

## Судейство соревнований по гимнастике.

Халтурин А.В,  
учитель физической культуры МОСШ №43

### Судейская бригада

1. Для руководства испытаниями назначается судейское жюри.
2. Жюри состоит из Председателя судейского жюри и двух судейских бригад: бригады «А», оценивающей трудность и выставяющей базовую оценку, и бригады «В», оценивающей исполнение упражнения. Каждую бригаду возглавляет арбитр.
3. На снарядах должна обеспечиваться страховка всех участников не менее 1 страхующего на каждом снаряде.

### Оценка трудности

1. Общая стоимость акробатического упражнения, включая стоимость элементов и соединений повышенной трудности, составляет оценку за трудность, которая не может превышать **15,0** баллов.
2. Общая стоимость упражнений на гимнастических снарядах равна **5,0** баллов.
3. Обязательные элементы и элементы повышенной трудности засчитываются участнику, если они выполнены без ошибок, приводящих к сильному, до неузнаваемости их искажению или невыполнению. В противном случае оценка снижается на величину стоимости элемента или соединения, указанную в программе.

### Оценка исполнения

1. Судьи оценивают качество выполнения упражнения в сравнении с идеально возможным вариантом, учитывая требования к технике исполнения отдельных элементов.
2. Ошибки исполнения могут быть: мелкими – **0,1** балла, средними – **0,2** балла, грубыми – **0,4** балла. Ошибки невыполнения – **0,5** балла.
3. К основным ошибкам, которые наказываются сбавкой, равной стоимости элемента или соединения, относятся:
  - нарушение техники исполнения элемента или соединения, приводящее к сильному, до неузнаваемости его искажению;
  - падение со снаряда;
  - фиксация статического элемента менее **2** секунд;
  - при выполнении соскоков и акробатических прыжков приземление в сед или на спину.
4. В случае неоправданной паузы более **5** секунд при выполнении упражнения, оно прекращается и не оценивается.
5. При выведении сбавки за исполнение акробатического упражнения судьи суммируют сбавки, допущенные участником как при выполнении обязательных элементов и соединений, так и элементов повышенной трудности.

### Классификация ошибок при выполнении упражнений

№	Виды ошибок	Мелкие ошибки	Средние ошибки	Грубые ошибки	Невыполнение элемента
1	Сгибание рук, ног, тела, разведение ног, неправильное положение кистей, головы, носков.	Неправильное положение кистей, головы, носков. Слегка согнутые ноги, руки, тело, слегка разведенные ноги. Небольшое разведение ног в сальто в группировке.	Значительное сгибание рук, ног, тела. Значительное разведение ног. Разведение ног в сальто в группировке шире плеч.	Большое сгибание рук, ног, тела, большое разведение ног.	

2	Ошибки в элементах (кроме опорных прыжков) основная трудность которых заключается в выполнении с прямыми руками, ногами, прогнутыми или невыпрямленным телом, с правильным положением тела.	Едва заметное сгибание рук, ног или тела.	Небольшое сгибание рук, ног и тела, небольшое отклонение от правильного положения тела.	Значительное сгибание рук, ног или тела. Значительное отклонение от правильного положения тела.	Сильное сгибание рук, ног или тела. Большое отклонение от правильного положения тела.
3	Неполная амплитуда движения – выполнение элементов недостаточно высоко, широко и т.д.	Небольшое отклонение от полной амплитуды.	Малая амплитуда движения.		
4	Едва заметные ошибки снижающие впечатление от исполнения отдельных элементов, частей упражнения и всей комбинации в целом.	Недостаточная легкость, четкость, уверенность, ритмичность, плохая осанка и т.д.			
5	а) Потеря равновесия при приземлении в соскоках и опорных прыжках, а также в вольных упражнениях в элементах заканчивающихся приземлением в основную стойку.	Недостаточная мягкость приземления, небольшое движение без схождения с места, переступление. Потеря равновесия со схождением в места с небольшим шагом или прыжком в любом направлении. За каждый шаг или прыжок – сбавка 0,1 балла. Приземление на слегка разведенные ноги. Касание пола одной рукой.  Мелкие колебательные движения без схождения с места. Незначительные переступания или перехват одной руки или схождения с места небольшим прыжком.	Значительные колебательные движения без схождения с места выпадом, большим прыжком, небольшим прыжком или шагами. Касание пола двумя руками. Приземление на широко разведенные ноги.	Пробежка. Падение после приземления. Явно выраженная опора о пол одной или двумя руками.	Приземление на любую часть тела, кроме ступеней. Дополнительная опора во время выполнения элемента.
	б) в остальных случаях – поворотах и прыжках,		Значительные колебательные движения без	Колебательные движения с большим	

	заканчивающихся стойкой на одной ноге, в равновесии на одной ноге, в стойке на руках и т.п.		схождения места, схождение с места одним значительным прыжком или несколькими небольшими шагами, два или три незначительных перехвата рук или один большой перехват руки. Значительные переступания. Потеря равновесия с касанием пола или снаряда без значительного нарушения требуемого положения.	нарушением требуемого положения. Более трех перехватов рук в стойке на руках. Дополнительная опора после выполнения элемента.	
6	Касание снаряда или пола.	Легкое касание.	Значительное касание без заметной потери темпа.	Сильное касание со значительной потерей темпа или остановкой.	
7	Непредусмотренные повороты в элементах, выполняемых без поворотов, недостаточные или чрезмерные повороты в элементах, выполняемых с поворотами.	Небольшое отклонение (до 30).	Отклонение от 30 до 90.	Отклонение более 90.	Выполнение явно другого элемента из-за большого или меньшего поворота.
8	Неоправданные и непредусмотренные остановки в упражнении.		Остановка незначительно нарушающая слитность упражнения.	Остановка между элементами, когда требуется слитность выполнения.	
9	Ошибки в силовых элементах, применение силы в маховых элементах.	Недостаточно медленное и недостаточно равномерное исполнение силового элемента. Незначительное дрожание ног или рук в силовых элементах. Незначительное замедление в маховом элементе.	Применение маха в силовом элементе. Дрожание, связанное с предельным напряжением. Значительное необоснованное замедление или рывки при выполнении махового элемента. Значительная неравномерность или кратковременная остановка при выполнении силового элемента.	Выполнение махового элемента с остановкой или значительным дожимом. Выполнение силового элемента рывком.	Исполнение силового элемента махом или махового силой.
10	Недостаточная или чрезмерная остановка в статических положениях.	Чрезмерно продолжительная остановка в статическом положении, если это необоснованно или выполняется для	Остановка в статическом положении 1 сек.		Остановка менее 1 сек., отсутствии остановок.

		отдыха. Остановка более 1 сек, но менее 2 сек.			
11	Недостаточное или кратковременное разгибание в соскоках.	Кратковременное или недостаточное разгибание.	Неполный разгиб.	Отсутствие разгиба.	
12	Неправильный подход в отход.	Нечеткий подход или отход. Плохая осанка, в том числе и при оказании помощи для наскака на снаряд.	Небрежный отход или подход.		
13	Несоответствие костюма.		Несоответствие костюма правилам соревнований при выполнении упражнений на оценку.	Несоответствие костюма правилам соревнований, допущенное командой или тренером, отсутствие стартового номера.	
14	Нарушение дисциплины.		Выполнение упражнения после повторного вызова. Плохая дисциплина и некорректное поведение во время соревнований. Уход с места соревнований. Выход на помост после окончания упражнения и ухода с помоста на аплодисменты зрителей.		

#### Упражнения на брусьях разной высоты.

На брусьях разной высоты выполняются элементы и соединения, специфичные только для данного снаряда, а также элементы и соединения, выполняемые на одной жерди без использования другой, сходные с подобными на перекладине.

К элементам и соединениям, типичным для упражнений на брусьях разной высоты, относятся:

- элементы, выполняемые на одной жерди и заканчивающиеся перехватом за другую жердь;
- соединения, в которых первый элемент выполняется на одной жерди, а второй – на другой жерди;
- элементы, заканчивающиеся различными статическими положениями – стойками на руках, равновесиями и т.д.

Обычно в элементе, выполняемом на одной жерди и заканчивающемся перехватом за другую жердь, при перехвате руки должны быть прямыми и слегка согнутыми. Значительное сгибание рук в подобных элементах – мелкая ошибка, большое сгибание – средняя ошибка. Сбавок как за грубую ошибку за сгибание рук при перехвате обычно не производят.

Небольшой удар об жердь – мелкая ошибка, большой удар – средняя ошибка.

Иногда гимнастика перед выполнением сложного элемента в нерешительности останавливается и некоторое время готовится к его выполнению. Такая задержка – мелкая ошибка.

В некоторых случаях гимнастка, прежде чем выполнить следующее движение, переступает или перехватывает снаряд руками. За подобное переступание и перехваты рук, которые бывают и при потере равновесия, каждый раз сбавляют как за мелкую ошибку.

Упражнение на бревне.

Для упражнений на бревне наиболее типичны ошибки, вызванные потерей равновесия.

Падение со снаряда. Если участник упадет или сойдет со снаряда, опираясь о пол одной или двумя ногами, и затем продолжит упражнение не позднее чем через 30 сек. после падения, сбавляется 1 балл. Если через 30 сек. упражнение не продолжается, оно считается законченным и оценивается только выполненная часть; сбавка за падение не производится.

Гимнаст должен успеть возобновить упражнение до того, как старший судья скажет: «Тридцать секунд».

За добавление элементов после или до падения сбавка не производится.