
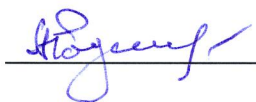


<p>«Согласовано» Старший тренер спортивной сборной команды Российской Федерации (юниорки)</p> <p> _____ А.Ф. Мустафина</p>	<p>«Утверждаю» Главный тренер спортивной сборной команды Российской Федерации</p> <p> _____ А.Ф. Родионенко</p> <p>5 ЯНВАРЯ / 2022</p>
---	--

## **Обязательная программа**

**2 спортивного разряда по виду спорта «спортивная гимнастика» на 2022-2024 гг.**

**(девушки)**

Обязательные программы действуют на территории Российской Федерации и на спортивных соревнованиях любого статуса, в программу которых входят выступления спортсменов по указанным спортивным разрядам и вступают в силу с момента подписания.

**Общие требования к судейству обязательной программы  
2 спортивного разряда.**

1. Обязательные программы на каждом виде оцениваются из 10 баллов
2. Судейство обязательной программы 2 спортивного разряда производится в соответствии с правилами Российской Федерации по виду спорта «спортивная гимнастика» на основании правил судейства FIG для женщин 2022-2024гг. и с учётом специфических сбавок, изложенных в столбце «Специфические сбавки, не предусмотренные правилами соревнований».
3. Пропуск или невыполнение элемента (кроме опорного прыжка и элементов «санжировка» на разновысоких брусьях) - **0,5 балла + стоимость группы элемента (судьи бригады «D»).**

**Опорный прыжок  
Высота прыжкового коня – 120 см.**

№	Содержание	Методические указания	Специфические сбавки, не предусмотренные правилами соревнований
1.	Переворот вперёд	Переворот вперёд выполнять толчком руками о ближнюю половину прыжкового стола. Для визуального ориентира на середину стола наклеивается или наносится ограничительная линия шириной 2 см.	Отталкивание руками с ограничительной линии – 0,1 Отталкивание руками за ограничительной линией – 0,3

**Разновысокие брусья**

1. Выполнение дополнительного элемента – **0,3 балла (судьи бригады «E»).**
2. За отсутствие элементов п.6 («санжировок») судьи бригады «D» сбавку не производят.
3. При выполнении гимнасткой элементов п.6, судьи бригады «D» производят **общую надбавку 0,5 балла** к окончательной оценке при условии выполнения их слитно, без разбавления дополнительными элементами и без грубых ошибок.
4. Невыполнение соскока (**нет попытки соскока**), гимнастка спрыгивает после большого оборота – сбавка 1,0 балл +0,1 балла (судьи бригады «D») = **1,1 балла.**

№	Содержание	Методические указания	Специфические сбавки, не предусмотренные правилами соревнований
1.	И.п. – стоя лицом к н/ж снаружи, с прыжка вис углом, подъём разгибом, отмах в стойку на руках.	Отмах в стойку на руках выполнять ноги вместе.	Отмах в стойку на руках ноги врозь – 0,5.
2.	Оборот назад не касаясь в стойку на руках.		
3.	Оборот назад в упоре стоя согнувшись.	Элемент выполняется с прямыми ногами, с одновременной постановкой ног на жердь.	Поочерёдная постановка ног на жердь – 0,3.
4.	Прыжок с н/ж в вис на в/ж.	За нарушение композиционного требования сбавку не производить.	

2 спортивный разряд  
**Разновысокие брусья (продолжение)**

5.	Подъём разгибом, отмах в стойку на руках.	Отмах в стойку на руках выполнять ноги вместе.	Отмах в стойку на руках ноги врозь – 0,5
6.	Мах вперёд с поворотом на 180° с поочерёдным перехватом рук («санжировка») - мах вперёд с поворотом на 180° с поочерёдным перехватом рук («санжировка»).	Выполнять подряд. Отклонение от стойки до 30° – без сбавки. Начало поворота одновременно с броском.	от 30°- 45° включительно – 0,1 ниже 45° – 0,3 Выполнение поворота после броска – 0,3.
7.	1-2 больших оборота назад.	Допускается выполнение больших оборотов с разведением ног в расхлёсте.	
8.	Соскок сальто назад прогнувшись.		

**Бревно**

1. Комбинация выполняется в последовательности, как описано в таблице.
2. Разрешается использовать дополнительные шаги и связующие элементы, кроме связок, записанных под одним номером в таблице.
3. Выполнение дополнительного элемента в связке, записанной под одним номером в таблице, сбавка – 0,3 балла (судьи бригады «D», нейтральная сбавка)

№	Содержание	Методические указания	Специфические сбавки, не предусмотренные правилами соревнований
1.	Связка: медленный переворот назад – фляк.	Выполнять слитно Допускается выполнение фляка с приземлением как по одной ноге, так и на две.	Недостаточное разведение ног в шпагат - 0,1 – 0,3 Разделение связки (остановка) между переворотом назад и фляком – 0,5.
2.	Медленный переворот вперёд в стойку на одной, с удержанием другой.	Свободная нога на уровне горизонтали и выше, фиксировать её не обязательно.	Недостаточное разведение ног в шпагат - 0,1 – 0,3 Переворот закончен, нога ниже горизонтали – 0,1 Переворот закончен на двух ногах – 0,3.
3.	Поворот на одной ноге на 360°.	Выполнять на прямой ноге. Свободная нога согнута, носок касается колена.	
4.	Прыжок в шпагат (любой).		
5.	Соскок: рондат, сальто назад в группировке.	Выполнять слитно. При выполнении сальто назад в группировке, касаться голени руками, плотная группировка.	Недостаточно плотная группировка – 0,1 Разделение соскока (остановка после рондата) – 0,5 Отсутствие касания голени руками – 0,3

## Вольные упражнения

1. Составляется произвольно из представленных элементов.
2. Дополнительный элемент в акробатических соединениях – 0,3 балла каждый раз.  
В случае замены одного элемента другим сбавка за дополнительный элемент – 0,3 балла не производится.
3. Разделение акробатического соединения (остановка) – 0,5 каждый раз.

№	Содержание	Методические указания	Специфические сбавки, не предусмотренные правилами соревнований
1	Акробатическое соединение: рондат – фляк - темповое сальто назад – фляк - сальто назад в группировке («окрошка») или рондат – темповое сальто назад – фляк – фляк – сальто назад в группировке.	При выполнении сальто назад в группировке, касаться голеней руками, плотная группировка.	Отсутствие касания голеней руками – 0,3 Недостаточно плотная группировка – 0,1
2	Акробатическое соединение: рондат - фляк - сальто назад прогнувшись.		
3	Акробатическое соединение: темповой переворот вперёд на одну ногу - темповой переворот вперёд на две в отскок.	Допускается переход в шаг галопа или в любой гимнастический прыжок.	
4	Серия из двух гимнастических прыжков с одной ноги, один из которых с разведением ног в шпагат.	Между прыжками допускаются бегущие шаги, подскоки, маленькие прыжки, шассе, повороты шанэ.	
5	Поворот на одной ноге 360 <sup>0</sup> (любой)		