

**«УТВЕРЖДЕНО»**  
**Директор АНОДО «Международная**  
**Академия спорта»**



**О.Д. Цыганкова**

## **РЕГЛАМЕНТ**

**о Всероссийском физкультурном мероприятии по гимнастическим видам спорта «Соревновательный марафон в формате Гимнастрады»**

**Москва**

## **I. ОБЩИЕ ТРЕБОВАНИЯ К ВЫСТУПЛЕНИЮ**

Победители и призеры Всероссийской Гимнастрады определяются Главной судейской бригадой (ГСБ).

Музыкальное сопровождение выступления должно соответствовать сценическому замыслу. Продолжительность музыкального сопровождения с выходом и уходом не более 4 минут.

### **Общие требования к выступлению**

#### Мастерство участников.

Выступление должно образовывать единство профессионального мастерства участников и выполнение гимнастических движений (упражнений) и танцевальных шагов.

Выступление должно соответствовать технике гимнастики (целостные движения тела), где элементы и комбинации плавно и естественно переходят от одного к другому.

Движения не должны быть отдельными частями, они должны быть единым целым, подчеркивая непрерывность и целостность выступления.

Обязательные элементы должны быть распределены разнообразно и естественно, в соответствии со структурой программы.

#### Структура выступления

Структура выступления должна быть многоплановой и разнообразной.

Выступление должно иметь наличие замысла и художественного воплощения, соответствующее его идее.

Поощряется зрелищность и художественное оформление выступления; использование реквизита, сценического костюма;

Выступление должно включать быстрые и медленные движения.

Выступление должно состоять из многообразных движений и разнообразия групп движений, комбинаций и серий, которые согласованы с уровнем навыков участников и музыкальным сопровождением.

При выполнении выступления группой участников (выполнение вместе всей командой) должны преобладать единство, согласованность, синхронность.

Различные виды соло или работа маленькими группами придают нюанс выступления, но не могут являться доминирующими.

#### Оригинальность и музыка

Выступление должно демонстрировать оригинальность, выразительность и эстетическую привлекательность.

Приветствуются новые элементы и новые/необычные построения или новые способы перестроений.

Движения участников образуют единство с музыкой. Движения выступления следуют за структурой музыки. Музыка должна быть взаимосвязана с идеей и выразительностью выступления.

Музыка может быть различна по ритму, но общая концепция музыкального произведения должна быть цельной и быть связана единым названием,

отраженным в заявке в названии выступления.

Если музыка составлена из различных музыкальных частей, различные темы и тональности должны быть связаны и составлять единство настолько, насколько это возможно.

Остановка в музыке или плохое качество соединения между различными музыкальными темами не допускаются. Монотонная музыка (музыка как фон) также не допустима.

Музыкальный финал должен быть законченным. Не допускается резкий обрыв музыки.

Использование музыкального фрагмента должно быть оформлено в соответствии с существующими в Российской Федерации законодательными и нормативными актами.

### **Элементы гимнастики и танцевальных шагов, обязательные для использования в выступлении**

#### **Движения тела**

- целостный взмах;
- наклон или выпад;
- целостная волна.

#### **Равновесия**

Равновесия должны быть характерными для возрастной категории и соответствовать уровню мастерства участников.

- различные равновесия на одной ноге;
- повороты на одной ноге.

#### **Движения рук**

- волны;
- покачивания;
- круги;
- вращения.

#### **Движения ног**

- покачивания;
- приседания;
- подъемы на «полупальцы»;
- махи с различными вариациями в использовании силы махов.

#### **Серии шагов, танцевальные дорожки.**

- танцевальная дорожка;
- вариации проходов;
- вариации различных танцевальных шагов.

## II. СОСТАВ СУДЕЙСКОЙ БРИГАДЫ.

### ПОДСЧЕТ ЦЕННОСТИ ВЫСТУПЛЕНИЯ ПО ОСНОВНЫМ НОМИНАЦИЯМ

#### 1. Состав судейской бригады

##### Состав судейской бригады:

Главный судья – 1 человек;  
 Главный секретарь – 1 человек;  
 Заместитель главного судьи – 1 человек;  
 Заместитель главного секретаря - 1 человек;  
 Судьи – 12 человек.

Исполнение по основным номинациям оцениваются четырьмя бригадами судей, состоящими из членов судейской бригады:

- бригада А оценивает мастерство. Количественный состав - 3 человека;
- бригада Б оценивает структуру композиции выступления. Количественный состав - 3 человека;
- бригада С оценивает оригинальность и музыкальное сопровождение. Количественный состав - 3 человека;
- техническая бригада Г проводит подсчет выполнения количества и качества обязательных элементов. Количественный состав - 3 человека.

Главный судья может войти в любую бригаду и является арбитром.

Обязанности судейской бригады при подсчете оценок.

Судьи оценивают выступление в соответствии с настоящим Положением.

При условии разницы в оценке более 0,2 балла Главный судья собирает техническое совещание для уточнения. Оценки каждой бригады суммируются.

Каждая бригада работает независимо, судьи выставляют оценки независимо друг от друга.

#### 2. Подсчет ценности выступления по основным номинациям

Подсчет оценок проводится на основании результатов, установленных судьей в оценочном листе (Приложение к Положению).

Выступление оценивается по, установленным ниже, критериям.

##### **Мастерство участников**

- использование не менее 5 обязательных элементов гимнастики и не менее 4 танцевальных дорожек.

Максимальная оценка -10 баллов.

За каждый невыполненный обязательный элемент снимается не более 0,5 балла.

- оценка технического исполнения каждого элемента коллектива в целом.

Технически неверное исполнение обязательного элемента считается невыполненным.

### Структура выступления

- выразительность и эстетическая направленность, соответствие движений музыке, синхронность исполнения. Исходная и финальная позиции команды на площадке должны являться частью выступления. Максимальная оценка - 10 баллов.

### Оригинальность и музыка

#### Оригинальность

- использование новых элементов и новых/необычных построений или новых способов перестроений.

Максимальная оценка - 5 баллов.

#### Музыка

- обеспечение взаимосвязи с идеей и выразительностью выступления; использование фрагментов, различных по ритму, но с целостностью общей концепции музыкального произведения.

Максимальная оценка -5 баллов.

По общей средней сумме полученных результатов устанавливаются победители номинаций.

Судья имеет право сбавить очки за превышение лимита времени выступления.

*Таблица № 2*

### Сбавки судейских бригад

Сбавки судьи-хронометриста		
Каждая лишняя или недостающая секунда в музыке номера (считаются полные секунды)		0,10
Сбавки бригады А		
<b>Базовая техника</b>	Неправильное положение части тела во время движения, включая согнутые колени, локти, ненатянутые стопы, поднятые плечи, ассиметричное положение плеч, туловища (сбавка каждый раз)	0,10
	Потеря равновесия, дополнительное движение без перемещения (дрожание опорной ноги/стопы, произвольное корректировочное движение и т.п.)	0,10
	Потеря равновесия, дополнительное движение с перемещением (лишний шаг)	0,30
	Потеря равновесия с опорой на одну или две руки	0,50
	Полная потеря равновесия с потерей	0,70
<b>Прыжки</b>	Неправильная форма (отсутствие амплитуды, нет высоты прыжка, незафиксированная форма в полете, тяжелое приземление) сбавка каждый раз	0,30
<b>Равновесия</b>	Неправильная форма (отсутствие амплитуды, незафиксированная форма (менее 1 секунды), ось тела не в вертикали) сбавка каждый раз	0,30
<b>Вращения</b>	Неправильная форма (отсутствие амплитуды, подпрыгивание, ось тела не в вертикали) сбавка каждый раз	0,30
<b>Акробатика</b>	Тяжелое приземление (при приземлении нужно стараться приходить только на переднюю часть стопы (не на полную	0,30

	стопу и не на пятки), а также не сгибать ноги в коленях более, чем на 90°. Слишком глубокий присед на приземлении.	
<b>Инвентарь</b>	Потеря гимнастических предметов или другого инвентаря	0,50
<b>Сбавки Бригада Б</b>		
<b>Синхронность</b>	Отсутствие синхронности (сбавка каждый раз)	0,30
<b>Перемещение</b>	Столкновение во время перемещения	0,30
<b>Главная идея: характер</b>	Определённый характер или стиль не полностью раскрыты или отсутствуют в Танцевальных шагах; они по большей части являются ходьбой, пробежкой или подскоками под акценты, но не соотносятся со спецификой музыкального стиля.	0,30
<b>Динамические изменения</b> <i>Энергия, мощь, скорость, интенсивность движений соответствуют изменениям динамики в музыке</i>	Движения не соответствуют динамическим изменениям в музыке или движения не создают динамических изменений, если их недостаточно в самой музыке	0,30
<b>Соединения</b> <i>Логические и плавные переходы от одного движения к другому</i>	Изолированное прерывание логической связи между движениями,	0,30
<b>Выразительность</b>	Недостаточное участие частей тела во время движений, недостаточное или неточное выражение лица под музыку	0,30
<b>Сбавки Бригада С</b>		
<b>Оригинальность</b>	Объединение элементов и танцевальных движений с определенными акцентами (создание эффекта, опознаваемого зрителем)	0,30
	Движения тела или предмета, используемые для создания или подчеркивания динамических изменений в музыке	0,30
<b>Идея костюмов и реквизитов</b>	Костюмы и реквизиты не соответствуют музыке	0,30
	Потеря во время выступлений украшений для волос, предметов, являющихся частью костюма (за каждый потерянный предмет)	0,30
<b>Построения и перемещение</b>	Недостаточное разнообразие в рисунке, амплитуде построений	0,30
	Недостаточное разнообразие в использовании уровней и модальностей перемещения	0,30
	Переходы от одного перестроения к другому нелогичны, плохо связаны.	0,30
	Движения выполняются в одном перестроении в течение долгого времени	0,30
	Не используется вся поверхность ковра	0,30
<b>Характер движений</b>	Отсутствие характера движений под музыку (сбавка каждый раз)	0,30
<b>Ритм</b> <i>Гармония между движениями и музыкальными акцентами, фразами, темпом</i>	Все упражнение не связано с ритмом (музыкальный фон)	0,30
<b>Музыка</b>	Движения участников не образуют единство с музыкой	0,30
	Нет демонстрации выразительной связи с музыкой, которая	0,30

	вовлекает зрителей в ее исполнение	
	Музыка, составленная из различных музыкальных частей, различных тем тональностей не связана и не составляет единство	0,30
	Остановка в музыке	0,30
	Плохое качество соединения между различными музыкальными темами	0,30
	Монотонность музыки (музыка как фон)	0,30
	Незаконченность музыкального финала	0,30
	Резкий обрыв музыки	0,30
<b>Сбавки бригады Т</b>		
<b>Количество обязательных элементов</b>	Выполнено менее 5 обязательных элементов гимнастики (сбавка за каждый невыполненный элемент гимнастики)	0,50
	Выполнено менее 4 танцевальных дорожек (сбавка за каждый невыполненную танцевальную дорожку)	0,50
<b>Качество обязательных элементов</b>	Элементы не характерны возрастной категории и не соответствуют уровню мастерства участников	0,50

