

«УТВЕРЖДАЮ»  
 Президент  
 Всероссийской федерации  
 художественной гимнастики  
 \_\_\_\_\_ И.А. Винер

**Дополнения в Правила соревнований  
 по художественной гимнастике Российской Федерации  
 с 01.11.2023**

**1) Минимум Динамических элементов с вращением (R) в упражнении**

<b>Компоненты Трудности</b>		
<b>Трудность Тела (DB)</b> Все правильно выполненные Трудности Тела засчитываются		<b>Трудность Предмета (DA)</b>
<b>Особые Требования</b>		
<b>Трудности Групп Тела:</b> Прыжки  минимум 1 Равновесия  минимум 1 Вращения  минимум 1	<b>Волны</b> <b>Минимум 4</b> <i>из них</i> <b>Полные Волны Тела</b> <b>W</b> минимум 2; <b>Частичные волны Тела</b>	<b>Минимум 1 (без ограничений)</b>
<b>Динамические элементы с Вращением – R</b> <b>Минимум 4 (МС)</b> <b>Минимум 3 (КМС)</b> <b>Минимум 2 (I взрослый разряд)</b> <b>Минимум 1 (II – III взрослый разряд)</b>  <b>Максимум - без ограничений</b>		

Сбавка за отсутствие минимального количества Рисков (R) – 1.00 за каждый отсутствующий Риск. Сбавку за отсутствие Риска применяет бригада DB.

Если гимнастка, выполняя Риск, допустила потерю, сбавка за отсутствующий Риск не дается.

Все компоненты: Трудности тела DB, R, Трудности предмета DA должны быть пропорционально представлены в композиции.

Гимнастки должны включать в упражнения только те Динамические элементы с вращением (R), которые они могут исполнить безопасно, с высокой степенью технического исполнения.

## 2) Дополнительные надбавки к ценности Динамических элементов с вращением R

Ценность каждого правильно выполненного Динамического элемента с вращением (R) умножается на 2.

Пример: Бросок мяча, 2 шене, ловля во время колеса в одну руку

R3 $\neq$ ↓	$R = 0.5 \times 2 = 1.0$
-------------	--------------------------

Если критерии выполнены неправильно, они не засчитываются

Пример: Бросок мяча, 2 шене, ловля во время колеса в одну руку, но гимнастка выполнила ловлю двумя руками.

R3 $\neq$ ( ↓ критерий не засчитывается)	$R = 0.4 \times 2 = 0.8$
--	--------------------------

## 3) Дополнительная надбавка **+0.30** дается к удвоенной ценности Динамического элемента с вращением за следующие **критерии ловли:**

- Ловля во вращении тела + без зрительного контроля + без помощи рук (только во время горизонтального вращения или Циркуля)  $\neq$   $\otimes$   $\neq$

- Ловля в перекат 

- Ловля во вращение обруча , если она выполняется без помощи рук  $\neq$  (не на прямую руку/руки)

- Ловля двух параллельных Булав 

- Ловля в одну руку без зрительного контроля на вращении тела/Трудности тела (Мяч и Булавы) ↓  $\otimes$

- Ловля в непосредственный отбив (вверх или об пол) от части тела без помощи рук и без зрительного контроля (не рук и не кистей рук)  $\sphericalangle$   $\otimes$   $\neq$

- Особый случай для Обруча (O): если непосредственный отбив от тела без остановки, любой частью тела, кроме кисти(ей) и руки(рук) совершается с вращением Обруча вокруг его оси  $\ominus$ , добавляется +0.10 за дополнительный критерий «Вращение Обруча вокруг его оси».

- Ловля в повторный бросок (Лента)  $\sphericalangle$

Примеры:

Бросок обруча, 2 шене, ловля во время переворота назад, без зрительного контроля, без помощи рук

$R_3$ $\geq$ $\otimes$ $\otimes$ $\neq$	$R = 0.7 \times 2 = 1.40 + 0.30 = 1.70$
---	---

Бросок обруча, 2 шене, ловля на перевороте вперед в отбив ногой, без зрительного контроля, без помощи рук

$R_3$ $\geq$ $\otimes$ $\otimes$ $\neq$ $\sphericalangle$	$R = 0.8 \times 2 = 1.60 + 0.30 + 0.30 = 2.20$
---	--

Бросок мяча, 3 шене, ловля в отбив мяча ногами во время кувырка вперед, без зрительного контроля, без помощи рук

$R_4$ (+0.2 за доп. вращение) $\geq$ $\otimes$ $\otimes$ $\neq$ $\sphericalangle$	$R = 0.9 + 0.20$ (за дополнительное вращение под полетом) $\times 2 = 2.20 + 0.30 + 0.30 = 2.80$
---	--

Бросок обруча, 2 шене, ловля обруча во вращение на ноге во время переворота назад, без зрительного контроля, без помощи рук

$R_3$ $\geq$ $\otimes$ $\otimes$ $\neq$ O	$R = 0.8 \times 2 = 1.60 + 0.30 + 0.30 = 2.20$
---	--

Бросок обруча, серия из трех Жете, ловля в пережат по груди

<p><b>R3 + серия (0.2) + 3 критерия DB (0.4)</b></p>  <p>(0.1)</p>	<p><b>R = 1.0 x 2 = 2.0 + 0.30 = 2.30</b></p> <p>+ 3 Трудности прыжка Жете (0.4+0.4 +0.4)</p>
---	---

Бросок обруча «вертушкой», без помощи рук, без зрительного контроля, на первом Циркуле, второй Циркуль под полетом предмета, ловля на третьем Циркуле, во время вращения, без помощи рук, без зрительного контроля.

В случае ловли Обруча предплечьями, без зрительного контроля, дополнительный критерий +0,30 (    ) не дается.

<p>   <b>R3 + серия + 3 критерия DB</b></p> <p>  </p>	<p><b>R = 1.40 x 2 = 2.80</b></p> <p>+ 3 Трудности Циркуль (0.2 + 0.2 + 0.2)</p>
---	--

Бросок мяча на первом Циркуле, второй Циркуль под полетом предмета, ловля на третьем Циркуле, во время вращения, без помощи рук (между головой и отведенными назад плечами), без зрительного контроля.

<p><b>R3 + серия + 3 критерия DB</b>   </p>	<p><b>R = 1.10 x 2 = 2.20 + 0.30 = 2.50</b></p> <p>+ 3 Трудности Циркуль (0.2 + 0.2 + 0.2)</p>
--	--

Бросок мяча, 2 шене, ловля в одну руку

<p><b>R2</b> </p>	<p><b>R = 0.30 x 2 = 0.60</b></p>
--	-----------------------------------

Бросок мяча, 2 шене, ловля в одну руку во время переворота назад, без зрительного контроля

<p><b>R3</b>   </p>	<p><b>R = 0.60 x 2 = 1.20 + 0.30 = 1.50</b></p>
--	---

Бросок мяча, шене + кувырок, ловля в одну руку во время Поворота Кб, без зрительного контроля

<p>R3    DB (Кб)</p>	<p><b><math>R = 0.8 \times 2 = 1.60 + 0.30 = 1.90</math></b>          + Трудность тела Кб 360 из положения сидя (0.90)</p>
---	--

Бросок одной булавы, 2 шене + кувырок, ловля булавы в руку, в которой находится вторая булава во время Поворота Кб, без зрительного контроля

<p>R4 + 0.2 за дополнительное вращение под полетом    DB (Кб)</p>	<p><b><math>R = 1.1 \times 2 = 2.20 + 0.30 = 2.50</math></b>          + Трудность тела Кб 360 из положения сидя (0.9)</p>
--	---

Бросок двух булав одновременно, параллельно, 3 кувырка, ловля

<p> R3 серия + дополнительное вращение 0.2 </p>	<p><b><math>R = 0.9 \times 2 = 1.80 + 0.30 = 2.10</math></b></p>
---	--

Бросок ленты без зрительного контроля, без помощи рук, во время переворота вперед, 2 шене, ловля во время Циркуля с согнутой ногой, в непосредственный обратный бросок без остановки, под ногой, без зрительного контроля. Ловля.

<p>  R4    </p>	<p><b><math>R = 1.0 \times 2 = 2.0 + 0.30 = 2.30</math></b></p>
---	---