



КАЗАХСТАНСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
ПО ВОЗДУШНО-СПОРТИВНОМУ
ЭКВИЛИБРУ

әуе-спорттық эквилибр бойынша Қазақстан федерациясы - ЭСЭБҚФ

ЕРЕЖЕЛЕР
"ӘҮЕ ШЫНҒЫРШЫЛЫ"
AERIAL HOOP

Кіріспе және жалпы жарыс ережелері	3
Мұзыкалық сүйемелдеу	9
Ашылу/жабылу/марапаттау рәсімі	10
Спортшылардың сыртқы түрі	10
Төрешілердің бағалауы: "әртістік және хореография"	12
Айыппұлдар " әртістік және хореография	14
Төрешілердің бағалауы: "айыппұлдар"	16
Төрешілердің бағалауы: "бас төрешінің айыппұлдары"	17
Қайталанған қойылымдар	19
Төрешілердің бағалауы: "Күрделілік"	19
Төрешілердің бағалауы: "техникалық ұстемеақылар"	28
Дизайн сипаттамасы	37
Фото және бейне түсіру	38
Қатысушы мен ұйымдастырушының міндеттері	39
Қосымша 1. Глоссарий	41
Қосымша 2. Техникалық ұстемеақылар нысанын толтыру ережесі	48

Кіріспе және жалпы жарыс ережелері

Жарысқа әлемнің кез келген елінен келген әйел және ер спортшылар қатыса алады. Осы турнирге қатысуға жазбаша келісім қажет (on-line өтінімін беру кезінде міндетті түрде толтыру қажет).

Жарысқа Қазақстан Республикасының, сондай-ақ жақын және алғы шет елдердің азаматтары қатыса алады.

Жарысқа **медициналық қарсы көрсетілімдері жоқ спортшыларға** рұқсат етіледі:

жарыс сәтіндегі медициналық сақтандыру on-line өтінімі берілген кезде жүктеледі;

Таспаны (тейпті) пайдалануға рұқсат етіледі.

Дәрігерден анықтама ұсынған кезде:

- ортезді қолдану,

- көзілдірікпен өнер көрсету (егер линзаларды кию мүмкін болмаса) рұқсат етіледі.

*** анықтаманың түпнұсқасы жарыс басталғанға дейін бас төрешіге/ұйымдастыруышға беріледі**

ҚР азаматтығы бар, спортшының паспортын алған спортшылар өтінімге "медициналық тексеруден өту туралы мәліметтер/дәрігердің рұқсаты" бетіндегі фотосуретті қоса береді, онда 2024 жылға арналған жарыстарға қатысуға рұқсат туралы белгі болуы тиіс.

Спортшының қойылымы мыналардан тұруы керек: снарядта да (пилон, шынғыршық, Әуе кенептері) және партерде де трюктер мен элементтерді орындау. Орындау кезінде спортшы снарядтағы техникалық элементтердің нақтылығы мен тазалығын, акробатикалық элементтерді менгеруін, дененің созылуы мен икемділігін, күшін, тепе-тендікті сақтай білуін көрсетуі керек. Спортшы хореография стилі, даралығы, сыртқы түрі, костюмі, көрерменге әсері, шығармашылығы, эмоциялардың мәнерлілігі (мимика, қымылдар) бойынша бағаланады. **Реквизиттерді пайдалануға тыйым салынады.**

*** барлық санаттар үшін снаряд-партер қатынасы болуы керек:**

70% - снаряд, 30% - партер

*** спортшы жұмысты тең үлестермен көрсетуі керек 50%-50% статикалық және динамикалық тіректер**

Қойылымдар келесі пәндер бойынша өтеді:

Pole Sport- пилондағы спорт

Aerial Hoop – шынғыршықтағы тәртіп

Aerial Silks – тәртіп әуе кенептері.

*** спортшы бір немесе одан да көп пән бойынша ұсынылуы мүмкін**

Қойылымдар келесіге сәйкес бөлінеді:

- * қатысушының жасына байланысты жас топтары,
- * спорттың осы (осы ғана емес) бағытындағы спорттық өтілге және/немесе спорттық жетістіктерге байланысты дайындық деңгейлері,
- * гендерлік тиісілігі,
- * бағдарламаның түрі.

* егер спортшы екі немесе одан да көп пәндер бойынша мәлімделсе, онда мәлімделген деңгейлер бірдей болмауы мүмкін (мысалы, спортшы пилон снарядының Элит деңгейіне, ал әуе шынғыршыққа Жалғастыруыш деңгейге мәлімденді)

ЖАС ТОПТАРЫ:

- 6-9 жас СӘБИЛЕР [қыздар/ұлдар]
- 10-14 жас БАЛАЛАР [қыздар/ұлдар]
- 10-17 жас аралығындағы ЖАСӘСПІРІМДЕР [қыздар/ұлдар]
- 15-17 жас аралығындағы ЮНИОРЛАР [қыздар/ұлдар]
- 18-29 жас ЕРЕСЕКТЕР [әйелдер / ерлер]
- 30-39 жас ЕРЕСЕКТЕР [әйелдер / ерлер]
- 40-49 жас ЕРЕСЕКТЕР [әйелдер / ерлер]
- 18-49 жас ЕРЕСЕКТЕР [әйелдер / ерлер]

***спортшы жарыс күндері өзінің жасына сәйкес жас тобын таңдайды**

Егер спортшы қандай да бір себептермен чемпионат кезіндегі жасынан жоғары жас тобын таңдаса, онда келесі жарыстарда оны кіші жас тобына ауыстыра алмайды. Ол жоғары жас тобына өткенге дейін сонда қалуы керек.

Мәлімделген және нақты жастағы сәйкесіздік анықталған жағдайда спортшыға және оның жаттықтыруышына мынадай санкциялар қолданылатын болады:

∅ жас тобының төмендеуі орын алған жарыстардың рейтингі=0

* спортшы өнер көрсете алады, бірақ бұл жарыстардың рейтингі =0 болады.

∅ жаттықтыруыш ӘСӘБҚФ-дан ресми сөгіс алады

ДАЙЫНДЫҚ ДЕНГЕЙЛЕРИ:

- Бастаушылар [Amateur]
- Жалғастыруышылар [Semi-Professional]
- Кәсіпқойлар [Professional]
- Элит [Elite]

Бастаушылар

Снарядты иеленудің негізгі дағдылары бар спортшылар олардың қойылымы үшін техникалық құндылығы тәмен элементтерді таңдаиды. Спортшы кез-келген жарыста жеңіске жеткен орынға қарамастан, бір маусымда осы дайындық деңгейін таңдауға құқылы. Бірақ жарыс маусымы кезінде (жарыс маусымы 1 қаңтардан 31 желтоқсанға дейін созылады) ірі жарыстарда жүлделі үштікке кемінде бір рет кірген спортшы келесі маусымға "жалғастыру" деңгейіне өтуі керек. Егер мәлімделген жарыс маусымы кезінде ірі жарыстарда жеңімпаздардың үштігіне бір рет те кірмеген болса, спортшы келесі маусымда осы деңгейде қалуға құқылы. "Бастаушы" деңгейдегі спортшы нұсқауышы/жаттықтырушы бола алмайды.

Жалғастырушылар

Соңғы жарыс маусымында (1 қаңтардан 31 желтоқсанға дейін созылады) ірі жарыстарда "Бастаушы" деңгейінде жүлделі орындарға ие болған спортшылар, сондай-ақ "Бастаушы" деңгейін өткізіп жібере отырып, өз деңгейін осы дайындық деңгейінде өнер көрсету үшін жеткілікті деп санайтын спортшылар. Спортшы кез-келген жарыста жеңіске жеткен орынға қарамастан, бір маусымда осы дайындық деңгейін таңдауға құқылы. Жарыс маусымы кезінде (1 қаңтардан 31 желтоқсанға дейін созылады) ірі жарыстарда кем дегенде бір рет бірінші орын алған спортшы келесі маусымға "Кәсіпқойлар" деңгейіне өтуі керек. Спортшы, егер жарияланған жарыс маусымы кезінде ол бір рет те ірі жарыстарда бірінші орынға ие болмаса, бірақ екінші немесе үшінші орынға ие бола алса, келесі маусымда осы деңгейде қалуға құқылы. Бірақ екі жарыс маусымының қорытындысы бойынша, егер спортшы кем дегенде бір рет үздік үштікке енген болса, ол "Кәсіпқойлар" деңгейіне өтуге міндетті.

Кәсіпқойлар

Жарыс маусымы кезінде (1 қаңтардан 31 желтоқсанға дейін созылады) "Жалғастырушылар" деңгейінде ірі жарыстарда кем дегенде бір рет бірінші орын алған спортшылар. Соңғы екі жарыс маусымында (1 қаңтардан 31 желтоқсанға дейін созылады) "Жалғастырушылар" деңгейінде ірі жарыстарда жүлделі орындарға ие болған спортшылар, сондай-ақ алдыңғы деңгейлерді өткізіп жібере отырып, өз деңгейлерін осы дайындық деңгейінде өнер көрсету үшін жеткілікті деп санайтын спортшылар.

Элит

Соңғы екі жарыс маусымында (1 қаңтардан 31 желтоқсанға дейін созылады) ірі жарыстарда "Кәсіпқойлар" деңгейінде жүлделі орындарға ие болған спортшылар, сондай-ақ жоғары санаттағы шеберліктің жоғары деңгейін менгерген, пилонда, әуе шынғыршықта немесе төсемдерінде спорт бойынша жергілікті немесе республикалық құрамаға қосылуға үміткер спортшылар.

Жеке бағдарлама үшін "дайындық деңгейін" анықтау:

- Бірінші рет өнер көрсететін спортшы осы топтың барлық талаптарын ескере отырып, өнер көрсететін деңгейді өзі анықтайды. Бірақ осы деңгейден тәмен ол Қазақстан Республикасының аумағындағы кейінгі жарыстарға бара алмайды.
- 2023 маусымында мәлімделген дайындық деңгейінде кемінде 1-ші орын алған спортшы жоғары деңгейге өтуі керек.

Ерекшелік: егер спортшы бүкіл маусымда небәрі 1 рет 1-ші орын алса және осы дайындық деңгейінде бәсекелестікте 3 немесе одан аз қатысушы болса, бұл жағдайда спортшы өз қалауы бойынша жоғары деңгейге көтеріле алады, бірақ егер ол өзінің дайындық деңгейін жоғары деңгейге сәйкес келмейтін деп санаса, сол күйінде қала алады.

- 2023 маусымында мәлімделген деңгейде 2 немесе 3 орын алған спортшы 2024 маусымында сол деңгейде қалуға құқылы, бірақ, 2025 маусымы үшін ол жоғары деңгейге өтуге міндетті (**Бастаушылар деңгейінен басқа**).
- 2023 маусымында жарияланған деңгейде жүлделі орындарға ие болмаған спортшы (1,2,3 орын) 2024 маусымына сол деңгейде қалуы мүмкін. Егер спортшы жоғары деңгейге көтерілуді қажет деп санаса, ол бұған толықтай құқылы.

Дүэттерге арналған "дайындық деңгейін" анықтау.

- Дүэттің дайындық деңгейі жеке дайындық деңгейімен анықталады.
- Егер дүэттегі спортшылардың дайындық деңгейі әр түрлі болса, онда дүэттің дайындық деңгейі дайындық деңгейі жоғары спортшы бойынша анықталады, және ол жеке бағдарламада осы спортшының дайындық деңгейінен жоғары немесе төмен болмауы керек.
- Егер екі спортшы ешқашан жеке бағдарламаларда өнер көрсетпеген болса, онда олар дүэттің дайындық деңгейін өздері анықтай алады. Егер болашақта бір немесе екі спортшы да жеке бағдарламада өнер көрсетуге ниет білдірсе, онда олардың жеке бағдарламаға дайындық деңгейі осы дүэттің дайындық деңгейімен анықталады.

Назар аударыңыз!

Нұсқауши/жаттықтырушы белгілі бір пәнді қандай-да бір жолмен оқытқан адам болып саналады, соның ішінде: бетпе-бет оқыту (деңгейге қарамастан), онлайн сабактар, кез-келген типтегі семинарлар (кез-келген типтегі топтық сабактарды қоса) немесе DVD / бейне нұсқаулық арқылы. Өтемақы алынғанына немесе алынбағанына қарамастан, бұл әрекет нұсқауши ретінде біреуді анықтайтын нұсқаулық. Егер нұсқауши/жаттықтырушы әуесқой санатқа жатса, ол кем дегенде 1 жылға біліксіздендіреді.

Назар аударыңыз!

Жеңімпаздардың үштігі және белгілі бір жас тобы мен деңгейіндегі қалған спортшылар, егер олардың өнер көрсеткені үшін балл тиісті жас тобынан аз болса, бірақ спортшылардың дайындық деңгейінен төмен болса, ауыстырылады.

Мысалы, 6-9 жас аралығындағы №1 спортшы "Кәсіпқойлар" деңгейі, өз бағдарламасы үшін 10.0 балл жинайды және 2 орынға құқылы, ал сол жас тобындағы №2 спортшы 6-9 жасқа, бірақ дайындық деңгейінен төмен "Жалғастырушы" 15.0 балл жинады және 3 орынға үміткер. Тиісінше, № 1 спортшы "Жалғастырушы" дайындық деңгейінен төмен топқа ауыстырылады, өйткені оның "Кәсіпқойлар" деңгейіндегі үпайы "Жалғастырушылар" деңгейінен жоғары болуы керек.

Назар аударыңыз!

Мәлімделген жоғары деңгейден кейін төмен деңгейге түсуге тыйым салынады.

Мысалы, спортшы 10-14 жас тобында "Бастаушы" деңгейде ағымдағы жылдың мамыр айында жарыстарда болды, содан кейін 10-14 жас тобында "Жалғастырушылар" деңгейіне өтті, ал сол жылдың тамызында және қыркүйекте ол 10-14 жас тобындағы "Бастаушылар" деңгейіне оралды.

Мұндай әрекет анықталған жағдайда спортшыға және оның жаттықтырушысына мынадай санкциялар қолданылатын болады:

Øрейтингі =0

Спортшының ағымдағы жылды өткен жарыстардың рейтингі және одан кейінгі барлық жарыстар жойылады =0

Спортшы өнер көрсете алады, бірақ тек жоғары көрсетілген деңгейде, бұл жағдайда "Жалғастыруышылар", бірақ жарыс маусымының соңына дейін рейтинг=0 болады

Ø жаттықтыруши ӘСЭБҚФ-дан ресми сөгіс алады

✓ егер осы жарыс маусымында сол жаттықтыруышыда осындай жағдай қайталанса, бірақ басқа спортшымен болса, онда спортшыға санкциялар қолданылады (жоғарыдан қараңыз) ↑

Ø жаттықтыруши барлық мәлімделген спортшылардан "атлет төлкүжатыларынан" шығарылады

Ø жаттықтыруышыға осы жарыс маусымының соңына дейін жарыс алаңына және қыздыру аймағына кіруге тыйым салынады және ол жарысқа тек көрermen ретінде қатысуға құқылды.

БАҒДАРЛАМАЛАРДЫҢ ТҮРЛЕРИ:

- жеке бағдарлама
- дүэттер

Санат:

Санат-бұл жас тобын және спортшының дайындық деңгейін біріктіретін ұғым.

Жеке бағдарлама үшін:

6-9 жас аралығындағы СӘБИЛЕР / Бастаушылар

6-9 жас аралығындағы СӘБИЛЕР / Жалғастыруышылар

6-9 жас аралығындағы СӘБИЛЕР / Кәсіпқойлар

6-9 жас аралығындағы СӘБИЛЕР / Элит

10-14 жас аралығындағы БАЛАЛАР / Бастаушылар

10-14 жас аралығындағы БАЛАЛАР / Жалғастыруышылар

10-14 жас аралығындағы БАЛАЛАР / Кәсіпқойлар

10-14 жас аралығындағы БАЛАЛАР / Элит

15-17 жас аралығындағы ЮНИОРЛАР / Бастаушылар

15-17 жас аралығындағы ЮНИОРЛАР / Жалғастыруышылар

15-17 жас аралығындағы ЮНИОРЛАР / Кәсіпқойлар

15-17 жас аралығындағы ЮНИОРЛАР / Элит

ЕРЕСЕКТЕР 18-29 жас / Бастаушылар

18-29 жас аралығындағы ЕРЕСЕКТЕР / Жалғастыруышылар

18-29 жастағы ЕРЕСЕКТЕР / Кәсіпқойлар

18-29 жастағы ЕРЕСЕКТЕР / Элит

30-39 жастағы ЕРЕСЕКТЕР / Бастаушылар

30-39 жастағы ЕРЕСЕКТЕР / Жалғастырушылар

30-39 жастағы ЕРЕСЕКТЕР / Кәсіпқойлар

30-39 жастағы ЕРЕСЕКТЕР / Элит

40-49 жастағы ЕРЕСЕКТЕР / Бастаушылар

40-49 жастағы ЕРЕСЕКТЕР / Жалғастырушылар

40-49 жастағы ЕРЕСЕКТЕР / Кәсіпқойлар

40-49 жастағы ЕРЕСЕКТЕР / Элит

Дүэттер үшін:

ДҮЭТТЕР 1 6-9 жас аралығындағы СӘБИЛЕР / Бастаушылар

ДҮЭТТЕР 1 6-9 жас аралығындағы СӘБИЛЕР / Жалғастырушылар

ДҮЭТТЕР 1 6-9 жас аралығындағы СӘБИЛЕР / Кәсіпқойлар

ДҮЭТТЕР 1 6-9 жас аралығындағы СӘБИЛЕР / Элит

ДҮЭТТЕР 2 ЖАСӘСПІРІМДЕР жас / Бастаушылар

ДҮЭТТЕР 2 10-17 жас аралығындағы ЖАСӘСПІРІМДЕР / Жалғастырушылар

ДҮЭТТЕР 2 ЖАСӘСПІРІМДЕР 10-17 жас / Кәсіпқойлар

ДҮЭТТЕР 2 ЖАСӘСПІРІМДЕР 10-17 жас / Элит

ДҮЭТТЕР 3 ЕРЕСЕКТЕР 18-49 жас / Бастаушылар

ДҮЭТТЕР 3 ЕРЕСЕКТЕР 18-49 жас / Жалғастырушылар

ДҮЭТТЕР 3 ЕРЕСЕКТЕР 18-49 жас / Кәсіпқойлар

ДҮЭТТЕР 3 ЕРЕСЕКТЕР 18-49 жас / Элит

Төрешілер алқасы және / немесе үйымдастырушы құқылы:

- Қатысушыны жарысқа дейін/жарыс кезінде, сондай-ақ жарыс аяқталғаннан кейін, егер олар спортшының дайындық деңгейінің мәлімделген деңгейге сәйкестігін анықтаса, басқа санатқа ауыстыру. Шешім негізделген болады, бірақ шағымдануға жатпайды
- Егер олар деңсаулығына немесе қауіпсіздігіне қауіп бар деп ойласа немесе қатысушы ережелерді бұзса, кез келген уақытта орынадуын тоқтатуға;
 - Егер спортшы қандай да бір себептермен жарыс кезіндегі жасынан жоғары жас тобын таңдаса, онда келесі жарыстарда оны кіші жас тобына өзгерте алмайды. Төрешілер алқасы оны бұрынғы, үлкен жас тобына қайтаруға толық құқылы;
- Егер төрешілер алқасы қатысушыны жоғары / төмен санатқа ауыстыру туралы шешім қабылдаса, онда келесі жарыстарға спортшының өз шешімі бойынша осы санатта қалуға немесе өз санатына оралуға құқығы бар. Қалу туралы шешім қабылдағаннан кейін, егер келесі жарыстарда төрешілер алқасы қайтадан спортшыны сол санатқа ауыстыру туралы шешім қабылдаса, ол сол жерде қалуға міндетті екенін білу керек;

- 2 немесе 3 жас кіші топтарына бөлу, егер бір пәнде, бір жас тобында, бір дайындық деңгейінде қатысуға көтеген спортшылар өтінім берсе, оларды 2 немесе 3 жас кіші топтарына бөлуге болады, спортшылардың ең аз саны - әрқайсысында 8 адам.

Назар аударыңыз!

Спортшы айыппұлсыз жоғары / төмен санатқа ауыстырылады.

Музыкалық сүйемелдеу

Музыка жақсы сапалы болуы керек. Жарыс кезінде спортшыда қатысушының тегі мен санатын көрсететін, бағдарламаның музыкалық сүйемелдеуінің қосалқы нұсқасы, USB тасығышта MP3 форматында болуы тиіс.

Музыка сөздермен және басқа дыбыстық эффектілермен бірге жүруі мүмкін. Спортшының қойылымы өзі таңдаған музыканың сипатына сәйкес келуі керек. Музыкалық сүйемелдеуде балағат сөздер мен есірткі, алкоголь, нацизмді насиҳаттауға тыйым салынады. Екі немесе одан да көп композицияларды біріктіруге рұқсат етіледі, ал ауысу тегіс және үйлесімді болуы керек.

Музыка ӘСӘБҚФ ережелеріне сәйкес осы жас тобында мәлімделген үақыттан 1 секундқа да қысқа немесе артық болмауы тиіс.

Қойылымның басталуын білдіретін қысқа дыбыстық сигналға рұқсат етіледі, ол жоғарыда жазылған үақытқа кірмейді. Егер осы сигналды енгізу арқылы сіздің музыкаңыз үақыттан 1-2 немесе тіпті 3 секундқа асып кетсе, сіз бұл туралы жарысты ұйымдастырушының электрондық поштасына хабарлауыңыз керек. Ескерту арқылы композиция үақытын сақтамағаныңыз үшін айыппұл салынбайды.

Музыкалық сүйемелдеудің ұзақтығы:

Жас топтары	Дайындық деңгейі	Ұзақтығы
6-9 жастағы сәбіller	Бастаушылар / Жалғастырушылар / Кәсіпқойлар / Элит	3.00-3.30 минут
10-14 жастағы балалар	Бастаушылар / Жалғастырушылар / Кәсіпқойлар / Элит	3.00-3.30 минут
15-17 жас аралығындағы юниорлар	Бастаушылар / Жалғастырушылар / Кәсіпқойлар / Элит	3.30-4.00 минут
Ересектер 18-29 жас	Бастаушылар/Жалғастырушылар/Кәсіпқойлар / Элит	3.30-4.00 минут
Ересектер 30-39 жас	Бастаушылар / Жалғастырушылар / Кәсіпқойлар / Элит	3.30-4.00 минут
Ересектер 40-49 жас	Бастаушылар / Жалғастырушылар / Кәсіпқойлар / Элит	3.30-4.00 минут
Дүэттер 1, 6-9 жастағы сәбіller	Бастаушылар / Жалғастырушылар / Кәсіпқойлар / Элит	3.30-4.00 минут
Дүэттер 2, 10-17 жас аралығындағы жасөспірімдер	Бастаушылар / Жалғастырушылар / Кәсіпқойлар / Элит	3.30-4.00 минут
Дүэттер 3, Ересектер 18-49 жас	Бастаушылар / Жалғастырушылар / Кәсіпқойлар / Элит	3.30-4.00 минут

Ашылу/жабылу/марапаттау рәсімі

Спортшы мен оның жаттықтырушысы федерация костюм немесе көгілдір / көк түсті бір түсті спорттық костюм киюі керек:

- аяқтын бүкіл ұзындығы бойынша көк немесе көк түсті спорттық шалбар;
- арқа мен ішті жабатын футболка;
- көк немесе көк түсті спорттық курте, міндегі турде құлыппен бекітіледі.

Аяқтарда спорттық кроссовкалар болуы керек (платформаға тыйым салынады).

Шашты жинау немесе өру керек.

Кулис/сахна артында спорттық костюмдерде жүру қажет.

Спортшылардың сыртқы түрі

- Шашты жинап, жақсы бекіту керек, шаш үлгісінде қозғалмалы бөліктер болмауы керек (құйрықтар, өрімдер), жарылыс қойылымына кедергі болмауы керек. Қысқа шаш қио және шашты жинау мүмкін болмаған жағдайда, ұйымдастырушымен келісе отырып, шашты ішінара босатуға рұқсат етіледі;
- Бетке бүкіл беттің 30%-дан аспайтын суреттер мен ринстандарды қолдануға рұқсат;
- Балалар санаттарындағы макияж (6-14 жас) қалыпты болуы керек және тек табиғи сұлулықты көрсету үшін қолданылуы керек;
- Жалаң аяқ, жартылай-чешкілер түрінде өнер көрсетуге болады.

Қойылымға арналған Костюм:

Қойылымға арналған костюмдердің келесі түрлеріне (бұдан әрі – Костюм) жол беріледі:

- ✓ біріккен купальник
- ✓ біріккен немесе бөлек костюм
- ✓ комбинезон
- Костюм ұқыпты болуы және спортшының интимдік аймақтарын белгілемеуі керек;
- Костюм элементтері дененің снарядқа жабысуына кедергі болмауы керек;
- Костюм іш киімді толығымен жабуы керек;
- Купальниктің немесе шорттың ені кем дегенде 10 см барлық жастағы адамдар үшін;
- Кеуде және декольте толығымен жабылуы керек, кез-келген интимдік жерін ашылуы дисквалификацияға әкеледі;
- Бөксeler аймағы толығымен жабылуы керек, бұл аймақтағы костюм бөксе асты әжімнен жоғары көтерілмеуі керек (1-қосымшаны қараңыз);
- Іш киімнің, кеуде, шап, бөксelerдің орналасу аймақтарын жабатын костюмнің негізгі бөлігі мөлдір емес матадан жасалуы керек. [Мөлдір мата-бұл шын мәнінде мөлдір болып табылатын тордан басқа кез келген мата. Мұндай матаны аталған аймақтарда қолдануға тек төсемді қолданумен рұқсат етіледі.] Дененің қалған бөліктерінде костюм тордан/мөлдір матадан

- жасалуы мүмкін, ол бұқіл костюм аймағының 30% - дан аспайды;
- Костюмнің қозғалмайтын сәндік әшекейлері, мысалы, гүлдер, помпондар және т.б. минималды мөлшерде қолданылуы керек және жақсы бекітілуі керек;
 - Костюмнің жылжымалы сәндік әшекейлері, мысалы, жиектер, руфльдер, құйрықтар және костюмнен бөлінетін кез-келген бөліктер (костюм бетін безендіру үшін қолданылады) ұзындығы 3 см-ден аспайтын бос жиекке ие болуы мүмкін. Бұл тармақ пилон снарядына арналған жамбас аймағындағы сәндік әшекейлерге жатпайды. (Юбка қараңыз).
 - **Юбка** - бұл жамбас аймағында орналасқан костюмнің сәндік бөлігі ("дene сипаттамасы" 1-қосымшаны қараңыз). Пилон снаряды үшін юбкаларға, егер олардың ұзындығы бөксе асты әжімнен ("дene сипаттамасы" 1-қосымшаны қараңыз) 3 см-ден аспаса рұқсат етіледі. Юбка костюмге снарядпен кептеліп қалмайтында және дененің ашиқ жерлеріне аударылмайтында етіп бекітілуі керек. Юбка бір бөліктен (қатты) немесе бірнеше бөліктен тұруы мүмкін (ұзындығы/ені әр түрлі немесе бірдей мата кесінділері) және жамбас аймағын толығымен немесе ішінана жабуы мүмкін. Орындау кезінде юбка спортшының дene сызықтарын жасырмауы керек.
 - Костюмде ешқандай көрінетін белгілер, биркалар, бренд атаулары болмауы керек.
- Тыйым салынған:**
- латекс, былғары және снарядқа жабысады күшайтетін кез келген басқа материалдарды қолдану;
 - көзілдірікпен орындау (дәрігерден анықтама ұсынбай);
 - костюмдегі тікенектер, шынжырлар, шыңғыршықтар және кез келген металл бөлшектер;
 - қойылымға арналған костюмдегі кез келген жарнама;
 - аяқ киім, шұлықта орындау;
 - мойынға, қолға, аяққа, денеге сырғалар, пирсингтер, шынжырлар/моншақтар/шыңғыршықтар кіретін кез келген зергерлік бұйымдар немесе зергерлік бұйымдар;
 - біріккен купальникке арналған қоспа қосылыстарда шыңғыршықтарды, ілмектерді қолдануға;
 - костюмнің/купальниктің/комбинезонның дene (тері) түсі
- Қойылымға спортшының терісінің табиги түсіне өте жақын костюмнің түсі. Төрешілер спортшының жалаңаш екендігі туралы әсер қалдырмауы керек. Дене костюмін таңдағанда, қараңғы немесе керісінше ашиқ реңктерге артықшылық беріңіз. Беж материалдан жасалған кірістірулерге рұқсат етіледі, бірақ олар спортшының дene сінің интимдік жерлерін көрнекі түрде ашпаса (көзге көрінбесе).
- **әуе шыңғыршығы және кенептері снарядтар үшін** кез келген ұзындықтағы юбкаға **тыйым салынады**
 - **пilon снарядтар үшін** юбка-бума, үлпілдек юбкаларға **тыйым салынады** (юбка орындау кезінде спортшының дene сызықтарын жасырмауы керек)

Төрешілердің бағалауы:

Бас төрешінің айыппұлышынан және Көркемдік және Хореографиялық төрешінің айыппұлышынан басқа төрешіліктің барлық бөлімдері үшін - "қойылымның соңында тағзым етпеу", төрешілік музикалық

композицияның бірінші нотасынан басталып, музыка тоқтаған кезде аяқталады. Осы аралықтан тыс орындалған кез-келген элементтер немесе хореография бағаланбайды.

Әртістік және хореография

Бұл бөлімде әртістік және көркем презентациясы, хореография, интерпретация және музыкалық композицияны түсінуі бағаланады.

Төреші спортшының қозғалыс арқылы әмоцияны білдіру қабілетін бағалайды. Спортшы сенімді болуы керек және снарядта және снарядтан тыс әр элементте сахналық шеберліктің жоғары деңгейін көрсетуі керек. Костюм, макияж, шаш үлгісі, музыкалық сүйемелдеу бір-біріне сәйкес келуі керек.

Төреші спортшының би комбинациясы мен хореографияны орындау қабілетін бағалайды. Хореография – бұл белгілі бір би стилін білдіретін қозғалыстар. Спортшы снарядпен байланыста болмайтын барлық қойылым Жалпы орындау ұзақтығының 30% - дан аспауы керек (бас төрешінің айыппұлдары бөлімін қараңыз). Бұл бөлімнің төрешісі музыкалық композицияның көркемдігін, сенімділігін, интерпретациясы мен түсінігін бағалайды.

Төреші еденде орындалған акробатикалық элементтерін бағалайды: спортшы бағдарламада көрсетілген қойылымның тек бір акробатикалық элемент үшін ең жоғары құнын алады.

Максималды 16.0 үпай жинай алады

Спортшының құрамдас бөліктері (едендерінде акробатикалық элементтерден басқасының барлығы) келесі критерийлерге сүйене отырып, 0-ден 2.0 баллға дейінгі диапазонда бағаланады:

0	әлсіз	Іс жүзінде жоқ, бұкіл бағдарламаның 20%-дан азы
0.5	шамалы	Аз мөлшерде, бұкіл бағдарламаның 20-40% аралығында
1.0	жақсы	Жеткілікті мөлшерде, 40% арасында - бұкіл бағдарламаның 60%
1.5	өте жақсы	Үлкен үлес, 60% арасында - бұкіл бағдарламаның 80%
2.0	керемет	Бұкіл бағдарламаның 80%-дан астамы

Өзіне деген сенімділік

Спортшының бұкіл бағдарламаны орындау кезіндегі сенімділігі бағаланады. Спортшы өзінің тәжірибесі мен толқуын жасыра білуі керек, ештеңеге қарамай жүйке мен шатасуды көрсетпеуі керек, бұкіл бағдарламаның элементтері мен компоненттерін сенімді түрде орындауы керек.

Бағдарламаның өтімділігі/реттілігі

Бағдарлама кезінде спортшы тоқтамайтын қойылым бағаланады. Бағдарлама үзіліссіз және кідіріссіз, байланысты болуы керек.

Спортшының органикалық және кездейсоқ өнер көрсету қабілеті бағаланады. Қозғалыстар, трюктар, элементтер арасындағы ауысулар, снарядқа түсулер/соққылар, хореография қойылым бағдарламасы біртұтас болып көрініп үшін логикалық дәйектілікпен байланысты болуы керек.

Қойылымның тәпе теңдігі

Спортшының бағдарлама бойы (снарядта және снарядтан тыс) хореографияны, динамикалық қозғалыстарды, икемділік элементтерін, күш элементтерін, айналуды қосу және біріктіру қабілеті бағаланады. Спортшы жоғарыда аталған қойылымдырының біреуіне ғана артықшылық бермеуі керек.

Сахналық презентация және харизма

Спортшының көрсету және ашу қабілеті бағаланады: мінез/көңіл-күй, кейіпкер, тұлға немесе оқиға. Костюм, шаш үлгісі, Музыка және хореографияның үйлесімі, сондай-ақ төрешілер мен

көрермендердің назарын орындау барысында үстап тұру, өз презентациянызды бірегей және есте қаларлық ету қабілеті бағаланады.

Музыканы түсіндіру (интерпретациясы)

Спортшының музыканы түсіндіру және есту, ырғақта көшу қабілеті бағаланады. Қозғалыстар мен мимика музыкалық сүйемелдеумен сәйкес келуі керек. Спортшының музыкалық сүйемелдеумен байланысты емес бағдарламаны орындаудына жол берілмейді.

Кеңістік

Спортши хореографияны орындау үшін снарядтың айналасындағы ең үлкен кеңістікті пайдалануы керек. Спортшының алаңынан әртурлі жазықтықтарындағы қозғалысы бағаланады.

Хореографияның өзіндік ерекшелігі

Бүкіл бағдарламаны орындау кезінде снарядта және одан тыс хореографияның өзіндік ерекшелігі бағаланады. Қойылымның өзіндік ерекшелігі және музыкалық сүйемелдеуді таңдау бағаланады.

Снарядты пайдаланбай еденде орындалған акробатикалық элементтер оларды орындаудың күрделілігіне қарай 0-ден 2.0 баллға дейінгі диапазонда бағаланады. Егер еденде бірде-бір акробатикалық элемент орындалмаса, спортши 0 үпай алады. Бағдарламада ұсынылған қойылымдардың ең жоғары құнының бір ғана акробатикалық элементі бағаланады. Дүэттер едендегі акробатикалық элементтердің келесі нұсқаларын орындау алады:

- ✓ синхронды бірдей акробатикалық элементтер еденде: екі спортши бір уақытта бірдей акробатикалық элементті орындаиды;
- ✓ синхронды емес әр түрлі акробатикалық элементтер еденде: екі спортши да әр түрлі акробатикалық элементтерді орындаиды;
- ✓ динамикалық / статикалық акробатикалық қолдаулар;
- ✓ спортшылардың біреуі ғана акробатикалық элементті орындаиды.

Бағдарламада көрсетілген бір ғана акробатикалық элемент/ең жоғары құнды қолдау бағаланады.

Акробатикалық қолдаулар - жұптасқан динамикалық немесе статикалық позициялар, онда жоғарыдағы серіктес тәменгі жағында кез-келген позицияда болады. Тәменгі серіктес кез келген позицияда.

Акробатикалық элементтер - бұл денениң әртүрлі жазықтықтардағы айналуын қолдаумен, тіреусіз және тепе-тендікті сақтаумен байланысты динамикалық элементтер.

* **акробатикалық элементтердің бейне мысалдарын Instagram парақшасынан табуға болады @kasef_kaz**

Акробатикалық элементтерді бағалау және мысалдар:

Перевороты:	
0.5	Балық арқылы төңкеріс
0.5	Кепі балықты айналдыру (іштен иыққа дейін)
0.5	Шынтақ тірегі арқылы көпірге бұрылу
0.5	Көпірден шынтақ тірегіне ауысу
1.0	Көпір арқылы алға немесе артқа айналу
1.0	Бір қолды көпір арқылы айналу (алға және артқа)
1.0	Кеудеге көпір арқылы төңкеріс
1.0	Төңкеріс Кеудеден көпірге
1.5	Ұшу төңкерісі

Дөңгелектер:
0.5 Шынтақ дөңгелегі
0.5 Екі қолды дөңгелек
1.0 Бір қолдағы дөңгелек
1.5 Ұшу дөңгелегі (қосыз дөңгелек)
Күрделі-акробатикалық элементтер:
1.5 Рондад
2.0 Фляк
2.0 Сальто
Партерде секіру:
0.5 Тізеге отыру позициясынан секіру
0.5 Тік аяққа отыру позициясынан секіру
1.0 Жіпке секіру (еденге параллель бойлық, диагональ бойынша, бір аяғы бүгілген, екі аяғы тұзу көлденен қатпарда)
1.0 Шынғыршыққа секіру
Статикалық-күштік акробатикалық элементтер:
1.0 Қолдарға тұру (тепе-тендікті сақтай отырып)
1.0 Шпагаттағы қолдарға тұру
1.5 Зигзаг позициясында қолдарға тұру
1.5 Табандары еден үстіндегі позициясынан спичаг тұрысына шығу
1.5 Аяқ бұрышы талтайған позициясынан спичаг тұрысына шығу
2.0 Аяқ бұрышы бірге позициясынан спичаг тұрысына шығу

"Әртістік және Хореография" айыппулдары

Біржолғы:

Костюмге күш салмау

Жаттығу костюмдерінде немесе құнделікті киімде өнер көрсететін спортшыларға беріледі. Айыппұл 1.0 балл

Сөз соңында тағым етпеу

Өз қойылымның соңында (музыка аяқталғаннан кейін) спортшы көрермендер мен төрешілерге тағым етуі керек. Бас ию классикалық немесе авторлық болуы мүмкін (спортшының сахналық презентациясына арналған). Айыппұл 2.0 балл

Бірқатар:

Қойылымның қисынсыз басталуы/аяқталуы

- ✓ спортшы музыкалық композиция басталғаннан кейін бағдарламаны бастаған жоқ;
- ✓ спортшы музыка тоқтағанына қарамастан қозғалуды жалғастыруда (өзінің соңғы позициясын тіркемеген);
- ✓ спортшы бағдарламаны аяқтады, ал музыка жалғастыруда.

Әр жағдай үшін айыппұл 1.0 балл

Костюмдегі ақаулар

Егер қойылым кезінде костюмнің/зертгерлік бұйымдардың кез-келген бөлігі жарылған/құлап қалған/жыртылған болса, спортшыға беріледі. Костюмді тарту немесе түзету үшін. Сондай-ақ, егер костюм кеуде, бөкселер аймақтарын ішінара ашса (әр жаңа жағдай үшін)

*дененің интимдік бөліктерін толық немесе 50% немесе одан жоғары ашқаны үшін –
Дисквалификация (Бас Төрешінің айыппулдарын қараңыз)

Әр жағдай үшін айыппұл 1.0 балл

Спортшының сәйкес келмейтін келбеті: костюмдегі, шаш үлгісіндегі, макияждағы бұзушылықтар ("споршылардың келбеті" бөлімін қараңыз)

Әр жағдай үшін айыппұл 1.0 балл

Қолды еденге сұрту / снаряд/костюм / дене / шашты түзету

Спортшының қолын/аяғын еденге/снарядқа/костюмге/денеге сұрткені үшін беріледі; шашты бетінен немесе мойнынан сырғыту, шашты түзету.

Әр жағдай үшін айыппұл 1.0 балл

Дыбыстарды шығару/сигнал беру

Ол спортшыға бағдарламаны орындау кезінде музыкамен ән айтқаны, сөйлескені, айқайлағаны, құнқілдегені үшін беріледі. Егер төреші спортшыға сахна артынан, аудиториядан (мысалы: ұсташыз, тартыңыз, жүгіріңіз, тағзым етіңіз) жаттықтыруышының, өкілдің немесе оның командасының қатысушыларының сигналды көрсе немесе кеңестерін естісе.

Әр жағдай үшін айыппұл 1.0 балл

Әдепсіз сипаттағы қозғалыстар / жанжалдарды қоздыру / қару

Ол жыныстық коннотацияға ие қозғалыстарды көрсететін спортшыларға тағайындалады. Бұған мыналар жатады: соққылар, эротикалық көлбеуі бар дene толқындары.

Сондай-ақ, нәсіларалық қақтығыстарды, сахнадағы қаруды, зорлық-зомбылыққа немесе әскери әрекетке шақыратын музыкалық шығармаларды таңдауға жол берілмейді. Ән сөздерінде әдепсіз сөздерге тыйым салынады.

* жекпе жек өнеріне еліктеуге рұқсат етілген

Әр жағдай үшін айыппұл 1.0 балл

Айыппулдық төмендетулер

Төреші спортшының снарядта да, сыртында да бағдарламаны орындаудың тазалығын бағалайды. Спортшы музыкалық композицияның бірінші дыбысының басынан бастап оның соңғы секундына дейін бүкіл бағдарламаны қанағаттанарлықсыз орындағаны үшін айыппулдық төмендетулерді алады. Музыка аяқталғаннан кейін сахнада болып жатқанның бәрін төреші бағаламайды.

Бірқатар төмендетулер:

Сызықтар / аяқтар/тізелер / қолдар

Спортшы бағдарламаны толық орындау кезінде (нәмірдің көркемдік компонентін қоспағанда) аяқтарын/тізелерін созуы керек. Аяқтың саусақтары аяғымен тартылуы керек, тізелер жартылай бүгілмеуі керек (нәмірдің көркемдік бөлігін және/немесе хореографияны орындау кезінде аяқтарда, тізелерде, қолдарда бақыланатын жиырылуға, арқаны дәңгелектеуге жол беріледі). Қолдар безендірілген күйде болуы керек. Иық және / немесе арқа еңкеймеуі керек. Дұрыс қалып снарядта да, одан тыс жерде де сақталуы керек. Барлық қозғалыстар бақылануы керек.

Әр жағдай үшін айыппұл 0.1 балл

Элементтің нашар презентациясы / лас орындау

Нашар презентация – бұл элементті толық көре алмайтын презентация/бекіту кезінде төрешілерге қатысты сәтсіз позиция немесе нашар бұрыш. Бұл айыппұл спортшы нәмірінің хореографиялық компонентін снарядтан тыс орындалуына жатпайды.

Лас орындау – спортшы элементке/элементтен бірінші рет кірген/шыққан немесе кіру/шығу анық емес, қолдар мен аяқтардың көптеген өзгерістері болды немесе элементтің ішіне/сыртына күрт бақыланбайтын кіру/шығу орын алды.

Әр жағдай үшін айыппұл 0.5 балл

Снарядта сырғанау / тепе-теңдікті жоғалту

Снарядта бақыланбайтын сырғанау; оның тепе-теңдігін немесе денесінің немесе оның бір бөлігінің снарядта немесе одан тыс орналасуын бақылаудың байқаусызда және үақытша жоғалуы, мұнда спортшы өз жағдайын тез түзете алады.

Әр жағдай үшін айыппұл 1.0 балл

Құлау

Тепе-теңдікті жоғалтумен бірге жүретін еденге күрт бақыланбайтын қону.

Мысалы: басына қону; бөкселер; тізе; дененің үш немесе одан да көп нүктелеріне қону.

Әр жағдай үшін айыппұл 3.0 балл

Снарядты шайқау (маятник эффекті)

Әуе шынғышығы снаряд үшін, Әуе кенептері:

Снарядты бүйірлеріне әдейі тербету (маятникке ұқсас) және/немесе төсеніштен тыс шығатын шеңбер бойымен снарядта қасақана қозғалу.

Әр жағдай үшін айыппұл 2.0 балл

Дүэттер үшін: синхронды емес / айнасыз орындау

Спортшылар бағдарламасының құрамдас бөліктерін синхронды емес орындау:

снарядта және одан тыс бағдарламаның орындалуына, синхронды элементтерге кіруге/шығуға, синхронды техникалық ұстемелерді орындауға, хореографияның синхронды бөлігін орындауға жатады

Айнасыз орындау:

спортшылардың бір-біріне қатысты орналасуын және олардың снарядтың орталық осіне қатысты орналасуын/ауытқуын, бірдей элементтерді орындау кезінде білдіреді (1-қосымшаны қараңыз)

Әр жағдай үшін айыппұл 0.5 балл

Бірқата төмендетулер:

Динамикалық және статикалық тіректер бірдей қолданылмаған

Спортшы жұмысты тең үлестермен көрсетуі керек 50%-50% статикалық және динамикалық пилондар Айыппұл 3.0 балл

Толық биіктікті пайдаланбау (15 жасқа дейінгі жас топтарынан басқа)

Пilon снаряды үшін: бүкіл бағдарлама үшін 2 рет. Көтерілу еденнен пилонды бекітудің жоғарғы шыныаяқына дейін кем дегенде 10 см-ге дейін толық болуы керек. Бағдарламаны жоғарғы нүктеден бастауға рұқсат етіледі. Өрмелуе арасында спортшы еденге толығымен түсіп, тірекке қайта көтерілуі керек.

Әуе кенептері снаряд үшін: еденнен кенеп биіктігінің кем дегенде 2/3 бөлігіне дейін

Айыппұл 3.0 балл

720 градус айналудың болмауы:

Әуе шынғышығы снаряды үшін: жеке бағдарламада бір бекітілген элементті ұстамау/720 градусқа айналу кезінде бір айна бекітілген элементтің дүэттері үшін.

Айыппұл 3.0 балл

Бас төрешінің айыппулдары. Дисквалификация.

Спортшы немесе оның жаттықтырушысы бас төрешіден айыппұл/дисквалификация ала алады.

Егер спортшының мінез-құлқы "әуе-спорттық эквилибр бойынша Қазақстан федерациясы" бекіткен Әдеп кодына, сондай-ақ Қазақстан Республикасы Мәдениет және спорт министрлігі бекіткен Әдеп кодына сәйкес келмесе, төреші оған айыппұл/дисквалификацияны қолдана алады.

Егер жаттықтырушының мінез-құлқы "әуе-спорттық эквилибр бойынша Қазақстан федерациясы" бекіткен Әдеп кодына, сондай-ақ Қазақстан Республикасы Мәдениет және спорт министрлігі бекіткен Әдеп кодына сәйкес келмесе, төреші спорт командасына айыппұл/дисквалификацияны қолдана алады.

Спортшы немесе оның жаттықтырушысы бас төрешіден айыппұл/дисквалификация ала алады. Екі Этика коды ҚДПВСӘ Федерациясының ресми сайтында жарияланған www.k-asef.org. жарысқа қатысу кезінде спортшы, жаттықтырушы және оның командалары этиканың екі кодын да сақтауға міндетті.

Бұзушылық түрі	Айыппұл / Дисквалификация
Өтінім беру мерзімін, техникалық ұстемеақылар нысандарын бұзу. Музыканы ұсыну ережелерге сәйкес емес.	- 3.0 әр жағдай үшін
Қойылымның басында/кезінде / соңында спортшы сахнадан шығып кетсе.	- 3.0
Өтінім беру кезінде жалған немесе дәл емес ақпарат беру (бұзушылықтың дәрежесі мен жиілігіне байланысты)	- 3.0 әр жағдай үшін немесе дисквалификация
Қайта Бекітілген Элемент. Егер спортшы бір элементті екі немесе одан да көп рет орындаса. Техникалық ұстемеақыларды орындауда пайдаланылатын элементтер/қозғалыстар арасындағы жиындар/кірулер/шығулар /ауысулар, егер олар қысқа бекітуді және (немесе) қайталауды қамтыса, Қайта бекітілген элемент ретінде бағаланбайды.	- 2.0 әр жағдай үшін
Барлық жас топтары мен дайындық деңгейлері үшін бапкерді сахнада спортшыны сақтандыру үшін ұстауға тыйым салынады.	- 5.0
Бүкіл қойылым уақытының 30% - дан астамын снарядпен байланыста болмау	- 3.0
Қойылым кезінде сахнадан шығу; сахналық фермаға/құрылымға, жарыс алаңының артқы жағын жабатын баннерге тиу.	- 3.0 әр жағдай үшін
<p><u>Пилон снаряды үшін:</u> құрылымды ұстайтын кабельдерге, сондай-ақ құрылымның жоғарғы негізіне тіректерді бекіту орнына тиуге тыйым салынады</p> <p><u>Әуе шынғыршығы және әуе кенептері снарядтары үшін:</u> бұрылышқа тікелей бекітілген бұрылыш пен карабиндерге, бұрылысты сахналық фермамен/құрылыммен байланыстыратын кабельге тиуге тыйым салынады.</p>	

Спортшы немесе оның жаттықтырушысы/өкілі, оның командасының қатысушылары төрешілер үстеліне немесе төрешілер бөлмесіне жақындейды, барлық жарыстар кезінде кез келген уақытта төрешілердің шолуын жабады.	- 3.0 әр жағдай үшін
Спортшы федерациялық костюм немесе көк/көкшіл түсті спорттық костюм киген жоқ (спорттық күрте түймеленген), аяқтарында спорттық кроссовкалар (платформасыз) ашылу/марапаттау/жабылу салтанатында. *осы айыппұл бойынша қорытынды балл марапаттау кезінде/ кейін өзгереді	- 5.0 әр жағдай үшін
Спортшының шығуы туралы хабарландырудан кейін сахнаға шықпау.	дисквалификация
Жарыс кезінде басқа команданың қатысушысына жеке немесе көпшілік алдында әдепсіз қымылдар/қорлау, жеккөрінішті сөздер айту.	дисквалификация
Тыйым салынған ілінісу құралдарын пайдалану. Құрамында магний карбонаты/гидроксиді бар снарядтың адгезиясын арттыру үшін құрғақ және сұйық құралдарды қолдануға рұқсат етіледі. Құралдарды тек денеге қолдануға рұқсат етіледі. Илінісу құралдарын снарядқа қолдануға тыйым салынады. <u>Пайдалануға тыйым салынады:</u> <ul style="list-style-type: none">✓ балауыз кіретін адгезияға арналған өнім,✓ снарядтан кеттіру қыын құралдар. Бұл құралдарын пайдалану дисквалификацияға қауіп төндіреді. Мүқият болыңыз және құрамын оқыңыз. Сондай-ақ, сіздің командаңыздары спортшының алдында снарядты сұрту кезінде снарядта қандай да бір құрал қалғанына назар аударыңыз. Егер сіз снарядта қалған құралды көрген болсаңыз, жарысты ұйымдастырушыға, сондай-ақ бас төрешіге дереу хабарлаңыз. Бұл сізді дисквалификациядан қорғайды. Сіздің алдыңызда өнер көрсеткен спортшыға айыппұл салынады.	дисквалификация
Қойылымға дейін/кезінде/кейін дененің интимдік бөліктерінің толық немесе 50% және одан жоғары жалаңаштану	дисквалификация
Дүниежүзілік допингке қарсы агенттік WADA тыйым салған субстанцияларды, препараторларды және әдістерді қолдану https://www.wada-ama.org/en/prohibited-list	дисквалификация

Қайталанған қойылымдар

Бас төреші егер спортшының өнер көрсетуі кезінде оның өміріне қауіп төніп тұрғанын байқаса, бағдарламаны тоқтатуға құқылы. Спортшы бас төрешімен қалай жасайтынын алдын - ала келісе отырып, өз өнерін спортшылардың келісілген ретінен кейін қойылым басынан немесе тоқтаған жерден жалғастыра алады.

Егер спортшы өнер көрсету кезінде жарақат алса және бағдарламаны жалғастыра алмаса, онда ол 0-ге тең қорытынды баллмен жарыстан шығарылады.

Егер музыканың үзілісі немесе тоқтауы орын алса немесе жарақат алу немесе киімнің немесе жабдықтың күтпеген зақымдануы салдарынан қатысушының қауіпсіздігіне қауіп төндіретін жағдайлар туындаса, қатысушы сигнал бойынша тоқтауы керек. Бұл жағдайда қатысушы бағдарламаны тоқтатудың себептерін түсіндіру үшін бас төрешіге жүгінеді. Төрешілер алқасының келісімімен қатысушыға тоқтау тудырған мән-жайларды жою үшін жиырма минутқа дейін уақыт беріледі, содан кейін қойылым басынан бастап қайта басталуы тиіс.

Егер қатысушы (команда) қойылымды аяқтай алмаса, онда ол бағаланбайды. Бұл қатысушыға бағдарламаны жалғастыруға мүмкіндік берілген жағдайда, бірақ оны қайтадан аяқтай алмаған кезге де қатысты.

Қыындық (снаряд әуе шыңғыршығы)

Спортшылар айналу, күш және икемділік элементтерін көрсетуі керек

Дүэттер үшін спортшылар күш, икемділік жеке бағдарламаның элементтерін және серіктесті ұстап тұру элементтерін қолдана алады. Егер спортшылар орындау үшін жеке бағдарламаның элементтерін таңдаса, онда оларды спортшылар бір уақытта және синхронды түрде орындауы керек, спортшылар айна жағдайында болуы керек (1-қосымшаны қараңыз). Бұл мыналарды қамтиды:

- спортшылардың снарядта/еденде бастапқы позицияда және соңғы позицияда синхронды орналасуы,
- элементтің өзін айна түрінде орындау,
- синхронды кірулер, шығулар және өтулер (екі және жеке бағдарлама элементтерінің комбинациясы жағдайында).

Ең көп дегенде 6.0 үпай жинай алуға болады+ бір реттік үстемеақы ең көп дегенде 4.0 үпай.

Айналу

Спортшы элементті айналу кезінде 720 градус айналыммен толық бекітілген күйде орындаиды.

Айналу үшін орындалатын элементтердің курделілігіне байланысты спортшы қыындық деңгейі үшін 0 - 2.0 балл ала алады.

* айналуды орындау үшін дүэттер элементті айна күйінде синхронды түрде орындауы керек (1-қосымшаны қараңыз)

ҮПАЙ	ҚЫЫНШЫЛЫҚ ДЕҢГЕЙІ
0	айналдыруға арналған элементтер жоқ
0.5	Төмен қыындық деңгейіндегі 1 элемент
1.0	Орташа қыындық деңгейіндегі 1 элемент
1.5	1 элемент орташа қыындық деңгейінен жоғары
2.0	Жоғары қыындық деңгейіндегі 1 элемент

Күш

Күшке орындалатын элементтердің күрделілігі мен санына байланысты спортшы қыындық деңгейі үшін 0 – 2.0 балл ала алады. Денені толық бекітетін элементті ұстап тұру кем дегенде 2 секунд болуы керек. Элементке кіру және шығу элементті ұстап қалу болып саналмайды.

Элементтер қыындық деңгейіне қарай бөлінеді:

элементтің күрделілік деңгейі	элементтің құны
Элементтің күрделілігінің төмен деңгейі	0
Элементтің орташа күрделілік деңгейі	0.5
Элементтің орташа күрделілік деңгейінен жоғары	1.0
Элементтің күрделілігінің жоғары деңгейі	1.5
Элементтің күрделілігінің экстремалды деңгейі	2.0

Орындалған элементтердің санына байланысты спортшы 0-ден 2.0 баллға дейінгі күрделілік [күш] үшін қорытынды балл алады:

ҰПАЙ	ОРЫНДАУ КРИТЕРИЙЛЕРІ		
0	қыындық элементтері жоқ	немесе	Күрделілігі төмен 2 элемент
0.5	Күрделілігі төмен 3 элемент	немесе	2 орташа қыындық элементтері
1.0	Орташа күрделіліктің 3 элементі	немесе	Күрделіліктің орташа деңгейінен жоғары 2 элемент
1.5	Күрделіліктің орташа деңгейінен жоғары 3 элемент	немесе	Күрделілігі жоғары 2 элемент
2.0	жоғары деңгейдегі 3-тен астам элементтер	немесе	2 қыындық деңгейінің экстремалды элементтері

Мысалы: спортшы төмен деңгейдегі 3 элементті орындағы (құны 0). Күрделілігі үшін қорытынды балл бұл жағдайда 0.5 баллды құрайды.

Мысалы: спортшы жоғары деңгейдегі 2 элементті орындағы (құны 1.5). Күрделілігі үшін қорытынды балл бұл жағдайда 1.5 баллды құрайды.

**ТӨМЕН
күш**



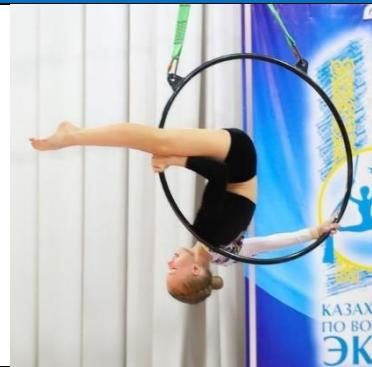
**ОРТАША
денгей
күштер**



**ОРТАША
деңгейде
н
ЖОҒАРЫ
күш
деңгейі**



**Күштің
ЖОҒАРЫ
деңгейі**



**ЭКСТРЕМ
АЛДЫ
КУШ
ДЕҢГЕЙІ**



Икемділік

Икемділік үшін орындалатын элементтердің күрделілігі мен санына байланысты спортшы қызындық деңгейі үшін 0 – 2.0 балл ала алады. Денені толық бекітетін элементті ұстап тұру кем дегенде 2 секунд болуы керек. Элементке кіру және шығу элементті ұстап қалу болып саналмайды. Арқаның, иықтың икемділігі, шпагаттың ашылу бұрышы бағаланады.

Элементтер қызындық деңгейіне қарай бөлінеді, мұнда критерийлердің бірі-шпагаттың ашылу бұрышы (1-қосымшаны қараңыз):

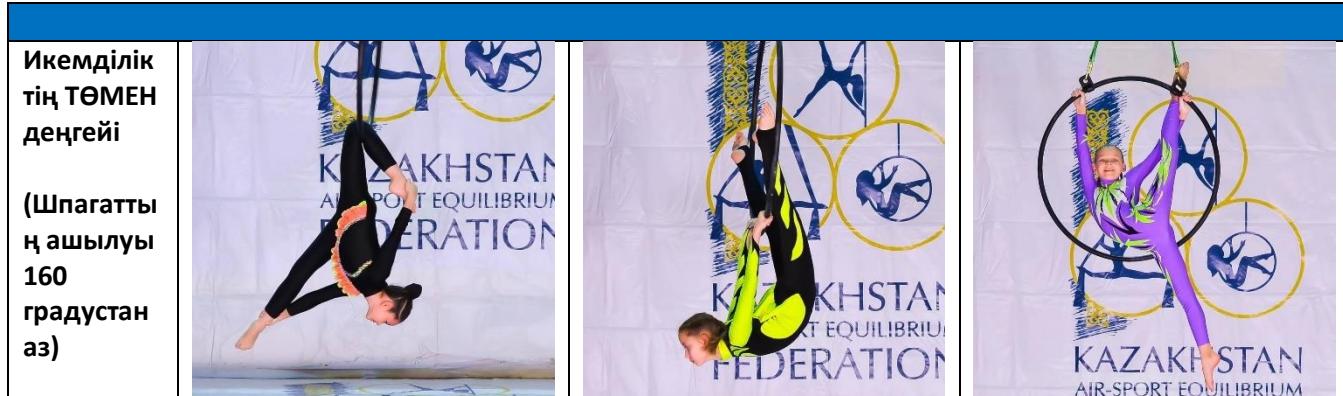
элементтің күрделілік деңгейі	элементтің құны
Элементтің күрделілігінің төмен деңгейі (шпагаттың ашылуы 160 градустан төмен)	0
Элементтің орташа күрделілік деңгейі (шпагаттың ашылуы 160 градус және одан жоғары)	0.5
Элементтің орташа күрделілік деңгейінен жоғары (шпагаттың ашылуы 180 градус және одан жоғары)	1.0
Элементтің күрделілігінің жоғары деңгейі (шпагаттың ашылуы 180 градус және одан жоғары)	1.5
Элементтің күрделілігінің экстремалды деңгейі (шпагаттың ашылуы 180 градустан жоғары)	2.0

Орындалған элементтердің санына байланысты спортшы күрделілігі [икемділігі] үшін 0-ден 2.0 баллға дейін қорытынды балл алады:

ҰПАЙ	ОРЫНДАУ КРИТЕРИЙЛЕРИ		
0	қызындық элементтері жоқ	немесе	Күрделілігі төмен 2 элемент
0.5	Күрделілігі төмен 3 элемент	немесе	2 орташа қызындық элементтері
1.0	Орташа күрделіліктің 3 элементі	немесе	Күрделіліктің орташа деңгейінен жоғары 2 элемент
1.5	Күрделіліктің орташа деңгейінен жоғары 3 элемент	немесе	Күрделілігі жоғары 2 элемент
2.0	жоғары деңгейдегі 3-тен астам элементтер	немесе	2 қызындық деңгейінің экстремалды элементтері

Мысалы: спортшы төмен деңгейдегі 3 элементті орындағы (құны 0). Күрделілігі үшін қорытынды үпай бұл жағдайда 0.5 үпайды құрайды.

Мысалы: спортшы жоғары деңгейдегі 2 элементті орындағы (құны 1.5). Күрделілігі үшін қорытынды үпай бұл жағдайда 1.5 үпайды құрайды.





**ОРТАША
денгей
икемділік
(160
градус
және одан
жоғары
шпагатты
ашу)**



**ОРТАША
денгейден
ЖОҒАРЫ
икемділік
денгейі
(Шпагатты
н ашылуы
180 градус
және одан**



жоғары)



ЖОҒАРЫ
икемділік
денгейі

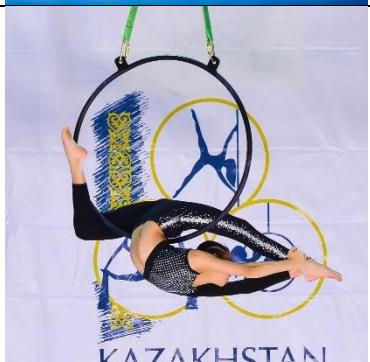
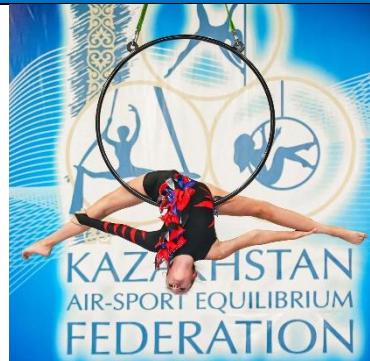
(Шпагатты
қашылуы
180 градус
және одан
жоғары)





ЭКСТРЕМА
ЛДЫ
ИКЕМДІЛІК
ДЕҢГЕЙІ

(Шпагатты
н ашылуы
180
градустан
жоғары)



Спортшы төрешіден біржолғы үстемеақы ала алады 0-2. 0 балл:

0 - әлсіз

0.5 – шамалы

1.0 – жақсы

1.5 - өте жақсы

2.0 - керемет

- **Снарядты иелену деңгейі.** Дұрыс орындау техникасы, элементтің орындалу тазалығы (кіру/шығу/ұстай), орындалу сенімділігі негізінде бағаланады.
- **Өтулердің, жиындардың, кірулердің өзіндік ерекшелігі.** Барлық өткелдердің, жиындардың, снарядтардың өзіндік ерекшелігі, шығармашылығы, әртүрлілігі, сондай-ақ бүкіл орындау барысында снаряд-еден және еден-снаряд бағаланады.

Техникалық үстемеақылар (снаряд- әуе шынғыршығы)

Спортшы өзінің бағдарламасы кезінде таңдалған қындық деңгейіне байланысты техникалық үстемеақыларды орындағаны үшін қосымша үпай жинай алады.

Барлық спортшылар **Техникалық үстемеақылардың нысандар** (2-қосымшаны қараңыз) бланкін толтыруы керек, оларды орындау тәртібінде барлық бонустық элементтер көрсетілген. Спортшылар бағдарламада қолданылатын үстемеақыларға қарамастан толтырылған Нысанды ұсынады. Яғни, егер спортшы бірде-бір техникалық үстемеақыны орындағаса, кез-келген жағдайда кестені кодтары бос қалдырып, техникалық үстемеақылар нысанын толтыру қажет). Бұл жағдайда спортшы "техникалық үстемеақылар" ХАТТАМАСЫ үшін 0 (нөл) үпай алады.

Егер спортшы/спортшылар бір түрдегі техникалық үстемеақылардың рұқсат етілген санынан асып кеткен жағдайда, баға бірінші мәлімделген техникалық үстемеақыдан бастап рұқсат етілген диапазондағы соңғысына дейін есептелетін болады. Мысалы, шынғыршыққа/тан 6 секіру максималды бағаланады, бірақ спортшы техникалық үстемеақы түрінде шынғыршыққа/тан 8 секіру туралы мәлімдеді. Мұндай жағдайда бағдарламада орындалған шынғыршыққа/тан алғашқы 6 секіру ғана бағаланады.

Назар аударыңыз!

Техникалық үстемеақының бірдей орындалуын қайталау ең көбі 2 (екі) рет есептеледі. Бұл дегеніміз, егер спортшы [RG] шынғыршықта бірдей қол ұстасуды бірнеше рет орындаса, онда үпайлар шынғыршықтағы алғашқы екі бірдей қол Ұстасуға ғана беріледі.

* **Ерекшелік:** техникалық үстемеақы үшін R [шынғыршық орамдары] бірдей орындалудың рұқсат етілген қайталануы 4 (төрт) рет.

Жеке бағдарлама:

Егер қайталаңатын үстемеақылар саны үшін рұқсат етілген шектен аспаса, техникалық үстемеақыны әрбір орындаған кезде Балл беріледі.

Ең көп дегендеге 28.5 үпай жинай алуға болады + бір реттік үстемеақы ең көп дегендеге 6.0 үпай.

JO [шынғыршықта /тан секіру] Jump on/Jump out

Шынғыршықта секіру. Бастапқы позиция - еденде шынғыршықпен байланыссыз; және соңғы - шынғыршықта.

Шынғыршықтан секіру. Бастапқы позиция шынғыршықта; және соңғы - еденде шынғыршықпен байланыссыз. Қону табанға жасалуы керек

- орындау кезінде спортшы еденмен де, шынғыршықпен де байланыста болмаған кезде көрінетін үшу фазасының болуы міндепті.

шынғыршықта /тан 1 секіру құны-0.2 балл.

Ең көбі шынғыршықта /тан 6 секіру есептеледі.

RG [шынғыршықтағы қол ұстасулар] Re-grip

Бастапқы позиция: шынғыршықтағы екі қол, кез келген ұстай. Қозғалыс бір қолды қысқа үақытқа босатудан басталады.

Орындау кезінде:

- спортшы тек бір қолдың шынғыршығымен байланысқа түседі
- бос қол шынғыршықта ұстайды өзгертеуді (ұстай кез келген бола алады)
- дененің шынғыршықпен жанасуына жол берілмейді
- еденмен байланысқа жол берілмейді

1 ұстай құны - 0.2 үпай

Ең көп дегендеге 5 тосқауыл есептеледі.

D [шынғыршықтағы ұзулер] Drop

Шынғыршықтағы бір элементтен/позициядан екіншісіне жылдам, бақыланатын және күрт үзіліс. Бастапқы және соңғы позиция шынғыршықта. Снарядтың барлық жанасу нүктелері немесе шынғыршық деңгейлері өзгеруі керек (1-қосымшаны қараңыз) бастапқы және соңғы позицияда.

Орындау кезінде:

- алақанның снарядпен жанасуына жол берілмейді
- еденмен байланысқа жол берілмейді

Шынғыршықта 1 ұзудің құны - 0.2 балл

Шынғыршықта ең көп дегендеге 4 ұзу есептеледі.

AC [шынғыршықтағы акробатикалық ұстайлар] Acrobatic Catch

Бастапқы және соңғы позиция шынғыршықта. Қозғалыс шынғыршықта жоғары, төмен немесе шынғыршықтың бір деңгейінде болуы мүмкін.

Орындау кезінде спортшы:

- қысқа уақыт ішінде дененің барлық бөліктерімен шынғыршықтан үзіледі

- еденмен байланысқа жол берілмейді

* спортшы шынғыршықпен байланыста болмаған кезде орындау сәтін қараша керек

1 акробатикалық аулау - 0.5 балл

Ең көбі 8 акробатикалық аулау есептеледі.

R [шынғыршықтағы орамдар] Roll

Шынғыршық орамдары – бұл шынғыршық доғасының айналасында орындалатын дененің динамикалық айналуы. Айналдыру жылдам, үзіліссіз және кідіріссіз болуы керек. Спортшы кез-келген бағытта айнала алады және денені бастапқы күйден соңғы күйге дейін 360 градусқа айналдыруы керек. Шынғыршықтағы 1 орам құны - 0.5 үпай

Шынғыршықтағы ең көп дегендеге 10 орам есептеледі.

CW [дөңгелек шынғыршықтың қасында/ сальто] Cart-wheel

Сальто - бұл жамбас үстінен өтетін күш импульсі мен инерция арқылы дененің 360 градусқа алға немесе артқа толық айналуы (1-қосымшаны қараңыз).

Дөңгелек - бұл жамбас үстінен өтетін күш импульсі мен инерция арқылы аралық қол тірегі бар дененің 360 градусқа толық айналуы (1-қосымшаны қараңыз).

Бастапқы және соңғы позиция еденде. Қону табан үстіне жасалуы керек. Төңкерісте 320-360 градус орындауға рұқсат етіледі (1-қосымшаны қараңыз).

Орындау кезінде:

- тек қолдар шынғыршыққа тиеді

- бір немесе екі қолдың өзгеруіне жол беріледі, қолды ұсташа кез келген болуы мүмкін

- дененің шынғыршықпен жанасуына жол берілмейді

Шынғыршыққа жақын 1 сальто/дөңгелектің құны - 0.5 үпай

Шынғыршықтың жанында 2 сальто/дөңгелек ең көп есептеледі.

HFF [шынғыршықтан сальто] Hoop-Floor Flip

Сальто - бұл жамбас үстінен өтетін күш импульсі мен инерция арқылы дененің 360 градусқа алға немесе артқа толық айналуы (1-қосымшаны қараңыз).

Бастапқы позиция – шынғыршықта (дененің шынғыршықпен жанасуына рұқсат етіледі); және соңғысы - еденде. Қону табанға жасалуы керек. Төңкерісте 320-360 градус орындауға рұқсат етіледі (1-қосымшаны қараңыз).

Орындау кезінде:

- спортшы шынғыршықпен тек қолмен байланыста болады, жамбас төңкерісте бастың үстінде болғанша

- бір немесе екі қолдың өзгеруіне жол беріледі, кез келген қол ұсташа мүмкін

- дененің шынғыршықпен жанасуына жол берілмейді

Шынғыршықтан 1 сальто құны - 1.0 балл

шынғыршықтан 2 сальто максималды түрде есептеледі.

DF [шыңғыршықтан күрделі сальто] Difficult Flip

Сальто - бұл жамбас үстінен өтетін қүш импульсі мен инерция арқылы дененің 360 градусқа алға немесе артқа толық айналуы (1-қосымшаны қараңыз).

Бастапқы позиция - шынғыршықта және соңғысы - еденде. Қону табанға жасалуы керек. Төңкерісте 320-360 градус орындауға рұқсат етіледі (1-қосымшаны қараңыз).

Дененің снарядпен жанасуына рұқсат етіледі:

- бастапқы қалыпта
- төңкерісте топтастыру сәтіне дейін орындау кезеңінде (1-қосымшаны қараңыз)

Дененің снарядпен жанасуына тыйым салынады:

- топтастырудың төңкеріс кезеңінде

шынғыршықтан 1 сальто құны-2.0 үпай

шынғыршықтан ең көп 1 сальто есептеледі.

DC [шыңғыршықтағы динамикалық комбинация] Dynamic Combination

Динамикалық комбинация – бұл шынғыршықтағы екі дәйекті динамикалық қозғалыстың бірігі (1-қосымшаны қараңыз), дененің кем дегенде бір бөлігі шынғыршықтан шығып кететін жоғары жылдамдықпен орындалады.

* аяқ пен қолды сермеу динамикалық қозғалыс болып саналмайды

** қозғалыстар көзбен түсінікті және таза болуы керек

Кімбылдарды орындау кезінде спортшы:

- кез келген бағытта қозғала алады
- кіру/тұсу/өту кезінде еденге тигізу

Динамикалық комбинацияны орындау үшін спортшы мыналарды қолдана алады:

- екі ерікті динамикалық қозғалыс (1-қосымшаны қараңыз)
- техникалық үстемеақылардың бірі және ерікті динамикалық қозғалыс. Мысалы: "шынғыршықтағы акробатикалық аулау" + ерікті динамикалық қозғалыс және т. б.
- екі техникалық үстемеақы. Мысалы: "шынғыршықтағы акробатикалық аулау" + "шыңғыршықтан секіру" және т. б.

*** Назар аударыңыз! Динамикалық комбинация үшін шынғыршықтағы бір ғана ұстау [RG] және шынғыршықтағы бір ғана орамды [r] пайдалануға болады.**

- шынғыршықтағы қатарынан екі немесе одан да көп тосқауылдардың тіркесімі динамикалық комбинация ретінде есептелмейді
- шынғыршықтағы екі немесе одан да көп орамдардың тіркесімі динамикалық комбинация ретінде есептелмейді

Динамикалық комбинация құны - 0.5 үпай

Ең көбі 8 динамикалық комбинация есептеледі.

SP*2 / SP*3 [шынғыршықтағы бекітілген қалыпта айналу 720*2 / 720*3]

SP*2 шынғыршықтағы айналымдарды біріктіру 720 градус *2

Спортшы қатарынан екі элементті көрсетуі керек, олардың әрқайсысы 720 градус айналымда орындалады. Айналуды санау орындау кезінде дененің кез келген бөлігінің қозғалысының немесе тербелісінсіз элементті толық бекітуден басталады.

Еденде/шынғыршықтағы бастапқы позиция.

- біріншіден екінші элементке өту тікелей, тоқтаусыз және еденге тигізбестен болуы керек
- екінші элементте бірінші орындалған элементке қатысты дененің жағдайы өзгеруі керек

Айналу құны 720*2 - 1.0 балл

Ең көбі 3 айналым есептеледі 720*2.

SP*3 720 градус шынғыршықтағы айналымдарды біріктіру * 3

Спортшы шынғыршықта айналу үшін қатарынан үш элементті біріктіре алады, олардың әрқайсысы 720 градусқа айналумен орындалады, айналу кезінде дененің кез келген бөлігінің қозғалысының немесе тербелісінсіз элементті толық бекітеді.

Бастапқы позиция еденде / шынғыршықта.

- элементтер арасындағы ауысу тікелей, тоқтаусыз және еденге тигізбестен болуы керек
- екінші элементте бірінші орындалған элементке қатысты дененің орны өзгеруі керек, үшінші элементте екінші орындалған элементке қатысты дененің орны өзгеруі керек.

Айналу құны 720*3 - 1.5 балл

Ең көбі 3 айналым есептеледі 720*3.

Спортшы төрешіден біржолғы үстемеақы ала алады 0-2.0 үпай:

0-төмен

0.5-шамалы

1.0-жақсы

1.5 - өте жақсы

2.0-тамаша

- Өзіндік ерекшелігі
- Қыындық

Спортшы төрешіден шынғыршықта 3 деңгейін пайдаланғаны үшін біржолғы 2.0 үпай үстемеақы ала алады (1-қосымшаны қараңыз)

Үстемеақы алу үшін:

- спортшы шынғыршықтың үш деңгейінде элементтерді көрсетуі керек
- элемент пайдаланылған әрбір деңгейде кемінде 2 секундқа бекітілуі керек

Кұны - 2.0 үпай(бір рет)

Дүэттер:

Егер қайталанатын ұстемеақылар саны үшін рұқсат етілген шектен аспаса, техникалық ұстемеақыны әрбір орындаған кезде ұпай беріледі.

Атауында "синхронды" анықтамасы бар дүэттерге арналған барлық техникалық ұстемеақыларды спортшылар бір уақытта және синхронды түрде орындауды керек.

Бұл мыналарды қамтиды:

- спортшылардың снарядта/еденде бастапқы позицияда және соңғы позицияда синхронды орналасуы,
- техникалық ұстемеақының өзін синхронды орындау,
- синхронды кірулер, шығулар және өтпелер (екі және одан да көп техникалық ұстемеақылар үйлескен жағдайда).

Ең көп дегенде 34.0 ұпай жинай алуға болады (сонымен қатар бір реттік ұстемеақы (ең көп дегенде 6.0 ұпай)

[Шынғыршыққа/Шынғыршықтан синхрондалған секірулер] Jump on/Jump out

Шынғыршыққа секіру. Бастапқы позиция-шынғыршықпен байланыссыз еденде; және соңғы - шынғыршықта.

Шынғыршықтан секіру. Бастапқы позиция шынғыршықта; және соңғы - шынғыршықпен байланыссыз еденде. Қону табан үстіне жасалуы керек.

- орындау кезінде спортшылар еденмен де, шынғыршықпен де байланыста болмаған кезде ұшудың көрінетін фазасының болуы міндепті.

Шынғыршыққа / тан бір 1 секіру құны - 0.2 ұпай.

Ең көбі шынғыршыққа/тан 6 секіру есептеледі.

[Шынғыршықтағы синхрондалған қол ұстағыштары] Re-grip

Бастапқы позиция: шынғыршықтағы екі қол, кез келген ұстау. Қозғалыс бір қолды қысқа уақытқа босатудан басталады.

Орындау кезінде:

- спортшылар шынғыршықпен тек бір қол байланысқа түседі
- бос қол шынғыршықта ұстауды өзгертеді (ұстау кез келген бола алады)
- дененің шынғыршықпен жанасуына жол берілмейді
- еденмен байланысқа жол берілмейді

1 ұстау құны - 0.2 ұпай

Ең көп дегенде 5 тосқауыл есептеледі.

D [шынғыршықтағы синхронды үзулер] Drop

Бастапқы және соңғы позиция шынғыршықта. Снарядтың барлық жанасу нұктелері немесе шынғыршық деңгейлері өзгеруі керек (1-қосымшаны қараңыз) бастапқы және соңғы позицияда.

Орындау кезінде:

- алақанның снарядпен жанасуына жол берілмейді
- еденмен байланысқа жол берілмейді

Шынғыршықтағы 1 үзудің құны - 0.2 ұпай

Шынғыршықтағы ең көп дегенде 4 үзу есептеледі.

AC [шынғыршықта синхрондалған акробатикалық аулау] Acrobatic Catch

Бастапқы және соңғы позиция шынғыршықта. Қозғалыс шынғыршықта жоғары, төмен немесе шынғыршықтың бір деңгейінде болуы мүмкін.

Орындау кезінде спортшылар:

- қысқа уақыт ішінде дененің барлық бөліктері шынғыршықтан үзіледі

- еденмен байланысқа жол берілмейді

* спортшылар шынғыршықпен байланыста болмаған кезде орындау сәтін қарau керек

1 акробатикалық аулау құны - 0.5 ұпай

Ең көбі 8 акробатикалық аулау есептеледі.

R [шынғыршықтаға синхрондалған орамдар] Roll

Шынғыршық орамдары - бұл шынғыршық доғасының айналасында орындалатын дененің динамикалық айналуы. Айналдыру жылдам, кідіріссіз болуы керек. Спортшылар кез-келген бағытта айнала алады және денені бастапқы күйден соңғы күйге дейін 360 градусқа айналдыруы керек. Орындау кезінде спортшылар:

- бірдей / айна күйінде болуы керек
- бір-бірімен байланыста болуы мүмкін

Шынғыршықта орам құны - 0.5 ұпай

Шынғыршықта ең көп дегенде 10 орам есептеледі.

CW [шынғыршық айналасында синхрондалған сальто/дөңгелегі] Cart-wheel

Сальто - бұл жамбас үстінен өтетін күш импульсі мен инерция арқылы дененің 360 градусқа алға немесе артқа толық айналуы (1-қосымшаны қараңыз).

Дөңгелек - бұл жамбас үстінен өтетін күш импульсі мен инерция арқылы аралық қол тірегі бар дененің 360 градусқа толық айналуы (1-қосымшаны қараңыз).

Бастапқы және соңғы позиция еденде. Қону табанға жасалуы керек. Төңкерісте 320-360 градус орындауға рұқсат етіледі (1-қосымшаны қараңыз).

Орындау кезінде:

- тек қолдар шынғыршыққа тиеді

- бір немесе екі қолдың өзгеруіне жол беріледі, қолды ұстау кез келген болуы мүмкін
 - дененің шынғыршықпен жанасуына жол берілмейді
- Шынғыршыққа жақын 1 сальто/дөнгелектің құны-0.5 үпай
Шынғыршыққа жақын 2 сальта/ дөнгелектің көп есептеледі.

HFF [шынғыршықтан жасалған сальто] Hoop-Floor Flip, тек бір спортшы сальто жасайды

Сальто - бұл жамбас үстінен өтетін күш импульсі мен инерция арқылы дененің 360 градусқа алға немесе артқа толық айналуы (1-қосымшаны қараңыз).

Бастапқы позиция - шынғыршықта (дененің шынғыршықпен жанасуына рұқсат етіледі); және соңғы - еденде. Қону аяққа жасалуы керек. Төңкерісте 320-360 градус орындауға рұқсат етіледі (1-қосымшаны қараңыз).

Орындау кезінде:

- спортшы тек қол шынғыршықпен байланыста болады, жамбас төңкерісте бастың үстінде болғанша
- бір немесе екі қолдың өзгеруіне жол беріледі, кез келген қол ұстасуы мүмкін
- дененің шынғыршықпен жанасуына жол берілмейді

Шынғыршықтан 1 сальто құны - 1.0 үпай

Ең көп есептелген шынғыршықтан жасалғын 2 сальто.

DF [шынғыршықтан күрделі сальто] Difficult Flip, тек бір спортшы сальто жасайды

Сальто - бұл жамбас үстінен өтетін күш импульсі мен инерция арқылы дененің 360 градусқа алға немесе артқа толық айналуы (1-қосымшаны қараңыз).

Бастапқы позиция - шынғыршықта және соңғы - еденде. Қону табанға жасалуы керек. Төңкерісте 320-360 градус орындауға рұқсат етіледі (1-қосымшаны қараңыз).

Дененің снарядпен жанасуына рұқсат етіледі:

- бастапқы қалыпта
- төңкерісте топтастыру сәтіне дейін орындау кезеңінде (1-қосымшаны қараңыз)

Дененің снарядпен жанасуына тыйым салынады:

- топтастырудың төңкеріс кезеңінде

Шынғыршықтан 1 сальто құны - 2.0 үпай

Ең көбі шынғыршықтан 1 сальто есептеледі.

DC [шынғыршықтағы синхронды динамикалық комбинация] Difficult Combination

Динамикалық комбинация-бұл шынғыршықтағы екі дәйекті динамикалық қозғалыстың бірігуі (1-қосымшаны қараңыз), дененің кем дегендегі бір бөлігі шынғыршықтан шығып кететін жоғары жылдамдықпен орындалады.

* аяқ пен қолды сермеу динамикалық қозғалыс болып саналмайды

** қозғалыстар көзбен түсінікті және таза болуы керек

Кімділдарды орындау кезінде спортшы:

- кез келген бағытта қозғала алады
- кіру/тұсу/өту кезінде еденге тигізу

Динамикалық комбинацияны орындау үшін спортшы мыналарды қолдана алады:

- екі ерікті динамикалық қозғалыс (1-қосымшаны қараңыз)
- техникалық ұстемеақылардың бірі және ерікті динамикалық қозғалыс. Мысалы: "шынғыршықтағы акробатикалық ұстау" + ерікті динамикалық қозғалыс және т. б.
- екі техникалық ұстемеақы. Мысалы: "шынғыршықта акробатикалық балық аулау" + "шынғыршықтан секіру" және т. б.

*** Назар аударыңыз! Динамикалық комбинация үшін шынғыршықта бір ғана ұстау [RG] және бір ғана орамды [r] пайдалануға болады.**

- шынғыршықта қатарынан екі немесе одан да көп тосқауылдардың тіркесімі динамикалық комбинация ретінде есептелмейді
- шынғыршықта екі немесе одан да көп орамдардың тіркесімі динамикалық комбинация ретінде есептелмейді

Динамикалық комбинацияның құны - 0.5 үпай

Ең көбі 8 динамикалық комбинация есептеледі.

SP*2 / SP*3 [шынғыршықтағы бекітілген күйде синхронды айналу 720*2 / 720*3]

SP*2 шынғыршықта айналуды біріктіру 720 градус *2

Спортшылар қатарынан екі айна элементін көрсетуі керек (1-қосымшаны қараңыз), олардың әрқайсысы 720 градусқа айналады. Айналуды санау орындау кезінде дененің кез келген бөлігінің қозғалыссыз немесе тербелісінсіз элементті толық бекітуден басталады.

Бастапқы позиция еденде / шынғыршықта.

- біріншіден екінші элементке өту тікелей, синхронды, тоқтаусыз және еденге тигізбестен болуы керек
- екінші элементте бірінші орындалған элементке қатысты дененің жағдайы өзгеруі керек

Айналу құны 720*2 - 1.0 балл

Ең көбі 2 айналым есептеледі 720*2.

SP*3 720 градус шынғыршықтағы айналуды біріктіру * 3

Спортшылар айналу үшін қатарынан үш айна элементін біріктіре алады (1-қосымшаны қараңыз), олардың әрқайсысы 720 градус болуы керек, айналу кезінде дененің кез келген бөлігінің қозғалысы немесе тербелісі жоқ.

Бастапқы позиция еденде / шынғыршықта.

- элементтер арасындағы ауысу тікелей, синхронды, тоқтаусыз және еденге тигізбестен болуы керек
- екінші элементте бірінші орындалған элементке қатысты дененің орны өзгеруі керек, үшінші элементте екінші орындалған элементке қатысты дененің орны өзгеруі керек

Айналу құны 720*3 - 1.5 үпай

Ең көбі 2 айналым есептеледі 720*3.

FCT [серіктесті едендегі шынғыршықтан ұстай/серіктесті еденнен шынғыршыққа лақтыру] Floor Catch-Throw

Серіктесті еденде шынғыршықтан ұстай

Бастапқы позиция: бір спортшы шынғыршықта, екінші спортшы еденде. Шынғыршықта орналасқан спортшы еденде түрған серіктестің қолына секіреді. Орындау кезінде секіретін спортшы шынғыршықпен де, серіктеспен де байланыста болмаған кезде көрінетін ұшу фазасының болуы міндettі.

Спортшылардың бірі екіншісін шынғыршық позициясына лақтыру.

Орындау кезінде лақтырылған спортшы шынғыршықпен де, серіктеспен де байланыста болмаған кезде көрінетін ұшу фазасының болуы міндettі. Орындау кезінде лақтырылған спортшы шынғыршықпен де, серіктеспен де байланыста болмаған кезде көрінетін ұшу фазасының болуы міндettі.

Серіктес ұстай/құю құны-2.0 ұпай

Серіктестің 2 ұстай/құюы ең көп есептеледі.

HC [Шынғыршықта серіктесті ұстай] Hoop Catch

Бастапқы позиция: екі спортшы да шынғыршықта. Спортшылардың бірі шынғыршықтан / серіктестен үзіледі, екінші спортшы оны ұстап алады. Орындау кезінде ұшудың көрінетін фазасының болуы міндettі болып табылады, ол кезде бөлінген спортшы шынғыршықпен де, серіктеспен де байланыста болмайды. Еденмен байланысқа жол берілмейді.

Серіктестің шынғыршықта ұстай құны - 2.0 ұпай

Серіктестің 2 ұстай/құюы ең көп есептеледі.

КОСЫМША ҰСТЕМЕАҚЫЛДАР-ТЕК ДУЭТТЕРГЕ АРНАЛҒАН:

Бағдарламаны орындау барысында екі спортшы да серіктесті ұтай алатынын көрсетеді. Бұл ұстемеақыны алу үшін снарядта орындалған қолдаудың арақатынасы максималды рүқсат етілген ауытқумен 50/50% болуы керек +/- 1 қолдау. Бұл бір реттік ұстемеақы спортшылар ұстайтын/ұсталынатын барлық элементтер негізінде анықталады.

Дүэттерге арналған қосымша ұстемеақының құны - 2.0 ұпай (бір рет).

Спортшы төрешіден біржолғы ұстемеақы 0-2.0 ұпай ала алады:

0-тәмен

0.5-шамалы

1.0-жақсы

1.5 - өте жақсы

2.0-тамаша

- Өзіндік ерекшелігі
- Қыындық,

Күріліс сипаттамасы

Жарыс алаңы

Көлемі 6*9 метр (+/- 1 метр) алаң. Еден жабыны - баннер матасы немесе татами. Аланда саңналық күрылым – ферма орнатылады. Снарядтар тікелей фермаға бекітіледі.

Пилон снарядында спортшылардың өнер көрсетеү кезінде төсөніштерді пайдалануға рұқсат етіледі:

- 6-9 жас аралығындағы топ, барлық дайындық деңгейлері
- 10-14 жас аралығындағы топ, дайындық деңгейі - бастаушы.

Снарядтар үшін шынғыршық пен Әуе кенептері төсөнішті пайдалану міндетті болып табылады.

Пилон

Сахнада төт баспайтын болаттан жасалған екі пилон (статикалық және динамикалық) орнатылады. Пилонның қалыңдығы - диаметрі 40-45 мм, биіктігі - 4 метр. Пилондар арасындағы қашықтық - 2.95-3.10 метр. Егер аудиторияға қарасаған кезде, онда оң жақта статикалық пилон, сол жақта динамикалық болады.

Шынғыршық және Әуе кенептері

Снарядты бекіту нүктесіне дейінгі биіктік - 4.0-ден 4.5 метрге дейін.

Шынғыршықтың параметрлері:

Диаметрі (сыртқы жиегі бойынша) - 70 см, 75 см, 80 см, 85 см, 90 см, 95 см, 100 см.

Құбырдың диаметрі 25-30 мм.

Снарядтың беті ұнтақ бояумен жабылған.

Шынғыршықта 2 бекіту нүктесі бар.

Бекіту нүктелері арасындағы қашықтық - 45-60 см.

Шынғыршықты бекіту жүйесі:

Ұзындығы 60 см болатын екі итарқадан (диаметрі 70, 75, 80, 85 см шыңғыштың үшін) және CE қауіпсіздік сертификатынан кемінде 23 kN тұрады.

Ұзындығы 80 см (диаметрі 90, 95, 100 см шынғырышықтар үшін) және CE қауіпсіздік сертификаты кемінде 23 kN болатын екі итарқадан тұрады.

СЕ қауіпсіздік сертификаты кемінде 25 kN бар карабиндерден

Кем дегенде 35 kN қауіпсіздік сертификатымен итарқадағы жоғарғы карабиндерді қосатын тәкелаждық пластина.

Кемінде 35 kN қауіпсіздік сертификаты бар бұрылыш.

Кем дегенде 23 kN қауіпсіздік сертификаты бар құрылымды саңағалық фермамен байланыстыратын ілмектер

* **Тыйым салынған:** құрылыш кронштейндері мен карабиндерді, аспалы лебедкаларды пайдалану

Әуе кенептерінің параметрлері:

Кенептердің жұмыс биіктігі - 4 метр. Мата - габардин.

6 -14 жас топтары үшін: ілүлі нүктеден кенептердің ұзындығы - 5.5 метр, кенептің ені - 100 см.

15-49 жас топтары үшін: ілулі нүктеден кенептердің ұзындығы - 5.5 метр, кенептің ені - 150 см.

* Тек үйымдастырушының кенептерін пайдалануға рұқсат етіледі.

Әуе кенептерін бекіту жүйесі:

Қауіпсіздік сертификаты кемінде 35 kN болатын сегіздіктер (якорь).

СЕ қауіпсіздік сертификаты кемінде 25 kN бар карабиндер

Кемінде 35 kN қауіпсіздік сертификаты бар бұрылыс.

Итарқа-құрылымды кем дегенде 23 kN қауіпсіздік сертификаты бар сахналық фермамен байланыстыратын суспензия.

* Тыңым салынған: құрылыс кронштейндері мен карабиндерді, аспалы лебедкаларды пайдалану

Фото және Бейне түсіру

Егер ол іс-шараға арнайы шақырылған фото және видео операторларға кедергі жасамаса және төрешілерге кедергі жасамаса, жарыс кезінде фото және бейнетүсірілім жасауға барлығына рұқсат етіледі;

Әлеуметтік желілерде (мысалы, Вконтакте, Instagram, Facebook және т. б.) бейнелерді орналастыруға рұқсат етіледі, егер сіз біздің жарыстарымыздың атын, сондай-ақ Instagram парақшасын @kasef_kaz және #kasef хэштегін көрсетсеңіз, бізге жағымды болады

Іс-шара барысында барлық қатысушылар бейне/фотосессиялар мен жарнамалық акциялар үшін қол жетімді болуы керек;

Барлық фотосуреттер, негативтер мен бейнелер үйымдастырушылардың меншігінде қалады;

Қатысушының жарысқа дейін/одан кейін түсірілген фотосуреттер, негативтер мен бейнелер үшін өтемақы/сыйақы сұрауға құқығы жоқ;

Қатысушы өзінің фотосуреттері мен бейнелерін жеке пайдалану үшін ала алады, бірақ оларды коммерциялық мақсатта пайдалануға құқығы жоқ.

Қатысушы барлық негативтерді, фотосуреттер мен бейнелерді үйымдастырушылар жарнама мақсатында және коммерциялық мақсатта, теледидарда, әуе-спорттық әквилибрмен байланысты баспа және интернет-басылымдарда пайдалана алатынына сөзсіз келіседі.

Қатысушы мен Үйымдастырушының міндеттері

Қатысушы міндетті:

- Снарядтың түрі бойынша осы ережелерді білу. Ережелерді білу үшін жауапкершілік тек спортшы мен оның жаттықтырушысына жүктеледі.
- Аты жөні жарияланғаннан кейін үақтылы келу;
- Снарядта немесе аланда бастапқы позицияны алу;
- Музыкалық композицияның бірінші нотасынан бастап, соңғысымен аяқтаңыз. Соңғы қалып қозғалмауы керек;
- Сөз сөйлеу аяқталғаннан кейін тағзым етіңіз;
- Үйымдастырушылардың талаптарын орындау;

- Сіздің заттарыңыз, ақшаңыз және басқа құндылықтарыңыз үшін жауап беріңіз және оларды қараусыз қалдырмаңыз;
- Ұйымдастырушылармен адаптация болу;
- Есірткі, алкоголь немесе допингтің әсерінде болмау;
- Ұйымдастырушылардың немесе бас төрешінің талабы бойынша жарысқа қатысушының жеке басын күеландыратын құжаттарды ұсыну;
- Ата-аналардың жазбаша рұқсатын арнайы бланкіде толтыру және қол қою және оны қатысуға өтініммен бірге жіберу (18 жасқа толмаған спортшылар үшін);
- Төтенше жағдайлар кезінде ұйымдастырушылардан жауапкершілікті алғып тастау туралы арнайы бланк толтырып, қол қою және оны қатысуға өтініммен бірге жіберу (18 жастан асқан спортшылар үшін);
- Осы іс-шараны ұйымдастырушыларды құрметтеу: ұйымдастырушыларды, жарысқа қатысушыларды кез келген қорлау, аландағы спорттық емес мінездардың. Бұл жағдайда бас төреші спортшыны ӘСӘБҚФ Федерациясының ресми сайтында жарияланған екі этика кодексіне сәйкес жеке іске енгізе отырып және санкциялар қолдана отырып, ӘСӘБҚФ өткізетін жарыстардан шеттете алады www.k-asef.org;
- Мараллатау рәсімі басталғанда дейін 5-10 минут бұрын сахнаның жанында (ұйымдастырушы белгілеген) белгілі бір аймақта болу;
- Спорт пәнінің түрін көрсете отырып ("қосымша шарттар" бөлімінде) "Спорт" санатындағы сақтандыру полисін барлық жарыс күндеріне қолдану мерзімімен – пилоңдағы спорт және/немесе шынғышық және/немесе әуе төсемдері ұсынуға және оны қатысуға өтініммен бірге жіберуге құқылы;

Қатысушының құқығы бар:

- Ұйымдастырушыларға алдын ала ескерту жасай отырып, денсаулық жағдайы бойынша орындаудан бас тарту (бұл ретте қатысқаны үшін жарна қайтарылмайды);
- Босату-анықтамасын алу / алғып тастау. Оқудан/жұмыстан босату туралы анықтаманы спортшының тұрғылықты жері бойынша жергілікті аккредиттеген Федерация береді. Ол үшін арнайы бланк толтырып оны қатысуға өтініммен бірге жіберу қажет;
- Спортшы немесе оның жаттықтырушысы жарыс аяқталғаннан кейін 10 жұмыс күні ішінде ӘСӘБҚФ-да өтініш жаза отырып, төрешілерден балл қоюды сұратуға құқылы;
- Бірнеше санаттарға және бірнеше снарядтарға қатысу;
- Жарыстың басқа қатысушыларын тарта отырып, өз бетінше өнер көрсетер алдында снарядтарды сұрту (майсыздандыру). Ол үшін қатысушы сахнаға шықпас бұрын снарядты сұртетін спортшының/лардың ат қатысуға өтінімінде көрсету қажет.

Рұқсат етілген:

- ✓ ұйымдастырушы ұсынған қаражатты пайдалану;
- ✓ басқа команданың қатысушыларына снарядты тек олардың макулдауымен сұрту.

ҰЙЫМДАСТЫРУШЫЛАРДЫҢ МІНДЕТТЕРИ:

- Ұйымдастырушылар жарыстарды өткізу үшін сахналық құрылымды (ферманы) орнатуға, кәсіби жабдықты: шынғышықты, Әуе төсемі мен тіректерді пайдалануға міндеттенеді.

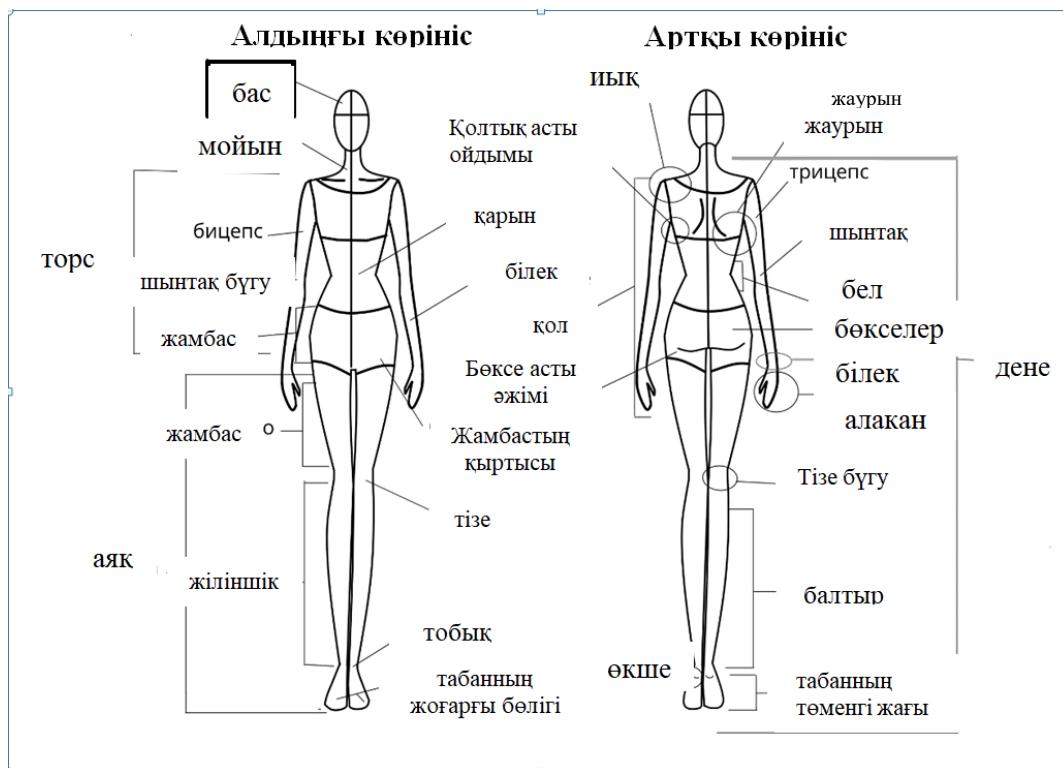
Ұйымдастырушылар мен Бас төреші құрылымды бекіту қауіпсіздігінің егжей тегжейлі инспекциясын жүргізуге міндettі;

- Спортшылардың денсаулығы басымдық болып табылады, дегенмен ұйымдастырушылар жарыс кезінде қатысушылардың алған жаракаттары мен зақымдары үшін жауап бермейді. Қатысушылар барлық тәуекелдерді өз мойнына алады. Ол үшін жарыстың әрбір қатысушысы сактандыру полисін ресімдеуге міндettі. Іс-шарада дәрігер кезекшілік етеді;
- Бұл үшін қатаң бөлінген уақытта снарядтарды сынап көру үшін сахраны қамтамасыз ету;
- Бас төрешінің көріну аймағында жеке үстелге орналастырылатын снарядтарды майсыздандыруға арналған құралдарды/ майлыштарды ұсыну;
- Аталмыш жарыстардың нәтижелерін әрбір жеке пән бойынша "ӘСЭБҚФ спортшысының рейтингісіне" енгізу.

ҚОСЫМША 1

Глоссарий

Дененің сипаттамасы (пайдаланылған анықтамалар анатомиялық атласпен сәйкес келмеуі мүмкін)



Динамикалық қозғалыс – дene центрден тепкіш күштің және/немесе басқарылатын үдеудің әсерінен болатын жылдам қозғалыс, бұл спортшының жарты жолда тоқтай алмайтынын білдіреді. Спортшы жылдамдық пен бақылаудың жоғары деңгейін көрсетуі керек.

Бұл жағдайда дененің кем дегенде бір бөлігі снарядтан үзуі керек.

**аяқ пен қолмен тербелу динамикалық қозғалыстар болып саналмайды

Ерікті динамикалық қозғалыс – "динамикалық қозғалыс" анықтамасына енетін және ешқандай техникалық үстемеге жатпайтын қозғалыс. **Техникалық үстемеақы нысанында** ол 0 (нөл) деп белгіленеді

Элементтер арасындағы тікелей ауысу – ең қысқа мерзімде және ауысу кезінде қозғалыстардың ең аз санымен жүзеге асырылады. Спортшы үзіліссіз тұрақты қозғалыста болуы керек және ауысу кезінде аралық позицияларды бекітпені керек.

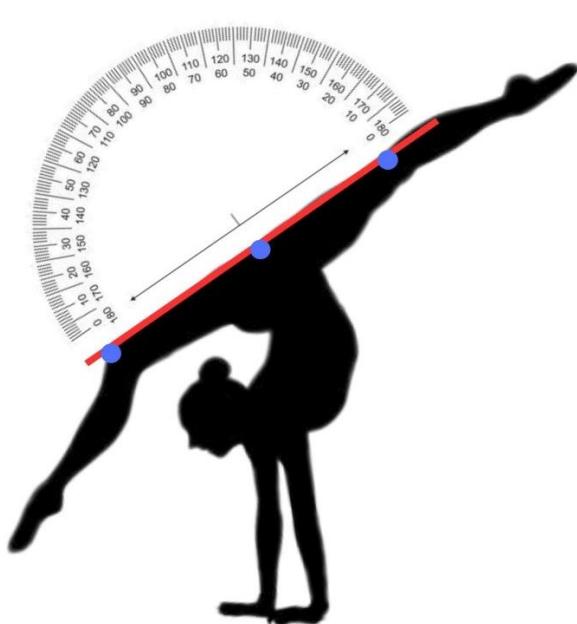
Дененің/дene бөлігінің диагональдық жағдайы – бүкіл дененің/дene бөлігінің ортасы арқылы қиялсызығын жүргізілетін позиция және бұл сызық снарядтың орталық тік оське 45° бұрышта болуы керек.

Корпустың/дene бөлігінің паралель орналасуы – бұл бүкіл дененің / дeneнің ортасынан қиял сзығын салуға болатын позиция және бұл сзығ әлементтің орындалу талаптарына байланысты снарядтың немесе еденнің орталық тік осіне 90° бұрышта болуы керек.

Ауытқудың 20 градусы - элементті орындау критерийлері параллельден немесе диагональдан 20° ауытқуға мүмкіндік бергенде, Параллель позиция, Дененің/дene бөлігінің диагональды орналасуы тұжырымдамасына қолданылады.

Снарядпен жанасу нұктелері - элементтің/қозғалыстың басында, аяғында және орындалу кезінде снарядпен жанасатын дene бөліктері.

Шпагат ашылуы (мысалы, 180 градус) – шпагат бұрышы бір тізеден екінші тізеге дейін шап арқылы өтетін түзу сызық бойымен өлшенеді.



Сальто (снарядта/снарядтың жанында/жанында) – күш импульсі мен инерцияның әсерінен дененің 360 градусқа алға немесе артқа толық айналуы, бұл жерде жамбас пен жамбас бастың үстінен өтеді.

Дөңгелек (снарядта/жанында) – дененің күш импульсі мен инерцияның әсерінен қолдардағы аралық тірегі бар 360 градусқа бүйіріне толық айналуы, жамбас басынан жоғары өтеді.

Күш импульсі - бұл жылдам, бақыланатын қозғалыс арқылы дenege берілетін үдеу.

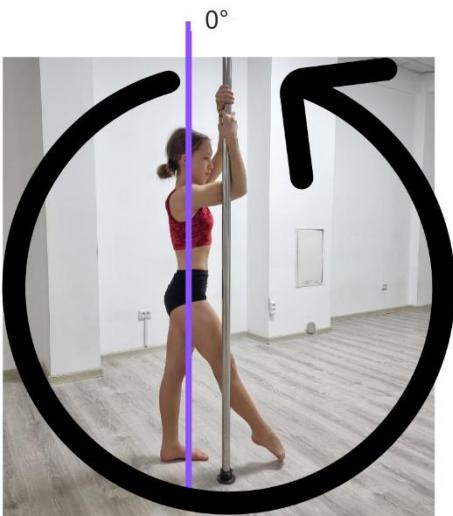
Инерция – күш импульсінің нәтижесінде пайда болатын тұрақты жылдамдық.

Сальтоға топтастыру (күрделі сальто үшін) - бұл тізе бүгілген және кеудеге бейім, қолдар бүгілген және алақан тізеге бағытталған дene қалпы.

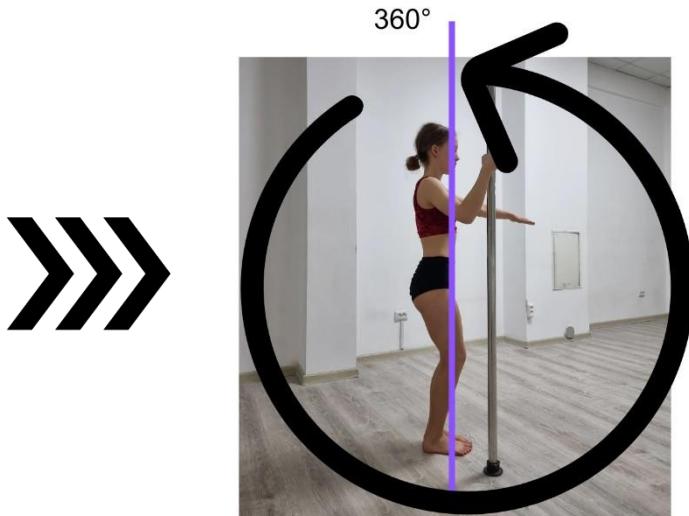
Мысал ретінде пилон снарядын қолданып, «320-360 градусқа бұрылу» анықтамасы.

*снарядтарда әуе шыңғыршығы мен пневматикалық парапттар бар, сальтоға айналдыру дәл осылай орындалуы керек

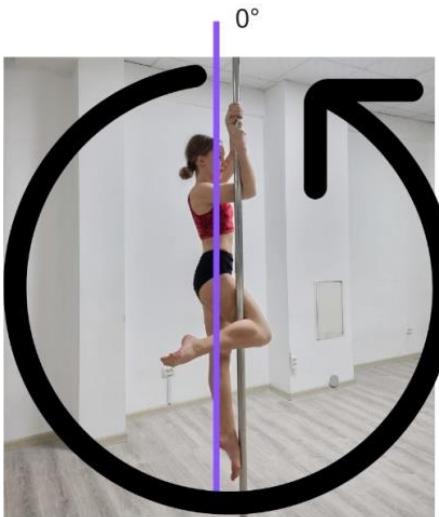
360 градусқа айналдыру мысалдары



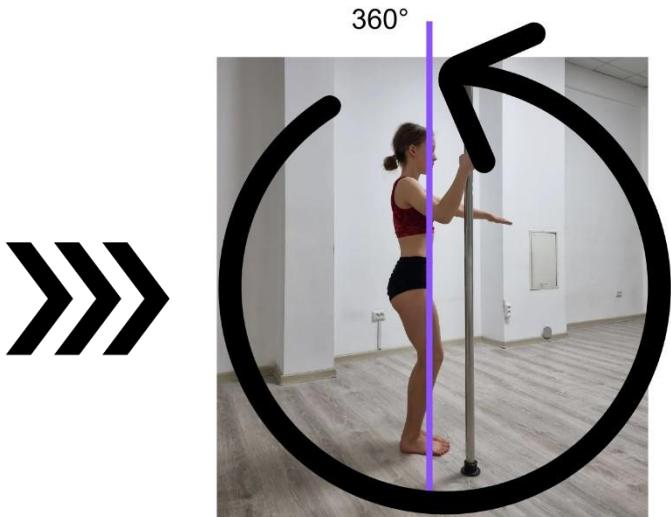
бастапқы позиция



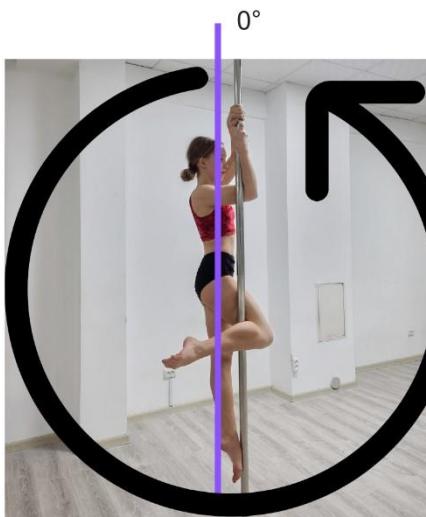
соңғы позиция



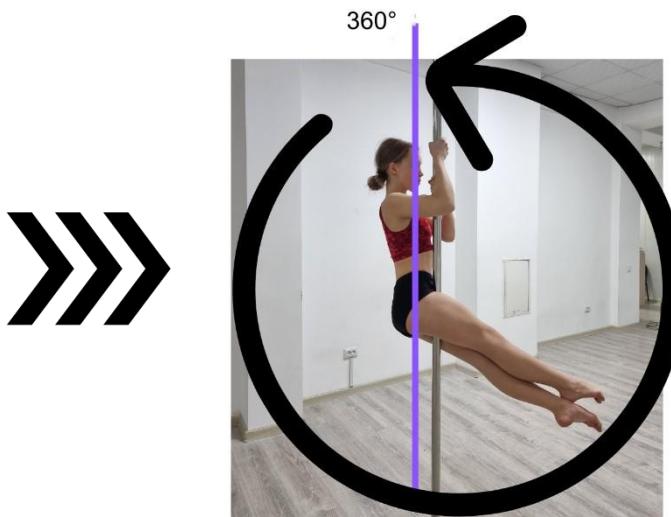
бастапқы позиция



соңғы позиция

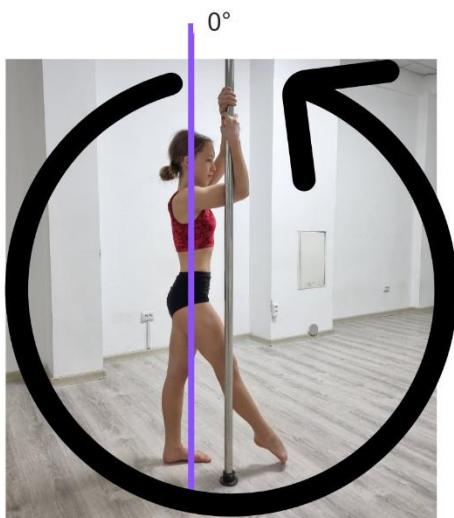


бастапқы позиция



соңғы позиция

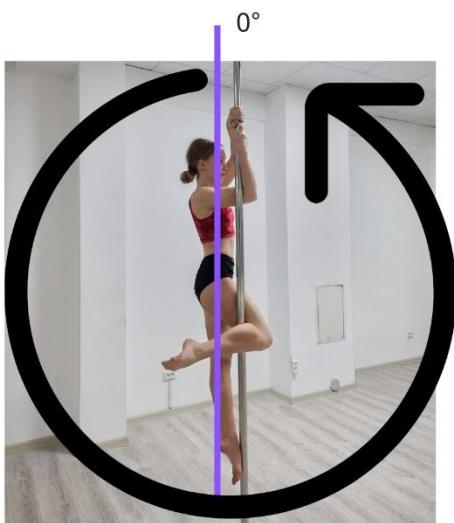
320-350 градусқа айналдыру мысалдары



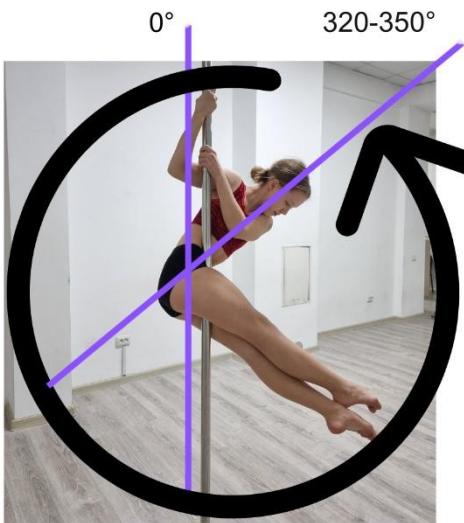
бастапқы позиция



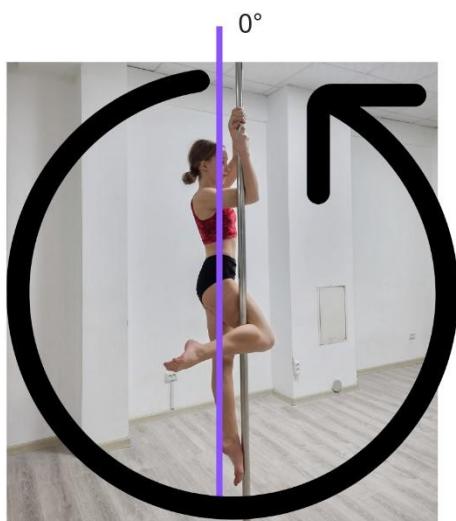
соңғы позиция



бастапқы позиция



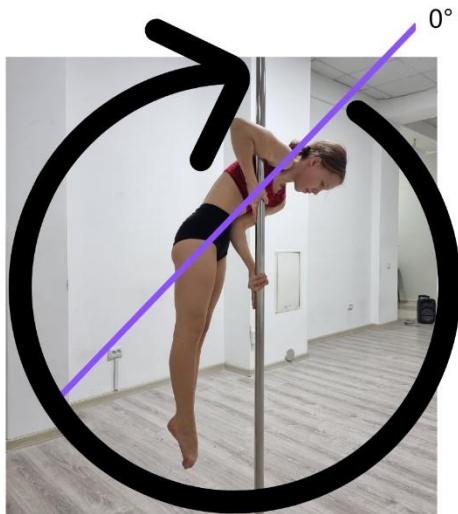
соңғы позиция



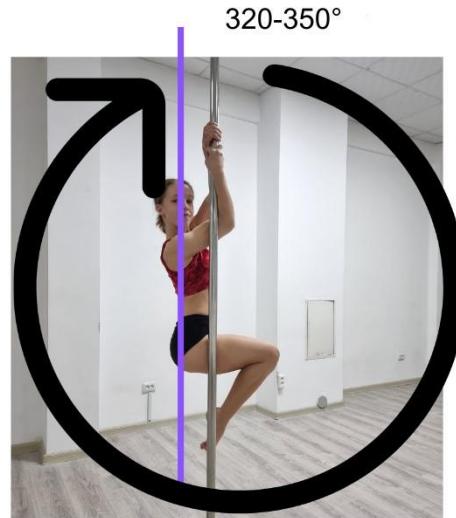
бастапқы позиция



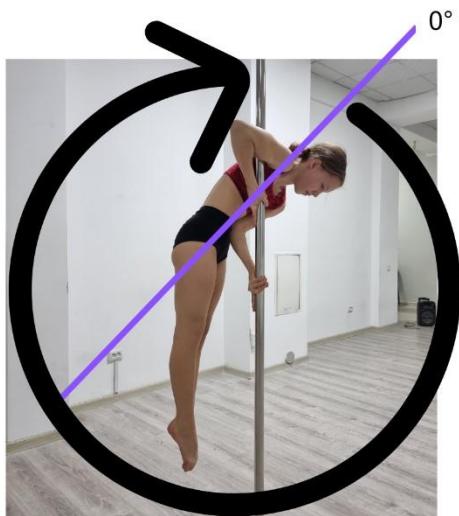
соңғы позиция



бастапқы позиция



соңғы позиция



бастапқы позиция



соңғы позиция

Акробатикалық көтергіштер - жоғарғы серіктес төменгі жағында кез келген позицияда болатын жұпталған динамикалық немесе статикалық позициялар. Төменгі серіктес кез келген позицияда.

Акробатикалық элементтер – тірекпен, тірексіз және тепе-тендікті сақтай отырып, әртүрлі жазықтықта дененің айналуын орындаумен байланысты динамикалық элементтер.

Дүэттердегі синхрондылық – спортшылардың снарядта және оның сыртында, оның айналасында, сахнада синхронды (айна) әрекеттесуін айтады; элементтерді, трюктерді, комбинацияларды және хореографияны орындау. Екі спортшы бағдарламаның бір бөлігін орындаған кезде синхрондылық болуы мүмкін.

Дүэттерде айна орындау - бірдей элементтерді орындау кезінде спортшылар бір-бірінің позицияларын дәл қайталайды (дene бөліктерінің орналасуы, шагаттардың ашылуы, қолдардың, аяқтардың созылу бұрышы және т.б.); снарядпен және/немесе серіктеспен бірдей жанасу нүктелері және олардың дененің ұзартылған бөліктері бір-біріне параллель және/немесе максималды рұқсат етілген ауытқуы бар снарядтың орталық осіне қатысты бірдей іілу бұрышына ие 20 градус

элементтердің айна орындалуының мысалдары:

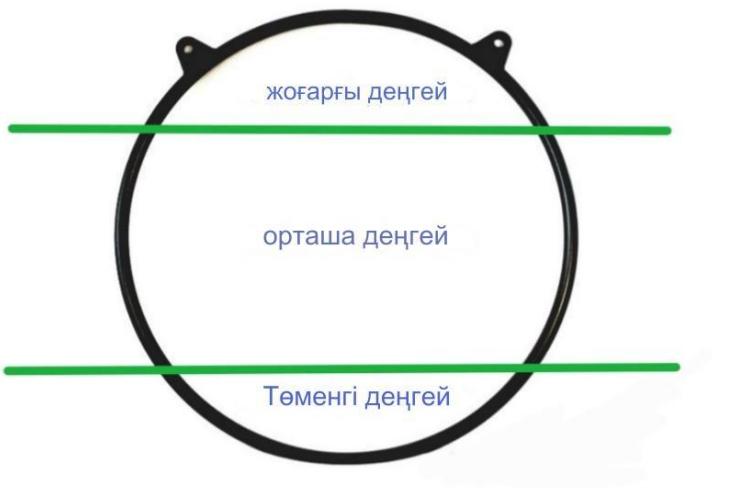


Әүе шыңғыршықтың деңгейлері –

Шыңғыршықтың жоғарғы деңгейі: негізгі жанасу нұктелері (соның арқасында спортшы құрылғыдағы элементті ұстайды/тәндестіреді) шыңғыршықтың жоғарғы доғасында орналасуы керек.

Шыңғыршықтың ортағы деңгейі: спортшы шыңғыршықтың ішінде болуы керек.

Шыңғыршықтың төменгі деңгейі: спортшы шыңғыршықтың төменгі доғасынан ұстап, шыңғыршықтың астында болуы керек.



2 ҚОСЫМША

Техникалық үстемеақылар нысанын толтыру ережесі.

Нысаны қаріп қара түсті пайдалана отырып, Microsoft Wordта басылуы керек. Тек ӘСӘБҚФ ресми нысаны техникалық үстеме үшін ұсынуға рұқсат етілген. Толтырылған нысан жарыс басталғанға дейін **10 күннен кешіктірілмей** беріледі.

Нысан файлдың атауы

Тегі аты-жөні пәні Жас тобы_Денгей_Техникалық үстемеақылар

Спортшының тегі мен аты: Василькова Елена

Ел/Қала / Облыс: Қазақстан, Астана қаласы

Студия атауы: студия

Жаттықтырушының тегі мен аты: Иванова Мария

Жас тобы: 6-9 жас, 10-14 жас, 15-17 жас, 10-17 жас (дуэттер үшін), 18-29 жас, 30-39 жас, 40-49 жас, 18-50 жас (дуэттер үшін)

Дайындық деңгейі: бастаушы, жалғастырушы, кәсіпқой, элит

Техникалық үстемеақылар коды: ережелерге сәйкес бас латын әріпперімен толтырылады (JO, RG, D, AC, R, CW, HFF, DF, DC, SP*2, SP*3, FCT, HC)

Кодтар бағдарламада қалай орындалатыны бойынша жолдар бойынша дәйекті түрде енгізіледі.

Егер техникалық үстемеақылар бірінен соң бірі елеулі үзіліссіз орындалатын болса, оларды "+" белгісі арқылы бір жолға жазу қажет. Мысалы: AC+AC+JO

Техникалық үстемеақылар нысанында ДИНАМИНАЛЫҚ КОМБИНАЦИЯЛАРДЫ толтыру ережесі

Динамикалық комбинациялар ерікті динамикалық қозгалыстарды қолдануға мүмкіндік беретіндіктен, оларды белгілеу үшін ережелерге қосымша Код енгізіледі:

0 (нөл) – ерікті динамикалық қозгалыс

Барлық динамикалық комбинациялар (бірінен соң бірі жүретін екі динамикалық қозгалыс) жақшага салынуы керек ()DC:

(0+0)DC бұл екі "ерікті динамикалық қозгалыстың" тіркесімі, олар жиынтықта "динамикалық комбинация" техникалық үстемеақысын құрайды

(0+AC)DC бұл "ерікті динамикалық қозгалыс" пен "акробатикалық балық аулаудың" дәйекті тіркесімі, олар "динамикалық комбинация" техникалық үстемесін біріктіреді

(AC+0)DC бұл "акробатикалық балық аулау" мен "ерікті динамикалық қозгалыстың" дәйекті тіркесімі, олар "динамикалық комбинация" техникалық үстемесін құрайды

(RG+D)DC бұл "динамикалық комбинация" техникалық үстемеақысын құрайтын "ұстап алу" мен "үзудің" дәйекті тіркесімі

Техникалық үстемеақылар ӘСӘБҚФ жеке бағдарламасы

Пәні: әуе шынғышығы

спортшы толтырады

Спортшының АЖ	Василькова Елена
Ел/Қала /Область	Қазақстан, Астана қаласы
Студияның атауы	студия
Жаттықтыруышының АЖ	Иванова Мария
Жас тобы	10-14 жаста
Дайындалу деңгейі	кәсіпкөй

№	Техникалық үстемеақының коды	Төрешінің пікірлері
1.	(D+RG)DC+RG	
2.	R+R+R+R	
3.	AC+AC	
4.	SP*2	
5.	(JO+0)DC	
6.	SP*3	
7.	(0+RG)DC	
8.	HFF	
9.	JO	
10.	SP*3	
11.	SP*2	
12.	D	
13.	CW	
14.		
15.		
16.		
17.		
18.		
19.		
20.		
21.		
22.		

Төрешімен толтырылады

Код құнды [саны]	JO 0.2 [6]	RG 0.2 [5]	D 0.2 [4]	AC 0.5 [8]	R 0.5 [10]	CW 0.5 [2]	HFF 1.0 [2]	DF 2.0 [1]	DC 0.5 [8]	SP*2 1.0 [3]	SP*3 1.5 [3]
Кодтың нәтижесі											

Төрешінің қосымшасы	Ұпай 0-2.0	
Өзіндік ерекшелігі		
Қызыншылығы		
Шынғыршықтың деңгейі	0	2.0

Жалпы:	
Төрешінің АЖ	

Техникалық үстемеақылар ӘСӘБҚФ дүэттері

Пәні: әуе шынғыршығы

спортыши толтырыады

Спортшының АЖ1	Василькова Елена
Спортшының АЖ2	Цветкова София
Ел/қала/Облысы	Қазақстан, Астана қаласы
Студияның атауы	студия
Жаттықтыруышының АЖ	Иванова Мария
Жас тобы	10-17 жаста
Дайындық деңгейі	жалғастыруышы

№	Техникалық үстемеақының коды	Төрешінің пікірлері
1.	JO	
2.	(0+0)DC	
3.	RG	
4.	SP*2	
5.	CW+JO	
6.	HC	
7.	SP*3	
8.	SP*3	
9.		
10.		
11.		
12.		
13.		
14.		
15.		

Төрешімен толтырылады

код құны [саны]	JO 0.2 [6]	RG 0.2 [5]	D 0.2 [4]	AC 0.5 [8]	R 0.5 [10]	CW 0.5 [2]	DC 0.5 [8]	SP*2 1.0 [2]	SP*3 1.5 [2]	FCT 2.0 [2]	HC 2.0 [2]
код нәтижесі											

код құны [саны]	HFF 1.0 [2]	DF 2.0 [1]
Бір спортшы орындарды		
кодтар бойынша жалпы		

Төрешінің үстемеақысы	Ұпай 0-2.0	
Өзіндік ерекшелігі		
Қыыншылығы		
Серіктесті үстаяу 50/50	шенбер сыйыңыз	0 2.0

Жалпы:	
Төрешінің АЖ	