Високий кидок 2 роз'єднаних булав	\nearrow	0.30	v	v	v	v	v	v	v
Ловля булави з високого кидка	\downarrow	0.30	v	v	v	v	v	v	v
Ловля булави з високого кидка однією рукою, інша булава вже знаходиться в тій же руці	\downarrow	0.30	v	Н/Д	v	v	v	v	v
Одночасна ловля 2 роз'єднаних булав з високого кидка	\Downarrow	0.30	v	v	v	v	v	v	v

Символ	Пояснення/Приклади
⇒	<p>Невеликі кидки 2 роз'єднаних булав /ловля: Мінімум 2 критерії повинні бути виконані в одній дії (наприклад, ловля). 2 критерії можуть бути виконані однією і тією самою булавою, або по 1 критерію кожною булавою або більше ніж 1 кожною булавою. У кожному випадку це є 1 DA.</p>
↗	<p>Високий кидок 2 роз'єднаних булав: 2 булави можуть бути кинуті:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Одночасно, дві булави паралельно в польоті • • У каскаді <p style="text-align: right;">Асиметрично</p> <p>Для асиметричних та каскадних кидків достатньо, щоб 1 булава відповідала вимозі щодо висоти кидка.</p> <p>Каскад: Каскадний кидок - це кидок 2 булав, один за одним, з обома булавами в повітрі одночасно. Цей тип кидка є базовим; тому необхідні критерії можуть бути виконані з першою або другою булавою, якщо принаймні високий кидок виконується мінімум 1 булавою. Мінімум 2 критерії повинні бути виконані в рамках одної дії (кидок #1 або кидок #2), незалежно від висоти цієї дії.</p>
⇓	<p>Одночасна ловля 2 роз'єднаних булав: Булави можна зловити за будь-яку частину булави.</p>
↓ ↓ ↓	<p>Лише 1 база, пов'язана з ловлею булав з високого кидка, є дійсною в одному DA: або ↓ (ловля булави з високого кидка) або ↓↓ (одночасна ловля 2 роз'єднаних булав з високого кидка) або ↓ (ловля 1 булави з високого кидка в 1 руці, друга булава вже утримується в тій же руці). Жодна комбінація цих баз не зараховується як одне DA з 2 базами.</p> <p>Ловля булав після каскаду є одним DA, 1 раз.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Якщо після каскаду булави ловляться одночасно: базу "одночасна ловля 2 булав" буде зараховано. • Якщо після каскаду булави не ловляться одночасно: базу "ловля з високого кидка" можна зарахувати 1 раз. DA не буде зараховано за ловлю булав після невеликого кидка (немає нової бази) і не вдруге за "ловля з високого кидка".

100

5.11. ТАБЛИЦЯ БАЗ І КРИТЕРІЇВ: СТІЧКА

База	Символ бази	Вартість	Критерії						
			⊗	≠	∕	✓	=	w	DB
Спіралі / «Шпага» (≠ не зараховується)		0.30	v	v	н/д	v	v	v	v
Змійки		0.30	v	v	н/д	v	v	v	v
Бумеранг у повітрі		0.40	v	v	v	v	v	v	v
Бумеранг з випуском по і / або підтягуванням по підлозі		0.30	v	v	v	v	v	v	v
Ешаппе і ловля		0.20	v	v	v	v	v	v	v
Великий пережат палички стрічки по мінімум 2 великим сегментам		0.30	v	v	н/д	v	v	v	v
Проходження усім тілом або частиною тіла через або над візерунком Стрічки		0.20	v	н/д	v	v	v	v	v
Палиця утримується без рук (наприклад, на шії, коліні, лікті) під час елементів або Складності з ротацією (не "турлян"), створюючи повне коло візерунком матерії навколо тіла		0.20	v	v	н/д	н/д	v	v	v
Передача без допомоги рук між принаймні 2 частинами тіла (не руки)		0.20	v	н/д	н/д	v	v	v	v
Малий кидок (ловля) включаючи вільне падіння		0.20	v	v	v	v	н/д	v	v
Відштовхування, штовхання, відбив: використання різних частин тіла, окрім рук/плечей.		0.20	v	v	v	v	н/д	v	н/д
Високий кидок		0.20	v	v	v	v	v	v	v
Високий кидок після ковзання (слайдінгу) по підлозі		0.30	v	v	v	v	v	v	v
Ловля стрічки з високого кидка		0.30	v	v	v	v	v	v	v

Символ	Пояснення/Приклади
	Ковзаючий рух стрічки по підлозі перед кидком Утримуючи стрічку за кінець (або за 50 см від кінця) і роблячи велике коло рукою, щоб надати імпульс стрічці, що спричиняє ковзаючий рух стрічки по підлозі (протягом всього ковзаючого руху стрічка повинна рухатися і не лежати нерухомо на підлозі). Кидок має відбуватися моментально після ловлі матерії/палички рукою чи ногою.




6. НОВА ОРІГІНАЛЬНА СКЛАДНІСТЬ ПРЕДМЕТУ

- 6.1.** Тренери заохочуються подавати оригінальні складності предметів (DA).
- 6.2.** Оригінальний елемент DA буде присвоєно елементам, які представляють нову базу предмету, яка зараз або раніше не була включена до Кодексу Правил і не використовувалися на змаганнях.
- 6.3.** Оригінальний елемент DA має бути офіційно поданий Національною федерацією до Технічного комітету через офіс FIG електронною поштою або поштою.
- 6.4.** Запит на схвалення/оцінювання елемента повинен супроводжуватися описовим текстом англійською мовою, малюнками елемента, відео самого елемента та іншим відео всієї композиції, в якій елемент присутній під час змагання.
- 6.5.** Оригінальний елемент DA буде розглянуто Технічним комітетом на наступному засіданні після отримання запиту.
- 6.6.** Рішення буде якомога швидше повідомлено у письмовій формі відповідній національній федерації.
- 6.7.** У разі схвалення Технічний комітет встановлює вартість для елемента бази для зазначеного предмету, і його буде додано до таблиці технічних елементів предмету; відповідна гімнастка отримає бонус за оригінальність у розмірі 0,30 р. бригадою DA за цей оригінальний елемент DA, який буде опубліковано в інформаційному бюлетені.
- 6.8.** Будь-яка гімнастка може виконувати цю саму базу предмету без бонусу за оригінальність.
- 6.9.** Якщо оригінальний елемент DA виконується з невеликою помилкою виконання, DA зараховується, але бонус за оригінальність не надається.

7. ОЦІНКА СКЛАДНОСТІ (D)

7.1. Судді бригади D оцінюють Складності, виносять оцінку та враховують можливі пенальті, а саме :

7.2. Перша підгрупа суддів D (DB)

Складність	Мінімум / максимум	Пенальті 0.30
Складності тіла (DB)	Мінімум 1 з кожної групи Складностей тіла Максимум 8	<ul style="list-style-type: none">•  без спроби виконання•  без спроби виконання•  без спроби виконання
Рівновага «турлян»	Максимум 1 на «релеве» Максимум 1 на повній стопі	Більше 1 на «релеве» Більше 1 на повній стопі
Динамічні елементи з ротацією (R)	Максимум 4	Без пенальті

7.3. Друга підгрупа суддів D (DA)

Складність	Мінімум / максимум	Пенальті 0.30
Складність предмету (DA)	Максимум 15	Без пенальті
Виконання елементів DA піряд у положенні на підлозі	Максимум 3 піряд	За кожний набір з 4 піряд

8. СТРИБКИ

8.1. Загальні положення

8.1.1. Всі стрибки різної складності повинні відповідати **наступним базовим характеристикам:**

- **Певна та фіксована форма** під час польоту
- **Висота** повинна бути достатньою для відповідної форми

8.1.2. Стрибок **без достатньої висоти та відповідної фіксованої форми** (згідно з визначенням стрибків в табл.#9), буде покараний у Виконанні (#2.5.2-2.5.4).

Пояснення / Приклади		
Цінність стрибків та відхилення від форми		
DB зараховано: 0.30	DB зараховано: 0.30	DB не зараховано: 0.00
Маленьке відхилення від форми шпагату	Середнє відхилення від форми шпагату	Велике відхилення від форми шпагату
Пенальті у Виконанні 0.10	Пенальті у Виконанні 0.30	Пенальті у Виконанні 0.50

8.2. Стрибки з **відштовхуванням однією або двома** ногами вважаються **однаковими** стрибками.

8.3. Для всіх **стрибків, які виконуються з ротацією**: цінність стрибка з обертом 180°, базова цінність Складності (без оберту) може бути зарахована, якщо вона є в наявності у таблиці стрибків без оберту і виконана відповідно основним характеристикам.

8.4. Обертання (180° або 360°) тіла під час польоту оцінюється від **позиції пліє** до відштовхування до позиції пліє після приземлення.

8.5. Кожна DB може бути виконана лише один раз, не зважаючи на кількість обертів у повітрі. Одна і та ж форма, яка виконана з обертом 180°, а потім ще з 360°, вважається однаковою DB.

8.6. У всіх Складностях стрибків **в кільце**, стопа або інша частина ноги, повинні торкатися будь-якої частини голови (гімнастичної зачіски включно) і **мати закрити правильну форму кільця**.

8.6.1. **DB** без закритої форми з відхиленням 20° зараховується, але з пенальті у Виконанні (#2.5.2-2.5.3).

8.7. Всі стрибки з **нахилом тулуба назад**, вимагають обов'язкового контакту голови з ногою. **Необхідно торкнутися будь-якої частини ноги для правильної форми**.

8.7.1. **DB** без контакту голови з ногою з відхиленням 20° зараховується, але з пенальті у Виконанні (#2.5.2-2.5.3).

8.7.2. Виняток: критерій “нахил тулуба назад” виконання якого з великим відхиленням буде покарано у Виконанні, але базова цінність Елементу буде зарахована (#2.5.5), якщо вона є в наявності в таблиці без “нахилу назад” і виконана відповідно основним характеристикам.

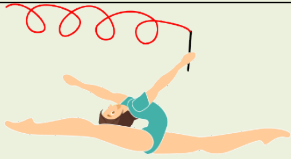
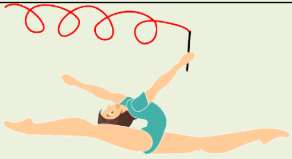
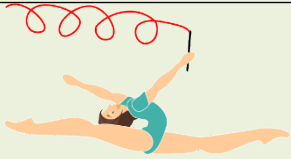
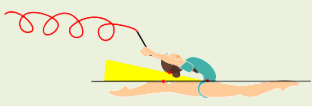

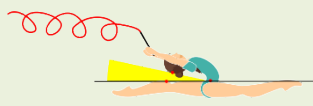


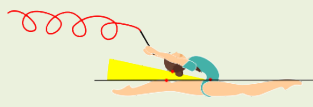

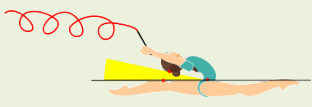
8.8. Стрибки, які мають **більше ніж одну фазу** (напр. стрибок шпагат в кільце), повинні здійснюватися так, щоб під час польоту сформувати **цілісний та чітко видимий образ відповідної фіксованої форми**, а не два різних образи та форми (техніка “гойдалка”, див. Виконання, #2.1.5). При оцінюванні таких стрибків застосовуються принципи Відхилення #2.5.2-2.5.4. Якщо немає форми, тобто одночасно всі фази мають відхилення 20°, Складність не зараховується.

8.9. Повтор стрибків з одного поля таблиці (#2.4.1) не оцінюються, за винятком виконання **серії** стрибків (#2.4.3).

8.10. Виконання **серії** стрибків можливе з відштовхуванням та приземленням на одну ногу. Серія стрибків включає в себе 2 або більше **однакових, послідовних стрибків**, з або без з'єднувального кроку (залежить від типу стрибка).

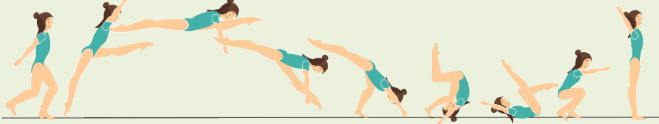
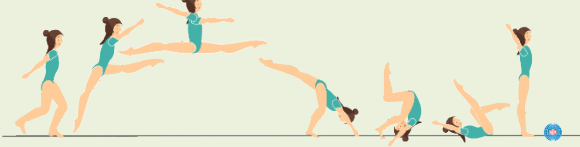
- Кожен стрибок в серії оцінюється окремо
- Кожен стрибок в серії зараховується як **1 окремий стрибок DB**

8.10.1. Якщо гімнастка виконує **серію** стрибків, і один або більше стрибків мають **велике відхилення** по формі (#8.7.2), принципу “серії” не має, але всі **виконані форми зараховуються** з відповідними пенальті у Виконанні, за умови, що однаковий технічний елемент предмету був присутній (див. #3.6.1.6).

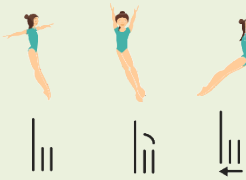


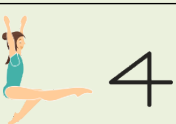
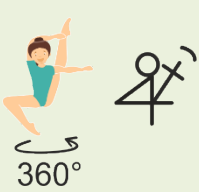
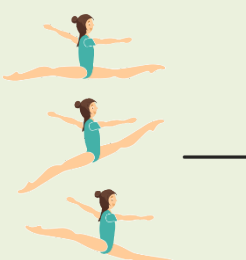
Пояснення / Приклади			
Приклад 1: Серія стрибків			
<i>DB зараховано: 0.50</i>	<i>DB зараховано: 0.50</i>	<i>DB зараховано: 0.50</i>	
			
Приклад 2: Серія стрибків з відхиленням + ізолюваний стрибок			
<i>DB зараховано: 0.50</i>	<i>DB зараховано: 0.30</i>	<i>DB зараховано: 0.50</i>	<i>DB не зараховано: Повтор DB</i>
			
Серія			Ізолюваний
<i>Пенальті у Виконанні:</i>			
<i>Відхилення нахил тулуба назад 0.10</i>	<i>Відхилення нахил тулуба назад 0.50</i>	<i>Відхилення нахил тулуба назад 0.10</i>	<i>Пенальті у виконанні НЕ має</i>
Приклад 3: Ізолюваний стрибок + серія стрибків з відхиленням			
<i>DB зараховано: 0.30</i>	<i>DB зараховано: 0.50</i>	<i>DB не зараховано: Повтор DB</i>	<i>DB не зараховано: Повтор DB</i>
			
Ізолюваний	Серія		
<i>Пенальті у Виконанні:</i>			
<i>Не має пенальті у Виконанні</i>	<i>Відхилення нахил тулуба назад 0.10</i>	<i>Відхилення нахил тулуба назад 0.50</i>	<i>Відхилення нахил тулуба назад 0.10</i>

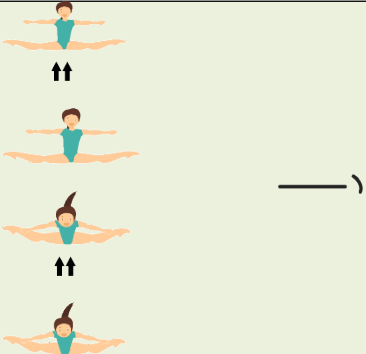
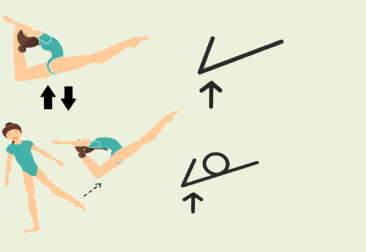
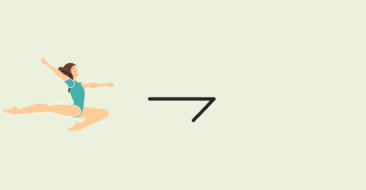
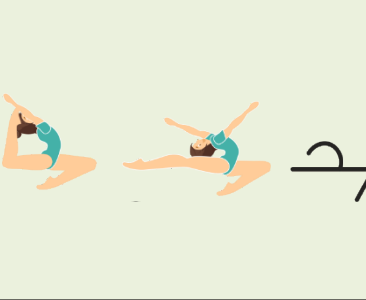

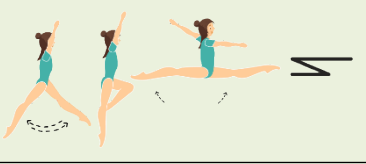
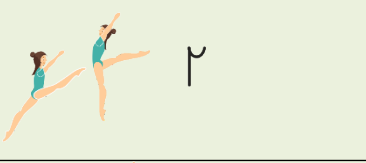

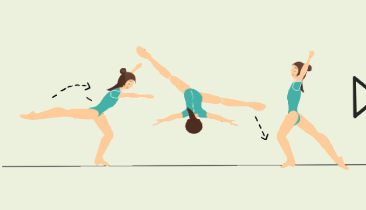
8.11. Стрибки будуть зараховані при умові виконання мінімум **1-го фундаментального технічного елемента предмета**, згідно з визначенням у таблиці #3.3-3.4.

8.12. “Стрибок Нирок” (стрибок з нахилом тулуба вперед, який відразу закінчується перекидом вперед).

























Пояснення / Приклади	
	<p>Преакробатичний елемент “Стрибок нирок” Не зараховано як DB Зараховано як один елемент ротації</p>
	<p>DB шпагат + преакробатичний елемент “кувинок вперед” Шпагат зараховано як DB Кувирок вперед зараховано як один елемент ротації</p>

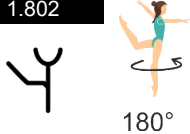



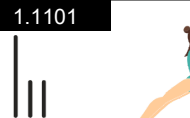
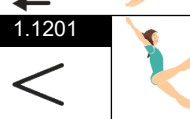
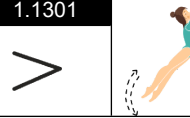


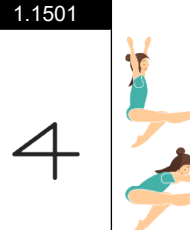
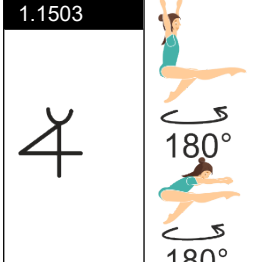
8.13. Техніка Складності певних стрибків:


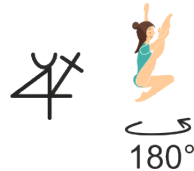

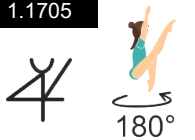


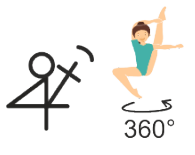
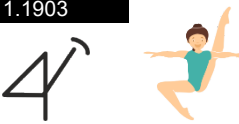
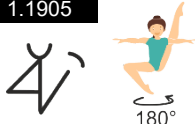

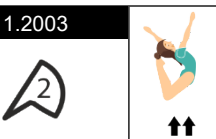

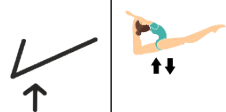
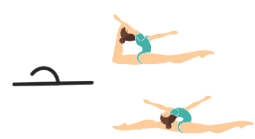
Пояснення / Приклади	
	<p>“Кабріоль” вперед, назад, в сторону Одна нога піднята вперед, назад, або в сторону на 45° (або більше) під час відштовхування. Інша нога (опорна) відривається від підлоги і робить підбив раніше піднятої ноги на 45° (або більше). В кінці стрибка гімнастка приземляється на опорну ногу.</p>
	<p>Стрибок “Ножиці” зі зміною ніг назад, в кільце Відштовхування здійснюється однією ногою, зміна ніг назад в кільце. Форма кільця має бути здійснена двома ногами послідовно.</p>
	<p>Стрибок “Щука”, ноги разом або порізно Стрибок “Щука” завжди виконується з нахилом тулуба вперед над ногами або між ногами</p>
	<p>Стрибок “Козак” з різною позицією ніг, з або без оберту Стопа зігнутої ноги повинна знаходитися на рівні тазу, а коліно горизонтально, або вище.</p>
	<p>Стрибок “Козак” “Жукова” (ЗК) Стрибок з прямою ногою в сторону наверх, вся стопа вище голови, з допомогою протилежної руки до випрямленої ноги. Стопа зігнутої ноги повинна знаходитися на рівні тазу, а коліно горизонтально. Оберт 360° в протилежну сторону від піднятої випрямленої ноги.</p>
	<p>Стрибок “Шпагат” (відштовхування однією або двома ногами) Форма шпагату 180° повинна бути в момент найвищої точки стрибка. Форма шпагату може бути горизонтальною, а також може бути зарахованою, якщо положення 180° виконано однією ногою вище або нижче горизонталі.</p>





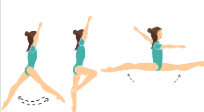

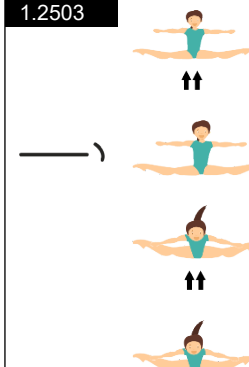
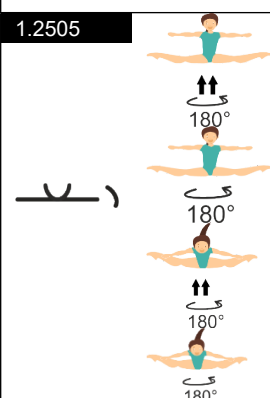
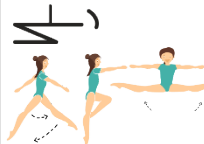
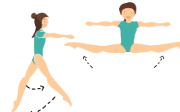
	<p>Стрибок “Боковий Шпагат” (відштовхування однією або двома ногами) Горизонтальна форма шпагату 180° повинна бути виконана в найвищій точці стрибка.</p>
	<p>Стрибки “Заріпова” (ZR) та “Аджурджукулезе” (AG) Відштовхування та приземлення на одну і ту ж саму ногу. Ці дві Складності вимагають виконання двох критеріїв: “шпагат” та “кільце”.</p>
	<p>Стрибок “Підбивний” (відштовхування однією або двома ногами) Передня нога повинна бути максимально зігнута, стопа близько до стегна. Ноги нарізно на 180°, форма “Підбивного” може бути горизонтальною, а також може бути зарахованою, якщо положення 180° виконано однією ногою вище або нижче горизонталі.</p>
	<p>Стрибок “Підбивний” в кільце або з нахилом тулуба назад (відштовхування однією або двома ногами) Передня нога повинна бути максимально зігнута, стопа близько до стегна. Ноги нарізно на 180°, форма “Підбивного” може бути горизонтальною, а також може бути зарахованою, якщо положення 180° виконано однією ногою вище або нижче горизонталі. Кільце: Задня нога повинна бути в правильній закритій формі, торкаючись будь-якої частини голови. Нахил тулуба назад: необхідно торкатися будь-якої частини голови для фіксації правильної форми.</p>
	<p>Стрибок “Шпагат” зі зміною ніг через пряму ногу До фази зміни ніг, передня нога піднімається на рівень мінімум 45°. Після дії фази ніг, необхідна форма шпагату 180° в найвищій точці стрибка.</p>
	<p>Стрибок “Шпагат” зі зміною ніг через зігнуте коліно До фази зміни ніг, коліно передньої ноги піднімається до горизонтального рівня (пассе). Після фази зміни ніг, необхідна форма шпагату 180° в найвищій точці стрибка.</p>
	<p>Стрибок “Фуєте” Зміна ніг не вимагається; виконується з обертотом 180° в польоті, над поздовжньою віссю ноги відштовхування і приземлення на ту ж саму ногу відштовхування.</p>
	<p>Стрибок “Ентреласе” Вимагається зміна ніг; виконується з обертотом 180° в польоті, над поздовжньою віссю ноги відштовхування і приземлення на махову ногу.</p>
	<p>Стрибок “Батерфляй” Ноги послідовно виконують півкола в польоті. Найвища точка кожної ноги повинна бути на рівні горизонту або вище. Під час польоту нахил тулуба повинен бути на рівні горизонту або злегка нижче горизонту. Нахил тулуба не може бути вертикально вниз. Обертот мінімум 180° з моменту відштовхування до приземлення.</p>

9. ТАБЛИЦЯ СКЛАДНОСТІ СТРИБКІВ (△)


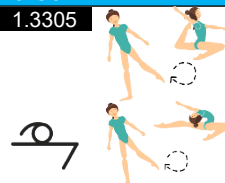
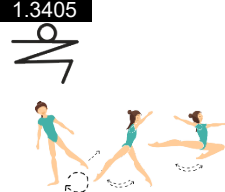
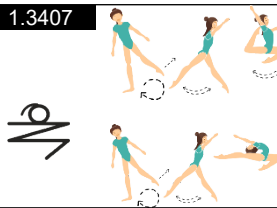


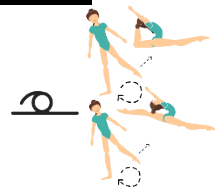
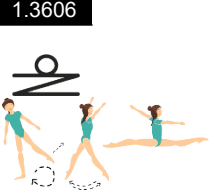

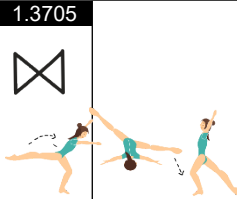
Типи Стрибків	Цінність						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
1. Стрибок зігнутими ногами з обертом на 360°; відштовхування з двох ніг	1.101  360° 						
2. Стрибок “Ножиці” зігнутими ногами вперед з обертом на 360°	1.201  360° 						
3. Вертикальний стрибок з прямими ногами і обертом; відштовхування з двох ніг	1.301  360° 		1.303  720° 				
4. Вертикальний стрибок із зігнутою ногою (пассе) з обертом	1.401  360° 		1.403  720° 				
5. Вертикальний стрибок з прямою ногою вперед на рівні горизонту, з обертом		1.502  180° 	1.503  360° 				
6. Вертикальний стрибок з прямою ногою в сторону на рівні горизонту, з обертом		1.602  180° 	1.603  360° 				
7. Вертикальний стрибок з прямою ногою назад на рівні горизонту, з обертом		1.702  180° 		1.704  360° 			

Типи Стрибків	Цінність						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
8. Вертикальний стрибок з зігнутою ногою назад на рівні горизонту, з обертом		1.802 		1.804 			
9. "Кабріоль" вперед	1.901 						
10. "Кабріоль" в сторону	1.1001 						
11. "Кабріоль" назад	1.1101 						
12. Стрибок "Ножиці" вперед зі зміною ніг; ноги піднімаються послідовно до рівня горизонту	1.1201 						
13. Стрибок "Ножиці" назад зі зміною ніг; На 45° або в кільце	1.1301 	1.1302 					
14. Стрибок "Щука" ноги разом або нарізно; відштовхування однією або двома ногами			1.1403 				
15. Стрибок "Козак" : пряма нога вперед до лінії горизонту, з або без нахилу тулуба вперед, також з або без оберту	1.1501 		1.1503 				

Типи стрибків	Цінність						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
16. Стрибок "Козак" : Пряма нога високо вперед, стопа вище голови, з допомогою руки, також з обертом		1.1602 		1.1604 			
17. Стрибок "Козак" : Пряма нога високо вперед, стопа вище голови, без допомоги руки, також з обертом			1.1703 		1.1705 		
18. Стрибок "Козак" : Пряма нога високо в сторону, стопа вище голови, з допомогою руки з однієї сторони, з обертом; також стрибок "Жукова" з допомогою протилежної руки		1.1802 		1.1804 	1.1805 		
19. Стрибок "Козак" : Пряма нога високо в сторону, стопа вище голови, без допомоги руки, з обертом			1.1903 		1.1905 		
20. Стрибок "Кільце" однією або двома ногами ("Кабасва"), відштовхування однією або двома ногами		1.2002 	1.2003 				
21. Стрибок "Шпагат" : також в кільце та з нахилом тулуба назад; Відштовхування однією або двома ногами. Стрибок "Заріпова" : Шпагат з відштовхуванням і приземленням на одну і ту ж саму ногу			1.2103 	1.2104 	1.2105 		

Типи стрибків	Цінність						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
22. 2 або 3 послідовних стрибків в шпагат зі зміною ноги відштовхування (оцінюється як 1 DB)					1.2205 2 — 		1.2207 3 — 
23. Стрибок "Шпагат" зі зміною ніг через пряму ногу, також в кільце та з нахилом тулуба назад					1.2305 		1.2307 
24. Стрибок "Шпагат" зі зміною ніг через зігнуту ногу, також в кільце та з нахилом тулуба назад				1.2404 		1.2406 	
25. Стрибок "Боковий Шпагат" : Відштовхування однією або двома ногами, також з нахилом тулуба вперед і з обертом			1.2503 		1.2505 		
26. Стрибок "Боковий Шпагат" зі зміною ніг через зігнуту ногу (пасе), також через пряму ногу (з обертом на 90°)				1.2604 	1.2605 		

Типи стрибків	Цінність						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
27. Стрибок "Підбивний" з відштовхуванням однією або двома ногами, також в кільце та з нахилом тулуба назад		1.2702 		1.2704 			
28. Стрибок "Підбивний" з відштовхуванням однією або двома ногами з обертом. Також в кільце та з нахилом тулуба назад. Стрибок "Безсонова" з однієї ноги				1.2804 		1.2806 	
29. Стрибок "Підбивний" зі зміною ніг через пряму ногу, також в кільце та з нахилом тулуба назад				1.2904 		1.2906 	
30. Стрибок "Фуете": Також в кільце та з нахилом тулуба назад		1.3002 	1.3003 				
31. Стрибок "Фуете" в Кабріоль, в Підбивний, також в кільце та з нахилом тулуба назад		1.3102 	1.3103 		1.3105 		
32. Стрибок "Ентреласе": Перекидний стрибок, також в кільце та з нахилом тулуба назад			1.3203 		1.3205 		

Типи стрибків	Цінність						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
33. Стрибок "Підбивний ан турнан", також в кільце та з нахилом тулуба назад			1.3303 		1.3305 		
34. Стрибок "Підбивний ан турнан" зі зміною ніг через пряму ногу, також в кільце та з нахилом тулуба назад					1.3405 		1.3407 
35. Стрибок "Шпагат ан турнан", також в кільце та з нахилом тулуба назад (AG) відштовхування та приземлення на одну і ту саму ногу				1.3504 	1.3505 	1.3506 	
36. Стрибок "Шпагат ан турнан" зі зміною ніг через пряму ногу, також в кільце та з нахилом тулуба назад						1.3606 	0.80 1.3608 
37. Стрибок "Батерфляй" з обертотом на 180° від моменту відштовхування до приземлення					1.3705 		

10. РІВНОВАГИ

10.1. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ

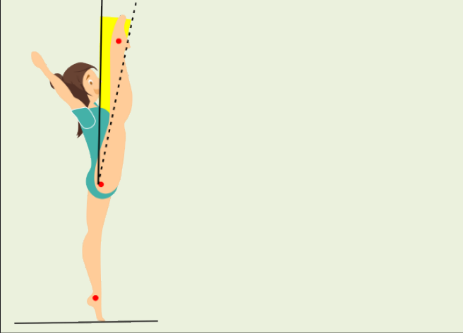
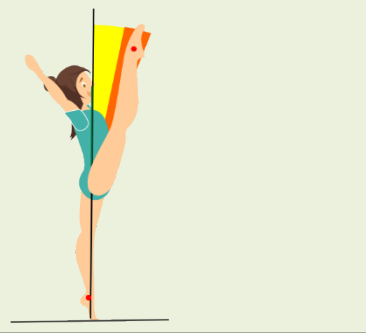

10.1.1. В залежності від техніки виконання та типу опори, існує 3 види Складностей Рівноваг:

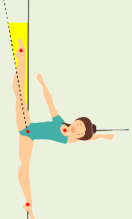
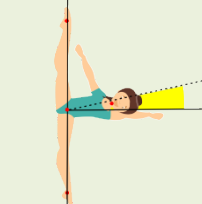
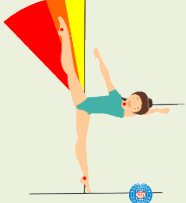
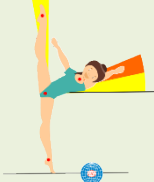
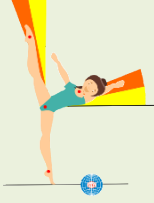
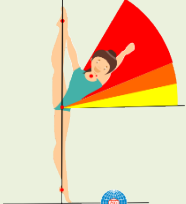
- 1) Виконаних на нозі: на релеве (relevé), або на повній стопі
- 2) Виконаних на інших частинах тіла: на грудях та інше.
- 3) Виконаних в русі: “Динамічні рівноваги”

10.1.2. Загальні характеристики 3-х видів Складностей Рівноваг:

- 1) Рівноваги виконані на нозі: на півпальцях (relevé), чи на повній стопі мають:
 - **Визначену та чітко зафіксовану форму**
 - **Положення фіксації мінімум 1 секунда у зафіксованій формі**
- 2) Рівноваги виконані на інших частинах тіла: на грудях та ін. мають:
 - **Визначену та чітко зафіксовану форму**
 - **Положення фіксації мінімум 1 секунда у зафіксованій формі**
- 3) Рівноваги виконані в русі: “Динамічні рівноваги”
 - **Мають чітко визначену форму:** всі відповідні частини тіла у правильній позиції у певний момент часу
 - Виконуються м'якими плавними рухами від однієї форми до іншої

10.1.3. Рівноваги **без чітко визначеної форми** (відповідно дефініції у Таблиці #11) будуть не дійсними як Складність та оцінюються з відповідним **Пенальті у Виконанні** (#2.5.2-2.5.4).

Роз'яснення / Приклади		
Оцінка Рівноваг та відхилення		
<i>ДВ дійсне: 0.50</i>	<i>ДВ дійсне: 0.50</i>	<i>ДВ недійсне: 0.00</i>
		
<i>Мале відхилення від шпагату</i>	<i>Середнє відхилення від шпагату</i>	<i>Велике відхилення від шпагату</i>
<i>Пенальті у Виконанні 0.10</i>	<i>Пенальті у Виконанні 0.30</i>	<i>Пенальті у Виконанні 0.5</i>




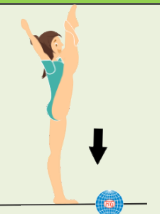
Роз'яснення / Приклади			
Оцінка Рівноваг та відхилення			
Піктограма	Відхилення	Пенальті Виконанні у	Оцінка
1 	Мале відхилення від шпагату	0.10	DB дійсне
2 	Мале відхилення тулуба	0.10	DB дійсне
3 	Середнє відхилення від шпагату	0.30	DB дійсне
4 	Мале відхилення від шпагату Середнє відхилення тулуба	0.10 + 0.30	DB дійсне
5 	Середнє відхилення від шпагату Середнє відхилення тулуба	0.30 + 0.30	DB дійсне
6 	Велике відхилення тулуба	0.50	DB недійсне

10.2. Складності Рівноваги, які **виконуються на носі** (на півпальцях (*relevé*), або на повній стопі) та **на інших частинах тіла** повинні бути виконані з **положенням зупинки щонайменше на 1 секунду з фіксацією форми.**

10.2.1. Фіксація Складності Рівноваги має бути виконана чітко, **без додаткових рухів** тіла та ніг під час фіксованого положення зупинки (ніг і тулуба). Якщо під час фіксованого положення відбувається втрата рівноваги без переміщення, наприклад, «тремтіння» опорної ноги, рух гомілки або стопи під час релеве або підняття частини опорної стопи, то Складність зараховується з відповідними Пенальті у Виконанні.

- 10.2.2.** Якщо форма рівноваги чітко визначена та елемент предмету виконаний технічно правильно (наприклад, боковий шпагат без допомоги з відскоком м'яча під час форми), але немає положення зупинки (**менше 1 секунди**), рівновага є **дійсною з Пенальті у Виконанні: 0.30** **“форма не утримана щонайменше 1 секунду”**
- 10.2.3.** Якщо положення зупинки не представлено взагалі (гойдання/поштовх), Складність є **недійсною** (істотна зміна основних характеристик).

10.3. Рівноваги на нозі можуть виконуватися **на півпальцях (relevé)** чи **на повній стопі**. На повній стопі, цінність Складності знижується на 0.10, а символ містить стрілку (↓).

Роз'яснення / Приклади			
Цінність рівноваг			
Виконано на півпальцях (relevé)		Виконано на повній стопі	
			
DB дійсне: 0.30		DB дійсне: 0.20	

10.3.1. Не можна виконувати складність Рівноваги однієї тієї ж форми (з одного поля таблиці) на півпальцях (relevé) та на повній стопі в одній вправі.

- 10.4.** Опорна нога пряма або зігнута не змінює цінність Складності Рівноваги.
- 10.5.** Не можна спиратися на опорну ногу чи підтримувати опорну ногу рукою (руками) або предметом: Складність DB не буде дійсною (істотна зміна загальних характеристик; визначення форми). Лише легке торкання дозволяється.
- 10.6.** У всіх Складностях Рівноваги з кільцем стопа або інші частини ноги мають бути в положенні замкнутого кільця. **Для фіксації коректної форми вимагається торкання будь-якої частини голови (включаючи зачіску/гульку).**
- 10.6.1.** Складність DB без торкання, з максимальним відхиленням до 20°, дійсне з Пенальті у Виконанні (#2.5.2-2.5.3).
- 10.7.** У всіх Складностях Рівноваги з нахилом тулуба назад голова повинна торкатися ноги. **Для фіксації коректної форми потрібно торкатися будь-якої частини ноги.**
- 10.7.1.** Складність DB без торкання, з максимальним відхиленням до 20°, дійсне з Пенальті у Виконанні (#2.5.2-2.5.3).
- 10.7.2. Виняток:** Критерій «нахил тулуба назад», виконаний із великим відхиленням, карається пенальті у Виконанні (№2.5.4), але базове значення складності може бути дійсним (див. №2.5.5), якщо воно доступне в таблиці без «нахилу назад» і виконується за основними характеристиками.
- 10.8.** Для того, щоб Складність Рівноваги була дійсною повинен виконуватися мінімум 1 технічний елемент предмету згідно з його визначенням у таблицях #3.3-3.4.

10.9. Рівноваги з “турляном”

10.9.1. Гімнастка може виконати рівновагу турлян з наступними вимогами:

- “Турлян” повинен бути на 180° або більше.
- У вправі можуть бути тільки 2 Складності з “турляном”: одна на півпальцях (relevé) та одна на повній стопі. Ці Складності повинні бути з різних полів таблиці.
- Можливі різні форми рівноваг з “турляном” виконані на повній стопі, за винятком положення “козак”. “Турлян” не виконується для групи “Динамічні рівноваги”.

10.9.2. Цінність рівноваг з “турляном”:

- Цінність Складності + 0.10 для “турляну” на повній стопі
- Цінність Складності + 0.20 для “турляну” на півпальцях (relevé)

10.9.3. “Турлян” повинен виконуватися тільки після того, як початкове положення Складності буде зафіксовано, і з не більше $\frac{1}{4}$ оберту при кожному імпульсі. Обертання, яке виникає від одного загального імпульсу призводить до анулювання цінності Складності.

10.9.4. Під час виконання Складності рівноваги з “турляном” тіло не повинно “підстрибувати” (тобто без руху тіла та плечей вгору-вниз). Така неправильна техніка виконання призводить до анулювання цінності рівноваги з “турляном”.

10.9.5. Рівновага з неправильним виконанням “турлян” не зараховується (недійсна).

10.9.6. Повтор рівноваг однієї і тієї ж форми з “турляном” або без не зараховується (недійсна).

10.9.7. “Турлян” не вважається елементом обертання тіла.

10.10. Динамічні рівноваги

10.10.1. Динамічні рівноваги виконуються **плавними послідовними рухами** з переходом однієї форми в іншу без необхідності положення зупинки в будь-якій частині рівноваги. Якщо Динамічна рівновага виконана з положенням зупинки, то Складність зараховується (немає Пенальті у Виконанні).

10.10.2. Рівновага фуєте є однією DB, яка складається з:

- Мінімум 3 однакових або різних форм, що виконуються на півпальцях (relevé) з опорою на п'ятку між формами, без підстрибування, без будь-якого зміщення та торкання підлоги піднятою ногою, рукою(ами) або будь-якою іншою частиною тіла
- Кожна форма показана з чітким акцентом (чітка позиція), без обертання у формі
- З допомогою або без допомоги рук
- З мінімум 1 обертом на 90°, 180° або 270°, виконаний між будь-якими 2 формам

10.10.2.1. Можливий повтор однієї і тієї ж форми або з одного поля таблиці в одній рівновазі фуєте, але неможливо повторювати будь-яку з цих рівноваг пізніше у вправі.

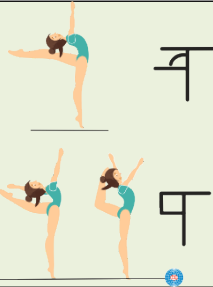

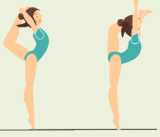


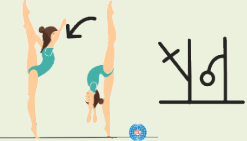
10.10.2.2. У вправі може бути максимум 1 рівновага фуєте: або 0.50, або 0.30. Друга рівновага фуєте (незалежно від цінності) не буде оцінена (немає пенальті).

10.10.3. Динамічна рівновага “Утяшева” не змінює цінності в залежності від виконання на півпальцях (relevé) або на повній стопі.

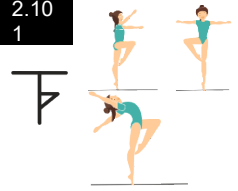



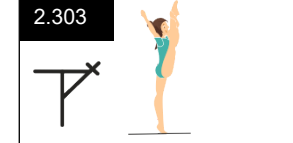



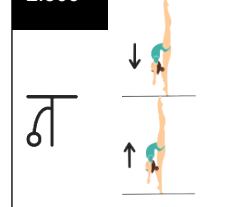
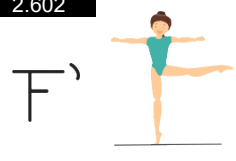
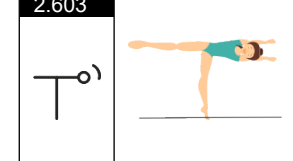
10.10.4. Динамічна рівновага є дійсною, якщо Складність виконана з мінімум **1-м технічним елементом предмету** та у відповідності з визначенням в таблиці #3.3-3.4, в будь-якій фазі рівноваги – включаючи фази коливання.

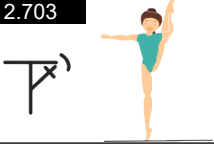
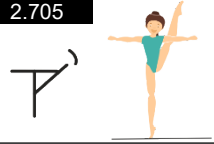
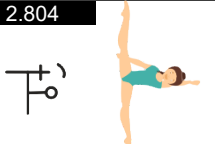
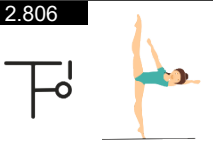

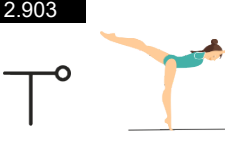


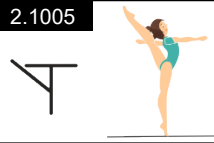

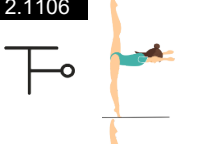



10.11. Техніка певних Складностей рівноваг:
















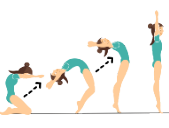





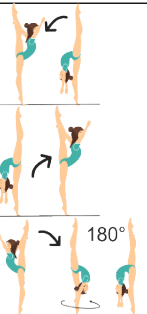
Роз'яснення / Приклади	
	<p>Вільна нога вперед горизонтально (випрямлена або зігнута), вбік, або назад (Арабеск) Горизонтальне положення вільної ноги (стегна) та максимально вертикальне положення тіла</p>
	<p>Вільна нога вперед горизонтально з тулубом назад у горизонтальному положенні Тулуб і вільна нога повинні знаходитися на одній горизонтальній лінії або вільна нога трохи вище за горизонталь, тримаючи тулуб прямо не прогинаючись назад</p>
	<p>Передній шпагат з тулубом назад горизонтально Шпагат вимагається Тулуб потрібно тримати прямо не прогинаючись назад</p>
	<p>Передній шпагат без допомоги, тулуб назад нижче горизонталі Починаючи з положення стоячи або сидячи Шпагат вимагається Рівновага може бути виконана: - з або без дотику голови опорної ноги - з або без дотику/тримання опорної ноги рукою/кистою</p>
	<p>Передній шпагат з допомогою або без Боковий шпагат з допомогою або без Шпагат вимагається</p>
	<p>Вільна нога вбік горизонтально з тулубом вбік горизонтально Вільна нога вперед горизонтально з тулубом вперед горизонтально Горизонтальне положення голови, тулуба і вільної ноги (або вільної ноги трохи вище горизонталі) необхідно зафіксувати, тримаючи тулуб прямо, не згинаючи спину.</p>
	<p>Боковий шпагат з тулубом вбік горизонтально з допомогою або без Шпагат вимагається Тулуб потрібно тримати прямо, горизонтально Положення шиї і голови вільне</p>
	<p>Задній шпагат з допомогою Шпагат вимагається Торкатися НЕ потрібно</p>
	<p>Вільна нога високо піднята назад, без сторонньої допомоги Шпагат не вимагається; вся стопа має бути над головою Торкатися НЕ потрібно</p>

	<p>Арабеск з нахилом тулуба назад Атитюд з нахилом тулуба назад Кільце без допомоги Торкатися потрібно</p>
	<p>Атитюд Горизонтальне положення вільної ноги (стегна) і максимально вертикальне положення корпусу</p>
	<p>Кільце з допомогою Кільце з ногою на плечі, з або без допомоги руки Торкатися потрібно</p>
	<p>На грудях з допомогою або без: "Кабасва" Плечі не повинні торкатися підлоги Ноги прямі - можуть бути разом або розведені на ширину плечей</p>
	<p>Динамічна рівновага з колін на підйом Перехід з колін в положення стоячи, через пальці, з або без нахилу тулубу назад (обидві техніки правильні) Ноги разом або трохи розведені</p>
	<p>Динамічна рівновага "Утяшева" 2 або 3 позиції, в будь-якому порядку. Опорна нога випрямлена. Шпагат потрібен в кожній позиції. Виконується плавними і безперервними рухами; положення зупинки не потрібно. 3 або без обертання на 180° або більше (в будь-якій позиції). Рівновага має бути виконана: - 3 або без торкання опорної ноги головою - 3 або без торкання/тримання опорної ноги рукою/кістю</p>

11. ТАБЛИЦЯ СКЛАДНОСТЕЙ РІВНОВАГ (Т)

ВИДИ РІВНОВАГ	Рівноваги виконані на стопі						
	Цінність						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
1. Пасе вперед або вбік (горизонтальна позиція), або з нахилом верхньої частини спини та плечей назад	2.10 1 						
2. Вільна нога горизонтально вперед (випрямлена або зігнута на 30° та/або тіло назад у горизонтальному положенні)	2.20 1 	2.202 	2.203 				
3. Передній шпагат з допомогою або без			2.303 		2.305 		
4. Передній шпагат з допомогою або без, тулуб назад горизонтально				2.404 		2.406 	
5. Передній шпагат, тулуб назад нижче горизонталі: з положення стоячи або сидячи						2.506 	
6. Вільна нога горизонтально вбік, також з тулубом убік горизонтально		2.602 	2.603 				

ВИДИ РІВНОВАГ	Цінність						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
7. Боковий шпагат з допомогою або без			2.703 		2.705 		
8. Боковий шпагат з допомогою або без, тулуб у бік горизонтально				2.804 		2.806 	
9. Арабеск: Вільна нога горизонтально назад, також з тулубом вперед горизонтально, також з нахилом тулуба назад		2.902 	2.903 	2.904 			
10. Задній шпагат з допомогою, також стопа вище голови без допомоги			2.1003 		2.1005 		
11. Задній шпагат з допомогою або без, тулуб вперед горизонтально чи нижче, чи у кільце без допомоги				2.1104 		2.1106 	
12. Атитюд, також кільце з допомогою/з ногою на плечі, також кільце без допомоги/атитюд з нахилом тулуба назад		2.1202 	2.1203 	2.1204 			

ВИДИ РІВНОВАГ	Цінність						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
13. "Козак": Вільна нога вперед або вбік (горизонтальне положення)	2.1301  						
14. "Козак": Вільна нога вперед, стопа вище голови, з допомогою або без		2.1402  	2.1403  				
Рівноваги, що виконані на інших частинах тіла							
15. Лежачи на підлозі з піднятим тулубом. Кабаева: на грудях з допомогою або без	2.1501  		2.1503  	2.1504  			
Рівноваги, що виконані у русі							
16. Перехід з положення лежачи на підлозі з підняттям тулуба (грудей)				2.1604  			
17. Динамічна рівновага з положення на колінах і підйомом через пальці, з або без нахилу назад			2.1703  				
18. Фуєте яке містить мін 3 однакові чи різні форми (Оцінюється як 1 DB)			2.1803   Нога горизонтально для мін. 2 форм + мін. 1 оберт		2.1805   Нога вище горизонталі для мін.2 фор + мін. 1 оберт		
19. Утяшева: 2 або 3 позиції: від заднього шпагату до переднього шпагату з нахилом тулуба на другій нозі, та повернення назад у вихідне положення. Або протилежний порядок виконання. Також зі 180° обертання чи більше, у будь якій позиції(ях).				2.1904  			

12. РОТАЦІЇ

12.1. Загальні положення

12.2. Існує 2 типи складності Ротацій (Поворотів)

- 1) Ротації на 1 нозі, зазвичай ротації на relevé
- 2) Ротації на інших частинах тіла

Пояснення / Приклади

Поворот - це ротація / обертання (Складність тіла DB), яка виконується на півпальцях (relevé) опорної ноги. Поворот має бути виконаний на високому півпальці. Якщо поворот виконується на низькому півпальці - складність зараховується, але будуть застосовані пенальті у Виконанні

Повороти можуть бути виконані в напрямку опорної ноги "En dedans" чи в напрямку від опорної ноги "En dehors". Ці повороти в одному чи іншому напрямках вважаються однаковими Складностями тіла.

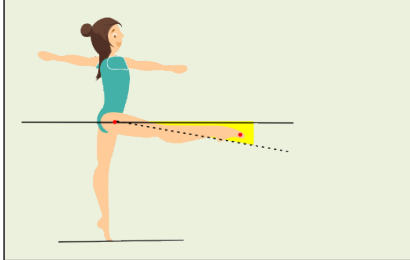
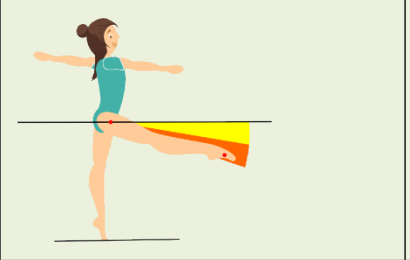
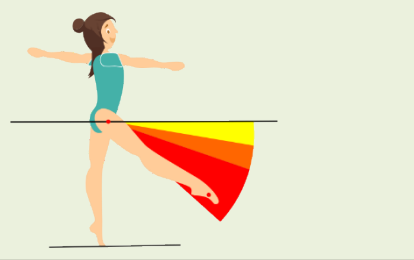
12.2.1. Всі Ротації повинні мати наступні базові характеристики:

- Фіксована та чітко визначена форма
- Мінімальна базова ротація 180° в наступних формах 3.505, 3.804, 3.805, 3.1405, 3.2003
- Мінімальна базова ротація 360° в усіх інших Складностях ротацій

Пояснення / Приклад

Чітко визначена форма означає, що правильна форма, прийнята гімнасткою, залишається фіксованою під час мінімальної базової ротації (360° або 180°).

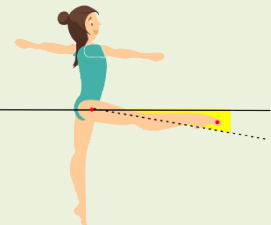
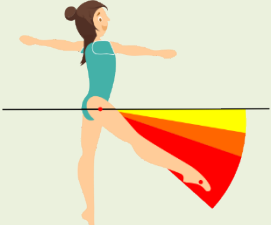
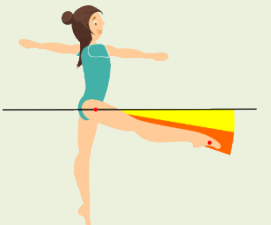
12.2.2. Складність ротації без чітко визначеної форми під час мінімальної базової ротації (відповідно до визначення в таблиці#13), або яка не розпізнається чи не виконується взагалі - не буде оцінена як Складність тіла і будуть застосовані пенальті у Виконанні (#2.5.2-2.5.4).

Пояснення / Приклади		
Оцінка поворотів з відхиленням		
Базова цінність 0,30	Базова цінність 0.30	База Складності тіла не зараховується 0.00
		
Маленьке відхилення вільної ноги	Середнє відхилення вільної ноги	Велике відхилення вільної ноги
Пенальті виконання 0.10	Пенальті виконання 0.30	Пенальті виконання 0.50

12.3. Складність ротацій буде оцінюватись відповідно до кількості виконаних ротацій (обертів):

12.3.1. Кількість ротацій буде зарахована з моменту прийняття чітко визначеної форми і до моменту, коли гімнастика починає втрачати (залишати) форму.

12.3.2. Як тільки гімнастка залишила чітко визначену форму чи показала форму з **великим відхиленням**, подальші ротації не оцінюються.

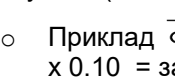
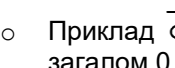
Пояснення / Приклади		
Ізольований поворот з додатковою ротацією, виконаний з різними відхиленнями		
Перший 360°:	Наступний 360°:	Останній 720°:
		
Маленьке відхилення вільної ноги	Велике відхилення вільної ноги	Середнє Маленьке відхилення вільної ноги
Оцінка Складності тіла:		
0.30	за	перші 360°
Як тільки гімнастка залишила чітко визначену форму - подальші ротації не оцінюються		
Пенальті суддями Виконання :		
0.50 велике відхилення		
Найбільше пенальті у Виконанні знімається 1 раз за те саме положення тіла протягом 1 Складності тіла.		

12.3.3. Для поворотів, що виконуються на півпальцях (relevé), додаткові ротації мають бути виконані без опори на п'яту. Подальші ротації з опорою на п'ятку не оцінюються.







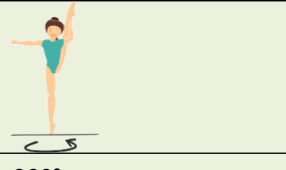

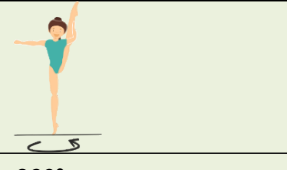
Пояснення / Приклади
<ul style="list-style-type: none"> Якщо під час повороту, який виконується на півпальцях (relevé) гімнастка виконує опору на п'ятку під час частини ротації: <ul style="list-style-type: none"> Якщо виконана кількість обертань менша, ніж необхідна базова ротація, Складність не оцінюється. Якщо виконана кількість ротацій більша, ніж необхідна базова ротація і робота предмета виконана, буде зарахована кількість ротацій до опори. Для ротацій, що виконуються зі стрибком чи ковзанням, подальші ротації будуть оцінені з відповідним пенальті у Виконанні.

12.3.4. Якщо гімнастка **втрачає предмет** чи **втрачає баланс (рівновагу)** з опорою чи падінням, в будь-якій частині ротації, навіть, якщо базова ротація виконана успішно -то **все DB не зараховується (ди.#2.7)**

12.3.5. Вартість ротації DB **збільшується на 0.1** для кожного додаткового оберту більше базових 360° для:

- Поворотів з базовою цінністю 0.1
- «Фуєте» (Fouetté pivots) (3.1601-3.1602), незалежно від того, чи ротація з/без опори на п'яту
 - Приклад  : $360^\circ + 360^\circ + 360^\circ + 1080^\circ = 6 \text{ ротацій} = \text{база } 0.10 + 5 \text{ додаткових ротацій} \times 0.10 = \text{загалом } 0.6$
 - Приклад  : $360^\circ + 720^\circ + 720^\circ = 5 \text{ ротацій} = \text{база } 0.20 + 4 \text{ додаткових ротацій} \times 0.10 = \text{загалом } 0.60$

- Ротація в задньому шпагаті без допомоги: тулуб горизонтально чи нижче або кільце (Сакура) (3.1105)
 - Ротації на інших частинах тіла (3.1801, 3.1902)
- 12.3.6.** Вартість ротації DB **збільшується на 0.2** для кожного додаткового оберту більше базових 360° для:
- Поворотів з базовою цінністю 0.2 і більше
 - Зворотній циркуль (3.1704)
- 12.3.7.** Вартість ротації DB **збільшується на 0.1** для кожного додаткового оберту більше базових **180°** для ротації на іншій частині тіла (3.2003)
- 12.3.8.** Вартість ротації DB **збільшується на 0.2** для кожного додаткового оберту більше базових **180°** для поворотів 3.505, 3.804, 3.805, 3.1405.
- 12.4.** Різні ротації - це ротації з різних клітинок, незалежно від їх виконаної кількості. Ротації вважаються різними, якщо вони знаходяться в різних клітинках, незалежно від їх виконаної кількості.
- 12.5. Опорна нога**, витягнута чи зігнута, не змінює цінність Складності.
- 12.6.** Не можна спиратися на **опорну ногу** або тримати **опорну ногу** рукою(ами) чи предметом: DB не буде зарахованим (значна зміна основних характеристик; визначення форми). Дозволяється лише легке торкання.
- 12.7.** У всіх ротаціях з **кільцем** стопа або інший сегмент ноги повинні бути в положенні закритого кільця. **Для правильної форми необхідно доторкнутися до будь-якої частини голови (включаючи зачіску/пучок).**
- 12.7.1.** DB без дотику, до максимального відхилення 20°, зараховується з пенальті за Виконання (№2.5.2-2.5.3).
- 12.8.** У всіх Складностях ротацій з **вигином тулуба назад** голова повинна контактувати з ногою. **Для правильної форми необхідно доторкнутися до будь-якої частини ноги.**
- 12.8.1.** DB без дотику, до максимального відхилення 20 зараховується з пенальті за Виконання (№2.5.2-2.5.3).
- 12.8.2. Виняток:** Критерій «вигин тулуба назад», виконаний із великим відхиленням, матиме пенальті у Виконанні (№2.5.4), але базова складність може бути зарахована (див. №2.5.5), якщо ця складність доступна у таблиці без «вигину тулуба назад» і виконана за основними характеристиками.
- 12.9.** Можна виконувати повороти **в серії**:
- Серія поворотів складається з 2 або більше **послідовних однакових поворотів**, які виконуються один за одним, **пов'язаних із опорою на п'яту та без підстрибування чи ковзання.**
 - Кожен поворот в серії оцінюється окремо
 - Кожен поворот у серії зараховується як **1 поворот Складності**
Виняток: серія ідентичних поворотів «фуєте» зараховується як 1 складність (див. №12.11)
- 12.9.1.** Якщо гімнастка виконує серію поворотів з однаковою роботою предмета, а 1 чи більше поворотів в серії виконується з **великим відхиленням або з неповною** формою базової ротації, принцип «серії» відсутній, **вартість виконаної форми буде зарахована**, але з відповідним пенальті (див. #3.6.1.6)

Пояснення / Приклади		
Повороти в серії : 3 відхиленнями та не завершеною базою		
		
360°	360°	360°
Зараховано, 1 DB	Зараховано, 1 DB	Зараховано, 1 DB
		
360°	360°	360°
Зараховано, 1 DB	Велике відхилення, не зараховано	Середнє відхилення, зараховано, 1 DB
		
360°	180°	360°
Зараховано, 1 DB	Не завершена база, не зараховано	Зараховано, 1 DB

12.10. Щоб Складність була зарахована, необхідно виконати як **мінімум 1 технічний елемент предмета**, у будь-якій дійсній фазі ротації, відповідно до його визначення в таблицях №3.3-3.4.

- Для всіх **Складностей ротації** технічні елементи предмета, виконані з великим відхиленням, не зараховуються.
- Для **поворотів** технічні елементи предмета, що виконуються, коли гімнастка опустила на повну стопу, не зараховуються.

12.11. Ротації в шпагаті без допомоги: тулуб горизонтально, нижче горизонталі або з кільцем (Сакура)

- Ця ротація може виконуватись на релеве, на повній стопі або з комбінацією релеве та повної стопи.
- Незалежно від релеве/повної стопи – оцінюється, як 1 складність і може використовуватись лише один раз у вправі.
- Незалежно від релеве/повної стопи - вартість збільшується на 0,10 для кожної додаткової ротації (див. #12.2.1).

12.12. Фуете (Fouetté) поворот



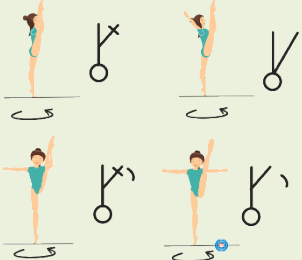

- **2 чи більше ідентичних форм**, зв'язаних опорою на п'яту, рахуються як **1 Складність**.
- Поворот фуете можна виконувати **1 раз** у кожній вправі, використовуючи **1 з** описаних форм (passé 0,10, АБО спереду 0,20, АБО збоку 0,20). Якщо комбінуються різні форми, оцінюються лише повороти, виконані в 1-й формі (до зміни форми).
- **1 технічний елемент предмету** необхідний **протягом перших-двох обертів** Фуете: не пізніше опори на п'яту в кінці 2-го оберту.

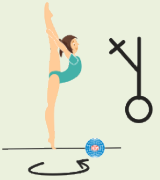

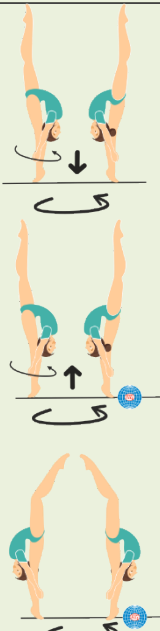

- Для додаткових ротацій не потрібні додаткові технічні елементи предметів: Будь-які технічні елементи предметів, представлені в додаткових ротаціях, не фіксуються суддями DB і можуть використовуватися в інших Складностях.


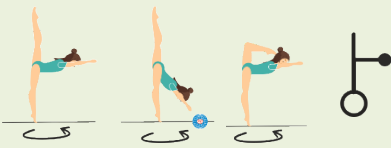
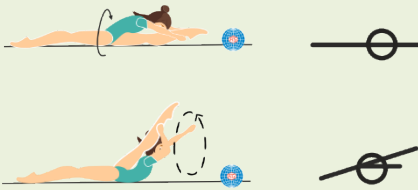

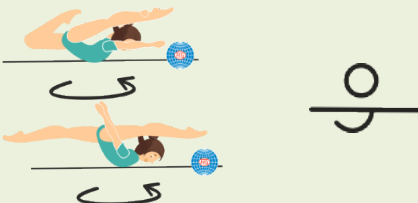
12.13. Вертоліт/Циркуль (Illusion)

- Вертоліт/ циркуль назад виконується з мінімальною базовою ротацією на 360° і без опори рук на підлогу.
- Під час ротації піднята нога повинна бути прямою.
- Багаторазові вертольоти/циркулі вважаються 1 Складністю DB.
- Вертоліт/циркулі будуть оцінюватися відповідно до кількості виконаних ротацій із збереженням необхідної форми.
- Може виконуватися з опорою на п'яту або без неї, на повній стопі опорної ноги або на релеве (relevé), без зміни цінності Складності .
- Багаторазові ротації повинні бути без зміни опорної ноги, без кроку і без опори рук на підлогу.
- Для перших 2 вертольотів/циркулів потрібен 1 технічний елемент предмету.
- Для додаткових вертольотів/циркулів не потрібні додаткові технічні елементи предметів: будь-які технічні елементи предметів, представлені в додаткових ротаціях, не фіксуються суддями DB і можуть використовуватися в інших Складностях.

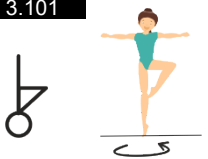

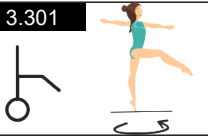
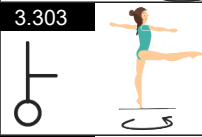
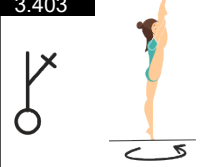
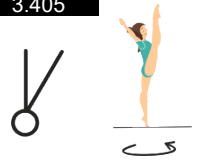
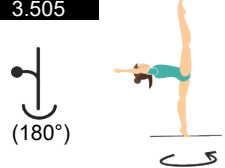
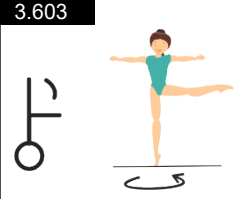
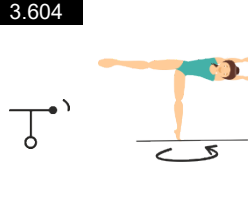
12.14. Техніка виконання для певних Складностей ротації :

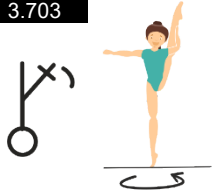
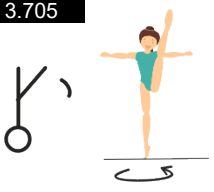
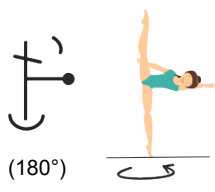
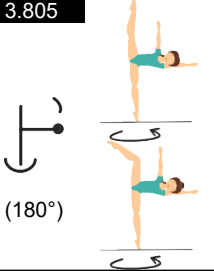
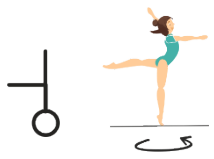
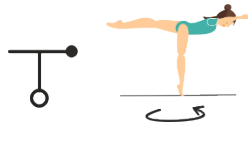

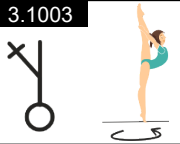
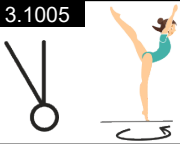
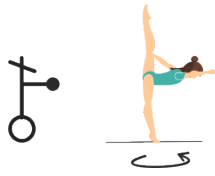
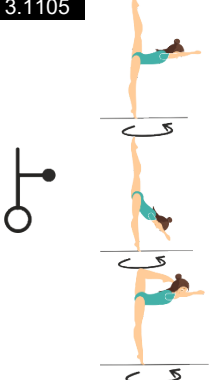
Пояснення / Приклади	
	<p>«Passé» вперед або в бік Вхід в поворот і фіксація пози Пасе може бути здійснена: миттєвим згинанням вільної ноги або круговим рухом вільної ноги. Основа повороту 360°.</p>
	<p>«Спіральний поворот» («Топпеаи») на 1 нозі Під час базового розвороту на 360° гімнастка повинна виконати послідовно 2 положення тіла:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Прогин тулуба назад з відведенням голови назад • Тулуб і голова нахилиються вперед <p>Під час обертання повинна бути досягнута уявна спіраль. Кожне додаткове обертання повинне бути виконане в такий же визначений спосіб. Положення ніг вільне: Стопа може бути біля коліна або нижче. Не обов'язково фіксувати положення вільної ноги під час всього обертання.</p>
	<p>Шпагат вперед або в сторону, з/або без допомоги рук Під час ротації необхідно зафіксувати положення шпагату. Ротація оцінюється після того, як опорна стопа приймає положення релеве (relevé), а вільна нога приймає положення шпагату, доки ця форма не буде зафіксована. База ротації 360°.</p>
	<p>Боковий шпагат із тулубом, розташованим горизонтально в сторону, з чи без допомоги рук Потрібен шпагат. Тулуб слід тримати прямо, горизонтально. Положення шиї і голови вільне. База ротації 180°.</p>


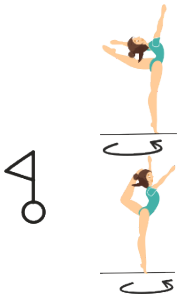
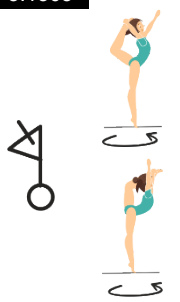
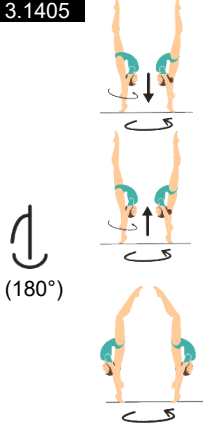
	<p>Шпагат назад, з або без допомоги рук Потрібен шпагат. Ротація оцінюється після того, як опорна стопа приймає положення релеве (relevé), а вільна нога приймає положення шпагату, доки ця форма не буде зафіксована. Торкання головою ноги не потрібно. База ротації 360°.</p>
	<p>Ротація «Козак» Допускається початковий поштовх за допомогою руки/кистей від підлоги. Градуси ротації відраховуються з моменту, коли рука (руки) відривається від підлоги, а вільна нога знаходиться в горизонтальному положенні. Положення ротації вважається правильним, навіть якщо гімнастка «сидить» на п'яті опорної ноги - п'ята піднята від підлоги. Можливі різні початкові позиції ротації, а також різні кінцівки, головна мета полягає в тому, щоб кінцеве обертання було контрольованим і чистим (без падінь). База ротації 360°.</p>
	<p>Передній шпагат, тулуб зігнутий назад нижче горизонталі, починаючи з положення стоячи або сидячи («Кабачка») Шпагат обов'язковий, а прогин тулуба назад повинен бути нижче горизонталі. Ротація оцінюється після досягнення гімнасткою необхідної форми ротації.</p> <p>«Крамаренко»: Вільна нога зігнута на 30° – положення «Тербушон» (terboushon), яке необхідно зберігати протягом усієї ротації.</p> <p>Ротацію можна виконувати: - З дотиком головою до опорної ноги або без неї - З дотиком/утриманням опорної ноги кистю/рукою або без неї. База ротації 180°.</p>
	<p>Фуєте (Fouetté): з пасе Складається із серії повторних ротацій En dehors у високому темпі та без зміщення.</p> <p>Кожен компонент складається з ротації на релеве в пасе (relevé in passé) + відкритої позиції з пліє (plié).</p> <ul style="list-style-type: none"> - Мінімальна ротація на 360° між кожним пліє. - У відкритому положенні вільна нога відводиться в бік на 90°. - Для останньої ротації в серії відкрита позиція є необов'язковою: остання ротація дійсна як з відкритою позицією так і без неї з пліє. <p>Підрахунок кількості ротацій Фуєте починається відразу після пліє та відштовхування.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Дозволяється використовувати 1-шу ротацію для підняття вільної ноги в позицію пасе: ця ротація є дійсною, немає пенальті за відхилення, якщо вільна нога досягає 90° вчасно для 1-го пліє. (Для відхилень до 20° ротація зарахована з пенальті у Виконанні) - Для наступних ротацій вільна нога повинна бути в позиції пасе протягом усіх ротацій та на 90° у відкритому положенні. (Для відхилень до 20° ротація дійсна з пенальті у Виконанні) <p>Фуєте з пасе може бути виконано з використанням іншої техніки, коли робоча нога проходить через rond de jambe en l'air і відкривається в бік на 90°. Якщо поворот Фуєте виконується за цією технікою, rond de jambe en l'air можна виконати перед ротацією у формі.</p>







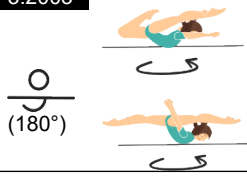


	<p>Фуєте: пряма нога в горизонтальному положенні (вперед або вбік) Складається із серії повторюваних ротацій en dehors у високому темпі та без зміщення.</p> <p>Кожен компонент складається з ротації на релеве з прямою ногою на горизонталі + пліє.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Мінімальна ротація на 360° між кожним пліє. - Вільна нога постійно знаходиться під кутом 90°. - Для останньої ротації в серії - пліє є необов'язковим: остання ротація дійсна як з пліє, так і без нього. <p>Підрахунок кількості ротацій Фуєте починається відразу після пліє та відштовхування.</p> <ul style="list-style-type: none"> - Дозволяється використовувати 1-шу ротацію для підняття вільної ноги в горизонтальне положення: ця ротація є дійсною, немає пенальті за відхилення, якщо вільна нога досягає 90° вчасно для 1-го пліє. (Для відхилень до 20° ротація дійсна з пенальті у Виконанні) - Для наступних ротацій вільна нога повинна бути горизонтально під час усіх ротацій та на 90° у відкритому положенні. (Для відхилень до 20° ротація зарахована з пенальті у Виконанні)
	<p>Шпагат без допомоги рук, тулуб горизонтально або нижче горизонталі, «Сакура» Ротація на релеве/повній стопі або з їх поєднанням. Тулуб повинен залишатися горизонтальним або нижче протягом усієї базової ротації та під час можливих додаткових ротацій. Необхідний шпагат. Сакура: ступня вільної ноги повинна бути в замкненому кільці, торкатися потрібно. База ротації 360°.</p>
	<p>Ротація в шпагат з допомогою кисті, з нахилом тулуба вперед або назад Додаткові ротації - не оцінюються. База ротації 360°.</p>
	<p>Ротації на животі, ноги зімкнуті в кільце Відштовхування руками, щоб почати обертання. Голова повинна бути близько до якоїсь частини ніг. База ротації 360°.</p>
	<p>Ротація «Ашрам» Ротація «Канасва» Виштовх руками, щоб почати ротацію. Ротації виконуються на животі/грудях. Ашрам: високо підняті ноги в положенні підбивний з допомогою. Канасва: ноги високо підняті в шпагат, руки в сторони або вгору. База ротації 180°.</p>

13. ТАБЛИЦЯ СКЛАДНОСТЕЙ РОТАЦІЙ (♯)

Типи / види ротацій	Ротації на 1 нозі, на півпальці						
	Вартість						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
1. Пасе вперед чи в сторону (горизонтальна позиція)	3.101 						
2. Спіральний поворот ("Топпеау") на 1 нозі			3.203 				
3. Вільна нога горизонтально вперед чи зігнута на 30°	3.301 		3.303 				
4. Передній шпагат з/без допомоги рук			3.403 		3.405 		
5. Elkatib: Передній шпагат, корпус тіла горизонтально назад (180°)					3.505 		
6. Вільна нога горизонтально в сторону, також з корпусом горизонтально в сторону			3.603 	3.604 			

Види ротацій	Вартість						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
7. Шпагат в сторону з/без допомоги рук			3.703 		3.705 		
8. Шпагат в сторону з/без допомоги рук, корпус горизонтально в сторону (180°), також Раффаелі з зігнутою ногою (180°)				3.804 	3.805 		
9. Арабеск: нога горизонтально назад «Амбруцинка» нога горизонтально назад корпус горизонтально вперед Арабеск з прогином			3.903 	3.904 	3.905 		
10. Задній шпагат з/без допомоги рук			3.1003 		3.1005 		
11. Задній шпагат з допомогою: корпус горизонтально Задній шпагат без допомоги: корпус вперед чи нижче горизонталі чи з кільцем (Сакура) Виконується на релеве, повній стопі чи комбіновано + 0,1 за кожну додаткову ротацію				3.1104 	3.1105 		

Типи ротацій	Вартість						
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70
12. Атитюд, кільце з/без допомоги з нахилом назад			3.1203 		3.1205 		
13. Кільце з допомогою чи з ногою на плечі			3.1303 				
14. Передній шпагат, корпус прогин назад, з позиції стоячи/сидячи (180°) З прямою ногою («Кабасва») чи зігнутою 30° («Крамаренко»)					3.1405 		

Види ротацій	Вартість							
	0.10	0.20	0.30	0.40	0.50	0.60	0.70	
15. «Козак» вільна нога вперед чи в сторону (горизонтальна позиція)	3.1501 							
16. Фуєте: з пасе чи прямою ногою горизонтально вперед чи в сторону	3.1601 	3.1602 						
17. Вертолiт/Циркуль назад: нахил тулуба назад горизонтально або нижче				3.1704 				
Ротації на інших частинах тіла								
18. Раленкова: Ротація на спині	3.1801 							
19. Ротація на животі; ноги наближенні до позиції «кільце»		3.1902 						
20. Ротація на животі/грудях, ноги в підривної позиції з допомогою рук (Ашрам) чи в позиції шпагат без допомоги (Канаєва)			3.2003 					
21. Ротація в шпагаті корпус нахилений вперед (Без оцінювання за додаткову ротацію)	3.2101 							
22. Ротація в шпагат з допомогою рук, з прогином назад (Без оцінювання за додаткову ротацію)		3.2202 						

1. ОЦІНЮВАННЯ БРИГАДОЮ СУДДІВ АРТИСТИЗМУ

- 1.1. Судді бригади артистизму (А) оцінюють композицію та артистичне виконання згідно стандартів естетичної досконалості.
- 1.2. Судді бригади А не оцінюють рівень Складності вправи. Судді бригади Артистизму зобов'язані застосовувати пенальті однаково за будь-яких помилок однакової величини, (рівня важливості) незалежно від Складності елемента чи їх комбінації.
- 1.3. Судді бригади А повинні слідкувати за сучасними тенденціями в Художній гімнастиці, знати, які вимоги до композиції є актуальними, та розуміти, як стандарти змінюються з розвитком спорту. У цьому контексті вони повинні також знати, що є можливим, що є розумним очікувати, і що є винятковим чи особливим.
- 1.4. **Фінальна оцінка А:** Остаточна, загальна сума пенальті в Артистизмі віднімається від максимальної оцінки **10.00 балів**.

2. АРТИСТИЧНА СТРУКТУРА ТА ВИКОНАННЯ: ЦІЛІ КОМПОЗИЦІЇ

- 2.1. Художню гімнастику визначає **унікальна композиція**, творчо побудована шляхом поєднання та сплетення технічних і артистичних рухів навколо конкретного вибору музики. Специфіка обраної музики визначає вибір всіх рухів. Всі складові компоненти композиції повинні бути створені в гармонійному взаємозв'язку один з одним.
- 2.2. **Музика** надихає **хореографію** встановлюючи структуру композиції і темп/крок. Музика сприяє створенню основної ідеї (сюжету або теми композиції) і дає основу емоціям. Музика не повинна бути фоном для елементів тіла та предмету.
- 2.3. При **виборі музичного супроводу** потрібно враховувати наступне:
 - Характер музики повинен бути обраний з урахуванням віку, технічного рівня підготовленості і артистичних якостей гімнастки, а також відповідати етичним нормам.
 - До музичного супроводу, що не відповідає **етичним нормам** буде застосовано пенальті **0.30б.** за "музику, що не відповідає правилам". Пенальті застосовуються за використання відвертих, вульгарних слів, а також за неетичні теми без використання таких слів. До неетичних тем відносять супровід з нецензурною лайкою, лихослів'ям, темою насильства, дискримінації, тощо.
 - Судді, що оцінюють артистизм повинні вдосконалювати та розширювати свої знання різних мов, урізноманітнювати свої мовні вміння. Будь-який суддя, що впізнає неетичні тексти повинен негайно повідомити Головного суддю, який визначить можливе покарання від бригади артистизму.
 - Музика повинна дозволяти кожній гімнастці виступати на найвищому рівні.
 - Музика повинна сприяти найкращому можливому виконанню.
- 2.4. Звуки з **нетиповим музичним характером** для Художньої Гімнастики (наприклад, сирени, звуки автомобільного двигуна, тощо) заборонені і буде застосовуватись нарахування пенальті 0.30 б. за «музичний супровід, що не відповідає правилам». **Слова**, що вимовляються без мелодійного фону (звуків музичних інструментів) і ті звуки, що не можна чітко ідентифікувати як будь-який жанр пісні «а капела» (наприклад, реп є жанром пісні), будуть визначені як «нетиповий музичний характер» і буде застосовано нарахування пенальті.

2.5. Перед початковим рухом гімнастики допускається **музичний вступ** тривалістю **не більше 4 секунд**. До музичного вступу тривалістю **від 4 секунд і більше** буде застосовано нарахування пенальті **0.30 б.** за «музичний вступ».

2.6. Досконалість в артистизмі досягається тоді, коли **структура композиції та артистичне виконання** чітко та повно розвивають наступні компоненти, створюючи ключову ідею – «історію» вправи – від початку до кінця:

- Характер та єдиний стиль руху присутні протягом всієї вправи: у комбінаціях Танцювальних кроків, у рухах, що поєднують елементи Складності, а також у самих елементах Складності.
- Виразність рухів тіла та вираз обличчя є помітними та очевидними.
- Динамічні зміни: Контрасти в темпі та інтенсивності рухів, як з предметом, так і з тілом, які відображають контрасти в музиці.
- Ефект(и): Стратегічне розташування певних рухів тіла та/або предмету, для підкреслення важливих музичних моментів.
- З'єднання між рухами або елементами Складності, які навмисно та стратегічно, хореографічно розроблені для плавного, гармонійного переходу від одного руху до іншого.
- Ритм: Рухи тіла і предмету точно співвідносяться з музичними акцентами і музичними фразами.; як тіло, так і предмет повинні керуватися структурою музики та ритмом/темпом музики. Рухи тіла та предмета точно відповідають музичним акцентам та музичним фразам; як тіло, так і предмет повинні слідувати структурі музики та темпу/ритму музики.
- Різноманітність і амплітуда використання простору: переміщення по килиму широке та всебічне, і постійно розвивається з використанням різних траєкторій, напрямків та модальностей.

2.7. Загальне оцінювання

- За кожен компонент артистизму, **пенальті не застосовується**, якщо компонент повністю розкритий і реалізований протягом усієї вправи від початку до кінця.
- До компонентів артистизму, які не розвинені, недостатньо розвинені або розвинені лише на деяких етапах вправи, **будуть застосовуватись пенальті**. Класифікація застосованих пенальті залежить від таких типів *фаз*:
 - *Частина вправи* визначається як короткий фрагмент вправи, наприклад, послідовність із 2-4 елементів Складності і зв'язків між ними, або комбінація танцювальних кроків.
 - *Більшість вправи* визначається як більше 50% тривалості вправи (представлена безперервно або в кількох окремих частинах).
 - *Цілісна вправа* визначається як одна, єдина частина, від початку до кінця.
- До порушень **взаємозв'язку між рухом і ритмом і нелогічних зв'язків** будуть щоразу застосовуватись пенальті.
- Щоб бути дійсним та зарахованим, кожен **необхідний компонент** (комбінації танцювальних кроків №5, динамічні зміни та ефекти з музикою №6) повинен бути виконаний без наступних композиційних або технічних помилок:
 - Втрата рівноваги з опорою на 1 або 2 руки чи на предмет
 - Повна втрата рівноваги з падінням гімнастки
 - Втрата предмету
 - Гімнастка без контакту з предметом протягом 5 або більше секунд
 - Статичність предмету
 - Компонент артистизму розпочато за межами килима

3. КЛЮЧОВА ІДЕЯ ТА ХАРАКТЕР

3.1. Визначення

- Ключова (головна) ідея, що надає виступу неповторну ідентичність, досягається через об'єднуючий, характерний і чітко визначений стиль руху, підкреслюючи унікальну інтерпретацію гімнасткою характеру музики.

- Ключова ідея може містити розвиток (історію), наприклад, де зміни в характері музики відображаються змінами в характері рухів, або вона може бути постійна (фіксована тема), наприклад, з однаково визначеним характером від початку до кінця.
- Стиль або характер руху проявляється за допомогою різноманітних способів, повністю висвітлених і реалізованих у всій вправі, від початку до кінця:
 - З різноманітністю **залучених частин тіла** (голова, шия, плечі, руки, кисті, тулуб, стегна, ноги, ступні)
 - З різноманітністю **типів рухів і елементів**, що передають характер, наприклад:
 - Використання предмету, а також тіла
 - Комбінації танцювальних кроків
 - Підготовчі рухи перед елементами Складності
 - Перехідні рухи між елементами Складності
 - Під час DB та/або виходу з DB
 - Хвилі тілом
 - Стилізовані, з'єднувальні кроки, що поєднують DB, R, DA
 - Під кидками/під час польоту предмета
 - Під час ловлі предмету
 - Під час елементів з ротацією
 - Зміни рівнів
 - З'єднувальні елементи предмета, що підкреслюють ритм і характер
 - Під час DA

3.2. Оцінювання

- Характер музики та рухів оцінюється протягом усієї вправи, у всіх рухах від початку до кінця.
- **Пенальті не застосовується** за таке виконання вправи, де **ключова ідея та характер повністю розкриті та реалізовані** у всій вправі, від початку до кінця:
 - Виразна головна ідея об'єднує всі частини вправи, роблячи виступ унікальним та відмінним від інших виступів.
 - «Повністю розкритий і реалізований» не означає, що кожен окремий рух має характерні деталі, це означає, що немає жодної частини, де характер здається відсутнім.
 - Велика різноманітність у використанні різних частин тіла.
 - Велика різноманітність типів рухів і елементів, що висвітлюють характер.
- **Пенальті 0.30 б.** нараховується за виконання виступу, де головна ідея та характер переважають у **більшості вправи**:
 - Присутня головна ідея.
 - Більшість вправи висвітлює характер.
 - Велика різноманітність у використанні різних частин тіла.
 - Велика різноманітність типів рухів і елементів, що показують характер.
- **Пенальті 0.60 б.** нараховується за виконання, де головна ідея та характер присутні в **частинах вправи**:
 - Присутня чітка єдність між різними рухами і музикою – окрема частина вправи.
 - Мінімум 4 частини представлені з характером.
 - Може бракувати різноманітності у використанні різних частин тіла та предмету
 - Може бракувати різноманітності у типах рухів і елементів, що показують характер.
- **Пенальті 1.00 б.** нараховується за виконання виступу, де головна ідея та характер **не розпізнається**:
 - Менше ніж 4 частини вправи представлені з характером, і/або немає чіткої єдності між різними деталями характеру.

Пояснення / Приклади

- *Якість, складність, унікальність і тривалість кожної деталі образу впливає на загальну оцінку. Тому, у Кодексі правил (CoP) не визначено конкретну кількість деталей для різної величини пенальті (без пенальті чи 0,30 б. чи 0,60 б. чи 1,00 б.):*
- *Наприклад, виконання з 5 частин надзвичайно унікальних характерних деталей образу, що включають усі частини тіла та предмет, може отримати менший пенальті, ніж виконання із 20 ізолюваних деталей, в яких задіяні головним чином долоні/руки.*

4. ЕКСПРЕСІЯ

4.1. Визначення

- Гімнастка перетворює структуровану вправу на акторську виставу за допомогою експресії тіла та міміки.
- **Експресія тіла** - це поєднання сили та потужності з красою, пластикою та елегантністю в рухах. Мова тіла використовується для вираження фізичної та емоційної сили, впевненості та повного контролю над виступом.
 - Експресія тіла досягається завдяки активній участі різних частин тіла, тобто: голови, шиї, плечей, рук, тулуба, грудної клітки, стегон, ніг, стоп.
 - Експресія тіла проявляється та помітна як у якості природних рухів гімнастки, так і в якості та інтенсивності презентації хореографічних деталей образу.
 - Експресія тіла покращується та підсилюється за допомогою модуляції темпу/інтенсивності рухів (наприклад, швидкі-повільні-швидкі рухи руками, скорочення-розслаблення, тимчасова зупинка-згортання, рух-дихання тощо).
 - Незалежно від фізичних параметрів чи зросту гімнастки, рухи частин тіла виконуються з максимальною амплітудою і розмахом.
- **Експресія обличчя** - це передача почуттів до аудиторії:
 - Основою почуттів є емоційна реакція гімнастки на музику та обрану провідну ідею.
 - Почуття передаються без перебільшень, гримас, міміки чи імітації співу.
 - Очі використовуються для вираження емоцій і розкриття сюжету/теми, а також для залучення уваги глядачів.
 - Інтенсивність міміки обличчя змінюється в різних частинах виступу: від частин, де експресивність є пріоритетною, до технічних частин, де обличчя природно менш виразне, без повного браку виразності та без надмірної зосередженості.
- Гімнастка має виразний, енергійний зв'язок з музикою, що залучає глядачів до виступу.
- Можливе використання предмета для покращення виразності тіла та експресії обличчя.

4.2. Оцінювання експресії тіла

- **Пенальті не нараховується**, якщо експресія тіла повністю розвинена **під час більшої частини вправи**:
 - Більшість вправи виконана з повною участю всіх частин
 - У вправі немає частин, де залучення частин тіла виглядає жорстким або відсутнім, наприклад, із напруженими руками або тулубом. (Обмежена здатність виражати цілісну інтерпретацію музики.)
- **Пенальті 0.30 б.** нараховується, коли експресія тіла повністю розвинена **у певних, окремих частинах вправи**:
 - Представлено **мінімум 2 частини** з повною участю сегментів тіла.
 - **Менше ніж 4 окремих моменти**, коли залучення частин тіла виглядає жорстким або відсутнім, наприклад, з напруженими руками або тулубом (Обмежена здатність передати повну, цілісну інтерпретацію музики).

- **Пенальті 0.60 б.** нараховується, коли експресія тіла **не розвинена повністю або розвинена лише на мить**:
 - Повна участь частин тіла демонструється менш ніж у 2 частинах вправи та/або:
 - **4 або більше окремі моменти** коли задіяння частин тіла виглядає напруженим або відсутнім, наприклад, з жорсткими руками або тулубом (Обмежена здатність гімнастки виражати цілісну інтерпретацію музики через рухи тіла).

4.3. Оцінювання експресії обличчя

- **Пенальті не нараховується**, якщо виразність та експресія обличчя **присутня** протягом **усієї вправи** та **повністю розвинена у частинах вправи**:
 - **Мінімум 2 частини** представлені з яскравим і повним виразом обличчя.
 - Обличчя також задіяно в решті вправи – допускається менша інтенсивність експресії обличчя
 - **Менш ніж в 4 окремих моментах** обличчя виглядає безвиразним або надмірно зосередженим.
- **Пенальті 0.30 б.** нараховується, коли експресія обличчя не розвинена повністю або **лише на мить**:
 - Експресія обличчя представлена з яскравим і повним вираженням менш ніж у 2 частинах вправи та/або:
 - Менш ніж в 4 окремих моментах обличчя виглядає безвиразним або надмірно зосередженим.

Пояснення / Приклади		
<i>Експресія тіла:</i>		
<p>4.4. Пенальті в 0,30 б. не застосовується за «експресію тіла, представлену деякими частинами тіла»: Судді повинні оцінити, яка частина вправи виконується з повністю розвиненим вираженням тіла.</p> <p>4.5. Якщо у вправі відсутні частини з повністю розвиненою виразністю та експресією, буде застосовано нарахування пенальті у 0,60 бала, навіть якщо експресія виглядає частково розвиненою (ізолювані частини, що намагаються передати вираз) у кількох моментах або протягом всієї вправи.</p>		
<i>Експресія обличчя:</i>		
<p>4.6. На відміну від експресії тілом, не можна очікувати, що експресія обличчя буде повністю розвинена у будь-який час, і Правила не вимагають «максимального» вираження обличчям. Спеціального покарання за перебільшення міміки обличчя, гримас, імітацію співу тощо не передбачено. Однак ці прийоми не оцінюються як частина «міміки обличчя», і, відповідно, надмірне використання таких прийомів може зменшити рівень оцінювання виразу обличчя.</p>		
Огляд системи застосування пенальті за експресію		
Пояснення	Тіло	Обличчя
Повністю розвинена у більшості вправи Жодна частина вправи не виглядає зажатою та жорсткою/безвиразною/надмірно зосередженою	Без пенальті	Без пенальті
Повністю розвинена мінімум у 2 частинах вправи Менше 4 моментів гімнастка здається зажатою та жорсткою/безвиразною/надмірно зосередженою	0.30 б.	Без пенальті
Повністю розвинена менш ніж у 2 частинах вправи 4 або більше моментів вправи гімнастка здається зажатою та жорсткою/безвиразною/надмірно зосередженою	0.60 б.	0.30 б.

5. КОМБІНАЦІЇ ТАНЦЮВАЛЬНИХ КРОКІВ

5.1. Визначення

- Комбінація танцювальних кроків — це певна, специфічна послідовність рухів тіла та предмету, спрямована на вираження стилістичної інтерпретації музики. Тому **комбінація танцювальних**

кроків повинна мати чітко визначений характер руху. Хореографія танцювальних кроків повинна бути поставлена та адаптована **до характеру, ритму, темпу та акцентів музики.**

- Стилізовані рухи частин тіла, темп і інтенсивність рухів, а також вибір способів переміщення повинні бути ретельно підібрані для конкретної музики, під яку вони виконуються.
- Побудова рухів повинна бути спрямована на залучення всіх частин тіла, **відповідно до специфіки** конкретної музики, включаючи голову, ший, плечі, руки, кисті, тулуб, стегна, ноги, стопи.

5.2. Вимоги

- Мінімальна **тривалість 8 секунд** з предметом під час руху: Починаючи з початкового танцювального руху, усі кроки мають бути чіткими та видимими протягом повних 8 секунд.
- Рухи повинні бути в **гармонії з ритмом** протягом 8 секунд.
- **Чітко визначений характер** протягом 8 секунд:
 - 5.2..1. Визначений характер руху вимагає кроків, які відображають стиль або тему руху, наприклад:
 - Будь-які класичні танцювальні кроки
 - Будь-які балетні танцювальні кроки
 - Будь-які народні, фольклорні танцювальні кроки
 - Будь-які сучасні танцювальні кроки
 - тощо.
 - 5.2..2. Загальні рухи/модальності (наприклад, **ходьба, кроки, простий біг**) по підлозі не мають певного визначеного характеру рухів і **не можуть використовуватися.**
 - 5.2..3. Комбінація танцювальних кроків повинна включати різноманітні рухи, що спеціально використовуються для хореографічних цілей і створення характеру. Складності **DB D**, такі як стрибок «Кабріоль», Рівновага «Пассе» тощо, які мають основу в традиційному танці та оцінюються не більше ніж на 0,10 можуть бути включені.

Пояснення / Приклади

Якщо характер не показано або порушується, наприклад, на 1-2 секунди під час виконання елемента з предметом з кроками без характеру, комбінація танцювальних кроків не зараховується.

- **Різнманітність і переміщення:** Модальності пересування, стиль, в якому гімнастка рухається по килиму мають бути різноманітні і неоднакові, гармоніювати з конкретним стилем музики.
 - Необхідно виконати щонайменше 2 різні типи кроків (не повторювати один і той самий крок протягом всієї комбінації S).
 - Частина S повинна виконуватися у вертикальному положенні стоячи (не можна виконувати всю комбінацію S лежачи, на колінах, сидячи тощо).
- **Не дозволяється виконання** пре-акробатичних елементів, високих кидків, DA і DB, цінністю 0,20 б. або більше.

5.3. Оцінювання

- До композицій, що містять менш ніж **2 дійсні Комбінації танцювальних кроків** будуть застосовані пенальті в **0,30 б.** за кожен відсутню комбінацію.

- Комбінація танцювальних кроків **буде недійсною та незарахована, якщо буде порушено будь-яку частину п. 2.7.4** (тобто втрата рівноваги з підтримкою або падінням, втрата предмету, 5 або більше секунд без контакту з предметом, статичність предмету).
- Комбінація танцювальних кроків **має бути виконана з дотриманням усіх вимог п. 5.2**, щоб бути дійсною; відсутність будь-якої з вимог зробить таку комбінацію недійсною (тобто 8 секунд, у ритмі, з характером, з різноманітністю та переміщенням, без заборонених елементів).

Пояснення / Приклади	
Що станеться, якщо гімнастка танцює 8 секунд, дотримуючись усіх вимог п. 5.2, а через 8 секунд, продовжуючи танцювати, втратить предмет?	Гімнастка виконала вимоги, і Комбінація танцювальних кроків вважається дійсною. Однак бригада Виконання буде застосовувати пенальті за втрату предмета.
Що станеться, якщо гімнастка буде безперервно виконувати танцювальні кроки протягом 16 секунд?	Якщо є 2 комбінації по 8 секунд, кожна з яких відповідає всім вимогам п. 5.2, 2 Комбінації танцювальних кроків будуть дійсні. Якщо якась вимога відсутня в будь-якій частині, але всі вимоги виконано протягом 16 секунд, це буде вважатися однією - 1 Комбінацією танцювальних кроків.

6. ДИНАМІЧНІ ЗМІНИ: СТВОРЕННЯ КОНТРАСТІВ – ТА ЕФЕКТІВ З МУЗИКОЮ

6.1. Динамічні зміни: визначення

- Композиція, побудована навколо певного музичного твору, використовує **зміни темпу та інтенсивності**, щоб створити головну ідею та контрасти, які сприймаються глядачами.

6.1..1. *Темп*, також відомий як *ритм* – частота ударів або пульс музики.

- **Темп та інтенсивність** рухів гімнастки, а також рух предмета повинні відображати зміни в темпі та інтенсивності музики, щоб створювати динамічні зміни.
- Відсутність контрасту в темпі та інтенсивності може створити монотонність і втрату інтересу аудиторії.
- Динамічні зміни можуть по-різному створювати контрасти, гармонійно поєднуючись із структурою музики:

6.1..1. Контрасти в темпі або інтенсивності рухів, які з'являються **миттєво**, від однієї частини вправи до наступної частини.

6.1..2. **Поступове збільшення або зниження темпу** чи інтенсивності рухів у частині вправи.

6.1..3. Створення контрасту за допомогою рухів, які навмисно демонструють темп/інтенсивність, що є **протилежними** загальному темпу/інтенсивності. Наприклад, виконання декількох музичних тактів/фраз надзвичайно повільно або надзвичайно швидко, що є протилежним загальному темпу/інтенсивності.

- Існує багато інших методів зміни темпу та інтенсивності, наприклад, короткі зупинки/паузи/пози або окремі рухи з постійною зміною темпу/інтенсивності під час руху **Лише 3 методи**, визначені в п. 6.1.4, визнаються обов'язковими компонентами для оцінювання артистизму. **Інші методи** зміни та модифікації темпу та інтенсивності можуть сприяти розкриттю головної ідеї, експресії та/або створенню ефектів.
- Навіть якщо сама музика не має чітких динамічних змін, гімнастка може викликати динамічні зміни через рухи. Такі зміни мають бути виконані дуже чітко, щоб їх можна було розпізнати як контраст у темпі або інтенсивності.

6.2. Ефекти з музикою: визначення

- Розміщення певних, **специфічних рухів тіла та/або предмету**, хореографія яких спрямована на виділення **важливих музичних моментів**, створюючи унікальне поєднання, яке привертає увагу аудиторії, визнається «**Ефектом з музикою**». Ефект сприяє оригінальному зв'язку між конкретною музикою та конкретними рухами, розробленими гімнасткою (тобто унікальна композиція, яка відрізняється від усіх інших).
- **Музичним моментом** може бути сильний акцент, довгий тон, коротка послідовність акцентів тощо. Музичний момент має бути значущим – повинен чітко виділятися серед акцентів або тонів до і після – своєю інтенсивністю або своєю якістю/характером. Такі музичні моменти присутні у всіх типах музичних композицій, і немає необхідності додавати будь-які «звукові ефекти» поверх оригінальних музичних композицій.
- Як **прості, так і складні рухи** можуть створювати ефект, якщо вони виконуються з чітким наміром підкреслити важливий, значущий момент у музиці.

6.2..1. Приклади складних рухів:

- ДВ з кількома руховими акцентами
- ДВ з певною тривалістю, наприклад, обертання
- Унікальний, інноваційний або складний предметно-технічний елемент

6.2..2. Приклади простих рухів:

- Фіксація ДВ
- Прийняття пози (за винятком початкової та кінцевої пози вправи)
- Сильний удар ногою
- Простий технічний елемент предмету, узгоджений з рухом тіла

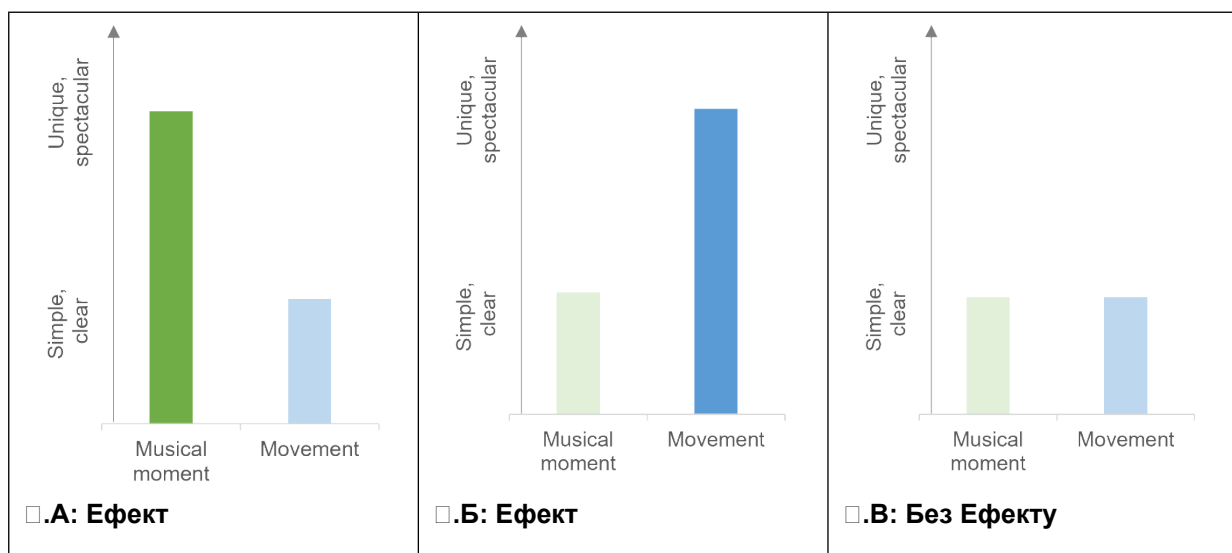
6.2..3. Приклади рухів, які є занадто малими або занадто загальними, щоб їх можна було розпізнати та визнати як Ефект:

- Шасе
- Базовий кидок рукою(ами)
- Поза, створена лише за допомогою рук/голови

Пояснення / Приклади

Природа комбінації танцювальних кроків полягає у визначенні пріоритету гармонії між способами пересування та музикою (ритмом і акцентами). Таким чином, самі модальності (способи) не будуть визнані Ефектом. Якщо Комбінація танцювальних кроків містить додаткове поєднання певних специфічних рухів, що підкреслюють певні акценти, на додаток до модальностей, це може бути визнано як Ефект.

- Ефект створюється завдяки **унікальному поєднанню** руху та музики. Разом, рух і музика повинні мати достатній вплив, щоб справити враження.
 - Якщо **музичний момент** дуже вражаючий – **виділяється** з-поміж усіх інших частин музики – поєднання може бути виконане «простим» або «стандартним» хореографічним рухом (Малюнок 6.2.4.А).
 - Якщо **елемент тіла та/або предмету** дуже яскравий – **несподіваний, інноваційний, вражаючий** – це поєднання може бути реалізовано завдяки ідеальній синхронізації з музичним моментом, який є сильним і чітким, але не унікальним за інтенсивністю, якістю чи характером (Малюнок 6.2. 4.Б).
 - Якщо музичний момент не є унікальним за інтенсивністю, якістю чи характером, а рух є простим або стандартним, їх об'єднання – хоча й правильно синхронізоване – зазвичай не має достатнього впливу, щоб створити Ефект (Малюнок 6.2.4.В).



6.3. Вимоги

- Мінімум 2 динамічні зміни (як визначено в п.6.1.4) або ефекти з музикою (як визначено в #6.2). Приклади: 2 динамічні зміни + 0 ефектів, 1 динамічна зміна + 1 ефект або 0 динамічних змін + 2 ефекти.
- До композицій з **менш ніж 2** динамічними змінами або ефектами з музикою будуть застосовані нараховування пенальті 0,30 б. за кожну відсутню зміну або ефект.

6.4. Динамічні зміни: Оцінювання

- Динамічні зміни можна знайти в будь-якій частині вправи, включно з Комбінаціями танцювальних кроків.
- Складність та повні хвилі всього тіла, які включають чітку зміну темпу або інтенсивності, наприклад, швидкий поворот Фуете, серія стрибків, що виконуються з широким переміщенням, дуже повільна хвиля тіла або дуже швидкі обертання R, визначаються як Динамічні зміни лише тоді, коли супроводжуються чіткою зміною музики та виконуються як чіткий контраст у темпі/інтенсивності порівняно з елементами до/після
- Якщо в музиці є чітка динамічна зміна, яку гімнастка не підкреслює рухами, це не штрафується автоматично як відсутність динамічної зміни: У вправі можуть бути 2 інші динамічні зміни/ефекти. Однак, за нездатність відобразити чітку зміну темпу/інтенсивності в музиці, нараховується пенальті за ритм (див. п.8.2.2).

6.5. Ефекти з музикою: Оцінювання

- Щоб зарахувати Ефект, його потрібно виконати ідеально в музику. Спроба створити ефект, що виконана трохи раніше або після потрібного моменту музики, не зараховується.

7. З'ЄДНАННЯ

7.1. Визначення

- З'єднання – це «ланка» між рухами або Складностями. Добре розроблені зв'язки та/або з'єднувальні кроки необхідні для створення гармонії та плавності у виступі.
- Усі рухи як тіла, так і предмету повинні мати логічний, навмисний зв'язок між собою, щоб рух/елемент переходив у наступний з чіткою причиною.

- Ці з'єднання між рухами також надають можливість підсилити характер композиції.
- Елементи повинні з'єднуватися плавно і логічно, без тривалих приготувань і зайвих зупинок. Приймаються зупинки, які є навмисними, що підтримують характер композиції або створюють заплановані паузи.
- Елементи, які з'єднані разом без чіткої мети та логіки, стають серією непов'язаних дій. Такі з'єднання перешкоджають повноцінному розвитку історії, а також унікальній ідентичності композиції. Приклади нелогічних з'єднань:
 - Раптові або нелогічні переходи від руху тіла чи предмету/Складності до іншого
 - Різка зміна, перехід між рівнем стоячи та рівнем на підлозі без чіткої мети та логіки
 - Різкий поворот обличчям в іншу сторону, без чіткої мети та логіки
 - Різка зміна напрямку руху, без чіткої мети та логіки
 - Різка зміна площини або напрямку руху предмету без плавного переходу
 - Тривалі переходи від одного руху до іншого, який є зтяжним, наприклад, потрібен час для підготовки до наступного елементу
- Нелогічні з'єднання можуть бути наслідком помилок у композиції, недостатньо розвиненої техніки або коригування під час виконання (наприклад, скорочення/пропуск елементів).

7.2. Оцінювання

- За композицію, що містить низку непов'язаних, нелогічних елементів, буде нараховано пенальті.
- **За Нелогічні з'єднання будуть застосовуватись пенальті від 0,10 б. кожного разу до 2.00б.**
- Немає пенальті за з'єднання, коли гімнастка зупиняється/ перериває виконання композиції через серйозні помилки, такі як втрата предмета, втрата рівноваги з опорою або падіння, біг через кидок із неточною траєкторією або зупинку, щоб розв'язати вузли\розплутатись.

8. РИТМ І ЗАКІНЧЕННЯ ПІД МУЗИКУ

8.1. Визначення

- 8.1.1.** Рухи тіла і предмета повинні точно відповідати музичним акцентам та музичним фразам.
- 8.1.2.** І тіло, і предмет повинні керуватися темпом музики.
- 8.1.3.** Кінець вправи повинен точно співвідноситись із закінченням музики.

8.2. Оцінювання

- 8.2.1.** Рухи, які виконуються окремо від акцентів чи зміни фраз, або не узгоджуються з темпом, встановленим музикою, штрафуються **нарахуванням пенальті 0,10 б. кожного разу до 2.00 б..**
- 8.2.2.** Приклади ситуацій, коли нараховується пенальті за «ритм»:
- Коли рух помітно підкреслюється перед або після акцентів
 - Коли чіткий акцент у музиці ігнорується – не підкреслюється рухом
 - Коли гімнастка створює великий акцент руху, тоді як музика не має відповідного акценту
 - Коли рухи ненавмисно починаються перед або після музичної фрази
 - Коли темп змінюється, а гімнастка не відображає зміну темпу
 - Коли інтенсивність змінюється, а гімнастка не відображає зміну інтенсивності та темпу

- Коли музика закінчується затуханням, а гімнастка продовжує рухатися швидко, створюючи великі акценти руху на затуханні.

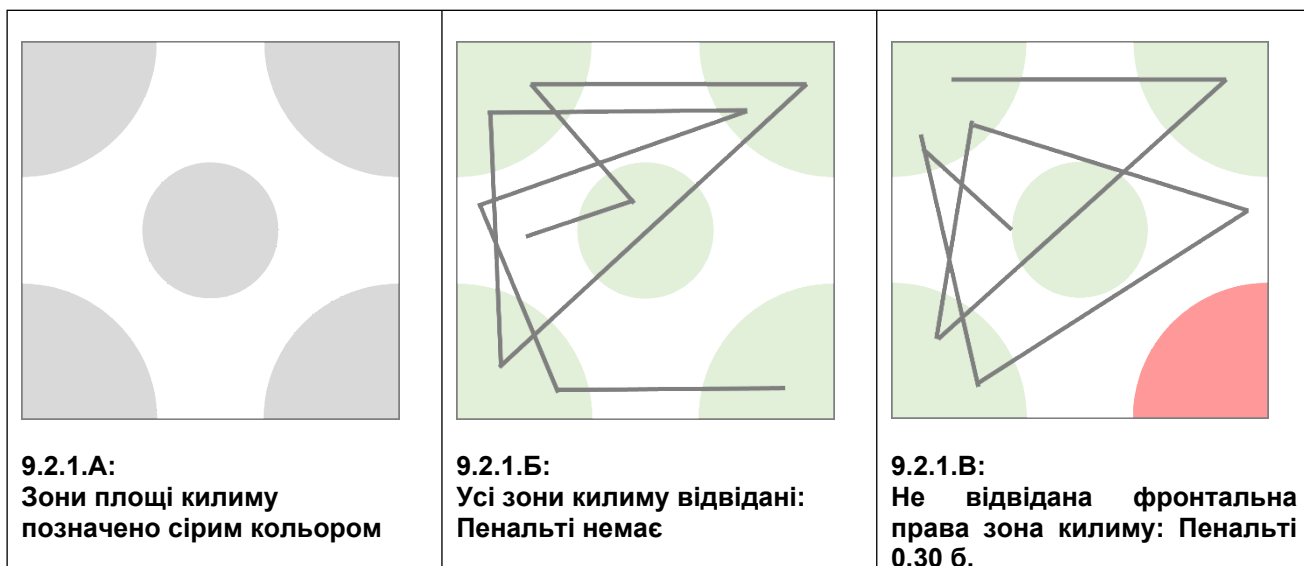
8.2.3. Коли гімнастка приймає фінальну позу **до закінчення музики** або після того, **як музика закінчилася**, або не робить чіткої зупинки перед тим, як залишити килим, за відсутність гармонії між музикою та рухом у кінці вправи застосовується нарахування пенальті.

9. ВИКОРИСТАННЯ ПРОСТОРУ

9.1. Кожна композиція повинна демонструвати різноманітність у використанні простору, охоплюючи всі частини площі килиму, використовуючи різні лінії на площі майданчика, різні траєкторії та різні напрямки.

9.2. Переміщення має бути широким і всебічним по всій площі килима, щоб **уся площа килиму** була охоплена рухом гімнастки. Переміщення по площі килиму є достатнім, коли гімнастка відвідала всі зони площі килиму, як визначено в п. 9.2.1.А. Не обов'язково фізично заходити в кожен кут килима.

9.2.1. Пенальті 0.30 б. нараховується за недостатнє використання площі килиму (немає переміщення у всі зони килиму).



9.3. **Напрямки**, в яких рухається гімнастка, повинні бути різноманітними по всій площі килиму. Гімнастка переміщується від одного руху до іншого, змінюючи напрямок (вперед, назад, убік) з чітким наміром, використовуючи різні **траєкторії** (лінії, криві, кола тощо), а **способи пересування** змінюються залежно від відстані, куди треба пройти, темпу і стилю конкретної музики тощо. Ця різноманітність у переміщенні дозволяє уникнути монотонного руху і може сприяти розкриттю головної ідеї.

9.4. Переміщення по площі килиму та між різними рівнями має відбуватися безперервно, без **тривалого перебування в одному місці** килиму:

9.4.1. **Пенальті 0,30 б. нараховується кожного разу**, коли одна й та ж позиція та розташування на площі килиму зберігається протягом 3 або більше складностей поспіль.

Пояснення / Приклади

Для підрахунку кількості Складностей з однаковим розташуванням на площі килиму:

- Якщо DB і DA виконуються одночасно, це зараховується як 1 Складність.
- DA «високий кидок» і наступне DA «ловля з високого кидка» є 2 Складностями..
- Складність, яка починається в тому ж самому місці, але включає переміщення (наприклад, R, стрибки), не зараховується до кількості Складностей з однаковим розташуванням.

10. ПЕРЕРИВАННЯ ЄДНОСТІ ВПРАВИ

- 10.1.** Метою створення гармонійного поєднання всіх компонентів Артистизму є формування та створення єдиної ідеї. Безперервність рухів від початку до кінця сприяє гармонії та єдності.
- 10.2.** **Серйозна технічна помилка**, яка порушує безперервність композиції, змушуючи гімнастку зупинити/призупинити виконання композиції або припинити відтворення артистичного образу на **4 і більше секунд**, карається пенальті 0,60 бали один раз за вправу **як загальне пенальті** в кінці вправи. Приклади ситуацій, які можуть спричинити переривання єдності:
- Втрата предмету з великим переміщенням
 - Заміна втраченого, зламаного або непридатного предмету
 - Розв'язування вузлів на скакалці або стрічці
 - Усунення мимовільного заплутування в предметі
 - Гімнастка зупиняється, витрачаючи час на те, щоб з'ясувати, де відновити виконання
- 10.3.** Під час переривання тривалістю 4 або більше секунд жодні **інші компоненти Артистизму не оцінюються**: додаткових пенальті за Ритм, тощо, не нараховується. Крім того, судді з бригади Виконання фіксують лише початкову технічну помилку, вони не застосовують додаткові пенальті під час переривання (статичний предмет, стрічка на підлозі тощо) (див. Виконання, №2.2.3 та №2.4.1).
- 10.4.** Якщо технічна(і) помилка(и) порушує(ють) єдність **менше ніж на 4 секунди** (один або кілька разів під час виконання вправи), пенальті за «Переривання єдності» не накладається, і Ритм оцінюється під час таких переривань.

Пояснення / Приклади

Пенальті за переривання єдності вправи зараховується в кожному випадку, коли предмет втрачається на 4 або більше секунд, навіть якщо гімнастка продовжує танцювати: якщо предмет рухається неконтрольовано і/або лежить нерухомо протягом 4 або більше секунд, це є переривання єдності вправи з предметом.

Якщо гімнастці вдається замаскувати втрату предмету так, що це зовсім не виглядає як втрата, а натомість виглядає як виконання вправи з предметом (наприклад, м'яч котиться повільно, а гімнастка танцює поруч з ним), пенальті за переривання єдності не застосовується.

11. ІНДИВІДУАЛЬНІ ПОМИЛКИ АРТИСТИЗМУ

Цю таблицю слід читати, з урахуванням повних пояснень в параграфах тексту (№ 2-10).

У полях із декількома пунктами критеріїв усі критерії мають бути «виконані», щоб поле застосовувалося, якщо тільки в полі не вказано «або»

Пенальті	0.30 б.	0.60 б.	1.00 б.
КЛЮЧОВА ІДЕЯ і ХАРАКТЕР РУХУ	<ul style="list-style-type: none"> Присутній у більшості вправи: Наявність головної ідеї Більшість вправи має характер Гарна різноманітність в роботі частинами тіла Велика різноманітність типів рухів 	Присутні в частинах вправи: <ul style="list-style-type: none"> Чітка єдність між деталями та музикою Мінімум 4 частини мають характер 3 різноманітністю або без (не вимагається) 	Не в пріоритеті: <ul style="list-style-type: none"> Менше ніж 4 частини мають характер
ЕКСПРЕСІЯ ТІЛА	Повністю розвинена в частинах вправи: <ul style="list-style-type: none"> Активна участь усіх частин тіла мінімум у 2 частинах вправи Менше 4 моментів з обмеженою активністю та участю всіх частин тіла 	Розвинена частково, або недостатньо розвинена в вправі: <ul style="list-style-type: none"> Повна та активна участь усіх частин тіла менше ніж у 2 частинах вправи чи 4 чи більше моментів з обмеженою участю всіх частин тіла <i>Можлива часткова участь протягом будь-якої тривалості вправи.</i>	
ЕКСПРЕСІЯ ОБЛИЧЧЯ	Розвинена в деяких моментах або не розвинена в вправі: <ul style="list-style-type: none"> Повністю розвинена мінімум у 2 частинах вправи чи 4 чи більше моментів з порожнім, відсутнім або зосередженим обличчям. 		
КОМБІНАЦІЯ ТАНЦЮВАЛЬНИХ КРОКІВ (Необхідно: 2)	За кожну відсутню Комбінацію танцювальних кроків у ритмі та з характером		
ДИНАМІЧНІ ЗМІНИ і ЕФЕКТИ (Необхідно: всього 2)	За кожну відсутню Динамічну зміну/Ефект		

З'ЄДНАННЯ	Пенальті									
	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	Пенальті									
	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
Пенальті	0.30 б.			0.60 б.			1.00 б.			
ВИКОРИСТАННЯ КИЛИМУ	Недостатнє використання всієї площі килиму									
	Те ж саме розташування на килимі зберігається для 3 або більше Складностей поспіль (пенальті за кожен набір Складностей)									
ПЕРЕРИВАННЯ ЄДНОСТІ				Єдність композиції порушується на 4 і більше секунд через серйозне технічне переривання (пенальті 1 раз за вправу)						
МУЗИЧНИЙ ВСТУП	Музичний вступ тривалістю 4 або більше секунд									
МУЗИЧНІ НОРМИ	Музика не відповідає правилам									
Музика та рухи В КІНЦІ ВПРАВИ	Відсутність гармонії між музикою та рухом у кінці вправи									

1. ОЦІНКА ІНДИВІДУАЛЬНИХ ВПРАВ СУДДЯМИ БРИГАДИ ВИКОНАННЯ (E)

- 1.1. Суддівство бригади Виконання (E) вимагає естетичного та технічно досконалого виконання елементів.
- 1.2. Гімнастка має включати у свої вправи лише ті елементи, які вона може виконати абсолютно безпечно і з високим ступенем технічної майстерності. Усі відхилення від цих очікувань будуть призводити до пенальті суддями бригади Виконання (E).
- 1.3. Судді бригади Виконання (E) не мають відношення до рівня Складності вправи. Судді бригади виконання (E) повинні застосовувати рівні пенальті за однакові помилки, незалежно від Складності елемента або зв'язки.
- 1.4. Судді бригади Виконання (E) повинні орієнтуватися в трендах сучасної художньої гімнастики, завжди знати, якими мають бути актуальні очікування щодо виконання елемента, і розуміти, як змінюються стандарти у міру розвитку спорту. У цьому контексті вони повинні також знати, що є можливим, що є розумним очікуванням, що є винятком і що є особливим.
- 1.5. Усі відхилення від правильного виконання вважаються технічними помилками і повинні відповідним чином оцінюватися суддями. Розмір відрахування (малі, середні або великі помилки) визначається ступенем відхилення від правильного виконання. За кожне видиме технічне відхилення від очікуваного ідеального виконання застосовуватимуться такі відрахування:
 - **Мале відхилення 0.10:** Будь-яке незначне відхилення від ідеального виконання
 - **Середнє відхилення 0.30:** Будь-яке видиме або значне відхилення від ідеального виконання
 - **Велика відхилення 0.50 або більше:** Будь-яке серйозне відхилення від ідеального виконання
- 1.6. Помилки тіла вираховуються кожен раз і для кожного елемента окремо.
- 1.7. **Фінальна оцінка (E):** Фінальне пенальті за Виконання віднімається від **10.00**.

Пояснення / Приклади

Зелені комірки підрозділів в таблиці пенальті означають, що лише одне пенальті – найвище застосоване пенальті – з цієї лінії може бути вираховане за кожну технічну помилку.

2. ПОЯСНЕННЯ ЩОДО ПЕНАЛЬТІ СУДДІВ БРИГАДИ ВИКОНАННЯ (E)

2.1. Пояснення щодо пенальті суддів бригади Виконання (E) для елементів тіла

- 2.1.1 Для “Неправильного положення частини тіла під час руху”, застосовується 1 пенальті “**для кожної частини тіла**”, і це пенальті застосовується “**кожен раз**”. Це означає:

2.1.1.1. Однакові частини частини тіла:

- Обидва коліна зігнуті одночасно: 0.10 для “колін” 1 раз
- Обидві стопи не натягнуті одночасно: 0.10 для “стоп” 1 раз

2.1.1.2. Стрибки з підходом/підготовкою:

- 1 стрибок у шпагат з обома колінами і обома стопами в неправильному положенні: 0.10 для колін і 0.10 для стоп = 0.20
- “Шассе” з обома колінами і обома стопами в неправильному положенні + стрибок у шпагат з обома колінами і обома стопами в неправильному положенні : 0.10 для колін і 0.10 для стоп в «шассе» + 0.10 для колін і 0.10 для стоп у стрибку = 0.40
- “Шассе” з обома колінами і обома стопами в неправильному положенні + стрибок у шпагат з обома колінами і обома стопами в неправильному положенні + 2-й стрибок у шпагат з обома колінами і обома стопами в неправильному положенні : 0.10 для колін і 0.10 для стоп в «шассе» + 0.10 для колін і 0.10 для стоп в 1-му стрибку + 0.10 для колін і 0.10 для стоп у 2-му стрибку = 0.60

2.1.1.3. Елементи з Ротаціями:

- Серії **вертикальних ротацій**, н.п., 3 «шене», кожне із зігнутими колінами: 0.10 за коліна 1 раз = 0.10
- Серії **преакробатичних елементів**, наприклад, 3 перевороти, кожен із зігнутими колінами: 0.10 для колін для кожного преакробатичного елементу = 0.30
- R з переворотом + 3 шене + 2-й переворот, все із зігнутими колінами: 0.10 для 1-го перевороту, 0.10 для шене, 0.10 для 2-го перевороту = 0.30

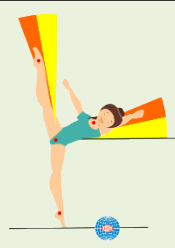
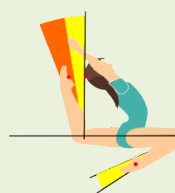
2.1.1.4. Різні типи переміщення по килиму:

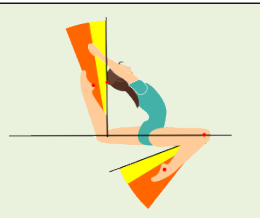
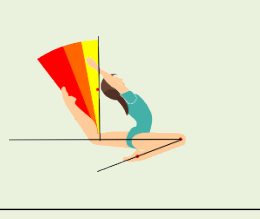
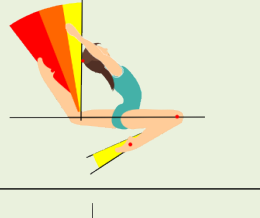
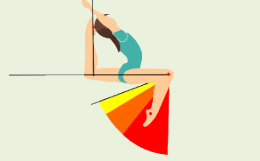
- 6 звичайних кроків, виконаних з із неправильним положенням стоп = 1 варіація = 0.10 1 раз
- 4 маршируючі кроки, виконані із неправильним положенням стоп = 1 варіація = 0.10 1 раз
- 1 комбінація танцювальних кроків із 3 різними модальностями, виконана із неправильним положенням стоп = пенальті за кожну модальність = 0.30

2.1.2. Симетрична позиція плечей і корпусу під час виконання Елементів Тіла є важливим аспектом техніки тіла, особливо для здоров'я гімнастки. Асиметричні позиції будуть вираховуватися суддями бригади виконання (E) як **“неправильне положення частини тіла”**.

2.1.3. Відхилення в Елементах Тіла:

- Кожне пенальті буде застосовуватись окремо за кожну помилку. Якщо Елемент Тіла має декілька відхилень у формі, у будь-якої гімнастки, пенальті застосовується за кожне відхилення від правильної форми.

Пояснення/Приклади		
Приклади	Пояснення	Пенальті
	<i>Середнє відхилення шпагата Середнє відхилення тулуба</i>	<i>0.30 + 0.30</i>
	<i>Середнє відхилення кільця Мале відхилення підбиву</i>	<i>0.30 + 0.10</i>

	Середнє відхилення кільця Середнє відхилення підбиву	0.30 + 0.30
	Велике відхилення кільця Без відхилення підбиву	0.50
	Велике відхилення кільця Мале відхилення підбиву	0.50 + 0.10
	Без відхилення кільця Велике відхилення підбиву	0.50

2.1.4. Відхилення і неправильне положення частин тіла в Рівновагах Фуєте:

- Рівновага Фуєте це **1 DB**: Лише найгірше виконана форма DB вираховується як відхилення. Однак, кожна форма може мати різні пенальті за відхилення, наприклад, шпагат + корпус.
- Кожен **сегмент тіла** може мати пенальті лише один раз під час **DB** (коліно опорної ноги максимально 1 раз, коліно піднятої ноги максимально 1 раз, і т.д.).

2.1.5. Стрибок з технікою «гойдалки»: Стрибки мають 3 фази. Відштовхування, фаза польоту і приземлення. Гімнастка повинна показати весь потенціал Стрибка (необхідна форма), під час найвищої фази польоту, а не 2 різні форми. Якщо ця вимога не виконується, застосовується пенальті за техніку “гойдалки”.

2.1.6. Якщо під час виконання Рівноваги виникають такі відхилення: Форма не утримується мінімум 1 секунду, втрата осі з додатковим кроком:

- Пенальті 0.30 + 0.30

2.1.7. У Складностях тіла “Ротаціях”, **ковзання підстрибування і втрата балансу** може зустрічатися разом:

- “Ковзання” відноситься до невеликого плавного зміщення під час обертання в результаті зміщення центру гімнастки до іншої частини (частин) опорної стопи.
- “Підстрибування” - це втрата балансу з переміщенням, з раптовим і значним зміщенням під час Ротації. “Втрата рівноваги зі стрибком” не обов’язково означає що гімнастка втрачає фізичний контакт з підлогою. “Підстрибування” є результатом того, що центр гімнастки більше не знаходиться над опорною стопою/передньою частиною стопи, що вимагає раптової корекції, щоб відновити контроль.
- У тій самій складності Ротації гімнастка отримує пенальті лише один раз за ковзання або один раз за втрату рівноваги, навіть якщо є різні технічні помилки в різні моменти складності:

ковзання на початку, втрата рівноваги зі стрибком ближче до середини та втрата осі з додатковим кроком у кінці = всього 0.30.

2.2. Пояснення пенальті суддів бригади Виконання (Е) для техніки кожного з видів предметів

- 2.2.1. Якщо на стрічці утворюється маленький вузол, який після кількох рухів стає середнім/великим вузлом, нараховується лише **1 пенальті за вузол** (більше пенальті для середнього/великого вузла).
- 2.2.2. **Стрічка лежить на підлозі** : пенальті вираховується тільки, коли матерія нерухомо лежить на підлозі. Якщо матерія стрічки перебуває у русі, тоді пенальті немає.
- 2.2.3. Пенальті за те, що **стрічка лежить на підлозі**, не вираховується, якщо гімнастка зупинила вправу через іншу помилку (вузол, замотування, втрата предмета тощо).

2.3. Пояснення пенальті суддів бригади Виконання (Е) для техніки всіх предметів

- 2.3.1. Пенальті за **"простий крок на місці під польотом предмета"** застосовується, коли траєкторія польоту здається належною, але гімнастка – навмисно чи ненавмисно – виконує невеликий простий крок(и) на місці, без чіткого зміщення в певний напрямок, щоб врятувати предмет, і без очевидного відношення до певного ритму та характеру музики.
- 2.3.2. Пенальті за **неточну траєкторію** застосовується, якщо є очевидна технічна помилка внаслідок неточного кидка. Наприклад, якщо гімнастка повинна бігти або змінити запланований напрямок, щоб врятувати предмет від втрати.
- 2.3.3. За прості кроки на місці/неточну траєкторію в одному рядку таблиці пенальті нараховується **лише найбільше застосовуване** пенальті. Приклад:
- Відразу після кидка гімнастка виконує 4 простих кроки на місці. Після цього гімнастка розуміє, що траєкторія неточна, і біжить 3 кроки назустріч предмету, який ловить у польоті. Загальне пенальті 0,30 за неточну траєкторію з 3 кроками для спасіння предмета.
- 2.3.4. Пенальті за **неточну траєкторію** нараховується лише тоді, коли предмет був **спійманий у польоті**: Якщо неточна траєкторія закінчується втратою предмета, застосовується пенальті лише за втрату предмета, відповідно до загальної кількості зроблених кроків: Кроки, поки предмет летить + кроки після падіння предмета на підлогу.
- 2.3.5. Для всіх типів **ловлі Стрічки**, предмет зазвичай потрібно ловити за **кінець палички**. Дозволяється навмисно ловити Стрічку за її матеріал у зоні приблизно 50 см від кріплення, за умови, що ця ловля виправдана наступним рухом або фінальною позою. Якщо Стрічка ненавмисно зловлена за тканину (помилково) або зловлена паличка, але не за кінець, застосовується пенальті за "неправильну ловлю".
- 2.3.6. Всі предмети необхідно ловити без мимовільної допомоги іншої руки. Винятком є, коли інша рука може бути використана за необхідністю:
- Скакалка: Для ловлі відкритої Скакалки
 - Обруч: Коли Обруч обертається навколо горизонтальної осі
 - М'яч: Коли ловля відбувається без зорового контролю
 - Булави: Для ловлі з'єднаних Булав
 - Стрічка: При навмисно задуманій ловлі за тканину

- 2.3.7.** Пенальті за **неправильну ловлю** застосовується, коли запланована ловля переривається додатковим рухом гімнастки, щоб врятувати предмет від падіння та/або продовжити наступний рух.
- 2.3.8.** Якщо під час ловлі предмет **торкається підлоги в той же час**, коли гімнастка торкається предмета, і гімнастка одразу ж отримує контроль над предметом, це не вважається втратою предмета. Залежно від типу ловлі, за неправильну ловлю може застосовуватися пенальті за Виконання. Приклади:
- Обруч спіймано рукою в той самий момент, коли нижня його частина торкається підлоги: Пенальті за неправильну ловлю.
 - Плоский Обруч прижимається до підлоги за допомогою ніг, у той самий момент, коли нижня частина Обруча торкається підлоги: Правильна ловля, Пенальті не застосовується.
 - Стрічка зажимається між колінами, коли кінець палички Стрічки торкається підлоги: Правильна ловля, Пенальті не застосовується.

2.4. Пояснення комбінацій пенальті

- 2.4.1.** Коли відбувається **порушення послідовності** виконання (див. Артистизм, #10), і т.д., тому що гімнастка стоїть нерухомо, щоб розв'язати вузол, пенальті не застосовується за "статичне положення".
- 2.4.2.** Коли гімнастка виконує кілька відхилень у Виконанні з предметом **під час одного і того ж ДВ**, кожна клітинка в таблиці пенальті застосовується 1 раз. Наприклад: ротація "Фуєте" з відхиленням малюнка (спіралі) + відхиленням малюнка (змійки) + з мимовільним замотуванням навколо тіла. Пенальті 0.10 за відхилення малюнка + пенальті 0.30 за замотування = 0.40
- 2.4.3.** Під час того як гімнастка **втрачає предмет** і переміщується щоб повернути предмет, і зрештою коли переміщується, щоб повернутися на килим (перед продовженням виступу), наступне стосується цієї гімнастки :
- Протягом цього часу, **додаткові пенальті не застосовуються** за відхилення сегментів тіла і роботу предмета.
 - Протягом цього часу, **пенальті застосовуються лише** за втрату рівноваги (з підтримкою або без неї чи падіння), а також за додаткові втрати предметів.




3. РУХИ ТІЛА

3.1. Таблиця пенальті за виконання рухів тіла

Пенальті	Мале 0.10	Середнє 0.30	Велике 0.50 чи більше
Загальні положення	Неповний рух або відсутність амплітуди у формі <u>преакробатичних елементів</u>		
	Коригування положення тіла (Приклади: під час підготовки перенесення положення рук на підлогу без втрати рівноваги тощо)		
		Статична гімнастика (4 чи більше секунд)	
Базова техніка <i>Під час будь-яких з'єднувальних рухів, обертальних елементів, усіх типів Труднощів тощо.</i>	Неправильне утримання сегменту тіла під час руху: 1 пенальті за кожен неправильний сегмент, застосовується кожного разу: включаючи неправильне положення стопи/релеве, положення коліна, положення стегна, зігнутий лікоть, неконтрольоване положення руки, підняті або асиметричні плечі, асиметричне положення тулуба, тощо		
	Втрата рівноваги: додатковий рух без переміщення (наприклад, підскок <u>без переміщення</u> , зміщення передньої частини стопи або тремтіння опорної стопи/ноги, ненавмисний компенсуючий рух тощо)	Втрата рівноваги/центру: додатковий рух <u>із переміщенням</u> (наприклад., додатковий крок, стрибок із переміщенням, втрата осі з додатковим кроком тощо)	Втрата рівноваги з опорою на 1 або 2 руки або на предмет Повна втрата рівноваги з падінням: 0.70
Стрибки	Неправильна форма з невеликим відхиленням	Неправильна форма з середнім відхиленням	Неправильна форма з великим відхиленням
	Стрибок з технікою «гойдалки»		
	Важке приземлення	Неправильне приземлення: Помітно вигнута спина під час заключної фази приземлення	
Рівноваги	Неправильна форма з невеликим відхиленням	Неправильна форма з середнім відхиленням	Неправильна форма з великим відхиленням
		Форма не утримується мінімум 1 секунду	
Ротації <i>Кожне пенальті застосовується 1 раз за Ротацію DB</i>	Неправильна форма з невеликим відхиленням	Неправильна форма з середнім відхиленням	Неправильна форма з великим відхиленням
	Ненавмисна опора на п'ятку під час ротації		
	Зісковзування		
Преакробатичні елементи і елементи з груп вертикальних ротацій	Важке приземлення	Недозволена техніка преакробатичних елементів	
		Ходіння в стійці на руках (2 або більше змін опори)	

4. ТЕХНІКА З КОЖНИМ ПРЕДМЕТОМ

4.1. Таблиця пенальті за техніку з кожним типом предмету

Пенальті	Мале 0.10	Середнє 0.30	Велике більше 0.50 чи
Обруч 			
Базова техніка	Неправильна робота предметом: зміна робочої площини, вібрація, нерівномірне обертання навколо вертикальної осі тощо.	Робота предметом з ненавмисним контактом з тілом (Приклад: притискання Обруча до тіла під час/після кидків, обертання навколо осі Обруча тощо)	
	Ловля після кидка: Контакт з передпліччям	Ловля після кидка: Контакт з рукою	
	Ненавмисний, неповний перекач по тілу		
	Неправильний перекач з підскоком		
	Зісковзування по руці під час обертання обруча		
		Проходження через Обруч: ноги заплуталися в Обручі	
М'яч 			
Базова техніка	Неправильна робота предметом: М'яч утримується на передпліччі («захват») або помітно стискається пальцями	Робота предметом з ненавмисним контактом з тілом (Приклад: притискання М'яча до тіла під час/після перекачів, після відбивів тощо)	
	Ненавмисний, неповний перекач по тілу		
	Неправильний перекач з підскоком		
	Ловля двома руками (Виняток: ловля за межами поля зору – можна використовувати 2 руки)		
Булави 			
Базова техніка	Неправильна робота предметом: Нерівномірні рухи, занадто розведені руки під час млинків, переривання руху під час малих кіл тощо.		
	Зміна синхронізації в обертанні 2 Булав під час кидків і ловлі		
	Відсутність точності у робочих площинах Булав під час асиметричних рухів		

Стрічка

Базова техніка	Неправильна робота предметом: Неточна передача або перехват, паличка стрічки мимоволі утримується за середину, неправильний перехід між малюнками, ляскання Стрічки		
	Зміна малюнка, утвореного стрічкою: Недостатньо щільні Змійки або Спіралі, не однакова висота, амплітуда тощо.		
	Мимовільний контакт з тілом	Мимовільні замотування Стрічки навколо тіла або його частини або навколо палички без переривання	Мимовільні замотування Стрічки навколо тіла або його частини або навколо палички з перериванням
	Невеликий вузол з мінімальним впливом на роботу предметом		Середній/великий вузол: Впливає на роботу предметом
	Кінець Стрічки мимовільно залишається на підлозі під час виконання малюнків, кидків, "ешаппе" тощо (до 1 метра)	Частина стрічки мимовільно залишається на підлозі під час виконання малюнків, кидків, "ешаппе" тощо (більше 1 метра)	









5. ТЕХНІКА З УСІМА ПРЕДМЕТАМИ

5.1. Таблиця пенальті за Виконання для техніки всіх предметів









Пенальті	Мале 0.10	Середнє 0.30	Велике 0.50 чи більше
Техніка		Статичний предмет (див. Складність, #3.5)	
Траєкторії і ловлі	Нечітка траєкторія і ловля в польоті з коригуванням положення або з 1-2 кроками для збереження предмету, Або: Просте крокування на місці під час польоту	Нечітка траєкторія і ловля в польоті з 3-4 кроками для збереження предмету	Нечітка траєкторія і ловля в польоті з 5 або більше кроками для збереження предмету
	Неправильна ловля: Приклад: ловля з мимовільною допомогою іншої руки, щоб врятувати предмет, мимовільна ловля за тканину Стрічки тощо (Див. також М'яч, виняток для 2 рук)	Неправильна ловля з мимовільним контактом з тілом	
Втрата предмета <i>За втрату 2 Булав водночас: Суддя застосовує пенальті 1 раз відповідно до загальної кількості кроків, зроблених для підняття найдовшої булави.</i>			Втрата та повернення предмета на місці
			Втрата та повернення предмета після 1-2 кроків: 0.70
			Втрата та повернення предмета після 3 або більше кроків: 1.00
			Втрата предмета за межами килима (незалежно від відстані): 1.00
			Втрата предмета який не виходить за межі килима та використання запасного предмета: 1.00
			Втрата предмета в кінці вправи (без його повернення): 1.00

1. ПРОГРАМА ПРЕДМЕТІВ

СЕНЬОРКИ: 4 вправи

2025-2028				
2029-2032				

ЮНІОРКИ: 4 вправи

2025-2028				
2029-2032				

2. ТЕХНІЧНА ПРОГРАМА ДЛЯ ЮНІОРОК – ІНДИВІДУАЛЬНІ ВПРАВИ

- 2.1. **Загальні положення:** усі норми загальних положень для індивідуальних сеньйорок дійсні для індивідуальних юніорок.
- 2.2. Програма для індивідуальних гімнасток: Програма для індивідуальних юніорок складається з 4 вправ: (див. *Програма Предметів ФІЖ* для сеньйорок та юніорок у додатку *Е.*):

- Обруч 
- М'яч 
- Булави 
- Стрічка 

2.2.1. В індивідуальних вправах на міських міжнародних та національних змаганнях можна використовувати Скакалку.

- 2.3. Тривалість кожної вправи становить від 1'15" до 1'30".
- 2.4. Норми та характеристики кожного предмету для юніорок визначені у Нормах Предметів ФІЖ.

2.4.1. Юніорки допускаються до змагань з предметами розміру, визначеного для сеньйорок.

2.5. Кожний предмет, який використовує гімнастка, повинен мати логотип виробника та "логотип схвалення ФІЖ" у визначених місцях для кожного предмету (Скакалка, Обруч, М'яч, Булави, Стрічка). Жодна гімнастка не може змагатись з несанкціонованим предметом. Якщо гімнастка змагатиметься з несанкціонованим предметом, вправа не буде оцінюватися (0.00).

2.6. За запитом Президента Вищого Журі будь-який предмет можна перевірити перед входом гімнастки до змагальної зали або наприкінці вправи і/або може бути проведено випадковий контроль предмету .




3. ОГЛЯД СКЛАДНОСТІ ДЛЯ ІНДИВІДУАЛЬНИХ ЮНІОРОК

3.1. Гімнастка повинна включати у вправу тільки ті елементи, які можуть бути виконані безпечно та з високим ступенем естетичної та технічної майстерності.

3.2. Існує 2 компонента Складності:

- Складність тіла (**DB**), включаючи **R**
- Складність предмету (**DA**)

3.3. Вимоги до складності:

Компоненти складності	
Складність тіла (DB) 6 найвищої цінності зараховуються	Складність предмету (DA) Макимум 12 (у хронологічній послідовності)
Динамічні елементи з ротацією (R) Макимум 3 (у хронологічній послідовності)	
Спеціальні вимоги	
Групи складності тіла: Стрибки  Мінімум 1 Рівноваги  Мінімум 1 Ротації  Мінімум 1	

3.4. Судді Складності визначають Складності та записують їх у порядку виконання незалежно від того, дійсні вони чи ні:

- Перша підгрупа суддів D (**DB**): Оцінює кількість і вартість Складностей тіла (**DB**) та кількість і вартість Динамічних елементів з ротацією (**R**). Судді записують усі елементи символами.
- Друга підгрупа суддів D (**DA**): Оцінює кількість та цінність Складностей предмету (**DA**). Судді записують усі елементи символами.

3.5. Порядок виконання Складностей не обмежений; однак розташування Складностей має відповідати компонентам Артистизму (див. Розділ Артистизм).

4. СКЛАДНІСТЬ ТІЛА (DB)

4.1. **Вимоги:** У вправі будуть зараховані 6 елементів найвищої складності.

4.2. Усі загальні норми для елементів DB також дійсні для Індивідуальних вправ Юніорок (без обмеження вартості кожної DB), за винятком наступного:







4.2.1. Можна виконати тільки 1 турлян, на всій стопі або на релеве. Другий турлян не оцінюватиметься.






5. ТЕХНІЧНІ ЕЛЕМЕНТИ ПРЕДМЕТУ

5.1. Усі загальні норми технічних елементів для індивідуальних сеньйорок також є дійсними для індивідуальних юніорок, за винятком наступного:

5.1.1. Стрічка: мінімум 3 спіралі, мінімум 3 спіралі шпаги, мінімум 3 змійки.


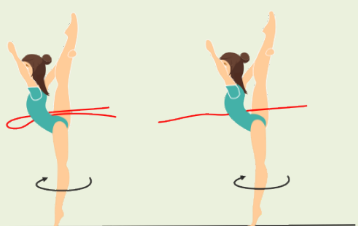
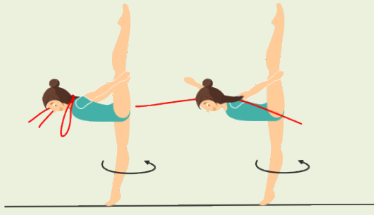


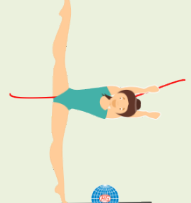
5.2. Зведена таблиця технічних груп предмету, специфічних для Скакалки 

Технічні групи предмету	
 Відпускання та ловля одного кінця Скакалки, з обертанням чи без них (прикл. Ешаппе) Обертання вільного кінця Скакалки, Скакалка утримується за один кінець (прикл. спіралі)	 <ul style="list-style-type: none"> Обертання (мін. 1) всієї Скакалки, складеної вдвічі: <ul style="list-style-type: none"> - 2 вузли в 1 руці - 1 вузол у кожній руці - 2 вузли в 1 руці і середина Скакалки в іншій Обертання (мін. 3) всієї Скакалки, складеної в 3 або в 4 Вільне обертання (мін. 1) навколо частини тіла Обертання (мін. 1) всієї натягнутої та відкритої Скакалки, яка утримується за середину або за кінець Млини (Скакалка відкрита, утримується за середину/ складена вдвічі або більше) (див. Складність, #3.3.3)
 Ловля відкритої Скакалки по одному кінцю в кожену руку без допомоги інших частин тіла з великого кидка	<ul style="list-style-type: none"> Обмотування або розмотування навколо частини тіла Спіралі зі скакалкою, складеною вдвічі
 Проходження всім тілом або частиною тіла через відкриту Скакалку, що обертається вперед, назад, або в сторону; також з: <ul style="list-style-type: none"> Скакалкою, складеною вдвічі Подвійною ротацією скакалки 	 <ul style="list-style-type: none"> Обмотування або розмотування навколо частини тіла Спіралі зі скакалкою, складеною вдвічі
 Серія (мін. 3) підстрибувань/підскоків через Скакалку: Скакалка обертається вперед/назад/з боку в бік	

Пояснення / Приклади	
<p>Скакалка може бути відкритою, складеною в 2, 3 або 4 рази (1 або 2 руками), проте, базова техніка полягає в тому, що відкрита Скакалка утримується за 1 кінець у кожній руці під час стрибків/підстрибувань/підскоків які виконуються в усіх напрямках: уперед, назад, з поворотами та ін.</p>	
<p>Такі елементи, як закручування, відбиви та млини, рухи складеною або зав'язаною Скакалкою є нетиповими для цього предмету, тому вони не повинні переважати у композиції.</p>	
	<p>Мінімум 2 великі сегменти тіла (Приклад: голова/шия + тулуб; руки + тулуб; тулуб + ноги і т.д.) повинні проходити через предмет. Прохід може бути: всім тілом всередину і назовні, або проходження без виходу, або навпаки.</p>
	<p>Ешappe – це рух із двома фазами:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Відпускання 1 кінця скакалки • Ловля за кінець Скакалки рукою або іншою частиною тіла після напівоберта Скакалки • DB зараховується, якщо відпускання чи ловля (не обидві фази) виконані під час DB
	<p>Ловля відкритої Скакалки після високого кидка має виконуватись з 1 кінцем у кожній руці, без допомоги стпою, коліном, чи іншою частиною тіла.</p>
	<p>Варіації спіралей:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Відпускання по типу “Ешappe” з наступними декількома (2 або більше) спіральними ротаціями 1 кінця Скакалки і ловля за кінець рукою або іншою частиною тіла • Відкрита і натягнута Скакалка, яка утримується за 1 кінець після попереднього руху (рух відкритої Скакалки, ловля, від підлоги, та ін.) із переходом у спіральні ротації (2 або більше) 1 кінця Скакалки, ловля рукою або іншою частиною тіла. • DB зараховується, якщо відпускання або ловля, або декілька спіральних ротацій (2 або більше), виконуються під час DB
	<p>Обмотування</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обмотування або розмотування можливі під час виконання DB; ці дії вважаються різною роботою предмету

5.3. Нестабільний баланс

5.3.1. Позиції нестабільного балансу для Скакалки вважаються однаковими:

Пояснення / Приклади	
	<p>Скакалка, збалансована за спиною або підвішена/звисяюча на частині тіла під час ДВ з ротацією, Скакалка відкрита або складена в 2 вважаються <u>однаковими</u> позиціями нестабільного балансу:</p> <p>Приклад 1: Однакова робота предмету</p>  <p>Приклад 2: Однакова робота предмету</p> 
	<p>Недійсні позиції нестабільного балансу:</p>  <p>Скакалка, що висить на шиї під час рівноваги</p>  <p>Відкрита Скакалка, розташована вздовж спини</p>

6. ДИНАМІЧНІ ЕЛЕМЕНТИ З РОТАЦІЄЮ (R)

- 6.1. **Вимоги: Максимум 3 R** у вправі будуть зараховані у хронологічній послідовності.
- 6.2. Усі загальні норми R для індивідуальних сеньйорок також дійсні для індивідуальних юніорок (без обмежень на цінність кожного R).
- 6.3. Максимум **2 R** у хронологічній послідовності можуть бути виконані з **2 кінцями, зв'язаними разом**; додаткові R із зв'язаними разом кінцями не будуть зараховані.
- 6.4. **Специфічні критерії під час кидку та ловлі Скакалки:**
























Символ	Специфічний критерій під час кидку + 0.10 кожного разу	Символ	Специфічний критерій під час ловлі + 0.10 кожного разу
	Пройходження через скакалку всім тілом або частиною тіла під час кидку Мінімум 2 великі сегменти тіла мають пройти через Скакалку. Приклади: голова/шия + тулуб; руки + тулуб; тулуб + ноги, і т.д.		
	Високий кидок відкритої та натягнутої Скакалки, яка утримується за 1 кінець		Ловля Скакалки по 1 вузлу в кожному руку
	Високий кидок відкритої та натягнутої Скакалки, яка утримується за середину		




7. СКЛАДНІСТЬ ПРЕДМЕТУ (DA)

- 7.1. **Вимоги: Максимум 12 DA** у вправі будуть оцінені у хронологічній послідовності.
- 7.2. Усі загальні норми DA для індивідуальних сеньйорок також дійсні для індивідуальних юніорок. На додачу, Скакалка є дійсною для юніорок:

7.3. ТАБЛИЦЯ БАЗИ ТА КРИТЕРІЙ DA

СКАКАЛКА 

База	Символ	Вартість	Критерій							Специфічний критерій			
				\neq			$=$	w	DB				
Проходження через Скакалку всім тілом або частиною тіла (2 великих сегменти тіла)		0.3	v	v	н/д	v	v	v	v	v	v	v	v
Проходження через Скакалку з серією підстрибувань/підскоків (мін. 3)		0.3	v	v	н/д	v	н/д	н/д	н/д	v	v	v	v
Ловля відкритої Скакалки з 1 кінцем у кожній руці без допомоги іншої частини тіла		0.3	v	н/д	v	v	v	v	v				
Ешаппе і ловля		0.3	v	v	н/д	v	v	v	v				
Спіралі: Ротації вільного кінця Скакалки, яка утримується за 1 кінець		0.3	v	v	н/д	v	v	v	v				
Вільна ротація (мін. 1) навколо частини тіла		0.2	v	н/д	н/д	v	v	v	v				
Ротація (мін. 1) відкритої Скакалки, яка утримується за кінець чи середину		0.2	v	v	v	v	v	v	v				
Млинки відкритою Скакалкою		0.2	v	н/д	v	v	v	v	v				
Передача без допомоги рук між щонайменше 2 частинами тіла (але не руками)		0.2	v	н/д	н/д	v	v	v	v				
Малий кидок/ловля (включаючи вільне падіння)		0.2	v	v	v	v	н/д	v	v				
Штовхання, відбив, використовуючи різні частини тіла, включно руками		0.2	v	v	v	v	н/д	v	н/д				
Високий кидок		0.2	v	v	v	v	v	v	v				
Високий кидок відкритої Скакалки, яка утримується за середину		0.2	v	v	v	v	v	v	v				
Високий кидок відкритої Скакалки, яка утримується за 1 кінець		0.2	v	v	v	v	v	v	v				
Ловля після високого кидка		0.3	v	v	v	v	v	v	v				

Символ	Пояснення / Приклади
	<p><i>Подвійна (або більше) ротація предмету під час стрибків або підстрибувань/підскоків</i></p>
	<p><i>Скакалка обертається назад</i></p>
	<p><i>Схрещування рук під час стрибків або підстрибувань/підскоків. У серіях підстрибувань/підскоків можливе перемінне схрещування і не схрещування рук або з постійним схрещуванням рук.</i></p>

8. ОЦІНКА СКЛАДНОСТІ (D)

8.1. Судді бригади D оцінюють Складності, застосовують часткові бали та віднімають можливе пенальті, відповідно:

8.2. Перша підгрупа суддів D (DB)

Складність	Мінімум/Максимум	Пенальті 0.30
Складності тіла (DB)	Мінімум 1 з кожної групи Складностей тіла Максимум 6	<ul style="list-style-type: none"> • \wedge за невиконання • T за невиконання • \circ за невиконання
Рівновага “турлян”	Максимум 1: на релеве або на всій стопі	більше 1 рівноваги “турлян”
Динамічні елементи з ротацією (R)	Максимум 3	Пенальті відсутнє


8.3. Друга підгрупа суддів D (DA)

Складність	Мінімум/Максимум	Пенальті 0.30
Складності предмету (DA)	Максимум 12	Пенальті відсутнє
Послідовні DA в положенні на підлозі	Максимум 3 послідовних	Для кожного набору з 4 послідовних

9. АРТИСТИЗМ ТА ВИКОНАННЯ

9.1. Усі норми Артистизму та Виконання для індивідуальних сеньйорок також дійсні для індивідуальних юніорок.

9.2. Таблиця технічних помилок зі Скакалкою

Пенальті	Мале 0.10	Середнє 0.30	Велике 0.50 чи більше
Скакалка 			
Базова техніка	Неправильна робота: амплітуда, форма, робоча площина або якщо Скакалка не утримується за обидва кінця		
	Мимовільне торкання Скакалкою тіла або підлоги	Мимовільне заплутування тіла або його частини без переривання вправи	Мимовільне заплутування тіла або його частини з перериванням вправи
	Вузол без переривання вправи		Вузол із перериванням вправи
		Втрата 1 кінця Скакалки	
		Стопи заплутуються у Скакалці під час стрибків або підстрибувань	

ЧАСТИНА 2: ГРУПОВІ ВПРАВИ

ЧАСТИНА 2 – ГРУПОВІ ВПРАВИ

А. ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ

ГРУПОВІ ВПРАВИ

1. ЗМАГАННЯ ТА ПРОГРАМИ

1.1. **Офіційні Чемпіонати та змагальні програми Художньої Гімнастики**

Індивідуальні, Групові та Командні Змагання

1.1.1. Загальна програма для **групових команд сеньйорів** складається з 2 вправ (див. Програму з предметами FIG для групових команд сеньйорів у Е. Додатку):

- Вправа з 1 видом предметів (5)
- Вправа з 2 видами предметів (3+2)

1.1.2. Програма для **групових команд юніорів** зазвичай складається з 2 вправ, кожна з яких виконується з одним видом предметів: У *Програмі Предметів FIG* на поточний рік описані предмети, обов'язкові для виконання кожної вправи (див. *Програму Предметів FIG* для групових команд юніорів у Е. Додатку).

1.1.3. **Структура групових змагань**

1.1.3.1. Загальні Змагання та Кваліфікація до Фіналів з групових вправ, Командний залік: 2 вправи:

- Вправа з 1 видом предметів (5)
- Вправа з 2 видами предметів (3+2)

1.1.3.2. Командний залік визначається шляхом додавання 8 найкращих балів індивідуальних гімнасток команди плюс бали 2 вправ групи.

1.1.3.3. Фінали групових вправ:

- Вправа з 1 видом предметів (5)
- Вправа з 2 видами предметів (3+2)

Для отримання додаткової інформації щодо офіційних змагань FIG, див. *Технічний Регламент* (Розділ 1 і Розділ 3).

1.1.4. Тривалість кожної групової вправи від 2'15" до 2'30".

2. КІЛЬКІСТЬ ГІМНАСТОК

2.1. **Офіційні Чемпіонати з Художньої Гімнастики у групових вправах**: Кожна Національна Федерація може заявити 5 або 6 гімнасток для участі в загальній програмі групових вправ. У випадку 6 гімнасток, всі з 6 гімнасток повинні взяти участь принаймні в 1 вправі (див. *Технічний Регламент*, Розділ 1 та Розділ 3).

2.2. Кожна групова вправа повинна виконуватися 5 гімнастками. Під час виконання вправи гімнастці, що залишилася, дозволяється бути на Змагальному Полі (у разі інциденту з 1 з партнерів по команді).

2.2.1. Якщо гімнастка **залишає групу** через травму або непередбачені обставини під час виконання вправи, вона може бути замінена **запасною гімнасткою**.



Пенальті Судді на лінії: 0.30 за гімнастку, яка покидає площадку під час виконання вправи

- 2.2.2. Якщо запасна гімнастка не використовується і група зупиняє вправу, вправа буде оцінена як перервана (див. №10).
- 2.2.3. Якщо запасна гімнастка не використовується і група продовжує вправу з **4 гімнастками**, вправа не буде оцінюватись (0.00).

3. ХРОНОМЕТРАЖ

- 3.1. Секундомір запускається, як тільки 1-а гімнастка групи починає рухатися, і зупиняється, як тільки остання гімнастка групи повністю нерухома.
- 3.2. Короткий музичний вступ – до 4 секунд – без руху тіла та/або предмету допускається (див. Артистизм, №2.5).
- 3.3. Хронометраж, пов'язаний з усіма вправами (підготовка перед вправою, тривалість групової вправи), буде проводитись повними секундами.



Пенальті Судді-хронометриста: 0,05 за кожен додаткову або бракуючу секунду, в розрахунках у повних секундах. Приклад: 2'30.99 = без пенальті; 2'31.00 = пенальті 0,05.

4. СКЛАД СУДДІВСЬКОЇ КОЛЕГІЇ: ОФІЦІЙНІ ЧЕМПІОНАТИ ТА ІНШІ ЗМАГАННЯ

4.1. Верховне Жюрі

Див. Технічний регламент (Розділ 1 та Розділ 3).

4.2. Суддівські бригади для групових вправ

- 4.2.1. На офіційних змаганнях FIG, Чемпіонатах Світу та Олімпійських Іграх кожна колегія буде складатись з 3 суддівських бригад: D-бригада (Складність), A-бригада (Артистизм) та E-бригада (Виконання).
- 4.2.2. Судді зі Складності, Артистизму та Виконання визначаються та призначаються Технічним Комітетом FIG ХГ відповідно до *Технічного Регламенту, Загальних Правил Суддівства та Спеціальних Правил Суддівства*.
- 4.2.3. Під час змагань за технічним столом суддям буде заборонено користуватися будь-якими електронними пристроями для розмови, передачі або отримання повідомлень або інформації (мобільні телефони, міні-ноутбуки, комп'ютери, підключені годинники і т.д.), а також використовувати будь-які фотоапарати або відео пристрої (див. Технічний регламент, Розділ 1, Ст. 5.4).

4.3. Склад суддівських бригад

4.3.1. Бригада Складності (D): 4 судді, розділені на 2 підгрупи:

- Підгрупа 1 (D): 2 судді (**DB1, DB2**) працюють незалежно, виставляють свої індивідуальні оцінки, а потім виставляють **загальну оцінку DB**.
- Підгрупа 2 (D): 2 судді (**DA1, DA2**) працюють незалежно, виставляють свої індивідуальні оцінки, а потім виставляють **загальну оцінку DA**.

4.3.2. Бригада Артистизму (A): 4 судді (**A1, A2, A3, A4**)

4.3.3. Бригада Виконання (E): 4 судді (**E1, E2, E3, E4**)

4.3.4. Мінімальні стандарти для суддівських бригад для різних груп змагань, зареєстрованих FIG: Див. *Загальні Суддівські Правила*, Ст.11.

4.4. Функції Суддів Складності – (D)

- 4.4.1. **1-а підгрупа (DB)** записує зміст вправи в умовних позначеннях, оцінюючи кількість і цінність Складності тіла (**DB**), кількість і цінність Складності з Обміном (**DE**) і кількість і цінність Динамічних елементів з ротацією (**R**).
- 4.4.2. Ці судді оцінюють всю вправу незалежно, подають свої індивідуальні бали (з метою суддівського оцінювання), не консультуючись з іншими суддями, а потім виставляють **загальний бал DB *** (див. п.4.8).
- 4.4.3. **2-а підгрупа (DA)** записує зміст вправи в умовних позначеннях, оцінюючи кількість і цінність Складності із Взаємодіями (**DC**), а також необхідний мінімум типів Взаємодій.
- 4.4.4. Ці судді оцінюють всю вправу незалежно, подають свої індивідуальні бали (з метою суддівського оцінювання), не консультуючись з іншими суддями, а потім виставляють **загальний бал DA *** (див. п.4.8).
- 4.4.5. **Фінальна оцінка D:** Сума загальної оцінки **DB** та загальної оцінки **DA**.

4.5. Функції Суддів Артистизму – (A)

- 4.5.1. 4 судді (**A1, A2, A3, A4**) оцінюють помилки артистизму шляхом відрахування. Ці судді оцінюють всю вправу незалежно і виставляють своє індивідуальне пенальті* (див. п.4.8), не консультуючись з іншими суддями.
- 4.5.2. Коли Артистизм оцінюється **4 суддями**, найвище і найнижче пенальті відкидаються, а з **решти 2 пенальті**, що залишились, визначається середнє для отримання **кінцевого пенальті за Артистизм**.
- 4.5.3. Коли Артистизм оцінюється **2-3 суддями**, серед **усіх пенальті** визначається середнє для отримання **кінцевого пенальті за Артистизм**.
- 4.5.4. **Фінальна оцінка A:** Кінцеве пенальті за Артистизм віднімається від **10,00**.

4.6. Функції Суддів Виконання – (E)

- 4.6.1. 4 судді (**E1, E2, E3, E4**) оцінюють технічні помилки шляхом відрахування. Ці судді оцінюють всю вправу незалежно і виставляють своє індивідуальне пенальті* (див. п.4.8), не консультуючись з іншими суддями.
- 4.6.2. Коли Виконання оцінюється **4 суддями**, найвище і найнижче пенальті відкидаються, а з **решти 2 пенальті**, що залишились, визначається середнє для отримання **кінцевого пенальті за Виконання**.
- 4.6.3. Коли Виконання оцінюється **2-3 суддями**, серед **усіх пенальті** визначається середнє для отримання **кінцевого пенальті за Виконання**.
- 4.6.4. **Фінальна оцінка E:** Кінцеве пенальті за Виконання віднімається від **10,00**

4.7. Суддівські записи

Під час змагань, наприкінці ротації та/або наприкінці змагань, Голова Верховного Жюрі може запросити суддівські записи, на яких зазначені номер, Національна Федерація та предмет, а також показане оцінювання за кожну вправу.

4.8. Можливість технологічного вдосконалення систем підрахунку балів (*)

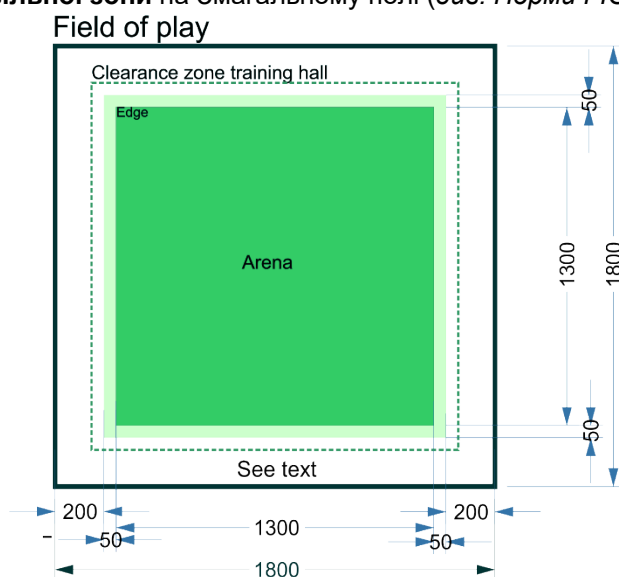
Можливо, що технологічний прогрес протягом циклу дозволить виставлення пенальті, вартості та/або балів в різних форматах, з різною розбивкою. У такому випадку пункти, що описують виставлення балів/пенальті, позначені (*), можуть бути адаптовані відповідним чином.

4.9. Функції Суддів-хронометристів та Суддів на лінії

4.9.1. Обов'язки Суддів-хронометристів (1 або 2):

- Запускає секундомір, коли кожна група починає підготовку стартової пози, щоб контролювати тривалість можливої затримки (див. №11.3.3).
- Контролює тривалість вправи.
- Контролює порушення часу і записує точну кількість часу, що перевищує або не досягає ліміту, якщо немає комп'ютерного введення.
- Подає відповідну форму Голові Верховного Журі.
- Якщо будь-яка (будь-які) з гімнасток втрачає (-ють) предмет в кінці вправи і **не демонструє (-ють) фінальну позу або не повертається (-ються) на змагальний килим**, тому що музика закінчилася, Суддя-хронометрист рахує момент, коли остання гімнастка групи повертає предмет або залишає вільну зону, як останній рух.

Ілюстрація вільної зони на Змагальному полі (див. *Норми FIG по Предметам*):

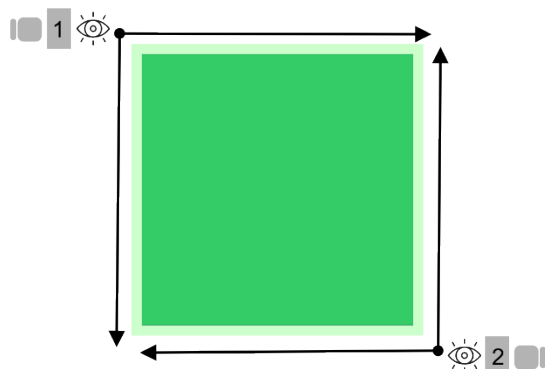


4.9.2. Обов'язки Суддів на лінії (2):

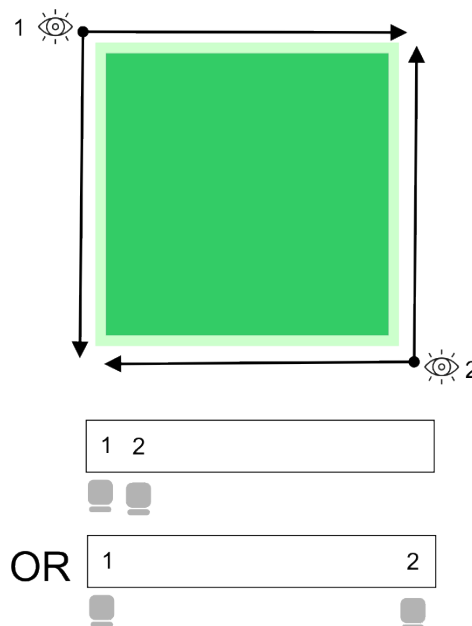
- Визначає **перетин** лінії площадки предметом, 1 або 2 ногами, будь-якою частиною тіла, а також **вихід** предмету за змагальний килим.
- Піднімає прапор, якщо предмет та/або тіло перетинає лінію або виходить за змагальний килим.
- Подає відповідну форму на ім'я Голови Верховного Журі.
- Суддя на лінії повинен відстежувати і застосовувати пенальті за будь-який перетин лінії до останнього руху останньої гімнастки групи: Після останнього руху не застосовується жодне пенальті за перетин лінії, навіть якщо музика все ще грає.

4.9.3. Позиція Суддів на лінії

Приклад 1: Судді на лінії сидять на протилежних кутах і відповідають за 2 лінії та кут праворуч від них.



Приклад 2: Судді на лінії сидять за суддівським столом і спостерігають за лініями та кутом на моніторі за допомогою відеокамери.



4.9.3. Апеляція на перегляд пенальті від Судді на лінії або Судді-хронометриста: Якщо тренер має сумніви стосовно пенальті від Судді на лінії або Судді-хронометриста, він може подати усний запит на перегляд до відповідального за протести в такі самі терміни, що і для всіх протестів (див. *Технічний регламент*, Розділ 1, ст.8.5).

4.10. Функції Секретаря

Секретарі повинні володіти Правилами Суддівства і комп'ютером; вони зазвичай призначаються Оргкомітетом. Під наглядом Голови Верховного Журі вони відповідають за точність усіх записів у комп'ютері, дотримання правильного порядку груп, зелений і червоний світла, а також за правильне відображення Фінальних оцінок.

4.11. Функції Відповідального судді

Суддя DA1 несе відповідальність за всі пенальті Відповідального судді у співпраці з Головою Верховного Журі. Всі пенальті Відповідального судді, зазначені в таблиці (№16), будуть подані на офіційному бланку суддею DA1 і **будуть перевірені** Головою Верховного Журі.

4.12. Для отримання **будь-якої іншої інформації** щодо бригади суддів, їхньої структури чи функцій, дивіться *Технічний Регламент* (Розділ 1, ст. 7, Розділ 3), *Загальні правила суддівства та Спеціальні правила суддівства*.

5. НАРАДИ СУДДІВ/ ІНСТРУКЦІЇ

- Перед кожним офіційним Чемпіонатом FIG Технічний Комітет організовує зустріч для інформування суддів-учасників про організацію суддівства.
- Перед початком усіх інших Чемпіонатів або турнірів Оргкомітет може провести аналогічну зустріч.

- Всі судді зобов'язані бути присутніми на суддівських інструктажах та/або зборах, протягом усього періоду змагань, а також на церемоніях нагородження в кінці кожного змагання.
- Всі зареєстровані судді повинні вивчити весь навчальний матеріал, визначений FIG, на відповідних онлайн-платформах. Реєструючись як суддя, суддя погоджується з тим, що його/її участь в освітній програмі буде контролюватися, і що неучасть може призвести до відсторонення від суддівства.

6. ПІДРАХУНОК ФІНАЛЬНОЇ ОЦІНКИ

- 6.1.** Правила визначення **Фінальної оцінки** однакові для всіх сесій змагань (Багатоборство, Фінали Групових команд).
- 6.2.** **Фінальна оцінка** вправи встановлюється шляхом додавання оцінок D, оцінок A та оцінок E. Вирахування **пенальті**, якщо такі є, здійснюється з фінальної оцінки.

7. ПРОТЕСТИ НА ОЦІНКУ

Див. *Технічний Регламент*, Розділ 1, ст.8.5.

8. ВИХІД

- 8.1.** Групи повинні виходити на змагальний килим швидким маршем, без музичного супроводу, і негайно займати стартову позицію.



Пенальті: 0.50 якщо ця вимога не виконується

9. ЗМАГАЛЬНИЙ КИЛИМ

- 9.1.** Офіційний змагальний килим 13 x 13 м (зовнішня частина лінії) є обов'язковою. Робоча поверхня повинна відповідати стандартам FIG (див. *Технічний Регламент*, Розділ 1).

- 9.2.** За будь-яку частину тіла або предмет, що **здійснює торкання** за межами змагального килима, буде застосовано пенальті:



Пенальті Судді на лінії: 0.30 кожен раз, за кожен предмет і за кожен предмет

- 9.3.** Пенальті буде застосовано, якщо гімнастка або предмет **виходять за межі** змагального килима, або гімнастка **закінчує** вправу за межами змагального килима.



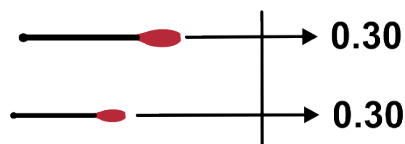
Пенальті Судді на лінії: 0.30 кожен раз, за кожен предмет і за кожен предмет

9.4. Кілька предметів за межами змагального килима:

9.4.1. Послідовна втрата обох Булав за межі змагального килима:



Пенальті Судді на лінії: 0.30 за 1-у булаву + 0.30 за 2-у булаву



9.4.2. Одночасна втрата двох булав (з'єднанні або роз'єднанні) в один і той самий час за межі однієї лінії однією і тією ж гімнасткою:



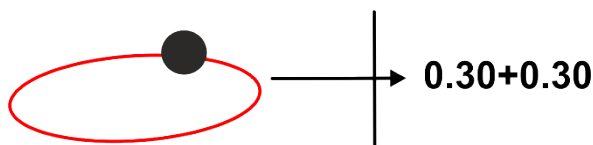
Пенальті Судді на лінії: 0.30 1 раз, як 1 предмет



9.4.3. Одночасна втрата 2 або більше предметів (одного або різних видів) в один і той самий час за межі різних ліній або різними гімнастками:



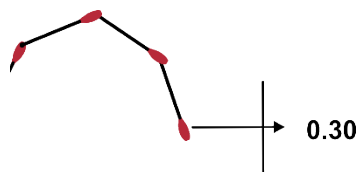
Пенальті Судді на лінії: 0.30 за кожен предмет



9.4.4. Одночасна втрата 2 чи більше з'єднаних предметів (одного або різних видів) за межі змагального килима:



Пенальті Судді на лінії: 0.30 1 раз як 1 предмет



9.5. Не застосовується пенальті від Судді на лінії в наступних випадках:

- Предмет та/або гімнастка торкаються лінії
- Предмет проходить над межею змагального килима, не торкаючись підлоги
- Непридатний для використання предмет прибирається за межі змагального килима
- Зламаний предмет прибирається за межі змагального килима
- 2-а Булава добровільно виноситься за межі змагального килима для того, щоб використати запасну пару Булав
- Предмет, який був замінений (більше не використовується), виноситься за межі змагального килима
- Предмет, що застряг в стелі (балки, прожектори, табло і т.д.)

- Суддя на лінії повинен відстежувати і застосовувати пенальті за будь-який перетин лінії до останнього руху останньої гімнастки: Після останнього руху не застосовується жодне пенальті за перетин лінії, навіть якщо музика все ще грає.

У **всіх інших випадках** застосовуються пенальті, як зазначено в п.9.2-9.4.

9.6. Кожна вправа повинна виконуватися повністю в межах змагального килима:

- 9.6.1.** Будь-який компонент Складності або Артистизму, **розпочатий за межами** змагального килима, не буде оцінюватися.
- 9.6.2.** Якщо Складність або Артистизм **розпочато в межах** змагального килима, а закінчено за межами, то такі Складність або Артистизм будуть оцінюватись.
- 9.6.3.** Пенальті за Виконання та Артистизм, як правило, **застосовуються** до всієї тривалості вправи, включаючи рухи, виконані за межами змагального килима.

10. ПЕРЕРВАНА ВПРАВА

- 10.1.** Якщо група зупиняє виконання вправи через зламаний предмет (#9.4.2) або предмет, що застряг у конструкції стелі (#9.4.4), через проблеми з музикою, яка не може бути схвалена Головою Верховного Жюрі (#11.4), через травму або інший непередбачену ситуацію (#12.42), вправа буде оцінена наступним чином:
 - Складності, які вже були виконані належним чином, будуть зараховані, застосовуючи відповідні пенальті за відсутні компоненти складності
 - Пенальті бригади Артистизму 10.00.
 - Пенальті бригади Виконання 10.00.
 - Суддя-хронометрист застосовує пенальті відповідно до тривалості виступу
 - Немає пенальті судді на лінії коли гімнастка залишає змагальний килим через перервану вправу

11. ПРЕДМЕТИ

11.1. Норми та контроль

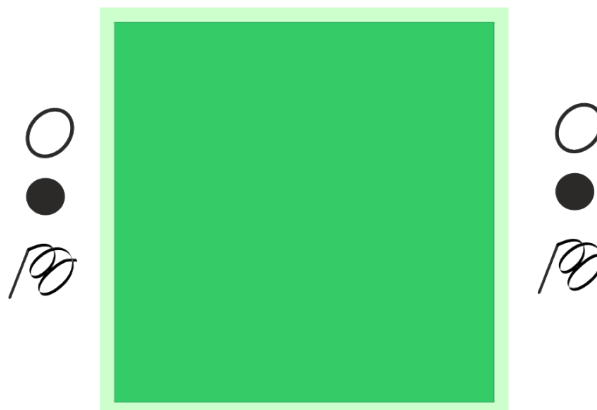
- 11.1.1.** Норми та характеристики кожного предмету вказані у Нормах FIG з Предметів.
- 11.1.2.** Кожен предмет, який використовується кожною гімнасткою в групі повинен мати логотип виробника та відмітку "FIG approved logo" у визначених місцях для кожного предмету. Жодна група не допускається до змагань з предметом без затверджених позначень. Якщо група виступає з предметом без затверджених позначень, вправа не буде оцінена (0, 00).
- 11.1.3.** Предмети, які використовуються групою мають бути однаковими (вага, величина та форма); тільки їх колір може відрізнятися.
- 11.1.4.** За запитом Голови Вищого Жюрі, кожен предмет може бути перевірений перед входом гімнастки у змагальний зал, або після виступу, і / або може бути проведено методом випадкового жеребкування на контролі предметів.

11.2. Запасні предмети

- 11.2.1.** Запасні предмети – повний комплект предметів, що використовуються групами для проведення змагань, вздовж килиму – є обов'язковим.
- 11.2.2.** Організаційний комітет має розмістити 2 ідентичні комплекти предметів, вздовж 2 боків килиму для використання будь-якою групою.

11.2.3. Лінія безпосередньо перед суддями та лінія, де гімнастки виходять на килим залишаються вільними від предметів. Всі предмети мають бути розташовані окремо.

Приклад:



11.2.4. Якщо, під час виконання вправи предмет впав та **виходить за межі килима** (суддя на лінії, див. #9.3), використання запасного предмету **дозволено** (пенальті не застосовується).

11.2.5. Групи можуть використовувати тільки ті предмети, які були розміщені перед початком вправи. Однак, групі дозволено взяти їх особистий предмет знову після використання запасного предмету.



Пенальті: 0.50 за використання будь-якого предмету, який не був розміщений за межами змагального килиму перед початком вправи

11.2.6. Група може використати максимальну кількість запасних предметів, розміщених вздовж змагального килима з усіма застосованими пенальті. Наприклад: два обручі розташовані Організаційним комітетом відповідно до ілюстрації вище: Група може використати обидва в одній вправі, якщо потрібно.

11.2.7. Якщо під час виконання вправи предмет впав, але **не вийшов за межі змагального килима**, використання запасного предмету **не дозволено**: група має використати свій власний предмет, який знаходиться в межах змагального килиму. Якщо група використовує запасний предмет, якщо її власний не вийшов за межі змагального килиму:



Пенальті: 0.50 за недозволене використання запасного предмету

11.2.8. Якщо, під час виконання вправи предмет був втрачений та покинув межі змагального килиму (пенальті судді на лінії, див. #9.3), а потім **самостійно повернувся на змагальний килим**, використання запасного предмету є **дозволеним** (без пенальті).

11.2.9. Якщо група, з будь-якої причини вирішує замінити предмет, то вона має повністю винести предмет, який більше не використовує за межі змагального килиму (немає пенальті судді на лінії) до закінчення вправи. Якщо замінений предмет або будь-яка його частина залишається в межах змагального килиму до закінчення вправи:



Пенальті: 0.30 за не винесений за межі змагального килима замінений предмет

11.2.10. Якщо предмет втрачений та виходить за межі килима, і його **повертає** групі тренер або будь-яка інша особа:



Пенальті: 0.50 за несанкціоноване повернення предмету

Пояснення / Приклади	
Ситуація	Оцінювання
<ul style="list-style-type: none"> Гімнастка втрачає предмет і він викочується за межі килиму. Гімнастка використовує запасний предмет. Втрачений предмет повертається назад на килим. Гімнастка не прибирає предмет, що повернувся за межі килиму. 	<ul style="list-style-type: none"> Суддя виконання: 1.00 один раз за втрату предмету. Суддя на лінії: 0.30 за втрату предмета за межі килима. Відповідальний суддя: 0.30 за не винесений за межі килима предмет, який повернувся самостійно
<ul style="list-style-type: none"> Гімнастка втрачає предмет і він викочується за межі килиму. Гімнастка використовує запасний предмет. Втрачений предмет повертається назад на килим. Гімнастка прибирає предмет, що повернувся за межі килима та продовжує вправу із запасним предметом. 	<ul style="list-style-type: none"> Суддя виконання: 1.00 один раз за втрату предмету. Суддя на лінії: 0.30 за втрату предмета за межі змагального килима. Відповідальний суддя: без пенальті
<ul style="list-style-type: none"> Гімнастка втрачає предмет і він викочується за межі килиму. Гімнастка використовує запасний предмет. Втрачений предмет повертається назад на килим. Гімнастка бере назад свій особистий предмет та прибирає запасний предмет за межі килиму. 	<ul style="list-style-type: none"> Суддя виконання: 1.00 один раз за втрату предмету. Суддя на лінії: 0.30 за втрату предмета за межі змагального килима. Відповідальний суддя: без пенальті.
<ul style="list-style-type: none"> Гімнастка втрачає предмет і він викочується за межі килиму. Втрачений предмет повертається назад на килим. Гімнастка використовує запасний предмет. Гімнастка прибирає предмет, що повернувся за межі килиму та продовжує вправу із запасним предметом. 	<ul style="list-style-type: none"> Суддя виконання: 1.00 один раз за втрату предмету. Суддя на лінії: 0.30 за втрату предмета за межі змагального килима. Відповідальний суддя: без пенальті.

11.3. Непридатний предмет

11.3.1. Якщо **перед початком вправи** гімнастка вирішить, що її предмет непридатний (напр., вузли на стрічці), використання **запасного предмету є дозволеним** (без пенальті).

11.3.2. Суддя-хронометрист запускає секундомір, коли кожна група починає готувати стартову позицію, для контролю тривалості можливої затримки.

11.3.3. Якщо група **затримує змагання** більш ніж на 30 секунд, наприклад, намагаючись розв'язати вузли на стрічці, перед тим як вирішить взяти запасний предмет:



Пенальті судді-хронометриста: 0.50 за затримку змагань через довготривалу підготовку до вправи

11.3.4. Якщо **під час виступу**, предмет стає непридатним (напр., тканина стрічки застрягає в кріпленні палички, вузол/вузли, які не розв'язуються), використання **запасного предмету є дозволеним** (без пенальті). Судді на лінії та судді бригади Виконання не застосовують пенальті за добровільне видалення непридатного предмету за межі змагального килима.

11.4. Зламаний предмет або предмет, що застряг у конструкції стелі

11.4.1. Якщо **предмет ламається**, то група не буде оштрафована, пенальті будуть застосовані тільки за наслідки (різні технічні помилки).

11.4.2. Якщо предмет ламається під час виконання вправи, групі не буде дозволено почати вправу з початку. В такому випадку гімнастка має:

- Прибрати зламаний предмет за межі змагального килима (немає пенальті судді на лінії та судді бригади Виконання) та продовжити вправу із запасним предметом (без пенальті)
- Припинити виконання вправи (див. #10, Перервана вправа)

- 11.4.3.** Якщо предмет **застряг в конструкції стелі**, то група не буде оштрафована, пенальті будуть застосовані тільки за наслідки (різні технічні помилки).
- 11.4.4.** Якщо предмет застряг в конструкції стелі під час виступу, групі не буде дозволено почати вправу з початку. В такому випадку група має:
- Продовжити виступ із запасним предметом (без пенальті)
 - Припинити виконання вправи (див. #10, Перервана вправа)
- 11.4.5.** Якщо група зупиняє виконання вправи через зламаний предмет або предмет, що застряг у конструкції стелі **в кінці вправи (на останньому русі)**, вправа буде оцінена наступним чином:
- Складності, які вже були виконані належним чином, будуть зараховані
 - Бригада Артистизму застосує всі належні пенальті
 - Бригада Виконання застосує всі пенальті, які були зняті протягом вправи, включаючи «втрату предмету в кінці вправи (без повернення)»
- 11.4.6.** Якщо під час виступу **ламається запасний предмет**: група має взяти другий запасний предмет та продовжити виступ до кінця вправи. Після закінчення вправи, Голова Верховного Жюрі оголосить, чи буде дозволено групі виконати вправу знову в кінці потоку (або, якщо потрібно, в певний інший момент згідно до рішення Голови Верховного Жюрі). Якщо групі не дозволено повторити виступ, то оцінюється вправа, яка була виконана.

12. ЗМАГАЛЬНИЙ ОДЯГ ГІМНАСТОК

12.1. Вимоги до змагального одягу гімнасток

12.1.1. Специфіка для груп

- Гімнастичні купальники для груп мають бути ідентичними (однаковий матеріал, стиль, дизайн та колір). Якщо гімнастичний купальник виготовлено з матеріалу з малюнком, допускаються незначні відмінності в крої.
- Гімнастичні напівчешки мають бути однакового кольору для гімнасток всієї групи.

12.1.2. Крій та матеріал

- Гімнастичний купальник має бути коректним, виконаний з **непрозорого матеріалу** від грудей до зони трусів включно. Таким чином, купальники, в яких є частини з прозорого матеріалу повинні мати підкладку.
- Всі частини купальника мають щільно **прилягати до фігури**, щоб дати можливість суддям правильно оцінити позиції кожної частини тіла.
- **Виріз горловини** купальника спереду та ззаду купальника має бути не нижче середини грудини (sternum) та не нижче лінії лопаток.
- Виріз купальника **на ногах** не має виходити за складки паху.
- Забороняється в **трусах купальнику** до верхньої точки тазостегнової кістки спереду (для довідки: передня верхня частина клубової кістки), використовувати прозорі матеріали та матеріали тілесного кольору.
 - **Невелика** ділянка з прозорого/тілесного матеріалу для з'єднання/декорації допускається з боків, якщо дотримується наступне:
 - Обов'язкове суцільне кольорове з'єднання між передньою та задньою частинами купальника.
 - З'єднання може бути з тканини або аплікацій, але має створювати враження цілісного матеріалу (не окремих частин).
 - З'єднання мають з'являтися на рівні стегнових кісток.
- Технічний комітет рекомендує, щоб уся зона трусів купальника була покрита непрозорим матеріалом та матеріалом нетілесного кольору.

12.1.3. Рукава

- Купальники можуть бути з рукавами будь-якої довжини або без них. Вузькі бретелі також допустимі.
- Рукава можуть бути із прозорого матеріалу.
- Всі частини рукава мають щільно прилягати.

12.1.4. Ноги

- Дозволяється надягати суцільні колготки/лосини на купальник, під купальник, цільний купальник із довгими штанинами (комбінезон) або мати голі ноги.
- Забороняється використовувати шорти, укорочені лосини тощо.
- Лосини купальнику повинні мати схожий вигляд: колір (кольори) тканини, що покриває ноги, і довжина основної тканини повинні бути однаковими на обох ногах. Відрізнитися може лише фасон (дрібні деталі або прикраси).

12.1.5. Спідниця

- Дозволена спідниця, довжиною не нижче рівня тазу: на купальник, колготи чи комбінезон.
- Фасон спідниці (крій або декорації) вільні, але вид балетної «пачки» заборонений.
- Спідниця має бути пришитою до талії купальника (не може бути окремою деталлю).

12.1.6. Дизайн

- Дизайн, що містять слова або символи дозволені, якщо вони відповідають ФІЖ Правилам Реклами щодо Змагального Одягу (*FIG Advertising Rules Competition Clothing*) та правилам змагань #12.
- Декоративні аплікації або деталі на змагальних купальниках дозволені, якщо:
 - Декоративні деталі не повинні загрожувати безпеці гімнастики.
 - Не допускається декорування світлодіодами (LED).
 - Будь-які аплікації повинні бути розташовані близько до основи купальнику (лежати рівно на тканині), коли наряд нерухомий; вони не повинні надмірно виступати.

12.1.7. Аксесуари

- **Нижня білизна**, одягнена під купальник, не повинна бути видна з під швів самого купальника.
- За винятком можливих колготок, купальник має бути **цільним**. Не дозволено носити купальник і додаткові окремі «шкарпетки», «рукавички», «декоративні гетри», пояс тощо.

12.1.8. Контроль змагального одягу

- Кожен змагальний костюм буде перевірений під час присутності групи в залі змагань.
- Крім того, можуть бути проведені вибіркові додаткові.



Пенальті: 0.30 якщо змагальний одяг гімнастики не відповідає регламенту

12.2. Гімнастки можуть виступати **босоніж або в гімнастичних напівчешках**. Відповідальний суддя не застосовує пенальті якщо гімнастичний напівчешок мимоволі зривається з гімнастки під час виступу.

12.3. Забороняється носити великі/висячі **прикраси** або великі/висячі **сережки** або пірсинг, що загрожує безпеці гімнастики. Дозволені лише невеликі прикраси та сережки, які не виступають від тіла.



Пенальті: 0.30 один раз для групи, якщо це правило не виконується

12.4. **Зачіска** повинна бути акуратною і компактною. Декоративні деталі допускаються, але вони не повинні бути громіздкими та/або загрожувати безпеці гімнастики. Прикраси для волосся мають бути близько до пучка, щільно прилягати до волосся та не виходити з лінії росту волосся на будь-яку частину шкіри. Під час виконання вправи не дозволяється самовільно коригувати зачіску.



Пенальті: 0.30 один раз для групи, якщо це правило не виконується

12.5. Макіяж має бути чітким та світлим. Театральний грим не допускається. Не допускається самовільно поправляти макіяж під час виступу.



Пенальті: 0.30 один раз для групи, якщо це правило не виконується

12.6. Національна емблема і будь-яка **реклама** повинні відповідати офіційним нормам заходу.



Пенальті: 0.30 один раз для групи, якщо це правило не виконується

12.7. Бинти, бандажі або інші допоміжні елементи мають бути у відтінках тілесного кольору і не можуть бути інших кольорів.



Пенальті: 0.30 один раз для групи, якщо це правило не виконується

13. ВИМОГИ ДО МУЗИЧНОГО СУПРОВОДУ

13.1. Кожна змагальна вправа в цілому повинна виконуватись під музичний супровід. Якщо музика зупиняється з будь-якої причини, група має припинити виконання вправи (див. #11.4). Вправа, під час якої зникає музика (з технічних причин) в будь-якій частині не може бути.

13.2. Дозволяється використовувати звуковий сигнал перед початком музики

13.3. Кожен музичний твір має бути записаний на USB або завантажений в мережу Інтернет, відповідно до Директив і Робочого Плану офіційних Чемпіонатів і змагань FIG. Якщо Організаційний комітет змагань вимагає завантаження музики, національні федерації залишають за собою право використовувати USB для змагань.

На кожному аудіо файлі має бути вказана наступна інформація:

- Національна федерація (3 великі літери, які використовуються FIG для позначення національної федерації гімнастики)
- Назва предмету

13.4. У випадку, якщо **грає неправильна музика:** Як тільки група зрозуміє, що музика неправильна, група зобов'язана припинити вправу: **Протест** щодо музики після завершення вправи не буде прийнятий.

13.4.1. Якщо **грає неправильна музика**, або група **не змогла почути початок музики:**

- Група має **зупинити виступ на змагальному килимі**, повернутися в стартову позицію та одразу продовжити виступ під правильну музику.
- Якщо правильна музика недоступна одразу, диктор попросить групу залишити змагальний килим і група буде повторно оголошена, коли музика буде доступна.

13.4.2. Якщо під час виступу, з'являються проблеми з музикою і **музика зникає повністю:**

- Група повинна **припинити виступ та вийти за межі змагального килима.**
- Якщо група продовжує виступ без музичного супроводу, Голова Верховного Журі сигналізує про припинення вправи.
- Після схвалення Голови Верховного Журі група буде повторно запрошена та одразу ж виконає вправу знову.
- Якщо Голова Верховного Журі не схвалює, вправа буде оцінена як перервана (див. #10).

13.4.3. Якщо під час виступу з'являються **короткочасні проблеми з музикою** (спотворення, короткі перерви тощо), то:

- Група **може вирішити виконати вправу** під спотворену музику та отримати відповідну оцінку, АБО
- Група **може вирішити зупинити виконання вправи та вийти за межі змагального килима:**
- Після схвалення Голови Верховного Жюри група буде повторно запрошена та одразу ж виконає вправу знову.
- Якщо Голова Верховного Жюри не схвалює, вправа буде оцінена як перервана (див #10).

14. ДИСЦИПЛІНА ГІМНАСТОК

14.1. Група має вийти на змагальний майданчик, як тільки диктор оголосить її по мікрофону або коли загорається зелене світло. У разі затримки Голова Верховного Жюри з'ясує причини затримки (через організаційні помилки або дисциплінованість гімнасток).



Пенальті: 0.50 за ранній вихід групи (перед викликом) або пізній вихід (дисциплінованість гімнасток)

14.2. Заборонена розминка в **залі для змагань**, група/гімнастка(и) не можуть залишатися або повертатися на змагальний килим після закінчення вправи .



Пенальті: 0.50 якщо це правило не виконується

14.3. Якщо група вибрала **неправильний предмет**, згідно із стартовим порядком, застосовується наступне: група має залишити змагальний килим і буде запрошена до виступу згідно із стартовим порядком з правильним/запланованим предметом. Група виконає пропущений предмет в кінці потоку:



Пенальті: 0.50 (пенальті вираховується з вправи, яку спочатку пропустили)

14.4. Група може **повторити виступ** тільки у випадку «форс мажорної» ситуації з боку Організаційного Комітету та за погодженням Голови Верховного Жюри. Наприклад: відключення електрики, помилка звукової системи, тощо.

14.5. Під час виступу групових вправ, гімнасткам заборонено **спілкуватися один з одним вербально**.



Пенальті: 0.50 якщо це правило не виконується

15. ДИСЦИПЛІНА ТРЕНЕРІВ

15.1. Підчас безпосередньо виступу, тренер групи (або будь-який інший член делегації) не може спілкуватися з гімнасткою, музикантами, суддями будь-яким чином. Тренер(и), який супроводжує групу до зони виступу має залишатися в зоні, зазначеній місцевим організаційним комітетом.



Пенальті: 0.50 якщо це правило не виконується

16. ПЕНАЛЬТІ, ЯКІ ЗАСТОСОВУЮТЬ СУДДІ-ХРОНОМЕТРИСТИ, СУДДІ НА ЛІНІЇ ТА ВІДПОВІДАЛЬНИЙ СУДДЯ

Загальна сума цих пенальті буде вирахована з фінальної оцінки:

Пенальті, які застосовує Суддя-хронометрист		
1	За кожен додатковий або бракуючий секунду часу у вправі (враховуються повні секунди)	0.05
2	За затримку змагань через довготривалу підготовку до вправи (більше 30 секунд)	0.50
Пенальті, які застосовують Судді на лінії		
1	За торкання будь-якою частиною тіла або предмета поза межами змагального килима	0.30
2	Якщо гімнастка або предмет залишають межі змагального килима	0.30
3	Якщо гімнастка закінчує вправу поза межами змагального килима	0.30
Пенальті, які застосовуються Відповідальним суддею		
1	За використання предмету, який не був розміщений попередньо перед початком виступу (не використовується пенальті, якщо група використовує вдруге свій власний предмет)	0.50
2	За недозволене використання запасного предмету (власний предмет не вийшов за межі змагального килима)	0.50
3	Замінений предмет, або будь-яка його частина залишились в межах змагального килима до кінця вправи.	0.30
4	Використання предмету, що повернули несанкціонованим чином	0.50
5	Змагальний одяг, що не відповідає регламенту	0.30
6	Заборонені прикраси, сережки або пірсинг (1 раз)	0.30
7	Зачіска, яка не відповідає правилам (1 раз)	0.30
8	Макіяж, який не відповідає правилам (1раз)	0.30
9	Національна емблема або реклама, які не відповідають правилам (1 раз)	0.30
10	Бинти, бандажі або інші допоміжні елементи не відповідають правилам (1 раз)	0.30
11	За ранній або пізній вихід групи на змагальний килим	0.50
12	Розминка гімнасток(и) в залі змагань	0.50
13	Неправильно вибраний предмет, згідно стартового порядку (пенальті застосовується до вправи, яка була спочатку пропущена)	0.50
14	Вхід групи на змагальний килим не відповідає правилам	0.50
15	Для гімнасток групи, що спілкуються вербально одна з одною під час виконання вправи	0.50
16	Для гімнасток групи, що залишила килим, під час виконання вправи	0.30
17	Дисципліна тренера	0.50

1. ОГЛЯД СКЛАДНОСТІ

- 1.1. Група повинна включати тільки ті елементи, які всі гімнастки можуть виконувати безпечно і з високим ступенем естетичної та технічної майстерності.
- 1.2. Дуже погано виконані елементи не будуть зараховані суддями Складності (D) та будуть застосовані пенальті суддями Виконання.
- 1.3. Елемент, якого немає в таблицях Складності, не зараховується суддями бригади D і не отримує жодної оцінки.
- 1.4. Існує 2 компоненти Групи Складності:
 - Складність тіла (DB) складається з:
 - Складність тіла без обмінів (DB)
 - Складність з обміном (DE)
 - Динамічні елементи з ротацією (R)
 - Складність предмету (DA) складається з:
 - Складність зі взаємодією (DC)
- 1.5. Компоненти Складності, які є характерними для групових вправ:
 - **Обміни (DE)** предметів між гімнастками
 - **Взаємодії (DC)** між гімнастками та предметами
- 1.6. **Вимоги до Складності:**

Компоненти Складності					
Складність тіла (DB) Максимум 9 DB/DE (1 на вибір) (у хронологічному порядку)	Складність предмету (DA)				
<table border="1"> <tr> <td>Складність без обміну (DB)</td> <td>Складність з обміном (DE)</td> </tr> <tr> <td>Мінімум 4 Максимум 5</td> <td>Мінімум 4 Максимум 5</td> </tr> </table>	Складність без обміну (DB)	Складність з обміном (DE)	Мінімум 4 Максимум 5	Мінімум 4 Максимум 5	Складність із взаємодією (DC) Мінімум 9 Максимум 14 (у хронологічному порядку)
Складність без обміну (DB)	Складність з обміном (DE)				
Мінімум 4 Максимум 5	Мінімум 4 Максимум 5				
Динамічні елементи з ротацією (R) Максимум 1					
Спеціальні вимоги	Спеціальні вимоги				
Складність груп тіла: Стрибки  Мінімум 1 Рівноваги  Мінімум 1 Ротації  Мінімум 1	Взаємодії: CC: Мінімум 3 CR: Мінімум 3 Змішані кидки/ловля: Мінімум 3				

- 1.7. Судді Складності визначають і записують Складності в порядку їх виконання, незалежно від того, чи є вони дійсними, чи ні:
- Перша підгрупа суддів бригади D (**DB**): Оцінює кількість і вартість Складностей без обміну (**DB**), кількість і вартість Складностей з обміном (**DE**), а також кількість і вартість Динамічних елементів з ротацією (**R**). Судді записують всі елементи символами.
 - Друга підгрупа суддів бригади D (**DA**): Оцінює кількість і вартість Складностей із взаємодією (**DC**), а також необхідний мінімум типів взаємодій. Судді записують всі елементи символами.
- 1.8. Порядок виконання Складностей не обмежений, але розташування Складностей повинно відповідати компонентам Артистизму (див. розділ "Артистизм").

2. СКЛАДНІСТЬ ТІЛА (DB)

2.1. Визначення

- 2.1.1. Елементи **DB** - це елементи стрибка, рівноваги та ротації з таблиць Складності тіла (див. Складність RGI, #9, #11, #13) у Коді балів. (\wedge \top \circ).
- 2.1.2. Усі DB, перераховані для індивідуальних вправ, також дійсні для групових вправ.
- 2.1.3. У разі розбіжності між текстовим описом DB і малюнком у таблицях, **текст має перевагу** (таблиці та пояснення).

2.2. Процедура для нової DB

Див. Складність RGI, #2.2.

2.3. Вимоги

- 2.3.1. Оцінюватимуться **мінімум 4, максимум 5 DB у хронологічному порядку**. Ця кількість включає всі DB вартістю 0,10 балів, використані в **S**, всі DB вартістю 0,20 балів або більше, використані в **R**, і всі DB, використані в **DE**.
- 2.3.2. Якщо група виконує **більше 5 DB**, будуть оцінюватися тільки перші п'ять в хронологічному порядку. Будь-які додаткові DB понад ліміт не будуть оцінюватися (без пенальті).
- 2.3.3. Якщо група виконує **менше 4 DB** (не виконується взагалі, або не виконується всіма 5 гімнастками (за винятком випадків, коли помилки у виконанні призводять до того, що 1-2 гімнастки не беруть участь):






Пенальті: 0.30 б. за менш ніж 4 DB

- 2.3.4. **Для того, щоб DB були зараховані**, їх повинні виконати всі 5 гімнасток. Складності не будуть зараховані, якщо їх не виконали всі 5 гімнасток, або через композиційну помилку, або через технічну помилку 1 або більше гімнасток.
- 2.3.5. У груповій вправі **1-2 гімнастки** можуть виконати 1 або більше DB з метою покращення хореографії або підтримки художньої структури композиції (наприклад, під час Взаємодії, під час з'єднань між елементами). DB не записується і не зараховується як DB. DB, виконаний **3 або більше** гімнастками, вважається спробою DB.

2.3.6. DB може бути виконана:

- одночасно або в дуже швидкій послідовності
- 5 гімнасток разом або в підгрупах
- з однаковими або різними типами та вартістю елементів для 5 гімнасток

2.3.7. **Мінімум 1 елемент** з кожної "Складності групи тіла" повинен бути присутнім і **виконуватися одночасно** всіма 5 гімнастками, серед **9 Складностей**:

- Стрибки 
- Рівноваги 
- Ротації 

2.3.7.1. Ці обов'язкові Складності (мінімум 1 з кожної групи) **повинні бути окремими (не в R або DE)**.

2.3.7.2. За кожну "Складність групи тіла", яку не намагалися виконати взагалі, або яка не виконана окремо або не виконана одночасно всіма 5 гімнастками (за винятком випадків, коли помилки у виконанні призводять до того, що 1-2 гімнастки не беруть участь): Складність може бути зарахована, якщо вона виконана всіма 5 гімнастками відповідно до її визначення, але з пенальті:



Пенальті: 0.30 б. за кожну відсутню "Складність групи тіла"

2.3.8. DB, які не використовуються для виконання вимоги "Складність групи тіла", можуть бути виконані:

- Одночасно
- У швидкій послідовності
- У підгрупах
- У R
- У DE

Пояснення / Приклади	
Якщо у груповій вправі 3 DB і 6 DE (разом: 9 Складностей), чи передбачене пенальті за виконання менше 4 DB і які Складності оцінюються?	Так, є пенальті 0.30 б. за менше ніж 4 DB . Можливе також пенальті 0.30 б. якщо відсутня "Складність групи тіла" (#2.3.7.2). Максимально може бути оцінено лише 5 DE у хронологічному порядку.
Якщо DB виконується в швидкій послідовності або в підгрупах, чи буде це покарано?	#2.3.7 визначає, що мінімум 1 елемент з кожної "Складність групи тіла" повинен бути присутнім і виконуватися одночасно всіма 5 гімнастками; ці елементи не можуть виконуватися в підгрупах. Пенальті 0.30 б. , якщо ця вимога не виконана. Якщо кожна "Складність групи тіла" представлена окремо в інших частинах вправи, то за виконання DB у швидкій послідовності та в підгрупах не буде жодного пенальті.

2.3.9. **Одночасне виконання 3 або більше** різних DB не дозволяється. Це зараховується як спроба виконання 1 DB і **не зараховується**.

Пояснення / Приклади

Не допускається одночасне виконання 3 різних DB. **Приклад:**

- 3 гімнастки роздільний стрибок
- 1 гімнастка "Козацький" стрибок
- 1 гімнастка ротація «Атитюд»

2.4. Однакові та різні Складності

2.4.1. Кожне поле у таблицях (див. Складність RGI, #9, #11, #13) представляє окрему DB. Кожен малюнок всередині **однієї клітинки** розглядається як **одна і та ж DB**.

2.4.2. Кожна DB (кожне поле) зараховується тільки один раз. Якщо одна і та сама DB (з одного поля таблиці) **повторюється**, то повторення **не зараховується** (без пенальті) і вважається спробою DB.

Пояснення / Приклади

Що робити, якщо гімнастка намагається прийняти форму DB, але втрачає рівновагу і опускає ногу, або намагається зловити ногу, але не може утримати її, і намагається виконати ще раз?

Якщо гімнастка припускається технічній помилці в підготовці і відразу ж починає підготовку заново, це не є повторенням, а оцінюється як друга спроба.

2.4.3. Можна виконати 2 або більше однакових стрибків або однакових ротацій послідовно. «Однакова Складність» означає одну й ту саму клітинку таблицях (#9, #11, #13).


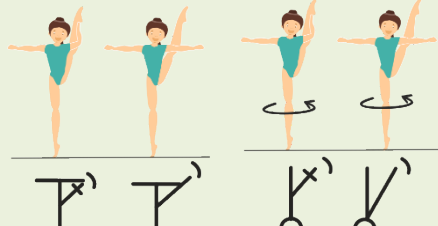
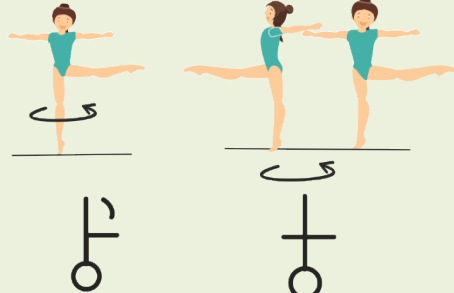
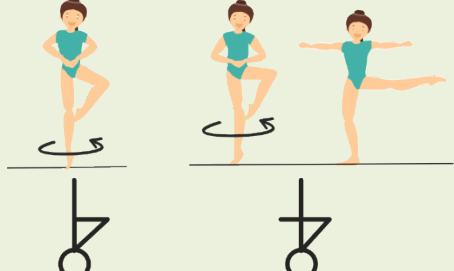
- Кожний стрибок або ротація в серії оцінюється окремо.
- Кожний стрибок або ротація в серії рахується як 1 стрибок або ротація Складності.

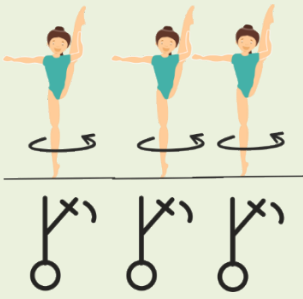

Пояснення / Приклади

Однакові DB: Ця група малюнків може бути використана лише один раз в одній вправі (ізолювано або послідовно)

Різні DB: Ця група малюнків може бути використана в одній вправі.

Ізолювані DB

	<p>Однакові DB (з однієї клітинки)</p>
	<p>Різні DB (з різних клітинок)</p>
	<p>Різні DB (з різних клітинок)</p>
	<p>Різні DB (з різних клітинок)</p>

Серія DB	
	Однакові клітинки: Серія дійсна
	Однакові клітинки: Серія дійсна

2.5. Вартість

2.5.1. DB зараховуються, якщо вони виконані відповідно до **технічних вимог, наведених** у таблицях Складностей (Індивідуальні вправи #9, #11, #13).

2.5.2. Найнижча вартість **DB** виконана 1 гімнасткою, визначатиме вартість **DB** для групи.

2.5.3. Оцінювання кожної DB визначається представленою формою тіла: Для того, щоб бути зарахованою, кожна DB повинна бути виконана з **фіксованою та визначеною формою**, що означає: *Тулуб, ноги та всі відповідні сегменти тіла знаходяться у правильному положенні, що дозволяє ідентифікувати правильну форму DB.*

Приклади:

- Позиція шпагату
- торкання будь-якої частини ноги при Складності з прогинанням тулуба назад
- положення замкнутого кільця
- позиція підбивного
- і т.д.

2.5.4. Якщо форма розпізнається з **невеликим відхиленням** в 10° або менше одного або більше сегментів тіла, то **DB зараховується** з пенальті Виконання (див. Виконання, #2.1.3):



Пенальті: 0.10 б. за невелике відхилення за кожен неправильний сегмент тіла

2.5.5. Якщо форма розпізнається із **середнім відхиленням** 11-20° одного або більше сегментів тіла, **DB вважається дійсною** з пенальті Виконання (див. Виконання, #2.1.3):



Пенальті: 0.30 б. за середнє відхилення за кожен неправильний сегмент тіла

2.5.6. Якщо форма недостатньо розпізнається з **великим відхиленням** більш ніж на 20° одного або більше сегментів тіла, **DB не є дійсним** та отримує пенальті Виконання (див. Виконання, #2.1.3):



Пенальті: 0.50 б. за велике відхилення за кожен неправильний сегмент тіла

2.5.7. Виняток: Критерій "прогин тулуба назад", виконаний з великим відхиленням, буде покараний у Виконанні але базове значення Складності може бути зараховане, якщо є в таблиці без "прогину тулуба назад" і виконаний відповідно до базових характеристик.

2.5.8. Якщо DB виконується **всіма 5 гімнастками** з **невеликим або середнім** відхиленням кожною гімнасткою, Складність зараховується. Однак, якщо DB недостатньо розпізнається з **великим** відхиленням (**1 або більше гімнастками**), Складність не зараховується.

Пояснення / Приклади	
Як судді можуть зрозуміти різницю між відхиленням 10° і 11°?	Куты - це лише орієнтир. Судді навчаються мислити категоріями малих, середніх та великих пенальті..

2.6. Вимоги до роботи з предметом

2.6.1. Кожна **DB** повинна бути виконана з мінімум **1 технічним елементом предмета**, виконаним відповідно до його визначення (див. #3.3-3.4).

2.6.2. **DB** пов'язана з технічним елементом предмета, якщо технічний елемент предмета **виконується на початку, під час або наприкінці DB**.

Пояснення / Приклади	
Що таке "початок" і що таке "наприкінці" стрибка?	Стрибок починається коли гімнастка втрачає контакт з підлогою. "Наприкінці" -це остання фаза польоту. Коли гімнастка відновлює контакт з підлогою Складність завершується.
Що таке "початок" і що таке "наприкінці" рівноваги?	Рівновага (виключення Динамічні рівноваги) починається в момент, коли гімнастка досягає необхідної форм. "Наприкінці" і-це останній момент, коли гімнастка досі в необхідній формі все ще на релеве (якщо рівновага виконується на релеве). Коли гімнастка залишила форму або релеве (якщо рівновага виконується на релеве), Складність закінчилась. Динамічна рівновага починається з початком першого руху і закінчується закінченням останнього руху. Коли гімнастка повертається в положення стоячи або лежить рівно, то Динамічна рівновага завершилась.
Що таке "початок" і що таке "наприкінці" ротації?	Ротація у фіксованій формі починається в момент коли гімнастка досягає необхідної форми. "Наприкінці" -це останній момент, при якому гімнастка все ще в недохідній формі і досі на релеве (якщо ротацію визначено на релеве). Коли гімнастка залишила форму або релеве (якщо ротацію визначено на релеве), то Складність завершена. Інші види ротації починаються із початком першого руху і закінчуються із закінченням останнього руху. Коли гімнастка припиняє ротації або повертається в положення стоячи, то Складність завершена.

2.6.3. Ізольований DB під польотом високого кидка або бумеранга в повітрі є дійсним, згідно наступного:

- Ізольований DB під час польоту високого кидка або бумеранга предмета зараховується у праві, якщо DB виконується відповідно до необхідних базових характеристик.
- Ізольований DB виконаний під маленьким **кидком** не зараховується.
- Ізольований DB “під польотом” є видом роботи з предметом; тому його можна виконувати лише один раз у кожній вправі, незалежно від типу кидка/бумеранга.
- Якщо ізольований DB виконується під польотом, то не можна виконувати **інший DB будь-якої вартості** з цим кидком і/або ловлею, навіть якщо цей DB призначений тільки як критерій для DA, або подібний до нього. Тільки перша із DB буде зарахована.
- Якщо предмет втрачений після DB під польотом, то DB не зараховується.

2.6.4. Серія стрибків DB (із або без ротації) з 1 Складністю **під польотом**:







- Кидок предмету під час 1-го DB, 2-го DB під польотом і ловлею під час 3-го DB може бути виконана **тільки один раз в кожній вправі** незалежно від типу кидка.
- Якщо предмет **втрачений протягом 3-го DB**, ні DB під час польоту, ні DB під час ловлі не зараховується. Тільки DB виконаний під час кидку предмета зараховується.
- Якщо предмет **спіймано до або після 3-го DB**, ні DB під польотом, ні DB під час ловлі не зараховуються. Тільки DB виконаний під час кидку предмета зараховується.
- Ця серія можлива на додаток до ізольованої DB, що виконується під час польоту (це не є повторенням технічного елементу апарату " DB під час польоту").
- Будь-яка інша конструкція, наприклад, з 2-ма DB під польотом або без правильної серії, неможлива: "Під польотом" не буде зараховано, як технічний елемент предмета; будуть оцінюватися тільки DB під час кидка та ловлі.





2.6.5. Поки **кожна гімнастка** виконує **1 технічний елемент з предметом** під час DB, цей елемент із предметом, або будь-яка додаткова робота з предметом може бути виконана з **передачею/обміном** предмета **між гімнастками**. Цей принцип діє тільки для DB що виконуються синхронно або в окремих підгрупах; він не може бути використаний послідовно для створення СС;

Пояснення / Приклади	
Під час рівноваги DB, всі гімнастки котять м'яч по підлозі, а 1 з гімнасток виконує цей переكات партнеру	<u>DB дійсна:</u> Всі гімнастки виконують технічний елемент "переكات на підлозі" (цей технічний елемент не вимагає підбору)
Під час рівноваги DB всі гімнастки відбивають м'яч партнеру. Після рівноваги DB, 1 гімнастка ніколи не отримує м'яч, тому що інша гімнастка отримує 2 м'ячі	<u>DB недійсна:</u> Технічний елемент "відбив і підбір" не виконала 1 гімнастка
Під час стрибка DB, всі гімнастки виконують високий кидок обруча партнеру	<u>DB дійсна:</u> Усі гімнастки виконують технічний елемент "високий кидок" DE дійсна (див. #4.3)
Під час стрибка DB, всі гімнастки послідовно виконують відбив до партнера	<u>DB недійсна:</u> DB з передачею предмета між гімнастками дозволяється тільки з синхронізацією або в окремих підгрупах СС не дійсний з DB (див. #6.6.2)

3.3. Зведені таблиці технічних груп предметів, специфічних для кожного предмету









3.3.1. ОБРУЧ

Технічні групи предмету	
 Великий переكات обруча по мінімум 2 великим сегментам тіла	 Переكات обруча по підлозі
 Обертання обруча навколо своєї осі: Навколо пальців або навколо або на частині тіла (мін. 1)	 Обертання (мін 1) на підлозі навколо осі
 Обертання обруча навколо руки або навколо частини тіла (мін. 1)	 Ковзання обруча по мінімум 2 великим сегментам тіла
 Проходження через обруч повністю або частиною тіла (2 великі частини тіла)	

Пояснення / Приклади	
<i>Технічні елементи з обручем (з кидком і без) повинні виконуватися в різних площинах, напрямках і осях.</i>	
	Мінімум 2 великих сегменти тіла повинні пройти через обруч: <i>Прик: Голова/шия + тулуб; руки + тулуб; тулуб + ноги тощо.</i> Це може бути проходження через обруч: Все тіло всередину і назовні, або проходження всередину, не виходячи з нього, або навпаки.
	Великий переكات: Мінімум 2 великі сегменти тіла повинні бути пройдені без зупинки. Приклад: З правої руки в ліву по всьому тілу; тулуб + ноги; рука + спина і т.д. Примітка для великого перекаату в рівновазі DB (крім динамічних рівноваг): Імпульс для перекаату може бути зроблений одночасно з імпульсом для DB, або після імпульсу для DB. Очікується, що після початкового імпульсу форма рівноваги DB буде зафіксована на час перекаату. Якщо це не так, то великий переكات не є технічним елементом предмету для рівноваги DB.
	Під час обертання обруча на підлозі рука/пальці гімнастки можуть контактувати з обручем, або це може бути "вільне" обертання обруча. DB може виконуватися під час подачі імпульсу, або з передачею через обруч, або з підбором обруча (не з обручем, що вільно обертається поруч з гімнасткою, яка виконує).
	Переكات може бути маленьким або великим. DB може виконуватися під час подачі імпульсу обертання, або з проходом над обручем, або з підбором обруча (не з обручем, що вільно обертається поруч з гімнасткою, яка виконує DB).

3.3.2. М'яч









Технічні групи предмету	
 Великий пережат м'яча через мінімум 2 великі сегменти тіла	 Пережат м'яча по підлозі (мін. 1)  Серія із 3 маленьких пережатів: Комбінація маленьких пережатів по тілу <ul style="list-style-type: none"> • Серія з 3 допоміжних маленьких пережатів по тілу
 Фігура "Вісімка" м'яча з круговим рухом руки(рук)	 <ul style="list-style-type: none"> • "Перекидний" рух М'яча (мін. 1) • Обертання рук навколо м'яча (мін. 2) • Вільне обертання М'яча на частині тіла, в тому числі на кінчику пальця (мін. 1)
 Ловля м'яча однією рукою	 Відбив від підлоги після високого кидка і прямий підбір з використанням різних частин тіла (не рук)
 Відбиви: <ul style="list-style-type: none"> • Серія (мін. 3) маленьких відбивів (нижче рівня колін) від підлоги • Високий відбив (рівень коліна і вище) від підлоги (мінімум 1) 	

Пояснення / Приклади

Робота з м'ячем, який тримають двома руками, не є типовою для цього предмету, тому вона не повинна перевантажувати композицію.

Виконання всіх технічних груп з підтримкою м'яча на руці є правильним тільки тоді, коли пальці з'єднані природним чином і м'яч не торкається передпліччя.









	<p>Маленький перекат</p> <p>Мінімум 1 сегмент тіла повинен бути пройдений</p> <p>Приклади сегментів тіла: Рука до плеча; шия до попереку; стопа до коліна тощо.</p> <p>Примітка: маленькі переكاتи дійсні тільки в серії з 3 штук</p>	<p>Великий перекат</p> <p>Мінімум 2 великі сегменти тіла повинні бути пройдені без перерви</p> <p>Приклади: З правої руки в ліву по всьому тілу; тулуб + нога(и); рука + спина і т.д.</p> <p>Примітка для великого перекаату в рівновазі DB (крім динамічних рівноваг): Імпульс для перекаату може бути зроблений одночасно з імпульсом для DB або після імпульсу для DB. Після початкового імпульсу очікується, що рівновага DB буде фіксованою на час перекаату. Якщо це не так, то великий перекат не є технічним елементом для рівноваги DB.</p>
	<p>Фігура "Вісімка" м'яча з круговим рухом руки(рук): необхідно виконати 2 послідовних кола.</p>	
	<p>Повинен бути виконаний з високого кидка (не з маленького кидка/поштовху) без додаткової підтримки тіла, в тому числі й іншою рукою.</p>	
	<p>Активний відбив складається з активного випуску (гімнастка штовхає м'яч на підлогу) і підбору. Елементи, в яких м'яч падає на підлогу пасивно, не належать до жодної технічної групи предмета.</p> <p>DB може виконуватися під час фази відштовхування, під час контакту з підлогою або під час підбору.</p>	
	<p>"Перекидний" рух М'яча:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обертальний рух 1 рукою навколо м'яча або обертання м'яча навколо 1 руки • М'яч знаходиться в постійному контактi з рукою (немає фази польоту) • Мінімум 1 оберт <p>Обертання рук навколо М'яча:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обертальні рухи руками навколо м'яча, при цьому пальці рук з'єднані між собою природним чином • М'яч знаходиться в постійному контактi з руками (відсутня фаза польоту) • Обертання необхідно виконувати всією рукою/долонею (не тільки кінчиками пальців) • Мінімум 2 оберти <p>Вільне обертання м'яча на частині тіла:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Мінімум 1 оберт 	
	<p>Перекаат може бути маленьким або великим.</p> <p>DB може виконуватися з подачею імпульсу або з підбором м'яча (не з проходом над м'ячем, що котиться, і не з м'ячем, що вільно котиться поруч з гімнасткою, яка виконує DB).</p>	






3.3.3. БУЛАВИ



Технічні групи предмету	
<p>Млинок(ки): 1 млинок складається із мінімум 4-6 маленьких кіл булав із затримкою в часі та чергуванням схрещених і не схрещених зап'ясть/кистей рук, щоразу тримаючи їх за кінець (маленька головка).</p>	<p>Вільні обертання 1 або 2 булав (з'єднаних або роз'єднаних) на частині тіла або навколо неї, або навколо іншої булави</p> <ul style="list-style-type: none"> Постукування булавами одна об одну (мін. 1 постукування) або по підлозі (мін. 2 постукування) Ковзання булави по мін. 2 великим сегментам тіла
<p>Невеликі кидки 2 роз'єднаних булав з мін. обертанням на 360° і ловлею: Разом одночасно або по черзі</p>	<p>Невеликий кидок 2 з'єднаних булав</p>
<p>Асиметричні рухи 2 булав</p>	<p>Великий переكات через мінімум 2 великі сегменти тіла з 1 або 2 булавами</p> <p>Перекочування 1 або 2 булав по частині тіла або по підлозі</p>
<p>Невеликі кола (мін. 1) обома булавами, одночасно або по черзі, по 1 булаві в кожній руці, тримаючи за кінець (маленька головка)</p>	<p>Серія (мін. 3) маленьких кіл з 1 булавою, яку тримають за кінець (маленька головка)</p>
Пояснення / Приклади	
<p>Типовою технічною характеристикою є робота обома булавами разом, по 1 в кожній руці, з маленькою головкою всередині долоні. Ця технічна робота повинна переважати в композиції.</p> <p>Будь-які інші форми тримання булав не повинні переважати, наприклад, тримання булави за тіло або шию, або 2 булави, з'єднані разом.</p> <p>Постукування, переكاتи, обертання, відскоки або ковзання також не повинні переважувати композицію.</p>	
	<ul style="list-style-type: none"> "Млинок" складається з мінімум 4 маленьких кіл булав (приклад: по 2 з кожного боку) із затримкою в часі і чергуванням схрещених і не схрещених зап'ясть щоразу. Руки повинні бути якомога ближче одна до одної. Млинки можуть розташовуватися у вертикальній або горизонтальній площині: <ul style="list-style-type: none"> Вертикальні млинки - імпульс кола може бути як вперед, так і назад, за годинниковою стрілкою або проти годинникової стрілки. Горизонтальні млинки - імпульс кола може бути як правим, так і лівим. Млинки бувають 2-х і 3-х секційні: <ul style="list-style-type: none"> 2-колові (подвійні) млинки - мін. 4 чергування малих кіл булав (по 2 з кожного боку). Зап'ястя / руки схрещуються, потім розхрещуються. 3-колові (потрійні) млинки - мін. 6 чергувань маленьких кіл булав (по 3 з кожного боку зі схрещуванням рук щоразу).
	<ul style="list-style-type: none"> Повинні виконуватися з різними рухами за формою або амплітудою <u>та</u> робочими площинами або напрямком кожної булави. Невеликі обертання із затримкою в часі або в різних напрямках не вважаються асиметричними рухами, оскільки вони мають однакову форму і однакову амплітуду. Постукування не має чіткої робочої площини/напрямку і не може бути частиною асиметричних рухів. Булави повинні бути по 1 в кожній руці (ніяких кидків, ніяких асиметричних кидків, ніяких каскадних кидків).
	<ul style="list-style-type: none"> Постукування 2 булав одна об одну: Мінімум 1 дотик Постукування 1 або 2 булавами по підлозі: Мінімум 2 послідовних удари (2 удари одночасно не достатньо)





3.3.4. СТРІЧКА

Технічні групи предмету	
 <ul style="list-style-type: none"> Спіралі (мінімум 4 петлі), жорсткі і однакової висоти, в повітрі або на підлозі <p>І/АБО</p> <ul style="list-style-type: none"> "Шпага" (мін. 4 петлі) 	 <ul style="list-style-type: none"> Обертальний рух стрічкової палички навколо руки Обгортання (розгортання) Паличку тримають без рук (наприклад, шия, коліно, лікоть) під час рухів або складності з обертанням (не "повільне обертання"), створюючи повний круговий візерунок тканини навколо тіла
 <p>Змійки (мінімум 4 хвилі), жорсткі і однакової висоти, в повітрі або на підлозі</p>	
 <p>"Бумеранг": Відпустити, потягнути назад за кінець стрічки і зловити паличку</p>	 Великий переكات палички стрічки по мінімум 2 великим сегментам тіла  Переكات палички стрічки по частині тіла
 <p>"Ешappe": Обертання палички під час польоту та ловля палички</p>	 Проходження всім тілом або частиною тіла через або над візерунком стрічки

Пояснення / Приклади	
<p>Елементи, не характерні для техніки стрічки, не повинні перевантажувати композицію. (Приклади: Загортання/розгортання, переكاتи або ковзання палички, поштовх/відштовхування)</p>	
	<p>"Шпага": Вся паличка разом з рукою входить у спіральний візерунок, утворений стрічкою (палиця схожа на "шпагу"); вихід палички зі спірального візерунка необов'язковий: Відведення руки/палиці назад або невеликий кидок/ешappe.</p>
	<p>"Бумеранг" складається з 3 частин:</p> <p>4. Випуск (кидок) палички в повітря або по підлозі.</p> <ul style="list-style-type: none"> Немає жодних обмежень щодо тканини стрічки: Кінець можна тримати в руках, тканина може ковзати по тілу/в руці, або ж стрічка може бути повністю вільною протягом будь-якого часу, доки кінець не буде витягнутий до того, як паличка торкнеться підлоги або не зупиниться на підлозі. <p>5. Потяг назад, що досягається утримуванням кінця тканини (максимум 50 см від кінця), виконується, коли тканина витягнута в повітрі (з торканням або без торкання паличкою підлоги) або витягнута вздовж підлоги.</p> <ul style="list-style-type: none"> Виконується потяг назад <ul style="list-style-type: none"> під час польоту, одразу після закінчення польоту, для випусків уздовж підлоги: Також можливий після короткого простягання стрічки вздовж підлоги. Бумеранг може бути виконаний з 1 або більше відтягуванням назад перед тим, як зловити паличку. Всі дії між початковим відпусканням і ловлею палички відносяться до одного технічного елементу предмета (не 2 або більше окремих бумерангів). <p>6. Ловля палички. Елемент, який включає в себе тільки потяг стрічки назад і ловлю палички, без відпускання, не відповідає визначенню бумерангу.</p>
	<p>Мінімум 2 великих сегменти тіла повинні проходити через візерунок стрічки. (Приклад: голова/шия + тулуб; руки + тулуб; тулуб + ноги тощо). Це може бути проходження крізь або над візерунком Стрічки: Всім тілом всередину і назовні, або проходженням всередину без зупинки, або навпаки.</p>
	<p>"Ешappe" - це тип невеликого кидка, який включає в себе обертання палички в польоті і ловлю палички. Техніка обертання палички в польоті можлива для високого кидка і буде оцінюватися як високий кидок (не Ешappe) в залежності від його висоти.</p>
	<p>Для всіх типів ловлі стрічки, як правило, предмет слід ловити за кінець палички. Дозволяється навмисний захват стрічки за її матеріал в зоні приблизно 50 см від кріплення, за умови, що цей захват виправданий для наступного руху або фінальної пози. Якщо стрічка ненавмисно захоплена за матеріал (помилково), технічний елемент не зараховується і не може зарахувати жодну складність.</p>

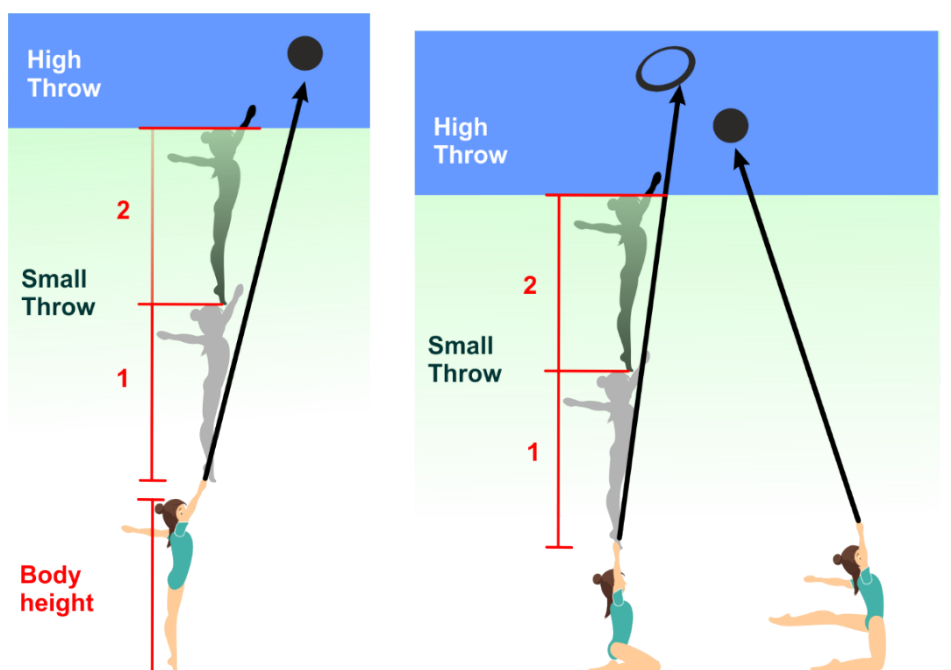
3.4. Зведені таблиці технічних груп предметів, дійсні для всіх предметів

3.4.1. Високі кидки і ловля предмета

	Високий кидок предмета: вище двох зростів гімнастки стоячи
	Високий кидок двох роз'єднаних булав: вище двох зростів гімнастки стоячи Для асиметричних та каскадних кидків, достатньо, щоб одна з булав відповідала вимогам щодо високих кидків
	Ловля предмета після (з) високого кидка
	Одновременна ловля двох роз'єднаних булав після (з) високого кидка Обидві булави (під час польоту) повинні відповідати вимогам високого кидка

Пояснення / Приклади	
Що означає зловити предмет «з польоту»?	Після кидка, предмет знаходиться у вільному польоті в повітрі. Зловити (спіймати) предмет означає – повернути предмет з польоту. Якщо гімнастка навмисно дозволяє перед ловлею предмету відбитись(відскочити) йому від підлоги, то це не ловля, а відбій предмета від підлоги.
Уточніть, будь-ласка, висоту кидків. З якої точки вимірюється висота кидків?	Висота кидка вимірюється від (з) точки випуску предмета.
Чи буде зарахована (дійсна) ловля, якщо предмет торкається підлоги?	Якщо гімнастка контролювано ловить предмет і в цей самий момент торкається предметом до підлоги, то така ловля предмета буде зарахована, але можуть бути застосовані пенальті судьями бригади виконання Е (див. Виконання п. 2.3.8) Якщо предмет торкається підлоги до моменту (контрольованої) ловлі, це вважається втратою предмета, відповідно це не зараховується (ловля не дійсна) і застосовуються пенальті судьями бригади виконання Е. Дивіться також пояснення/приклад для ловлі стрічки (Виконання п.3.3.4)
Що робити судді, якщо гімнастки в групі мають різний зріст?	Оцінка зросту - це оцінка, а не точне вимірювання. Суддя повинен оцінювати відповідно до середнього зросту в групі.

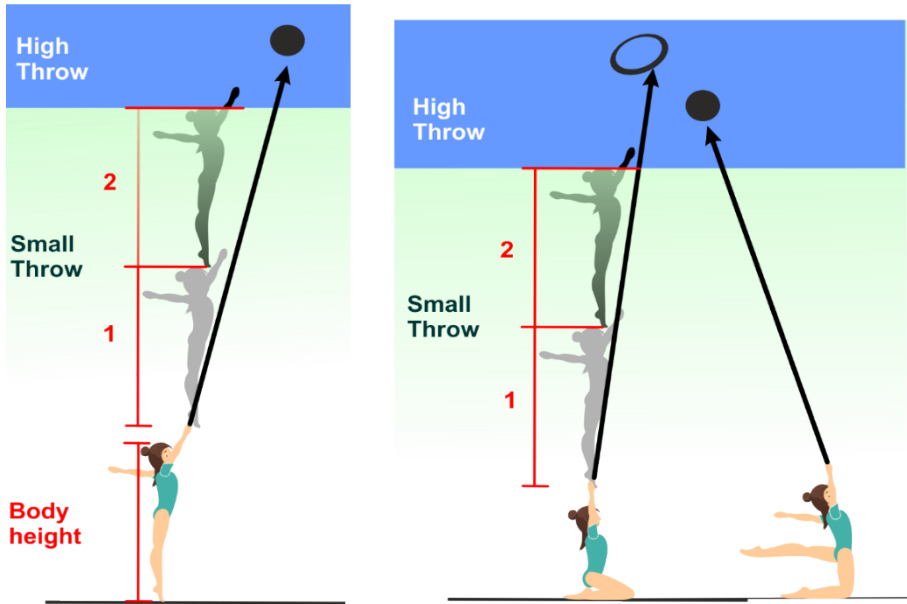
Приклад 1: Високий кидок



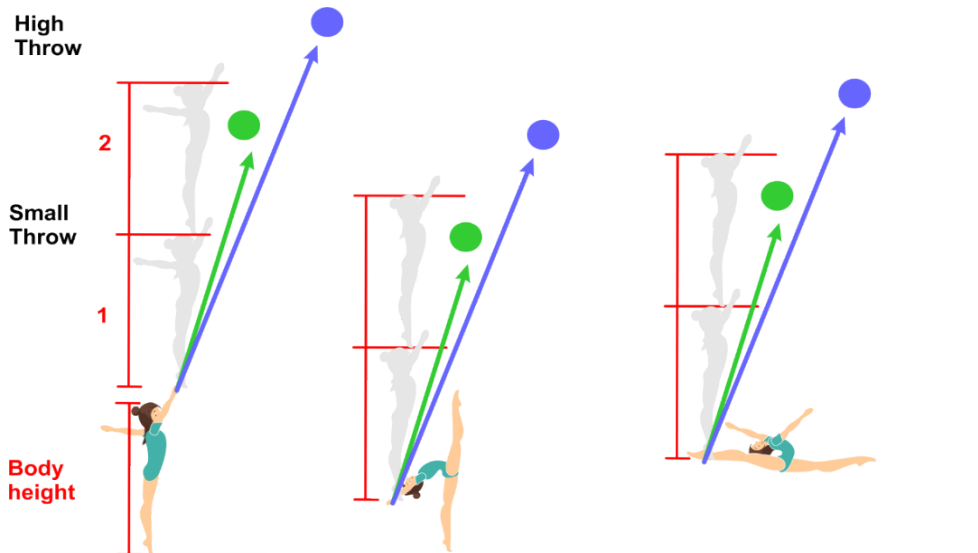
3.4.2. Маленькі кидки і ловля предмету

→	<p>Малий кидок і ловля предмета з польоту: близько до тіла гімнастки, не вище двох зростів стоячи гімнастки, з мінімум однією чітко видимою фазою польоту:</p> <ul style="list-style-type: none"> • З кидком/ відштовхуванням в повітря • З відбивом від тіла гімнастки • З вільним падінням предмета (з висоти) • Для кидка однієї булави: з обертанням на 360° або без <p>Примітка: малий кидок двох булав без обертання на 360° (не зараховується, як технічний елемент предмету) не є дійсним технічним елементом предмету</p>
---	---

Приклад 2: Маленький кидок




Приклад 3: Висота кидків: Високі та низькі кидки, коли тіло рухається під час кидка




3.4.3. ДВ під час польоту предмету або бумерангу

	<p>ДВ, що виконується під час польоту предмету з високого кидка або бумеранга (окремо; #2.6.3, з серіями; #2.6.4)</p>
--	---

3.4.4. Робота предмету

	<ul style="list-style-type: none">• Великий круг(-и)• Для стрічки: Круг (-и) можуть бути середніми або великими, обидва варіанти розглядаються, як один і той самий технічний елемент предмета (всі інші аспекти однакові)• «Вісімка» (не для м'яча)• Передача предмета за допомогою рук або без участі рук навколо будь-якої частини тіла або під ногою (ногами)• Передача предмета без участі(допомоги) рук принаймні двома частинами тіла гімнастки (без рук)• Прохід над предметом усім тілом або частиною тіла без передачі предмета з руки в руку або з однієї частини тіла в іншу частину тіла
---	--

Пояснення / Приклади	
	<i>Середній або великий круг: предмет має виконати повний круг 360°</i>
	<i>«Вісімка»: мають бути представлені два повних(завершених) круги</i>

3.4.5. Нестабільний баланс: Складний взаємозв'язок тіла з предметом з ризиком втрати предмета: Див. розділ "Складність RGI", #3.4.5.

3.5. Статичний предмет

3.5.2. Предмет повинен бути в русі або в позиції нестабільного балансу, а не просто утримуватись або стискатись **тривалий час**

3.5.3. Статичний предмет – предмет, який утримується або стиснутий

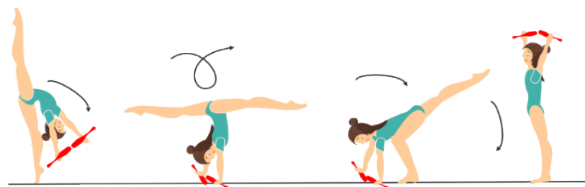
- “Предмет утримується” означає, що предмет міцно утримується однією або двома руками і/або однією або більше частинами тіла (не в стабільному балансі)
- Предмет утримується “тривалий час” означає утримання протягом 4 або більше секунд.

3.5.4. Коли одна булава знаходиться в польоті, допускається, щоб друга булава була нерухома (без пенальті за статичний предмет).

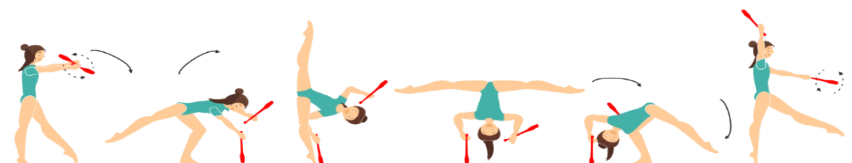
3.5.5. **Якщо у гімнастки кілька предметів** (наприклад, 2 м'ячі або пара булав і обруч), жоден з цих предметів не може бути нерухоми. Якщо 1 або більше предметів нерухоми, застосовується пенальті Виконання.

3.5.6. Не допускається статична опора на предмет (композиційна помилка або помилка виконання). Проте, допускається виконання преакробатичних елементів з предметом, який знаходиться(лежить) на підлозі між руками (менше 4 секунд).

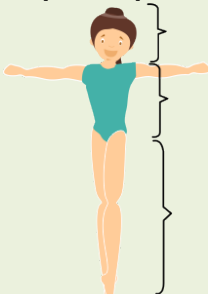
Приклад: Переворот назад з опорою на дві руки, булави в кожній руці лежать на підлозі між руками (Преакробатичний елемент можна виконати з опорою на одну руку з таким самим положенням булав)



3.5.7. Преакробатичний елемент виконаний з опорою на предмет, без контакту будь-якої частини тіла з підлогою, є забороненим. Бригада виконання: пенальті 0.3 бала за заборонену техніку виконання.



3.6. Технічні елементи предмету повинні відрізнятися під час DV

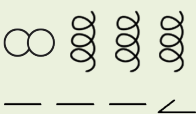
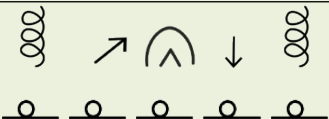
Пояснення / Приклади	
<p>Технічні елементи предмету відрізняються, якщо вони виконуються:</p>	<p>В різних площинах</p> <ul style="list-style-type: none"> Площини оцінюються відносно простору : горизонтальна, фронтальна, сагітальна. Для спіралей критерій «площини» не застосовується. Спіралі повинні мати різний напрямок і/або різний рівень.
	<p>“Різні напрямки” оцінюють так: Прохід через предмет: прохід в предмет–прохід з предмету– повний прохід вперед–повний прохід назад–повне проходження боком– це все різні.</p> <p>Технічні елементи , що виконуються в різних напрямках відносно тіла, різні, наприклад: спіралі рукою попереду тіла, спіралі рукою в сторони, спіралі рукою позаду тіла.</p> <p>Кожен технічний елемент можна <u>повторити з тулубом у 2 різних напрямках</u>, усі інші аспекти залишаються однаковими, наприклад: Тулуб вертикально + вбік, тулуб вперед+ назад, тулуб вбік + прогин спини та ін.</p> <p>Усі інші варіанти напрямків вважаються одним й тим самим технічним елементом предмета:</p> <ul style="list-style-type: none"> Однакові «млинки» вперед і назад Однакові маленькі круги з 2 булавами всередину і маленькі круги 1 булавою всередину + 1 булавою назовні Однакові спіралі всередину і спіралі назовні Однаковий великий круг всередину і великий круг назовні Однаковий великий пережат зліва направо і справа наліво
	<p>На різних рівнях</p>  <div style="display: flex; flex-direction: column; align-items: flex-end; margin-top: 10px;"> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">Рівень 1: Від голови до плечей</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px; margin-bottom: 10px;">Рівень 2: Від грудей до талії</div> <div style="border: 1px solid black; padding: 5px;">Рівень 3: Від стегон до стоп</div> </div>
	<p>Технічний елемент, виконаний різними частинами тіла, а саме:</p> <ul style="list-style-type: none"> Різними частинами тіла, наприклад, відбив рукою, відбив коліном На різних частинах тіла Пережати та ковзання по різних частинах тіла Для відбивів один раз під ногою і один раз не під ногою - відрізняються Різні частини тіла, які проходять через предмет, наприклад, руки та тулуб, ноги і тулуб, усе тіло
<p>Різні техніки кидків</p>	

3.6.2. Ідентичні технічні елементи предметів

- 3.6.2.1. Якщо технічний елемент предмета **виконаний однаково** під час 2 окремих DB, 2-гий DB у хронологічному порядку не зараховується (без пенальті).
- 3.6.2.2. Кожна DB повинна бути представлена мінімум 1 новим (не виконаним у жодній попередній DB вправі) технічним елементом з предметом, щоб бути зарахованою; додаткові технічні елементи з предметом можуть бути повтореннями.
- 3.6.2.3. Ідентичні технічні елементи предмета, виконані **на 2 різних DB** (з однієї або різних груп тіла), **не вважаються "різними"** технічними елементами предмета.
- 3.6.2.4. Однакові технічні елементи предмета, виконані **правою рукою, а потім лівою, не вважаються "різними"** технічними елементами предмета.
- 3.6.2.5. Для **рівноваги "Фуєте"** для зарахування DB необхідний 1 технічний елемент на будь-якій фазі рівноваги. Цей технічний елемент **не може бути повторенням відповідно до пункту 3.6.** Якщо ця вимога виконується, можна виконувати додаткові технічні елементи предмета.

Пояснення / Приклади
<i>Якщо група виконує один і той самий відбив м'яча під час стрибка, а потім під час рівноваги, рівновага не буде зарахована.</i>
<i>Якщо група виконує спіралі зі стрічкою під час повороту, а потім в іншій частині вправи виконує інший поворот з тими ж спіралями, то 2-гий поворот (в хронологічному порядку) не буде зарахований.</i>
<i>Якщо група виконує стрибок "ан турнан" під польотом предмета, а потім в іншій частині вправи виконує поворот під польотом предмета, то поворот не зараховується.</i>
<i>Якщо група виконує спіралі + велике коло над головою в рівновазі Фуєте, а потім в іншій частині вправи виконує ще один поворот з тим же великим колом над головою, поворот не буде зараховано.</i>

- 3.6.2.6. **Серія** стрибків або поворотів може бути виконана з **однаковими або різними технічними елементами предмета** для кожного DB. Однакові технічні елементи з предметом можуть виконуватися послідовно або окремо. Комбінування високого кидка і ловлі (див. #2.6.4) з іншими технічними елементами також дозволяється.

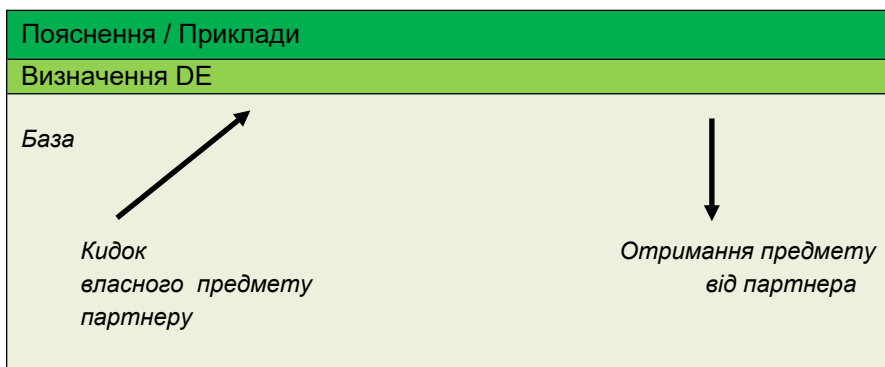
Пояснення / Приклади	
Складності	Пояснення
	<p><i>Під час серії допускаються різні технічні елементи предметів (великий круг, спіралі) та ідентичні технічні елементи предметів (2 рази однакові спіралі).</i></p> <p><i>4-ий стрибок з іншої клітинки стрибків: не є частиною серії стрибків, повтор однакових спіралей не допускається.</i></p> <p><i>3-и стрибки в шпагат мають дійсні технічні елементи предметів, а 4-ий стрибок не містить дійсного технічного елемента предмета.</i></p>
	<p><i>Однакові спіралі в двох елементах 2 DB під час серії, які повторюються роздільно, дозволяються, також у поєднанні з високим кидком і ловлею.</i></p> <p><i>Усі 5 DB мають дійсні технічні елементи предмета.</i></p>

4. СКЛАДНІСТЬ З ОБМІНОМ (DE)

4.1. **Визначення**

4.1.1. Обмін предметами при виконанні кидка у висоту та/або довжину, де **всі 5 гімнасток повинні взяти участь у 2 діях:**

- **Кидок** власного предмету партнеру
- **Отримання** предмету від партнера, зловивши його з польоту



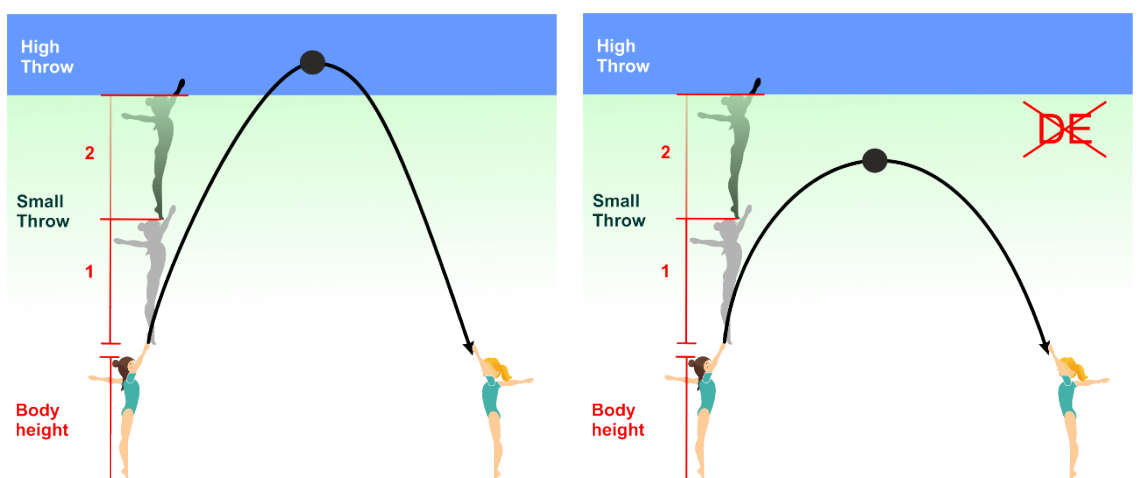
4.1.2. DE зараховується тільки тоді, коли обміни предметами між гімнастками виконуються **ВИСОКИМИ або довгими кидками (без бумеранга)**. Обмін, який не є ні високим, ні довгим, не зараховується.

4.1.3. Кожна гімнастка повинна **зловити** предмет, отриманий від партнера, щоб DE було зараховано. DE з послідовним відбивом **партнеру, відскоком партнеру або перекатом партнеру не зараховується**.

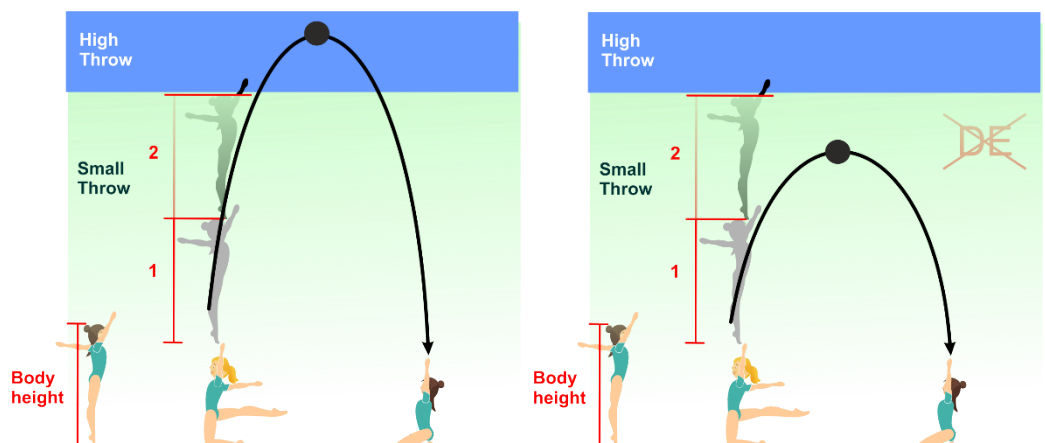
4.1.4. **Типи кидків:** Висота/відстань вимірюється від точки, де предмет випускається.

4.1.4.1. **Високі кидки** визначаються необхідною висотою: **Більше 2 висот** гімнастки, що стоїть.

Приклад: Високий кидок:
DE з високим кидком предмета в положенні стоячи
(більше 2 висот стоячої гімнастки)

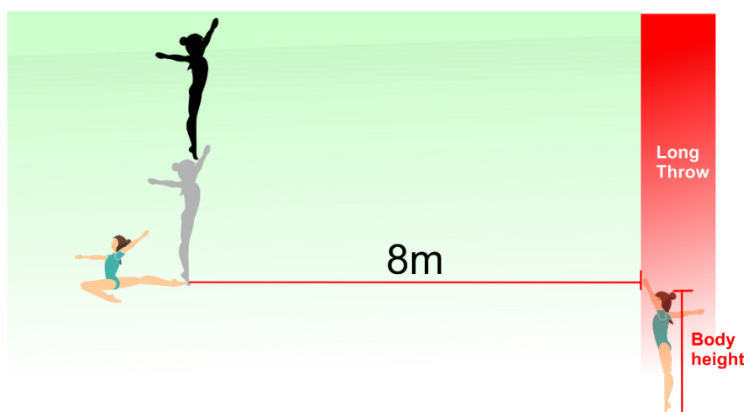


Приклад: Високий кидок
DE з високим кидком предмета в положенні на колінах
(більше 2 висот гімнастки, що стоїть)

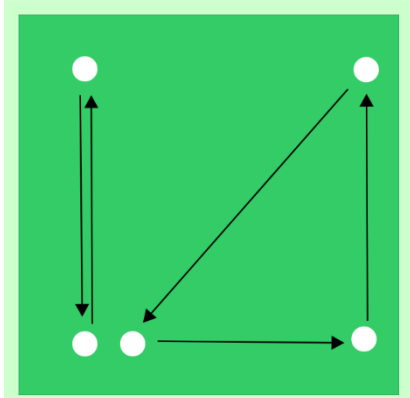
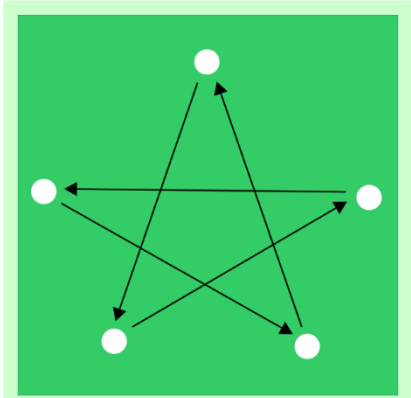
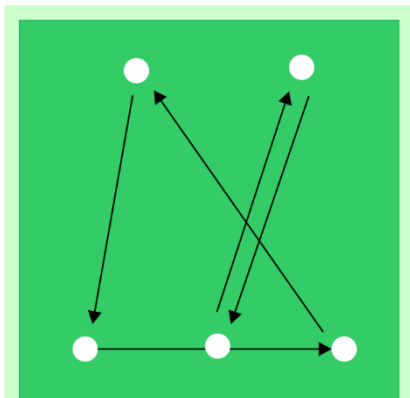
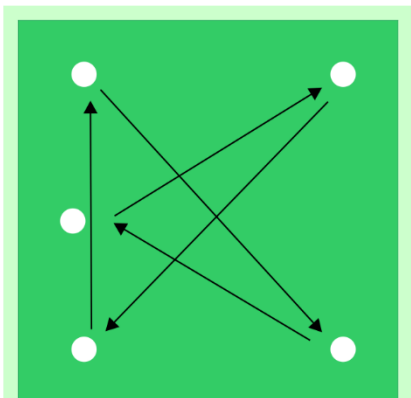


4.1.4.2. **Дальність кидка** визначається відстанню не **менше 8 метрів** між гімнастками. Відстань у 8 метрів повинна бути між гімнастками, які обмінюються один з одним, в момент кидка і/або в момент ловлі.

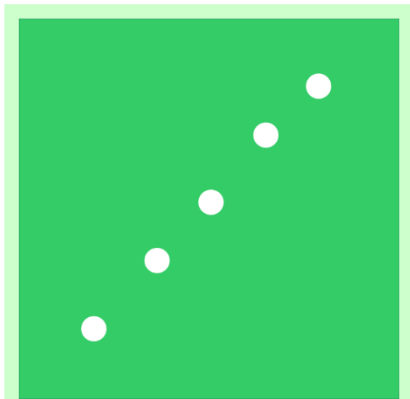
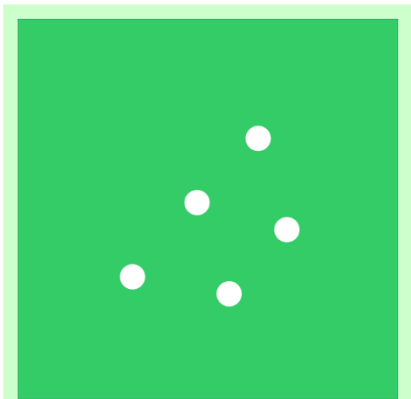
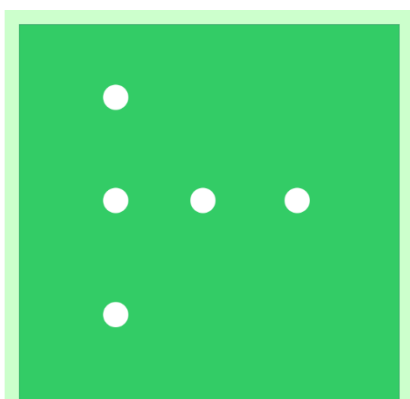
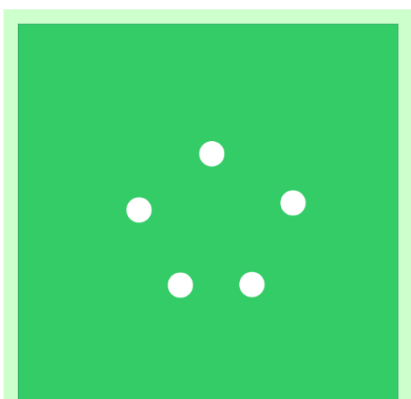
Приклад: Довгий кидок:
DE з дальнім кидком предмета
(мінімум 8 метрів)



Приклади побудов з відстанню 8 метрів (незалежно від висоти)



Приклади побудов без відстані 8 метрів



Пояснення / Приклади	
Коли 5 гімнасток намагаються кинути предмет з відстані 8 метрів і низької висоти (менше 2 висот стоячої гімнастки), але 2 гімнастки в підгрупі мають менше 8 метрів: Чи дійсний ДЕ?	Ні, ДЕ не є дійсним. Якщо кидок невисокий, всі 5 гімнасток повинні виконати його на відстань не менше 8 метрів.




4.1.5. Складність з обміном з **1 типом предмета**: Може виконуватися 5 гімнастками, які обмінюються предметами одночасно, або підгрупами, які обмінюються предметами в різні моменти:

- 3 однаковою або різною висотою кидків предмета
- 3 гімнастками на місці або зі зміною побудови
- 3 ДЕ, що виконується в **підгрупах**: Щоб бути зарахованою, 1-ша підгрупа повинна зловити предмет до того, як 2-га підгрупа кине предмет.

4.1.6. Складність з обміном з **2 типами предметів**: Може виконуватися 5 гімнастками, які кидають разом в один момент, або в підгрупах, які кидають в різні моменти:

- 3 однаковою або різною висотою кидків предмета
- 3 гімнастками на місці або в переміщенні
- 3 ДЕ, що виконується в **підгрупах**: Щоб бути зарахованою, 1-ша підгрупа повинна зловити предмет до того, як 2-га підгрупа кине предмет.
- 3 ДЕ, що виконується в **підгрупах**: Для того, щоб бути зарахованими, кожна підгрупа повинна мати **однаковий предмет** (наприклад, підгрупа 1: 3 м'ячі; підгрупа 2: 2 обручі).

Пояснення / Приклади	
5 гімнасток кидають предмет у підгрупах: 1-ша підгрупа : 2 гімнастки виконують Обмін з відстані 8 метрів і низької висоти (менше 2 висот гімнастки, що стоїть) Після, 2-га підгрупа : 3 гімнастки виконують Обмін з високими кидками. Чи дійсний ДЕ?	Так, ДЕ є дійсним. Можливе виконання Обміну з різною висотою кидків предмета при виконанні 5 гімнасток разом або в підгрупах, що виконують кидки в різні моменти.

Пояснення / Приклади	
Обмін предметами між гімнастками	
	<ul style="list-style-type: none"> • Якщо м'яч спійманий у 2 руки (незалежно від кількості гімнасток), Складність з обміном зараховується з пенальті Виконання (кожен раз).
	<ul style="list-style-type: none"> • Складність з обміном дійсна як при кидку 1 булави, так і при кидку 2 булав. • Кидок 2 з'єднаних булав вважається кидком 1 булави.
	<ul style="list-style-type: none"> • Обмін шляхом кидання Стрічки дійсний лише за умови, що предмет повністю вільний у просторі на будь-який період часу (без бумерангу). <i>R</i> • У всіх випадках ловлі стрічки, як правило, предмет слід ловити за кінець палички. Дозволяється навмисна ловля стрічки за її матеріал в зоні приблизно 50 см від кріплення, за умови, що ця ловля виправдана для наступного руху або фінальної пози. Якщо Стрічка ненавмисно зловлена за тканину (помилково), технічний елемент не зараховується, а обмін недійсний.

4.2. Вимоги

4.2.1. **Мінімум 4, максимум 5 DE** будуть оцінюватися в хронологічному порядку.



Пенальті: 0.30 б. за менш ніж 4 виконані DE

4.2.2. Якщо група виконує **більше 5 DE**, будуть оцінені тільки перші 5 в хронологічному порядку. Додаткові DE понад ліміт не будуть оцінюватися (без пенальті).

4.3. DB, що виконується під час ДЕ

4.3.1. **Окрема Складність тіла (DB)** з будь-якою вартістю може бути виконана або на кидку, або під час польоту, або на ловлі DE. І DB, і DE **оцінюються** і зараховуються в загальну кількість DB і DE.

Пояснення / Приклади	
DB будь-яка вартість	Складність тіла (DB) може бути виконана <u>один раз</u> під час DE:

4.3.2. DB, виконаний в DE, зараховується тільки тоді, коли **один і той же DB виконаний всіма 5 гімнастками**. Якщо виконуються різні DB, це рахується спробою 1 DB і DB не зараховується. DE оцінюється.

4.3.3. Кожна DB (кожне поле таблиці) зараховується тільки один раз. Якщо та сама DB (з одного поля таблиці) **повторюється, то повтор не зараховується** (без пенальті) і рахується як спроба DB. DB, виконана як Складність тіла без обміну, **не може бути повторена у DE**. DE у такому випадку оцінюється.

4.3.4. Кожна DB вимагає **дійсного технічного елемента предмету**:

- Окрема **DB під час польоту** високого кидка може бути виконана тільки один раз у кожній вправі.
- Якщо DB виконується з **кидком або ловлею**, які повторюються однаково, DB не зараховується.

4.3.5. Якщо **DE** не є дійсним, **DB** може бути дійсною, якщо вона виконана відповідно до його визначення і з дійсним технічним елементом предмета.

4.3.6. DB, який визначається **ротацією або положенням на підлозі**, може бути зарахований тільки як **DB**, а не як додатковий критерій обміну.

4.3.7. Якщо під час обміну виконується **більше 1 DB**, тільки 1-ша DB оцінюється як DB і тільки 1-ша DB зараховується до загальної кількості DB. DE у такому випадку оцінюється.

4.4. Оцінювання DE

4.4.1. Базова вартість і символ Складності з обміном: 0.20 б. ↗↓

4.4.2. Вартість DE може бути збільшено за **додатковими критеріями**. Додаткові критерії зараховуються тільки при **однаковому виконанні** всіма 5 гімнастками наступним чином:

- При виконанні одним і тим же **предметом** (наприклад, 5 м'ячів): Ідентичне виконання, наприклад, 5 м'ячів ловляться однаково "без допомоги рук".
- При виконанні з **різними предметами** (наприклад, 3 обручі та 2 пари булав):
 - Ідентичні критерії виконуються з кожним предметом, наприклад, 3 обручі спіймані однаково "за межами поля зору" і 2 булави спіймані однаково "без допомоги рук".
 - Однакова кількість критеріїв повинна бути виконана при кидку та/або ловлі для кожного типу предмету.
- **Ротація** під час кидка та/або під час польоту: Кожна ротація повинна бути виконана однаково всіма 5 гімнастками (з однієї групи і з однаковою варіацією).

4.4.3. Критерії, виконані безпосередньо **перед кидком** предмета або відразу **після ловлі**, не враховуються при визначенні вартості DE.

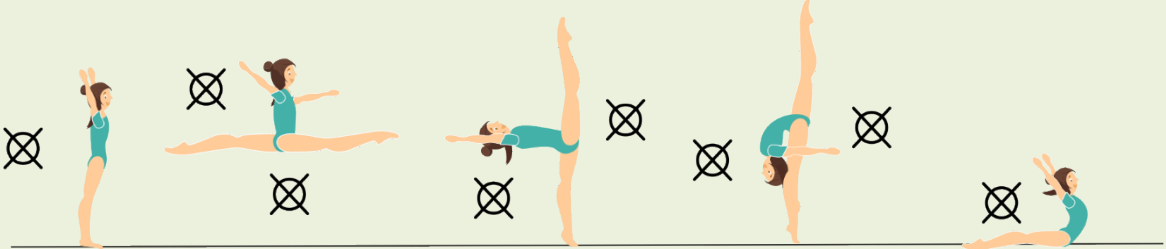
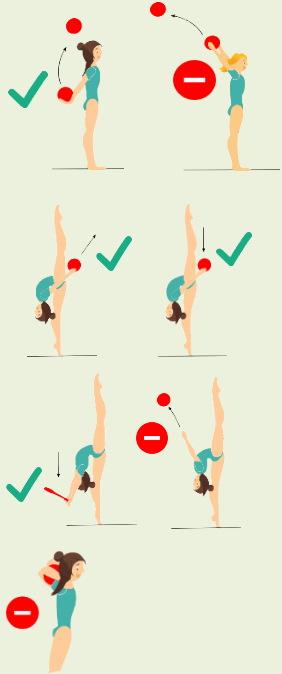
4.4.4. **Ідентичне повторення одних і тих же** критеріїв не допускається: Повторення одних і тих же критеріїв не оцінюється (без пенальті). Обмін може бути дійсним.



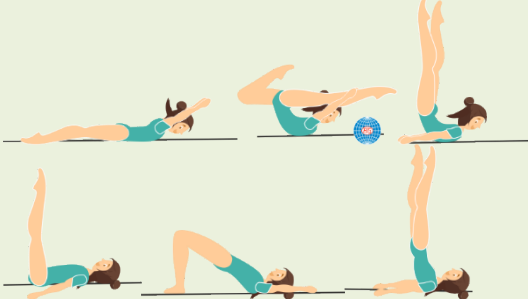

4.4.5. Обміни для всіх 5 гімнасток можуть мати однакову або різну вартість: **Найменша вартість DE**, виконана 1 з гімнасток, визначатиме вартість DE для групи.

4.5. Зведена таблиця загальних критеріїв ДЕ: під час кидка, під час польоту предмета та під час ловлі предмета

Символ	Загальні критерії для всіх предметів
⊗	За межами поля зору
≠	Без допомоги рук
○	Ротація
=	Положення на підлозі

Пояснення / Приклади

Символ	Вартість	Загальні критерії для DE
⊗	0.10	<p>За межами поля зору Приклади зон, які вважаються “за межами поля зору”:</p>  <p>- Для <u>всіх типів кидків/ловлі</u>:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Кидки/ловлі виконані спереду або збоку від тіла не дійсні для цього критерію, навіть якщо тулуб зігнутий назад. • Щоб отримати « За межами поля зору» для кидка/ловлі не достатньо, щоб предмет рухався назад: рука, що кидає або інша частина тіла, яка виконує кидок/ловлю має бути в зоні визначеній як « за межами поля зору» <p>- Для кидків/ловлі, що виконуються за допомогою руки (рук):</p> <ul style="list-style-type: none"> • “ За межами поля зору ” зазвичай <u>дається</u> для технік ,у яких рука, що випускає предмет <u>опущена/назад</u>, а не для технік, у яких рука, що кидає знаходиться <u>вгорі/позаду</u> (біля голови), за винятком двох наступних пунктів:  <ul style="list-style-type: none"> ○ Коли тулуб нахилений назад нижче горизонталі, «без зорового контролю» дається для кидків і ловлі будь-де за спиною ○ Коли тулуб нахилений назад нижче горизонталі, “ За межами поля зору ” дається для ловлі тулуба/лицева сторона тіла, <u>ловля на рівні грудей або нижче</u> <p>“ За межами поля зору ” не надається для ловлі м'яча двома руками за шиєю, коли руки зігнуті</p>
≠	0.10	<p>Без допомоги рук</p> <p>Недійсний для:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Пряма ловля в обертання на пряму руку (○) • Кидок/ловля предмету тильною стороною руки (рук) • Ловля булави внутрішньою стороною кисті/передпліччя, використовуючи іншу булаву

	0.10	<p>Ротація</p> <ul style="list-style-type: none"> • Під час кидка та/або під час польоту предмета: <ul style="list-style-type: none"> ○ Кожна ротація повинна бути мінімум 360° ○ Кожна ротація в кожній DE повинна бути різною (з іншої групи преакробатичних елементів або вертикальних обертань) ○ Кожна ротація повинна бути виконана однаково всіма 5 гімнастками (з однієї групи ротацій і виконана з однаковою варіацією). Опора може виконуватися на 1 або 2 руки, залежно від предмета: Опора на 1 руці і опора на 2 руках вважаються ідентичними. • Цей критерій доступний для преакробатичних елементів (див. Складність RGI, #4.5.1) і вертикальних ротацій (див. Складність RGI, #4.6.1). • Якщо преакробатичний елемент з'єднаний з DB або використовується всіма 5 гімнастками для хореографії, ця група преакробатичних елементів не може бути повторена для DE. • Цей критерій не діє для DB, які включають ротацію. • Цей критерій може бути об'єднаний з "положенням на підлозі", якщо ротація на 360° виконується зі збереженням положення на підлозі від початку до кінця ротації.
	0.10	<p>Положення на підлозі</p> <p>Кидок та/або ловля виконується в положенні на підлозі, від початку до кінця елементу:</p> <ul style="list-style-type: none"> • На підлозі, опора на <u>будь-яку частину живота та/або грудей</u> • На підлозі, опора на <u>будь-яку частину спини та/або шиї</u> • Лежачи <u>повністю на боці</u> <p>Положення ніг вільне.</p> <p>Приклади позицій, що вважаються дійсними як "положення на підлозі":</p>  <p>Приклади позицій, які НЕ вважаються "положенням на підлозі":</p> 

4.6. Зведена таблиця специфічних критеріїв для DE: Під час кидка та ловлі предмета


Символ	Конкретні критерії кидка + 0.10 б. щоразу	Символ	Конкретні критерії ловлі + 0.10 б. щоразу
			Пройдення через обруч (O) всім тілом або частиною тіла під час ловлі Мінімум 2 великих сегменти тіла повинні пройти через обруч. Приклад: Голова/шия + тулуб; руки + тулуб; тулуб + ноги тощо.
	Кидок після перекату по підлозі: O Зараховується тільки при виконанні разом з ≠		Прямий відбив від тіла без зупинок, без руки (рук) або кисті (рук): O ● Примітка: відбиви на руку(и) або кисть(і) не зараховуються як , але критерій ≠ враховується для відскоків на руку(и) або інші частини тіла
			Пряма ловля з перекатом предмета через мінімум 2 великі сегменти тіла Не зараховано: Додатковий критерій ≠ не дається для кистей/рук не залежно від позиції долоні Зараховується: Додатковий критерій ⊗ дійсний, якщо будь-яка частина перекату знаходиться поза зоровим контролем.
	Кидок 2 роз'єднаних булав (bI) <ul style="list-style-type: none"> • Одночасно • Асиметрично • Каскад <p><i>Асиметричний кидок може виконуватися 1 або 2 руками одночасно. Рух двох булав під час польоту має бути різної амплітуди (один кидок вищий за інший) і в різній площині або напрямку.</i></p> <p>Каскадний кидок</p>		Одночасна ловля 2 роз'єднаних булав (bI)
			Ловля м'яча (●) однією рукою Без додаткової опори тіла або іншої руки
			Пряма ловля обруча (O) з обертанням навколо іншої частини тіла, без рук Не зараховується: додатковий критерій ≠ не надається для обертань на руці

Пояснення / Приклади

Оцінювання каскадних кидків

Каскадний кидок - це кидок 2 булав, одна за одну, причому обидві булави знаходяться в польоті в один і той же момент часу.


Критерій каскадного кидка і будь-які інші враховуються даються тільки для булав, якими обмінюються з партнером, а не для булав, кинутих і спійманих однією і тією ж гімнасткою.

4.6.1. Прямий відбив від тіла без будь-яких кроків ():

- Відбив є частиною основної дії DE (частина початкового кидка для DE); необхідно **зловити відбив**, щоб DE був зарахований.
- **Критерії, виконані під час відбиву**, зараховуються: Кожен критерій зараховується максимум 1 раз, для ловлі та відбиву разом.
- **Критерії під час ловлі** після відбиву не оцінюються як частина DE.

4.6.2. **Повторний кидок в кінці DE** або відразу після DE належить до DE, але не дає ніяких критеріїв (не існує критерію "повторний кидок", а інші критерії не враховуються, наприклад, не кидати "без допомоги рук").

4.6.3. **Кидок 2 роз'єднаних булав**: Цей критерій враховується тільки один раз, за кидок, який виконується одночасно, як асиметричний, так і каскадний. Критерії враховуються тільки для булав, якими обмінюються з партнером.

4.6.4. **Пряма ловля обруча з обертанням навколо іншої частини тіла** (): якщо виконується за допомогою ліктя, шиї, ніг і т.д. (не прямо в руку), цей критерій буде зарахований, як і додатковий критерій «без допомоги рук».

4.7. DE не буде дійсним у наступних випадках:

- Не всі 5 гімнасток беруть участь у діях кидка та ловлі
- Не дотримано необхідної висоти або дальності кидка
- DE виконується в підгрупах; 2-га підгрупа кидає до того, як підгрупа 1-ша спіймає
- DE виконується у швидкій послідовності
- Втрата предмету під час DE
- Втрата рівноваги з опорою на 1 чи 2 руки або на предмет
- Повна втрата рівноваги з падінням гімнастки під час DE
- Зіткнення гімнасток
- Зіткнення предметів, яке впливає на траєкторію руху предметів
- Ловля з відскоком від підлоги (не з польоту)
- З повторним кидком партнеру, відскоком партнеру або перекатом партнеру
- З бумерангом
- Стрічка ненавмисно зачепилася за тканину (помилково)
- Складність почалася за межами змагального килиму
- Ловля предмету після закінчення музики

Пояснення / Приклади	
У випадку DE з неточною траєкторією з пенальті 0.30 або 0.50 б., чи є DE дійсною?	Так, DE є дійсним (див. #4.7, коли DE не є дійсним)
Якщо гімнастка має вузол під час виконання Складності з обміном, чи зараховується DE?	Так, DE є дійсним (див. #4.7, коли DE не є дійсним)

5. ДИНАМІЧНІ ЕЛЕМЕНТИ З РОТАЦІЄЮ (R)

5.1. Визначення

5.1.1. Визначення R для групових вправ RGG ідентичне індивідуальним вправам RGI (дивіться розділ - Складність RGI, #4.1).

5.2. Вимоги

5.2.1. У вправі зараховується **максимум 1 R**.

5.2.2. Якщо у вправі виконано більше ніж один R, **оцінюється лише 1-ий R (без пенальті)**.

5.2.3. **Усі динамічні елементи з ротацією в R мають бути виконані однаково** всіма 5 гімнастками (з тієї самої групи ротації і виконуватися однаковим способом). Динамічні елементи з ротацією можуть виконуватися з опорою на 1 чи 2 руки в залежності від предмета: Опора на 1 руку або опора на 2 руки вважаються ідентичними.

5.2.3.1. R, який включає в себе **різні динамічні елементи з ротацією**, виконані 5 гімнастками **в межах двох базових ротацій** - не буде зарахованим (без пенальті).

5.2.3.2. R, який включає **різні динамічні елементи з ротацією** виконаний 5 гімнастками **поза межами двох базових ротацій**, може бути зарахованим, без оцінювання будь-яких не ідентичних динамічних елементів з ротацією.

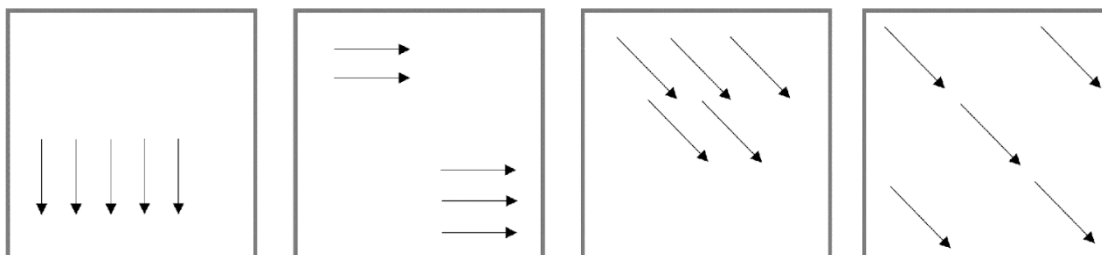
Приклади	
3 гімнастки виконують шене + кувирок вперед 2 гімнастки виконують шене + шене	R не зараховується: Не ідентичні динамічні елементи з ротацією в базі
4 гімнастки виконують шене + шене + колесо на передпліччях 1 гімнастка виконує шене + шене + колесо	R2 зараховується (0.20): База правильно виконана з ідентичними динамічними елементами з ротацією 3-ій динамічний елемент з ротацією не зараховується: Не виконаний з однаковою варіацією

5.2.4. R може бути виконаний групою гімнасток:

- одночасно
- в швидкій послідовності
- у підгрупах

5.2.4.1. Якщо R виконується **одночасно** або у **швидкій послідовності**, то усі 5 гімнасток мають виконувати R **в одному й тому самому напрямку**.

Приклад 1: Однаковий напрямок



Пояснення / Приклади

Що буде, якщо одна гімнастка виконає кидок з неправильною траєкторією польоту предмету, яка відрізняється від задуманої?

Якщо *R* починається в одному й тому самому напрямку (хореографічний задум), але траєкторія польоту предмету була порушена (технічна помилка), що вплинуло на напрямок гімнастки, такий *R* зараховується з Пенальті за виконання за неправильну траєкторію польоту предмета та будь-які інші наслідки (переміщення та ін.).

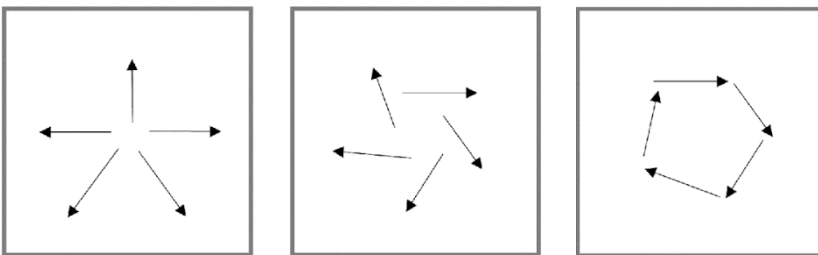
5.2.4.2. Якщо гімнастки переміщуються по колу одночасно або у швидкій послідовності, у всіх гімнасток різні напрямки руху, тому *R* не зараховується.

Приклад

2:

Різні

напрямки

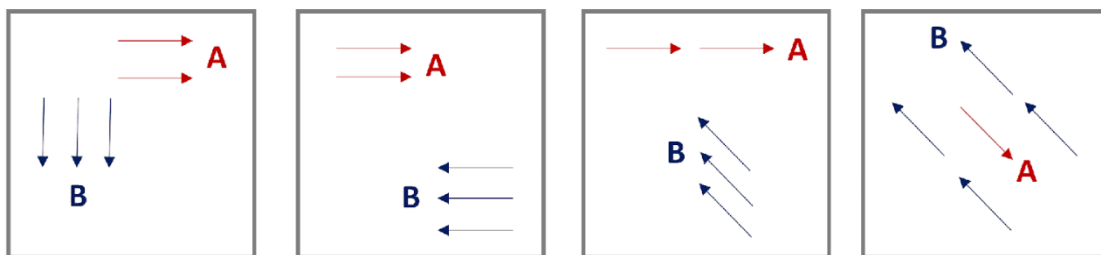


5.2.4.3. Якщо *R* виконується гімнастками у підгрупах, то кожна підгрупа повинна мати **однаковий предмет**, і кожна підгрупа **може рухатись у різному напрямку**. Усі гімнастки однієї підгрупи повинні рухатись в одному напрямку. Лише коли гімнастки підгрупи **A** закінчують *R**, гімнастки підгрупи **B** можуть починати *R***.

* Завершити *R* означає те, що станеться останнім: ловля, закінчення останнього динамічного елемента або можливий критерій (наприклад, ловля повторного кидка).

** Початок *R* означає все, що відбувається першим: Кидок, початок 1-го динамічного елемента з ротацією або можливий критерій для кидка (наприклад, перекач по підлозі).

Приклад 3: Виконання *R* у підгрупах



5.3. Вибір елементів ротації

5.3.1. Вибір елементів ротації ідентичний, як і в Індивідуальних вправах RGI. Дивіться розділ - Складність RGI, #4.4.

5.3.2. Одна й та сама група преакробатичних елементів і/або та сама група вертикальних ротацій **може бути використана як у *R*, так і в DE**.

5.3.3. Якщо **преакробатичний елемент** з'єднаний з **DB** або використовується всіма 5 гімнастками **для хореографії**, ця група преакробатичних елементів не може бути повторена в *R*.

5.3.4. Кожна DB (з одного поля в таблиці) зараховується лише один раз: Якщо така ж сама DB (з одного поля в таблиці) **повторюється**, то таке повторення **не зараховується** (без пенальті) і рахується

як спроба Складності тіла DB. Повторення однієї й тієї самої DB вартістю (0.20 чи більше) не зараховується, як динамічний елемент ротації для R.

5.4. Оцінювання R

5.4.1. Критерії та підрахунок вартості R ідентичний, як і в Індивідуальних вправах RGI. Дивіться розділ - Складність RGI, #4.2.

5.4.2. Оцінювання R для групи визначається **найменшою кількістю виконаних динамічних елементів з ротацією та кількістю критеріїв у всіх 5 гімнасток:**

5.4.2.1. Кожен **динамічний елемент з ротацією** має бути **ідентичним** (з однієї групи та виконаний з однаковою варіацією) для усіх 5 гімнасток, які підлягають оцінюванню.

5.4.2.2. **Критерії** мають бути виконані **ідентично для кожного виду предмету**, які підлягають оцінюванню.

5.4.2.3. Оцінюється **найменша кількість критеріїв**, виконана всіма 5 гімнастками під час виконання кидка.

5.4.2.4. Оцінюється **найменша кількість критеріїв**, виконана всіма 5 гімнастками під час ловлі предмету.

5.5. 1.1. R не зараховується в наступних випадках:

- Без високого кидка предмета
- Не виконані 2 повні базові ротації під польотом предмета
- 1 або обидві базові ротації не завершені (не на 360°)
- Переривання між 2 базовими ротаціями
- **Базові ротації, які виконує кожна гімнастка в групі, не є однаковими**
- **Вимоги щодо напрямку руху 5 гімнастками/підгрупами не дотримуються**
- **R виконується окремими підгрупами, з різними предметами в підгрупі**
- **R виконується окремими підгрупами; 2-га підгрупа починає виконувати R раніше, ніж завершує виконання 1-ша підгрупа**
- Втрата предмета
- Ловля предмету з відскоком від підлоги
- Ловля стрічки за тканину (замість ловлі за паличку)
- Виконується з бумерангом у будь-якій фазі
- Повна втрата рівноваги з падінням гімнастки
- R виконується з DB без ротації або з DB, яка виконується на 180°, включаючи останню ротацію R, яка використовується, як підготовка до таких DB
- R виконується з 2-ма DB, цінністю 0.20 чи більше, одна під час кидка і одна під час ловлі (за винятком серії стрибків "ан турнан")
- DB цінністю 0.20 чи більше виконується під польотом предмета (дозволено лише для серії стрибків "ан турнан")
- R із серією стрибків "ан турнан": Переривання між будь-якими ротаціями
- R із серією стрибків "ан турнан": Неправильний час кидка/ловлі:
 - Кидок до/після 1-го стрибка "ан турнан"
 - Ловля до/після 3-го стрибка "ан турнан"
- Складність почалась за межами килима
- Ловля предмету після закінчення музики

6. СКЛАДНІСТЬ ІЗ ВЗАЄМОДІЯМИ (DC)

6.1. Визначення

- 6.1.1. Групові вправи характеризуються **спільною роботою**, де кожна гімнастка вступає у взаємодію з одним чи більше предметами або з одною чи більше партнерками
- 6.1.2. Виконання **складності із взаємодіями** визначається чіткою гармонією та координацією між гімнастками:
- Усі 5 гімнасток працюють разом або у підгрупах (пара, тріо, та ін.)
 - Різноманітність переміщень, напрямків та побудов
 - 3 прямим контактом з партнерами або без нього (тілом або предметом)
 - 3 ротаціями або без них
 - 3 можливим виконання підтримки (підняття гімнастки вгору) (максимум 1 гімнастка за раз)
 - 3 можливою опорою на предмети чи гімнасток

6.2. Види (типи) взаємодій

6.2.1. Нижче приведені різні види Взаємодій:

6.2.1.1. Взаємодії без високих/далеких кидків предмета (**CC**)

6.2.1.2. Взаємодії з високими/далекими кидками предмета та динамічним елементами з ротацією під час польоту предмета (**CR**)

6.2.1.3. Взаємодії з кидками декількох предметів (**C ↗**)

6.2.1.4. Взаємодії з ловлею декількох предметів (**C ↓↓**)

6.3. Вимоги

6.3.1. **Мінімум 9** (дивіться #6.3.3), **максимум 14 DC** у вправі будуть оцінюватися **в хронологічному порядку**.

6.3.2. Якщо група виконує **більше ніж 14 DC**, додатковий DC не оцінюватиметься (без пенальті).

6.3.3. Група може визначити, які **типи Взаємодій** виконувати у вправі, з вимогою щодо наступних типів, які виконуються серед 14 DC у хронологічному порядку:

- Мінімум 3 CC (#6.2.1.1)
- Мінімум 3 CR (#6.2.1.2)
- Мінімум 3 **C ↗** / **C ↓↓** (#6.2.1.3 / #6.2.1.4)



Пенальті: 0.30 за кожну відсутню необхідну (обов'язкову) Взаємодію #6.3.3

6.4. Загальне оцінювання

6.4.1. **Взаємодія є дійсною, якщо її успішно виконали усі 5 гімнасток.** Завершенням Взаємодії є виконання останньої необхідної дії, наприклад:

- Коли гімнастка(и), яка виконує основну дію(ї), нарешті ловить предмет(и)
- Коли останній кидок або повторний кидок було спіймано
- Коли завершується остання дія CC

6.4.2. Усі гімнастки можуть виконувати **різні ролі** (основна (головна) дія – зв'язок з основною (головною) дією - створення перешкоди – зв'язок із перешкодою). Виконуючи ці ролі, кожна з 5 гімнасток має брати участь у Взаємодії(ях) - бути залученою одна з одною, щоб Взаємодія була зарахована:

- При прямому контакті
- Прохід над, під або через гімнастку без контакту

- За допомогою предмета

6.4.3. **Нова Взаємодія** може розпочатися лише тоді, коли попередня Складність із Взаємодією буде **завершена, як описано**. Якщо 2 Взаємодії перетинаються у часі, 2-га Взаємодія не буде зарахована

6.4.4. Різні типи Взаємодій **не можуть поєднуватись**. Якщо одночасно виконується 2 Взаємодії, наприклад, CR з кидком декількох предметів, це рахується спробою 1 DC і **не буде зараховано**.

6.4.5. Участь у підгрупах

6.4.5.1. Підгрупи мають виконувати **однаковий тип Взаємодії** (див. #6.2). Найменша вартість Взаємодії, виконана будь-якою підгрупою, буде визначати вартість Взаємодії для всієї команди.

6.4.5.2. Дві підгрупи мають бути **об'єднаними (пов'язані) разом**, щоб сформувати "єдину" Взаємодію, яка підлягатиме оцінюванню; зв'язок/контакт може бути представлений кидком, перекатом, відскоком, ковзанням предмета між двома підгрупами.

6.4.5.3. Можна виконувати одну Взаємодію, розділену на дві підгрупи **з однаковим типом руху** (ротація, прохід, тощо), які разом відповідають визначенню основної Взаємодії. У такому випадку (однакові рухи) зв'язок/контакт не вимагається.

6.4.5.4. Якщо такого зв'язку між підгрупами немає, Взаємодія не дійсна

6.4.5.5. Якщо підгрупи виконують **різні типи Взаємодій** (наприклад, 3 гімнастки виконують дії CC, тоді як 2 гімнастки виконують кидок декількох предметів), це рахується як спроба DC і **буде не дійсною**.

6.5. Вибір елементів з ротацією

6.5.1. **Елементи ротації** для Взаємодії можуть бути будь-якими версіями наступних груп повних елементів ротації на 360°, перелічених у відповідних таблицях для:

- Преакробатичні елементи (див. RGI Складність, #4.5)
- Вертикальні ротації (включаючи DB з ротацією на 360° чи більше, вартістю 0.10) (дивіться RGI Складність, #4.6)
- DB з ротацією на 360° чи більше, вартістю 0.20 або більше (дивіться RGI Складність, таблиці #9, #13)

6.5.2. Преакробатичні елементи

6.5.2.1. Усі групи дозволених преакробатичних елементів можуть бути включені у вправу за умови, що вони виконуються **без польоту або фіксації в положенні стійки на руках**, за винятком **короткої паузи** (максимум 1 секунда), щоб піймати предмет під час виконання елемента.

6.5.2.2. **Політ або фіксація в положенні стійки на руках** (більше 1 секунди) є **не дозволеними** прийомами преакробатичних елементів. У цьому випадку преакробатичний елемент є не дійсним і **судді бригади Виконання застосовують пенальті у розмірі 0.30 за недозволену техніку**.

6.5.2.3. Преакробатичні елементи, що виконуються “з підтримкою/опорою **на партнера**” або “з опорою **на підлогу**”, вважаються варіантами виконання в межах однієї групи, тобто ідентичними.

6.5.2.4. Коли гімнастки команди мають виконати однакові ротації (однакові варіанти виконання в межах однієї групи), опора може виконуватись на **1 або 2 руки** залежно від предметів: Опора на 1 та опора на 2 руки вважаються однаковими.

6.5.2.5. **Однакову групу** преакробатичних елементів можна використовувати:

- **Один раз** в СС, та
- **Один раз** в CR **АБО** в кидку декількох предметів **АБО** ловлі декількох предметів

6.5.2.6. **В межах CR** одна й та сама група преакробатичних елементів може використовуватись ізольовано, серіями чи повторюватися у межах CR в будь якій послідовності.

6.5.2.7. Якщо група преакробатичних елементів **повторюється в іншій Взаємодії**, незалежно від інших варіантів, ця Взаємодія буде недійсною.

6.5.2.8. Коли преакробатичний елемент **пов'язаний з DB** або виконується 5 гімнастками **для хореографії**, ця група преакробатичних елементів **не може бути повторена** для Взаємодії.

6.5.3. Вертикальні ротації і DB з ротацією

6.5.3.1. Немає обмежень щодо використання груп вертикальних ротацій та DB з ротацією у Взаємодіях; кожна група може повторюватись.

6.6. Взаємодії без високих/далеких кидків предмета (СС)

6.6.1. Взаємодії **СС** діляться на **2 категорії**:

6.6.1.1. СС з однаковими діями, що виконуються послідовно (#6.6.4)

6.6.1.2. СС з конструкцією (малюнком) (#6.6.5)

6.6.2. СС **не рахується** під час **високого** або **далекого кидка**, а також не рахується під час **DB**.

6.6.3. **Базова вартість СС: 0.20**

6.6.4. **СС з однаковими діями, що виконується послідовно**

6.6.4.1. Усі 5 гімнасток команди створюють взаємозв'язок шляхом послідовних дій з предметами.

6.6.4.2. Цей тип СС вимагає **мінімум 3 однакових дії із взаємодіями предметів, виконаних у послідовності**, з рівними інтервалами між кожною дією:

- 1 гімнастка виконує послідовно однакову дію не менше 3 разів (мінімум 3 дії) поспіль, **або**
- 2 або більше гімнасток виконують послідовно однакові дії поспіль загалом мінімум 3 дії

6.6.4.3. **Рухи** які можуть бути використані для зарахування Взаємодій включають в себе невеликі кидки, перекати по корпусу, перекати по підлозі, відскоки, відбиви, відштовхування, ковзання, тощо:

- Роздача предмета партнеру(ам)
- Передача предмета партнеру(ам)
- Повернення/подальша передача предмета партнеру(ам)
- Надання імпульсу предмету партнера, цей предмет може бути отриманим іншим партнером

6.6.4.4. Для всіх типів дій (рухів) предмет має опинитись у гімнастки: Предмет не можна залишати нерухомим на підлозі або дозволити йому зупинитись на підлозі, щоб інша гімнастка могла підняти його (СС не буде дійсна).

6.6.4.5. СС можна виконувати разом або у підгрупах.

6.6.4.6. Кожна дія повинна починатись одразу після завершення попередньої дії або швидше.

6.6.4.7. Якщо СС виконується послідовно, але з **нерівними інтервалами** між кожною дією: СС рахується, але буде застосовано пенальті суддями бригади Виконання.

Пояснення / Приклади	
Інтервали в СС	
Дії	Оцінювання
1 --- 2 --- 3	Рівні інтервали СС дійсна Без пенальті за Виконання
1 ----- 2 ----- 3	Рівні інтервали СС дійсна Без пенальті за Виконання
1 -- 2 ----- 3	Нерівні інтервали СС дійсна Пенальті за Виконання 0.10
1&2 ----- 3	Дії 1 і 2 є одночасними, а не послідовними Нерівні інтервали СС не дійсна, рахується як спроба DC Пенальті за Виконання 0.10
1 -- 2 -- 3 ----- 4	Якщо всі 4 дії необхідні для участі всіх 5 гімнасток у СС: Нерівні інтервали СС дійсна Пенальті за Виконання 0.10

6.6.4.8. **Вартість цього типу СС** може бути збільшено за допомогою **додаткових критеріїв**, коли гімнастка(и) виконує(ють) основну дію відповідно до #6.6.4.3. Кожен критерій становить +0.10, надається один раз на СС.

6.6.4.9. Додаткові критерії наведені для **основної дії** - для гімнастки(ок), яка дає **імпульс** до дії. Додаткові критерії не надаються гімнасткам, які допомагають виконувати основну дію та/або відіграють пасивну роль. Приклад: гімнастка відбиває свій м'яч (основна дія) від спин партнерів, що стоять нерухомо (пасивна роль). Основна дія виконується без критеріїв.

Символ	Кожен критерій +0.10, 1 раз на СС
⊗	За межами поля зору
≠	Без допомоги рук

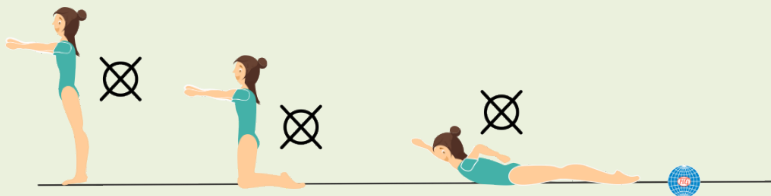
Пояснення / Приклади

Додатковий критерій для Взаємодії СС



За межами поля зору

Приклади таких зон:



- Для всіх видів предмета:

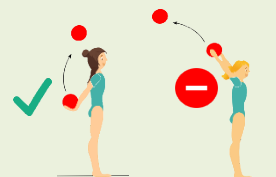
- Критерій “за межами поля зору” оцінюється для положення руки або частини тіла, яка виконує елемент(и) предмета, відповідно до вищевказаних зон.
- Елементи, що виконуються спереду або збоку від тулуба, не дійсні для цього критерію, навіть якщо тулуб зігнутий назад.
- “За межами поля зору” оцінюється на момент взаємодії між гімнастками або імпульсу для взаємодії між гімнастками (наприклад, ковзання обруча або відбива м'яча партнеру шляхом початку кидка/відскоку за межами поля зору).

- Для СС, що виконується кидками/відскоками/повторними кидками:

- Недостатньо, щоб предмет рухався назад: Рука, яка кидає, або інша частина тіла, яка виконує кидок/відбив/повторний кидок, має бути “за межами поля зору”.

- Для СС, що виконується за допомогою руки(рук):

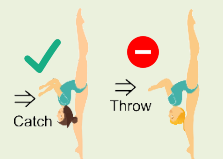
- “За межами поля зору” зазвичай дається для технік, у яких рука, що випускає предмет опущена/назад, а не для технік, у яких рука, що кидає знаходиться вгорі/позаду (біля голови), за винятком двох наступних пунктів:



- Коли тулуб нахилений назад нижче горизонталі, «без зорового контролю» дається для кидків і ловлі будь-де за спиною



- Коли тулуб нахилений назад нижче горизонталі, “За межами поля зору” дається для ловлі тулуба/лицева сторона тіла, ловля на рівні грудей або нижче



- Коли гімнастка лежить на підлозі, обличчям догори: Технічні елементи, що виконуються за допомогою рук, рук над головою, не є “за межами поля зору”.



Без допомоги рук

Предмет повинен бути повністю в автономному русі без допомоги рук, який можна ініціювати:

- Імпульсом з іншої частини тіла
- Початком імпульсу від руки(рук), але після цього предмет повинен мати повністю автономний рух без допомоги рук.

Не рахується критерій “без допомоги рук” під час основної дії з:

- пряма ловля в обертання обруча на пряму руку (○)
- кидок/ловля предмета тильною стороною долоні
- ловля булави внутрішньою стороною долоні/передпліччя, використовуючи іншу булаву

6.6.5. СС з побудовою конструкцій

- 6.6.5.1. Створення конструкції з взаємопов'язаними предметами, які утворюють **малюнок з усіма 5 предметами**, чітко зафіксованими протягом **1 секунди**, рахується дійсним СС.
- 6.6.5.2. У цьому типі СС потрібно виконати один малюнок з **усіма 5 предметами та всіма 5 гімнастками** (не мінімум 3).
- 6.6.5.3. Кожен із 5 предметів має фізично контактувати до іншого предмета, а кожна з 5 гімнасток має фізично контактувати до малюнка через предмет або через партнерку(ів).
- 6.6.5.4. Гімнастки можуть переміщатися, поки відбувається фіксація малюнку.
- 6.6.5.5. Початкова та кінцева поза вправи не можуть бути цим типом СС.
- 6.6.5.6. Вартість цього типу СС не може збільшуватись за допомогою додаткових критеріїв.

6.7. Взаємодії з високим/далеким кидком предмета та динамічним(и) елементом(и) з ротацією під час польоту предмета (CR)

6.7.1. Вимоги для кидка в CR:

- 6.7.1.1. **Високий кидок** = більше ніж 2 зроста гімнастки стоячи
- 6.7.1.2. **Далекий кидок** = дистанція мінімум 8 метрів

6.7.2. Визначення CR: 1 чи більше гімнасток, які виконують таку послідовність елементів, яку визначають як "основна дія".

- 6.7.2.1. Високий та/або далекий кидок власного предмета гімнастки, і далі
- 6.7.2.2. Динамічний елемент з ротацією під час польоту предмета з втратою зорового контролю предмета, *і далі одразу*
- 6.7.2.3. Ловля власного предмета гімнасткою або предмета партнера, відразу після елемента з ротацією, виконаного під час польоту предмета з втратою зорового контролю над предметом

6.7.3. Взаємодія завершується, коли гімнастки, які виконують основну дію, нарешті ловлять предмет: Останній кидок, або останній повторний кидок, або останній відбив буде спіймано.

6.7.4. Кидок предмета CR

- 6.7.4.1. **Кидок** свого предмета гімнастки означає **початок CR**.
- 6.7.4.2. Кидок предмета може виконуватись безпосередньо партнерці або собі.
- 6.7.4.3. Кидок може виконуватись під час ротації, з метою отримання додаткових критеріїв на кидку; проте базове визначення з #6.7.2.2 має бути дотримано (**ротація під польотом**), і ротація під час кидка само по собі не має додаткової вартості.

6.7.5. Ловля предмета CR

- 6.7.5.1. **Ловля** свого предмета або предмета партнера виконується **безпосередньо після** елемента з ротацією.

- 6.7.5.2. Для ловлі **предмета партнера** відразу після елемента з ротацією: Предмет **повинен бути в польоті з високого/далекого** кидка, поки гімнастка виконує ротацію; його не можна кинути після того, як вона завершить свою ротацію. Якщо кидок надто пізній або невисокий/недалекий, Взаємодія не дійсна.
- 6.7.5.3. Ротація може входити до частини ловлі, з метою отримання додаткових критеріїв на ловлі; проте, базове визначення з #6.7.2.2 має бути виконано (**ротація під польотом**), і ротація під час ловлі не має додаткової вартості сама по собі.
- 6.7.5.4. **Ловля** предмета гімнасткою(ми), яка виконує основну дію, означає **кінець CR**. Нова Взаємодія, будь-якого типу, не буде оцінена до завершення Взаємодії.
- 6.7.5.5. **Повторний кидок або відбив** предмета від тіла може бути “ловлею” предмета (з метою отримання додаткових критеріїв ловлі), якщо повторний кидок або відбив **ловиться будь-якою гімнасткою**; Взаємодія закінчується, коли завершується ловля повторного кидка чи відбива. CR з ловлею з прямим перекатом по підлозі партнеру не дійсний.
- 6.7.5.6. Ловля з **відбивом від підлоги** не є дійсною для CR. CR дійсний лише з ловлею з польоту предмета.

6.7.6. Базова вартість CR: 0.20 р.

- 6.7.6.1. **Вартість CR** можна збільшити за допомогою **додаткових критеріїв**.
- 6.7.6.2. Додаткові критерії повинна виконувати гімнастка(и), яка виконує(ють) **основну дію**, щоб бути дійсними. Додаткові критерії надаються один раз на Взаємодію (тільки під час кидка або лише під час ловлі) у хронологічному порядку. Кінцеві критерії, щоб бути зарахованими, мають бути виконані однаково всіма гімнастками, які виконують ротацію.
- При виконанні з **однаковим предметом** (наприклад, 2 м'ячі):
Ідентичне виконання (наприклад, 2 м'яча ловлять однаково “без допомоги рук”)
 - При виконанні з **різними предметами** (наприклад, 1 м'яч і 1 обруч):
Однакові критерії, що виконуються з різними предметами (наприклад, м'яч і обруч ловлять “без допомоги рук”)


Пояснення / Приклади	
CR2 з додатковими критеріями	
1 гімнастка ловить м'яч без рук 1 гімнастка ловить стрічку за межами поля зору	Немає дійсних критеріїв (однакові критерії потрібні для різних предметів)
1 гімнастка ловить м'яч між щиколоток 1 гімнастка ловить м'яч ліктями	Немає дійсних критеріїв (для однакових предметів потрібне однакове виконання)
1 гімнастка ловить м'яч у великий перекаат за межами поля зору в положенні стоячи 1 гімнастка ловить стрічку без допомоги рук та за межами поля зору, лежачи на підлозі	Діє критерій “за межами поля зору” (однакове виконання не є обов'язковим для різних предметів)

6.7.7. Таблиці додаткових критеріїв для CR

Символ	Критерії для кожної гімнастики при виконанні основної дії: +0.10, 1 раз на CR
CR2 чи CR3	+0.10 за кожен додаткову гімнастку (макс. 2 додаткових), що виконує основну дію
Примітка	Гімнастики, які виконують основну дію, повинні виконувати ідентичну* ротацію(її) одночасно або у швидкій послідовності, щоб вона була дійсною. Примітка*: "Ідентична" означає, що преакробатичні елементи належать до однієї групи та виконуються з однаковою варіацією. Кожна гімнастка, яка виконує основну дію, повинна зловити предмет.


Символ	Критерії для гімнастики(ок), яка(і) виконує(ють) основну дію: +0.20, 2 рази за вправу
S	Серія з 2 або більше ідентичних*, безперервних преакробатичних елементів (див. RGI Складність, #4.5.1) під польотом: Кидок перед 1-ою ротацією і ловля після 2-ої ротації. Примітка*: "Ідентичні" означає, що преакробатичні елементи належать до однієї групи та виконуються з однаковою варіацією. Гімнастка(и), яка(і) виконує(ють) основну дію, повинна(і) кидати та ловити свій/свої предмет(и) відповідно до цього критерію. +0.20 один раз для CR, щонайбільше 2 рази за вправу Серії оцінюються в хронологічному порядку: 3-тя спроба за критерієм "серія" не оцінюється, але CR може бути дійсним.

Символ	Загальні критерії під час кидка або ловлі: +0.10, 1 раз на CR
⊗	За межами поля зору для гімнастики(ок), яка(і) виконує(ють) основну дію Взаємодії
≠	Без допомоги рук для гімнастики(ок), яка(і) виконує(ють) основну дію Взаємодії
Примітка	Якщо гімнастка, яка виконує основну дію, підтримується партнером у виконанні кидка або ловлі за допомогою критеріїв, обидві гімнастки повинні виконати критерій, щоб він був дійсним.

Пояснення / Приклади		Загальні критерії кидка та ловлі для CR
Символ	Вартість	
⊗	0.10	<p>За межами поля зору Приклади зон: які вважаються "за межами поля зору":</p>  <p>- Для всіх типів кидків/ловлі:</p> <ul style="list-style-type: none"> Кидки/ловлі, що виконуються спереду або збоку від тулуба, не дійсні для цього критерію, навіть якщо тулуб зігнутий назад. Щоб отримати "за межами поля зору" для кидка/відскоку, недостатньо, щоб предмет рухався назад: <u>Рука, яка кидає</u>, або <u>інша частина тіла, яка виконує кидок/відбив</u>, має бути "за межами поля зору".

		<p>- Для кидків/ловлі, що виконуються <u>за допомогою рук(и)</u>:</p> <ul style="list-style-type: none"> • “За межами поля зору” <u>зазвичай дається лише для технік, у яких робоча рука опущена назад</u>, а не для технік, у яких робоча рука знаходиться <u>вгорі ззаду (біля голови)</u>, за винятком наступних 2 пунктів: ○ Коли тулуб зігнутий назад нижче горизонталі, “за межами поля зору” дається для <u>кидків і ловлі</u>, які виконуються в будь-якій частині <u>задньої сторони тулуба</u>. ○ Коли тулуб зігнутий назад нижче горизонталі, “за межами поля зору” дається для <u>ловлі на тулубі/передній стороні тіла</u>, на рівні <u>грудей або нижче</u>. <p>“За межами поля зору” не дається для ловлі м'яча в 2 руки, за шиєю із зігнутими обома руками.</p>	
≠	0.10	<p>Без допомоги рук Не діє на:</p> <ul style="list-style-type: none"> • пряма ловля в обертання обруча на пряму руку (O) • кидок/ловля предмета тильною стороною долоні • ловля булави внутрішньою стороною долоні/передпліччя, використовуючи іншу булаву 	

Пояснення / Приклади	
1 раз за CR	
⊗ CR2	0.40
≠ ⊗ CR2	0.50.
CR2 ≠ ⊗	0.50
≠ CR2 ⊗	0.40
≠ CR2 ⊗ ≠	0.40

Символ	Загальні критерії під польотом предмета: +0.10, 1 раз за CR
	<u>Проходження</u> : Через предмет, через гімнастку або через закриту конструкцію предмета та/або гімнасток

Пояснення / Приклади	
Критерії під польотом предмета	
<i>Якщо гімнастка, яка виконує основну дію, використовує тип проходу, який не дійсний для +0.10, участь у Взаємодії залишається дійсною. Виняток: Проходження під польотом предмета не є участю (CR не дійсне).</i>	
<i>Проходження має бути виконано всіма гімнастками, які виконують основну дію, щоб додати вартість, і може бути різним типом проходження:</i>	
<ul style="list-style-type: none"> - CR2: 1 гімнастка проходить крізь обруч + 1 гімнастка проходить над партнеркою = недійсне проходження - CR2: 1 гімнастка проходить крізь обруч в польоті + 1 гімнастка проходить через закриту конструкцію партнерок = дійсне проходження +0.10 	
<i>Проходження повинні виконуватись під польотом предмета, щоб додати вартість:</i>	
<i>Гімнастка, яка буде виконувати основну дію, кидає власний предмет - власний предмет, спійманий партнеркою - потім гімнастка проходить через закриту конструкцію - партнерка кидає предмет, який має бути пійманий гімнасткою, яка виконує основну дію - ротації під польотом 2-го предмета - ловля гімнасткою, яка виконувала основну дію: CR дійсна, але проходження недійсне.</i>	

Пояснення / Приклади	
Базове визначення для CR2/CR3	
<i>Кожна Взаємодія оцінюється відповідно до кількості гімнасток, які успішно виконали базове значення (високий кидок, ротація, ловля). Приклади:</i>	
<i>2 гімнастки намагаються виконати основну дію, але 1 гімнастка кидає занадто низько. Базове визначення виконує 1 гімнастка:</i>	<i>Оцінюється як CR1</i>
<i>2 гімнастки намагаються виконати основну дію, але вони ловлять тільки один предмет разом. Базове визначення в такому випадку буде виконано тільки 1 гімнасткою:</i>	<i>Оцінюється як CR1</i>
<i>3 гімнастки успішно виконують основну дію. 2 гімнастки виконують 3 критерії, 1 гімнастка не виконує жодного критерію. Базове визначення виконують 3 гімнастки:</i>	<i>Оцінюється як CR3 без критеріїв</i>
<i>2 гімнастки намагаються виконати основну дію, але 1 гімнастка втрачає предмет:</i>	<i>Взаємодія не зараховується через втрату предмета (#6.11)</i>

6.8. Взаємодія з кидком декількох предметів: Одночасний високий/далекий кидок кількох предметів ()

6.8.1. **Визначення: Одночасний високий кидок** (більш ніж 2 зрости гімнастки стоячи) або **далекий кидок** (мін. 8 метрів) **2 або більше предмета**, кинутих тією самою гімнасткою (основна дія), які мають бути спіймані її партнерками (не основна дія), але не нею самою, виконані наступним чином:

- 6.8.1.1. Під час кидка **2 предметів**, вони повинні бути відокремлені (не з'єднана конструкція)
- 6.8.1.2. Під час кидка **3 або більше предметів**, вони можуть бути відокремлені
- 6.8.1.3. Під час кидка **3 або більше предметів**, вони можуть складатись з 1 або більше об'єднаних конструкцій


- 6.8.2. Кожен предмет і кожна об'єднана конструкція мають бути **спіймані** з польоту.
- 6.8.3. Кожен предмет і кожна об'єднана конструкція повинні бути спіймані **іншою партнеркою**: Взаємодія не дійсна, якщо ловить гімнастка основної дії або якщо той самий партнер ловить кілька предметів або конструкцій.
- 6.8.4. Кожен предмет і кожен об'єднаний конструкцію може ловити 1 гімнастка або декілька гімнасток разом
- 6.8.5. **Кидки декількох предметів, де задіяні тільки булави**, повинні виконуватись наступним чином:
- 6.8.5.1. Кидок **роз'єднаних булав**: Мінімум 3 роз'єднані булави, кожна з яких кидається різній партнерці
- 6.8.5.2. Кидок **з'єднаних булав**: Мінімум 2 окремих предмета, кожен з яких кидають різній партнерці (2 об'єднані булави + 1 булава, чи 2 роз'єднані булави + 2 з'єднані булави, тощо)
- 6.8.5.3. Кидок **однієї об'єднаної конструкції**: Мінімум 5 з'єднаних булав

Пояснення / Приклади	
1+1 = ні	2 з'єднані + 1 окрема = ОК
1+1+1 = ОК	2 з'єднані + 2 з'єднані = ОК
1+1+1+1 = ОК	3 з'єднані = ні
1+1+1+1+1 = ОК	4 з'єднані = ні
	5 з'єднані = ОК

- 6.8.6. **Кидок декількох предметів, де задіяні булави + інші предмети** повинні виконуватись наступним чином:
- 6.8.6.1. Кидок **окремих предметів**: Мінімум 1 булава і 1 інший предмет
- 6.8.6.2. Кидок 3 чи більше предметів: Може виконуватись **окремо**, наприклад, 1 обруч та 2 роз'єднані булави, кожна з яких кидається різним партнеркам
- 6.8.6.3. Кидок 3 або більше предметів: Може бути **об'єднана конструкція**, наприклад, 1 булава та 2 обруча

6.8.7. **Базова вартість кидка декількох предметів: 0.20**

- 6.8.7.1. Вартість застосовується один раз, незалежно від кількості гімнасток, які виконують кидок(и).
- 6.8.7.2. Оцінка надається, коли **всі 5 гімнасток задіяні** в кидку декількох предметів, включаючи допомогу основній гімнастці(ам) у кидку, створення перешкоди основній гімнастці(ам) під час кидка, взаємодію з основною(ими) гімнасткою(ами) під час польоту, ловлі предмета, допомога партнерці під час ловлі предмета, тощо.
- 6.8.7.3. **Вартість** Взаємодії з кидком декількох предметів $C \rightarrow$ можна збільшити за допомогою **додаткових критеріїв**; пояснення/приклад, див. Загальні критерії для кидка та ловлі для CR (нижче #6.7.7):

Символ	Додаткові критерії для $C \rightarrow$: +0.10
	Кидок 1 чи більше предметів за межами поля зору



Кидок 1 чи більше предметів без допомоги рук

Пояснення / Приклади

Якщо гімнастка кидає більше предметів, ніж потрібно, додатковий предмет (наприклад 4-ий предмет) не потрібно кидати високо/далеко. Однак:

- Немає критеріїв для предмета, який не кидається ні високо, ні далеко
- Гімнастка, яка кидає, не може ловити жоден предмет, який вона кинула (Взаємодія буде недійсною)

6.8.8. Усі гімнастки повинні брати участь у Взаємодії з кидком декількох предметів, щоб Взаємодія **була дійсною**. Якщо всі гімнастки беруть участь, але кидки не є високими/далекими, Взаємодія зараховується як спроба DC і буде недійсною. Якщо кидки не є одночасними, жодна спроба DC не зараховується.

6.9. Взаємодія з ловлею декількох предметів: Ловля декількох предметів після високих/далеких кидків (C↓)

6.9.1. Визначення:

- **Ловля 2 чи більше предметів** однією гімнасткою (основна дія).
- Ловлі повинні виконуватись одночасно або у швидкій послідовності (протягом 1 секунди)
- Ловлі мають бути виконані без відбива чи повторного кидка.
- Предмет, який потрібно ловити, повинен прямувати з високого кидка (понад 2 зроста гімнастки стоячи) або далекого кидка (мін. 8 метрів).
- Предмети потрібно отримати від різних партнерок (кидок не є основною дією), а не від неї самої.

6.9.1.1. Неможливо, щоб один і той самий предмет, кинутий разом у C↗ також був спійманий в C↓.

6.9.1.2. Якщо гімнастка ловить предмети у швидкій послідовності, вона **повинна зловити** мін. 2 предмети, перш ніж вона зможе роздати предмети партнеркам.

6.9.1.3. Гімнастка повинна зловити **2 окремих предмета**, а не одну з'єднану конструкцію з кількох предметів. Ці 2 предмета можуть бути окремими предметами, 2 окремими парами з'єднаних булав, 2 окремими з'єднаними конструкціями або будь-якою їх комбінацією.

6.9.2. Ловля декількох предметів, де задіяні булави:

6.9.2.1. Мінімально необхідна кількість предметів, яких треба ловити:

- Роз'єднані булави: Мінімум 3 булави
- З'єднані булави: Мінімум 2 окремих предмета (наприклад, 2 з'єднані булави + 1 булава)
- Булави + інші предмети: Мінімум 2 окремих предмета (наприклад, 1 булава + 1 обруч)

6.9.3. Базова вартість ловлі декількох предметів: 0.20

6.9.3.1. Вартість дається один раз, незалежно від кількості гімнасток, які виконують ловлі.

6.9.3.2. Взаємодія оцінюється, коли **всі 5 гімнасток задіяні** у ловлі предмета, включаючи кидання предмета, створення перешкоди для гімнастки(ок), яка(і) виконує(ють) основну дію, допомагають гімнастці(ам), що виконує основну дію, у ловлі(ях), тощо.

6.9.3.3. **Вартість** Взаємодії з ловлею декількох предметів (C↓) може бути збільшена за допомогою **додаткових критеріїв**; пояснення/прикладі див. Загальні критерії для кидка і ловлі для CR (нижче #6.7.7):

Символ	Додаткові критерії для C↓: +0.10 р.
⊗	Ловля 1 або більше предметів за межами поля зору
≠	Ловля 1 або більше предметів без допомоги рук

6.9.4. Усі гімнастки повинні брати участь у Взаємодії з ловлею декількох предметів, щоб Взаємодія **була дійсною**. Якщо всі гімнастки беруть участь але кидок(и) не є високим/далеким та/або гімнастка не володіє 2 предметами одночасно, Взаємодія вважається спробою DC і не є дійсною. Якщо ловлі відбуваються не протягом 1 секунди або якщо ловля відбувається з єдиною з'єднаною конструкцією, жодна спроба DC не зараховується.

6.10. Заборонені елементи зі Взаємодією

- Дії або позиції, піднімаючись або спираючись на 1 або більше партнерок без контакту з підлогою, впродовж **4 або більше секунд**
- Нести або тягнути гімнастку по підлозі протягом **4 або більше секунд**
- Проходити - з більш ніж 2 опорами – по одній чи більше гімнасток, згрупованих разом
- Опора на 1 або 2 руки на передпліччя без будь-якого іншого контакту з підлогою, без переверота/колеса та із зупинкою у вертикальному положенні
- Недозволена конструкція тіла, підняте положення (див. Артистизм, #12)

6.11. DC не буде дійсним у таких випадках:

- Складність Взаємодії не виконується відповідно до її визначення
- Усі 5 гімнасток не беруть участі в діях Взаємодії
- Взаємодія збігається у часі з попередньою Взаємодією
- Поеднання різних типів Взаємодій
- Повторення преакробатичного елемента гімнасткою(ами) основної дії
- Заборонений елемент
- Втрата предмета
- Втрата рівноваги при опорі на 1 або 2 руки або на предмет
- Повна втрата рівноваги з падінням гімнастки
- Зіткнення гімнасток
- Зіткнення предметів, яке впливає на траєкторію руху предметів(а)
- Статика гімнастки або предмета (див. Виконання, #3.1, та Складність, #3.5)
- Гімнастка без предмета протягом усього часу Взаємодії
- Стрічка ненавмисно зачепилась за тканину (помилково)
- Складність почалась за межами килима
- Ловля предмета після закінчення музики

Пояснення / Приклади

Чи дійсна Складність Взаємодії з вузлом на стрічці?	Див. #6.11. Складність Взаємодії буде дійсною, якщо дотримано вимоги до Складності. Буде застосовано пенальті суддями Виконання.
Чи дійсна Складність Взаємодії, якщо під час основної дії м'яч спіймано двома руками?	
Чи дійсна Складність Взаємодії, коли обруч піймано неправильно, з мимовільним контактом з тілом?	
Чи дійсна Складність Взаємодії, якщо після основної дії гімнастка ловить предмет у польоті з 2 або більше кроків?	
Якщо гімнастки мають відстань 8 метрів під час підготовки до кидка декількох предметів, але кидок <u>невисокий</u> , <u>занадто короткий</u> , і гімнастки повинні підбігти ближче, щоб зловити, чи є Взаємодія дійсною?	Ні: Складність Взаємодії не виконується відповідно до її визначення: Для <u>Взаємодії довжина польоту предмета</u> має становити мінімум 8 метрів: Відстань між позицією гімнастки, яка кидає, та позицією гімнастки, яка ловить.

Оцінка Складності (D)

7.1. Судді бригади D оцінюють Складність композиції, виставляють оцінку і вираховують можливі пенальті, відповідно:

7.2. 1-ша підгрупа D-суддів (DB)

Складність	Мінімум	Пенальті 0.30
Складність без обміну (DB), у хронологічному порядку	Мінімум 4/максимум 5 1 з кожної "групи Складності тіла"	<ul style="list-style-type: none"> Виконано менше 4 DB ∧ без спроб / не одночасно / не виконано за межами DE або R ⊥ без спроб / не одночасно / не виконано за межами DE або R ⊙ без спроб / не одночасно / не виконано за межами DE або R
Рівновага "Турлянь"	Максимум 1 на релеве Максимум 1 на всій стопі	Більше 1 на релеве Більше 1 на всій стопі
Складність з обміном (DE), у хронологічному порядку	Мінімум 4/максимум 5	Виконано менше 4 DE
Динамічні елементи з ротацією (R)	Максимум 1	Без пенальті

7.3. 2-га підгрупа D-суддів (DA)

Складність	Мінімум/Максимум	Пенальті 0.30
Взаємодії CC	Мінімум 3	За кожну пропущену CC
Взаємодії CR	Мінімум 3	За кожну пропущену CR
Взаємодії $c \nearrow / c \searrow$	Мінімум 3	За кожну пропущену $c \nearrow / c \searrow$
	Максимум 14	

1. ОЦІНЮВАННЯ БРИГАДОЮ СУДДІВ АРТИСТИЗМУ

- 1.1. Судді бригади артистизму (А) оцінюють композицію та артистичне виконання згідно стандартів естетичної досконалості.
- 1.2. Судді бригади А не оцінюють рівень Складності вправи. Судді бригади Артистизму зобов'язані застосовувати пенальті однаково за будь-яких помилок однакової величини, (рівня важливості) незалежно від Складності елемента чи їх комбінації.
- 1.3. Судді бригади А повинні слідкувати за сучасними тенденціями в Художній гімнастиці, знати, які вимоги до композиції є актуальними, та розуміти, як стандарти змінюються з розвитком спорту. У цьому контексті вони повинні також знати, що є можливим, що є розумним очікувати, і що є винятковим чи особливим.
- 1.4. **Фінальна оцінка А:** Остаточна, загальна сума пенальті в Артистизмі віднімається від максимальної оцінки **10.00 балів**.

2. АРТИСТИЧНА СТРУКТУРА ТА ВИКОНАННЯ ВПРАВИ: ЦІЛІ КОМПОЗИЦІЇ

- 7.3. Художню гімнастику визначає **унікальна композиція**, творчо побудована шляхом поєднання та сплетення технічних і артистичних рухів навколо конкретного вибору музики. Специфіка обраної музики визначає вибір всіх рухів. Всі складові компоненти композиції повинні бути створені в гармонійному взаємозв'язку один з одним.
- 7.4. **Музика** надихає **хореографію** встановлюючи структуру композиції і темп/крок. Музика сприяє створенню основної ідеї (сюжету або теми композиції) і дає основу емоціям. Музика не повинна бути фоном для елементів тіла та предмету.
- 7.5. При **виборі музичного супроводу** потрібно враховувати наступне:
 - Характер музики повинен бути обраний з урахуванням віку, технічного рівня підготовленості і артистичних якостей гімнастки, а також відповідати етичним нормам.
 - До музичного супроводу, що не відповідає **етичним нормам** буде застосовано пенальті **0.30б.** за "музику, що не відповідає правилам". Пенальті застосовуються за використання відвертих, вульгарних слів, а також за неетичні теми без використання таких слів. До неетичних тем відносять супровід з нецензурною лайкою, лихослів'ям, темою насильства, дискримінації, тощо.
 - Судді, що оцінюють артистизм повинні вдосконалювати та розширювати свої знання різних мов, урізноманітнювати свої мовні вміння. Будь-який суддя, що впізнає неетичні тексти повинен негайно повідомити Головного суддю, який визначить можливе покарання від бригади артистизму.
 - Музика повинна дозволяти кожній гімнастці виступати на найвищому рівні.
 - Музика повинна сприяти найкращому можливому виконанню.
- 7.6. Звуки з **нетиповим музичним характером** для Художньої Гімнастики (наприклад, сирени, звуки автомобільного двигуна, тощо) заборонені і буде застосовуватись нарахування пенальті 0.30 б. за «музичний супровід, що не відповідає правилам». **Слова**, що вимовляються без мелодійного фону (звуків музичних інструментів) і ті звуки, що не можна чітко ідентифікувати як будь-який жанр пісні «а капела» (наприклад, реп є жанром пісні), будуть визначені як «нетиповий музичний характер» і буде застосовано нарахування пенальті.

7.7. Перед початковим рухом гімнастики допускається **музичний вступ** тривалістю **не більше 4 секунд**. До музичного вступу тривалістю **від 4 секунд і більше** буде застосовано нарахування пенальті **0.30 б.** за «музичний вступ».

7.8. Досконалість в артистизмі досягається тоді, коли **структура композиції** та **артистичне виконання** чітко та повно розвивають наступні компоненти, створюючи ключову ідею – «історію» вправи – від початку до кінця:

- Характер та єдиний стиль руху присутні протягом всієї вправи: у комбінаціях Танцювальних кроків, у рухах, що поєднують елементи Складності, а також у самих елементах Складності.
- Виразність рухів тіла та вираз обличчя є помітними та очевидними.
- Динамічні зміни: Контрасти в темпі та інтенсивності рухів, як з предметом, так і з тілом, які відображають контрасти в музиці.
- Ефект(и): Стратегічне розташування певних рухів тіла та/або предмету, для підкреслення важливих музичних моментів.
- З'єднання між рухами або елементами Складності, які навмисно та стратегічно, хореографічно розроблені для плавного, гармонійного переходу від одного руху до іншого.
- Ритм: Рухи тіла і предмету точно співвідносяться з музичними акцентами і музичними фразами.; як тіло, так і предмет повинні керуватися структурою музики та ритмом/темпом музики. Рухи тіла та предмета точно відповідають музичним акцентам та музичним фразам; як тіло, так і предмет повинні слідувати структурі музики та темпу/ритму музики.
- Різноманітність і амплітуда використання простору: переміщення по килиму широке та всебічне, і постійно розвивається з використанням різних траєкторій, напрямків та модальностей.
- Різноманітність взаємодій між 5 гімнастками та предметами через переміщення, організацію колективної роботи та типів Взаємодій, які виконуються.

2.1. Загальне оцінювання:

- За кожен компонент артистизму, **пенальті не застосовується**, якщо компонент повністю розкритий і реалізований протягом усієї вправи від початку до кінця.
- До компонентів артистизму, які не розвинені, недостатньо розвинені або розвинені лише на деяких етапах вправи, **будуть застосовуватись пенальті**. Класифікація застосованих пенальті залежить від таких типів *фаз*:
 - *Частина вправи* визначається як короткий фрагмент вправи, наприклад, послідовність із 2-4 елементів Складності і зв'язків між ними, або комбінація танцювальних кроків.
 - *Більшість вправи* визначається як більше 50% тривалості вправи (представлена безперервно або в кількох окремих частинах).
 - *Цілісна вправа* визначається як одна, єдина частина, від початку до кінця.

2.1.1. Нелогічні поєднання рухів та помилки **невідповідності рухів ритму** кожного разу караються пенальті.

2.1.2. Для того, щоб кожен **артистичний компонент, який вимагається** (Комбінації танцювальних кроків №5, Динамічні зміни та Ефекти з музикою №6, Колективна робота №7), було зараховано, вони повинні бути виконані без наступних помилок композиції та технічних помилок:

- Втрата рівноваги з опорою на 1 чи 2 руки або на предмет
- Повна втрата рівноваги з падінням гімнастки
- **Статика гімнастки (див. Виконання, п. №3.1)**
- **Зіткнення гімнасток чи предметів**
- Втрата предмета
- Відсутність контакту гімнастки з предметом більше ніж 5 секунд
- Статика предмета
- Артистичний компонент розпочатий за межами гімнастичного килима
- **Використання забороненого елемента (див. Складність, №6.10).**

3. КЛЮЧОВА ІДЕЯ І ХАРАКТЕР

3.1. Визначення

- 3.1.1. Ключова ідея, яка надає виступу унікальності, досягається завдяки єдиному, самобутньому і чітко визначеному стилю рухів, що підкреслюють унікальну інтерпретацію характеру музики групою гімнасток.
- 3.1.2. Ключова ідея може мати розвиток (історію), наприклад, коли зміни характеру музики супроводжуються змінами характеру рухів, або бути постійною (конкретна тема), коли характер рухів не змінюється від початку до кінця композиції.
- 3.1.3. Стель або характер рухів розкривається за допомогою різноманітних засобів, які повинні повністю розкриватися та прослідковуватись протягом усієї вправи, від початку до кінця:
- За допомогою різноманітності задіяних гімнастками **частин тіла** (голова, шия, плечі, руки, кисті, корпус, стегна, ноги, ступні).
 - За допомогою різноманітних **типів рухів та елементів**, які виражають характер, наприклад:
 - Використання предмета такою ж мірою, як і тіла гімнастки
 - Комбінації танцювальних кроків
 - Підготовчі рухи перед Складностями
 - Перехідні рухи між Складностями
 - Під час Складностей тіла (DB) та/або під час завершення Складностей тіла (DB)
 - **Під час Взаємодій (CC)**
 - Хвилі тілом
 - **Стилізовані поєднуючі кроки, що зв'язують між собою DB, DE, R, DC**
 - Під кидком/під час польоту предмета
 - Під час ловлі предмета
 - Під час ротацій
 - Зміна рівнів
 - Поєднання елементів складності предмета, підкреслюючи ритм і характер мелодії
 - **Організована різними способами групова робота:** Синхронна робота, виконанням індивідуальних ролей, за допомогою спільних дій тощо.

3.2. Оцінювання

- 3.2.1. Характер вправи оцінюється протягом усієї вправи, в усіх рухах від початку до кінця.
- 3.2.2. **Пенальті не застосовується** до виступу, в якому ключова ідея і характер розкриті повною мірою та прослідковуються у всій вправі від початку до кінця:
- Характерна ключова ідея об'єднує усі частини вправи, вирізняючи її з усіх інших вправ.
 - "Повністю розкритий і реалізований характер" не означає, що кожен окремий рух повинен розкривати деталі характеру вправи, але це означає, що у вправі не має бути жодної частини, де характер відсутній.
 - У вправі простежується велика різноманітність використання різних частин тіла гімнасток.
 - У вправі простежується велика різноманітність типів рухів і елементів, які виражають характер.
 - У вправі простежується велика різноманітність організації характеру у різних типах групової роботи.

3.2.3. **Пенальті 0.30 б.** знімається суддями за виступ, в якому ключова ідея та характер домінують у **більшій частині вправи**:

- Ключова ідея присутня.
- Характер присутній у переважній більшості вправи.
- У вправі простежується велика різноманітність використання різних частин тіла.
- У вправі простежується велика різноманітність типів рухів і елементів, які виражають характер.
- Може не вистачати різноманітності організації характеру у різних типах групової роботи.

3.2.4. **Пенальті 0.60 б.** знімається суддями за виступ, в якому ключова ідея та характер домінують лише у частинах вправи:

- Чітко простежується єдність між деталями деяких рухів і музикою – уніфікована картинка.
- Мінімум у **5 частинах** вправи присутній характер.
- Може не вистачати різноманітності використання гімнастками різних частин тіла та різноманітності роботи предметом.
- Може не вистачати різноманітності рухів і елементів, які виражають характер.
- Може не вистачати різноманітності організації характеру у різних типах групової роботи.

3.2.5. **Пенальті 1.00 б.** знімається суддями за виступ, в якому ключова ідея та характер **не розкриті**:

- **Менше ніж у 5 частинах** вправи присутній характер, не прослідковується чіткої єдності між різними деталями характеру.

Пояснення / Приклади

- *Якість, складність, унікальність та тривалість кожної деталі характеру впливає на загальне оцінювання. Таким чином, Правила з Художньої гімнастики (CoP) не встановлюють конкретну кількість деталей характеру для застосування різних пенальті (без пенальті/0.30 б./0.60 б./1.00 б.):*
- *Для прикладу, виступ який має 5 частин, в яких яскраво та унікально розкриваються деталі характеру, включають різноманітність частин тіла та роботи предметом, може отримати менше пенальті, ніж виступ, в якому присутні 20 ізольованих деталей характеру, які виражаються в основному за допомогою рук/кистей.*

4. ЕКСПРЕСІЯ

4.1. Визначення

4.1.1. Група перетворює структуровану вправу у артистичний виступ за допомогою експресії тіла та експресії обличчя.

4.1.2. **Експресія тіла** це поєднання сили та потужності з красою, пластичністю і елегантністю рухів. Мова тіла використовується для вираження фізичної і емоційної сили, впевненості і повного контролю над виступом.

- Експресія тіла досягається шляхом залучення усіх сегментів тіла, наприклад: голова, шия, плечі, руки, кисті, корпус, стегна, ноги, ступні.
- Експресія тіла прослідковується як у якості природних рухів гімнасток, так і в якості представлення деталей характеру, запланованих постановкою.
- Експресію тіла можна поліпшити за допомогою змін темпу/інтенсивності рухів (наприклад, швидкі-повільні-швидкі рухи руками, реліз і контракшн, пауза-вибух, рухи-вдих, та ін.).
- Незалежно від фізичного зросту і розмірів гімнасток, рухи сегментів тіла повинні виконуватись з максимальною потужністю, широтою та довжиною.

4.1.3. **Експресія обличчя** це передача почуттів глядачам:

- Почуття базуються на емоційній реакції гімнасток, яку викликає музика та обраної ключової ідеї.
- Почуття повинні виражатись без перебільшення, кривляння, передражнювання, імітації співу.
- Очі використовуються для вираження емоцій та історії/теми постановки, а також привертають увагу глядачів.
- Інтенсивність експресії обличчя змінюється протягом різних частин вправи: від частин, в яких експресія є пріоритетом до технічних частин, в яких обличчя природньо є менш емоційним, але не стає зовсім невиразним і не має сконцентрованого вигляду.

4.1.4. Гімнастки мають експресивний, енергетичний зв'язок із музикою, що притягує глядачів до виступу.

4.1.5. Гімнастичні предмети також можуть бути задіяні у експресії тіла та обличчя.

4.2. Оцінювання експресії тіла

4.2.1. **Пенальті не застосовується**, якщо експресія тіла повністю розкрита протягом **більшої частини вправи** усіма гімнастками групи одночасно:

- У більшій частині вправи прослідковується повна участь сегментів тіла.
- У вправі немає жодної частини, в якій сегменти тіла задіяні мало або зовсім не задіяні, наприклад коли руки або корпус є непластичними. (Обмежена можливість інтерпретувати музику).

4.2.2. **Пенальті 0.30 б.** застосовується суддями, якщо експресія тіла повністю розкрита у частинах вправи усіма гімнастками групи одночасно:

- **У Мінімум 2 частинах** вправи представлена повна участь сегментів тіла.
- У вправі присутні **менше ніж 4 ізолюваних моменти**, у яких сегменти тіла задіяні мало або зовсім не задіяні, наприклад коли руки або корпус є непластичними. (Обмежена можливість інтерпретувати музику).

4.2.3. **Пенальті 0.60 б.** застосовується суддями, якщо експресія тіла є повністю нерозкритою, або розкривається **ненадовго однією або декількома гімнастками групи**:

- Участь усіх сегментів тіла представлена у **менше ніж 2 частинах вправи**, і/або:
- **У 4 або більше ізолюваних моментах** вправи, сегменти тіла задіяні мало або зовсім не задіяні, наприклад коли руки або корпус є непластичними. (Обмежена можливість інтерпретувати музику).

4.3. Оцінювання експресії обличчя

4.3.1. **Пенальті не застосовується**, якщо експресія обличчя присутня **у всій вправі** і повністю розкрита **у частинах вправи** усіма гімнастками групи одночасно:

- **У мінімум 2 частинах вправи** повністю домінує експресія обличчя.
- Обличчя також задіяне у решті вправи – менша інтенсивність експресії обличчя допускається.
- У менше ніж **4 ізолюваних моментах вправи** обличчя виглядає невиразним або сконцентрованим.

4.3.2. **Пенальті 0.30 б.** застосовується коли експресія обличчя є повністю нерозкритою, або розкривається **ненадовго однією або декількома гімнастками групи**:

- Експресія обличчя повністю домінує у **менше ніж 2 частинах вправи**, і/або:
- **У 4 або більше ізолюваних моментах вправи** обличчя виглядає невиразним або сконцентрованим.

Пояснення / Приклади

Експресія тіла:

- Пенальті 0.30 б. застосовується не за "експресію тіла представлену деякими частинами тіла": Судді повинні оцінити, наскільки великий об'єм вправи виконаний з повністю розкритою експресією тіла.
- Таким чином, якщо у вправі відсутні частини з повністю розкритою експресією тіла, буде застосовано пенальті 0.60 б., навіть якщо експресія тіла розкривається частково (є спроби її вираження ізольованими сегментами тіла) у декількох частинах або у всій вправі.

Експресія обличчя:

- На відміну від експресії тіла, від гімнасток не вимагається постійного розкриття експресії обличчя і Правила з Художньої гімнастики СоР не вимагають «максимальної» експресії обличчя.
- Спеціального пенальті для перебільшення експресії обличчя, кривляння, передражнювання, імітації співу, тощо не передбачено. Тим не менш, перелічені техніки не зараховуються як «експресія обличчя» і занадто часте їх використання підвищує ризик недостатньо виразити експресію обличчя.

Огляд системи застосування пенальті за експресію

Пояснення	Тіло	Обличчя
Повністю розкрита у більшій частині вправи У вправі немає жодної частини, виконаної непластично/невизначено/сконцентровано	Без пенальті	Без пенальті
Повністю розкрита у мінімум 2 частинах вправи Менше, ніж 4 моменти вправи виконані непластично/невизначено/сконцентровано	0.30 б.	Без пенальті
Повністю розкрита у менше ніж 2 частинах вправи 4 чи більше моменти вправи виконані непластично/невизначено/сконцентровано	0.60 б.	0.30 б.
Приклади пенальті для групи		
4 гімнастки повністю розкрили експресію тіла та експресію обличчя протягом більшої частини вправи 1 гімнастка повністю розкрила експресію тіла у 2 частинах вправи, а її обличчя залишалося сконцентрованим протягом більшої частини вправи	0.30 б.	0.30 б.
4 гімнастки повністю розкрили експресію тіла та експресію обличчя протягом більшої частини вправи 1 гімнастка виконала усю вправу з непластичними руками або корпусом, а її обличчя виглядало сконцентрованим 2 рази	0.60 б.	Без пенальті

5. КОМБІНАЦІЇ ТАНЦЮВАЛЬНИХ КРОКІВ (S)

5.1. Визначення

- 5.1.1.** Комбінація танцювальних кроків - це специфічна послідовність рухів тіла і предмета, спрямована на вираження стилістичної інтерпретації музики. Таким чином, **Комбінація танцювальних кроків повинна мати виражений характер у рухах.** Постановка комбінації танцювальних кроків виконується, відповідно до **характеру, ритму, темпу, і акцентів у музиці.**
- 5.1.2.** Стилізовані рухи сегментів тіла, темп та інтенсивність рухів, вибір способів переміщення повинні обиратися, виходячи зі специфіки музики, під яку вони виконуються.
- 5.1.3.** Ціллю постановки рухів є залучення усіх сегментів тіла для вираження специфіки музики, включаючи голову, ший, плечі, руки, кисті, корпус, стегна, ноги, ступні.

5.2. Вимоги

- 5.2.1.** Протягом Комбінації танцювальних кроків вибір кроків, напрямків, рівнів може різнитися для гімнасток групи. В будь-якому випадку, **кожна з 5 гімнасток**, повинна виконати наступні 5 вимог:
- 5.2.2.** Мінімальна тривалість протягом **8 секунд** з предметом, який знаходиться у русі: Починаючи з першого танцювального руху, усі кроки повинні бути чіткими і видимими протягом усіх 8 секунд їх тривалості.
- 5.2.3.** Рухи повинні виконуватись у **гармонії з ритмом** протягом усіх 8 секунд.

5.2.4. Виражений характер протягом 8 секунд:

5.2.4.1. Виражений характер рухів передбачає кроки, які відображають стиль або тему рухів, такі як:

- Будь-які класичні кроки
- Будь-які кроки бального танцю
- Будь-які кроки народного танцю
- Будь-які кроки сучасного танцю
- Та інші.

5.2.4.2. Загальні рухи/модальності (такі як ходіння, крокування, звичайний біг) по гімнастичному килиму не мають вираженого характеру рухів і **не можуть використовуватись**.

5.2.4.3. Комбінації танцювальних кроків повинні включати різноманітність рухів, які спеціально використовуються для хореографічних цілей Характеру. Складності тіла (DB), такі як стрибок кабріоль, рівновага в пассе, та ін., які мають у своїй основі традиційний танець, та цінність максимум 0.10 б., можуть бути використані.

Пояснення / Приклади

Якщо передача характеру переривається, наприклад, на 1-2 секунди під час виконання роботи предмета з кроками без характеру, комбінація танцювальних кроків не зараховується.

5.2.5. **3 різноманітністю та зміною розташування:** Способи переміщення (принцип, за яким група змінює своє розташування на гімнастичному килимі) повинні бути різноманітними та несхожими, здійснюватися в гармонії з специфічним стилем музики.

- Мінімум 2 різних типів кроків повинні бути використані (Лише один тип кроків не може бути використаний протягом всієї комбінації танцювальних кроків (S)).
- Частина S повинна бути виконана з переміщенням (уся S не може бути виконана на одному і тому ж місці гімнастичного килима).
- Частина S повинна бути виконана в положенні стоячи (уся S не може бути виконана лежачи, на колінах, сидячи, тощо).

5.2.6. **Пре-акробатичні елементи, високі кидки, довгі кидки, Взаємодії (CC), складності тіла (DB) цінністю 0.20 б. і більше не можуть бути використані** в Комбінаціях танцювальних кроків.

5.3. Оцінювання

5.3.1. До композицій, у яких **менше ніж 2 зараховані Комбінації танцювальних кроків**, буде застосована пенальті 0.30 б. за кожну S, якої не вистачає.

5.3.2. Комбінація танцювальних кроків **не буде зарахована**, якщо буде порушено будь-яку частину **пункту № 2.7.3** (тобто, втрата рівноваги з опорою або падінням, втрата предмета, відсутність контакту з предметом протягом більше ніж 5 секунд, статика предмета, статика гімнастики, зіштовхування, заборонений елемент).

5.3.3. Для того, щоб Комбінацію танцювальних кроків **було зараховано**, вона повинна **відповідати усім вимогам п. №5.2;** невідповідність будь-якій з цих вимог унеможливорює зарахування суддями Комбінації танцювальних кроків (тобто, 8 секунд, у ритмі, з характером, з різноманітністю і переміщенням, без заборонених елементів).

Пояснення / Приклади

Що станеться, якщо група танцює протягом 8 секунд, виконуючи усі вимоги пункту № 5.2, і після завершення 8 секунд, продовжуючи танцювати втрачає предмет?

Група виконала вимоги і Комбінація танцювальних кроків зараховується. Бригада Виконання застосує пенальті за втрату.

Що станеться, якщо група виконує танцювальні кроки протягом 16 секунд безперервно?

Якщо виконуються 2 комбінації по 8 секунд і кожна з них відповідає вимогам пункту #5.2, то 2 Комбінації танцювальних кроків будуть зараховані. Якщо якась із вимог відсутня у будь-якій частині, але усі вимоги виконані протягом 16 секунд, це 1 Комбінація танцювальних кроків.

6. ДИНАМІЧНІ ЗМІНИ: СТВОРЕННЯ КОНТРАСТІВ ТА ЕФЕКТІВ З МУЗИКОЮ

6.1. Динамічні зміни: Визначення

- 6.1.1.** У композиції, структурованій відповідно до специфічного уривку музики, використовується зміна **темпу та інтенсивності** для побудови ключової ідеї та створення контрастів, видимих глядачами.
- 6.1.1.1. *Ритм є також відомим як темп музики-частота тактів або пульс музики.*
- 6.1.2.** Ритм та інтенсивність рухів гімнасток, а також рухів їх предметів, повинні відображати зміни **ритму та інтенсивності музики** для створення Динамічних змін.
- 6.1.3.** Брак контрастів ритму та інтенсивності може призвести до монотонності та втрати інтересу глядачами.
- 6.1.4.** Динамічні зміни можуть створювати контрасти різними способами, в гармонії зі структурою музики:
- 6.1.4.1. Контрасти у темпі або інтенсивності рухів, що виникають **миттєво** при переході з однієї частини вправу у іншу.
- 6.1.4.2. **Поступове прискорення або уповільнення** темпу або інтенсивності рухів протягом частини вправи.
- 6.1.4.3. Створення контрасту за допомогою руху (рухів), який (і) навмисне демонструє (ють) темп/інтенсивність рухів, **протилежні** до загального темпу/інтенсивності. Наприклад, виконання декількох музичних тактів/фраз занадто повільно або занадто швидко.
- 6.1.5.** Існує багато інших методів зміни темпу та інтенсивності рухів, наприклад, короткі зупинки/паузи/пози або відокремлені рухи з тривалою зміною темпу/інтенсивності протягом руху. **Лише 3 методи**, визначені в п.№ 6.1.4 зараховуються як компоненти Артистичного оцінювання, які вимагаються. **Інші методи** зміни темпу та інтенсивності можуть підсилювати ключову ідею, впливати на експресію та/або створювати Ефекти.
- 6.1.6.** Навіть якщо власне музика не має чітких Динамічних змін, група може створювати Динамічні зміни своїми рухами. Такі зміни повинні бути виконані дуже чітко (виразно), для того щоб вони були зараховані як зміни темпу чи інтенсивності.
- 6.1.7.** Для того, щоб Динамічна зміна була зарахована, як **необхідний Компонент оцінювання Артистизму**, в ній мають бути задіяні **усі 5 гімнасток**. Гімнастки можуть виконувати різні ролі.

6.2. Ефекти з музикою: Визначення

- 6.2.1.** Стратегічне розташування **специфічних рухів тіла та/або предметів**, які передбачені хореографією для виділення **найбільш значущих моментів музики**, та створюють унікальну гармонію, що приваблює увагу глядачів, визначаються як **«Ефекти з музикою»**. Ефект сприяє створенню надзвичайного взаємозв'язку між специфічною музикою та специфічними рухами, виконаними групою (тобто, унікальну композицію, яка вирізняється з поміж інших).
- 6.2.2.** **Музичним моментом** може бути сильний акцент, довгий звук, коротка послідовність акцентів, тощо. Музичний момент повинен бути найбільш значущим – повинен чітко вирізнятися від акцентів та звуків, до та після нього через його інтенсивність або його особливість/характер. Такі музикальні моменти присутні у різних типах музичних творів та немає необхідності додавати «звукові ефекти» поверх оригінальних музичних творів.

6.2.3. І прості, і складні рухи можуть створити Ефект, якщо їх виконують з чітким наміром підкреслити значущий момент у музиці.

6.2.3.1. Приклади складних рухів:

- Складність тіла (DB) з декількома рухами в акценти
- Складність тіла DB, яка має певну тривалість, наприклад поворот
- **Взаємодія**
- **Колективна робота канонадного типу**
- Унікальний, новаторський або важкий технічний елемент складності предмета

6.2.3.2. Приклади простих рухів:

- Фіксація Складності тіла (DB)
- Завмирання у позі (крім стартової та кінцевої пози)
- Великий кидок
- **Момент кидка у Складності з обміном(DE)**
- Простий технічний елемент предмета, скоординований з рухом тіла

6.2.3.3. Приклади занадто малих чи занадто загальних рухів, які не можна віднести до Ефектів:

- Шассе
- Базовий кидок рукою (руками)
- Поза створена лише за допомогою руки (рук)/голови

6.2.4. Ефект може створюватися усією групою гімнасток або гімнасткою (гімнастками), яка виконує «основну дію». Не обов'язково виконувати сам Ефект усіма гімнастками; тим не менш їх рухи повинні підтримувати, підкреслювати основну дію, замість того щоб відволікати увагу від неї. Жодні рухи не мають суперечити або ігнорувати музичний момент.

Пояснення / Приклади

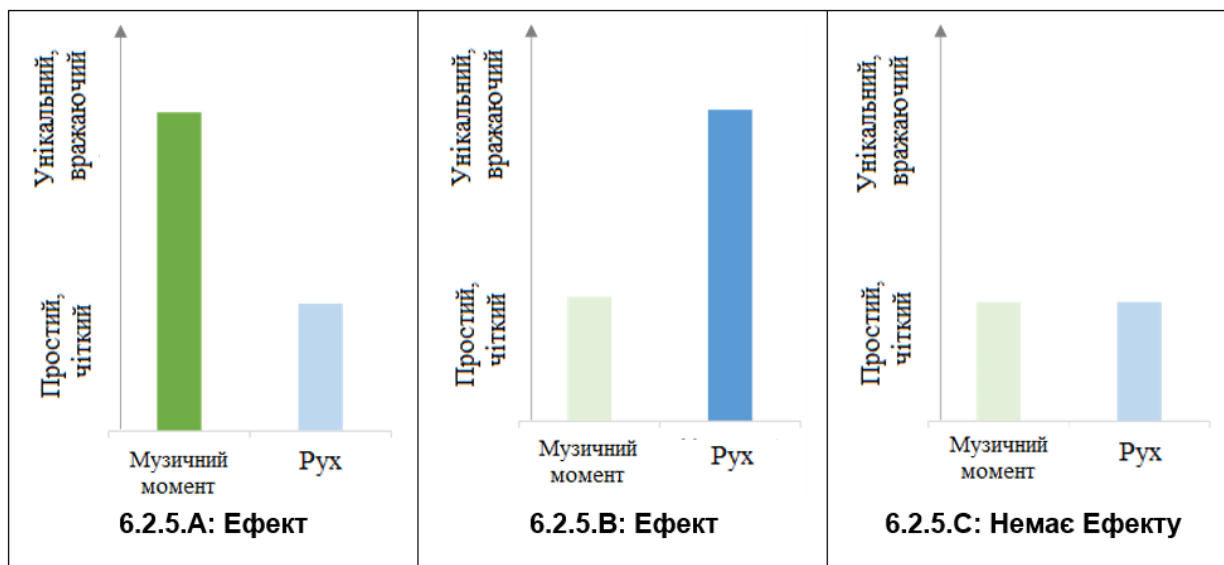
Природа Комбінації танцювальних кроків полягає в тому, щоб встановити гармонію між способами переміщення і музикою (ритмом і акцентами). Таким чином, власне способи переміщення не можуть бути зараховані як Ефект. Якщо Комбінація танцювальних кроків містить додаткову послідовність специфічних рухів, які підкреслюють специфічні акценти, окрім способів переміщення, це може бути зараховано як Ефект.

Створення візуальної картини/імітації, шляхом поєднання декількох гімнасток і/або предметів (наприклад: у формі зірки, літери, фоторамки, велосипеда, ясел немовля, тощо) не є Ефектом само по собі. Навіть комплекс рухів, як у даних прикладах, повинен виконуватись з наміром підкреслити значущий момент у музиці для того, щоб стати Ефектом (див. п. №6.2.2).

6.2.5. Ефект створюється через **унікальне поєднання** рухів та музики. В поєднанні рухи і музика повинні мати достатній вплив для того щоб залишити враження.

- Якщо **музичний момент** є дуже визначним-**виділяється** з поміж інших відрізків музики, його хореографічне поєднання може бути з продуманим стратегічно «простим» або «стандартним» рухом (рис. 6.2.5.A).
- Якщо **елемент тіла або предмета** є дуже визначним- **вражаючим, новаторським, ефектним**-його поєднання з музикою може відбуватись в ідеально вибраній момент музичного твору, який є сильним і точним але не унікальним за своєю інтенсивністю, особливістю або характером (рис. 6.2.5.B).
- Якщо музичний момент не є унікальним за своєю інтенсивністю, особливістю та характером, а рух, який з ним поєднується, є простим чи стандартним, то їх поєднання, хоча

і є правильно синхронізованим, але не матиме достатнього впливу, щоб створити Ефект. (рис. 6.2.5.C).



6.3. Вимоги

- 6.3.1. Мінімум 4 Динамічні зміни, в яких задіяні усі 5 гімнасток (як визначено у п. № 6.1.4) або Ефекти з музикою (як визначено в п. № 6.2). Приклади: 4 Динамічні зміни + 0 Ефектів з музикою, 3 Динамічні зміни + 1 Ефект, 2 Динамічні зміни + 2 Ефекти, тощо.
- 6.3.2. Композиції, в яких відсутні 4 Динамічні зміни або Ефекти з музикою, будуть каратися пенальті 0,30 б., за кожен з цих компонентів, якого не вистачає.

6.4. Динамічні зміни: Оцінювання

- 6.4.1. Динамічні зміни можуть знаходитись у будь якій частині вправи, включно з Комбінаціями танцювальних кроків.
- 6.4.2. Складності та повні хвилі тіла, які поєднуються з видимою зміною темпу або інтенсивності, наприклад: швидкий поворот Фуєте, серія стрибків, виконаних з великою амплітудою, широке переміщення гімнасток, дуже повільна хвиля тілом або дуже швидкі ротації у ризику, будуть зараховані як Динамічні зміни, тільки якщо вони будуть виконані одночасно з чітко видимою зміною у музиці і виконані у контрасті до темпу/інтенсивності у порівнянні з елементами, які виконувались перед або після них.
- 6.4.3. Якщо мелодія має видиму Динамічну зміну, яку група ніяк не виражає своїми рухами, така помилка не карається пенальті автоматично як Динамічна зміна, що є відсутньою: У вправі може бути 4 інші Динамічні зміни/Ефекти. Натомість, за невідображення видимої зміни темпу/інтенсивності у музиці, застосовується пенальті за Ритм (див. № 9.2.2).

6.5. Ефекти з музикою: Оцінювання

- 6.5.1. Для того, щоб ефект був зарахований суддями, він повинен бути виконаний у ідеальний момент музичного твору. Спроба створити Ефект, виконана не у правильний момент у мелодії (до чи після) не зараховується.

7. КОЛЕКТИВНА РОБОТА

7.1. Визначення

7.1.1. Вступ

- 7.1.1.1. Типовим характером групових вправ є участь кожної гімнастки в однорідній роботі групи в дусі співпраці.
- 7.1.1.2. Колективна робота означає, що гімнасти працюють разом, щоб **продемонструвати стосунок** один до одного в першу чергу через **тип (типи) рухів і час**, а не через фізичну залежність (спільні дії).
- 7.1.1.3. Кожна вправа повинна містити різні види організації колективної роботи.
- 7.1.1.4. Як **загальний принцип хореографії (поза оцінкою артистизму)**, 4 типи колективної роботи (№7.1.2-7.1.5) доступні для використання в будь-якій частині композиції, включаючи, але не обмежуючись:
- у Труднощах або поза Труднощами
 - усіма 5 гімнастками або підгрупою
 - будь-якої тривалості
 - поєднання різних видів колективної роботи (наприклад, хорової з підгрупою, що демонструє контраст)
 - тощо.
- 7.1.1.5. Щоб бути **визнаним обов'язковим компонентом для оцінювання Артистизму**, кожен із 4 типів колективної роботи (№7.1.2-7.1.5) має бути представлений за межами компонентів складності (DB, DE, R, DC) і повинен виконувати **наведені нижче повні визначення**:

7.1.2. Синхронне виконання.

- 7.1.2.1. **Одночасне виконання** одного і **того ж руху** (з однаковою амплітудою, темпом, динамічністю тощо).
- 7.1.2.2. Усі **5 гімнасток** повинні виконувати синхронні рухи.
- 7.1.2.3. Тривалість, необхідна для розпізнавання компонента Артистизму: мінімум **2 секунди** в синхронізації.

7.1.3. Виконання в «хорі»

- 7.1.3.1. Гімнасти, які виступають різними «голосами хору», «співають» разом: **одночасне виконання різних рухів, які разом утворюють хореографічну одиницю**.
- 7.1.3.2. Кожна з 5 гімнасток повинна грати різні ролі, загалом 5 різних ролей. Кожна роль повинна складатися з рухів, а не просто фіксованої пози.
- 7.1.3.3. «Хореографічний блок» формується шляхом демонстрації стосунків між гімнастками; недостатньо виступати як 5 окремих, незалежних індивідів.
- 7.1.3.4. Приклади методів демонстрації відношення:
- варіації форми
 - варіації схожої роботи предмету
 - робота в щільному шикуванні (малюнку)
 - спільний напрямок руху
 - підкреслення схожих акцентів
 - спільний погляд.
- 7.1.3.5. Потрібна тривалість, щоб її було визнано компонентом артистизму: мінімум 2 секунди з усіма 5 гімнастками безперервно в різних ролях. Ролі можуть змінюватися протягом тривалості (наприклад, зміна рівня або модальності), доки жодна гімнастка не виконує однакові рухи одночасно.

7.1.4. Виконання в «швидку послідовність» або «канон».

- 7.1.4.1. **Несинхронне виконання однакових або споріднених рухів**: рух повторюється різними гімнастками або підгрупами, кожна гімнастка/підгрупа за одною, з однаковими інтервалами часу.
- 7.1.4.2. **Швидка послідовність** означає, що кожна гімнастка починає послідовність рухів одразу після початку попередньої гімнастки. Попередня гімнастка не завершила послідовність рухів, коли починає наступна; є час виконання. Музика диктує темп, мінімального чи максимального інтервалу між діями немає.

- 7.1.4.3. **Канон** означає, що кожна гімнастка/підгрупа починає послідовність рухів, коли попередня гімнастка/підгрупа завершує послідовність рухів; у виконанні немає часових накладень.
- 7.1.4.4. Усі 5 гімнасток повинні бути безпосередньо задіяні, можливі різні організації та різні ролі.
Приклади:
- гімнастка дає імпульс кожній з інших гімнасток, імпульси подаються у швидкій послідовності.
 - пари гімнасток піднімають останню гімнастку в каноні: початкова пара піднімає партнера, який виконує рухи в піднятому положенні. Після завершення своєї дії наступна пара піднімає партнера, повторюючи ті ж дії.
- 7.1.4.5. **Тривалість**, необхідна для визнання компонента артистизму: мінімум 2 секунди після початку послідовності рухів першим гімнастом або підгрупою, доки остання гімнастка або підгрупа не закінчить послідовність рухів.

7.1.5. Виконання на «контрасті».

- 7.1.5.1. **7.1.5.1. Одночасне виконання 2 різних типів рухів**, які створюють контраст через 1 або більше з наступних варіантів:
- контраст у темпі (повільний – швидкий)
 - контраст за інтенсивністю (сильно – м'яко)
 - контраст у рівні (тіло у вертикальному положенні – тіло на підлозі або біля неї / предмет високо вгорі – предмет на підлозі або біля неї)
 - переміщення з контрастом: 2 групи гімнасток рухаються в різних напрямках, перетинаючи одна одну; принаймні 1 із групи має змінити напрямок.
- 7.1.5.2. Кожна з 5 гімнасток повинна виконати **1 з 2 контрастних дій**: одночасне виконання 3 і більше різних дій не визнається дійсним.
- 7.1.5.3. **2 рухи повинні бути не тільки «різними», але й контрастними**. Приклади: спіралі на рівні колін і спіралі на рівні талії «різні», але не створюють чіткого контрасту. Спіралі біля щиколоток і спіралі над головою різні і також контрастні.
- 7.1.5.4. Коли всі гімнасти **одночасно починають елемент із контрастом**, а потім міняються ролями, це розпізнається як контраст, а не як швидка послідовність/канон.
- 7.1.5.5. Потрібна тривалість, щоб її розпізнали як компонент артистичності: **щонайменше 2 секунди безперервного контрасту**. Ролі можуть змінюватися, а типи контрасту можуть змінюватися протягом тривалості (наприклад, 3 повільні + 2 швидкі → 3 швидкі + 2 повільні → 1 стоячи + 4 біля підлоги), доки всі 5 гімнасток продовжують перебувати в контрасті на весь час.

7.2. Вимоги та оцінювання.

- 7.2.1. Кожен із 4 типів колективної роботи (№7.1.2-7.1.5) має бути представлений **принаймні один раз** за межами компонентів складності (DB, DE, R, DC) і відповідати повним визначенням, наведеним вище.
- 7.2.2. Кожен вид колективної роботи буде визнаний з незначними помилками у виконанні в хронометражі між гімнастками.
- 7.2.3. **Пенальті 0,30** для кожного типу колективної роботи, не визнаної за межами компонентів складності або виконаної не згідно з визначенням (№7.1.2-7.1.5).

8. З'ЄДНАННЯ (ЗВ'ЯЗКИ)

8.1. Визначення зв'язків кожної окремої гімнастки.

- 8.1.1. З'єднання – це «ланка» між рухами або труднощами. Добре розроблені зв'язки та/або з'єднувальні кроки необхідні для створення гармонії та плавності у виконанні.
- 8.1.2. Усі рухи як тіла, так і предмету повинні мати логічний, навмисний зв'язок між собою, щоб рух/елемент переходив у наступний з певної причини.
- 8.1.3. Ці зв'язки між рухами також дають можливість підсилити характер композиції.
- 8.1.4. З'єднувати елементи слід плавно і логічно, без тривалих приготувань і зайвих зупинок. Приймаються навмисні зупинки, що підтримують характер композиції або створюють стратегічні паузи.
- 8.1.5. Елементи, які зібрані разом без чіткої мети та логіки, стають серією непов'язаних дій. Такі зв'язки перешкоджають повному розвитку історії, а також унікальній ідентичності композиції. Приклади нелогічних зв'язків кожної окремої гімнастки:
- раптові або нелогічні переходи від руху тіла або предмета/Складності до іншого

- різке перемикання між рівнем стояння та рівнем підлоги, без чіткої мети та логіки
- різкий поворот обличчям в іншу сторону, без чіткої мети та логіки
- різка зміна напрямку руху, без чіткої мети та логіки
- різка зміна площини або напрямку руху апарату, без плавного переходу
- тривалі переходи від одного руху до іншого, наприклад, потрібен час для підготовки до наступного елементу.

8.1.6. Нелогічні зв'язки можуть бути наслідком композиційних помилок, недостатньо розробленої техніки або коригувань під час виконання (наприклад, використання ярликів/пропуск елементів).

8.2. Визначення з'єднань групової роботи.

8.2.1. Очікується, що група **працюватиме та переміщається як єдине ціле** протягом усієї хореографії, з чітким зв'язком між усіма гімнастками увесь час. Це очікування включає зв'язки між елементами, між формаціями та підготовку до Складності.

8.2.2. У цих зв'язках **єдність групової роботи** може досягатися різними методами, наприклад:

- подорож із поступовою зміною формації до іншої, завжди зберігаючи чітку організацію між гімнастками, наприклад, дотримуючись ліній, дотримуючись однакових дистанцій тощо.
- гімнасти рухаються в одному напрямку, але на різні відстані
- гімнасти рухаються в різних напрямках і на різні відстані, але використовують однаковий набір рухів
- гімнастки рухаються в різних напрямках і на різні відстані, з різними рухами, але чітко позначаючи однакові акценти
- застосування принципів колективної роботи.

8.2.3. Коли елементи з'єднані шляхом **розриву групової роботи** під час з'єднань – відсутність зв'язку між гімнастками через формування, напрямок, тип рухів тощо – застосовується пенальті за «нелогічне з'єднання». Приклади нелогічних зв'язок у груповій роботі:

- переходи, коли гімнастки просто ходять/бігають із переміщення до наступного
- переходи, коли гімнастки змінюють нове положення на килимі, використовуючи неорганізовані шляхи, напрямки, дистанції тощо.
- переходи, коли деякі гімнастки готові до наступного елементу перед партнерами, зупиняються та чекають на партнерів

8.3. Оцінювання

- 8.3.1.** За композицію, що містить низку непов'язаних, нелогічних елементів, буде нараховано пенальті.
- 8.3.2.** **За Нелогічні з'єднання будуть застосовуватись пенальті від 0,10 б. кожного разу до 2.00б.**
- 8.3.3.** Покарання за нелогічне з'єднання застосовується лише один раз за рух/з'єднання, незалежно від кількості помилкових гімнастів чи предметів, і незалежно від того, що індивідуальні з'єднання та групові з'єднання є нелогічними одночасно.
- 8.3.4.** . Немає пенальті за зв'язки під час зупинки/паузи гімнастки(ок) під час виконання композиції через **великі помилки**, такі як втрата предмета, втрата рівноваги з опорою або падіння, біг через кидок із неточною траєкторією, або зупинка, щоб розв'язати вузли/усунути заплутування.

9. РИТМ І ЗАКІНЧЕННЯ З МУЗИКОЮ

9.1. Визначення.

- 9.1.1.** Рухи тіла і предмету повинні точно співвідноситися з музичними акцентами і музичними фразами.
- 9.1.2.** І тіло, і предмет повинні керуватися темпом музики.
- 9.1.3.** Кінець вправи повинен точно співвідноситись із закінченням музики.

9.2. Оцінювання.

- 9.2.1.** Рухи, які виконуються окремо від акцентів чи зміни фраз, або не узгоджуються з темпом, встановленим музикою, штрафуються **нарахуванням пенальті 0,10 б. кожного разу до 2.00 б..**
- 9.2.2.** Приклади ситуацій, які штрафуються за «ритм»:
- коли рух помітно підкреслюється перед або після акценту
 - коли ігнорується чіткий акцент у музиці – не підкреслюється рухом

- коли група створює великий руховий акцент, а музика не має відповідного акценту
- коли рухи ненавмисно починаються перед або після музичної фрази
- коли темп змінюється, а група не відображає зміну темпу
- коли змінюється інтенсивність і група не відображає зміну інтенсивності
- коли музика закінчується затуханням, а група продовжує рухатися швидко, створюючи великі акценти руху на затуханні

9.2.3. Очікується, що вся група закінчить вправу під музику, усі 5 гімнасток закінчать в одну мить. Якщо частина групи приймає останню позу до закінчення музики або після того, як музика закінчилася, або не робить чіткої зупинки перед тим, як залишити килим, пенальті за відсутність гармонії між музикою та рухом у кінці вправи застосовується нарахування пенальті.

10. ШИКУВАННЯ (ФОРМАЦІЇ)

10.1. Формації повинні бути створені з різноманітністю в наступному:

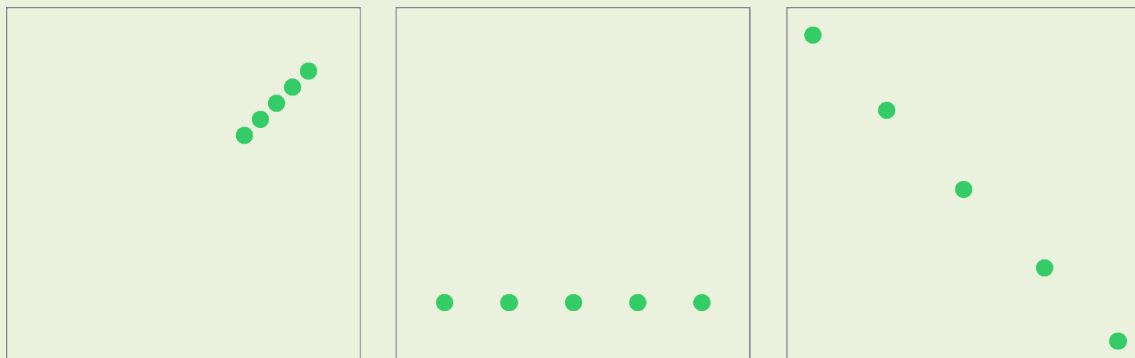
- розміщення в різних частинах площі килима: центр, кути, діагоналі, лінії
- дизайн: кола, лінії в усіх напрямках, трикутники тощо.
- амплітуда: розмір/ширина малюнку: широкий, середній і закритий

10.1.1.1. **Пенальті 0,30** за недостатню різноманітність дизайну шиків: форма використовується занадто часто порівняно з іншими можливими формами.

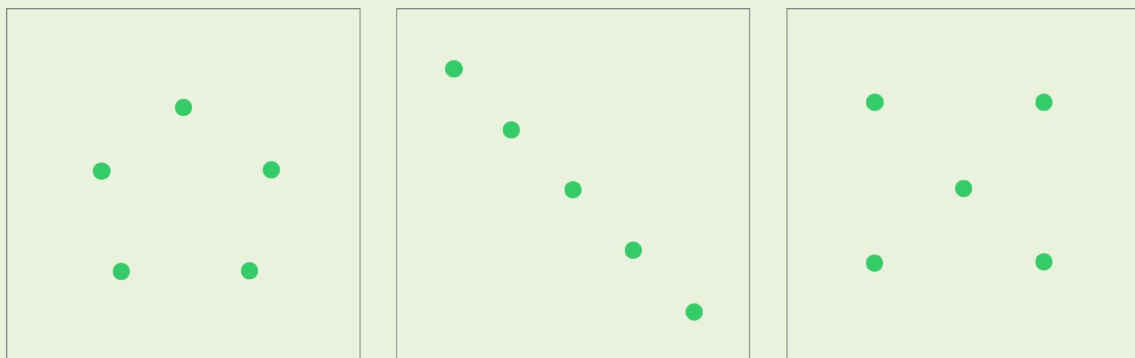
10.1.1.2. **Пенальті 0,30** для недостатньої різноманітності в амплітуді шиків: розмір використовується надмірно порівняно з іншими розмірами.

Пояснення / Приклади

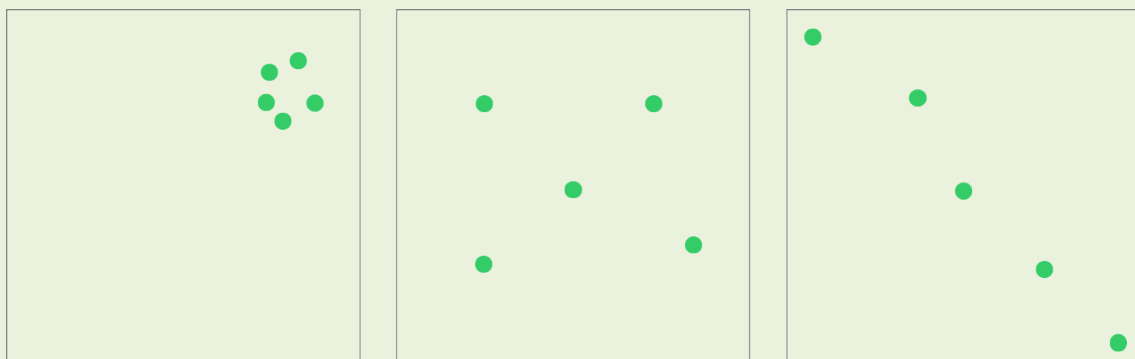
Різноманітність в амплітуді шикувань – відсутність різноманітності в дизайні шикувань:



Різноманітність у дизайні шикувань - відсутність різноманітності в амплітуді формації:



Різноманітність у дизайні та амплітуді формації - неточні лінії (пенальті у Виконанні):



10.2. Пересування по площі килиму та між різними рівнями має відбуватися безперервно, без тривалого перебування в будь-якому місці площі килиму.

10.2.1. Пенальті **0,30 кожного разу**, коли одна і та ж структура та те саме розташування на килимі зберігається протягом 3 або більше труднощів поспіль.

Пояснення / Приклади

З метою підрахунку кількості Складності у тій же формації в тому самому місці:

- якщо DB і DE виконуються одночасно, це зараховується як 1 Складність.

11. ПЕРЕРИВАННЯ ЄДНОСТІ

11.1. Метою створення гармонійного взаємозв'язку всіх компонентів Артистизму є створення єдиної ідеї. Безперервність рухів від початку до кінця сприяє гармонії та єдності.

Серйозна технічна помилка, яка порушує безперервність композиції, змушуючи гімнаста(ок) зупинити/призупинити виконання композиції або припинити відображення художнього образу на **4 або більше секунд**, штрафується 0,60 балу один раз за вправу, як **загальне пенальті** в кінці вправи. Приклади ситуацій, які можуть спричинити переривання безперервності:

- втрата предмету з великим переміщенням
- заміна втраченого, зламаного або непридатного предмету
- розв'язування вузлів на скакалці або стрічці
- усунення незначного заплутування на предметі
- гімнастка(ки) роблять паузу, втрачаючи час, щоб зрозуміти, звідки продовжити виступ

11.2. Під час перерви тривалістю 4 або більше секунд **жодні інші компоненти Артистизму не оцінюються**: відсутність додаткового покарання за ритм, контакт з предметом тощо. Крім того, судді з виконання карають лише початкову технічну помилку, вони не застосовують додаткові покарання під час перерви. (статичний предмет, стрічка на підлозі тощо) (див. Виконання, №2.2.3 та №2.4.1).

11.3. Якщо технічна(-і) помилка(-и) порушує(-ють) безперервність **менше ніж на 4 секунди** (один або кілька разів під час виконання вправи), пенальті за «Переривання безперервності» не накладається, і Ритм оцінюється під час таких перерв.

Пояснення / Приклади

Пенальті за переривання безперервності застосовується у кожному випадку, коли предмет втрачається на 4 або більше секунд, навіть якщо гімнастки продовжують танцювати: якщо предмет рухається неконтрольованим чином і/або лежить нерухомо протягом 4 або більше секунд, це і є переривання безперервності вправи з предметом.

Якщо гімнасти можуть замаскувати, що предмет втрачений, так що це не виглядає як втрата, а натомість виглядає як виконання вправи з предметом (наприклад, м'яч котиться повільно, а гімнасти танцюють поруч із ним), пенальті не застосовується за переривання безперервності.

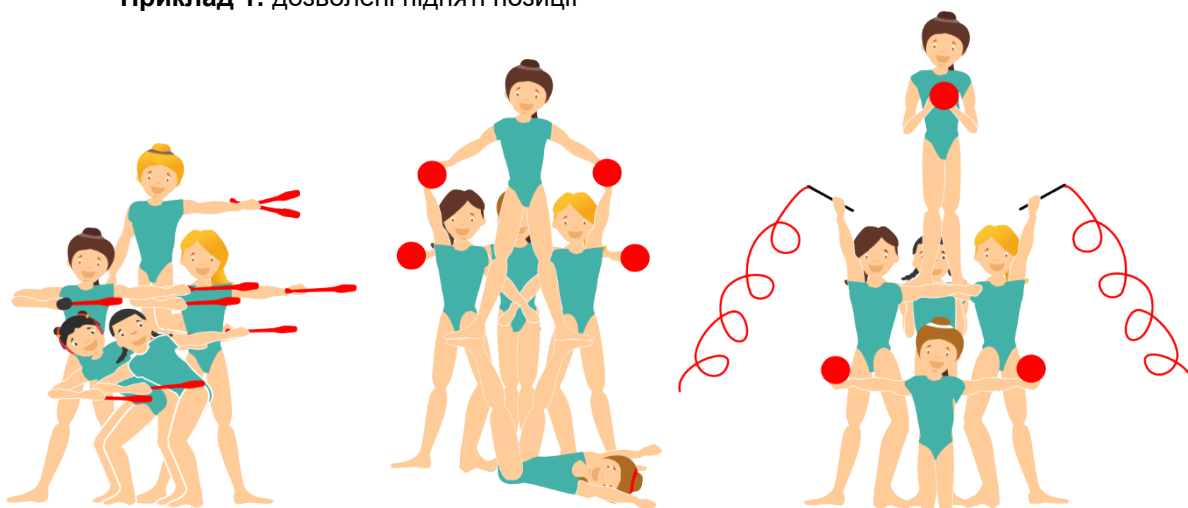
12. ПОБУДОВА ТІЛА/ПІДНЯТЕ ПОЛОЖЕННЯ

12.1. На початку, під час і/або в кінці вправи можна використовувати елементи або пози, в яких 1 гімнастка піднята над підлогою з опорою на іншу гімнастку (гімнасток) і/або снаряд, за умови, що: одночасно від підлоги піднімається **не більше 1 гімнастки**

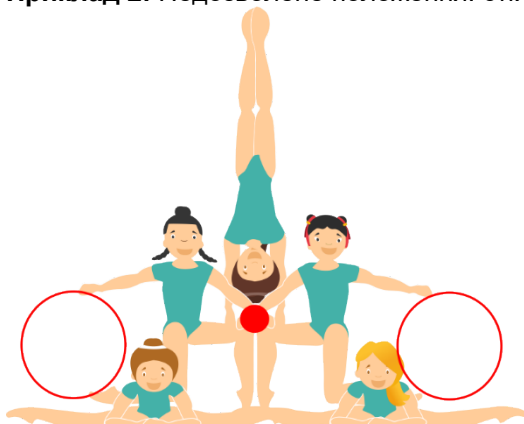
- гімнастка піднімається від підлоги **менше ніж на 4 секунди**:
 - початкова поза: менше 4 секунд від початкового руху початкової гімнастки до того, як піднята гімнастка прибуде на підлогу.
 - фінальна поза: менше 4 секунд після того, як гімнастка залишить підлогу, до останнього руху останньої гімнастки.
- підняту гімнастку можна піднімати або підніматися в підняте положення, але не можна підкидати в повітря, стрибати або падати з піднятого положення.
- підвищена гімнастка не може виконувати будь-які варіанти стійки на руках, стійки на ліктях або стійки на шиї. Крім цього, положення або рух є вільними.
- кожна опорна гімнастка повинна тримати стопи, коліна або спину на підлозі, і не може мати будь-який варіант мосту.

12.2. Конструкція або підняте положення, яке не відповідає вищезазначеним вимогам, наприклад, утримання 4 або більше секунд, **отримає пенальті у 0,60 б.** За кожен недозволений елемент нараховується пенальті.

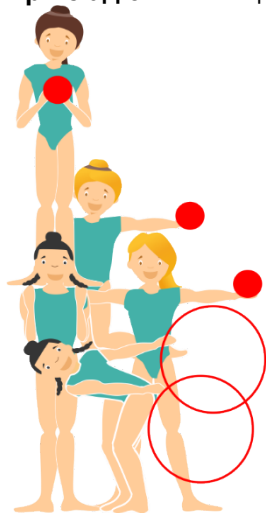
Приклад 1: дозволені підняті позиції



Приклад 2: Недозволене положення: стійка на руках



Приклад 3: Несанкціонована позиція: 2 гімнастки підняті



13. КОНТАКТ МІЖ ПРЕДМЕТАМИ І ГІМНАСТКАМИ

- 13.1.** На початку вправи 1 або більше гімнасток **можуть бути без предметів**. Такий фрагмент вправи повинен бути менше 5 секунд від початкового руху початкової гімнастки.
- 13.2.** Якщо предмет і гімнасти не починають рухатися одночасно, різні рухи повинні слідувати один за одним швидко, протягом менше ніж 4 секунд, щоб уникнути статичного(их) гімнастка(ів)/предметів.
- 13.3.** Під час виконання вправи 1 або більше гімнасток можуть бути **без предметів**, якщо це триває менше 5 секунд.

- 13.4. Пенальті 0,30** якщо 1 або більше гімнасток знаходяться **без предметів протягом 5 або більше секунд** (покарання один раз за вправу, будь то композиційна чи технічна помилка).
- 13.5. Наприкінці вправи** кожна гімнастка може тримати 1 або більше предметів або контактувати з ними. У цьому випадку 1 або більше гімнасток **можуть бути без предметів** у фінальній позі.
- 13.6. Пенальті 0,60** якщо 1 або більше предметів вільно лежать на підлозі, без контакту з будь-якою гімнасткою (ані безпосередньо, ані через інший предмет) у стартовій або фінальній позі (через композиційну помилку). приклади:
- 10 булав з'єднані у велике коло. Гімнастка знаходиться в прямому контакті з двома з цих булав. Решта 8 булав контактують через коло з'єднаних булав: без пенальті.
 - 2 обручі вільно лежать на підлозі, контактуючи один з одним, але жоден з цих обручів не контактує з жодною гімнасткою. Пенальті 0,60.

14. ГРУПОВІ ПОМИЛКИ В АРТИСТИЗМІ

Цю таблицю слід читати, враховуючи повні пояснення в параграфах тексту (№ 2-13).

У полях із декількома пунктами маркерів усі маркери мають бути «наявними», щоб поле було застосовним, якщо в полі не вказано «або».

Пенальті	0.30	0.60	1.00
КЛЮЧОВА ІДЕЯ і ХАРАКТЕР РУХУ	<p>Присутній у більшості вправи:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Наявність головної ідеї • Більшість вправи має характер • Гарна різноманітність в роботі частинами тіла • Велика різноманітність типів рухів • 3 різноманітністю організації групової роботи або без неї (без вимог) 	<p>Присутні в частинах вправи:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Чітка єдність між деталями та музикою ○ Мінімум 5 частин мають характер ○ 3 різноманітністю або без (не вимагається) 	<p>Не в пріоритеті:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Менше ніж 4 частини мають характер
ЕКСПРЕСІЯ ТІЛА	<p>Повністю розвинена в частинах вправи:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Активна участь усіх частин тіла мінімум у 2 частинах вправи ○ Менше 4 моментів з обмеженою активністю та участю всіх частин тіла 	<p>Розвинена частково, або недостатньо розвинена в вправі:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Повна та активна участь усіх частин тіла менше ніж у 2 частинах вправи або ○ 4 чи більше моментів з обмеженою участю всіх частин тіла ○ <i>Можлива часткова участь протягом будь-якої тривалості вправи.</i> 	
ЕКСПРЕСІЯ ОБЛИЧЧЯ	<p>Розвинена в деяких моментах або не розвинена в вправі:</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ Повністю розвинена мінімум у 2 частинах вправи <p>Або</p> <ul style="list-style-type: none"> ○ 4 чи більше моментів з порожнім, відсутнім або зосередженим обличчям. 		

ТАНЦЮВАЛЬНІ КРОКИ (вимога: 2)	Для кожної відсутньої комбінації танцювальних кроків у ритмі та з характером									
ДИНАМІЧНІ ЗМІНИ та ЕФЕКТИ (вимога: загалом 4)	Для кожної відсутньої динамічної зміни/ефекту									
КОЛЕКТИВНА РОБОТА (вимога: 4 типи)	Для кожного відсутнього типу колективної роботи (Синхрон, хорал, швидка послідовність/канон, контраст)									
З'єднання	Пенальті									
	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	Пенальті									
	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
ШИКУВАННЯ (малюнки, формації гімнасток)	Недостатня різноманітність в шикуннях гімнасток									
	Недостатня різноманітність амплітуди шикунь									
	Одна і та сама формація зберігається в тому самому місці протягом 3 або більше Складності поспіль (пенальті за кожен набір Складності)									
ПЕРЕРИВАННЯ ЄДНОСТІ	Безперервність композиції порушується на 4 або більше секунд через серйозну технічну перерву (пенальті 1 раз за вправу)									
КОНСТРУКЦІЇ/ ПІДВИЩЕНІ ПОЗИЦІЇ	Заборонена конструкція, або 4 і більше секунд у піднятій конструкції (пенальті за кожен елемент)									

КОНТАКТ МІЖ ПЕРЕДМЕТІМ І ГІМНАСТКАМИ	1 або більше гімнасток без предметів протягом 5 або більше секунд (пенальті 1 раз за вправу)	Якщо 1 або більше предметів не контактує з жодною гімнасткою в стартовій або фінальній позі (композиційна помилка)	
МУЗИЧНИЙ ВСТУП	Музичний вступ тривалістю 4 і більше секунд		
НОРМИ МУЗИКИ	Музика не відповідає правилам		
МУЗИКА-РУХ В КІНЦІ ВПРАВИ	Відсутність гармонії між музикою та рухом у кінці вправи		

1. ОЦІНКА ГРУПОВИХ ВПРАВ СУДДЯМИ БРИГАДИ ВИКОНАННЯ (E)

- 1.1. Суддівство бригади Виконання (E) вимагає естетичного та технічно досконалого виконання елементів.
- 1.2. Гімнастки групи мають включати у свої вправи лише ті елементи, які вони можуть виконати абсолютно безпечно і з високим ступенем технічної майстерності. Усі відхилення від цих очікувань будуть призводити до пенальті суддями бригади виконання (E).
- 1.3. Судді бригади виконання (E) не мають відношення до рівня Складності вправи. Судді бригади виконання (E) повинні застосовувати рівні пенальті за однакові помилки, незалежно від Складності елемента або руху.
- 1.4. Судді бригади виконання (E) повинні орієнтуватися в трендах сучасної художньої гімнастики, завжди знати, якими мають бути актуальні очікування щодо виконання елемента, і розуміти, як змінюються стандарти у міру розвитку спорту. У цьому контексті вони повинні також знати, що є можливим, що є розумним очікуванням, що є винятком і що є особливим.
- 1.5. Усі відхилення від правильного виконання вважаються технічними помилками і повинні відповідним чином оцінюватися суддями. Розмір відрахування (малі, середні або великі помилки) визначається ступенем відхилення від правильного виконання. За кожне видиме технічне відхилення від очікуваного ідеального виконання застосовуватимуться такі пенальті:
 - **Мале відхилення 0.10:** Будь-яке незначне відхилення від ідеального виконання
 - **Середнє відхилення 0.30:** Будь-яке виразне або значне відхилення від ідеального виконання
 - **Велика відхилення 0.50 або більше:** Будь-яке серйозне відхилення від ідеального виконання
- 1.6. Помилки тіла вираховуються кожен раз і для кожного елемента окремо.
- 1.7. Фінальна оцінка (E): Фінальне пенальті за Виконання віднімається від 10.00

Роз'яснення

Зелені комірки підрозділів в таблиці пенальті означають, що лише одне пенальті – найвище застосовуване пенальті – з цієї лінії може бути вираховане за кожну технічну помилку.

*Усі перераховані пенальті надаються кожного разу, незалежно від кількості гімнасток, які помиляються (загальні пенальті), якщо додатково не вказано жирним шрифтом, що пенальті надаються для **кожної гімнастки**.*

2. ПОЯСНЕННЯ ЩОДО ПЕНАЛЬТІ СУДДІВ БРИГАДИ ВИКОНАННЯ (E)

2.1. Пояснення щодо пенальті суддів бригади Виконання (E) для елементів тіла

- 2.1.1. Для “Неправильного положення частини тіла під час руху”, застосовується 1 пенальті “**для кожної частини тіла**”, і це пенальті застосовується “**кожен раз**”. Це означає:
 - 2.1.1.1. Однакові частини тіла:
 - Обидва коліна зігнуті одночасно: 0.10 для “колін” 1 раз
 - Обидві стопи не натягнуті одночасно: 0.10 для “стоп” 1 раз

2.1.1.2. Стрибки з підходом/підготовкою:

- 1 стрибок у шпагат з обома колінами і обома стопами в неправильному положенні: 0.10 для колін і 0.10 для стоп = 0.20
- “Шассе” з обома колінами і обома стопами в неправильному положенні + стрибок у шпагат з обома колінами і обома стопами в неправильному положенні : 0.10 для колін і 0.10 для стоп в «шассе» + 0.10 для колін і 0.10 для стоп у стрибку = 0.40
- “Шассе” з обома колінами і обома стопами в неправильному положенні + стрибок у шпагат з обома колінами і обома стопами в неправильному положенні + 2-й стрибок у шпагат з обома колінами і обома стопами в неправильному положенні : 0.10 для колін і 0.10 для стоп в «шассе» + 0.10 для колін і 0.10 для стоп в 1-му стрибку + 0.10 для колін і 0.10 для стоп у 2-му стрибку = 0.60

2.1.1.3. Елементи з Ротаціями:

- Серії **вертикальних ротацій**, н.п., 3 «шене», кожне із зігнутими колінами: 0.10 за коліна 1 раз = 0.10
- Серії **преакробатичних елементів**, наприклад, 3 перевороти, кожен із зігнутими колінами: 0.10 для колін для кожного преакробатичного елементу = 0.30
- R з переворотом + 3 шене + 2-й переворот, все із зігнутими колінами: 0.10 для 1-го перевороту, 0.10 для шене, 0.10 для 2-го перевороту = 0.30

2.1.1.4. Різні типи переміщення по килиму:

- 6 звичайних кроків, виконаних з із неправильним положенням стоп = 1 варіація = 0.10 1 раз
- 4 маршируючі кроки, виконані із неправильним положенням стоп = 1 варіація = 0.10 1 раз
- 1 комбінація танцювальних кроків із 3 різними модальностями, виконана із неправильним положенням стоп = пенальті за кожну модальність = 0.30

2.1.2. **Симетрична позиція** плечей і корпусу під час виконання Елементів Тіла є важливим аспектом техніки тіла, особливо для здоров'я гімнастки. Асиметричні позиції будуть вираховуватися суддями бригади виконання (E) як **“неправильне положення частини тіла”**.

2.1.3. **Відхилення в Елементах Тіла:**

- Кожне пенальті буде застосовуватись окремо за кожну помилку. Якщо Елемент Тіла має декілька відхилень у формі, у будь-якої гімнастки, пенальті застосовується за кожне відхилення від правильної форми.

Пояснення		
Приклад	Пояснення	Пенальті
	<p><i>Шпагат:</i> 1 гімнастка з середнім відхиленням + 1 гімнастка з великим відхиленням</p> <p><i>Корпус:</i> 1 гімнастка з великим відхиленням</p>	<p>0.50 + 0.50</p>

	<p><i>Підбивний:</i> 2 гімнастки з середнім відхиленням</p> <p><i>Кільце:</i> 2 гімнастки з середнім відхиленням</p>	<p>0.30</p> <p>+</p> <p>0.30</p>
--	--	----------------------------------

2.1.4. Відхилення і неправильне положення частин тіла в **Рівновагах Фуете**:

- Рівновага Фуете це **1 DB**: Лише найгірше виконана форма DB вираховується як відхилення. Однак, кожна форма може мати різні пенальті за відхилення, наприклад, шпагат + корпус.
- Кожен **сегмент тіла** може мати пенальті лише один раз під час **DB** (коліно опорної ноги максимально 1 раз, коліно піднятої ноги максимально 1 раз, і т.д.).

2.1.5. Стрибок з **технікою «гойдалки»**: Стрибки мають 3 фази. Відштовхування, фаза польоту і приземлення. Гімнастка повинна показати весь потенціал Стрибка (необхідна форма), під час найвищої фази польоту, а не 2 різні форми. Якщо ця вимога не виконується, застосовується пенальті за техніку “гойдалки”.

2.1.6. Якщо під час виконання Рівноваги виникають такі відхилення: Форма не утримується мінімум 1 секунду, втрата осі з додатковим кроком:

- Пенальті 0.30 + 0.30 (незалежно від кількості гімнасток, які виконали помилку)

2.1.7. У складностях тіла “Ротаціях”, **ковзання підстрибування і втрата балансу** може зустрічатися в комбінації:

- “Ковзання” відноситься до невеликого плавного зміщення під час обертання в результаті зміщення центру гімнастки до іншої частини (частин) опорної стопи.
- “Підстрибування” це втрата балансу з переміщенням, з раптовим і значним зміщенням під час Ротації. “Втрата рівноваги зі стрибком” не обов’язково означає що гімнастка втрачає фізичний контакт з підлогою. “Підстрибування” є результатом того, що центр гімнастки більше не знаходиться над опорною стопою/передньою частиною стопи, що вимагає раптової корекції, щоб відновити контроль.
- У тій самій складності Ротації гімнастка отримує пенальті лише один раз за ковзання або один раз за втрату рівноваги, навіть якщо є різні технічні помилки в різні моменти складності: ковзання на початку, втрата рівноваги зі стрибком ближче до середини та втрата осі з додатковим кроком у кінці = всього 0.30.

2.2. Пояснення пенальті суддів бригади Виконання (E) для техніки з окремими предметами

2.2.1. Якщо малий **вузол** формується на Стрічці і після декількох рухів він стає середнім/великим вузлом, лише 1 пенальті за вузол застосовується (вище пенальті за середній/великий вузол).

2.2.2. Пенальті за те, що **Стрічка залишається на підлозі** застосовується коли тканина нерухомо лежить на підлозі. Якщо тканина рухається по підлозі, пенальті не застосовується.

2.2.3. Пенальті за те, що **Стрічка залишається на підлозі** не застосовується, коли гімнастка призупинила/зупинила вправу через іншу помилку (вузол, замотування, втрата предмета тощо).

2.3. Пояснення пенальті суддів бригади Виконання (Е) для техніки всіх предметів

- 2.3.1. Пенальті за **"простий крок на місці під польотом предмета"** застосовується, коли траєкторія польоту здається належною, але гімнастка – навмисно чи ненавмисно – виконує невеликий простий крок(и) на місці, без чіткого зміщення в певний напрямок, щоб врятувати предмет, і без очевидного відношення до певного ритму та характеру музики.
- 2.3.2. Пенальті за **неточну траєкторію** застосовується, якщо є очевидна технічна помилка внаслідок неточного кидка. Наприклад, якщо гімнастка повинна бігти або змінити запланований напрямок, щоб врятувати предмет від втрати.
- 2.3.3. За прості кроки на місці/неточну траєкторію в одному рядку таблиці пенальті нараховується **лише найбільше застосовуване** пенальті. Приклад:
- Відразу після кидка гімнастка виконує 4 простих кроки на місці. Після цього гімнастка розуміє, що траєкторія неточна, і біжить 3 кроки назустріч предмету, який ловить у польоті. Загальне пенальті 0,30 за неточну траєкторію з 3 кроками для спасіння предмета.
- 2.3.4. Пенальті за **неточну траєкторію** нараховується лише тоді, коли предмет був **спійманий у польоті**: Якщо неточна траєкторія закінчується втратою предмета, застосовується пенальті лише за втрату предмета, відповідно до загальної кількості зроблених кроків: Кроки, поки предмет летить + кроки після падіння предмета на підлогу.
- 2.3.5. За неточну траєкторію у 2 або більше гімнасток: суддя застосує пенальті один раз, відповідно до найбільшої кількості зроблених кроків і лише один раз за кожну складність (одночасну помилку чи послідовні помилки в межах однієї складності DB, R, DE, DC).
- 2.3.6. Для всіх типів **ловлі Стрічки**, предмет зазвичай потрібно ловити за **кінець палички**. Дозволяється навмисно ловити Стрічку за її матеріал у зоні приблизно 50 см від кріплення, за умови, що ця ловля виправдана наступним рухом або фінальною позою. Якщо Стрічка ненавмисно зловлена за тканину (помилково) або зловлена паличка, але не за кінець, застосовується пенальті за "неправильну ловлю".
- 2.3.7. Всі предмети необхідно ловити без мимовільної допомоги іншої руки. Винятком є, коли інша рука може бути використана за необхідністю:
- Скакалка: Для ловлі відкритої Скакалки
 - Обруч: Коли Обруч обертається навколо горизонтальної осі
 - М'яч: Коли ловля відбувається без зорового контролю
 - Булави: Для ловлі з'єднаних Булав
 - Стрічка: При навмисно задуманій ловлі за тканину
- 2.3.8. Пенальті за **неправильну ловлю** застосовується, коли запланована ловля переривається додатковим рухом гімнастки, щоб врятувати предмет від падіння та/або продовжити наступний рух.
- 2.3.9. Якщо під час ловлі предмет **торкається підлоги в той же час**, коли гімнастка торкається предмета, і гімнастка одразу ж отримує контроль над предметом, це не вважається втратою предмета. Залежно від типу ловлі, за неправильну ловлю може застосовуватися пенальті за Виконання. Приклади:
- Обруч спіймано рукою в той самий момент, коли нижня його частина торкається підлоги: Пенальті за неправильну ловлю.
 - Плоский Обруч прижимається до підлоги за допомогою ніг, у той самий момент, коли нижня частина Обруча торкається підлоги: Правильна ловля, Пенальті не застосовується.
 - Стрічка зажимається між колінами, коли кінець палички Стрічки торкається підлоги: Правильна ловля, Пенальті не застосовується.

2.3.10. **Втрата кількох предметів:** Пенальті за втрату предметів застосовується для кожного предмета (виняток: пара Булав), не залежно від кількості гімнасток, які втратили предмет, або кількості гімнасток, які підняли предмет. Пенальті за втрачену конструкцію предметів, підбрану як 1 одиницю, застосовується як за 1 предмет. Пенальті за втрачену конструкцію, яка розвалилася, застосовується за кожну її складову. Приклади:

- 2 гімнастки втрачають по 1 предмету кожна. 1 гімнастка бере обидва: 1-й предмет після 3 кроків і 2-й предмет після ще 1 кроку. 2 окремі пенальті: 1,00 + 0,70
- 1 гімнастка втрачає 2 предмета (не пару Булав). Інша гімнастка піднімає обидва: 1-й предмет після 3 кроків і 2-й предмет після ще 1 кроку: 1.00 + 0.70
- 1 гімнастка втрачає конструкцію з 3 Обручів. Інша гімнастка піднімає конструкцію як 1 ціле, після 3 кроків. 1 пенальті: 1.00

2.4. Пояснення комбінацій пенальті

2.4.1. Коли відбувається **порушення послідовності** виконання (див. Артистизм, #10), і т.д., тому що гімнастка стоїть нерухомо, щоб розв'язати вузол, пенальті не застосовується за "статичне положення".

2.4.2. Коли гімнастка(и) виконує(ють) кілька відхилень у Виконанні з предметом **під час одного і того ж DB**, кожна клітинка в таблиці пенальті застосовується 1 раз. Наприклад: ротація "Фуете" з відхиленням малюнка (спіралі) + відхиленням малюнка (змійки) + мимовільним замотуванням навколо тіла. Пенальті 0.10 за відхилення малюнка + пенальті 0.30 за замотування = 0.40

2.4.3. Під час того як гімнастка **втрачає предмет** і переміщується щоб повернути предмет, і зрештою коли переміщується, щоб повернутися на килим (перед продовженням виступу), наступне стосується цієї гімнастки (а не партнерок, які у цей час продовжують виступ):

- Протягом цього часу, **додаткові пенальті не застосовуються** за відхилення сегментів тіла і роботу предмета.
- Протягом цього часу, **пенальті застосовуються лише** за втрату рівноваги (з підтримкою або без неї чи падіння), а також за додаткові втрати предметів.

2.4.4. Коли різні гімнастки групи ловлять предмет з різними типами неправильної ловлі, в межах однієї Складності, судді повинні звернути увагу на типи помилок і застосувати найвище пенальті з кожного рядка таблиці пенальті. Приклад:

- 1 гімнастка ловить Обруч з контактом з передпліччям
- 1 гімнастка ловить Обруч з контактом з рукою
- 1 гімнастка ловить Обруч з мимовільною допомогою іншої руки
- 1 гімнастка ловить М'яч з мимовільним контактом з тілом

Судді застосовують найвище пенальті за ловлю з контактом з передпліччям/рукою (0.30) + найвище пенальті за мимовільну допомогу/контакт (0.30) = всього 0.60

3. КОЛЕКТИВНА РОБОТА

3.1. Таблиця Пенальті за виконання групової роботи

Пенальті	Мале 0.10	Середнє 0.30	Велике 0.50 чи більше
Синхронізація	Відсутність синхронізації між індивідуальним рухом і рухом групи або виконання СС з нерівними інтервалами		
Побудови	Неточні лінії в побудові		
Зіткнення	Зіткнення між гімнастками/предметами (+ всі наслідки)		

4. РУХИ ТІЛА

4.1. Таблиця пенальті за виконання рухів тіла

Пенальті	Мале 0.10	Середнє 0.30	Велике 0.50 чи більше
Загальні положення	Неповний рух або відсутність амплітуди у формі <u>преакробатичних елементів</u>		
	Коригування положення тіла (Приклади: під час підготовки перенесення положення рук на підлогу без втрати рівноваги тощо)		
		Статична гімнастка (4 чи більше секунд)	
Базова техніка <i>Під час будь-яких з'єднувальних рухів, обертальних елементів, усіх типів Труднощів тощо.</i>	Неправильне утримання сегменту тіла під час руху: 1 пенальті за кожен неправильний сегмент, застосовується кожного разу: включаючи неправильне положення стопи/релеве, положення коліна, положення стегна, зігнутий лікоть, неконтрольоване положення руки, підняті або асиметричні плечі, асиметричне положення тулуба, тощо		
	Втрата рівноваги: додатковий рух без переміщення (наприклад, підскок <u>без переміщення</u> , зміщення передньої частини стопи або тремтіння опорної стопи/ноги,	Втрата рівноваги/центру: додатковий рух <u>із переміщенням</u> (наприклад., додатковий крок, <u>із стрибок</u>	Втрата рівноваги з опорою на 1 або 2 руки або на предмет Повна втрата рівноваги з падінням: 0.70 (кожна гімнастка)

	ненавмисний компенсуючий рух тощо)	переміщенням, втрата осі з додатковим кроком тощо)	
Стрибки	Неправильна форма з невеликим відхиленням	Неправильна форма з середнім відхиленням	Неправильна форма з великим відхиленням
	Стрибок з технікою «гойдалки»		
	Важке приземлення	Неправильне приземлення: Помітно вигнута спина під час заключної фази приземлення	
Рівноваги	Неправильна форма з невеликим відхиленням	Неправильна форма з середнім відхиленням	Неправильна форма з великим відхиленням
		Форма не утримується мінімум 1 секунду	

Ротації <i>Кожне пенальті застосовується 1 раз за Ротацію DB</i>	Неправильна форма з невеликим відхиленням	Неправильна форма з середнім відхиленням	Неправильна форма з великим відхиленням
	Ненавмисна опора на п'ятку під час ротації		
	Зісковзування		
Преакробатичні елементи і елементи з груп вертикальних ротацій	Важке приземлення	Недозволена техніка преакробатичних елементів	
		Ходіння в стійці на руках (2 або більше змін опори)	

5. ТЕХНІКА З КОЖНИМ ПРЕДМЕТОМ

5.1. Таблиця пенальті за техніку з кожним типом предмету

Пенальті	Мале 0.10	Середнє 0.30	Велике більше 0.50 чи
Обруч 			
Базова техніка	Неправильна робота предметом: зміна робочої площини, вібрація, нерівномірне обертання навколо вертикальної осі тощо.	Робота предметом з ненавмисним контактом з тілом (Приклад: притискання Обруча до тіла під час/після кидків, обертання навколо осі Обруча тощо)	
	Ловля після кидка: Контакт з передпліччям	Ловля після кидка: Контакт з рукою	
	Ненавмисний, неповний переكات по тілу		
	Неправильний переكات з підскоком		
	Зісковзування по руці під час обертання обруча		
		Проходження через Обруч: ноги заплуталися в Обручі	
М'яч 			
Базова техніка	Неправильна робота предметом: М'яч утримується на передпліччі («захват») або помітно стискається пальцями	Робота предметом з ненавмисним контактом з тілом (Приклад: притискання М'яча до тіла під час/після переكاتів, після відскоків тощо)	
	Ненавмисний, неповний переكات по тілу		
	Неправильний переكات з підскоком		
	Ловля двома руками (Виняток: ловля за межами поля зору – можна використовувати 2 руки)		

Булави



Базова техніка	Неправильна робота предметом: Нерівномірні рухи, занадто розведені руки під час млинків, переривання руху під час малих кіл тощо.		
	Зміна синхронізації в обертанні 2 Булав під час кидків і ловлі		
	Відсутність точності у робочих площинах Булав під час асиметричних рухів		

Стрічка



Базова техніка	Неправильна робота предметом: Неточна передача або перехват, паличка стрічки мимоволі утримується за середину, неправильний перехід між малюнками, ляскання Стрічки		
	Зміна малюнка, утвореного стрічкою: Недостатньо щільні Змійки або Спіралі, не однакова висота, амплітуда тощо.		
	Мимовільний контакт з тілом	Мимовільні замотування Стрічки навколо тіла або його частини або навколо палички без переривання	Мимовільні замотування Стрічки навколо тіла або його частини або навколо палички з перериванням
	Невеликий вузол з мінімальним впливом на роботу предметом		Середній/великий вузол: Впливає на роботу предметом
	Кінець Стрічки мимовільно залишається на підлозі під час виконання малюнків, кидків, "ешаппе" тощо (до 1 метра)	Частина стрічки мимовільно залишається на підлозі під час виконання малюнків, кидків, "ешаппе" тощо (більше 1 метра)	


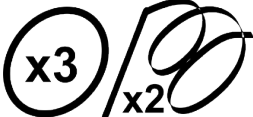
6. ТЕХНІКА З УСІМА ПРЕДМЕТАМИ

6.1. Таблиця пенальті за Виконання для техніки всіх предметів









Пенальті	Мале 0.10	Середнє 0.30	Велике 0.50 чи більше
Техніка		Статичний предмет (див. Складність, #3.5)	
Траєкторії і ловлі <i>Для неточної траєкторії 2 і більше гімнасток: Суддя застосовує пенальті 1 раз відповідно до найбільшої кількості зроблених кроків.</i>	Нечітка траєкторія і ловля в польоті з коригуванням положення або з 1-2 кроками для збереження предмету, Або: Просте крокування на місці під час польоту	Нечітка траєкторія і ловля в польоті з 3-4 кроками для збереження предмету	Нечітка траєкторія і ловля в польоті з 5 або більше кроками для збереження предмету
	Неправильна ловля: Приклад: ловля з мимовільною допомогою іншої руки, щоб врятувати предмет, мимовільна ловля за тканину Стрічки тощо (Див. також М'яч, виняток для 2 рук)	Неправильна ловля з мимовільним контактом з тілом	
Втрата предмета <i>За втрату 2 Булав підряд: Суддя застосовує пенальті 1 раз відповідно до загальної кількості кроків, зроблених для підняття найдальшої булави.</i>			Втрата та повернення предмета на місці (кожна гімнастка)
			Втрата та повернення предмета після 1-2 кроків: 0.70 (кожна гімнастка)
			Втрата та повернення предмета після 3 або більше кроків: 1.00 (кожна гімнастка)
			Втрата предмета за межами килима (незалежно від відстані): 1.00 (кожна гімнастка)
			Втрата предмета який не виходить за межі килима та використання запасного предмета: 1.00 (кожна гімнастка)
			Втрата предмета в кінці вправи (без його повернення): 1.00 (кожна гімнастка)

1. ПРОГРАМА РОЗПОДІЛУ ПРЕДМЕТІВ

Сеньйори : 2 вправи

2025		
2026-2028		
2029		
2030-2032		

Юніори: 2 вправи

2025		
2026-2027		
2028-2029		
2030-2031		

2. ТЕХНІЧНІ ПРОГРАМИ ДЛЯ ЮНІОРІВ – ГРУПОВІ ВПРАВИ

- 2.1. **Загальні відомості:** Усі норми загальних положень для індивідуальних сеньйорок дійсні для індивідуальних юніорок.
- 2.2. Програма для гімнасток юніорів в групових вправах зазвичай складається з 2 вправ з 5 однаковими предметами (див. *Програма Предметів ФІЖ* для сеньйорок та юніорок у додатку).
- 2.2.1. Програма змагань FIG для юніорів може включати в себе вправу зі скакалкою
- 2.3. Тривалість кожної вправи складає від 2'15 до 2'30хв
- 2.4. Норми та характеристики кожного предмету для юніорок визначені у Нормах предметів FIG
- 2.4.1. Юніорки допускаються до змагань з предметами розміру, визначеного для сеньйорок.
- 2.5. Кожен предмет, який використовується кожною групою гімнасток, повинен мати логотип виробництва та «схвалений FIG логотип» в певних місцях для кожного предмету «скакалка, обруч, м'яч, булави, стрічка». Жодна група гімнасток не має права змагатися з предметом, який не схвалений. Якщо група гімнасток змагається з предметом, який не схвалений, вправа не буде оцінюватись (0.00).
- 2.6. На прохання голови Вищого журі кожен предмет може бути перевірений до виходу на змагальний килим або наприкінці вправи та/або може бути проведений випадковий розіграш для контролю предмету.

3. ОГЛЯД СКЛАДНОСТІ ДЛЯ ЮНІОРІВ В ГРУПОВИХ ВПРАВАХ

- 3.1. Група повинна включати лише ті елементи, які всі гімнастки можуть виконувати безпечно та з високим ступенем естетичної та технічної майстерності.
- 3.2. Існує 2 компоненти складності в групових вправах:
- Складність тіла (**DB**) складається з:
 - Складності без обмінів (**DB**)
 - Складності з обмінами (**DE**)
 - Динамічні елементи з ротацією (**R**)
 - Складність предмету (**DA**) складається з:
 - Складність із взаємодіями (**DC**)
- 3.3. Компоненти складності, які специфічні для групових вправ:
- **Обмін (DE) предмету між гімнастками**
 - **Взаємодія (DC) серед гімнасток та предметів**

3.4. Вимоги до складності:

КОМПОНЕНТИ СКЛАДНОСТІ							
Складність тіла (DB) Максимально 6 DB/DE (в хронологічному порядку)	Складність предмету (DA)						
<table border="1"> <tr> <td>Складності обміну(DB)</td> <td>без</td> <td>Складності з обміном (DE)</td> </tr> <tr> <td>3</td> <td></td> <td>3</td> </tr> </table>	Складності обміну(DB)	без	Складності з обміном (DE)	3		3	Складність із взаємодіями (DC) Мінімум 6 Максимум 10 (в хронологічному порядку)
Складності обміну(DB)	без	Складності з обміном (DE)					
3		3					
Динамічні елементи з ротацією (R) Максимум 1							
Спеціальні вимоги	Спеціальні вимоги						
Складність тіла в групах: Стрибки  Мінімум 1 Рівноваги  Мінімум 1 Ротації  Мінімум 1	Взаємодії : CC: Мінімум 2 CR: Мінімум 2 Багаторазові кидки/ловлі: Мінімум 2						

3.5. Судді, які оцінюють складність визначають та реєструють складності в порядку їх виконання, незалежно від того, дійсні вони чи ні:

- 1st підгрупа суддів-D (**DB**): Оцінює кількість та значення складності без обміну(**DB**), кількість та значення складності з обміном (**DE**), кількість та значення динамічних елементів з ротацією(**R**). **Судді записують усі елементи символами.**
- 2nd підгрупа суддів-D (**DA**): **Оцінює кількість та цінність складності із взаємодіями (DC), необхідні мінімальні типи взаємодій.** Судді записують усі елементи символами.

3.6. Порядок виконання Складностей не обмежений; однак розташування Складностей має відповідати компонентам Артистизму (див. Розділ Артистизм).

4. СКЛАДНІСТЬ ТІЛА (DB)

4.1. **Вимоги:** Мінімум 3, Максимум 3 DB буде оцінено, включаючи будь-яку DB, яка оцінюється 0.10 р. DB може використовуватись в S; будь-яка DB вартістю 0.20 р. або вище може використовуватись в R; та будь-яка DB може використовуватись в DE.

4.2. В групових вправах, які будуть містити більше 3 DB, тільки перші 3 в хронологічному порядку будуть оцінені. Додаткові DB, які перевищують ліміт не будуть оцінені (без пенальті).

4.3. Всі загальні норми для групових вправ сеньйорок DB також дійсні в групових вправах юніорів (без будь-яких обмежень за вартістю кожного DB), за виключенням наступних:







4.3.1. Можна виконати лише один турлянь на стопі або на релеве. Другий турлянь не буде оцінено.






5. ТЕХНІЧНІ ЕЛЕМЕНТИ ПРЕДМЕТУ

5.1. Всі загальні норми для групових вправ сеньйорок також дійсні для групових вправ юніорів. Окрім наступних :

5.1.1. Стрічка: спіралі мінімум 3 петлі, шпага мінімум 3 петлі, змійки мінімум 3 хвили.


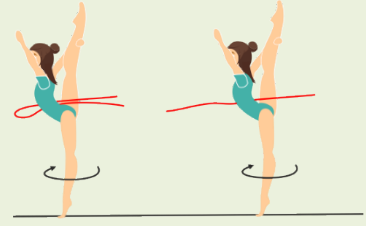
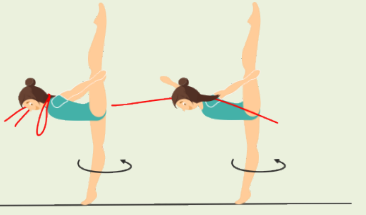


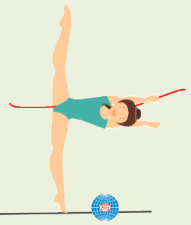
5.2. Таблиця технічних груп предметів специфічних для скакалки

Технічні групи предмету	
 Відпускання та ловля одного кінця Скакалки, з обертанням чи без них (прикл. Ешаппе) Обертання вільного кінця Скакалки, Скакалка утримується за один кінець (прикл. спіралі)	 <ul style="list-style-type: none"> Обертання (мін. 1) всієї Скакалки, складеної вдвічі: <ul style="list-style-type: none"> - 2 вузли в 1 руці - 1 вузол у кожній руці - 2 вузли в 1 руці і середина Скакалки в іншій
 Ловля відкритої Скакалки по одному кінцю в кожену руку без допомоги інших частин тіла з великого кидка	<ul style="list-style-type: none"> Обертання (мін. 3) всієї Скакалки, складеної в 3 або в 4 Вільне обертання (мін. 1) навколо частини тіла Обертання (мін. 1) всієї натягнутої та відкритої Скакалки, яка утримується за середину або за кінець Млини (Скакалка відкрита, утримується за середину/ складена вдвічі або більше) (див. Складність, #3.3.3)
 Проходження всім тілом або частиною тіла через відкриту Скакалку, що обертається вперед, назад, або в сторону; також з: <ul style="list-style-type: none"> Скакалкою, складеною вдвічі Подвійною ротацією скакалки 	 <ul style="list-style-type: none"> Обмотування або розмотування навколо частини тіла Спіралі зі скакалкою, складеною вдвічі
 Серія (мін. 3) підстрибувань/підскоків через Скакалку: Скакалка обертається вперед/назад/з боку в бік	

Пояснення / Приклади	
<p>Скакалка може бути відкритою, складеною в 2, 3 або 4 рази (1 або 2 руками), проте, базова техніка полягає в тому, що відкрита Скакалка утримується за 1 кінець у кожній руці під час стрибків/підстрибувань/підскоків які виконуються в усіх напрямках: уперед, назад, з поворотами та ін.</p>	
<p>Такі елементи, як закручування, відбиви та млини, рухи складеною або зав'язаною Скакалкою є нетиповими для цього предмету, тому вони не повинні переважати у композиції.</p>	
	<p>Мінімум 2 великі сегменти тіла (Приклад: голова/шия + тулуб; руки + тулуб; тулуб + ноги і т.д.) повинні проходити через предмет. Прохід може бути: всім тілом всередину і назовні, або проходження без виходу, або навпаки.</p>
	<p>Ешاپпе – це рух із двома фазами:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Відпускання 1 кінця скакалки • Ловля за кінець Скакалки рукою або іншою частиною тіла після напівоберта Скакалки • DB зараховується, якщо відпускання чи ловля (не обидві фази) виконані під час DB
	<p>Ловля відкритої Скакалки після високого кидка має виконуватись з 1 кінцем у кожній руці, без допомоги стопою, коліном, чи іншою частиною тіла.</p>
	<p>Варіації спіралей:</p> <ul style="list-style-type: none"> • Відпускання по типу “Ешاپпе” з наступними декількома (2 або більше) спіральними ротаціями 1 кінця Скакалки і ловля за кінець рукою або іншою частиною тіла • Відкрита і натягнута Скакалка, яка утримується за 1 кінець після попереднього руху (рух відкритої Скакалки, ловля, від підлоги, та ін.) із переходом у спіральні ротації (2 або більше) 1 кінця Скакалки, ловля рукою або іншою частиною тіла. • DB зараховується, якщо відпускання або ловля, або декілька спіральних ротацій (2 або більше), виконуються під час DB
	<p>Обмотування</p> <ul style="list-style-type: none"> • Обмотування або розмотування можливі під час виконання DB; ці дії вважаються різною роботою предмету

5.3. Нестабільний баланс

5.3.1. Позиції нестабільного балансу для Скакалки вважаються однаковими:

Пояснення / Приклади	
	<p>Скакалка, збалансована за спиною або підвішена/звисяюча на частині тіла під час DB з ротацією, Скакалка відкрита або складена в 2 вважаються <u>однаковими</u> позиціями нестабільного балансу:</p> <p>Приклад 1: Однакова робота предмету</p>  <p>Приклад 2: Однакова робота предмету</p> 
	<p>Недійсні позиції нестабільного балансу:</p>  <p>Скакалка, що висить на шиї під час рівноваги</p>  <p>Відкрита Скакалка, розташована вздовж спини</p>





6. СКЛАДНІСТЬ З ОБМІНОМ (DE)

- 6.1. **Вимоги:** Мінімум 3, Максимум 3 DE будуть оцінені.
- 6.2. **Якщо в групі гімнасток використовується більше ніж 3 DE**, тільки перші три в хронологічному порядку будуть оцінюватись. Додаткові DE більше ніж дозволено зараховуватись не буде (без пенальті).
- 6.3. Усі основні норми для групових вправ сеньйорок **DE** дійсні для групових вправ юніорів (без ліміту в оцінюванні вартості DE), з урахуванням наступного :

6.3.1. Довгі кидки визначаються відстанню не менше 6 метрів між гімнастками.





- 6.4. **Для групових вправ з 5 скакалками: максимум 2 DE** в хронологічному порядку може бути виконано з 2 кінцями зв'язаними разом. Додаткові DE з зв'язаними кінцями не рахуються DE.

6.5. Таблиця специфічних критеріїв для DE: під час кидків та ловлі скакалки

Символ	Специфічний критерій під час кидку + 0.10 р. кожного разу	Символ	Специфічний критерій під час ловлі + 0.10 р. кожного разу
	Проходження через скакалку всім тілом або частиною тіла під час кидку Мінімум 2 великі сегменти тіла мають пройти через Скакалку. Приклади: голова/шия + тулуб; руки + тулуб; тулуб + ноги, і т.д.		
	Високий кидок відкритої та натягнутої Скакалки, яка утримується за 1 кінець		Ловля Скакалки по 1 кінцю в кожному руку
	Високий кидок відкритої та натягнутої Скакалки, яка утримується за середину		

7. ДИНАМІЧНІ ЕЛЕМЕНТИ З РОТАЦІЄЮ (R)

- 7.1. **Вимоги: Мінімум 1 R** у вправі буде зараховано , в хронологічному порядку.
- 7.2. Усі загальні норми R для індивідуальних сеньйорок також дійсні для індивідуальних юніорок (без обмежень на цінність кожного R).
- 7.3. **Специфічні критерії під час кидку та ловлі Скакалки**

Символ	Специфічний критерій під час кидку + 0.10 кожного разу	Символ	Специфічний критерій під час ловлі + 0.10 кожного разу
	Проходження через скакалку всім тілом або частиною тіла під час кидку Мінімум 2 великі сегменти тіла мають пройти через Скакалку. Приклади: голова/шия + тулуб; руки + тулуб; тулуб + ноги, і т.д.		
	Високий кидок відкритої та натягнутої Скакалки, яка утримується за 1 кінець		Ловля Скакалки по 1 вузлу в кожному руку
	Високий кидок відкритої та натягнутої Скакалки, яка утримується за середину		

8. СКЛАДНІСТЬ ПРЕДМЕТУ (DA)

- 8.1. **Вимоги: Мінімум 6, Максимум 10 DC** будуть оцінені.
- 8.2. Якщо в груповій вправі більше ніж **10 DC**, тільки перші десять в хронологічному порядку будуть зараховані. Додаткові DC більше ліміту оцінюватись не будуть(без пенальті).
- 8.3. Усі основні норми для групових вправ сеньйорок DC ,також рахуються для групових вправ юніорів, з урахуванням наступного:
- 8.3.1. Довгі кидки визначаються відстанню не менше 6 метрів між гімнастками.
- 8.4. **Для групових вправ з 5 скакалками: Максимально 3 DC** в хронологічному порядку може бути виконано з двома зв'язаним кінцями(вузлами). Додаткові DC з кінцями зв'язаними разом, рахуються як недейсні спроби DC.

9. СКЛАДНІСТЬ (D)

9.1. Судді D оцінюють складність, застосовують часткову оцінку і віднімають можливі пенальті відповідно:

9.2. 1st підгрупа D-суддів (DB)

Складність	Мінімум/Максимум	Пенальті 0.30
Складність без обміну (DB), в хронологічному порядку	Мінімум/Максимум 3	<ul style="list-style-type: none"> • \wedge спроби не було/ виконано не одночасно/не виконано ззовні DE або R • \top спроби не було/ виконано не одночасно / не виконано ззовні DE або R • \circ спроби не було / виконано не одночасно/ не виконано ззовні DE або R
“Турлян” рівновага	Максимум 1: На релеве чи на всій стопі	Більше ніж 1 “Турлян” рівновага
Складність з обміном (DE), в хронологічному порядку	Мінімум/максимум 3	Менше ніж 3 DE виконано
Динамічні елементи з ротацією (R)	Максимум 1	Без пенальті


9.3. 2nd підгрупа D-суддів (DA)

Складність	Мінімум/Максимум	пенальті 0.30
Взаємодії CC	Мінімум 2	За кожен пропуск CC
Взаємодії CR	Мінімум 2	За кожен пропуск CR
Взаємодії $c \nearrow / c \searrow$	Мінімум 2 Максимум 10	За кожен пропуск $c \nearrow / c \searrow$

10. АРТИСТИЗМ ТА ВИКОНАННЯ

10.1. Усі норми артистизму та норми для виконання для групових вправ сеньйорів також дійсні для групових вправ юніорів

10.2. Таблиця пенальті виконання технічних елементів зі скакалкою

Пенальті	Маленька 0.10	Середня 0.30	Велика 0.50 чи більша
Скакалка 			
Базова техніка	Неправильне поводження: амплітуда, форма, робоча площина або скакалка не утримується за два кінця		
	Скакалка мимоволі торкається до тіла чи підлоги	Мимоволі обгортання навколо тіла або його частини без перерви у вправі	Мимоволі обгортання навколо тіла чи його частини з перервою у вправі
	Вузол без перерви у вправі		Вузол з перервою у вправі
		Втрата одного кінця скакалки	
		Ноги, що чіпляються за скакалку під час виконання стрибків	

Адаптація ветеранів війни, осіб з інвалідністю, осіб з обмеженнями повсякденного функціонування до повноцінного життя суспільства

1. Реалізація фізичних, психологічних, соціальних можливостей ветеранів війни, осіб з інвалідністю, осіб з обмеженнями повсякденного функціонування систематизація заходів, спрямованих на відновлення та компенсації функціональних можливостей організму для поліпшення фізичного та психологічного стану людини в процесі діяльності Федерації з подальшого розвитку виду спорту як суб'єкта сфери фізичної культури і спорту в сучасних умовах відбуватиметься з урахуванням спрямування зусиль на залучення визначених категорій населення до занять фізичною культурою та спортом.

2. Федерація в ході адаптації виду спорту до потреб ветеранів війни, осіб з інвалідністю відповідної нозології, осіб з обмеженнями повсякденного функціонування ставить за мету сприяння інклюзії та інтеграції до повноцінного життя суспільства, фізичній, психологічній реабілітації, розвиток можливостей до ведення самостійного способу життя, залученості до місцевої спільноти.

З цією метою забезпечуються належні та сприятливі умови для зміцнення громадського здоров'я шляхом використання оздоровчої рухової активності розв'язання спеціалізованих завдань та практичних проблем з комплексністю та невизначеністю умов, обґрунтовуються вибір та реалізація відповідних заходів для визначених категорій населення.

3. Спортивні заходи проводяться серед ветеранів війни, осіб з інвалідністю осіб з обмеженням повсякденного функціонування.

Допуск до участі у спортивних заходах учасників визначених категорією населення відбувається за умови допуску лікаря до занять фізичною культурою та спортом з урахуванням обмежень до виконання фізичних вправ та наявності страхового полюсу, дійсного на термін проведення заходу (умови договору страхування мають передбачити участь у спортивних заходах).

Допуск до спортивних заходів відбувається без урахування спортивних розрядів та звань.

4. Федерації беруть участь у створенні безперешкодного доступу учасників спортивних заходів до місць їх проведення спортивних споруд, обладнання та інвентарю, що сприятиме фізкультурно-спортивній реабілітації осіб різного віку та статі.

5. Федерація, створюючи та забезпечуючи умови для адаптації ветеранів війни, осіб з інвалідністю, осіб з обмеженнями повсякденного функціонування співпрацює з місцевими органами виконавчої влади, органами місцевого самоврядування, іншими об'єднанням фізкультурно-спортивної спрямованості.

6. За результатами участі в спортивних заходах серед ветеранів війни, осіб з інвалідністю, осіб з обмеженнями повсякденного функціонування спортивні розряди та звання не присвоюються.