



ИЮНЬ 2006

La LETTRE de la RYTHMIQUE N° 25

par Mme Egle AB RUZZINI, Présidente du Comité Technique de Gymnastique Rythmique

Urbino (ITA) / Moutier (SUI) 3 мая 2006

Перевод : Федерация гимнастики Украины

## ВВЕДЕНИЕ

### Нормы, указанные в письме по художественной гимнастике 25, войдут в силу 1 января 2007 года

С началом первого года цикла 2005-2008, техком хочет представить **новую редакцию** и формат раздела ПРЕДМЕТЫ и МАСТЕРСТВО, чтобы содействовать работе наших судей, гимнасток и тренеров на базе двух главных аспектов художественной гимнастики и особенно, в части артистизма :

- **Объективное и простое оценивание, не отказываясь от свободы в творчестве**
- **Характеризация предмета через специализацию работы тела**

## Новый текст Правил ИНДИВИДУАЛЬНОЕ ПЕРВЕНСТВО

Новая версия Параграфа 2.4 Мастерства (для всех предметов) Правил была создана в соответствии со следующими критериями :

- Все броски (большие, средние, маленькие) в различных частях Правил были сгруппированы вместе в последних Письмах по ХГ
- Все замечания были также сгруппированы вместе
- Тексты, которые уточнялись в различных письмах, являются сейчас полными
- Мы решили переписать параграфы полностью, чтобы можно было заменить параграфы правил 2005 правилами 2007
- Новые части подчеркнуты двойной линией, чтобы вы сразу же могли заметить изменения
- Единственной новой вещью в параграфе 2.4 является **большая важность трудностей обязательной группы тела.**

## Новый текст для Правил 2007

2.4 Критерии МАСТЕРСТВА по использованию предметов














Все элементы с бросками – включая маленькие броски (эшапе) ленты – и отталкивания, которые присутствуют в таблицах правил, показывая «Использование различных предметов» с КАП, должны оцениваться, используя только критерии Мастерства для всех предметов.

#### 2.4.1. Большие броски, последовательные броски и отбивы







Высота большого броска состоит из приблизительно двойного роста гимнастки, начиная с головы. Исключением может быть только бросок бумерангом, потому что бросок бумерангом **по полу** должен оцениваться в соответствии с критериями маленьких/средних бросков

За каждый критерий, приведенный ниже – 0.1



- Без помощи рук  ;
- Вне зрительного контроля  ;
- Во время элемента с вращением на вертикальной или горизонтальной оси тела (например, поворот, циркуль, шене и тд)  ;
- Во время прыжка  ;
- Из-под ноги (ног)  ;
- С входом в предмет и немедленным броском  ;
- Бросок предмета с вращением (вращения обруча вокруг диаметра и очень быстрые вращения булавы)  ;
- Броски с пола (также является действенным и «опора на колени»)  ;
- Последовательные броски (бросок и, без ловли, немедленный бросок) или отталкивание  ;
- Ассиметричный бросок  ;
- Бросок открытой скакалки за середину или за конец  ;

#### 2.4.2. Маленькие и средние броски (включая броски бумерангом по полу и броски-эшаппе ленты), последовательные броски и отталкивания.











ценность предусмотренная МАСТЕРСТВОМ для БОЛЬШИХ БРОСКОВ должна быть уменьшена на 0.1. Например, нужно иметь минимум 2 критерия (или критерий должен повторяться подряд, последовательно – Например, бросок в быстрой последовательности, в каскаде), чтобы получить 0.1

- Без помощи рук  ;
- Вне зрительного контроля  ;
- Во время элемента с вращением на вертикальной или горизонтальной оси тела (например, поворот, циркуль, шене и тд)  ;
- Во время прыжка  ;
- Из-под ноги (ног)  ;
- С входом в предмет и немедленным броском  ;












- Бросок предмета с вращением (вращения обруча вокруг диаметра и очень быстрые вращения булавы) 
- - Броски с пола (также является действенным и «опора на колени»)  etc
- Маленькие или средние последовательные броски (бросок и, без ловли, немедленный бросок)

**2.4.3. Ловля после больших бросков (включая броски бумерангом ленты), последовательных бросков и отталкиваний, и ловля предмета в баланс на часть тела : 0.1 каждый раз**

- Без помощи рук  ;
- Вне зрительного контроля  ;
- Во время элемента с вращением на вертикальной или горизонтальной оси тела (например, поворот, циркуль, шене и тд)  ;
- Во время прыжка  ;
- Под ногой (ногами)  ;
- Ловля во время прохода через предмет (минимум 2 части тела)  ;
- Ловля на полу  ; (тоже самое во время опоры на колене)
- Ловля в перекат  ;
- Ловля на тыльную части руки или рук (мяч)  ;
- Смешанная ловля (рука и другая часть тела)  ;

**2.4.4. Ловля после маленьких или средних бросков (включая эшапе ленты), последовательных бросков и**

ценность предусмотрена МАСТЕРСТВОМ – ловля после больших бросков должна быть понижена в стоимости на 0.1 . Например, чтобы получить 0.1, как минимум два из следующих критериев должны использоваться :

- Без помощи рук  ;
- Вне зрительного контроля  ;
- Во время элемента с вращением на вертикальной или горизонтальной оси тела (например, поворот, циркуль, шене и тд)  ;
- Во время прыжка  ;
- Под ногой (ногами)  ;
- Ловля во время прохода через предмет (минимум 2 части тела)  ;
- Ловля на полу  ; (тоже самое во время опоры на колене)
- Ловля в перекат  ;
- Ловля на тыльную части руки или рук. (мяч)  ;



**ПРИМЕЧАНИЯ для всех БРОСКОВ и ЛОВЛЕЙ, указанных ниже в параграфах 2.4.1 и 2.4.4**

1. В случае ловли или броска 2 предметов ценность элемента или комбинации элементов повышается на 0.1
2. Ценность больших бросков или ловлях, исполненных во время трудности (указывается с помощью буквы А) из Обязательной Группы тела предмета, который используется (обруч : 4 группы тела) повышается на 0.1
3. Ценность маленьких или средних ловлей или бросков во время трудности обязательной группы тела (А) подсчитывается по таким же нормам, как и другие критерии. Например, чтобы получить 0.1 нужно иметь минимум А + другой критерий.
4. Во всех случаях, **Трудность обязательной группы тела (А)**, комбинируемая с другими критериями и исполненная во время того же броска или ловли, засчитывается только один раз
5. Относительно прыжков, критерий «Во время элемента с вращением» является действительным только для прыжков с вращением на 180 и 360 градусов (полуповорот на 180 является действительным для прыжков с вращением всего тела)

**2.4.5 Большой бросок и ловля во время или сразу же в конце**

Одного элемента или комбинации 2 динамических элементов или более без трудности, с переходом на пол, все с вращением тела или переворотами (вращением вокруг вертикальной или горизонтальной оси тела)



- 0.1 за ловлю во время 1 элемента с вращением или сразу в конце
- 0.2 за ловлю во время 2 элемента с вращением или сразу в конце
- 0.3 за ловлю во время 3 элемента с вращением или более или сразу в конце
- + 0.1, +0.2 или более, в зависимости от ценности ловли, если есть.

**Примечания**

1. Любая ловля, облегчающая контроль над предметом, аннулирует ценность элемента (см. Раздел Предметы).
2. Если один или более элементов (все с вращением) являются трудностями, добавить А плюс дополнительное 0.1 к ценности
3. Если используются 2 предмета, ценность будет соответственно
  - 0.2 за ловлю во время 1 элемента с вращением или сразу в конце
  - 0.3 за ловлю во время 2 элемента с вращением или сразу в конце
  - 0.4 за ловлю во время 3 элемента с вращением или более или сразу в конце

**2.4.6 Большой бросок и ловля во время или сразу же в конце**

Серии динамических трудностей (3 или более), все с вращением, без перехода на пол

- 0.2 минимум за бросок (большой бросок во время трудности с вращением)
- 0.2 минимум за ловлю (ловля после большого броска во время трудности с вращением)
- 0.1 за промежуточную трудность или трудности с вращением

**Общее : 0.5 минимум**



---

*Новая версия Вступления в Разделу 3 «ПРЕДМЕТЫ» Правил, действующие для всех упражнений индивидуального первенства и для группового (исключая Обязательную группу тела) была сделана в соответствии со следующими критериями :*

*Критерии для «КАП Предметов» Правил 2005 были составлены по примерам из правил.*

*В результате, все элементы, использованные как примеры в Таблицах Правила 2005 для иллюстрирования использования предмета с КАП должны оцениваться по общим критериям Использования Предмета (без бросков) с КАП, с исключением бросков, отталкивания и эшпеленты, которые являются частью Мастерства.*

*Приложения к Письму 25 показывают суммарную таблицу для каждого предмета. Эти таблицы показывают, как базовые технические элементы каждого предмета (стартовая ценность 0.0) и наиболее типичные элементы каждого предмета (стоимость 0.1) могут в принципе соединяться со списком общих критериев. Оригинальность всегда имеет место для возможных новых комбинаций критериев или вносит новый критерий, который может быть одобрен согласно нормам, указанным в правилах. Эти таблицы являются составной частью Раздела «Предметы» 2007.*

*Список ОБЩИХ КРИТЕРИЙ и таблиц, специфических каждому предмету (в Дополнении) должны использоваться тренерами и гимнастками для подсчета ПОСЛЕ того, как они свободно создали свои элементы с предметом.*

*Чтобы прийти к окончательной оценке, тренер, а затем и судья, должен оценить базовый технический элемент, его начальную стоимость, критерий или комбинацию критериев, которые очевидно составляют созданный элемент.*

*Есть два важных фактора в разделе 3, ПРЕДМЕТЫ*

- 1. Опять большая важность трудностей из Обязательной группы тела*
- 2. Полная свобода в создании элементов КАП*
- 3. Подсчеты КАП базируются на вложенных таблицах и могут отличаться от ценностей, указанных в правилах 2005.*

## Текст для Правил 2007

### 3.ПРЕДМЕТЫ

- Каждый «**базовый** технический элемент» предметов (детали в Дополнениях) имеет стартовую ценность 0.0
- Технический элемент, который является **наиболее типичным для предмета**, обычно 1 или 2 элемента в зависимости от типа предмета (см. Дополнения) имеет стоимость 0.1
- В следующих случаях их ценность повышается каждый раз на 0.1



- Если он координируется с трудностью обязательной группы тела (для обруча : все 4 группы тела)
- Если он координируется с элементом тела с полной волной
- Если он исполняется на серии ритмических шагов (более 3)
- Если элемент предмета координируется с элементов тела вращения или переворота.
- Если он исполняется без помощи рук (или на открытой ладони или на мизинце)
- Если он исполняется вне зрительного контроля (критерий никогда не применяется к разделу «Работа» каждого предмета)
- 
- Если он исполняется в серии (3 минимум) с исключением подскоков в скакалку/обруч и , вращений обруча вокруг руки или на полу, для которых серии является базой. (0.0)
- Если он исполняется в положении на полу и этот элемент включает в себя моментальную потерю контакта с руками (например, перекаты, отбивы, эшаппе, работа без помощи рук и тд)
- За каждый дополнительный вход в предмет или в сложенную вдвое скакалку во время полете одного и того же прыжка
- Если он исполняется с изменением плоскости или направления предмета или гимнастки
- Если он исполняется с проходом всего дела над предметом
- Если КАП исполняется (повторяется) во время серии трудностей, ценность повышается на 0.2 за каждую последовательную трудность (серия прыжков, серия поворотов). Если прыжок координируется с эшаппе одного конца скакалки – 0.3 каждый раз
- Передача предмета под одной или двух ног во время прыжка (все предметы) или передача предмета без помощи рук (обруч и скакалка : см. Дополнения)



## Новый текст Правил Групповые упражнения

Параграф 2.4 «Сотрудничество между гимнастками» Правил 2005 был обновлен в соответствии со следующим критерием :

- Примеры 2005 Правил были заменены критериями, чтобы дать больше пространства тренерам
- Все примеры параграфа 2.4 Правил 2005 должны сейчас оцениваться в соответствии с критерием 2.4, Версия 2007
- Подсчет ценности, основываясь на следующих критериях, может быть различной от ценности известных элементов сотрудничества.

### Текст для Правил 2007

#### 2.4 Сотрудничество между гимнастками

##### Определение сотрудничества

Гимнастки, полностью или частично, в прямом контакте или под средством предмета меняют направления, рисунки и разные типы перемещений.

Все примеры в Правилах должны подсчитываться в соответствии со следующим общим критерием

Вид сотрудничества	Кол-во гимнасток	ценность
Без броска		0,10
С броском	1 и более	0,20
С броском + риск с потерей зрительного контроля, когда предмет в воздухе	1 или 2	0,30
	3 или более	0,40
С броском + риск с потерей зрительного контроля, когда предмет в воздухе + проход под, над или через 1 или более предметов или партнеров в воздухе	1 или 2	0,50
	3 или более	0,60
С броском + большой риск с проходом через предмет в воздухе	1 или 2	0,70
	3 или более	0,80
*Кол-во гимнасток = количество гимнасток, задействованных в главной части сотрудничества		

Параграф 2.5 «Мастерство» Правил 2005 (одинаковый для всех предметов) был пересмотрен в соответствии с такими же критериями личного первенства. Как мы знаем, в групповом упражнении нет обязательных групп тела.

### Текст для Правил 2007

#### 2.5 Мастерство















### 2.5.1 Обмен с броском во время движения тела или трудности с вращением

- Элемент с вращением тела или переворот во время полета предмета и немедленная ловля = 0.1
- Трудность с вращением тела или переворот во время вращения предмета и немедленная ловля A = 0.2

#### 2.4.1. Большие броски, последовательные броски и отбивы






Высота большого броска состоит из приблизительно двойного роста гимнастки, начиная с головы. Исключением может быть только бросок бумерангом, потому что бросок бумерангом по полу должен оцениваться в соответствии с критериями маленьких/средних бросков

За каждый критерий, приведенный ниже – 0.1


- Без помощи рук  ;
- Вне зрительного контроля  ;
- Во время элемента с вращением на вертикальной или горизонтальной оси тела (например, поворот, циркуль, шене и тд)  ;
- Во время прыжка  ;
- Из-под ноги (ног)  ;
- С входом в предмет и немедленным броском  ;
- Бросок предмета с вращением (вращения обруча вокруг диаметра и очень быстрые вращения булавы)  ;
- Броски с пола (также является действенным и «опора на колени»)  ;
- Последовательные броски (бросок и, без ловли, немедленный бросок) или отталкивание  ;
- Ассиметричный бросок  ;
- Бросок открытой скакалки за середину или за конец  

#### 2.4.2. Маленькие и средние броски (включая броски бумерангом по полу и броски-эшаппе ленты), последовательные броски и отталкивания.











ценность предусмотренная МАСТЕРСТВОМ для БОЛЬШИХ БРОСКОВ должна быть уменьшена на 0.1. Например, нужно иметь минимум 2 критерия (или критерий должен повторяться подряд, последовательно – Например, бросок в быстрой последовательности, в каскаде), чтобы получить 0.1

- Без помощи рук  ;
- Вне зрительного контроля  ;
- Во время элемента с вращением на вертикальной или горизонтальной оси тела (например, поворот, циркуль, шене и тд)  ;
- Во время прыжка  ;
- Из-под ноги (ног)  ;











- С входом в предмет и немедленным броском 
- Бросок предмета с вращением (вращения обруча вокруг диаметра и очень быстрые вращения булавы) 
- Броски с пола (также является действенным и «опора на колени»)  etc
- Маленькие или средние последовательные броски (бросок и, без ловли, немедленный бросок)

**2.4.3. Ловля после больших бросков (включая броски бумерангом ленты), последовательных бросков и отталкиваний, и ловля предмета в баланс на часть тела : 0.1 каждый раз**


- Без помощи рук 
- Вне зрительного контроля 
- Во время элемента с вращением на вертикальной или горизонтальной оси тела (например, поворот, циркуль, шене и тд) 
- Во время прыжка 
- Под ногой (ногами) 
- Ловля во время прохода через предмет (минимум 2 части тела) 
- Ловля на полу  ; (тоже самое во время опоры на колене)
- Ловля в перекат 
- Ловля на тыльную части руки или рук (мяч) 
- Смешанная ловля (рука и другая часть тела) 

**2.4.4. Ловля после маленьких или средних бросков (включая эшапе ленты), последовательных бросков и**

ценность предусмотрена МАСТЕРСТВОМ – ловля после больших бросков должна быть понижена в стоимости на 0.1 . Например, чтобы получить 0.1, как минимум два из следующих критериев должны использоваться :

- Без помощи рук 
- Вне зрительного контроля 
- Во время элемента с вращением на вертикальной или горизонтальной оси тела (например, поворот, циркуль, шене и тд) 
- Во время прыжка 
- Под ногой (ногами) 
- Ловля во время прохода через предмет (минимум 2 части тела) 
- Ловля на полу  ; (тоже самое во время опоры на колене)
- Ловля в перекат 



- Ловля на тыльную части руки или рук. (мяч) 

**ПРИМЕЧАНИЯ для всех БРОСКОВ и ЛОВЛЕЙ, указанных ниже в параграфах 2.4.1 и 2.4.4**

1. В случае ловли или броска 2 предметов ценность элемента или комбинации элементов повышается на 0.1
2. Ценность больших бросков или ловлей, исполненных во время трудности (указывается с помощью буквы A) повышается на 0.1
3. Ценность маленьких или средних ловлей или бросков во время трудности (A) подсчитывается по таким же нормам, как и другие критерии. Например, чтобы получить 0.1 нужно иметь минимум A + другой критерий.
4. Во всех случаях, (A), комбинируемая с другими критериями и исполненная во время того же броска или ловли, засчитывается только один раз
5. Относительно прыжков, критерий «Во время элемента с вращением» является действительным только для прыжков с вращением на 180 и 360 градусов (полуповорот на 180 является действительным для прыжков с вращением всего тела)

**2.4.5 Большой бросок и ловля во время или сразу же в конце**

Одного элемента или комбинации 2 динамических элементов или более без трудности, с переходом на пол, все с вращением тела или переворотами (вращением вокруг вертикальной или горизонтальной оси тела)



- 0.1 за ловлю во время 1 элемента с вращением или сразу в конце
  - 0.2 за ловлю во время 2 элемента с вращением или сразу в конце
  - 0.3 за ловлю во время 3 элемента с вращением или более или сразу в конце
- + 0.1, +0.2 или более, в зависимости от ценности ловли, если есть.**

**Примечания**

4. Любая ловля, облегчающая контроль над предметом, аннулирует ценность элемента (см. Раздел Предметы).
5. Если один или более элементов (все с вращением) являются трудностями, добавить A плюс дополнительное 0.1 к ценности
6. Если используются 2 предмета, ценность будет соответственно
  - 0.2 за ловлю во время 1 элемента с вращением или сразу в конце
  - 0.3 за ловлю во время 2 элемента с вращением или сразу в конце
  - 0.4 за ловлю во время 3 элемента с вращением или более или сразу в конце

**2.4.6 Большой бросок и ловля во время или сразу же в конце**

- Серии динамических трудностей (3 или более), все с вращением, без перехода на пол
- 0.2 минимум за бросок (большой бросок во время трудности с вращением)
  - 0.2 минимум за ловлю (ловля после большого броска во время трудности с вращением)
  - 0.1 за промежуточную трудность или трудности с вращением
- Общее : 0.5 минимум**

Объяснения и изменения



## ОБЪЯСНЕНИЯ И ИЗМЕНЕНИЯ

### Артистизм

- Музыка как фон** : В Баку в сентябре 2005 года техком единогласно утвердил увеличение сбавки за музыку как фон с 0.5 до 1.0
- Прыжок по параболе** : Этот термин обозначает хорошо известный в художественной гимнастике прыжок. Он выполняется часто для входа в предмет или в других ситуациях. Этот тип прыжка характеризуется недостатком высоты, которая не требуется, он движется в направлении пола – тело гимнастки наклонено вперед – и сразу же за ним следует прыжок. Этот прыжок вместе с кувырком формируют единый элемент и считаются акробатическим элементом и не трудностью

### Трудность

- ПРЫЖКИ**: убрать критерий +0.2 за «кольцо с углом более 180 градусов». Ценность этих прыжков определяется так же само, как и для прыжков в кольцо по следующим причинам :
  - Практически все гимнастки исполняют этот прыжок со стопой выше головы, но угол не является более 180 градусов**
  - Судьям очень трудно оценить этот угол и поэтому оценивание такой трудности отличается**
  - В результате, между оценками судей есть большие различия.**
- Новый критерий для трудностей равновесия** :  
Этот элемент равновесия с опорой лодыжки на плечо уже исполнялся некоторыми гимнастками. Этот элемент относится к категории равновесий в кольцо без помощи. Ценность является :
  - 0,40 (D) – лодыжка свободно опирается на плечо, без помощи рук или предмета



D

- 0.30 (C) – лодыжка опирается на плечо с помощью рук или предмета



C

*Egle Abruzzini*

[Egle Abruzzini](#),  
Présidente du CT-GR